やさしいにほんご

お子(こ)さんの発達(はったつ)について心配(しんぱい)なことはありますか？

～日本(にほん)で子育(こそだ)てをする保護者(ほごしゃ)の方(かた)へ～

国立障害者リハビリテーションセンター
発達障害情報・支援センター

Hindi
ヒンディ語

क्या आप आपके बच्चे के विकास को लेकर चिंतित हैं ?

~ जापान में बच्चों की परवरिश करने वाले माता-पिताओं के लिए ~

राष्ट्रीय विकलांग पुनर्वास केंद्र
विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए
जानकारी एवं सहायता केंद्र

はじめに

近年、日本で子育てをする外国人保護者の方が増えています。

・ 文化や生活習慣のちがう国で、子育てで苦労をしている方
・ 言葉の壁から、子育てに必要な情報が得られにくい方
・ お子さんの発達について、心配している方

このパンフレットは、そういう外国人保護者の皆さんがすこしでも安心して子育てができるようにつくりました。

とくに、お子さんの発達について心配なことがある場合、どこへ行って、誰に相談すれば良いのかわからなくて、とまどうこともあるでしょう。

日本の各地には、お子さんの発達を心配する保護者を応援する機関（場所）があります。
外国人保護者の皆さんが、必要とする情報やサポートにつながりやすくなるよう、このパンフレットを役立てていただければ光栄です。

国立障害者リハビリテーションセンター
発達障害情報・支援センター

प्रस्तावना

जापान में रहने वाले और यहाँ अपने बच्चों की परवरिश करने वाले विदेशी लोगों की संख्या में वृद्धि देखी जा रही है। यह पत्रक विदेशी पृष्ठभूमि वाले उन माता-पिताओं के लिए है, जो:

- एक ऐसे देश में अपने बच्चों के पालन-पोषण से जूझ रहे हैं, जहां की संस्कृति और जीवन शैली अलग है
- अपने बच्चे के विकास को लेकर चिंतित हैं
- भाषा न समझने के कारण अपने बच्चे के लिए आवश्यक जानकारी प्राप्त करने में कठिनाई महसूस कर रहे हैं
- बच्चे के पालन-पोषण में सहायता की आवश्यकता है

यदि आप वर्तमान में अपने बच्चे के विकास के बारे में चिंतित हैं, और इसके लिए कहां जाना है या किससे मदद मांगनी है, यह आपको पता न हो, तो आप गुमराह महसूस कर सकते हैं। जापान में देश भर में ऐसे संस्थान हैं, जो उन माता-पिताओं के लिए सहायता प्रदान करते हैं जो अपने बच्चे के विकास के बारे में चिंतित हैं। हमें आशा है कि यह पत्रक आपको आवश्यक जानकारी और सहायता प्रदान करेगा।

राष्ट्रीय विकलांग पुनर्वास केंद्र
विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए
जानकारी एवं सहायता केंद्र

目次

子どもの発達の状態が知りたい

例えばこんなことはありませんか？ 3
3歳まで 3
3歳～6歳（小学校入学まで） 4
市区町村が行う健康診査を受けましょう 5
乳児健康診査 5
1歳6か月児健康診査 5
3歳児健康診査 6
就学時健康診査 7
就学相談 7
【参考】特別な支援が必要なお子さんの教育（特別支援教育）の場 8

相談したい

相談をしましょう 9
お住まいの市区町村の相談機関 10

発達障害ってなんだろう？

発達障害支援法について 12
発達障害支援センターについて 12

病院に行きたい

病院について、検査、個別療法 13
お子さんが発達障害と診断されたら… 13
快適に過ごすための薬の利用 14

障害手帳について知りたい

利用できるサービスの例 15
療育手帳 15
精神障害者保健福祉手帳 16

暮らしに役立つ情報が欲しい（参考情報）

外国語での相談サービス 17
翻訳アプリ 18
学校教育に関する情報・発達障害に関する情報 19
英日用語集 20

अनुक्रमणिका

अपने बच्चे के विकास के बारे में जानने के लिए

आप देख सकते हैं कि शायद आपका बच्चा... 3
जन्म से लेकर 3 साल की उम्र तक 3
3 से 6 साल की उम्र (स्कूल की उम्र) 4
स्वास्थ्य जाँच का उपयोग करें 5
शिशु की जाँच 5
अठारह महीने की जाँच 5
तीन साल की जाँच 6
स्कूल में प्रवेश करते समय स्वास्थ्य की जाँच 7
स्कूल में प्रवेश 7
विशेष आवश्यकताओं वाले बच्चों के लिए स्कूलिंग विकल्प 8

अपने बच्चे के विकास के बारे में परामर्श लेने के लिए

परामर्श सेवाओं का उपयोग करें 9
आप जहां रहते हैं वहां के परामर्श विकल्प 10

विकासात्मक विकार क्या हैं?

विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता पर अधिनियम 12
विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता केंद्र 12

डॉक्टर को दिखाना

डॉक्टर को दिखाना, मूल्यांकन और चिकित्सा 13
यदि आपके बच्चे में डीडी का निदान हुआ है तो... 13
इलाज करना 14

विकलांगता प्रमाण पत्र के बारे में जानने के लिए

लाभ के उदाहरण 15
बौद्धिक विकलांगता प्रमाण पत्र 16
मानसिक विकलांगता प्रमाण पत्र 16

अधिक जानकारी

विदेशी भाषाओं में परामर्श 17
अनुवाद ऐप 18
स्कूली शिक्षा पर जानकारी / विकासात्मक विकारों पर जानकारी 19
अंग्रेजी-हिंदी शब्दावली 20

子どもの発達の状態が知りたい

例えばこんなことはありませんか？

3歳まで

- ことばの発達が遅れている。
- 話していたことばが消えた。
- コミュニケーションが困難、
  または一方的である。
- いつも同じ遊びばかりしている。

- 目が合わない、合いにくい。
- 抱っこされることをいやがる。
- 表情が変わらない。
- 名前を呼ばれても振り向かない。

- とても嫌がる物や場所がある。
- 同じもの、同じやりかたなどにとても
  こだわる。

- 首がすわる、座る、歩くなどの
  運動発達がゆっくりである。
- 筋肉が柔らかい。
  姿勢を保つことが難しい。

- かんしゃくがひどく、なかなかおさまらない。
- 自分を傷つける行為を繰り返す。
  （自分の頭を打ち付ける、腕をかむなど）

- 落ち着きがない。
- よく動き回るので、いつも見守って
  いなければならない。
- とても気が散りやすい。

- ひどい夜泣きが何か月も続いている。
- 昼寝をしない。寝つきがとても悪い。
- 食べ物と飲み物の好き嫌い（偏食）が激しい。

- 音のするほうを向かない。
- 音にとても敏感（自分で耳をふさぐ）。

अपने बच्चे के विकास के बारे में जानने के लिए

आप देख सकते हैं कि शायद आपका बच्चा...

जन्म से लेकर 3 साल की उम्र

- भाषा विकास में देरी महसूस कर रहा है
- शब्दों का उपयोग करना बंद कर दिया है जिनका वह उपयोग कर रहा था
- संवाद करने में मुश्किल होती है, या एकतरफा संवाद करता है
- हमेशा एक ही खेल गतिविधि में लगा रहता है

- बहुत कम या शायद ही कभी आँखें मिलाता है
- पकड़ कर रखा जाना पसंद नहीं है
- चेहरे की अभिव्यक्ति में ज्यादा बदलाव नहीं दिखाता है
- नाम पुकारने पर जवाब नहीं देता

- किसी खास चीज या जगह के प्रति आत्यंतिक घृणा दर्शाता है
- "समानता" पर अड़ा रहता है (समान चीजें, समान दिनचर्या आदि)

- गर्दन सीधी रखना, बैठना, और चलना आदि शारीरिक विकास धीमी गति से है
- मांसपेशियाँ कोमल हैं, और / या सीधा आसन बनाए रखने में कठिनाई होती है

- अक्सर बड़े नखरे होते हैं जो लंबे समय तक चलते हैं
- स्वयं को नुकसान पहुंचाने वाले व्यवहार को दोहराता है (खुद के सिर को चोट पहुँचाता है , खुद की बांह को काटता है, आदि)

- हलचल करता रहता है
- हमेशा घूमता रहता है और लगातार ध्यान देने की जरूरत होती है
- बहुत आसानी से विचलित हो जाता है

- कई महीनों तक रात में बहुत रोता है
- झपकी नहीं लेता है और / या सोने में कठिनाई होती है
- भोजन और / या पेय के बारे में नकचढ़ापन

