

# 困っていることを確認しましょう

## 対応のコツ

★ 発達障害のある人は、見た目では障害があるようには見えないことがあります。対応には**コツ**が必要です。  
**コツ**の探し方：家族など本人の状態をよくわかっている人にかかわり方を確認しましょう。

## こんな場合は…

## このように対応…

■ **変化が苦手な場合が多いので、不安から奇妙な行動をしたり、働きかけに強い抵抗を示すことがあります。**

- してほしいことを具体的に、おだやかな声で指示します。  
例：○：「このシート（場所）に座ってください。」  
×：「そっちへ行ってはダメ」
- スケジュールや場所の変更等を具体的に伝えます。  
例1：○：「○○（予定）はありません。□□をします。」  
×：強引に手を引く  
例2：○：「○○は□□（場所）にあります。」  
×：「ここにはない」とだけ言う

■ **感覚刺激過敏**：周囲が想像する以上に過敏なため、大勢の人がいる環境が苦痛で避難所の中にいられないことがあります。  
**鈍感**：治療が必要なのに平気な顔をしていることもあります。

- 居場所を配慮します。  
例：部屋の角や別室、テントの使用など、個別空間の保証
- 健康状態を工夫してチェックします。  
例：ケガの有無など、本人の報告や訴えだけでなく、身体状況をひと通りよく見る。

■ **話しことばを聞き取るのが苦手**だったり、困っていることを**伝えられない**ことがあります。

- 説明の仕方を工夫します。  
例：文字や絵、実物を使って目に見える形で説明する  
一斉放送だけでなく、個別に声かける  
簡潔に具体的に話しかける  
例：○：お母さんはどこですか？  
×：何か困っていませんか？

■ **見通しの立たないことに強い不安**を示します。学校や職場などの休み、停電、テレビ番組の変更などで不安になります。

- 安定したリズムで日常が送れるように、当面の日課の提案や、空いた時間を過ごす活動の提示が必要です。  
例：○：筆記具と紙、パズル、図鑑、ゲーム等の提供  
○：チラシ配りや清掃などの簡単な作業の割り当て  
×：何もしないで待たせる

■ **危険な行為がわからない**ため、地盤のゆるいところなど危ない場所に行ってしまうたり、医療機器を触ってしまうことがあります。

- ほかに興味のある遊びや手伝いに誘う。
- 行ってはいけないところや触ってはいけない物がはっきりとわかるように「×」などの印をあらかじめ付ける。

# 健康状態や心身の疲れを確認しましょう

## からだ

★ 発達障害のある人は、体調不良やケガがあるにもかかわらず、本人自身も気づいていない場合があります。周囲が気づかずにそのまま放置すると、状態が悪化してしまう場合がありますので、ていねいな観察と聞き取りが必要です。

## 気づくための観察例

- ・ 息切れ、咳などが頻繁でないか。
- ・ やけどや切り傷、打撲などがないか。
- ・ 着衣が濡れていても着替えていないか。

## 気づくための質問例

- ・ いつもより寒くないですか？
- ・ 歩くときにふらふらしませんか？
- ・ 頭のこぶ、腕や足にケガがありませんか？
- ・ 服の着替えがありませんか？

## ストレス

★ なにげないことでも、発達障害のある人には日常生活に困難をきたすぐらい苦痛に感じる場合があります。そのため**ストレスの蓄積**がより起きやすく、支援を優先的に考えなければなりません。

## 気づくための観察例

- ・ 好き嫌いによる食べ残しが多くないか。
- ・ 配給のアナウンスがあっても、反応が遅かったり、どこに行ってもいかわからず困っていることがないか。
- ・ 耳ふさぎや目閉じなど、刺激が多いことで苦しそうな表情をしていないか。

## 気づくための質問例

- ・ 食べられない食材はありましたか？
- ・ 配給に並ぶ場所はわかりましたか？
- ・ ほかの場所（避難所内外）へ移動したいという希望はありますか？