Sinhala
シンハラ語

ඔබ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන ඔබ සැලකිලිමත්ද?

ජපානය තුල දරුවන් ඇතිදැඩි කරණු ලබන දෙමාපියන් සඳහාය

ආබාධිත පුද්ගලයින් සඳහාවූ ජාතික පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානය

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහාවූ තොරතුරු හා සහාය මධ්‍යස්ථානය

හැඳින්වීම

රට තුල ජීවත්වන හා සිය දරුවන් හදාවඩා ගන්නාවූ විදේශිකයින් සංඛ්‍යාවේ වැඩිවීමක් ජපානය විසින් නිරීක්ෂණය කර ඇත. මෙම පොත් පිංච ඉලක්ක කර තිබෙනුයේ පහත කරුණුවලට අදාල විදේශීය පසුබිමක් ඇති දෙමාපියන්ය:

- වෙනත් සංස්කෘතියක් හා ජීවන රටාවක් තිබෙන රටක දරුවන් හදාවඩා ගැනීමේ අරගලයක නිරත වන
- සිය දරුවාගේ වර්ධණය ගැන උනන්දුවක් දක්වන
- භාෂාමය බාධකයක් නිසා සිය දරුවා සඳහා ඔවුනට අවශ්‍ය තොරතුරු සොයා ගැනීමේ දුෂ්කරතා තිබෙන
- දරුවන් ඇති දැඩි කිරීමේ සහාය අවශ්‍ය වන

ඔබ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන ඔබ දැනට ලතවනුයේ නම්, සහාය ලබාගැනීමට කොතැනට යායුතුද, කාවෙත යායුතුද යන්න නොදැනීම නිසා ඔබ ව්‍යාකූල විය හැක. සිය දරුවාගේ සංවර්ධණය ගැන උනන්දුවක් දක්වන දෙමාපියන් සඳහා සහාය සපයනු ලබන ආයතන ජපානය මුලුල්ලේම තිබේ. ඔබට අවශ්‍යවිය හැකි තොරතුරු හා සහාය ලබාගැනීමට මෙම පොත් පිංච උපකාරී වියහැකියයි අපි අපෙක්ෂා කරමු.

ආබාධිතා සහිත පුද්ගලයින් සඳහාවූ ජාතික පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානය
වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහාවූ තොරතුරු හා සහාය මධ්‍යස්ථානය

පටුන

ඔබගේ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන දැන ගැනීමට නම්

ඔබ දරුවා ....බව ඔබට නිරීක්ෂණය වේ නම් 3
උපතේ සිට වයස 3 දක්වා 3
වයස 3 සිට 6 දක්වා) පාසැල් විය (........4
සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණය උපයෝගී කර ගන්න 5
ළදරු වියේදී පරීක්ෂණය 5
මාස 18 දී පරීක්ෂණය 5
වසර තුනේ පරීක්ෂණය 6
පාසැලට ඇතුලත් කිරීමේදී පරීක්ෂණය 7
පාසැල් ප්‍රවේශය 7
විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් සඳහා පාසැල් ප්‍රවේශ විකල්ප 8

ඔබ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන උපදෙස් ලබාගැනීම

උපදේශන සේවා උපයෝගී කර ගැනීම 9
ඔබ පදිංචි ස්ථානය අවට උපදේශන විකල්ප 10

වර්ධණීය රෝගාබාධ මොනවාද?

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහා සහාය පිළිබඳ පනත 12
වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහා සහාය මධ්‍යස්ථාන 12

වෛද්‍යවරයෙකු හමුවීම පිණිස

වෛද්‍යවරයෙකු හමුවීම. ඇගයුම හා චිකිත්සාව 13
ඔබ දරුවාහට වර්ධණීය රෝගාබාධයක් තිබන බවට රෝග විණිශ්චය වුවහොත් ... .13
ඔසු පාවිච්චිය 14

ආබාධිත සහතික ගැන ඉගැනීමට

ප්‍රතිලාභ ගැන උදාහරණ 15
බුද්ධිමය ආබාධ සහතිකය 16
මානසික ආබාධ සහතිකය 16

අතිරේක තොරතුරු

විදේශීය භාෂාවෙන් උපදේශන 17
භාෂා පරිවර්තන යෙදුම් 18
පාසැල් අධ්‍යාපනය ගැන තොරතුරු/වර්ධණීය රෝගාබාධ ගැන තොරතුරු 19

ඔබගේ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන දැන ගැනීමට නම්

ඔබේ දරුවා පහත දේ අදාල වයස් කාණ්ඩවලදී කරණු ලබන බව ඔබහට නිරීක්ෂණය වීමට ඉඩ තිබේ......

උපතේ සිට වසර 3 දක්වා

- භාෂා වර්ධණය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රමාදයක් පෙන්වීම
- ඔහු/ඇය පාවිච්චි කරමින් සිටි වචන පාවිච්චි කිරීම නවත්වා ඇත.
- දරුවා සමග සන්නිවේදනය කිරීම දුෂ්කර වේ; නැතහොත් දරුවා
- තනිවම කතා කරයි.
- සැමවිටම එකම ක්‍රීඩා ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදේ.

- නිශ්චිත යමෙකට හෝ යම් ස්ථානයකට දැඩි බියක් දක්වයි.
- "සමානකමට" ඇලී සිටී. (එම දේවල්, එම ආකාරිකයම (පිළිවෙත) යනාදිය)

- බොහෝ වේලාවක් පවතින බලවත් කෝපවීම් නිතර ඇතිවේ.
- තමාටම අනතුරුදායක චර්යාවන් නැවත නැවතත් කරයි (ඔහුගේ/ඇයගේ හිස හැප්පීම, සිය අත හපා කෑම යනාදිය)

- මාස ගනන් රාත්‍රියේදී ශබ්ද කර හඬයි.
- කෙටි නින්දක් නොගැනීම සහ/හෝ නින්ද යෑමේ අපහසුතා
- කෑම සහ/හෝ බීම ගැන කරදර කරයි.

