

外国につながる子ども・若者と家族向けパンフレット こんなとき、どうすればいいですか？

～小学生から高校生と家族の皆さんへ～



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

**Guia para crianças e jovens com raízes
estrangeiras e suas famílias**

Quando você não sabe o que fazer

**~ Para crianças em idade do ensino fundamental I
ao ensino médio e suas famílias ~**



Centro Nacional de Reabilitação para Pessoas com Deficiência
Centro de Informação e Apoio a Pessoas
com Transtornos do Desenvolvimento

はじめに

近年、日本で生まれ育つ、外国につながる子ども・若者が増えています。

ことばや生活習慣の違う国での生活や子育てに困っていたり、ことばの問題で必要な情報が得られず困っている人もみえるかもしれません。

その中には、発達障害について知りたいと思っている人、子どもさんや自分が発達障害ではないかと心配している人も、みえることでしょう。

今回、そのような方々に、発達障害の種類や特徴、さまざまな支援（教育、医療、福祉、労働など）について理解を深めていただくためにパンフレットをつくりました。

このパンフレットが、皆さんのお役に立てることを願っています。

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

<パンフレットについて>

次のような方々に読んでもらうことを想定しています。

🚩 日本語版（この冊子）

対象：外国につながる発達障害児者（小学生～高校生）にかかわる支援者、関係者。

🚩 やさしいにほんご版（ふりがなあり・ふりがなし）

対象：外国につながる子どもや若い人（小学生～高校生）の、本人、家族など。

※もっと小さい子どもを育てている家族のためのパンフレット（姉妹版）もあります。

🚩 「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～

対象：外国につながる発達障害児（就学前）の家族、支援者や関係者。

（25の言語に対応しています）



〔注釈〕 このパンフレットでは、対象としている読み手の読みやすさを大切にするため、「子ども」と表記します。

Introdução

O Japão tem observado um número crescente de crianças e jovens com raízes estrangeiras que nascem e são criados no país.

Essas pessoas e suas famílias podem ter dificuldades para viver ou educar os filhos em um país com idioma e estilo de vida diferentes. Também podem ter dificuldades para encontrar as informações de que precisam devido às barreiras linguísticas.

Algumas famílias podem querer aprender sobre os transtornos do desenvolvimento, enquanto outras podem estar preocupadas que elas ou seus filhos possam ter um.

Este guia tem como objetivo fornecer uma melhor compreensão dos tipos e características dos transtornos do desenvolvimento, e dos vários recursos de apoio disponíveis no Japão, incluindo os das áreas de educação, medicina, bem-estar social e emprego.

O Japão tem muitas organizações dedicadas a apoiar pessoas com transtornos do desenvolvimento e suas famílias. Não hesite em procurar ajuda se tiver alguma preocupação.

Esperamos que este guia seja um recurso útil para você e sua família.

Centro de Informação e Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento
Centro Nacional de Reabilitação para Pessoas com Deficiência

Observação: Este guia foi elaborado principalmente para crianças em idade do ensino fundamental I ao ensino médio e suas famílias. Para famílias com crianças menores que a idade escolar, temos um guia diferente.

Você tem preocupações sobre o desenvolvimento do seu filho?
~Para pais que estão criando filhos no Japão~



Guia para pais estrangeiros com filhos em idade pré-escolar

目次

1. 発達障害によくある特徴的な行動	3
小学生	3
中学生・高校生	4
2. 発達障害について知りたい	5
発達障害とは	5
外国につながる子どものことばと発達障害	6
<参考>はじめにおぼえた言葉(母語)が上手になると、日本語も上手になります	7
3. 相談をしたい	8
誰に相談したら、いいですか？	8
発達障害のことを相談したい	8
学校生活についての相談	9
<参考> 特別な支援が必要なお子さんの教育(特別支援教育)の場合	11
子どもための、そのほかの相談	12
仕事についての相談	13
住んでいるところの相談場所	14
4. 病院に行きたい	15
病院について	15
検査、個別療法	15
発達障害と診断されたら	16
快適に過ごすための薬の利用	16
5. 支援や制度について	17
発達障害者支援法について	17
障害者差別解消法について	17
障害者手帳について	18
6. まわりの人ができること	20
7. 情報を集めたい	21
発達障害に関する情報	21
学校教育に関する情報	22
暮らしに役立つ情報	22
外国語での相談サービスなど	23
翻訳アプリ	23
英日用語集	24

Sumário

1. Comportamentos característicos dos transtornos do desenvolvimento	3
Idade do ensino fundamental I	3
Idade do ensino fundamental II e ensino médio	4
2. Aprendendo sobre os transtornos do desenvolvimento.....	5
O que são transtornos do desenvolvimento?	5
Desenvolvimento da linguagem em crianças com raízes estrangeiras e transtornos do desenvolvimento.....	5
Dicas: O desenvolvimento do primeiro idioma (idioma materno) contribui para o desenvolvimento do japonês	6
3. Consultando especialistas.....	8
Encontrando organizações de consulta	8
Consulta sobre transtornos do desenvolvimento.....	8
Consulta sobre a vida escolar	9
Dicas: Mapa-guia de educação especial	11
Outras organizações de consulta.....	12
Consulta sobre trabalho	13
Recursos comunitários	14
4. Consultando médicos.....	15
Hospitais	15
Avaliações e terapias individuais	15
Se o seu filho for diagnosticado com um transtorno do desenvolvimento	16
Benefícios da medicação	16
5. Aprendendo sobre os apoios e os sistemas	17
Lei de Apoio às Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento	17
Lei para a Eliminação da Discriminação contra Pessoas com Deficiência	17
Certificados para pessoas com deficiência.....	18
6. O que podemos fazer pela criança?	20
7. Reunindo informações	21
Informações sobre transtornos do desenvolvimento	21
Informações sobre educação escolar	22
Informações para a vida cotidiana	22
Consultas em idiomas estrangeiros	23
Aplicativo de tradução	23
Glossário	24

1. 発達障害によくある特徴的な行動

発達障害には特徴的な行動があります。

下に示した例は、発達障害でよくある特徴的な行動です。これらの行動が、どこでも、長期間みられると、発達障害の可能性があります。

小学生

- ✓ 授業中に、いすを揺らす、お喋りが多い、集中して勉強に取り組むことが難しい。
 - ✓ 授業中に、立ち歩く、教室の外に出ていく。
 - ✓ 順番を守れず割り込む、ほかの子どもが使っているものを急に取るなど。
 - ✓ 感情のコントロールが難しく、パニックになることがある。
 - ✓ 宿題や持ち物をよく忘れる。
 - ✓ 準備や片付けに、とても時間がかかる。
-
- ✓ 特定の音にとっても敏感で、学習や生活が困難になる。
 - ✓ 味やにおいに敏感、偏食がとても多い。
 - ✓ 遊び、規則、服、作業の進め方などへのこだわりが強く、変えることが難しい。
 - ✓ 話を一方的に始めて、勝手にやめてしまう。
 - ✓ ルールや約束を、気にしない。
 - ✓ 友達と一緒に活動することが苦手で、ひとりでいることが多い。
-
- ✓ 先生の話聞き、指示を理解することが難しい。
 - ✓ 日本語でも母語でも、字を読むこと、文章を読んで理解することが難しい。
 - ✓ 文字を書くこと、文章を書くことが難しい。
 - ✓ 簡単な足し算や引き算ができない。
 - ✓ 黒板の字を見て覚えながら、手を動かしてノートに書くことが難しい。
 - ✓ 手先が不器用で、工作などが苦手。
 - ✓ 言葉の始めの音を繰り返す、のぼす、とめる。
 - ✓ 家族とはよく話すが、外に出るとまったく話せない。

1. Comportamentos característicos dos transtornos do desenvolvimento

Os transtornos do desenvolvimento frequentemente se manifestam como comportamentos característicos.

A seguir, são apresentados exemplos de comportamentos característicos dos transtornos do desenvolvimento. Se a pessoa apresentar esses comportamentos de forma consistente, em várias situações e por um longo período, pode ter um transtorno do desenvolvimento.

Idade do ensino fundamental I

- ✓ Balança a cadeira, fala excessivamente ou tem dificuldade para se concentrar durante a aula
- ✓ Anda pela sala ou sai da sala durante a aula
- ✓ Não consegue esperar a sua vez e interrompe os outros, pegando de repente objetos que outra criança está usando
- ✓ Tem dificuldade em controlar as emoções e, às vezes, entra em pânico
- ✓ Esquece frequentemente os deveres de casa e os materiais necessários
- ✓ Demora muito tempo para se preparar ou para arrumar as coisas

- ✓ É muito sensível a certos sons, o que interfere nos estudos ou na vida cotidiana
- ✓ É sensível a sabores ou cheiros, ou é muito seletivo com os alimentos
- ✓ Tem fortes preferências por certas atividades, regras, roupas ou rotinas e pode ter dificuldade com mudanças
- ✓ Participa de conversas unilaterais que podem parar abruptamente
- ✓ Não se importa com regras ou promessas
- ✓ Tem dificuldade em atividades em grupo com amigos e costuma passar o tempo sozinho

- ✓ Tem dificuldade em ouvir o professor e seguir instruções
- ✓ Tem dificuldade para reconhecer ou compreender palavras ou frases escritas, tanto em japonês quanto em seu idioma materno
- ✓ Tem dificuldade para escrever letras ou frases
- ✓ Não consegue fazer adição ou subtração simples
- ✓ Tem dificuldade para copiar anotações do quadro
- ✓ É desajeitado com as mãos e tem dificuldade em trabalhos manuais
- ✓ Repete, prolonga ou trava no som inicial das palavras
- ✓ Conversa livremente com a família, mas fica em silêncio fora de casa

中学生・高校生

- ✓ ノートや筆記用具、教科書をよくなくす。
- ✓ 毎月のお小遣いを、すぐに使いきってしまう。
- ✓ 整理整頓が苦手、忘れ物が多い。
- ✓ 感情の上がり下がりが多い、怒るとひどい言葉や乱暴な行動がある。
- ✓ 気が散りやすく、集中して学習に取り組むことが難しい。
- ✓ 気を付けていても、不注意な間違いがよくある。

- ✓ 自分だけが、一方的に長々と話してしまう。
- ✓ 集団行動が難しい、一人でいることが多い。
- ✓ 場の雰囲気を感じ取ることや、暗黙のルールの理解が難しい。
- ✓ こだわりがあり、活動の切り替えが難しい。
- ✓ 服の色や、生地などへのこだわりがある。
- ✓ 特定の音にとっても敏感で、学習や生活に支障がある。
- ✓ 急な予定の変更が、受け入れられない。