- ध्वनियों के प्रति प्रतिक्रिया नहीं देता
- ध्वनियों के प्रति बहुत संवेदनशील है (कानों को ढंकता है)

3歳～6歳（小学校入学）まで

- 他の子どもに興味がない。子ども同士で遊べない。
- 興味が偏っている（特定の色、商標、記号、文字、数字など）。
- 同じ質問や、同じ話題を繰り返す。
- 一人でいることが多い。

- ルールや約束を気にしない。
- 話を一方的に始めて、勝手に終わる。
- 友達とうまく遊べない。乱暴をしてしまう。
- 落ち着きがなく、動き回る。
- 自分勝手に好きなところに行ってしまう。
- 説明を最後まで聞かない。

- みんなが一緒に活動するときに、他の子と同じように行動できない。
- 準備や片付けにとても時間がかかる。
- 絵をかくこと、はさみを使うことが苦手。
- 身体にさわられるのをいやがる。
- トイレや着替えなどの生活習慣を身につけるのに時間がかかる。

- 話しかけられている内容がわからない。
- 文字や数がよくわからない。
- とても得意なことと、とても苦手なことがある。

お子さんにこのような問題があると、心配ですよね…

ご家族は、「困った子だな」と感じてイライラしたり、「育て方が悪いのかな」と子育てに自信がなくなることもあるかもしれません。

これらは一時的な問題かもしれませんが、もしかすると、お子さんに発達の問題、ことに発達障害があるのかもしれません。

3 से 6 साल की उम्र (स्कूल की उम्र)

- अन्य बच्चों में कोई दिलचस्पी नहीं है और / या अन्य बच्चों के साथ नहीं खेलता है
- सीमित रुचि (कुछ रंगों, ट्रेडमार्क, प्रतीकों, अक्षरों, संख्याओं, आदि में)
- एक ही प्रश्न या एक ही विषय को दोहराता है
- अक्सर अकेले में समय बिताता है

- नियमों या वादों की परवाह नहीं करता
- एकतरफा बातचीत शुरू करता है और जब उसका बोलना ख़तम हो जाए तभी रुकता है
- दोस्तों के साथ खेलने में अच्छा नहीं है और / या उनके साथ हिंसक हो जाता है
- बेचैन रहता है और निरंतर हलचल करता रहता है
- अपने ही बारे में आश्चर्यचकित होता है
- अंत तक निर्देशों / स्पष्टीकरणों को नहीं सुनता है

- समूह गतिविधियों में अन्य बच्चों की तरह कार्य नहीं करता
- तैयारी करने या संवारने के लिए बहुत समय लगता है
- चित्रकला और / या कैंची का उपयोग करने में अच्छा नहीं है
- छूना पसंद नहीं करता है
- टॉयलेटिंग और कपड़े बदलने जैसी आत्म-देखभाल गतिविधियां सीखने में देरी करता है।

- अक्सर दूसरे उससे बात कर रहे हैं इस बारे में सचेत नहीं होता है
- अक्षरों या संख्याओं को अच्छी तरह से नहीं समझता है
- कुछ चीजों में वह बहुत अच्छा है, और कुछ चीजों में बहुत बुरा है

बच्चे का ऐसा व्यवहार और प्रवृत्ति माता-पिता की चिंताओं का कारण बन सकता है

आप और आपका परिवार निराश हो सकता है और उसे तकलीफदेह समझ सकता है, या यह सोचकर चिंतित हो सकता है कि आपका पालन-पोषण कहीं गलत हो रहा है।

हालाँकि इस तरह के व्यवहार अस्थायी हो सकते हैं, यह भी संभव है कि आपके बच्चे को विकास संबंधी समस्याएं या विकासात्मक विकार हों।

市区町村が行う健康診査を受けましょう

市区町村の役所では、無料で乳幼児健康診査（健診）を行っています。

お子さんの健康や発達の状態を確認するために大切な機会です。かならず受けましょう。それぞれの健康診査の時期は、自治体によってちがいます。役所に確認してください。

乳児健康診査

いつ？

お子さんが3～4か月になったとき

何をする？

- 医師が診察します。
- 身長や体重をはかります。
- 保健師に心配なことを相談することができます。
- 栄養士が離乳食について教えてくれます。

1歳6か月児健康診査

いつ？

お子さんが1歳6か月になってから2歳になる前までの間

何をする？

- 医師が診察します。
- 歯科医師が診察します。
- 身長や体重をはかります。
- 保健師に心配なことを相談することができます。

स्वास्थ्य जाँच का उपयोग करें

प्रत्येक स्थानीय सरकार शिशु की निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच प्रदान करती है। कृपया इस जाँच का लाभ उठाएं क्योंकि यह आपके बच्चे के स्वास्थ्य और विकास के बारे में जानने का एक महत्वपूर्ण अवसर है।

चेकअप शेड्यूल के विवरण के लिए, कृपया अपनी स्थानीय सरकार से संपर्क करें क्योंकि प्रत्येक क्षेत्र अलग-अलग शेड्यूल का अनुसरण करता है।

शिशु की जाँच

कब करें? जब आपका बच्चा 3 से 4 महीने का है।

कौनसी सेवाएँ पा सकते हैं?

- डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- ऊँचाई और वजन की जाँच
- अगर आपको कोई चिंता है, तो सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स के साथ परामर्श
- पोषण विशेषज्ञ की सलाह

18 महीने की जाँच

कब करें? आपका बच्चा 18 महीने का होने के बाद और 24 महीने का होने से पहले।

कौनसी सेवाएँ पा सकते हैं?

- डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- दांत के डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- ऊँचाई और वजन की जाँच
- अगर आपको कोई चिंता है,
  तो सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स के साथ परामर्श

3歳児健康診査

いつ？　お子さんが3歳になってから4歳になる前までの間

何をする？

- 医師が診察します。
- 歯科医師が診察します。
- 身長や体重をはかります。
- 尿の検査をします。
- 視覚や聴覚の検査をします。
- 保健師、栄養士、心理士などに心配なことを相談することができます。

【視覚検査】

6歳ごろまで、視力は発達しつづけます。できるだけ早く視力の異常や斜視を見つけて治療することができれば、回復が期待できます。

【聴覚検査】

聞こえの異常や耳の病気を見つける検査です。耳が聞こえないと、言葉の発達も遅れます。できるだけ早く見つけることが大切です。

○ 健康診査ごとに、受けることができる年齢が決まっています。

○ 健康診査の費用は、すべて0円です。

○ 決められた健康診査の日に受けられなかったときは、役所の窓口に聞いてください。

3 साल की जाँच

कब करें? आपका बच्चा 3 साल का होने के बाद और 4 साल का होने से पहले

कौनसी सेवाएँ पा सकते हैं?

- डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- दांत के डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- ऊँचाई और वजन की जाँच
- मूत्र परीक्षण
- दृष्टि और श्रवण परीक्षण
- अगर आपको कोई चिंता है, तो सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स, पोषण विशेषज्ञ या मनोवैज्ञानिक के साथ परामर्श

- **दृष्टि परीक्षण**
  छह साल की उम्र तक आंखों की रोशनी विकसित होती रहती है। दृष्टि की समस्याओं का जल्द पता लगाने और उपचार से रोग का निदान बेहतर हो सकता है।
- **श्रवण परीक्षण**
  यह परीक्षण इस बात की जांच करता है कि क्या आपके बच्चे को सुनने की समस्याएं और / या कान के रोग हैं। प्रारंभिक पहचान महत्वपूर्ण है क्योंकि श्रवण भाषा के विकास को प्रभावित करता है।

- ◻ प्रत्येक चेकअप केवल तब उपलब्ध होगा जब आपका बच्चा निर्दिष्ट आयु सीमा के भीतर हो।
- ◻ हर चेकअप नि:शुल्क है; परामर्श के लिए कोई अतिरिक्त शुल्क नहीं है।
- ◻ यदि आप दिए गए चेकअप दिनांक को नहीं जा पाए तो कृपया अपने स्थानीय सरकारी कार्यालय से संपर्क करें।

就学時健康診断

いつ？

お子さんが小学校に入る前の年の9月ごろ、市区町村の教育委員会からお知らせが届きます（なお、外国籍または無国籍の子どもが日本の小学校に入学を希望する場合には、お住まいの市区町村の教育委員会に就学希望の申請をすることが必要です）。

何をする？

入学する予定の小学校に行って、就学時健康診断を受けましょう。

- 医師が診察します。
- 歯科医師が診察します。
- 身長や体重をはかります。
- 視力や聴力の検査をします。
- 簡単な知能検査をします。

就学相談

教育委員会や教育センターは、障害のあるお子さん、小学校での生活に心配なことがあるお子さんの相談を行っています。保育所や幼稚園の先生が、教育委員会に相談するように勧めることもあります。

就学相談は予約が必要です。予約については、教育委員会に聞いてください。

○ 障害のあるお子さんのための教育

子どもがどこで教育を受けるかは、親や子どもの考えを最大限尊重して、教育委員会が決めます。

小学校には、「特別支援学級」や「通級指導教室」があります。「特別支援学校」は、障害が重いお子さんのための学校です。「特別支援学級」や「特別支援学校」を見学することができます。教育委員会に聞いてください。

स्कूल में प्रवेश करते समय स्वास्थ्य की जाँच

कब करें?