- ඇස් සම්පර්කය නොකිරීම හෝ ඇස් සම්පර්කය කලාතුරකින් කිරීම
- වඩාගෙන හෝ අල්ලා ගෙන සිටිනවාට අකමැත්ත
- මුහුණෙහි ප්‍රකාෂණයේ එතරම් වෙනසක් නොපෙන්වීම
- සිය නමට ප්‍රතිචාර නොදැක්වීම

- හිස එසවීම, ඉදගැනීම හා ඇවිදීම වැනි චාලක වර්ධණ මන්දගාමී වීම.
- මෘදු මාංශ පේෂී තිබීම සහ/හෝ නිරන්තරයෙන් අවධානය අවශ්‍යය වීම

- නිතරම ඉතා කලබලකාරී වීම
- සැමවිටම අවට ඇවිදින අතර නිරන්තර අවධානය අවශ්‍ය වීම
- ඉතා පහසුවෙන් වල්මත් වේ.

- ශබ්දවලට ප්‍රතිචාර නොදක්වයි
- ශබ්දවලට ඉතා සංවේදී වීම (කන් වසා ගනී)

වසර 3 සිට 6 දක්වා (පාසැල් විය)

- අනෙක් දරුවන් ගැන සැලකිල්ලක් නොදක්වයි සහ/හෝ අනෙක් දරුවන් සමග ක්‍රීඩා නොකරයි.
- දරුවාගේ උනන්දුව සීමිතයි (සමහර වර්ණ, වෙළඳ ලකුණු, සංකේත, අකුරු, සංඛ්‍යා යනාදිය ගැන)
- නිර්විශේෂ ප්‍රශ්ණ විචාරයි හෝ නිර්විශේෂ විෂයයන් ගැන නැවත නැවත කතා කරයි
- කාලය බොහෝවිට හුදකලාව ගතකරයි.

- රීති හෝ පොරොන්දු ගනන් නොගනී
- ඒක පාර්ශ්වීය කතා අරඹා එය අවසන්වූ පසු නිහඬ වෙයි.
- මිතුරන් සමග ක්‍රීඩා කිරීමට දක්ෂ නොවීම සහ/හෝ ඔවුන් සමග ප්‍රචණ්ඩ වීම
- කලබලකාරී වන අතර, නිරන්තරයේම චලනයේ යෙදී සිටී
- හිතුමතේ ඇවිද යයි
- අවසානය යන තෙක් උපදෙස්/තේරුම් කරදීම්වලට සවන් නොදෙයි.

- සාමූහික ක්‍රියාකාරකමකදී අනෙක් දරුවන් මෙන් නොහැසිරේ.
- සූදානම්වීමට හා අස්කිරීමට බොහෝ කාලයක් ගනී
- චිත්‍ර ඇඳීමට සහ/හෝ කතුර පාවිච්චියට දක්ෂ නැත
- කිසිවෙක් තමාව අල්ලනවාට කැමති නැත
- වැසිකිලි යෑම් හා ඇඳුම් මාරුකිරීම් වැනි ස්වයං උවැටන් ක්‍රියාකාරකම් ඉගැනීම මන්දගාමීය

- වෙනත් අය ඔහුට/ඇයට කතා කරන බොහෝ අවස්ථාවලදී ඒ ගැන අවබෝධයක් නැත
- අකුරු හෝ සංඛ්‍යා හොඳින් තේරුම් නොගනී
- ඔහු/ඇය ලඟ ඉතා දක්ෂ යමක් හා ඉතා නරක දෙයක් තිබීම

දරුවෙකුගේ මෙපරිදිවූ චරියා හා ප්‍රවණතා දෙමාපියන්ගේ උනන්දුව දැක්වීමේ කාරණයක් විය හැක

ඔබ හා ඔබගේ පවුල අපේක්ෂාභංගත්වයට පත්වී ඔහු/ඇය කරදරයක්යැයි සිතීමට ඉඩ තිබේ. නැතහොත් ඔබගේ මාපිය කටයුතු වැරදි මාවතේ යන්නේදැයි කල්පනා කරමින් උත්සුකවීමට ඉඩ තිබේ.

එවන් චර්යා තාවකාලික වියහැකි අතර, ඔබේ දරුවාට වර්ධණීය ගැටලු හෝ වර්ධණීය රෝගාබාධයක් තිබීමටද ඉඩ තිබේ.

සෞඛ්‍ය පරීක්ෂාව උපයෝගීකර ගන්න

සෑම පලාත් පාලන ආයතනයක්ම අනුපූරක ළදරු සෞඛ්‍ය පරීක්ෂාවන් සපයනු ලබයි. ඔබගේ දරුවාගේ සෞඛ්‍යය හා වර්ධණය ගැන දැනුවත් වීමට එය වැදගත් අවස්ථාවක් වන බැවින්, පරීක්ෂාව ප්‍රයෝජනයට ගන්න.

ඒ ඒ පලාත් පාලන ආයතන වෙනස් කාලසටහන් අනුගමනය කරන බැවින් පරීක්ෂාවේ විස්තර ගැන ඔබ ප්‍රදේශයේ පලාත් පාලන ආයතනයෙන් විමසන්න.

ළදරු පරීක්ෂාව

ලබාගත යුත්තේ කවදාද? ඔබගේ දරුවා මාස 3 – 4ක් වන විට

අපේක්ෂාව කුමක්ද?

- වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂා කරගැනීම
- උස හා බර මැනීම
- ගැටළු කිසිවක් තිබේ නම්, ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියකගේ උපදෙස් ලබාගැනීම
- පෝෂණවේදියාගේ නිර්දේශ

මාස 18 පරීක්ෂාව

ලබාගත යුත්තේ කවදාද? ඔබගේ දරුවා මාස 18 පසුකර මාස 24 ලඟාවීමට පෙර

අපේක්ෂාව කුමක්ද?

- වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂා කරගැනීම
- දන්ත වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂා කර ගැනීම
- උස හා බර මැනීම
- ගැටළු කිසිවක් තිබේ නම්, ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියකගේ උපදෙස් ලබාගැනීම

වසර 3 පරීක්ෂාව

ලබාගත යුත්තේ කවදාද? ඔබගේ දරුවා වසර 3 පසුකර වසර 4 ලඟාවීමට පෙර

අපේක්ෂාව කුමක්ද?

- වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂා කරගැනීම
- දන්ත වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂා කර ගැනීම
- උස හා බර මැනීම
- මුත්‍රා පරීක්ෂණය
- දෘශ්‍ය හා ශ්‍රව්‍ය පරීක්ෂණ
- ගැටළු කිසිවක් තිබේ නම්, ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියකගේ, පෝෂණ වේදියෙකුගේ හෝ මනෝවෛද්‍ය වරයෙකුගේ උපදෙස් ලබාගැනීම

- **දෘශ්‍ය පරීක්ෂණය**

  වයස හය පමන වනතුරු ඇස් පෙනීම වර්ධණය වීම සිදුවේ. අක්ෂි ගැටළු හෝ වපර කලින්ම හඳුනාගෙන ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් රෝග විග්‍රහය වර්ධණය කලහැක.

- **ශ්‍රව්‍ය පරීක්ෂණය**

  ඔබේ දරුවාට කන් ඇසීමේ ගැටළු සහ/හෝ කණේ ආබාධ තිබෙදැයි මෙයින් පරීක්ෂා කෙරේ. භාෂා වර්ධණයට කන් ඇසීම බලපාන බැවින්, කලින්ම හඳුනා ගැනීම වැදගත්ය.

- ☐ එක් එක් පරීක්ෂාවන් ලැබෙනුයේ ඔබගේ දරුවා නිශ්චිත වයස කාණ්ඩවල සිටින විට පමණි.
- ☐ සෑම පරීක්ෂාවක්ම නොමිලේ සිදු කෙරේ. උපදේශණය සඳහා අතිරේක ගාස්තු නොමැත.
- ☐ ඔබට පවරා තිබූ පරීක්ෂා දිනයට යෑමට නොහැකි වූයේ නම්, ඔබගේ පලාත් පාලන ආයතනයට කරුණාකර දන්වන්න.

පාසැලට ඇතුලත් කිරීමේදී වෛද්‍ය පරීක්ෂණය

පෙනී සිටිය යුත්තේ කවදාද?

සිය 6 වන උපන් දිනය පසුකර එළඹෙන අප්රේල් මාසයේදී ලමයි පාසැල්වලට ඇතුලත් වන බැවින්, පාසැලු ඇරඹීමට නියමිත වසරට පෙර සැප්තැම්බර් මාසයේදී පමන ප්‍රාදේශීය අධ්‍යාපන මණ්ඩලය විසින් ඔබව දැනුවත් කරනු ඇත. (දරුවාට රටක් නොමැති නම් හෝ විදේශිකයෙකු නම්, ජපන් මූලික පාසැලකට ඇතුළු වීම පිණිස ප්‍රාදේශීය මණ්ඩලයට අයදුමක් ඉදිරිපත් කලයුතු බව කරුණාවෙන් සලකන්න.)

අපේක්ෂාව කුමක්ද? - ඔබ දරුවා ඇතුලත්වන මූලික පාසැලේදී පැවැත්වේ.-

- වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂාව
- දන්ත වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂාව
- උස හා බර මැනීම
- දෘශ්‍ය හා ශ්‍රව්‍ය පරීක්ෂා
- කෙටි බුද්ධි පරීක්ෂණය

පාසැල්ට ඇතුල්වීම

ආබාධිත හෝ මූලික පාසැල් දිවිය ගැන ගැටළු තිබෙන දරුවන් සඳහා ප්‍රාදේශීය අධ්‍යාපන මණ්ඩලය හෝ අධ්‍යාපන මධ්‍යස්ථානය උපදේශණ සේවය සපයයි. ඔබ පෙරපාසැලේ හෝ බාලාංශයේ ගුරුවරුද මණ්ඩලයට දන්වන ලෙස ඔබට නිර්දේශ කරනු ඇත. පාසැලට ඇතුලත් කිරීම ගැන උපදෙස් ලබා ගැනීම කලින් වෙන්කරවා ගැනීමෙන් පසුව පමණි. හමුවීමක් සඳහා ඔබ ප්‍රාදේශීය අධ්‍යාපන මණ්ඩලයෙන් විමසන්න.

- **ආබාධිතා සහිත දරුවන් සඳහා අධ්‍යාපනය**

හැකිතාක් දුරට දෙමාපියන්ගේ හා දරුවාගේ අපේක්ෂාවලට ගරු කරමින් දරුවෙකු සඳහා හොඳින්ම ගැලපෙන පාසැල් මාදිලිය කුමක්ද යන්න අධ්‍යාපන මණ්ඩලය තීරණය කරයි. විවිධ අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් සඳහා මූලික පාසැල්වල "විශේෂ පන්ති" සහ/හෝ "සම්පත් කාමර" තිබෙන අතර, නිත්‍ය පංතිවලට බැඳීමට අමතරව එම දරුවන්ට විශේෂ උපදෙස් ලැබේ. තවද, තදබල ආබාධිතා සහිත දරුවන් සඳහා "විශේෂ අවශ්‍යතා අධ්‍යාපන පාසැල්ද" තිබේ.
විශේෂ පංති හෝ විශේෂ අවශ්‍යතා අධ්‍යාපන පාසැල් බැලීම පිණිස ඔබට සවාරියක් යා හැක. වැඩිමනත් විස්තර සඳහා ඔබගේ ප්‍රාදේශීය අධ්‍යාපන මණ්ඩලය අමතන්න.

විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් සඳහා පාසැල් තෝරා ගැනීමේ විකල්ප

මූලික හා කණිෂ්ඨ පාසැල්

නිත්‍ය පංති කාමරය

ප්‍රධාන ධාරාවේ පසුබිමක විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන්ට අතිරේක අවධානය හා සහාය ලැබේ.

