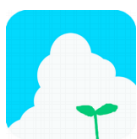


Traditional Chinese

中國語(繁體字)

您有孩子發展方面的擔心嗎？

～給在日育兒的家長～



國立障礙者復健中心
發展障礙資訊與支援中心

前言

近年來，在日育兒的外國人家長不斷增加。

- 有的人因為身處異國，文化和生活習慣不同，感到育兒很辛苦
- 有的人因為語言不通，難以獲得必要的育兒資訊
- 有的人擔心孩子的成長和發展

為了讓家長們能更安心的育兒，我們製作了這個手冊。

特別是擔心孩子的成長和發展的時候，不知道應該去哪裡，去找誰諮詢，會感到很傷腦筋吧！

在日本各地都設有相關的機構，為擔心孩子發展的家長們提供幫助。希望家長們通過這本手冊，可以更快的接觸到所需要的資訊和支援。

國立障害者復健中心
發展障礙資訊與支援中心
(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)

目錄

想知道孩子的發展狀況

例如有沒有類似這樣的情況？	3
3 歲前	3
3 歲～6 歲（小學入學前）	4
市區町村安排的健康檢查	5
新生兒健檢	5
1 歲 6 個月幼兒健檢	5
3 歲兒童健檢	6
入學時健檢	7
入學諮詢	7
【參考】特殊教育（特別支援教育）的學習制度	8

想找人諮詢

關於諮詢	9
居住地的諮詢機構	10

什麼是發展障礙？

關於發展障礙者支援法	12
關於發展障礙者支援中心	12

想去醫院

在醫院的評估及個別治療	13
孩子被診斷為發展障礙的話	13
讓孩子生活更好的藥物使用	14

想知道關於身心障礙者手冊的資訊

能夠使用的福利及服務	15
療育手冊	16
精神障礙者保健福祉手冊	16

想得到對生活有用的資訊（參考資訊）

外語諮詢服務	17
翻譯軟體	18
學校教育相關資訊/發展障礙相關資訊	19

想知道孩子的發展狀況

孩子有沒有類似以下情況？

3 歲前

- 語言發展遲緩。
- 以前會說的話，突然不會說了。
- 交流困難、或只有單方面的溝通。
- 總是玩一樣的東西。



- 沒有眼神接觸，或少有眼神接觸。
- 不喜歡被抱。
- 沒有太多表情變化。
- 被叫名字卻常常沒有回頭看。



- 有特別討厭的物品或地方。
- 非常執著於某一種物品或某一種做法。

- 抬頭、坐、走路等動作發展遲緩。
- 肌肉柔軟。難以保持某種姿勢。

- 常發脾氣，生氣後很難恢復平靜。
- 會重複做出傷害自己的行為。
(例如打自己的頭、咬手等)。



- 很難安靜下來。
- 總是到處動，得一直看著。
- 非常容易分心。



- 晚上哭鬧嚴重且已持續數月。
- 不睡午覺或入睡很困難。
- 對食物或飲料有嚴重的偏好（挑食）。



- 不會隨著聲音去尋找發出聲音的地方。
- 對聲音非常敏感（常常捂住耳朵）。



3 歲~6 歲(小學入學前)

- 對其他的小孩沒有興趣，不和同學朋友一起玩。
- 對特定物品感興趣（特定的顏色、商標、符號、文字、數字等）。
- 會不斷重複同一個問題、同一個話題。
- 大部份時間都自己一個人。



- 不遵守規則或約定。
- 常常單方面開啟，單方面結束對話。
- 不能好好的和小朋友玩，容易傷到對方。
- 很難安靜下來，經常走動。
- 總是隨意去自己想去的地方。
- 聽別人說話時常不能聽到最後。



- 大家一起活動時，不能與其他孩子一同行動。
- 準備或收拾東西需要花很長時間。
- 不擅長繪畫、使用剪刀等。
- 拒絕身體被觸碰。
- 上廁所、換衣服等生活習慣的養成需要花很長時間練習。