- ✓ 先生の話を理解すること、指示を理解することが難しい。
- ✓ 数学だけが、とても遅れている。
- ✓ 文字の読み書き(日本語、母語)だけが、とても遅れている。
- ✓ 黒板の字を見て覚えながら、手を動かしてノートに書くことが難しい。
- ✓ 言葉のはじめの音を繰り返す、のぼす、とめる。
- ✓ 家族とはよく話すが、外に出るとまったく話せない。



家庭と学校では、行動がちがうこともあります。

学校での様子については、担任や関わりのある先生達からよく確認してください。

Idade do ensino fundamental II e ensino médio

- ✓ Perde cadernos, livros didáticos ou materiais escolares com frequência
 - ✓ Gasta a mesada imediatamente
 - ✓ Tem dificuldade em se organizar e frequentemente esquece objetos necessários
 - ✓ Tem mudanças bruscas de humor, fala de modo rude ou se torna violento quando está com raiva
 - ✓ Distrai-se facilmente e tem dificuldade para manter o foco nos estudos
 - ✓ Comete erros por descuido, mesmo quando está prestando atenção
- 
- ✓ Fala de forma contínua, sem dar espaço aos outros
 - ✓ Tem dificuldade em atividades em grupo e costuma passar o tempo sozinho
 - ✓ Tem dificuldade para compreender sinais sociais ou regras implícitas
 - ✓ Fica fixado em certas tarefas e tem dificuldade em mudar de atividade
 - ✓ Tem preferências específicas quanto às cores e aos tecidos das roupas
 - ✓ É muito sensível a certos sons, o que interfere nos estudos ou na vida cotidiana
 - ✓ Não consegue aceitar mudanças repentinas de planos
-
- ✓ Tem dificuldade para compreender instruções ou o que o professor está explicando
 - ✓ Tem grande dificuldade apenas em matemática
 - ✓ Tem grande dificuldade apenas em leitura e escrita (tanto em japonês quanto no idioma materno)
 - ✓ Tem dificuldade para copiar anotações do quadro
 - ✓ Repete, prolonga ou trava no som inicial das palavras
 - ✓ Conversa livremente com a família, mas fica em silêncio fora de casa
- 

Seu filho pode apresentar comportamentos diferentes em casa e na escola. Por favor, pergunte ao professor sobre os comportamentos dele na escola.

2. 発達障害について知りたい

発達障害とは

“発達障害”は、一般の子どもとは少し脳の働き方が異なる、多くは生まれつきのユニークな性質(特性)です。発達障害には下の図のように、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。2つ以上の発達障害がある人もいます。

- ・ 3～4ページでは、よくある特徴的な行動をあげましたが、発達障害がある人は色々な強みを持つ場合もあります(例:目で見えてとらえることが得意、情報や機械的な記憶が得意、新しいことに興味をもつ、活発、感覚が鋭いなど)。

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疾病及び関連保健問題の国際統計分類におけるF80-98に含まれる障害）

<発達障害の主な種類>

知的な遅れがあることもあります

*がある言葉はDSM-5-TRでの発達障害の名前です

自閉スペクトラム症:ASD *

- 人と会話したり、気持ちを伝えあったりするのがむずかしいです。
- 相手の気持ちを考えたり、場面に合わせて行動するのがむずかしいです。
- いつも同じ行動をしたり、好きなことばかりします。
- 光や色、音、匂い、味などについて、ほかの人よりも強く感じて不快に思うことがあります。反対に、わかりにくいことがあります。
- 言葉の発達が遅れることもあります。

診断を受けた時期などによって、アスペルガー症候群、自閉症、広汎性発達障害(PDD)と診断されている人もいます。

注意欠如多動症:ADHD *

- 長いあいだ、同じことをするのがむずかしいです。
- たくさん動いたり、話したりします。
- 考える前に動くことが多いです。

限局性学習症:SLD *

- 特に「読むこと」や「書くこと」、「算数(数学)」に困っていたり、むずかしいことがあります。学習障害(LD)と呼ぶこともあります。

■ トウレット症*や、児童期発症流暢症*(吃音)、発達性協調運動症*も、発達障害の1つです。

2. Aprendendo sobre os transtornos do desenvolvimento

O que são transtornos do desenvolvimento?

Os transtornos do desenvolvimento geralmente se referem a pequenas **diferenças inatas** nas funções cerebrais que os distinguem das crianças com desenvolvimento típico. Como mostrado na figura abaixo, o mesmo transtorno pode se manifestar de maneiras diferentes em cada pessoa. Algumas podem apresentar dois ou mais tipos de transtornos do desenvolvimento.

Além dos comportamentos característicos descritos nas páginas 3 e 4, essas pessoas também podem apresentar diversos pontos fortes, como boa percepção visual, boa memória ou memória mecânica, interesse em aprender coisas novas, serem ativas ou terem sentidos aguçados.

Definição de Transtornos do Desenvolvimento segundo a Lei de Apoio às Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento (Artigo 2):

Os transtornos do desenvolvimento incluem déficits nas funções cerebrais, como o autismo, a síndrome de Asperger e outros transtornos globais do desenvolvimento, os transtornos de aprendizagem e o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, que normalmente se manifestam na primeira infância. Consideram-se pessoas com transtornos do desenvolvimento aquelas que apresentam limitações em suas vidas diárias ou sociais em decorrência desses transtornos e das barreiras sociais existentes. (Em outras palavras, os transtornos do desenvolvimento correspondem aos códigos F80 a F98 da Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – 10ª Revisão (CID-10).)

Principais tipos de transtornos do desenvolvimento

Atrasos no desenvolvimento intelectual podem ocorrer em comorbidade

Os asteriscos (*) indicam os nomes dos transtornos do desenvolvimento conforme o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, Quinta Edição, Revisão de Texto (DSM-5-TR).

Transtorno do Espectro Autista (TEA)*

- Pode ter dificuldade em manter conversas ou expressar sentimentos
- Pode apresentar desafios para compreender as emoções dos outros ou ajustar o comportamento conforme a situação
- Pode repetir as mesmas ações ou focar apenas em seus próprios interesses
- Pode apresentar hipersensibilidade ou hipossensibilidade à luz, cores, sons e/ou cheiros
- Pode ter atraso no desenvolvimento da linguagem

Dependendo do momento do diagnóstico, algumas pessoas podem ser diagnosticadas com síndrome de Asperger, autismo ou transtornos globais do desenvolvimento (TGD).

Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH)*

- Tem dificuldade em realizar a mesma atividade por muito tempo
- Move-se constantemente ou fala em excesso
- Age impulsivamente, sem pensar antes

Transtorno Específico de Aprendizagem (TEAp*)

- Tem dificuldades específicas em leitura, escrita e/ou matemática
- O TEAp às vezes é chamado de transtorno de aprendizagem (TA)

■ Outros transtornos do desenvolvimento incluem a síndrome de Tourette*, o transtorno de fluência de início na infância* (gagueira) e o transtorno do desenvolvimento da coordenação*.

【参考】外国につながる子どもの言葉と発達障害

お父さんとお母さん(両親)がともに外国人、お父さんかお母さんの一方が外国人である子どもを、日本では外国につながる子ども(または、外国にルーツをもつ子ども)と呼んでいます。

外国につながる子どもと家族は、2つの国の言葉(言語)で生活をしていることが多く、このような人を2言語話者(バイリンガル)と呼んでいます(中には、3つ以上の言葉の中で暮らしている人もいます)。

外国につながる子どもの言葉の発達について、ご家族や支援者から、よく次のような悩みを聞きます。「言葉の遅れが、発達の障害によるものか、不自由な日本語環境で暮らすことによるものか、判断が難しい」。

バイリンガルの子どもの言葉の発達は、どのような特徴があるのでしょうか。そして、どんなときに、障害を疑わなければいけないのでしょうか。

● 子どもの言葉の発達

すべての言葉において、幼いときの言葉の発達は同じです。

- ・ 1歳前からジェスチャーを使うようになります(バイバイ、指差しなど)。
- ・ それに続いて、言葉が出はじめます(「パパ」、「ママ」など)。
- ・ 1歳6か月から2歳の間に、50から100の言葉を覚えます。

そして、2つの言葉をつなぎ、2語文を話せるようになります(「おそと、いく」など)。

バイリンガルで1つの言葉だけが遅れている場合は、心配はありません。

幼いときの言葉の発達が、2つの言葉とも遅れている場合は、言語発達の遅れを疑う必要があります。

● バイリンガルの言葉の発達には4つの特徴があります。

- ・ 2つの言葉が使い分けできない2歳から3歳児は、2つの言葉を混ぜて使います。
これは、バイリンガルの子どもとしては普通のことです。
- ・ 環境によって使う言葉が異なるために、知っている言葉の数(語彙数)にかたよりがでます。日本語の語彙数だけを調べると、少ないという結果が出る場合があります。
語彙数を調べる場合は、2つの言葉を調べ、足した数がその子の語彙数になります。
足した語彙数が日本人の数と同じか、それ以上であれば、遅れはありません。
- ・ 4歳になると、2つの言葉が異なったものであることが、はっきりと分かります。そして、人、場所、話の内容などによって、使い分けるようになります。例えば、同じ国から最近やってきた子どもには1つ目の言葉(母語)で、日本人の友達には日本語で返事をします。これは、状況に合わせて、2つの言葉を使い分ける高い言語力を示す行動です。

Desenvolvimento da linguagem em crianças com raízes estrangeiras e transtornos do desenvolvimento

No Japão, crianças que têm um dos pais estrangeiro (mãe ou pai) ou ambos os pais estrangeiros são chamadas de **crianças com raízes estrangeiras** (ou **crianças com origem estrangeira**).

Essas crianças com raízes estrangeiras e suas famílias geralmente utilizam dois idiomas em seu dia a dia e, por isso, são chamadas de bilíngues (embora algumas usem mais de dois idiomas).

As famílias ou apoiadores de crianças com raízes estrangeiras frequentemente enfrentam dificuldades para determinar se o atraso na linguagem se deve a um transtorno do desenvolvimento ou ao fato de viverem em um ambiente de fala japonesa, ainda pouco familiar para a criança e sua família.

Vamos explorar como uma criança bilíngue desenvolve suas habilidades linguísticas e quais sinais podem indicar dificuldades no desenvolvimento.