විශේෂ උපදෙස් සඳහා සම්පත් කාමරය

සතියකට හෝ මසකට අවස්ථා ස්වල්පයකදී සම්පත් කාමරයේදී විශේෂ උපදෙස් සපයනු ලැබේ. විෂය නිර්දේශයේ ඉතිරිය නිත්‍ය පංති කාමරවලදී සපයනු ලැබේ. ශාස්ත්‍රීය හෝ එදිනෙදා ජීවිතයට අදාල දෛනික ජීවන කුශලතා ගැන දැනුවත් වීමට දරුවන්ට පෞද්ගලික පංතිවලට සහභාගී විය හැක.

විශේෂ පංති

පංතිවල ප්‍රමාණය කුඩාය. ආබාධිතතාවය පදනම්ව විශෙෂ පංති වර්ග හතක් තිබේ: බුද්ධිමය ආබාධිතතා, ශාරීරික ආබාධිතතා, සෞඛ්‍යමය අපහායනය, පෙනුම දුර්වලවීම, කන් ඇසීමේ අපහායනය, කථන හා භාෂාමය රෝගාබාධ, ඔටිසම් රෝගය හා චිත්තාවේගීය නොසන්සුන්තාවය වශයෙනි. පංතිවල වර්ගය හා සංඛ්‍යාව පාසැල් අනුව වෙනස්වේ.

සටහන: සම්පත් කාමර ක්‍රමය හෝ විශේෂ අවශ්‍යතා පංති සෑම පාසැලකම නොමැත.

විශේෂ අවශ්‍යතා අධ්‍යාපනය සඳහා පාසැල්

දෘෂ්ඨී අපහායනය, ශ්‍රව්‍ය අපහායනය, ශාරීරික ආබාධිතතා, සෞඛ්‍යමය අපහායනය හෝ බුද්ධිමය අපහායනය සහිත දරුවන් සඳහා පාසැල් තිබේ. සමෝධාණික (comorbid) බුද්ධිමය ආබාධිතතා සහිත autism spectrum disorder (ASD) රෝගයෙන් පෙලෙන දරුවන්වද බුද්ධිමය ආබාධිතතා පාසැල්වලට භාරගනු ලැබේ.

පංතිවල ප්‍රමාණය කුඩා වන අතර, විෂය නිර්දේශය සකස්කර ඇත්තේ එක් එක් ආබාධිතතාවය අනුවය.

ඔබ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන උපදෙස් ලබාගැනීම

උපදේශණ සේවාව උපයෝගී කරගන්න

පෞරුෂමය ගතිලක්ෂණ හා වර්ධණීය ගමන් පථ දරුවාගෙන් දරුවාට වෙනස්ය. ඔබට ගැටළු තිබේනම් අදාල ගැටළු උචිත පරිදි ආමන්ත්‍රණය කලහැකි පරිදි කල් ඇතිව උපදේශණය ලබාගැනීම වැදගත්ය.

- දෙමාපියකරණය සහ/හෝ ඔබේ දරුවාගේ වර්ධණය සම්බන්ධ ගැටළු ගැන පලාත් පාලන ආයතනයේ සේවය කරණ ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියකගෙන් උපදෙස් ලබාගන්න.
- ඔබගේ දරුවා පෙර පාසැලට හෝ බාලාංශයට යන්නේ නම්, ඔහු/ඇයගේ පාසැල් ප්‍රගතිය ගැන නිතිපතා අදාල ගුරුවරුන් සමග සාකච්ඡා කරන්න.
- වර්ධණ උපදේශකයින් යැවීමෙන් ඔබගේ පලාත් පාලන ආයතනය විසින් පෞද්ගලික උපදේශණය හෝ දරුවාගේ පෙර පාසැලේදී හෝ බාලාංශයේදී ස්ථානීය උපදෙස් දීම සිදුකරනු ඇත.
- දරුවාගේ වර්ධණීය අදියරට උචිතව දරුවා සමග ගනුදෙනු කරන්නේ කෙසේද යන්න ඉගැනීමට අදාල දෙමාපියන්ට හා ඔවුන්ගේ දරුවන්ට සාමූහික වැඩමුළු ඔබේ පලාත් පාලන ආයතනය විසින් අර්පණය කලහැක.

වෙනත් උපදේශණ විකල්ප

- ප්‍රජා සෞඛ්‍ය ආයතනය, ප්‍රමා සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය
- ළමා වර්ධණය සඳහා ආධාරක මධ්‍යස්ථානය
- දෙමාපියකරණ සහායක මධ්‍යස්ථානය, දරුවන් සහ දෙමාපියන්ගේ රැස්වීම (tsudoi-no hiroba)

සටහන: පලාත් පාලන ආයතන අතර උපදේශණ සේවා විස්තර වෙනස්වේ. වැඩිමනත් විස්තර සඳහා ඔබේ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය ආයතනයේදී/මධ්‍යස්ථානයේදී ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියක් කරුණාකර අමතන්න.

ඔබ පදිංචි ස්ථානයට අදාල උපදෙශණ සේවා විකල්ප

සෑම පලාත් පාලන ආයතනයකටම උපදේශණය සඳහා විවිධ විකල්ප තිබේ.
ඔබගේ දරුවා ගැන කිසියම් ගැටළුවක් තිබේ නම්, එම සේවා ප්‍රයෝජනයට ගන්න.

ආයතනය	අපේක්ෂිත උපදෙස් ලබන්නා	විවෘත වේලාවල්	දුරකථනය	භාෂා පරිවර්තක
	උපදේශණ ක්ෂේත්‍රය			
(උදාහරණය) XYZ නගරයේ නාගරික ළමා සංවර්ධණ මධ්‍යස්ථානය	18ට අඩු දරුවන් හා දෙමාපියන්	සදුදා-සිකුරාදා පෙව 9 - පව 5. රජයේ නිවාඩු දින වසා ඇත.	(04) 000-000	△ අර්ධ වශයෙන් (භාෂා)
	උදා: ළමා වර්ධණය, වර්ධණීය අගැයුම්, ගර්භිනීභාවය, දරු උපත්, දෙමාපියකරණය			

වර්ධණීය රෝගාබාධ මොනවාද?