स्कूल शुरू होने से पहले आपको सितंबर के आसपास स्थानीय शिक्षा बोर्ड द्वारा सूचित किया जाएगा, क्योंकि बच्चे अपने 6 वें जन्मदिन के बाद के अप्रैल में स्कूल में प्रवेश करते हैं। (कृपया ध्यान दें यदि बच्चा स्टेटलेस है या विदेशी नागरिकता का है तो जापानी प्राथमिक विद्यालय में प्रवेश करने के लिए एक आवेदन स्थानीय बोर्ड को प्रस्तुत करना होगा।)

कौनसी सेवाएँ पा सकते हैं?

- जाँच उस प्राथमिक स्कूल में होगी जहां आपका बच्चा प्रवेश कर रहा है
- डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- दांत के डॉक्टर द्वारा परीक्षण
- ऊँचाई और वजन की जाँच
- दृष्टि और श्रवण परीक्षण
- संक्षिप्त बुद्धिमत्ता परीक्षण

स्कूल में प्रवेश

स्थानीय शिक्षा बोर्ड या शिक्षा केंद्र विकलांग बच्चों या प्राथमिक स्कूल जीवन से संबंधित चिंताओं के लिए परामर्श प्रदान करता है। आपके प्रीस्कूल या किंडरगार्टन के शिक्षक आपको बोर्ड से परामर्श लेने की सलाह भी दे सकते हैं।

स्कूल प्रवेश परामर्श केवल अपॉइंटमेंट के द्वारा होता है। अपॉइंटमेंट के लिए कृपया अपने स्थानीय शिक्षा

- **विकलांग बच्चों के लिए शिक्षा**

  माता-पिता और बच्चे की इच्छाओं का यथासंभव सम्मान करते हुए, बच्चे के लिए किस प्रकार की स्कूली शिक्षा सबसे अनुकूल है यह निर्णय शिक्षा बोर्ड लेता है।

  प्राथमिक स्कूलों में विभिन्न शैक्षिक आवश्यकताओं वाले बच्चों के लिए **"विशेष कक्षाएं"** और / या **"संसाधन कक्ष"** हैं, जहां बच्चे नियमित कक्षाओं के साथ विशेष निर्देश प्राप्त करते हैं। गंभीर रूप से विकलांग बच्चों के लिए **"विशेष आवश्यकताओं वाली शिक्षा के लिए स्कूल"** भी हैं।

  आप इन विशेष कक्षाएं और विशेष आवश्यकताओं वाली शिक्षा के स्कूलों का दौरा कर सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए कृपया अपने स्थानीय शिक्षा बोर्ड से संपर्क करें।

【参考】特別な支援が必要なお子さんの教育（特別支援教育）の場

小学校・中学校

通常の学級

集団生活の中で、特別な支援が必要なお子さんに対する配慮や工夫をしています。

通級による指導（通級指導教室）

ほとんどの授業を通常の学級で受けて、決まった時間（月または週に数回）だけ別の教室に通います。お子さんの学習や生活の課題について、個別の支援を受けることができます。

特別支援学級

少人数の学級です。

対象のお子さんの障害によって、知的障害、肢体不自由、病弱・身体虚弱、弱視、難聴、言語障害、自閉症・情緒障害の7種類の学級があります。

学校によって、設置されている学級の種類や数がちがいます。

＊「通級指導教室」や「特別支援学級」が設置されていない学校もあります。

特別支援学校

視覚障害、聴覚障害、肢体不自由、病弱、知的障害のあるお子さんのための学校です。

知的障害のある自閉症スペクトラム障害のお子さんは、知的障害のある特別支援学校の対象になります。

少人数の学級で、障害に応じた専門的な教育を行っています。

विशेष आवश्यकता वाले बच्चों के लिए स्कूलिंग विकल्प

प्राथमिक और जूनियर हाई स्कूल

नियमित कक्षा

विशेष आवश्यकताओं वाले बच्चों को मुख्य धारा में अतिरिक्त ध्यान और सहायता दी जाती है।

विशेष निर्देशों के लिए संसाधन कक्ष

संसाधन कक्ष में सप्ताह या महीने में कुछ बार विशेष निर्देश प्रदान किए जाते हैं जबकि बाकी पाठ्यक्रम नियमित कक्षाओं में प्रदान किए जाता हैं।
बच्चे शैक्षणिक कार्य के लिए व्यक्तिगत पाठ ले सकते हैं, या रोजमर्रा की जिंदगी के लिए दैनिक कौशल सीख सकते हैं।

विशेष कक्षाएं

क्लास में विद्यार्थियों की संख्या कम होती है। विकलांगता के प्रकार के आधार पर छह प्रकार के विशेष कक्ष हैं: निम्न दृष्टि, श्रवण हानि, बौद्धिक विकलांगता, शारीरिक विकलांगता, स्वास्थ्य हानि, आत्मकेंद्रित और भावनात्मक अशांति। कक्षाओं के प्रकार और संख्या स्कूलों के अनुसार भिन्न हो सकती हैं।

टिप्पणी: हर स्कूल में संसाधन कक्ष प्रणाली या विशेष आवश्यकताओं वाले कक्ष नहीं हैं।

विशेष आवश्यकताओं वाली शिक्षा के लिए स्कूल

यह स्कूल दृष्टि हानि, श्रवण हानि, शारीरिक विकलांगता, स्वास्थ्य हानि या बौद्धिक विकलांगता वाले बच्चों के लिए होते हैं। बौद्धिक विकलांगता वाले स्कूल ऑटिजम स्पेक्ट्रम विकार (ए एस डी) से पीड़ित उन बच्चों को भी समायोजित करते हैं, जिन्हें बौद्धिक विकलांगता हैं।

क्लास में विद्यार्थियों की संख्या कम होती है, और पाठ्यक्रम प्रत्येक विकलांगता के अनुसार तैयार किया होता है।

相談したい

相談をしましょう

子どもの特徴や発達のしかたはひとりひとり違います。心配なことがあれば早めに相談して、お子さんの特徴に合った対応をすることが大切です。

○ 子育ての悩みや、お子さんの発達で心配なことなどは、まずは市区町村の保健師に相談しましょう。
○ 保育所・幼稚園に通っている場合は、お子さんの様子について、普段から保育士とよく話し合いましょう。
○ 市区町村によっては、発達相談員による個別相談や、巡回相談を行っています。
○ 市区町村によっては、親子で一緒に通う子育て支援の教室を開いています。お子さんの発達に合った関わり方を学ぶことができます。

こんな場所でも相談できます

○ 保健所、保健センター
○ 児童発達支援センター
○ 子育て支援センター、つどいの広場など

※相談できる人・場所（窓口）は、市区町村によってちがいます。

अपने बच्चे के विकास के बारे में परामर्श लेने के लिए

परामर्श सेवाओं का उपयोग करें

व्यक्तित्व लक्षण और विकासात्मक प्रक्षेपवक्र हर बच्चे में भिन्न हो सकते हैं। जब आपको कोई भी चिंता हो तो जल्दी से परामर्श लेना महत्वपूर्ण है ताकि आप उनका उचित रूप से समाधान कर सकें।

- अपने बच्चे के पालन-पोषण और / या विकास से संबंधित चिंताओं के लिए, स्थानीय सरकार के लिए काम करने वाले सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स से परामर्श लें।
- यदि आपका बच्चा प्रीस्कूल या किंडरगार्टन में जाता है, तो शिक्षकों के साथ नियमित रूप से चर्चा करें कि कक्षा में वह कैसा कार्य कर रहा है।
- आपकी स्थानीय सरकार आपको व्यक्तिगत परामर्श, या आपके बच्चे के प्रीस्कूल या किंडरगार्टन में विकास परामर्शदाताओं को भेजकर ऑनसाइट परामर्श दे सकती है।
- आपकी स्थानीय सरकार बच्चे के विकासात्मक चरण के लिए उपयुक्त तरीके से अपने बच्चे के साथ बातचीत करने के तरीके के बारे में जानने के लिए माता-पिता और उनके बच्चों के लिए समूह कार्यशालाएं आयोजित कर सकती है।