● **Desenvolvimento da linguagem em crianças**

O desenvolvimento inicial da linguagem segue um percurso comum em todos os idiomas:

- Começa a usar gestos (como “tchau” ou apontar) antes de completar 1 ano de idade
- Em seguida, começa a usar palavras (como “papai”, “mamãe”)
- Entre 18 meses e 2 anos, aprende de 50 a 100 palavras

Depois, passa a formar frases de duas palavras (como “mamãe foi”)

No caso de uma criança bilíngue, um atraso em apenas um dos idiomas não é necessariamente motivo de preocupação. Por outro lado, um atraso em ambos os idiomas pode indicar atraso no desenvolvimento da linguagem.

● **Quatro características do desenvolvimento da linguagem em crianças bilíngues**

- Crianças de 2 a 3 anos não conseguem usar dois idiomas separadamente e acabam misturando os dois. Isso é normal para crianças bilíngues.

- Como utilizam cada idioma em contextos diferentes, o vocabulário pode variar entre os dois idiomas. O vocabulário japonês deles pode ser menor.

O tamanho do vocabulário é avaliado pela soma das palavras que a criança conhece em ambos os idiomas. Se o total for igual ou superior ao de uma criança japonesa, não há atraso no desenvolvimento da linguagem.

- Por volta dos 4 anos de idade, as crianças conseguem distinguir os dois idiomas e usá-los separadamente, escolhendo o que dizer, a quem e em que contexto. Por exemplo, podem responder em seu primeiro idioma (idioma materno) a uma criança com a mesma origem estrangeira que chegou recentemente ao Japão, e responder em japonês aos amigos japoneses. Esse comportamento demonstra uma grande habilidade linguística, pois a criança consegue usar os dois idiomas de forma adequada à situação.
- Algumas crianças (especialmente entre 4 e 8 anos) que chegaram recentemente ao Japão podem passar por um período de silêncio temporário, durante o qual não

- ・ 日本に来て間もない子ども(とくに4歳から8歳)は、しばらく言葉を話さないことがあります(沈黙期)。長さは6か月ほどです。それから、少しずつ、ジェスチャー、簡単なあいさつ、要求表現(「おはよう」、「ください」など)を言うようになります。これを、場面緘黙症と間違えないようにしましょう。

● 新しい言葉を使えるようになるには、時間がかかります。

小学校に入る前後に日本にくる子もいます。言葉を使えるようになるまでの期間は、使う言葉の難しさの程度によって異なります。

- ・ 日本語では、生活に必要な言葉(基礎的会話能力)は、小学生で2,000語程度です。これは、2年程度で話せるようになるのが普通です。
- ・ 平仮名や短い文(単文)の読み書き(基礎的な学習言語能力)は、学習を始めて2年程度で身につくのが普通です。
- ・ 勉強に必要な難しい言葉や文章を話し、読み書きができるようになる(教科学習言語能力)には、早い子どもでも5年から7年かかります。

新しい言葉を使えるようになるのは、意外に時間がかかるものです。これらを、基準に子どもの言葉の力を評価してみましょう。

<参考>はじめにおぼえた言葉(母語)が上手になると、日本語も上手になります

子どもが、2つの言葉を覚えるのは難しい、言葉の発達、知能の発達の遅れの原因にもなると信じられていた時代がありました。現在は、その考えは否定されています。

1つ目の言葉(母語)がよく話せる子は、2つ目の言葉(日本語)の上達も早いことが分かっています。母語がよく話せないと、日本語しか話せなくなる心配があります。こうなると、お父さんやお母さんとの話しや心の交流がうまくできなくなる心配があります。

自分が自然に話せる言葉を使って、子どもと会話をしましょう。たとえば、お父さんやお母さんは、いつも母語で、先生、日本人の友達はいつも日本語ではなしましょう(1人1言語の原則)。

障害のある子どもについても同じです。

障害のあるバイリンガルの子ども(自閉スペクトラム症、ダウン症候群など)についても、たくさんの研究がおこなわれてきました。その結果、発達に心配のない子ども(定型発達児)と同様なことが証明されています。安心して、1人1言語の原則で接し、バイリンガルとして育てましょう。

falam por algum tempo. Esse período costuma durar cerca de seis meses. Depois disso, a criança começa gradualmente a se comunicar por meio de gestos, saudações simples (como “*ohayo*”) e expressões para fazer pedidos (como “*kudasa*”).

Observe que isso é diferente do mutismo seletivo.

● Aprender um novo idioma leva tempo

Algumas crianças chegam ao Japão antes da idade escolar. Aprender um novo idioma pode levar mais tempo quando o idioma é mais desafiador para a criança.

- Um aluno do ensino fundamental I precisa aprender cerca de 2.000 palavras em japonês essenciais para a vida cotidiana e conversas básicas, processo que geralmente leva cerca de 2 anos.
- Normalmente, após 2 anos de aprendizado, a criança consegue ler e escrever *hiragana* e frases curtas e simples (habilidades linguísticas acadêmicas básicas).
- Mesmo uma criança com aprendizado rápido geralmente leva de 5 a 7 anos para dominar a fala, a leitura e a escrita de palavras e frases mais complexas, necessárias para o estudo das disciplinas escolares (habilidades acadêmicas para o aprendizado dos conteúdos).

Aprender um novo idioma costuma levar mais tempo do que se imagina. Avalie as habilidades linguísticas do seu filho com base nas informações apresentadas acima.

Dicas: O desenvolvimento do primeiro idioma (idioma materno) contribui para o desenvolvimento do japonês

Antigamente acreditava-se que aprender dois idiomas era difícil para uma criança e poderia atrasar o desenvolvimento da linguagem e o desenvolvimento intelectual. No entanto, essa ideia está incorreta.

Uma criança que tem boa fluência no seu primeiro idioma (idioma materno) tende a ser boa aprendiz do segundo idioma (japonês). Por outro lado, se a criança não desenvolver bem seu idioma materno, pode acabar falando apenas japonês e ter dificuldades de comunicação e interação com os pais.

Comunique-se com seu filho no idioma em que você se sentir mais à vontade. Por exemplo, os pais devem falar com a criança em seu idioma materno, enquanto os professores e amigos japoneses devem se comunicar em japonês (princípio “uma pessoa, um idioma”).

O mesmo se aplica a crianças com transtornos.

Pesquisas abrangentes sobre crianças bilíngues com transtornos (por exemplo, transtorno do espectro autista ou síndrome de Down) demonstraram que o processo de desenvolvimento da linguagem é semelhante ao das crianças sem dificuldades de desenvolvimento (crianças com desenvolvimento típico). Portanto, fique tranquilo e mantenha o princípio “uma pessoa, um idioma” ao educar seu filho como bilíngue.

3.相談をしたい

発達障害のある人やそのご家族が安心して生活できるように、地域にはいろいろな支援機関があります。気になること、心配なことがあれば、早めに相談をしましょう。

- ・ 相談機関によって、通訳サービスが使える場合と使えない場合があります。事前に確認しましょう。通訳サービスが使えない場合は、翻訳アプリが使用できるように準備をするといいでしょう。

誰に相談したら、いいですか？

市区町村は、地域で生活する発達障害のある方やそのご家族からの相談に応じ、必要な情報提供を行っています。
年齢や相談内容によっても、相談する機関がちがいます。
まずは、お住まいの市区町村の役所に相談しましょう。



発達障害のことを相談したい

● 発達障害者支援センター

発達障害者支援センターは、発達障害のある子どもや大人を、支援しています。発達障害者支援センターは、日本全国にあります。発達障害がある人が相談することができます。また、発達障害かもしれないと思っている人やその家族も相談できます。相談を聞いて、困っていることを支援できるところを、紹介することもあります。

<発達障害者支援センターはどこにありますか？>

ウェブサイトで探すことができます。

<https://www.rehab.go.jp/ddis/action/center/>



3. Consultando especialistas

Você encontrará diversas organizações de apoio em sua região que auxiliam pessoas com transtornos do desenvolvimento e suas famílias. Se tiver alguma preocupação, entre em contato com essas instituições o quanto antes.

- Algumas organizações oferecem serviços de interpretação, enquanto outras não. Entre em contato antecipadamente com a organização. Tenha um aplicativo de tradução à mão caso não haja serviço de interpretação disponível.

Encontrando organizações de consulta

Os governos locais fornecem informações relevantes mediante solicitação de pessoas com transtornos do desenvolvimento e de suas famílias que residem na região. As organizações adequadas variam conforme a idade da pessoa e a natureza das preocupações.

Procure primeiro o escritório do governo local.



Consulta sobre transtornos do desenvolvimento

● Centro de Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento

Os Centros de Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento oferecem recursos para crianças e adultos com transtornos do desenvolvimento, bem como para suas famílias.

Cada prefeitura e cidade designada por decreto possui um Centro para Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento.

Além das pessoas que já possuem diagnóstico, aquelas preocupadas com transtornos do desenvolvimento, mesmo sem diagnóstico, e suas famílias podem consultar os centros.

O solicitante pode ser encaminhado para outra organização de apoio mais adequada, dependendo da natureza da preocupação e da condição da pessoa. Para obter informações sobre os centros em todo o país, consulte o site indicado abaixo.

<Lista de Centros de Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento>

<https://www.rehab.go.jp/ddis/action/center/> (em japonês)



学校生活についての相談

学校には、安心して学校生活を送れるように、相談にのってくれる人がたくさんいます。また、障害のある子どもや青年のための、さまざまな教育の場があります。

● 担任の先生

学校生活で、心配なことや困ったことがあったら、最初に担任の先生に相談しましょう。

● 保健室と養護教諭(保健室の先生)

学校には保健室があり、学校でけがをしたとき、こころやからだの具合がわるくなったときに利用します。保健室には、こころとからだの健康を担当する先生(養護教諭)がいます。こころやからだの悩みごとの相談にもものってもらえます。

● 特別支援教育コーディネーター

特別支援教育コーディネーターは、学校における障害児教育(特別支援教育)のまとめ役です。お父さん、お母さんの相談にものってくれます。

● スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー

学校には、こころの相談にのってくれる心理職(スクールカウンセラー)、福祉の相談にのってくれる福祉士(スクールソーシャルワーカー)などもあります。困っていることを一緒に考え、必要な情報を教えてくれます。相談は、予約制になっている場合もあります。くわしくは、担任の先生や特別支援教育コーディネーターなどに、きいてみましょう。



Consulta sobre a vida escolar

As escolas contam com profissionais responsáveis por apoiar os alunos na manutenção de uma vida escolar confortável. O sistema educacional inclui diversas classes e escolas voltadas para crianças e jovens com deficiência.

- **Professor responsável pela turma**

Procure primeiro o professor responsável pela turma caso tenha alguma preocupação relacionada à vida escolar.