වර්ධණීය රෝගාබාධ විදහා දැක්වෙනුයේ මොලයේ ක්‍රියාකාරීත්ව වර්ධණයේ ඌනතා මගින් වන අතර,
බොහෝ අවස්ථාවලදී ඒවා සංජානනීය වේ. පහත පෙන්වන ආකාරයට වර්ධණීය රෝගාබාධ වර්ග කීපයක් තිබේ. එකම රෝගාබාධයෙන් පෙලෙන අයද වෙනස්වූ විද්‍යාමානතා පෙන්වති. තවද එක් වර්ගයකට වඩා වැඩි වර්ධණීය රෝගාබාධ ඇතිවීමටද හැකිය.

බුද්ධිමය වර්ධණයේද ප්‍රමාදයක් තිබිය හැක.

පැතිරී පවතින වර්ධණීය රෝගාබාධය
(Autistic spectrum disorder; ASD)

ඔටිසම් | ඇස්පර්ගර්ගේ සහලක්ෂණය

- භාෂා ප්‍රමාදය (ඇස්පර්ගර්ගේ සහලක්ෂණයේදී නොපෙන්වයි)
- සන්නිවේදන දුෂ්කරතා
- සමාජීය ගනුදෙනුවලදී ගැටළු
- විධිගත/ඒකාකෘතික හැසිරීම්, සීමිත උනන්දු, ග්‍රස්තිභාවය
- අති හෝ අව සංවේදීභාවය, ශාරීරික අදක්ෂභාවය

අවධානය ඌන අධික්‍රියාකාරීත්ව රෝගාබාධය
(Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD))

- නාභිගතවීමේ නොහැකියාව
- නිසලව සිටීමේ නොහැකියාව
- ආවේගික හැසිරීම්

ඉගැනීමේ රෝගාබාධය (LD)
(නිශ්චිත ඉගැනීමේ රෝගාබාධය; SLD)

- කියවීමේ, ලිවීමේ හෝ ගණනය කිරීමේ කැපී පෙනෙන දුෂ්කරතා

සටහන: වෙනත් වර්ධණීය රෝගාබාධවලට ටූරෙට් සහලක්ෂණය, ගොත ගැසීම හා වර්ධණීය සම්බන්ධීකරණ රෝගාබාධය අයත්ය.

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පනතේ වර්ධණීය රෝගාබාධ යන්නේ අර්ථ විග්‍රහය: "ඔටිසම්, ඇස්පර්ජර්ගේ සහලක්ෂණය හා වෙනත් පැතිරෙන වර්ධණීය රෝගාබාධ, ඉගෙන ගැනීමේ රෝගාබාධ, අවධානය ඌන අතික්‍රියාකාරී රෝගාබාධය වැනි මුල් අවදියේ තිබෙන මොලයේ ක්‍රියාකාරීත්වයේ ඌනතා වර්ධණීය රෝගාබාධවලට අයත්ය. වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් වන්නේ වර්ධණීය රෝගාබාධ හා ඔවුන්ගේ දෛනික හෝ සමාජ ජීවිතවල සමාජ අවහිරතා නිසා සීමාවන්ට යටත්වන අයයි."
සටහන: වර්ධණීය රෝගාබාධ යන්න නිර්වචනය කිරීමට තවත් ක්‍රමයක් වන්නේ ICD-10 යේ F80-98 වශයෙන් අංකිත රෝගාබාධයි.

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පිණිසවූ පනත

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පිණිසවූ පනත යනු වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත දරුවන්ට (ඔවුන්ගේ වයස නොතකා) හා ඔවුන්ගේ පවුල්වලට ආධාර සැපයීමේ කාර්යය සඳහා ස්ථාපිත කර තිබෙන ජපන් නීතියකි.

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත දරුවන්ට සිය විභවතා සාක්ෂාත් කරගත හැකි හා ආරක්ෂිත අවබෝධයකින් අදාල පවුල්වලට ඔවුන්ව හදාවඩා ගැනීමට හැකිවන සමාජයක් ලඟාකර ගැනීම පනත අරමුණු කරයි.

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පිණිසවූ සහාය මධ්‍යස්ථාන

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට උපදේශක සේවා පිරිනමන විවිධ සංවිධාන ජපානයේ තිබේ. සෑම කෝර්ලයකටම හා ආඥා පනතින් නම්කල නගරයකටම වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහාවූ ආධාරක මධ්‍යස්ථානයක් තිබෙන අතර, එමගින් තොරතුරු හා සහාය ලබාදීමේදී වැදගත් භූමිකාවක් ඉටුකරයි.

රට මුළුල්ලේ තිබෙන ආධාරක මධ්‍යස්ථාන ගැන තොරතුරු පහත වෙබ් අඩවියෙන් කරුණාකර ලබාගන්න.

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පිණිසවූ තොරතුරු හා සහාය මධ්‍යස්ථානය

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

වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පිණිසවූ ඔබගේ ප්‍රදේශයේ සහාය මධ්‍යස්ථානය

නම:

සම්බන්ධීකරණ පුද්ගලයා:

වෛද්‍යවරයෙකු හමුවීම පිණිස

වෛද්‍යවරයෙකු හමුවීම

ජපානයෙ වර්ධණීය රෝගාබාධ විණිස්චය කරනුයේ ළමා රෝග හෝ ළමා මනෝ විද්‍යාඥයෙකු වැනි විශේෂඥයෙකු විසිනි. වෛද්‍යවරයෙකු හමුවීමට ඔබට අවශ්‍ය නම්, පහත දේ කිරීම යහපත්ය:

- ඔබේ ප්‍රාදෙශීය ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියගෙන් හෝ වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට ආධාර පිණිසවූ ඔබගේ ප්‍රදේශයේ සහාය මධ්‍යස්ථානයෙන් වර්ධණීය රෝගාබාධ විශේෂඥයින් සොයාගත හැකි ස්ථාන ගැන විමසන්න.
 (බොහෝ රෝහල්වලට කලින් වෙන්කිරීමක් (appointment) අවශ්‍ය බව කරුණාවෙන් සලකන්න.)
- වෛද්‍යවරයා හමුවීමට යන පලමු දිනයේම දරුවාගේ සෞඛ්‍ය රක්ෂණ කාඩ්පත හා මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය අත්පොත රැගෙන යන්න.
- ඔබේ ගැටළු හා දරුවා නිවසේදී සහ/හෝ පෙරපාසැලේදී හැසිරෙන ආකාරය වෛද්‍යවරයාගේ දැනගැනීම පිණිස ලියන්න.