- 不能理解對話的內容。
- 不能理解文字(字母)或數字。
- 有明顯特別擅長的事情，或特別不擅長的事情。



孩子出現這樣的情況時，家長會很擔心吧

家長們可能會因為不知道“我的孩子到底怎麼了”而煩惱，或者會想“是因為我沒有教好孩子嗎？”而對育兒失去信心。

這些狀況可能只是暫時的，但也有可能是孩子有發展上的遲緩，或發展障礙的可能，我們需要早點向專業人士諮詢以了解孩子的特性和發展狀況。

市區町村安排的健檢

市區町村的市區役所，有安排免費的嬰幼兒健康檢查（健檢）。

這是一個確認孩子的健康及發展狀況的重要機會。請一定要接受檢查。

每個地區健檢的時間都有所不同，請向居住地的市區役所確認。

新生兒健檢

什麼時候？ 孩子滿 3～4 個月的時候

什麼內容？ •醫生進行健康檢查。

•測量身高和體重。

•可向保健師諮詢您擔心的事情。

•營養師會教有關副食品的知識。

1 歲 6 個月幼兒健檢

什麼時候？ 孩子滿 1 歲 6 個月至兩歲前的期間

什麼內容？ •醫生進行健康檢查。

•牙科醫生檢查牙齒。

•測量身高和體重。

•可向保健師諮詢您擔心的事情。



3 歲兒童健檢

什麼時候？ 孩子滿 3 歲至 4 歲前的期間

什麼內容？ •醫生會進行健康檢查。

•牙科醫生檢查牙齒。

•測量身高和體重。

•尿液檢查。

•視力和聽力檢查。

•可向保健師、營養師、心理師諮詢您擔心的事情。



(視覺檢查)

孩子的視力會持續發育直到 6 歲左右為止。視力異常、斜視等問題如果能儘早發現並進行治療的話，有很高機會能恢復正常。

(聽覺檢查)

發現聽力異常及耳部疾病的檢查。如果耳朵聽不見/聽不清楚，會對語言發展有影響。及早發現是非常重要的。



- ❑ 以上健檢的接受年齡都是規定好的。
- ❑ 健檢的費用，全部免費。
- ❑ 指定的健檢日沒辦法參加的話，可以向市區役所的窗口詢問。

入學時健檢

什麼時候？ 小學入學前一年的9月，會收到市區町村的教育委員會發來的通知（注意外國國籍或無國籍兒童希望就讀日本的小學的話，必須向當地市區町村的教育委員會提交就學希望的申請）。

什麼內容？ 去預定入學的小學，參加入學時的健檢。

- 醫生會進行健康檢查。
- 牙科醫生檢查牙齒。
- 測量身高和體重。
- 檢查視力和聽力。
- 簡單的智能評估。

入學諮詢

有發展障礙、或對入學後的學校生活有擔心的孩子，可以去教育委員會或教育中心

きょういくいんかい きょういくせんたー
(教育委員会や教育センター)諮詢入學問題。保育園及幼稚園的老師也可能會建議向教育委員會諮詢。

○發展障礙孩子的教育

教育委員會會在充分尊重父母及孩子的想法的基礎上，決定孩子國小應該在哪裡接受教育比較適合孩子。

小學裡設有“特別支援學級”或“通級指導教室”。而“特別支援學校”是為發展障礙程度較嚴重的孩子設立的學校。

“特別支援學級”和“特別支援學校”是可以在入學前參觀的。請向教育委員會諮詢安排。

小學 中學

普通學級

在團體生活中，會對需要特別支援的孩子有額外的協助。

在普通班級外的指導 （通級指導教室）

大部分的課程在普通班級和大家一起上，只在特定時間（每月或每週數次）去別的教室（通級指導教室）上課。

孩子學習或生活上的問題，可以得到個別的幫助。

特別支援學級

小班制班級。

按照障礙類別分成 7 種班級：

智力障礙、肢體障礙、病弱/身體虛弱、弱視、聽力障礙、語言障礙、自閉症/情緒障礙。不同的學校、設置的班級種類及數目也會不同。

* 也有些學校，沒有設立通級指導教室或特別支援學級。

特別支援學校

為有視覺障礙、聽覺障礙、肢體障礙、病弱、智能障礙的孩子專門設立的學校。同時有智能障礙的自閉症光譜障礙的孩子，是智能障礙的特別支援學校的對象。小班制教學，會根據孩子障礙的情況進行適性的教育。