- **Enfermaria e enfermeira escolar**

Cada escola possui uma enfermaria para atender alunos que se machucam ou que não se sentem bem, física ou emocionalmente. As enfermeiras escolares são profissionais especializadas em saúde física e mental e podem oferecer suporte nessas questões.

- **Coordenador de educação especial**

Os coordenadores de educação especial são responsáveis por organizar e ajustar o suporte educacional oferecido a crianças com deficiência, garantindo que as adaptações adequadas sejam providenciadas na escola. Eles também podem oferecer suporte aos pais.

- **Orientador escolar e assistente social escolar**

As escolas contam com psicólogos (orientadores escolares), que prestam aconselhamento psicológico, e com assistentes sociais escolares, que auxiliam em questões relacionadas a bem-estar social. Eles ouvem suas preocupações e oferecem orientações apropriadas. O atendimento pode exigir agendamento prévio, portanto, consulte o professor responsável pela turma ou o coordenador de educação especial para obter mais informações.



— 進路の相談 —

中学校卒業後の進路としては、高等学校への進学を選択することが多いでしょう。高等学校には、全日制普通科、職業科(商業、工業、農業など)、定時制普通科(昼間の定時制もあります)、多様なコースのある総合高等学校、必要な授業を選んで受けられる単位制高等学校などもあります。

また、通信制高等学校のように自宅学習が中心の高等学校、特別支援学校高等部などの選択肢もあります。本人の特性や希望に応じて、進路先を選ぶ必要があります。

事前に、進路を希望する学校を見学する、説明会に参加するなどして、学校の様子を調べておくことが大切です。中学校在学中に、担任や特別支援教育コーディネーターの先生と相談することが必要です。

— 高等学校に向けた準備について —

発達障害のある生徒で、中学校在籍時から定期試験で特別な配慮を受けてきた場合などの場合、高等学校の入学試験を受けるときに、事前に申請して合理的配慮(17ページを参照)を受けることができます。公立学校を受けるときは自治体の教育委員会へ、私立学校を受けるときは直接その学校へ問い合わせてください。

なお、社会で自立していくためには、高等学校で適切な教育を受けることが重要であることから、公立高等学校の入学試験(入学者選抜)については、外国人生徒を対象とした特別定員枠をつくること、受検のときの合理的配慮(試験教科の軽減、問題文の漢字はふり仮名を打つなど)などの取組が進められています。 ※詳しくは通っている学校の先生にきいてください。

※「高等学校入学者選抜等における配慮等について」(令和6年6月25日 6文科初第779号)

— 高等学校を卒業したあと —

高等学校卒業後の進路としては、大学や専門学校への進学、就職などが考えられます。本人の希望や特性に応じて、考えることが大切です。進学する場合は、卒業後の進学や就職についても、考えておく必要があります。

— Orientação profissional —

Muitas crianças prosseguem para o ensino médio após concluírem o ensino fundamental II. As escolas de ensino médio no Japão geralmente oferecem cursos gerais em período integral, cursos profissionalizantes (por exemplo, de comércio, engenharia ou agricultura) e/ou cursos gerais em período parcial (nos turnos diurno ou noturno). Outras opções incluem as escolas de ensino médio abrangentes, que oferecem diversos tipos de cursos, e as escolas de ensino médio baseadas em créditos, nas quais os alunos podem escolher as disciplinas conforme seus interesses.

Há também escolas de ensino médio a distância, nas quais o aprendizado ocorre principalmente em casa, e cursos de ensino médio oferecidos em escolas de educação especial. A escolha da modalidade de ensino deve refletir o interesse, as características e as necessidades da criança.

É importante reunir informações sobre as diferentes escolas antes de tomar uma decisão. Visite as escolas de interesse ou participe de seminários e eventos informativos sobre elas. Enquanto a criança ainda estiver no ensino fundamental II, consulte o professor responsável pela turma e o coordenador de educação especial.

— Preparação para o ensino médio —

Para alunos com transtornos do desenvolvimento que receberam adaptações nos exames regulares durante o ensino fundamental II, é possível solicitar adaptações razoáveis (ver página 17) também nos exames de admissão para o ensino médio, desde que o pedido seja feito com antecedência. Entre em contato com o Conselho de Educação do distrito no caso de exames de escolas públicas, ou diretamente com a escola no caso de exames das escolas particulares.

A educação no ensino médio desempenha um papel fundamental na construção da independência social para o futuro. Os exames de admissão em escolas públicas (seleções de estudantes) incluem diversas medidas de apoio, como vagas especiais para estudantes estrangeiros e adaptações razoáveis (por exemplo, redução no número de disciplinas avaliadas ou inclusão de recursos de leitura, como *furigana* para os kanji nas provas)*. Para mais informações, entre em contato com o professor da escola do seu filho.

* *Koto-gakko nyugakusha-senbatsuto ni okeru hairyoto ni tsuite* (Adaptações e outras considerações nas seleções de estudantes do ensino médio), 25 de junho de 2024 (Notificação nº 779/2024, Departamento de Educação Primária e Secundária, MEXT).

— Após a conclusão do ensino médio —

Após se formarem no ensino médio, os estudantes podem prosseguir para a universidade, para uma escola profissionalizante ou ingressar no mercado de trabalho. A decisão deve refletir os interesses e as características do estudante. Se o objetivo for dar continuidade aos estudos, também é importante planejar com antecedência as etapas futuras, como a formação acadêmica ou a inserção profissional após a graduação.

● 参考：支援が受けられる特別支援教育の場（下図を参照）

図のように、障害に適した様々な教育が受けられる学級、学校があります。子どもや先生とよく話し合い、自分の子どもに適した学級、学校を決めましょう。

<参考>特別な支援が受けられる教育(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スペクトラム症のお子さんは、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。

高等部では、卒業後の社会生活、職業生活に向けた活動もあります。

中学校卒業後(高等学校など)

高等学校に入学すると、授業や定期テストでは、学校と相談をしながら配慮や支援を受けることができます。また、通級による指導(通級指導教室)を受けることができる学校もあります。

大学・専門学校など

学校の中に、障害のある学生を支援したり、学校生活のことを相談できる場所※があります。
授業や試験を受ける時に必要な支援や、学校生活で困っていることを相談することができます。
※学内の保健センターや学生相談室、障害学生支援室など

Dicas: Educação especial (ver abaixo)

Como mostrado na figura abaixo, há diversas classes e escolas com propostas pedagógicas adaptadas a diferentes tipos de deficiência. Converse com cuidado com seu filho e com o professor para escolher a classe ou escola que melhor atenda às necessidades da criança.

Dicas: Mapa-guia de educação especial

Ensino fundamental I e ensino fundamental II

Turmas regulares

Crianças com necessidades especiais recebem adaptações e apoio em um ambiente coletivo de ensino regular.

Aulas de apoio individualizado (programa de sala de recursos)

Os alunos participam principalmente das aulas regulares e recebem apoio individualizado em uma sala separada algumas vezes por semana ou por mês, para lidar com dificuldades de aprendizagem e desafios da vida cotidiana.

Turmas especiais para crianças com necessidades especiais

As turmas especiais para crianças com necessidades especiais têm um número reduzido de alunos e são classificadas em sete tipos, conforme o tipo de deficiência: deficiência intelectual, deficiência física, doenças crônicas, baixa visão, deficiência auditiva, transtornos da fala e da linguagem, autismo e transtornos emocionais ou comportamentais. O tipo e a quantidade dessas turmas variam de acordo com a escola.

Observação:

Nem todas as escolas possuem salas de recursos ou turmas especiais para crianças com necessidades especiais.

Escolas de educação especial

As escolas de educação especial são voltadas para crianças com deficiência visual, auditiva, física, doenças crônicas ou deficiência intelectual.

As escolas destinadas à deficiência intelectual também acolhem crianças com transtorno do espectro autista que apresentam deficiência intelectual associada.

Essas escolas possuem turmas menores e oferecem um currículo adaptado às necessidades específicas de cada deficiência.

Nos cursos equivalentes ao ensino médio, são realizadas atividades que preparam os alunos para a vida social e profissional após a formatura.

Após o ensino fundamental II (Ensino médio e outros caminhos)

Os ensinos médios oferecem adaptações e apoio nas aulas e nos exames regulares, definidos em conjunto com você e seu filho. Algumas escolas também dispõem de salas de recursos para aulas de apoio individualizado.

Universidades, escolas técnicas e outros caminhos

Essas escolas oferecem serviços* de apoio a estudantes com deficiência e disponibilizam aconselhamento sobre a vida escolar.

Os alunos podem solicitar adaptações nas aulas e nas provas, além de orientação sobre quaisquer preocupações relacionadas à vida escolar.

*Exemplos incluem centros de serviços de saúde no campus, salas de aconselhamento estudantil e centros de apoio a estudantes com deficiência.

子どものための、その他の相談

● 教育相談機関

教育相談機関では、教育についての相談をおこないます。相談する機関としては、都道府県の特別支援教育センターや教育センター、市区町村の教育相談室などがあります。相談は無料です。

● 児童家庭支援センター

市区町村の役所には、子どもと家庭の相談をおこなう係（児童家庭支援センター）があります。子どもに関するさまざまな問題について、家庭や市民などからの相談に応じています。相談は無料です。

● 児童相談所

児童相談所では、市区町村と協働、連携、役割分担をして、児童（18歳未満）や保護者からの相談をおこなっています。障害相談（身体の障害、ことばの遅れや吃音、知的障害、自閉スペクトラム症、限局性学習症などに関する相談）や、子育て相談（落ち着きがない、臆病、家庭であばれる、学校に行かない、規則的な生活ができない、家出をするなど生活習慣や行動についての相談）などもおこなっています。相談は無料です。

● 法務少年支援センター

法務少年支援センターでは、子ども（年齢に制限はありません）、家族、学校の先生、子どもの支援者などからの心理相談に応じています。主な相談内容は、非行、親子関係、職場や学校などでの問題、友だち関係などです。子どもに限らず、成人の相談もおこなっています。相談内容の秘密は守られます。相談は無料です。各都道府県庁所在地など、全国に52か所にあります。全国共通相談ダイヤル（0570-085-085）から、近くの法務少年支援センターにつながります。

● 相談窓口情報（こども家庭庁）

子どもが抱えるさまざまな困難について、子ども自身が悩みを相談でき、SOS（助けてほしいこと）に対応してくれる係、子育て当事者の皆さんが、悩みを相談できる係の情報がのっています。相談は無料です。

<https://www.cfa.go.jp/children-inquiries>



Outras organizações de consulta

- **Organizações de orientação educacional**

Essas organizações oferecem consulta sobre questões educacionais. Exemplos incluem centros de educação especial e centros educacionais de prefeituras, além de salas de consulta educacional de governos locais. As consultas são gratuitas.