अन्य परामर्श विकल्प

- सार्वजनिक स्वास्थ्य संस्थान, सार्वजनिक स्वास्थ्य केंद्र
- बाल विकास के लिए सहायता केंद्र
- पालन-पोषण सहायता केंद्र, बच्चों और माता-पिताओं का सम्मेलन (त्सुदोई-नो हिरोबा)

टिप्पणी: परामर्श सेवाओं का विवरण स्थानीय सरकारों के अनुसार भिन्न हो सकता है। अधिक जानकारी के लिए कृपया अपने स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य संस्थान / केंद्र में सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स से संपर्क करें।

お住まいの市区町村の相談機関

市区町村には、いろいろな相談窓口があります。お子さんのことで心配があったら相談してみましょう。

<table>
<tr><th rowspan="2">名称</th><th>対象者</th><th>曜日・時間</th><th>電話番号</th><th>通訳</th></tr>
<tr><th colspan="4">対応している相談内容</th></tr>
<tr><td rowspan="2">[記入例]
○□市子ども発達センター</td><td>18歳未満の
子ども、保護者</td><td>月～金
9時～17時
祝日休み</td><td>(04)
○○○-○○○</td><td>△一部可能
(○○語)</td></tr>
<tr><td colspan="4">例)子どもの発達に関する相談、検査、妊娠、出産、子育ての相談</td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
</table>

आप जहां रहते हैं वहां के परामर्श विकल्प

प्रत्येक स्थानीय सरकार के पास परामर्श के लिए विभिन्न विकल्प हैं।
अगर आपको अपने बच्चे को लेकर कोई चिंता है तो कृपया उन सेवाओं का उपयोग करें।

संस्थान	अभिप्रेत परामर्शदाता	खुलने का समय	फ़ोन	अनुवादक
	परामर्श का क्षेत्र			
[उदाहरण] XYZ शहर बाल विकास केंद्र	18 से कम उम्र के बच्चे और माता-पिता	सोम-शुक्र, सुबह 9 बजे-शाम 5 बजे सार्वजनिक छुट्टियों पर बंद	(04) 000-000	△ आंशिक रूप से उपलब्ध (भाषाएँ)
	जैसे, बाल विकास, विकास संबंधी आकलन, गर्भावस्था, प्रसव, पालन-पोषण			

発達障害ってなんだろう？

「発達障害」は、脳の機能の発達が関係する、多くは生まれつきの障害です。発達障害には下の図のようないくつかのタイプがあります。同じ障害でも特徴のあらわれかたには個人差があります。また、いくつかの発達障害をもっている人もいます。

知的発達が遅れることもある

広汎性発達障害
自閉症スペクトラム障害　ASD

自閉症　アスペルガー症候群

- 言葉の発達の遅れ
  （アスペルガー症候群では、ことばの遅れはみられません）
- コミュニケーションの 難しさ
- 対人関係・社会性の問題
- パターン化した行動
  興味のかたより、こだわり
- 感覚が過敏、または鈍感、不器用など

注意欠陥多動性障害　ADHD
（注意欠如・多動症、注意欠如・多動性障害）

- 集中できない
- じっとしていられない
- 衝動的に行動する

学習障害　LD
（限局性学習症、限局性学習障害）

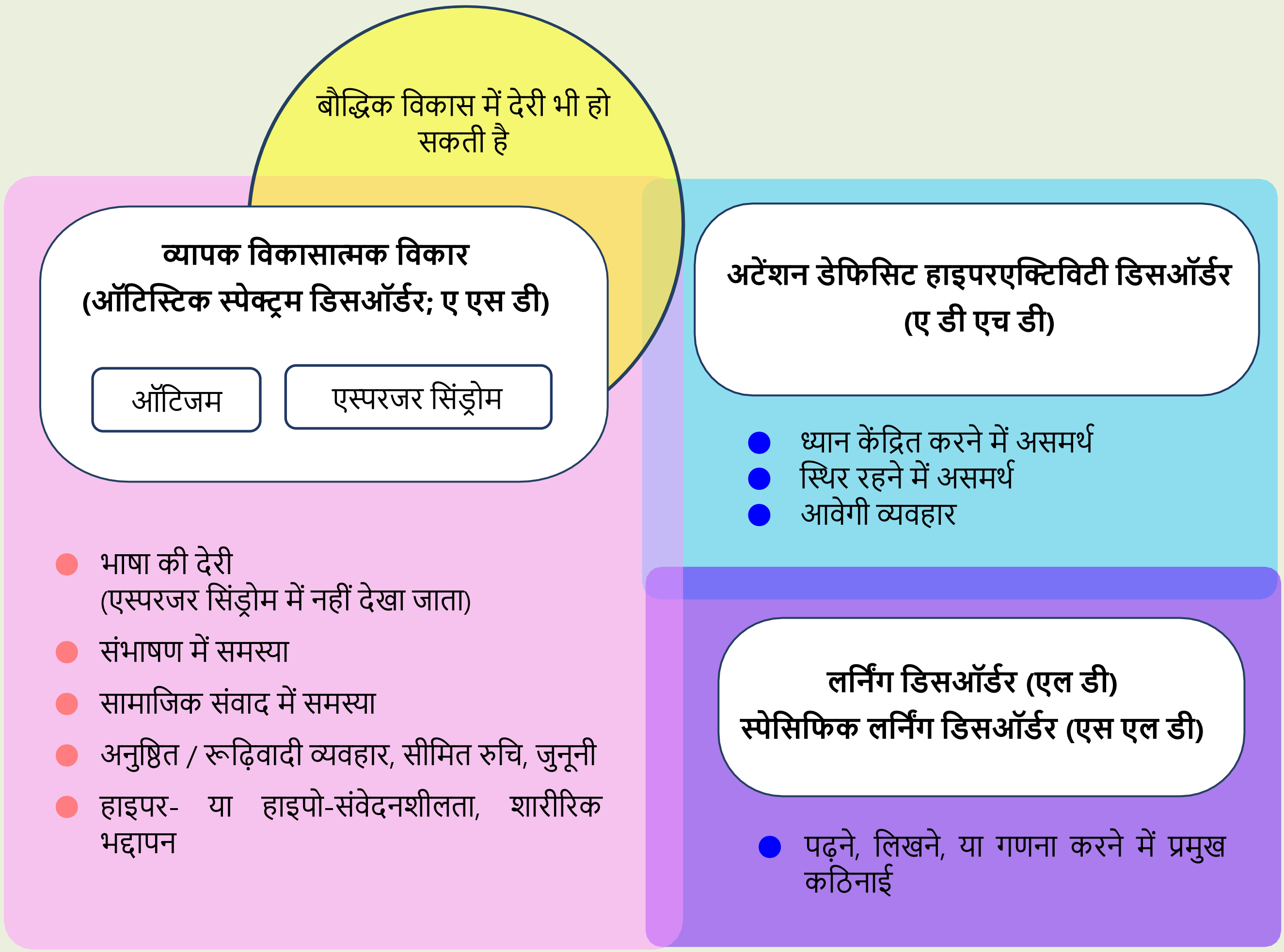
- 全体的な知的発達は遅れていないが、
  「読む」、「書く」、「計算する」ことのどれかが大変苦手

※このほか、トゥレット症候群、吃音（症）、発達性協調運動障害なども発達障害に分類されています。

発達障害者支援法における発達障害の定義（第2条）…
発達障害とは、発達障害（自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害などの脳機能の障害で、通常低年齢で発現する障害）がある者であって、発達障害および社会的障壁により日常生活または社会生活に制限を受けるもの　※ICD－10 における F80-98 に含まれる障害

विकासात्मक विकार क्या हैं?