想找人諮詢

關於諮詢



每個孩子的特質及發展方式和速度都不一樣。如有擔心的話，請盡早諮詢專業人士，找到適合孩子的特質的對應方式是非常重要的。

- 有育兒的煩惱，或對孩子發展有擔心的話，首先可以向居住地的市區町村的保健師諮詢。
- 有上保育園或幼稚園的話，平常可多跟保育士交流孩子的情況。
- 有些地區有安排兒童發展諮詢員(発達相談員)會進行個別諮詢或巡迴諮詢。
- 有些地區開設了父母和孩子一同上課的育兒支援教室。能學習到適合孩子發展的引導方法。

以下這些地方也可以諮詢

- 保健所、保健中心(保健所、保健センター)
- 兒童發展支援中心(児童発達支援センター)
- 育兒支援中心、嬰幼兒家長交流廣場等(子育て支援センター、つどいの広場)

* 可以接受諮詢的人員和地點會因地區有所不同。
詳情請直接向居住地的保健師詢問。

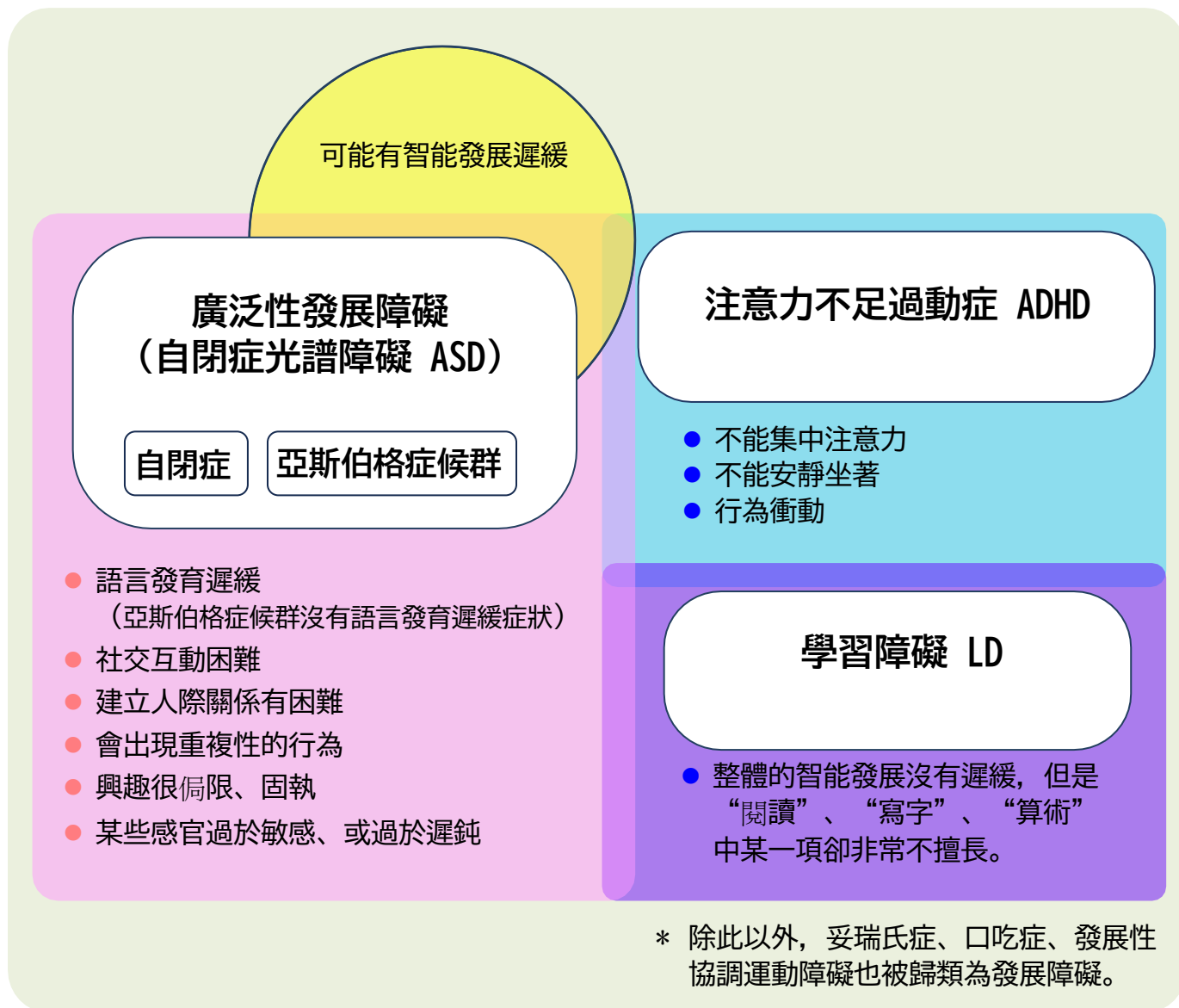
居住地的諮詢機構

各地區有各種的諮詢單位。
有擔心關於孩子的問題的話，可以去諮詢看看。

名稱	對象	星期/時間	電話號碼	翻譯
	接受諮詢的內容			
[填表示範] XX市兒童發展中心	未滿18歲的孩子、家長	週一～週五 9點～17點 節日假日休息	(04) 〇〇〇-〇〇〇	△一部分可以 (〇〇語)
	例：有關兒童發展的諮詢、評估、懷孕、生產、育兒諮詢			

什麼是發展障礙？

”發展障礙”和腦部功能的發展有關，大多是與生俱來。發展障礙如下圖所示分為幾種類型(診斷)。即使是同一種障礙診斷，每個人的特徵和表現方式仍會有所不同。另外，也有些人同時有多種發展障礙診斷。