- **Centros de Apoio à Criança e à Família**

Cada escritório do governo local possui uma divisão (um centro de apoio à criança e à família) onde famílias e moradores podem consultar sobre uma ampla gama de questões relacionadas a crianças. As consultas são gratuitas.

- **Centros de Orientação Infantil**

Os Centros de Orientação Infantil oferecem apoio a crianças menores de 18 anos e a seus responsáveis, atuando em cooperação e com divisão de responsabilidades com os governos locais. Eles prestam consulta sobre deficiências, como deficiência física, atraso na fala ou gagueira, deficiência intelectual, transtorno do espectro autista e transtornos específicos de aprendizagem, e também fornecem orientação sobre questões relacionadas à criação dos filhos, como hábitos e comportamentos infantis, por exemplo: agitação, timidez, comportamentos agressivos em casa, recusa escolar, padrões de sono irregulares ou fugas de casa. As consultas são gratuitas.

- **Centros de Apoio à Juventude**

Os Centros de Apoio à Juventude oferecem consulta para crianças (de qualquer idade), famílias, professores e profissionais que atuam com jovens. Os temas abordados incluem comportamentos delinquentes, relacionamento entre pais e filhos, problemas no trabalho ou na escola e dificuldades nas relações de amizade. Também é possível consultar sobre adultos, além de crianças e adolescentes. As consultas são confidenciais e gratuitas. Existem 52 Centros de Apoio à Juventude em todo o Japão, incluindo nas capitais das prefeituras. Para localizar o centro mais próximo, ligue para o número nacional de atendimento (0570-085-085).

- **Informações sobre serviços de consulta (Agência para Crianças e Famílias)**

Esta página fornece informações sobre serviços de consulta destinados a crianças que enfrentam diferentes desafios e problemas, bem como a pessoas que estão criando filhos. Alguns desses serviços também atendem pedidos de ajuda direta (SOS) de crianças. As consultas são gratuitas.

<https://www.cfa.go.jp/children-inquiries> (em japonês)



仕事についての相談

● ハローワーク(公共職業安定所)

ハローワークは、職業全般に関する相談支援機関です。1人1人の就職についての悩みに応じて、次のような援助を行っています。相談は無料です。

- ・ 応募書類の作成の助言や面接対策
- ・ スキルアップを希望する人への職業訓練
- ・ 専門の職員による仕事の選び方、仕事の力を高める助言など
- ・ 就職活動に役立つ、さまざまな学習会

就職したい人の相談を受ける係(職業相談部門)のほかに、就職をするのに専門的な援助が必要な人を支援する係(専門援助部門)もあります。

くわしくは、厚生労働省のホームページ“ハローワークについて”をみるか、近くのハローワークまで問い合わせください。

<ハローワークの一覧>

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_27019.html



● 地域障害者職業センター

地域障害者職業センターは、障害のある人の仕事についての相談(職業相談)をおこなう機関です。ハローワークと協力して、就職に向けての相談、職業能力の評価、就職前から就職後の定着支援などをおこなっています。1人1人の障害のある人にあわせた、継続的な支援をおこないます。利用されたいときは、電話かFAXで連絡をしてください。相談は無料です。

<地域障害者職業センターの一覧>

<https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/index.html>



● 障害者就業・生活支援センター

障害のある人の生活と仕事について相談をおこなう機関です。生活(健康管理、お金の管理など)、就職や就労についての相談も幅広くできます。相談は無料です。

<障害者就業・生活支援センターの一覧>

http://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_18012.html



Consulta sobre trabalho

● Hello Work (Escritórios Públicos de Emprego e Segurança Trabalhista)

O Hello Work oferece serviços gratuitos de consulta e apoio ao emprego, personalizados conforme as necessidades individuais de cada candidato. Os serviços incluem:

- Orientação sobre documentos de candidatura e treinamentos para entrevistas
- Cursos de formação profissional para aprimoramento de habilidades
- Aconselhamento de carreira e desenvolvimento de competências profissionais
- Seminários voltados à busca de emprego

O Hello Work possui uma divisão de consulta profissional para candidatos a emprego e uma divisão especializada de apoio para pessoas que necessitam de assistência especial.

Para mais informações, acesse o site do Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar pelo link abaixo:

<Escritórios Hello Work com serviços de interpretação>

<https://www.mhlw.go.jp/content/000673003.pdf>

<https://www.mhlw.go.jp/content/000592865.pdf>

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_27019.html



● Centros Vocacionais Locais para Pessoas com Deficiência

Os centros oferecem consulta de emprego (orientação vocacional) para pessoas com deficiência. Em cooperação com os escritórios Hello Work, seus serviços incluem consulta de emprego, avaliação de habilidades profissionais e apoio antes e depois da contratação, com foco na manutenção do vínculo empregatício. Eles fornecem suporte contínuo, adaptado às necessidades de cada pessoa. Para ter acesso a esses serviços, entre em contato por telefone ou fax. As consultas são gratuitas.

<Lista de Centros Vocacionais Locais para Pessoas com Deficiência>

<https://www.jeed.go.jp/english/locations/index.html>

<https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/index.html> (em japonês)



● Centros de Apoio à Vida e ao Trabalho para Pessoas com Deficiência

Esses centros oferecem consulta para pessoas com deficiência, abrangendo uma ampla variedade de temas, como vida cotidiana (por exemplo, gestão da saúde e controle financeiro), busca de emprego e manutenção do trabalho. As consultas são gratuitas.

<Lista de Centros de Apoio à Vida e ao Trabalho para Pessoas com Deficiência (em japonês)>

http://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_18012.html



住んでいるところの相談場所

あなたの住んでいるところにも、相談できる場所があります。

ここは、メモのためのページとしてつかってください。

名称	対象者	曜日・時間	電話番号	通訳
	対応している相談内容			
[記入例] ○□市子ども発達 センター	18歳未満の子ども、保護者	月～金 9時～17時 祝日休み	(04) ○○○-○○○	△一部可能 (○○語)
	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			

Recursos comunitários

Anote aqui as organizações de consulta da sua região.

Organização	Público-alvo	Horário de atendimento	Telefone	Serviço de interpretação
	Áreas de consulta			
[Exemplo] Centro XYZ da Cidade ABC	Crianças menores de 18 anos e pais	Segunda a sexta- feira, das 9h às 17h. Fechado em feriados nacionais.	(04) ○○○-○○○	△ Parcialmente disponível (inglês, francês)
	Exemplo: desenvolvimento infantil, avaliações do desenvolvimento, gravidez, parto, criação de filhos			

4. 病院に行きたい

発達障害ではないかと心配になったとき、そのまま様子をみればよいのか、それとも専門の医療機関で、みてもらうのがよいのか、迷うこともあるかもしれません。これまでの経過をよく知っている、普段からみてもらっているかかりつけの医師がいれば、まずはその医師に、専門の医療機関を受診する必要があるか、ないか、意見をきいてみましょう。

病院について

発達障害の診断は、専門の医師が行います。中学生までは、主に小児科、小児神経科、児童精神科で診察を行います。中学校卒業後は、主に精神科で診察を行います。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。

- ✓ 専門の医師がいる病院を調べましょう。市区町村の保健師、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)。
- ✓ 病院に行く時は、健康保険証と、持っている場合は母子健康手帳をもっていきましょう。
- ✓ 子どものことで心配なこと、相談したいこと、家や学校、職場での様子などについて、前もってまとめ、書いておくといよいでしょう。

<前もってまとめておくといよい内容>

- ・ 小さい頃の様子
- ・ 最初に心配に思ったきっかけ
- ・ 今、困っていること
- ・ 参考になるかもしれない資料(通知表、作文、小さい頃の様子を記録したビデオなど)
- ・ 知能検査などの心理検査を受けたことがあれば、その結果も持って行きましょう。



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おこないます。検査には知能検査、発達検査、聴力検査、脳波検査などがあります。知能検査では、知的な力の程度や特徴がわかり、支援の方法にも役に立ちます。しかし、知能検査は、発達障害の有無を調べるためのものではありません。

個別療法には作業療法、言語聴覚療法、心理療法、理学療法があります。子どもさんの状態によって実施する内容は異なります。

4. Consultando médicos

Quando surgirem preocupações relacionadas a possíveis transtornos do desenvolvimento, pode haver dúvida sobre esperar para observar a evolução ou procurar uma instituição médica especializada. Se a pessoa já realiza acompanhamento médico regular com um profissional que conhece seu histórico clínico e de desenvolvimento, consulte esse médico primeiro para saber se é necessário buscar uma instituição médica especializada.

Hospitais

Os transtornos do desenvolvimento são diagnosticados por médicos especialistas. Crianças até a idade do ensino fundamental II geralmente são atendidas por um pediatra, neurologista pediátrico ou psiquiatra infantil. Já as crianças acima dessa faixa etária costumam ser acompanhadas por um psiquiatra.

Se você deseja consultar um médico, é recomendável:

- ✓ Procure um hospital com médicos especializados em transtornos do desenvolvimento. Você pode pedir orientação às enfermeiras de saúde pública locais ou ao Centros de Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento. (Observe que muitos hospitais exigem agendamento prévio.)
- ✓ Leve o cartão de seguro-saúde do seu filho e, se disponível, a caderneta de saúde materno-infantil na primeira consulta médica.
- ✓ Revise e anote as preocupações e temas que deseja discutir, bem como observações sobre o comportamento do seu filho em casa, na escola ou no local de trabalho, para compartilhar com o médico.

<Itens para anotar com antecedência>

- Como era a criança quando era mais nova
- O que inicialmente despertou sua preocupação
- Preocupações e dificuldades atuais
- Leve também qualquer material que possa ser informativo, como registros de desempenho escolar, redações escritas pelo seu filho na escola ou vídeos da primeira infância, além de resultados de avaliações psicológicas, incluindo testes de inteligência.



Avaliações e terapias individuais

Seu filho poderá passar por avaliações e/ou terapias individuais realizadas por profissionais especializados do hospital, conforme a necessidade. As avaliações podem incluir testes de inteligência, testes de desenvolvimento, exames auditivos e eletroencefalograma. Os testes de inteligência ajudam a compreender o nível intelectual e as características cognitivas da criança, sendo úteis para definir métodos adequados de apoio; no entanto, eles não servem para diagnosticar transtornos do desenvolvimento.

As terapias individuais podem incluir fisioterapia, terapia ocupacional, terapia fonoaudiológica e psicoterapia. Os detalhes de cada terapia variam conforme a condição da criança.