विकासात्मक विकारों (डीडी) की विशेषता मस्तिष्क के कार्यों के विकास में कमी है और कई मामलों में ये जन्मजात होते हैं। डीडी के निम्नलिखित प्रकार हैं। यहां तक कि एक ही विकार से ग्रस्त लोग अलग-अलग अभिव्यक्तियां दिखाते हैं। एक से अधिक प्रकार के डीडी होना भी संभव है।



टिप्पणी: अन्य डीडी में टॉरेट सिंड्रोम, हकलाना और विकासात्मक समन्वय विकार शामिल हैं

विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के सहायता पर अधिनियम में विकासात्मक विकारों की परिभाषा:
"विकासात्मक विकारों में मस्तिष्क के कार्यों के विकास में कमी आनेवाले विकार जैसे कि ऑटिजम, एस्परजर सिंड्रोम, और लर्निंग डिसऑर्डर, अटेंशन डेफिसिट हाइपरएक्टिविटी डिसऑर्डर तथा अन्य व्यापक विकासात्मक विकार भी शामिल हैं, जिसकी शुरुआत कम उम्र में होती है". डीडी से ग्रस्त व्यक्ति वे हैं, जो "डीडी और सामाजिक बाधाओं के कारण उनके दैनिक या सामाजिक जीवन में सीमाओं के अधीन हैं"।
टिप्पणी: डीडी को परिभाषित करने का एक और तरीका ICD-10 में F80-98 के रूप में गिने जाने वाले विकार हैं।

発達障害者支援法について

日本には「発達障害者支援法」という法律があります。発達障害のある方（子どもから大人まで）やその家族を支えるための法律です。

発達障害者支援法は、発達障害のある子どもが健やかに育ち、その家族が安心して子育てができる地域社会づくりを目指しています。

発達障害者支援センターについて

発達障害のある方やその家族が安心して生活できるように、地域にはいろいろな相談機関があります。

「発達障害者支援センター」は、各都道府県における支援の中心的な役割を果たしています。全ての都道府県・政令指定都市にあります。

〇全国の発達障害者支援センターに関する情報は下のウェブサイトに載っています。

発達障害情報・支援センター

https://www.rehab.go.jp/ddis/

【お住まいの地域の発達障害者支援センター】

センター名：

連絡先：

विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता पर अधिनियम

विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता पर अधिनियम एक जापानी कानून है जो डीडी से ग्रस्त बच्चों (उनकी उम्र की परवाह किए बिना) और उनके परिवारों को सहायता प्रदान करने के उद्देश्य से स्थापित किया गया है।

अधिनियम का उद्देश्य एक ऐसे समाज को प्राप्त करना है जहां डीडी से ग्रस्त बच्चे अपनी क्षमता का एहसास कर सकें और परिवार उन्हें सुरक्षा की भावना के साथ बड़ा कर सकें।

विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता केंद्र

जापान में विभिन्न संगठन हैं जो डीडी से ग्रस्त लोगों को और उनके परिवारों लिए परामर्श सेवाएँ प्रदान करते हैं। प्रत्येक प्रीफेक्चर और अध्यादेश-निर्दिष्ट शहर में विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता केंद्र है, जो जानकारी एवं सहायता प्रदान करने में केंद्रीय भूमिका निभाता है।

कृपया देश भर में सहायता केंद्रों की जानकारी के लिए निम्नलिखित वेबसाइट देखें:

विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए

जानकारी एवं सहायता केंद्र

https://www.rehab.go.jp/ddis/

[आपके क्षेत्र में विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता केंद्र]

नाम:

संपर्क:

病院に行きたい

病院について

発達障害の診断は、専門の医師（小児科医、児童精神科医）が行います。医師の診察を希望されるなら、次のような準備をしましょう。

○ 専門の医師のいる病院を調べましょう。市区町村の保健師や発達障害者支援センターなどに相談しましょう（多くの病院は予約制です）。

○ 初めての診察の時は、健康保険証と母子健康手帳を持っていきましょう。

○ お子さんのことで心配なことや、家や保育所での様子について、前もってまとめ、書いておくとよいでしょう。

検査、個別療法

病院では、必要があれば、専門の職員が検査や個別療法をします。検査には知能・発達検査、聴力検査、脳波検査などがあります。個別療法には理学療法、作業療法、言語聴覚療法、心理療法があります。

お子さんの状態によって実施する内容は異なります。

お子さんが発達障害と診断されたら…

お子さんが発達障害と診断されて、ご心配なことでしょう。しかし、環境の工夫や適切なかかわり方で、お子さんの状態は着実に良くなっていきます。

対応の仕方については、担当の医師や専門の職員に相談しましょう。

डॉक्टर को दिखाना

डॉक्टर को दिखाना, मूल्यांकन और चिकित्सा

जापान में, डीडी का निदान शिशु रोग विशेषज्ञ या बाल मनोचिकित्सक जैसे विशेषज्ञ द्वारा किया जाता है। यदि आप डॉक्टर को दिखाना चाहते हैं, तो यह अच्छा है कि:

- आप सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्सों या विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता केंद्र में पूछें, जहां आप डीडी के विशेषज्ञ से मिल सकते हैं। (कृपया ध्यान दें कि कई अस्पतालों में अपॉइंटमेंट की आवश्यकता होती है।)
- पहली बार डॉक्टर के पास जाते वक्त अपने साथ अपने बच्चे का स्वास्थ्य बीमा कार्ड और मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य पुस्तिका लाएँ।
- डॉक्टर को बताने के लिए अपनी चिंताए और आपका बच्चा घर में और / या प्रीस्कूल में कैसे होता है, यह लिखें।

मूल्यांकन और चिकित्सा

शायद डॉक्टर चाहेंगे कि आपका बच्चा विशेष स्टाफ द्वारा मूल्यांकन और / या व्यक्तिगत चिकित्सा प्राप्त करें। निर्णय आपके बच्चे की जरूरतों और परिस्थिति पर आधारित होगा।

मूल्यांकन में बुद्धिमत्ता / विकासात्मक परीक्षण, श्रवण परीक्षण और इलेक्ट्रोएन्सेफलोग्राफी शामिल हैं। व्यक्तिगत चिकित्सा में शारीरिक चिकित्सा, व्यावसायिक चिकित्सा, भाषण-भाषा-श्रवण चिकित्सा और मनोचिकित्सा शामिल हैं।

यदि आपके बच्चे में डीडी का निदान हुआ है तो...

आपके बच्चे को डीडी है यह पता चलना बहुत ही चिंताजनक हो सकता है। हालाँकि, वातावरण का समायोजन और उसके साथ आपकी बातचीत के द्वारा उसका विकासात्मक परिणाम सकारात्मक रूप से प्रभावित किया जा सकता है। कृपया डॉक्टर और विशेष स्टाफ के साथ चर्चा करें और पता करें कि आपके बच्चे के लिए क्या अच्छा हो सकता है।

快適に過ごすための薬の利用

医師が診察をして薬が必要だと判断した場合には、薬を飲むことを勧められます。薬の効果や副作用について、担当の医師と十分話し合いましょう。

発達障害そのものを薬で治すことはできません。しかし、発達障害のお子さんによくみられる症状のなかには、薬でやわらげることができるものもあります。

【代表的な薬】

○ 中枢神経刺激薬	注意欠陥多動性障害の多動、不注意、衝動性を軽くします。
○ 抗不安薬	不安な気持ちを軽くします。
○ 抗精神病薬	激しい興奮や妄想などをやわらげます。
○ 抗てんかん薬	てんかん発作を抑えます。
○ 睡眠薬	睡眠のリズムを整えます。

薬によって症状がやわらぐと、お子さんがもっと快適に過ごしやすくなります。決められた回数と量を守って飲みましょう。

☆ 病院の医師や専門の職員の説明で、よくわからないことがあったら、遠慮しないで質問しましょう。

☆ 保健師や保育所・幼稚園の先生達なども、身近な頼れる存在です。お子さんの様子について普段からよく話し合い、みんなで一緒にお子さんの成長や発達を見守りましょう。

इलाज करना

डॉक्टर आपके बच्चे को अधिक आरामदायक होने में मदद करने के लिए दवा लेने का सुझाव दे सकते हैं। सुझाए गए दवा के प्रभाव और दुष्प्रभावों पर चर्चा करें।

दवा डीडी को ठीक नहीं करती है, लेकिन यह आमतौर पर डीडी से ग्रस्त बच्चों में पाए जाने वाले कुछ लक्षणों को कम कर सकती है।

[अक्सर इस्तेमाल की जाने वाली दवाइयाँ]

- केंद्रीय तंत्रिका प्रणाली उत्तेजक: ए डी एच डी की अति सक्रियता, असावधानी और आवेग को कम करने में मदद के लिए
- घबराहट-रोधी दवा: चिंता और अन्य असहज भावनाओं को कम करने के लिए
- एंटीसाइकोटिक दवा: गंभीर व्याकुलता और भ्रम को कम करने के लिए
- अपस्मार-रोधी दवा: मिर्गी के दौरे को नियंत्रित करने में मदद के लिए
- नींद की गोलियां: स्वस्थ नींद की आदत बनाने के लिए

दवाएं आपके बच्चे के लक्षणों को कम कर, उन्हें अधिक आराम से जीवन जीने में मदद कर सकती हैं। कृपया निर्देशों के अनुसार आवृत्ति और मात्रा का पालन करना सुनिश्चित करें।

☆ यदि आप उनके स्पष्टीकरण के बारे में अनिश्चित हैं, तो कृपया डॉक्टर या विशेष स्टाफ से सवाल पूछने में संकोच न करें।