發展障礙者支援法中有關發展障礙的定義（第2條）

依《發展障礙者支援法》第2條之規定，發展障礙係指包括自閉症、亞斯伯格症候群及其他廣泛性發展障礙、學習障礙、注意力不足過動症等腦功能障礙，多於幼年時期即可被辨識，並因其發展障礙特性而在日常生活或社會生活中產生功能性限制之個人。※ICD-10的F80-98所包含的診斷。

關於發展障礙者支援法

在日本，有“發展障礙者支援法”的法律，是為了幫助有發展障礙的人士（包括兒童及成人）及其家人的法律。

發展障礙者支援法的目的是，建立一個讓有發展障礙的兒童能健康成長，其家人能安心育兒的社會。

關於發展障礙者支援中心

為了讓有發展障礙的人士及其家人能安心地生活，各地多處設有諮詢機構。

在所有的都道府縣、政府指定都市都設有“發展障礙者支援中心（はったつしょうがいしゃしえん 発達障害者支援センター）”。

○有關全國的發展障礙者支援中心的資訊，可以參考以下網頁。

發展障礙資訊及支援中心資訊

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



【居住地區的發展障礙者支援中心】

中心名稱：

聯絡方法：

想去醫院

關於醫院



發展障礙的診斷需由專業醫師（兒科醫生、兒童精神科醫生）進行。如果想接受醫生的看診，可以事先做以下準備：

- 查詢有發展障礙專門醫師的醫院。向當地的保健師或者發展障礙者支援中心諮詢（請注意很多醫院是預約制的）。
- 第一次看診時，要攜帶健康保險證和母子健康手冊。
- 把擔心的事情，孩子在家裡或保育園的情況事先總結寫下來的話會更好。