発達障害と診断されたら…

発達障害と診断されて、心配になるでしょう。しかし、環境の工夫や適切な関わり方で、ご本人の状態は着実に良くなっていきます。また、困ったことや難しいことだけでなく、得意なことや良いところを理解することも大切です。

関わり方については、担当の医師、専門の職員に相談しましょう。

快適に過ごすための薬の利用

医師は診察をして、薬が必要だと判断した場合には、薬を飲むことをすすめます。薬の効果や副作用について、担当の医師と十分話し合ひましょう。

発達障害の人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（眠れない、よく怒る、よく動くなど）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、ご本人が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。

- ✓ 薬のことで、分からないことや心配なことがあったら、医師や薬剤師に聞きましょう。
- ✓ 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、遠慮しないで質問をしましょう。



Se o seu filho for diagnosticado com um transtorno do desenvolvimento...

Descobrir que seu filho tem um transtorno do desenvolvimento pode ser algo muito preocupante. No entanto, o progresso do desenvolvimento pode ser favorecido por meio de ajustes no ambiente e na forma de interação com a criança. Além de observar as dificuldades e desafios, é igualmente importante reconhecer e valorizar suas qualidades e pontos fortes.

Para aprender como interagir da melhor forma com seu filho, consulte o médico e os profissionais especializados.

Benefícios da medicação

O médico poderá recomendar o uso de medicamentos, caso seja necessário. Converse detalhadamente sobre os benefícios e possíveis efeitos colaterais de qualquer medicação prescrita.

Os medicamentos podem ajudar a aliviar alguns sintomas comuns dos transtornos do desenvolvimento, como insônia, irritabilidade e hiperatividade.

[Medicamentos frequentemente utilizados]

- **Estimulantes do sistema nervoso central** Ajudam a reduzir a hiperatividade, a desatenção e a impulsividade associadas ao TDAH.
- **Medicamentos ansiolíticos** Utilizados para aliviar a ansiedade e outros sentimentos de desconforto emocional.
- **Medicamentos antipsicóticos** Utilizados para reduzir agitações intensas e delírios.
- **Medicamentos antiepilépticos** Ajudam a controlar crises epiléticas.
- **Indutores do sono** Contribuem para estabelecer hábitos saudáveis de sono.

O uso adequado da medicação pode melhorar a qualidade de vida do seu filho, aliviando sintomas. Certifique-se de seguir corretamente a frequência e a dosagem prescritas.

- ✓ Em caso de dúvidas ou preocupações, consulte o médico ou o farmacêutico sobre a medicação.
- ✓ E, se algo não estiver claro, não hesite em pedir explicações adicionais ao médico ou à equipe especializada.



5. 支援や制度について

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。この法律は、発達障害のある人(すべての年齢が対象)、その家族を支えるための法律です。2004年につくられ、それによって、さまざまな支援が行われてきました。2016年に改正され、さらに充実した支援が行えるようになりました。

この法律は、日本国籍のある人だけではなく、住民票のある外国籍の人でも利用できます。

障害者差別解消法について

障害者差別解消法は、障害のある人への差別をなくすための法律です。障害のある人への“不当な差別的取扱い”を禁止し、“合理的配慮”及び“環境の整備”を行うこととしています。

そのことによって、障害のある人もない人も、安心して共に暮らせる社会(共生社会)を目指しています。

発達障害があるために、差別されていると思われたら、市区町村の役所の係(障害福祉課など)に相談しましょう。住民票のある外国籍の人でも相談できます。

※合理的配慮の提供とは…

社会生活において利用している設備やサービス、環境などは、障害のない人には苦痛なく利用し、過ごすことができます。しかし、障害のある人は苦痛を感じ、結果として障害のある人の活動を制限してしまっている場合があります。このような、障害のある人にとって利用が難しい設備や環境について、個々の場面で障害のある人から、「利用しやすい工夫をしてほしい」という意思が示された場合には、その実施に伴う負担が大変でない限り、利用しやすい工夫(合理的配慮)をしなければならないとされています。

例えば、教室がうるさいため給食が食べられない、音に敏感な自閉スペクトラム症の子どもがいたとします。その子どもが静かな場所で食事をさせてほしいと希望されたときに、静かな場所を提供するなど。

5. Aprendendo sobre os apoios e os sistemas

Lei de Apoio às Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento

A Lei de Apoio às Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento do Japão tem como objetivo oferecer suporte a pessoas com transtornos do desenvolvimento (de qualquer idade) e às suas famílias. Estabelecida em 2004, essa lei impulsionou diversas atividades de apoio. Após a revisão de 2016, a lei foi fortalecida, melhorando as medidas de suporte disponíveis.

Essa lei também se aplica a estrangeiros com certificado de residência japonês.

Lei para a Eliminação da Discriminação contra Pessoas com Deficiência

A Lei para a Eliminação da Discriminação contra Pessoas com Deficiência estabelece a proibição de tratamentos discriminatórios injustificados contra pessoas com deficiência, bem como a obrigação de oferecer adaptações razoáveis e ajustes ambientais. O objetivo da lei é promover uma sociedade inclusiva, na qual todas as pessoas, com ou sem deficiência, possam viver juntas com segurança e tranquilidade.

Se você ou seu filho sofrerem discriminação devido a um transtorno do desenvolvimento, entre em contato com a divisão responsável do escritório do governo local (por exemplo, divisão de bem-estar para pessoas com deficiência). Esse atendimento também está disponível para estrangeiros com certificado de residência japonês.

Observação: Fornecimento de adaptações razoáveis

Enquanto pessoas sem deficiência geralmente não enfrentam dificuldades no uso de equipamentos, serviços ou ambientes em sua vida social, pessoas com deficiência podem encontrar barreiras que limitam suas atividades. Quando uma pessoa solicita ajustes em equipamentos ou ambientes que lhe causem dificuldades, esses ajustes (adaptações razoáveis) devem ser fornecidos, desde que não exijam recursos excessivos.

Por exemplo, uma criança com transtorno do espectro autista que apresenta sensibilidade a sons pode ter dificuldade em almoçar em uma sala barulhenta. Nesse caso, a criança pode fazer a refeição em uma sala mais silenciosa.

障害者手帳について

障害者手帳は、障害があることを示す手帳(カード)です。この手帳をもっていると、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。住民票のある外国籍の人も、もらえます。

利用できるサービスの例

- ✓ 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。
- ✓ 手当金がもらえます(手当金などの金額は、障害の種類や程度でちがいます)。
- ✓ 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。
- ✓ 有料道路の料金が安くなります。

ほかにも、たくさんのサービスがあります。

しかし、サービスの対象者や内容などは、障害の種類や程度によって一部ちがいます。

くわしいことは、住んでいる市区町村の役所の係(福祉担当係)にきいてください。

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。

● 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

もらう方法

- － 児童相談所で、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

年齢などによって知的障害の程度が変化をすることがあります。そのため、定期的に再判定をおこなう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。

Certificados para pessoas com deficiência

O certificado para pessoas com deficiência é um documento (cartão) que reconhece oficialmente a deficiência de uma pessoa e permite o acesso a diversos serviços de bem-estar social e subsídios, de acordo com o tipo e o grau da deficiência. Os escritórios dos governos locais são responsáveis por emitir esses certificados aos solicitantes, incluindo estrangeiros com certificado de residência japonês.

Exemplos de benefícios:

- ✓ Procedimentos simplificados para acesso a serviços de bem-estar social
- ✓ Subsídios, cujo valor varia conforme o tipo e o grau da deficiência
- ✓ Reembolso parcial de despesas médicas
- ✓ Reduções de impostos
- ✓ Descontos em tarifas de trem, ônibus e voos domésticos
- ✓ Descontos em pedágios de rodovias
- ✓ E outros

Os serviços disponíveis e os critérios de elegibilidade variam conforme o tipo e o grau da deficiência. Para mais informações, entre em contato com a divisão de bem-estar social do governo local.

Existem três tipos de certificados para pessoas com deficiência: o certificado de deficiência intelectual, o certificado de deficiência mental e o certificado de deficiência física.

● Certificado para pessoas com deficiência intelectual

Quem pode solicitar

- Pessoas com deficiência intelectual
- Pessoas com transtornos do desenvolvimento que também apresentem deficiência intelectual

Como solicitar

- Realize avaliações para determinar o grau da deficiência em um Centro de Orientação Infantil. (Para pessoas com 18 anos ou mais, as avaliações são realizadas em um Escritório de Consulta em Reabilitação para Pessoas com Deficiência Intelectual.)

Observação: O grau da deficiência intelectual pode variar ao longo do tempo, portanto, é necessário realizar reavaliações periódicas, em intervalos determinados por cada prefeitura.

● 精神障害者保健福祉手帳

対象

- － 下のような精神障害があつて、生活に援助が必要な状態が続いている人
 - ・ 発達障害
 - ・ 気分障害(うつ病、そううつ病/双極性障害 など)
 - ・ 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)

もらう方法

- － 市区町村の役所の係で手続きをします。
- － 次の書類が必要です。
 - ① 係にある申請書(用紙は市町村の役所にあります)
 - 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。

● Certificado para pessoas com deficiência mental

Quem pode solicitar

- Pessoas que necessitam de apoio para a vida cotidiana devido a uma deficiência mental, como:
 - ✧ Transtornos do desenvolvimento
 - ✧ Transtornos do humor (por exemplo, depressão ou transtorno bipolar)
 - ✧ Esquizofrenia
 - ✧ Epilepsia
 - ✧ Dependência química
 - ✧ Disfunção cerebral adquirida
 - ✧ Outros transtornos psiquiátricos (por exemplo, transtornos relacionados ao estresse)

Como solicitar

- Solicite no escritório de bem-estar social do governo local.
- Prepare os seguintes documentos:
 - 1) Formulário de solicitação (disponível no escritório do governo local)
 - 2) Atestado médico (ou cópia do certificado de beneficiário de pensão por deficiência, se aplicável)
 - 3) Fotografia do requerente

Observação: O certificado deve ser renovado a cada dois anos. Envie um atestado médico atualizado para cada renovação.