☆ आप सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्सों और प्रीस्कूल या किंडरगार्टन शिक्षकों से भी सलाह ले सकते हैं। उन्हें नियमित रूप से बताएं और चर्चा करें कि आपका बच्चा कैसे कर रहा है ताकि आप उनके साथ मिलकर अपने बच्चे की निगरानी कर सकें।

障害者手帳について知りたい

利用できるサービスの例

障害があることを示す手帳（障害者手帳）を持っていると、障害の種類や程度によって、いろいろな福祉サービス（手当金など）を利用することができます。手帳がほしい人は、役所で手続きをします。

手帳には、障害の種類によって「療育手帳」、「精神障害者保健福祉手帳」、「身体障害者手帳」の3種類があります。

＊ 手帳があると、福祉サービスを受ける場合の手続きが簡単になります。

＊ 手当金などの金額は、障害の種類や程度によってちがいます。

＊ 対象者、サービスの内容などは、市区町村によって一部ちがいます。

くわしいことは、お住まいの市区町村の福祉担当窓口におたずねください。

【 例 】

○ 手当金がもらえます。

○ 病院に払ったお金の一部が戻ってきます。

○ 税金が安くなります

○ 電車、バス、航空機（国内線）などの料金が安くなります。

・ ほかにもいろいろなサービスがあります。

विकलांग व्यक्तियों के लिए प्रमाण पत्र

लाभ के उदाहरण

विकलांग व्यक्ति के लिए प्रमाणन होने से, विकलांगता के प्रकार और गंभीरता के आधार पर मिलनेवाली विभिन्न कल्याणकारी सेवाएँ तथा भत्ते प्राप्त करने में आसानी होती है। आपको अपने स्थानीय सरकारी कार्यालय से प्रमाणपत्र प्राप्त करना चाहिए।

विकलांगता के प्रकार के अनुसार तीन प्रकार के प्रमाणपत्र हैं: बौद्धिक विकलांगता प्रमाण पत्र (पुनर्वास प्रमाण पत्र), मानसिक विकलांगता प्रमाण पत्र, और शारीरिक विकलांगता प्रमाण पत्र।

- प्रमाणपत्र होने से कल्याणकारी सेवाएँ प्राप्त करने की प्रक्रिया सरल हो जाती है।
- भत्ते की मात्रा विकलांगता के प्रकार और गंभीरता पर निर्भर करती है।
- पात्रता जैसी व्यक्तिगत कल्याण सेवाएँ, स्थानीय सरकारों के अनुसार भिन्न हो सकती हैं।

अधिक जानकारी के लिए, कृपया स्थानीय सरकार के कल्याण प्रभाग के प्रभारी से संपर्क करें।

[लाभ के उदाहरण]

- भत्ता
- चिकित्सा खर्चों की आंशिक भरपाई
- कर में छूट
- ट्रेन, बस और घरेलू हवाई जहाज के किराए में छूट
- टोल सड़कों पर छूट

... और अधिक

療育手帳

対象

○ 知的障害がある人

○ 発達障害と知的障害がある人

方法

○ 児童相談所（児童相談センター）で、障害の程度などを判定してもらいます（18歳以上の人は、知的障害者更生相談所でおこないます）。

気をつけること

知的障害は、発達にしたがって障害の程度が変わる可能性があります。そのため、決められた時期に再判定をすることになっています。時期は、お住まいの都道府県などによってちがいます。

精神障害者保健福祉手帳

対象

○ 次のような精神障害があって、生活に援助が必要な状態が続いている人

・発達障害　・うつ病、そううつ病などの気分障害　・統合失調症

・てんかん　・薬物依存症　・高次脳機能障害

・そのほかの精神疾患（ストレス関連障害など）

方法

○ 市区町村の窓口で手続きをします。

○ 次の書類が必要です。

①窓口にある申請書

②医師の診断書　（障害年金をもらっている人は、受給証書のコピーでもよい）

③本人の写真

気をつけること

2年ごとに、更新手続きが必要です。その時には、いつも医師の診断書が必要です。

बौद्धिक विकलांगता प्रमाण पत्र

कौन पात्र है

- बौद्धिक विकलांगता से ग्रस्त व्यक्ति
- डीडी और बौद्धिक विकलांगता दोनों से ग्रस्त व्यक्ति

आवेदन कैसे करें

- 18 वर्ष से कम आयु के बच्चों के लिए बाल मार्गदर्शन केंद्र में और 18 वर्ष या उससे अधिक के लिए बौद्धिक विकलांग लोगों के लिए पुनर्वास परामर्श केंद्र में गंभीरता का निर्धारण करने के लिए मूल्यांकन परीक्षण करें।

टिप्पणी: चूंकि समय के साथ किसी की बौद्धिक विकलांगता की गंभीरता बदल सकती है, इसलिए प्रत्येक प्रीफेक्चर द्वारा निर्दिष्ट अंतरालों पर गंभीरता का पुनः मूल्यांकन करना आवश्यक है।

मानसिक विकलांगता प्रमाण पत्र

कौन पात्र है

- जिन व्यक्तियों को मानसिक विकलांगता के कारण आजीविका सहायता की आवश्यकता होती है जैसे:
  - विकासात्मक विकार - सिजोफ्रेनिया
  - मनोदशा विकार (जैसे, उदासीनता, बाइपोलर डिसऑर्डर)
  - मिर्गी - मादक पदार्थों की लत - उच्च मस्तिष्क शिथिलता
  - अन्य मानसिक विकार (जैसे, तनाव से संबंधित विकार)

आवेदन कैसे करें

- स्थानीय सरकारी कार्यालय में कल्याण विभाग में जाएं
- निम्नलिखित दस्तावेज़ अपने साथ लाएँ:
  1) चिकित्सा प्रमाण पत्र (या विकलांगता पेंशन का प्राप्तकर्ता प्रमाण पत्र यदि लागू हो)
  2) आवेदक की तस्वीर
- आवेदन पत्र भरें (काउंटर पर उपलब्ध)

टिप्पणी: प्रमाणपत्र को हर दो साल में नवीनीकृत किया जाना चाहिए। कृपया प्रत्येक नवीनीकरण के लिए नवीनतम चिकित्सा प्रमाणपत्र तैयार करें।

暮らしに役立つ情報が欲しい（参考情報）

病院や相談機関によっては、外国語を話せる職員がいたり、翻訳アプリで対応をしているところもあります。

一部の地域では、自治体が通訳者を派遣するサービスもあります。

外国語での相談サービス

外国の方が利用できる電話相談サービスがあります。発達障害のことを相談する専用の相談窓口ではありません。しかし、あなたやお子さんがよく話せる言葉で診療をしてくれる病院や通訳者について、相談にのってくれます。

◆ 外国人生活支援ポータルサイト

あなたが日本で生活するために必要な色々な情報がのっています。地域の相談窓口を調べることもできます。

http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html

◆ 電話相談による情報サービス　AMDA国際医療情報センター

あなたの母国語で診療を受けることができる医療機関の紹介や、医療福祉制度の案内を行っています（※わかりやすい日本語で対応いたします）。

東京オフィス事務局（月曜日から金曜日10:00～15:00）
電話番号：03-6233-9266

https://www.amdamedicalcenter.com/

अधिक जानकारी

कुछ अस्पतालों और परामर्श संगठनों में ऐसे कर्मचारी होते हैं जो विदेशी भाषाएं बोलते हैं या विदेशी पृष्ठभूमि वाले परिवारों को समायोजित करने के लिए अनुवाद एप्लिकेशन को अपनाते हैं।
अनुवादक की व्यवस्था के लिए एक सार्वजनिक सेवा भी हो सकती है।

विदेशी भाषाओं में परामर्श

विभिन्न टेलीफोन परामर्श सेवाएं विदेशी निवासियों के लिए उपलब्ध हैं। हालांकि वे डीडी के विशेषज्ञ नहीं हैं, लेकिन कौनसे चिकित्सा संस्थानों में विदेशी भाषा बोलनेवाले कर्मचारी हैं, या फिर अपनी भाषा का अनुवादक कैसे खोजें, आदि के संबंध में सलाह वे प्रदान कर सकते हैं।

◆ विदेशी निवासियों के लिए पॉलिसियों से संबंधित पोर्टल साइट

इस पोर्टल साइट पर विदेशी भाषाओं में टेलिफोन परामर्शों की प्रीफेक्चर के अनुसार क्रमबद्ध सूची है।

http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html

◆ ए एम डी ए अंतर्राष्ट्रीय वैद्यकीय सूचना केंद्र

यह विदेशी निवासियों के लिए एक टेलीफोन सूचना सेवा है जो ऐसी चिकित्सा सुविधाओं की जानकारी प्रदान करती है जहां आप अपनी मूल भाषा में डॉक्टर को दिखा सकते हैं और चिकित्सा कल्याण प्रणाली के बारे में देख सकते हैं। ऑपरेटर सरल (समझने में आसान) जापानी भाषा में बात करता है।