評估/個別治療



在醫院，有必要的話，會有專業人員進行評估及個別療法。

評估包括智能及其他發展評估、聽力檢查、腦電波檢查等。

個別治療包括物理治療、職能治療、語言聽覺治療、心理治療。

根據孩子的情況檢查的內容和療法也不一樣。

孩子被診斷為發展障礙時

孩子被診斷為發展障礙後，家長一定會非常擔心。但是，透過環境上的調整及找到適合孩子的對應方法，是可以逐步改善孩子生活和學校困擾的情況的。

關於對應的方法，可以向主治醫師或專業人員諮詢。

讓孩子生活更好的藥物使用

經醫師評估後，若認為孩子有用藥之必要，醫師會提出相應的用藥建議。關於藥物的療效與可能的副作用，建議與主治醫師充分討論並確認。

發展障礙本身無法僅依靠藥物達到根治的效果。然而，在發展障礙孩子所表現出的各項症狀中，部分症狀可透過藥物治療獲得緩解，進而有助於日常生活與學習的穩定。

【典型的藥物】

- | | |
|----------|---------------------------------------|
| ○中樞神經興奮劑 | 減輕因注意力不足多動障礙引起的多動、
注意力不集中、衝動等行為症狀。 |
| ○抗焦慮藥 | 緩解焦慮情緒。 |
| ○抗精神病藥 | 緩和過度興奮及妄想等症狀。 |
| ○抗癲癇藥 | 抑制癲癇發作。 |
| ○助眠藥 | 調整睡眠規律。 |

透過適當的藥物使用，使相關症狀獲得緩解後，孩子能夠更舒適、穩定地生活。藥物的服用方式，請務必依照醫師所指示的次數與劑量進行。

☆ 若對醫院醫師或其他專業人員的說明有任何不清楚之處，請隨時提出詢問，不必感到顧慮。

☆ 保健師、保育園或幼稚園的老師等，也都是身邊可以諮詢與商量的重要對象。平時可多與他們分享孩子的狀況，透過彼此的合作，一同守護孩子的成長。

想知道關於身心障礙者手冊的資訊

關於身心障礙者手冊

持有身心障礙證明的手冊(障害者手帳しょうがいしゃ てちょう)的話, 按照殘障的種類及程度, 可以利用各種福利服務(補助金等)。可以到市區役所辦理申請手冊的手續。

手冊根據障礙的種類分成 3 類, 包括「療育手冊」、「精神障礙者保健福祉手冊」、「身體障礙者手冊」(「療育手帳りょういくてちょう」、「精神障害者保健福祉手帳せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう」、「身体障害者手帳しんたいしょうがいしゃてちょう」)

- * 若持有相關手冊, 申請並使用各項福利服務的手續將會更加簡便。
- * 各項補助金的給付金額, 會依障礙的種類及程度而有所不同。
- * 補助對象與服務內容, 亦可能因地區而異。

相關詳情, 請向居住地的福祉窗口(福祉担当窓口ふくし たんとうまどぐち)洽詢。

【例】

- 可領取各項補助金
- 醫療機構就醫時, 部分醫療費用可獲得補助
- 享有稅額減免措施
- 搭乘電車、巴士、飛機(國內線)等交通工具時可享票價減免
- 使用收費公路時可享通行費減免
- 此外, 尚有其他多元的支援與服務。

療育手帳

對象

- 有智能障礙的人
- 有發展障礙及智力障礙的人

方法



- 在兒童諮詢中心(兒童相談センター)確定障礙的程度等。
(18 歲以上人士, 在智能障礙者更生諮詢所(知的障害者更生相談所)進行)

注意事項

智能障礙在發育過程中, 障礙的程度可能會有變化。因此, 每隔一定期間須重新判定。關於重新判定時間的規定, 各個地區有所不同。

精神障礙者保健福祉手冊

對象

- 患有以下精神障礙, 生活上持續需要援助的人。
 - 發展障礙
 - 憂鬱症、躁鬱症等情緒障礙
 - 思覺失調症(精神分裂症)
 - 癲癇
 - 藥物依賴
 - 高功能腦障礙
 - 其他的精神疾病(壓力相關障礙等)

方法

- 在市區町村的窗口辦理手續
- 需要以下資料
 - 1) 申請書(在辦理處窗口可領取)
 - 2) 醫生的診斷書(有領障礙年金的人, 也可以提供受給證書的影本)
 - 3) 本人照片