6. まわりの人ができること

発達障害がある人の状態は、障害の種類、程度、年齢、性格などによって、1人1人ちがいます。

ここでは、家族など、まわりの身近な人が発達障害のある人と接するとき心がけたい、基本的なことをいくつか紹介します。外国につながる発達障害の人にも共通する内容です。

✓ できたことをほめる、できないことを叱らない

発達障害の人は、ほかの人が簡単にできることでも、うまくできないことがあります。本人ができなかったことや失敗したことを責めたり、叱ったりしないようにしましょう。注意をする場合は、はじめに、良いところ(上手にできたこと、努力しているなど)をほめましょう。できなかったことは、どのようにすれば、よくなるかを、理解できる言葉で具体的に伝えましょう。

✓ 視覚的な情報を見せて説明しましょう

発達障害の人は、言葉で説明されるよりも、目で見えて分かる情報のほうが理解しやすい人もいます。分かりやすい言葉で、写真や絵なども使って説明しましょう。日本語の支援が必要な状況の子どもにも、視覚情報が大きな助けとなる場合があります。



✓ 説明や指示は、短い文で、順を追って、具体的にしましょう

発達障害の人は、あいまいな表現を理解するのが苦手です。言葉で説明するときは、短い文で、1つずつ順を追って、具体的に伝えるようにしましょう。

✓ きまり(規則)は、はっきり、分かりやすく伝えましょう

発達障害のある人は、社会のきまりに気づかないことがあります。知らないときは、分かりやすい言葉で、肯定的に伝えましょう。具体的に、どのようにすればよいか伝えましょう。

例:「廊下を走るな!」→「廊下は、歩くのが、きまりです」。

✓ 安心できる環境を整えましょう

自閉スペクトラム症のある人たちの中には、音、触覚、味やにおい、光など、特定の感覚を苦手とする人が多くいます。苦手な感覚を和らげる工夫をし、安心できる環境をつくってあげましょう。

✓ 集中しやすい環境を整えましょう

注意欠如多動症の人の中には、1つのことに長く集中するのが苦手な人がいます。課題に取り組む時間は短くしましょう。また、同時に2つ以上のことに取り組むのも苦手です。課題は1つずつ出しましょう。1つ終わったら、次の課題に取り組んでもらうようにします。

6. O que podemos fazer pela criança?

As pessoas com transtornos do desenvolvimento apresentam condições variadas, que dependem do tipo e da gravidade da deficiência, bem como da idade e da personalidade de cada indivíduo.

Esta seção apresenta pontos importantes a serem lembrados ao interagir com pessoas com transtornos do desenvolvimento, incluindo membros da família e pessoas próximas. Essas orientações também se aplicam a pessoas com raízes estrangeiras que possuam transtornos do desenvolvimento.

✓ **Elogie a pessoa pelo que ela consegue fazer e não a culpe pelo que não consegue.**

Pessoas com transtornos do desenvolvimento podem ter dificuldade em realizar tarefas que parecem simples para outras pessoas. Evite culpá-las ou repreendê-las por aquilo que não conseguem fazer. Ao oferecer orientação, comece destacando seus pontos positivos. Em seguida, explique de forma clara e específica como elas podem melhorar, utilizando uma linguagem simples e de fácil compreensão.

✓ **Use informações visuais para explicar**

Algumas pessoas com transtornos do desenvolvimento compreendem melhor informações visuais do que explicações verbais. Por isso, utilize linguagem simples, acompanhada de imagens, desenhos ou diagramas para transmitir instruções. Essa abordagem também pode beneficiar crianças que precisam de ajuda para aprender japonês.



✓ **Torne as explicações e instruções específicas, curtas e sequenciais**

Muitas pessoas com transtornos do desenvolvimento têm dificuldade em compreender linguagens abstratas. Ao explicar algo verbalmente, divida as informações em etapas curtas, concretas e apresentadas em sequência lógica.

✓ **Crie um ambiente seguro**

Muitas pessoas com transtornos do desenvolvimento possuem hipersensibilidade a sons, texturas, sabores, cheiros ou iluminação. Fazer ajustes para reduzir o desconforto sensorial ajuda a criar um ambiente seguro e acolhedor.

✓ **Explique claramente as regras de forma simples**

Pessoas com transtornos do desenvolvimento podem não estar cientes das regras sociais. Quando não souberem uma regra, explique-a de maneira simples, utilizando uma linguagem fácil de entender e uma abordagem positiva. Dê instruções específicas sobre o que fazer. Por exemplo, em vez de dizer “Não corra!”, diga “Devemos andar no corredor.”

✓ **Crie um ambiente que favoreça a concentração**

Algumas pessoas com transtornos do desenvolvimento têm dificuldade em manter o foco por longos períodos. Procure dividir as tarefas em partes curtas e fáceis de realizar. Elas também podem ter dificuldade em realizar duas atividades ao mesmo tempo. Portanto, ofereça uma tarefa de cada vez e só então passe para a próxima.

7. 情報を集めたい

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、新しく信頼できる情報を見ることができます。

<http://www.rehab.go.jp/ddis/>



● 発達障害ナビポータル

国が提供する発達障害のためのポータルサイトです。発達障害のあるご本人・ご家族や関係者、全国の支援機関の皆さまへ信頼のおける情報の提供をしています。

本サイトは、厚生労働省と文部科学省の協力のもと、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）と国立特別支援教育総合研究所（発達障害教育推進センター）で共同運用しています。

<https://hattatsu.go.jp/>



● 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、学校の先生のための動画による研修講義、国の施策・法令なども見ることができます。

<http://icedd.new.nise.go.jp/>



7. Reunindo informações

Informações sobre transtornos do desenvolvimento

- **Centro de Informação e Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento**

O centro fornece uma ampla variedade de informações atualizadas e confiáveis sobre transtornos do desenvolvimento, incluindo conceitos básicos, características, formas de apoio, sistemas de suporte social, iniciativas do Japão e tendências globais.

<https://www.rehab.go.jp/ddis/> (em japonês)



- **Portal Navi de Transtornos do Desenvolvimento**

Um portal nacional que fornece informações confiáveis para pessoas com transtornos do desenvolvimento, suas famílias e apoiadores, bem como para profissionais de diversas organizações de suporte em todo o país.

Esse site é operado em conjunto pelo Centro Nacional de Reabilitação para Pessoas com Deficiência (Centro de Informação e Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento) e pelo Instituto Nacional de Educação Especial (Centro de Informações sobre Educação de Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento), com a cooperação do Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar e do Ministério da Educação, Cultura, Esportes, Ciência e Tecnologia do Japão.

<https://hattatsu.go.jp/> (selecione Inglês na guia de idioma)



- **Centro de Informações sobre Educação de Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento**

O site desse centro oferece recursos para apoio e ensino de crianças com transtornos do desenvolvimento, incluindo pesquisas, materiais didáticos e dispositivos de apoio.

Também disponibiliza vídeos de treinamentos e palestras ministradas por professores, além de informações sobre políticas e regulamentações nacionais.

http://icedd_new.nise.go.jp/ (em japonês)



学校教育に関する情報

● CLARINETへようこそ

外国から帰国した日本人の児童生徒、外国につながりのある児童生徒についての情報を提供するサイトです。

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>



暮らしに役立つ情報

● 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、さまざまな情報がのっています。地域の相談機関などを調べることもできます。

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



● 多文化共生ツールライブラリー(自治体国際化協会クレア)

各地域で作成された外国人支援や多文化共生のための方法など検索、ダウンロードできるサイトです。

https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tool_library/index.html



Informações sobre educação escolar

(Ministério da Educação, Cultura, Esportes, Ciência e Tecnologia – MEXT)

- **Informações educacionais para repatriados e crianças estrangeiras**

Um site que fornece informações educacionais voltadas a estudantes japoneses que retornaram do exterior e a estudantes com raízes estrangeiras.

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/003.htm (em japonês)



- **CASTA-NET**

Um portal de informações para apoio aos estudos de estudantes com raízes estrangeiras.

<https://casta-net.mext.go.jp/> (em japonês)



- **Projeto de Suporte Multilíngue para a Educação (MUSE)**

Um site de suporte à escrita de documentos multilíngues para conectar escolas e lares de crianças com raízes estrangeiras.

<https://data.casta-net.mext.go.jp/tagengo-gakko.jp/index.html> (em japonês)



Informações para a vida cotidiana

- **Portal de Apoio à Vida Cotidiana para Estrangeiros**

Um site que fornece informações úteis para a vida no Japão, incluindo informações sobre organizações locais de consulta.

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

(selecione Inglês na guia de idioma)



- **Biblioteca de ferramentas para a convivência multicultural (Conselho das Autoridades Locais para Relações Internacionais - CLAIR)**

Um site para pesquisar e baixar recursos voltados a apoio a pessoas estrangeiras e à convivência multicultural.

https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tool_library/index.html (em japonês)



外国語での相談サービスなど

外国の人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サービスではありませんが、あなたやあなたの子どもさんがよく話せる言葉(母語)で診療をしてくれる病院や通訳サービスについて、相談にのってくれます。

● 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、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しています)。

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/>



● 発達障害の診療を行っている医療機関(外国語対応可能)

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。

<https://hattatsu.go.jp/special/pamphlet-for-foreign-parents/>

ここに書かれてない医療機関でも、相談、診察をしてもらえる場合があります。それぞれの医療機関に聞いてください。



● 法テラス(日本司法支援センター)

外国語で、日本の法律や相談できるところの情報を提供するサービスを行っています。

<https://www.houterasu.or.jp/site/yasasiinihongo/tagengo.html>



翻訳アプリ

● 多言語音声翻訳アプリ VoiceTra (ボイストラ)

話すと、外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリです。31の言葉に翻訳できます。

[開発:NICT(国立研究開発法人情報通信研究機構)]ダウンロード、利用もすべて無料です。

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

※翻訳アプリについては、無料で使えるものがあります。

自分で使いやすいものを利用してください。



Consultas em idiomas estrangeiros

Há diversos serviços de consulta por telefone disponíveis para residentes estrangeiros. Embora não sejam especializados em transtornos do desenvolvimento, esses serviços podem orientar sobre locais que oferecem interpretação e indicar instituições médicas onde você ou seu filho possam ser atendidos em seu idioma materno.

- **Centro Internacional de Informações Médicas da AMDA**

Este serviço telefônico de informações e consulta fornece informações sobre os sistemas médico e bem-estar, além de indicar instituições onde é possível consultar um médico em seu idioma materno.

Os atendentes falam japonês em linguagem simples e de fácil compreensão.

Escritório de Tóquio (Seg. a Sex., das 10h às 15h)

Telefone: 03 6233 9266

<https://www.amdamedicalcenter.com/activities>



- **Instituições médicas para transtornos do desenvolvimento (com serviços de interpretação)**

Alguns hospitais e organizações de consulta contam com profissionais que falam idiomas estrangeiros ou utilizam aplicativos de tradução para facilitar a comunicação.

<https://hattatsu.go.jp/special/pamphlet-for-foreign-parents/>

(selecione Inglês na guia de idioma)



Instituições médicas não listadas acima também podem oferecer consultas ou exames, portanto, é recomendável entrar em contato diretamente com cada uma delas.