टोकियो कार्यालय
फ़ोन: 03-6233-9266 (सोम-शुक्र, 10: 00-15: 00)

https://www.amdamedicalcenter.com/

翻訳アプリ

◆ 多言語音声翻訳アプリ VoiceTra（ボイストラ）

［開発：NICT（国立研究開発法人情報通信研究機構）］

話しかけると外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリです。翻訳できる言語は31言語で、ダウンロード、ご利用もすべて無料です。

http://voicetra.nict.go.jp/

अनुवाद ऐप

◆ राष्ट्रीय सूचना और संचार संस्थान द्वारा VoiceTra

यह 31 भाषाओं के लिए एक जापानी संभाषण अनुवाद ऐप है।

आप यह ऐप निःशुल्क डाउनलोड और इस्तेमाल कर सकते हैं।

http://voicetra.nict.go.jp/

学校教育に関する情報

◆ 学校教育全般に関する情報サイト【文部科学省】

○ CLARINET へようこそ

海外子女教育、帰国・外国人児童生徒教育等に関するウェブサイトです。

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/main7_a2.htm

○ かすたねっと（CASTA-NET）

外国につながりのある児童・生徒の学習を支援する情報検索サイトです。

https://casta-net.mext.go.jp/

○ 多言語・学校プロジェクト

学校と、外国につながりのある児童生徒の家庭をつなぐ、多言語文書作成支援サイトです。

https://data.casta-net.mext.go.jp/tagengo-gakko.jp/index.html

発達障害に関する情報

○ 発達障害情報・支援センター

発達障害に関する基本的な情報、発達障害の特性と対応、発達障害を支える制度、日本の取り組みや世界の動きなどに関して、最新かつ信頼できる情報を見ることができます。

https://www.rehab.go.jp/ddis/

○ 発達障害教育推進センター

発達障害のある子どもの支援・指導方法、発達障害に関する研究や教材、支援機器を見ることができます。また、教員向けの動画による研修講義や、国の施策・法令なども見ることができます。

http://icedd_new.nise.go.jp/

स्कूली शिक्षा की जानकारी

◆ **शिक्षा, संस्कृति, खेल, विज्ञान और प्रौद्योगिकी मंत्रालय द्वारा सूचनात्मक वेबसाइट्स**

○ **CLARINET (जापानी में)**

विदेशों में रहने वाले जापानी बच्चों के लिए, विदेशों से लौटे जापानी लोगों को और विदेशी पृष्ठभूमि वाले लोगों को शैक्षिक जानकारी प्रदान करता है।

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/main7_a2.htm

○ **CASTA-NET (जापानी में)**

विदेशों से लौटे जापानी लोगों और विदेशी छात्रों के शिक्षण में सहायता करने के उद्देश्य से शैक्षिक जानकारी खोज वेबसाइट।

https://casta-net.mext.go.jp/

○ **प्रोजेक्ट MUSE (शिक्षा के लिए बहुभाषी सहायता) (जापानी में)**

स्कूल और विदेशी पृष्ठभूमि के परिवारों को जोड़ने के उद्देश्य से बहुभाषी सामग्री बनाने के लिए संसाधन प्रदान करता है।

https://data.casta-net.mext.go.jp/tagengo-gakko.jp/index.html

विकासात्मक विकारों के बारे जानकारी

○ **विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए जानकारी एवं सहायता केंद्र (जापानी में)**

विकासात्मक विकार, उनकी विशेषताएं और उनसे निपटने के लिए रणनीतियाँ, डीडी से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता प्रणालियाँ, और घरेलू और वैश्विक रुझानों से संबंधित नवीनतम जानकारी प्रदान करता है।

https://www.rehab.go.jp/ddis/

○ **विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए शिक्षा प्रचार केंद्र (जापानी में)**

डीडी से ग्रस्त बच्चों के लिए शिक्षण रणनीतियाँ, सामग्री और सहायक उपकरण, डीडी पर संशोधन, शिक्षकों के लिए वीडियो व्याख्यान, और संबंधित सरकारी नीतियां और नियमों की जानकारी प्रदान करता है।

http://icedd_new.nise.go.jp/

शब्दकोष

	अंग्रेजी	जापानी वर्णमाला में	हिंदी
A	Act on Support for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai sha shien hō	विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता पर अधिनियम
	ADHD	Chūi kekkan tadōsē shōgai/ADHD	ए डी एच डी
	Allowance	Teate	भत्ता
	Anti-anxiety medication	Kō fuan yaku	घबराहट-रोधी दवा
	Antiepileptic medication	Kō tenkan yaku	अपस्मार-रोधी दवा
	Antipsychotic medication	Kō seishinbyō yaku	एंटीसाइकोटिक दवा
	Appointment	Yoyaku	अपॉइंटमेंट
	Assessment	Kensa	मूल्यांकन
	Auditory test	Chōkaku kensa	श्रवण परीक्षण
	Autism/autism spectrum disorder	Jiheishō/ASD	ऑटिजम/ऑटिजम स्पेक्ट्रम डिस्ऑर्डर
B	Baby health checkup (checkup)	Nyūyōji kenkō shinsa (kenshin)	शिशु स्वास्थ्य जाँच (जाँच)
	Bipolar disorder	Sōkyokusē shōgai	बाइपोलर डिसऑर्डर
	Board of education	Kyōiku iinkai	शिक्षा बोर्ड
C	Central nervous system stimulants	Chūsū shinkei shigeki yaku	केंद्रीय तंत्रिका प्रणाली उत्तेजक
	Certificate for Persons with Disabilities	Shōgaisha techō	विकलांग व्यक्तियों के लिए प्रमाण पत्र
	Child Guidance Center	Jidō sōdanjo	बाल मार्गदर्शन केंद्र
	Child psychiatrist	Jidō seishinkai	बाल मनोचिकित्सक
	Consultation	Sōdan	परामर्श
D	Dentist	Shikaishi/haisha	दांत के डॉक्टर
	Depression	Utsu	उदासीनता
	Development	Hattatsu	विकास
	Developmental coordination disorder	Hattatsu sē kyōchō undō shōgai	विकासात्मक समन्वय विकार
	Developmental disorders	Hattatsu shōgai	विकासात्मक विकार
	Developmental test	Hattatsu kensa	विकासात्मक परीक्षण
	Diagnosis	Shindan	निदान
	Disability	Shōgai	विकलांगता
	Disability pension	Shōgai nenkin	विकलांगता पेंशन
	Doctor (physician)	Ishi/isha	डॉक्टर (चिकित्सक)
	Drug addiction	Yakubutsu izon shō	मादक पदार्थों की लत
E	Education center	Kyōiku sentā	शिक्षा केंद्र
	Effects	Kōka/sayō	प्रभाव

	Eighteen-month (1 year and a half) checkup	Issai rokkagetsuji kenkō shinsa (kenshin)	अठारह महीने की (डेढ़ साल) जाँच
	Electroencephalography	Nōha kensa	इलेक्ट्रोएन्सेफलोग्राफी
	Elementary school	Shōgakkō	प्राथमिक स्कूल
	Emotional disturbance	Jōcho shōgai	भावनात्मक अशांति
	Epilepsy	Tenkan	मिर्गी
H	Health checkup on admission to school	Shūgakuji kenkō shindan	स्कूल में प्रवेश करते समय स्वास्थ्य की जाँच
	Health impairment	Byōjaku／Shintai kyojaku	स्वास्थ्य हानि
	Health insurance card	Hoken shō	स्वास्थ्य बीमा कार्ड
	Hearing impairment	Nanchō	श्रवण हानि
	Higher brain dysfunction	Kōjinō kinō shōgai	उच्च मस्तिष्क शिथिलता
	Hospital	Byōin	अस्पताल
I	Individual consultation	Kobetsu sōdan	व्यक्तिगत परामर्श
	Infant checkup	Nyūji kenshin	शिशु की जाँच
	Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai jōhō shien sentā	विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए जानकारी एवं सहायता केंद्र
	Intellectual Disability Certificate (Rehabilitation Certificate)	Ryōiku techō	बौद्धिक विकलांगता प्रमाण पत्र (पुनर्वास प्रमाण पत्र)
	Intellectual disability	Chiteki shōgai	बौद्धिक विकलांगता
	Intelligence test	Chinō kensa	बुद्धिमत्ता परीक्षण
J	Junior high school	Chūgakkō	जूनियर हाई स्कूल
K	Kindergarten	Yōchien	किंडरगार्टन
L	Learning disorder	Gakushū shōgai/LD	लर्निंग डिसऑर्डर
	Low vision	Jakushi	निम्न दृष्टि
M	Maternal and Child Health Handbook	Boshi kenkō techō (Boshi techō)	मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य पुस्तिका
	Medical certificate/medical card	Shindansho	चिकित्सा प्रमाण पत्र/चिकित्सा कार्ड
	Medication	Kusuri	इलाज करना
	Mental Disability Certificate	Seishin shōgaisha hoken fukushi techō	मानसिक विकलांगता प्रमाण पत्र
	Mood disorders	Kibun shōgai	मनोदशा विकार
N	Nutritionist	Eiyōshi	पोषण विशेषज्ञ
O	Occupational therapy	Sagyō ryōhō	व्यावसायिक चिकित्सा
	On-site consultation	Junkai sōdan	ऑनसाइट परामर्श
P	Parenting support center	Kosodate shien sentā	पालन-पोषण सहायता केंद्र
	Pediatrician	Shōnikai	शिशु रोग विशेषज्ञ
	Physical disability	Shitai fujiyū/shintai shōgai	शारीरिक विकलांगता
	Physical Disability Certificate	Shintai shōgaisha techō	शारीरिक विकलांगता प्रमाण पत्र
	Physical therapy	Rigaku ryōhō	शारीरिक चिकित्सा
	Preschool	Hoikuen	प्रीस्कूल