අගැයීම හා චිකිත්සාව

ඔබේ දරුවා විසින් අගැයීම් සහ/හෝ විශේෂඥ කාර්ය මණ්ඩලය වෙතින් පෞද්ලගලික චිකිත්සාවන් ලබාගත යුතුයයි වෛද්‍යවරයාට අවශ්‍ය වනු ඇත. මෙම තීරණය පදනම් වනුයේ ඔබ දරුවාගේ අවශ්‍යතා හා තත්වයන් මතය.

අගැයුම්වලට බුද්ධි/වර්ධණ පරීක්ෂා, ශ්‍රව්‍ය පරීක්ෂණයක් හා ඊසීජී වාර්තාවක් අයත්වේ. භෞතික චිකිත්සාව, ව්‍යාවෘතක චිකිත්සාව (occupational therapy), කථන-භාෂා-ශ්‍රව්‍ය චිකිත්සාව හා මනෝ චිකිත්සාව පෞද්ගලික චිකිත්සාවලට අයත්ය.

ඔබ දරුවා වර්ධණීය රෝගාබාධයකින් පෙලෙන බවට නිශ්චය

ඔබ දරුවා වර්ධණීය රෝගාබාධයකින් පෙලෙන බව දැනගැනීම මහත් හිසරදයක් වියහැක. එසේ වුවද, වටපිටාව හා දරුවා සමග ඔබගේ අන්තර් සබඳතා ගලපා ගැනීමෙන් දරුවාගේ වර්ධණීය ප්‍රතිපලයට ධනාත්මක බලපෑමක් කලහැක. ඔබේ දරුවාට ප්‍රතිපලදායි වනුයේ කුමක්ද ගැන වෛද්‍යවරයා හා විශේෂඥ කාර්ය මණ්ඩලය සමග සාකච්ඡා කර සොයා ගන්න.

ඖසු පාවිච්චිය

ඔබ දරුවාට වඩා පහසුවෙන් සිටීමට ඉවහල්වීම පිණිස ඔහු/ඇය විසින් ඖෂධ ගත යුතුයයි වෛද්‍යවරයා විසින් යෝජනා කිරීමට ඉඩ තිබේ. යෝජිත ඖෂධවල බලපෑම් හා අතුරු ආබාධ ගැන සාකච්ඡා කරන්න.

ඖෂධවලින් වර්ධණීය රෝගාබාධ සුව නොවන මුත්, වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත දරුවන් අතර පොදුවේ සොයාගත් රෝග ලක්ෂණ සමහරකට සහනයක් ලබාදෙයි.

(නිතරම පාවිච්චි කරණු ලබන ඖෂධ)

- මධ්‍යම ස්නායු පද්ධතිය උත්තේජක: අධි ක්‍රියාකාරීත්වය, අනවධානය හා ඒඩීඑච්ඩී රෝගයේ ආවේගික භාවය අඩුකිරීමට ඉවහල් වේ.
- කාංසා විරෝධී ඖෂධ: කාංසාව හා වෙනත් වික්ෂිප්ත හැඟීම්
- ප්‍රතිමනෝව්‍යාධික ඖෂධ: තදබල වික්ෂෝභය හා මායාවන් අඩුකරයි
- ප්‍රතිඅපස්මාර ඖෂධ: අපස්මාර පරිග්‍රහණ පාලනය කිරීමට උපකාරී වෙයි.
- නිදි පෙති: යහපත් නින්ද යෑමේ පුරුදු ස්ථාපිත කරයි.

රෝග ලක්ෂණ අඩුකිරීමෙන් දරුවාට ජීවිතය වඩා පහසුවෙන් ගතකිරීමට ඖෂධවලට සහාය විය හැක. උපදේශිත වාර ගණන හා පරිමාත්‍රාව කරුණාකර අනුගමනය කරන්න.

- ☆ වෛද්‍යවරයාගේ හෝ විශේෂඥ කාර්ය මණ්ඩලයේ නිර්වචන ගැන ඔබ සෑහීමකට පත් නොවේ නම්, ඔවුන්ගෙන් විමසීමට නොපැකිලෙන්න.
- ☆ ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදියන්ගෙන් හා පෙරපාසැල් හෝ බාලාංශ ගුරුවරුන්ගෙන්ද ඔබට උපදෙස් ලබාගත හැක. ඔවුන් සමග ඔබ දරුවාගේ ප්‍රගතිය පසු විපරම් කිරීමට හැකිවන අයුරින් ඔබ දරුවාගේ ප්‍රගතිය ගැන තොරතුරු ඔවුන් සමග හවුල් කරගෙන සාකච්ඡා කරන්න.

ආබාධිත සහතික ගැන ඉගැනීමට

ආබාධිතතා සහිත පුද්ගලයින් සඳහා සහතික

ආබාධිතතා සහිත පුද්ගලයින් සඳහා සහතිකයක් තිබීම තුලින් ආබාධිතතාවයේ වර්ගය හා දරුණුකම අනුව විවිධ සුභසාධක සේවා හා දීමනා සඳහා ප්‍රවේශයක් ලබාදේ. මෙය ඔබ විසින් ලබාගත යුත්තේ ඔබගේපලාත් පාලන ආයතන කාර්යාලයෙනි.