- **Hōterasu (Centro de Apoio Jurídico do Japão)**

O Hōterasu oferece um serviço multilíngue de informações jurídicas, no qual é possível obter orientações sobre o sistema legal japonês, associações de advogados e outras organizações relacionadas, em diversos idiomas.

<https://www.houterasu.or.jp/site/foreign-nationals/>



Aplicativo de tradução

- **VoiceTra (Aplicativo multilíngue de tradução por voz)**

Esse é um aplicativo japonês de tradução de voz que oferece suporte a 31 idiomas, desenvolvido pelo Instituto Nacional de Tecnologia da Informação e Comunicação (NICT). Está disponível gratuitamente.

<https://voicetra.nict.go.jp/en/index.html>

Observação: Alguns aplicativos de tradução estão disponíveis gratuitamente.

Pesquise e utilize aquele que melhor se adapte às suas necessidades.



Glossary

	Português	Japonês em alfabeto	Japonês com furigana
A	Act for Eliminating Discrimination against Persons with Disabilities	Shōgai sha sabetsu kaishō hō	障害者差別解消法
	Act on Support for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai sha shien hō	発達障害者支援法
	Allowance	Teate	手当
	Antianxiety medication	Kō fuan yaku	抗不安薬
	Antiepileptic medication	Kō tenkan yaku	抗てんかん薬
	Antipsychotic medication	Kō seishinbyō yaku	抗精神病薬
	Appointment	Yoyaku	予約
	Asperger's syndrome	Asuperugā shōkōgun	アスペルガー症候群
	Assessment	Kensa	検査
	Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)	Chūi ketsujo tadō shō / ADHD	注意欠如多動症 / ADHD
	Auditory test	Chōkaku kensa	聴覚検査
	Autism	Jiheishō	自閉症
	Autism spectrum disorder (ASD)	Jiheishi supekutoramu shō / ASD	自閉スペクトラム症 / ASD
B	Board of education	Kyōiku iinkai	教育委員会
	Bipolar disorder	Sō tsu byō / Sōkyokusei shōgai	そううつ病 / 双極性障害
C	Central nervous system stimulant	Chūsū shinkei shigeki yaku	中枢神経刺激薬
	Certificate for persons with disabilities	Shōgaisha techō	障害者手帳
	Child and Family Support Center	Jidō katei shien sentā	児童家庭支援センター
	Childhood-onset fluency disorder (stuttering)	Jidō-ki hasshō ryūchō shō/kitsuon	児童期発症流暢症 / 吃音
	Child Guidance Center	Jidō sōdanjo	児童相談所
	Child psychiatrist	Jidō seishinkai	児童精神科医
	Consultation	Sōdan	相談
	Credit-based high school	Tanni sē kōtō gakkō	単位制高等学校
D	Depression	Utsu byō	うつ病
	Development	Hattatsu	発達
	Developmental coordination disorder	Hattatsu sē kyōchō undō shōgai	発達性協調運動障害
	Developmental disorder	Hattatsu shōgai	発達障害
	Developmental test	Hattatsu kensa	発達検査
	Diagnosis	Shindan	診断
	Disability	Shōgai	障害
	Disability pension	Shōgai nenkin	障害年金
	Distance learning high school	Tsūshinsē kōtō gakkō	通信制高等学校
	Doctor	Ishi/isha	医師 / 医者
	Drug addiction	Yakubutsu izon shō	薬物依存症

E	Education center	Kyōiku sentā	教育センター
	Effect	Kōka/sayō	効果／作用
	Electroencephalography	Nōha kensa	脳波検査
	Elementary school	Shōgakkō	小学校
	Emotional disability/difficulty	Jōcho shōgai	情緒障害
	Entrance examination (student selection)	Nyūgaku shiken (nyūgaku sha senbatsu)	入学試験(入学者選抜)
	Epilepsy	Tenkan	てんかん
F	Full-time general course	Zen nichi sē hutsūka	全日制普通科
H	Health impairment	Byōjaku / shintai kyojaku	病弱／身体虚弱
	Health insurance card	Hoken shō	保険証
	Hearing impairment	Nanchō	難聴
	High school	Kōtō gakkō (kōkō)	高等学校(高校)
	Higher brain dysfunction	Kōjinō kinō shōgai	高次脳機能障害
	Homeroom teacher	Tannin no sensē	担任の先生
	Hospital	Byōin	病院
I	Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai jōhō shien sentā	発達障害情報・支援センター
	Information Center of Education for the Persons with Developmental Disabilities	Hattatsu shōgai kyōiku suishin sentā	発達障害教育推進センター
	Intellectual disability	Chiteki shōgai	知的障害
	Intellectual disability certificate	Ryōiku techō	療育手帳
	Intelligence test	Chinō kensa	知能検査
	Interpreter	Tsūyaku	通訳
J	Junior high school	Chūgakkō	中学校
	Juvenile Support Center	Hōmu shōnen shien sentā	法務少年支援センター
L	Learning disorder (LD)	Gakushū shōgai/LD	学習障害／LD
	Local Vocational Center for Persons with Disabilities	Chīki shōgai sha syokugyō sentā	地域障害者職業センター
	Low vision	Jakushi	弱視
M	Maternal and child health handbook	Boshi kenkō techō/boshi techō	母子健康手帳／母子手帳
	Medical certificate	Shindansho	診断書
	Medication	Kusuri	薬
	Mental disability certificate	Seishin shōgaisha hoken fukushi techō	精神障害者保健福祉手帳
	Mood disorder	Kibun shōgai	気分障害
O	Occupational therapy	Sagyō ryōhō	作業療法
P	Part-time general course	Teiji sē hutsūka	定時制普通科
	Pediatrician	Shōnikai	小児科医
	Pediatric neurologist	Shōni shinkēkai	小児神経科医
	Pervasive developmental disorder	Kōhansē hattatsu shōgai	広汎性発達障害
	Pharmacist	Yakuzaishi	薬剤師
	Physical disability	Shitai fujiyū/shintai shōgai	肢体不自由／身体障害

	Physical disability certificate	Shintai shōgaisha techō	身体障害者手帳
	Physical therapy	Rigaku ryōhō	理学療法
	Private school	Shiritsu gakkō	私立学校
	Psychiatrist	Seishinkai	精神科医
	Psychologist	Shinrishi	心理士
	Psychotherapy	Shinri ryōhō	心理療法
	Public health nurse	Hokenshi	保健師
	Public school	Kōritsu gakkō	公立学校
R	Reasonable accommodation	Gōri teki hairyo	合理的配慮
	Regular class	Tsūjō gakkyū	通常学級
	Regular examination	Teiki shiken	定期試験
	Recovery Consultation Offices for Persons with Intellectual Disabilities	Chiteki shōgaisha kōsei sōdanjo	知的障害者更生相談所
	Resource room	Tsūkyū shidō kyōshitsu	通級指導教室
S	Schizophrenia	Tōgō shicchō shō	統合失調症
	School nurse, school nurse's office	Hoken shitsu no sensē, hoken shitsu	保健室の先生、保健室
	Side effect	Fuku sayō	副作用
	Sleeping pill	Suimin yaku	睡眠薬
	Special class with children with special needs	Tokubetsu shien gakkyū	特別支援学級
	Special needs education school	Tokubetsu shien gakkō	特別支援学校
	Specific learning disorder (SLD)	Genkyokusē gakushū shō/SLD	限局性学習症／SLD
	Speech and language disorders	Gengo shōgai	言語障害
	Speech-language-hearing therapy	Gengo chōkaku ryōhō	言語聴覚療法
	Stress-related disorder	Sutoresu kanren shōgai	ストレス関連障害
	Support Center for Persons with Developmental Disorders	Hattatsu shōgai sha shien sentā	発達障害者支援センター
T	Tourette syndrome	Turetto shōkōgun	トゥレット症候群
U	University	Daigaku	大学
V	Vision test	Shikaku kensa	視覚検査
	Vocational course	Shokugyō ka	職業科
	Vocational school	Senmon gakkō	専門学校
W	Welfare service	Fukushi sābisu	福祉サービス
	Work-Life Support Center for Persons with Disabilities	Shōgai sha shūgyō seikatsu shien sentā	障害者就業・生活支援センター



MEMO

外国につながる子ども・若者と家族向けパンフレット
こんなとき、どうすればいいですか？
～小学生から高校生と家族の皆さんへ～〔日本語〕

発行日 2025年3月

監修 高橋 脩（豊田市福祉事業団 理事長）

編集制作 発達障害情報分析会議 作業部会（外国につながる発達障害児者支援に関する情報提供）

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）

Guia para crianças e jovens com raízes estrangeiras e suas famílias

Quando você não sabe o que fazer

Edição:	Novembro de 2025
Supervisor editorial:	Osamu Takahashi, Presidente do Conselho da Corporação Municipal de Bem-Estar Social de Toyota
Editor e produtor:	Grupo de Trabalho da Conferência de Análise de Informações sobre Transtornos do Desenvolvimento (Fornecendo informações sobre apoio a crianças com transtornos do desenvolvimento e raízes estrangeiras)
Publicação:	Centro de Informação e Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento, Departamento de Planejamento e Informação, Centro Nacional de Reabilitação para Pessoas com Deficiência 4-1 Namiki, Tokorozawa-shi, Saitama 359-8555, Japão https://www.rehab.go.jp/ddis/

Design e ilustração: Kuu Kusuvara

Cooperação de design: Associação de Comunicação Simples (Associação Geral Incorporada)

O design e as ilustrações deste guia foram financiados pelo:

Subvenção do Projeto de Pesquisa em Administração Pública em Ciências da Saúde e do Trabalho, *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* (Pesquisa sobre o exame do escopo da Lei de Apoio Integral às Pessoas com Deficiência e o estabelecimento de métodos de utilização de dados para a formulação de planos de bem-estar para pessoas com deficiência. Pesquisadora principal: Kumiko Imahashi)



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を知り、必要な情報の発信につなげるために、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。

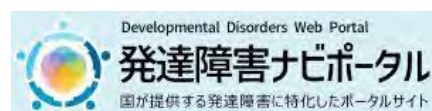
【支援者向け】

<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/>





[Diretriz para o uso deste guia] Você tem liberdade para imprimir e distribuir este guia. No entanto, não é permitido modificá-la sem autorização prévia do Centro de Informação e Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento.

Publicação: Centro de Informação e Apoio a Pessoas com Transtornos do Desenvolvimento, Departamento de Planejamento e Informação, Centro Nacional de Reabilitação para Pessoas com Deficiência
<https://www.rehab.go.jp/ddis/>