注意事項

每兩年需要進行更新手續。更新手續時也需要醫生的診斷書。

參考資訊

部分醫院或諮詢機構，設有能夠使用外語的工作人員，或可透過翻譯軟體協助溝通。此外，在部分地區亦提供翻譯員派遣服務。

能用外語的諮詢服務

目前亦設有專為外國人提供的電話諮詢服務。雖然該服務並非以發展障礙為專門諮詢窗口，但仍可透過諮詢，協助您尋找能以您或孩子較為熟悉的語言進行看診的醫療機構，或提供翻譯員相關服務的資訊。

◆ 外國人生活支援入口網站^{がいこくじんせいかつしえんぽーたるとさいと} (外国人生活支援ポータルサイト)

這裡提供許多在日本生活所需的各項資訊。

也可以查詢所在地區的諮詢窗口。

<https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/>



◆ 電話諮詢的服務 AMDA 國際醫療資訊中心^{こくさい} (AMDA國際 医療情報センター^{いりょうじょうほう せ ん た ー})

提供可使用您母語接受診療的醫療機構介紹，並以淺顯易懂的日語進行醫療與福祉制度的相關說明。

東京辦公室 事務局

服務時間：週一至週五 10:00~15:00

電話號碼：03-6233-9266

官方網站：<https://www.amdamedicalcenter.com/>



翻譯軟體

◆ 多語言的語音翻譯軟體 VoiceTra

[開發:NICT(國立研究開發法人資訊通信研究機構)]

這是一款只要以語音說話，即可翻譯成外語的語音翻譯應用程式。

可支援 31 種語言的翻譯,可免費下載與使用。

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



學校教育相關資訊

◆ 學校教育相關資訊網站【文部科學省】

○ CLARINET (CLARINET へようこそ)

本網站提供海外子女教育, 以及返國與外國籍兒童、學生教育等相關資訊。

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



○ CASTA-NET (かすたねっと)

這是一個幫助具有外國背景兒童/學生的學習的資訊網站。

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



○ 多語言・學校專案 (多言語・学校プロジェクト)

這是一個支援製作多語言文件的網站, 旨在連結學校與具有外國背景的兒童與學生家庭。

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



發展障礙相關資訊

○ 發展障礙資訊及支援中心 (発達障害情報・支援センター)

提供有關發展障礙的基礎知識、發展障礙的特性與因應方式、支援發展障礙者的相關制度, 以及日本國內與國際間的最新動向等, 內容具備高度專業性與可信度。

官方網站: <https://www.rehab.go.jp/ddis/>



○ 發展障礙教育推進中心 (発達障害教育推進センター)

本網站提供發展障礙兒童的支援與教學指導方法, 並彙整發展障礙相關的研究成果、教材與支援輔具等資源。此外, 亦收錄教師專用的影音研修課程, 以及國家政策與相關法令資訊, 作為教育現場的重要參考。

官方網站: <https://cpedd.nise.go.jp/>



您有孩子發展方面的擔心嗎？

～給在日育兒的家長～〔Traditional Chinese〕

發 行 日 2019 年 6 月／2021 年 6 月 部分修訂／2025 年 3 月 設計修訂

監 修 高橋 修(豐田市福祉事業團 理事長)

協助單位 豐田市兒童發展中心 地區復健諮詢室

編輯製作 発達障害情報分析会議 作業部会(提供與具有國外背景的發展障礙兒童及成人支援相關的資訊)

發 行 國立障礙者復健中心 企劃・資訊部 發展障礙情報・支援中心

(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 官方網站: <https://www.rehab.go.jp/ddis/>

Design and illustration Kuu Kusuvara

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)

本手冊的設計與插圖由以下研究經費製作:厚生労働科学行政推進調査事業費「關於《身心障礙者綜合支援法》適用範圍的檢討與建立障礙福祉計畫制定所需的資料運用方式之研究(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)



[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.

〔關於本手冊的使用〕本手冊原則上可自由列印與發放。

但不得未經「發展障礙情報・支援中心」同意，擅自更動本手冊的內容。

發行：國立障礙者復健中心 企劃・資訊部 發展障礙情報・支援中心
（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）
官方網站: <https://www.rehab.go.jp/ddis/>