ආබාධිතතාවයේ වර්ගවලට අනුරූපව සහතික වර්ග තුනක් තිබේ. එනම්, බුද්ධිමය ආබාධිතතා සහතිකය (පුනරුත්ථාපන සහතිකය), මානසික ආබාධිතතා සහතිකය හා ශාරීරික ආබාධිතතා සහතිකය වශයෙනි.

- ☐ සහතිකයක් තිබීම තුලින් සුභසාධන සේවා ලබාගැනීමේ පිළිවෙත සරල වේ.
- ☐ දීමනා මුදල රඳා පවතිනුයේ ආබාධිතතාවයේ වර්ගය හා දරුණුකම අනුවය.
- ☐ සුදුසුකම් ලැබීම වැනි පෞද්ගලික සුභසාධක සේවා පලාත් පාලන ආයතන අතර වෙනස් වේ.

වැඩිමනත් විස්තර සඳහා සුභසාධනය බාර පලාත් පාලන කොට්ඨාශය අමතන්න.

[ප්‍රතිලාභ උදාහරණ]

- දීමනාව
- වෛද්‍ය වියදම්වලින් කොටසක් ප්‍රතිපූරණය කිරීම
- බදු අඩුකිරීම
- දුම්රිය, බස් හා අභ්‍යන්තර ගුවන් සේවා ගාස්තු වෙනුවෙන් වට්ටම්
- රේන්ද පාරවලදී වට්ටම්

.....සහ තවත් ඒවා

බුද්ධිමය ආබාධිතතා සහතිකය

සුදුසුකම් ලබන්නේ කව්ද?

- බුද්ධිමය ආබාධිතතාවයෙන් පෙලෙන පුද්ගලයින්
- වර්ධණීය රෝගාබාධ හා බුද්ධිමය ආබාධිතතා යන දෙකෙන්ම පෙලෙන පුද්ගලයින්

අයැදුම් කරන්නේ කෙසේද?

- වයස 18 ට අඩු අය විසින් දරුණුකම නිශ්චය කිරීම පිණිස ළමා උපදේශන මධ්‍යස්ථානයෙන්ද, වයස 18 ට හෝ එයට වැඩි අය විසින් බුද්ධිමය ආබාධිතතා සහිත පුද්ගලයින් සඳහාවූ පුනරුත්ථාපන උපදේශන මධ්‍යස්ථානය වෙතින්ද අගැයුම් පරීක්ෂණ ලබාගතයුතු වේ.

සටහන: කාලයත් සමග යමෙකුගේ බුද්ධිමය ආබාධිතතාවයේ දරුණුකම වෙනස් විය හැකි බැවින්, ඒ ඒ කෝරල විසින් නම් කරනු ලබන යම් කාල පරාසයන්වලදී දරුණුකම නැවත අගැයුමට ලක්කිරීම අවශ්‍යවේ.

මානසික ආබාධ සහතිකය

සුදුසුකම් ලබන්නේ කව්ද?

- පහත දැක්වෙන පරිදිවූ මානසික ආබාධිතතාවයක් නිසා ජීවනෝපාය ආධාරයක් අවශ්‍ය පුද්ගලයින්:
  - වර්ධණීය රෝගාබාධ - භින්නෝන්මාදය
  - මනෝභාව රෝගාබාධ (උදා: විෂාදය, ද්විධ්‍රැව රෝගාබාධය)
  - අපස්මාරය - මත් ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිය - ඉහල මට්ටමේ මොලය දුෂ්කෘතිය
  - වෙනත් මානසික රෝගාබාධ (උදා: විශාද පාදක රෝගාබාධය)

අයැදුම් කරන්නේ කෙසේද?

- පළාත් පාලන කාර්යාලයේ සුභසාධක අංශයට යන්න.
- පහත දැක්වෙන ලියවිලි රැගෙන යන්න:
  1) වෛද්‍ය සහතිකය (හෝ අදාල නම්, ආබාධිතතා විශ්‍රාම වැටුප් ලාභී සහතිකය)
  2) අයැදුම්කරුගේ ඡායාරූපයක්
- අයැදුම් පත පුරවන්න (කවුන්ටරයෙන් ලබාගත හැක)

සටහන: අදාල සහතිකය සෑම දෙවසරකට වරක් අළුත් කල යුතුයි. අළුත් කරණ සෑම විටම නවතම වෛද්‍ය සහතිකයක් ඉදිරිපත් කරන්න.

අතිරේක තොරතුරු

සමහර රෝහල්වල හා උපදේශණ සංවිධානවල විදේශ භාෂා කථා කිරීමට හැකි සේවකයින් සිටින අතර, සමහර ඒවාවල, විදේශීය පසුබිමක් සහිත පවුල්වලට සහායක් වශයෙන් භාෂා පරිවර්තන යෙදුම් පාවිච්චි කරති.

භාෂා පරිවර්තකයෙකුගේ සේවය ලබා ගැනීම පිණිස රාජ්‍ය සේවාවක්ද තිබිය හැක.

විදේශීය භාෂාවලින් උපදේශණය ලබා ගැනීම

විදේශීය නේවාසිකයින් උදෙසා විවිධ දුරකථන උපදේශණ සේවා පිහිටා තිබේ. ඔවුන්ට වර්ධණීය රෝගාබාධ ගැන විශේෂඥ දැනුමක් නොමැති මුත්, විදේශීය භාෂා කථා කලහැකි සේවකයින් සිටින්නේ කිනම් වෛද්‍ය ආයතනයේද හා ඔබගේ භාෂාවට අදාලව භාෂා පරිවර්තකයෙකු සොයා ගන්නේ කෙසේද යන්න සම්බන්ධයෙන් ඔබට උපදෙස් දීමට පුළුවන.