	Preschool teacher	Hoikushi	प्रीस्कूल शिक्षक
	Promotion Center of Education for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai kyōiku suishin sentā	विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए शिक्षा प्रचार केंद्र
	Psychologist	Shinrishi	मनोवैज्ञानिक
	Psychotherapy	Shinri ryōhō	मनोचिकित्सा
	Public health nurse	Hokenshi	सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स
	Public health center	Hoken sentā	सार्वजनिक स्वास्थ्य केंद्र
R	Rehabilitation Counseling Center for Persons with Intellectual Disabilities	Chiteki shōgaisha kōsei sōdanjo	बौद्धिक विकलांग लोगों के लिए पुनर्वास परामर्श केंद्र
	Resource room	Tsūkyū shidō kyōshitsu	संसाधन कक्ष
	Regular classroom	Tsūjō gakkyū	नियमित कक्षा
S	Schizophrenia	Tōgō shicchō shō	सिजोफ्रेनिया
	School entry	Shūgaku sōdan	स्कूल में प्रवेश
	School for special-needs education	Tokubetsu shien gakkō	विशेष आवश्यकताओं वाली शिक्षा के लिए स्कूल
	Side effects	Fuku sayō	दुष्प्रभाव
	Sleeping pills	Suimin yaku	नींद की गोलियां
	Specialized staff	Senmon sutaffu	विशेष स्टाफ
	Special-needs classroom	Tokubetsu shien gakkyū	विशेष आवश्यकताओं वाले कक्ष
	Speech-language-hearing therapy	Gengo chōkaku ryōhō	भाषण-भाषा-श्रवण चिकित्सा
	Stress-related disorder	Sutoresu sē shōgai	तनाव से संबंधित विकार
	Stuttering	Kitsuon	हकलाना
	Support Center for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai sha shien sentā	विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए सहायता केंद्र
	Support center for child development	Kodomo hattatsu shien sentā	बाल विकास के लिए सहायता केंद्र
T	Three-year checkup	Sansai ji kenkō shinsa （kenshin）	तीन साल की जाँच
	Tourette syndrome	Turetto shōkōgun	टॉरेट सिंड्रोम
	Translator (with oral language)	Tsūyaku	अनुवादक (मौखिक भाषा के साथ)
V	Vision test	Shikaku kensa	दृष्टि परीक्षण
W	Welfare service	Fukushi sābisu	कल्याणकारी सेवा

MEMO

お子さんの発達について心配なことはありますか？
～日本で子育てをする保護者の方へ～〔やさしいにほんご版〕

発 行 日　2019年6月
2021年6月　一部改訂
2025年3月　デザイン改訂
監　　修　髙橋　脩（豊田市福祉事業団　理事長）
協力機関　豊田市こども発達センター　地域療育相談室
編集制作　発達障害児支援における多言語版パンフレット等作成に関する作業部会
（発達障害情報分析会議）
発　　行　国立障害者リハビリテーションセンター　企画・情報部　発達障害情報・支援センター
〒359-8555 埼玉県所沢市並木4－1　ウェブサイト https://www.rehab.go.jp/ddis/

イラスト・デザイン　くすはらくう
デザイン協力　一般社団法人やさしいコミュニケーション協会

〔パンフレットのご利用について〕 このパンフレットは原則、印刷・配布は自由です。

なお、パンフレットの内容について、発達障害情報・支援センターに無断で改変をおこなうことはできません。

このパンフレットのデザイン・イラストは以下の研究費により制作されました。
厚生労働科学行政推進調査事業費「障害者総合支援法の対象範囲の検討と障害福祉計画の作成に向けたデータ利活用の手法の確立に関する研究」
（研究代表：今橋久美子）

क्या आप आपके बच्चे के विकास को लेकर चिंतित हैं ?
~ जापान में बच्चों की परवरिश करने वाले माता-पिताओं के लिए ~ 〔हिंदी〕

अंक
फरवरी 2021 / मार्च 2025 डिज़ाइन संशोधन

संपादकीय पर्यवेक्षक
डॉ. ओसामु ताकाहाशी, बोर्ड अध्यक्ष, टोयोटा नगर समाज कल्याण निगम

सहयोग
सामुदायिक हस्तक्षेप परामर्श कक्ष, टोयोटा बाल विकास केंद्र

संपादक और निर्माता
विकासात्मक विकारों से ग्रस्त बच्चों की सहायता के लिए बहुभाषी पत्रक और अन्य सामग्री के विकास पर कार्य समूह
(विकासात्मक विकारों का सूचना विश्लेषण सम्मेलन)

प्रकाशक
विकासात्मक विकारों से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए जानकारी एवं सहायता केंद्र
योजना और सूचना प्रभाग, राष्ट्रीय विकलांग पुनर्वास केंद्र
पता: 4-1 नामिकी, तोकोरोज़ावा-शि, साइतामा 359-8555, जापान
वेबसाइट**:** https://www.rehab.go.jp/ddis/

Design and illustration Kuu Kusuhara
Design cooperation Simple Communication Association (General Incorporated Association)

イラスト･デザイン くすはらくう
デザイン協力 一般社団法人やさしいコミュニケーション協会

The design and illustration of this booklet were funded by:
Health Labour Science Public Administration Research Project Grant, *Shogaisha sogo hukushiho-no taisho hani-no kento-to shogai hukushi keikaku-no sakusei-ni muketa deta rikatsuyo-no shuho-no kakuritsu-ni kansuru kenkyu* (Research on examining the scope of the Act for the Comprehensive Support of Persons with Disabilities and establishing a method for using data for plans for welfare of persons with disabilities; Primary researcher: Kumiko Imahashi)

このパンフレットのデザイン･イラストは以下の研究費により制作されました。
厚生労働科学行政推進調査事業費「障害者総合支援法の対象範囲の検討と障害福祉計画の作成に向けたデータ利活用の手法の確立に関する研究」
（研究代表：今橋久美子）

パンフレットについてのアンケート

このパンフレットがどのような人に使われているのか、どのような情報が必要なのかを知るために、アンケートをとっています。
下のURLか、QRコードからアンケートページに入ってください。ご協力をおねがいします。

【保護者・家族向け】※やさしいにほんご
https://forms.gle/kZYPqd1y3e5Hbzbe6

【支援者向け】
https://forms.gle/dekEKdSg7AJspMY66

発行：国立障害者リハビリテーションセンター企画情報部　発達障害情報・支援センター
ウェブサイト https://www.rehab.go.jp/ddis/

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

Developmental Disorders Web Portal
発達障害ナビポータル
国が提供する発達障害に特化したポータルサイト

[Guideline for use of this booklet] You are free to print and distribute this booklet.
However, you cannot modify the booklet without permission from the Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders.

〔パンフレットのご利用について〕 このパンフレットは原則、印刷・配布は自由です。
なお、パンフレットの内容について、発達障害情報・支援センターに無断で改変をおこなうことはできません。

発行：国立障害者リハビリテーションセンター 企画情報部 発達障害情報・支援センター
Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders,
Department of Planning and Information, National Rehabilitation Center for Persons with Disabilities
ウェブサイト https://www.rehab.go.jp/ddis/

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare
発達障害ナビポータル Developmental Disorders Web Portal