◆ විදේශීය ජාතිකයින් උදෙසා දෛනික ජීවනාධාර ද්වාරයක්

ජපානය තුල ජීවත් වන විට පැන නඟින විවිධ අවශ්‍යතා ආමන්ත්‍රණය කෙරෙණ විවිධ තොරතුරු රාශියක් මෙම ද්වාරයෙහි අඩංගුවේ. එමගින් ඔබ ප්‍රදේශයේ උපදේශක සේවාවක් ඔබට සොයාගත හැක.

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

◆ AMDA ජාත්‍යන්තර වෛද්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය

වෛද්‍ය පහසුකම්, ඔබගේ ස්වදෙශීය භාෂාවෙන් වෛද්‍යවරයෙකු හමුවිය හැකි ස්ථාන හා වෛද්‍ය සුභසාධක පද්ධතිය ගැන තොරතුරු සපයන මෙය,විදේශීය නේවාසිකයින් සඳහාවූ දුරකථන තොරතුරු සේවයකි. ක්‍රියාකරු සරල (තේරුම් ගැනීමට පහසු) ජපන් භාෂාවෙන් කථා කරයි.

ටෝකියෝ කාර්යාලය

දුරකථනය: 03-6233-9266 (සඳුදා-සිකුරාදා, 10:00-15:00)

https://www.amdamedicalcenter.com/

භාෂා පරිවර්තන යෙදුම්

◆ **තොරතුරු හා සන්නිවේදන ජාතික ආයතනයේ Voice Tra.**

මෙය භාෂා 31 කින් යුත් ජපන් භාෂා පරිවර්තන යෙදුමකි.
ඔබට මෙය නොමිලේ බාගත කර පාවිච්චි කළහැක.

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

පාසැල් අධ්‍යාපනය ගැන තොරතුරු

◆ MEXT අ◌ායතනයට අයත් තොරතුරු සහිත ෙවබ්අඩවි

☐ CLARINET (ජපන් භාෂාවෙන්)

විෙ◌්ශගතව සිටින ජපන් දරුවන්, විෙ◌්ශගතව සිට අ◌ාපසු පැමිණි ජපන් ජාතිකයින් හා වීෙ◌්ශීය පසුබිමක් සහිත අය සඳහා අධ්‍යාපනික තොරතුරු සපයයි.

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

☐ CASTA-NET (ජපන් භාෂාවෙන්)

ආපසු පැමිණෙන සහ විදේශීය සිසුන්ගේ ඉගෙනීමට සහාය වීම සඳහා අධ්‍යාපනික තොරතුරු සෙවුම් වෙබ් අඩවිය.

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

☐ MUSE ව්‍යාපෘතිය (අධ්‍යාපනය උදෙසා බහුභාෂාමය සහාය) (ජපන් භාෂාවෙන්)

පාසැල් හා විදේශීය පසුබිම්වලින් යුත් පවුල් සම්බන්ධ කිරීමේ කාර්යය උදෙසා බහු භාෂාමය ද්‍රව්‍ය නිර්මානය කිරීමට සම්පත් සපයනු ලැබේ.

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

වර්ධනීය රෝගාබාධ ගැන තොරතුරු

☐ වර්ධනීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් උදෙසා තොරතුරු හා සහාය මධ්‍යස්ථානය (ජපන් භාෂාවෙන්)

වර්ධනීය රෝගාබාධ ගැන නවතම තොරතුරු, ඒවායේ ගතිලක්ෂණ, ඒවාට මුහුණ දීමට ක්‍රමවේද, වර්ධනීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින්ට සහාය පද්ධති සහ දේශීය හා විශ්ව ප්‍රවනතා සපයයි.

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

☐ වර්ධනීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයින් උදෙසා අධ්‍යාපන ප්‍රවර්ධන මධ්‍යස්ථාන (ජපන් භාෂාවෙන්)

වර්ධනීය රෝගාබාධ සහිත දරුවන්ට ඉගැන්වීමේ ක්‍රමශිල්ප, ද්‍රව්‍ය සහ ආධාරක උපකරණ, වර්ධනීය රෝගාබාධ ගැන සම්පරීක්ෂණ, ගුරුවරුන් උදෙසා වීඩියෝ දේශන සහ අදාල රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සහ රෙගුලාසි සපයයි.

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

ඔබ දරුවාගේ වර්ධණය ගැන ඔබ සැලකිලිමත්ද?
~ ජපානය තුල දරුවන් ඇතිදැඩි   කරණු ලබන දෙමාපියන් සඳහාය ~〔Sinhala〕

වෙළුම
2025 මාර්තු / 2025 මාර්තු: සැලසුම් සංශෝධනය

සංස්කාරක අධීක්ෂක
ආචාර්ය ඔසමු ටකහාෂි, මණ්ඩල සභාපති, ටොයෝටා නාගරික සමාජ සුභසාධන මණ්ඩලය

සමූපකාරක
ප්‍රජා මැදිහත්වීම් උපදේශණ කාමරය, ටොයෝටා නාගරික සමාජ සුභසාධන මණ්ඩලය

සංස්කාරකයන් හා නිෂ්පාදකයන්
වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත දරුවන්ට ආධාරවීමේ ප්‍රයත්නයක් වශයෙන් බහුභාෂාමය පොත් පිංචවල් හා වෙනත් ද්‍රව්‍ය සංවර්ධණය කිරීමේ කාරක කණ්ඩායම (වර්ධණීය රෝගාබාධ ගැන තොරතුරු විශ්ලේෂණ සාකච්ඡාව)

ප්‍රකාශක
වර්ධණීය රෝගාබාධ සහිත පුද්ගලයන් සඳහා තොරතුරු සහ උපකාරක මධ්‍යස්ථානය
වර්ධනීය රෝගාබාධ සහිත සැලසුම්කරණය හා තොරතුරු කොට්ඨාශය, ආබාධිත
පුද්ගලයින් සඳහාවූ ජාතික පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානය
ලිපිනය : 4-1නමිකි, ටොකොරෂාවා-ෂී, සයිටමා, 359-8555, ජපානය.
වෙබ් අඩවිය : 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
翻訳協力　NPO法人 多文化フリースクールちば

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）

[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/

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