支援者や関係者の方向け

日本語

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

Tamil
タミル語

பல்வேறு நாட்டுப் பின்னணியைக் கொண்ட குழந்தைகள் மற்றும் இளம் வயதினர்கள் மற்றும் அவர்களின் குடும்பங்களுக்கான சிற்றேடு

என்ன செய்வதென்று தெரியாதபோது

~தொடக்கப் பள்ளி முதல் உயர்நிலைப் பள்ளி வயது வரையிலான குழந்தைகள் மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களுக்காக~

மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான தேசிய மறுவாழ்வு மையம்
வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையம்

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。

அறிமுகம்

ஜப்பானில் பிறந்து வளர்ந்துள்ள வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட குழந்தைகள் மற்றும் இளம் வயதினரின் எண்ணிக்கை நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து வருகிறது.

இத்தகைய தனிநபர்களும் அவர்களது குடும்பங்களும் வெவ்வேறு மொழி மற்றும் வாழ்க்கை முறைகளைக் கொண்ட ஒரு நாட்டில் வாழ்வது அல்லது பெற்றோராக இருப்பதில் சிரமப்படலாம். மொழித் தடைகள் காரணமாகத் தங்களுக்குத் தேவையான தகவல்களைக் கண்டுபிடிப்பதிலும் அவர்கள் சிரமப்படலாம்.

சில குடும்பங்கள் வளர்ச்சிக் குறைபாடுகளைப் பற்றி அறிய விரும்பலாம், மற்றவர்கள் தங்களுக்கோ அல்லது தங்கள் குழந்தைக்கோ ஒன்று இருக்கலாம் என்று கவலைப்படலாம்.

இந்த சிற்றேடு, வளர்ச்சி குறைபாடுகளின் வகைகள், பண்புகள் மற்றும் ஜப்பானில் கிடைக்கும் பல்வேறு ஆதரவு வளங்கள், கல்வி, மருத்துவம், சமூக நலன் மற்றும் வேலைவாய்ப்பு உள்ளிட்டவை குறித்து சிறந்த புரிதலை வழங்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள தனிநபர்கள் மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களை ஆதரிப்பதற்காக ஜப்பானில் பல அமைப்புகள் அர்ப்பணிக்கப்பட்டுள்ளன. உங்களுக்கு ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால், தயங்காமல் உதவியை நாடுங்கள்.

இந்த சிற்றேடு உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் ஒரு பயனுள்ள ஆதாரமாக இருக்கும் என்று நாங்கள் நம்புகிறோம்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையம்
மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான தேசிய மறுவாழ்வு மையம்

குறிப்பு: இந்த சிற்றேடு முதன்மையாக தொடக்கப்பள்ளி முதல் உயர்நிலைப்பள்ளி வயது வரையிலான குழந்தைகள் மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களுக்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.
பள்ளி வயதுக்கு குறைவான குழந்தைகளைக் கொண்ட குடும்பங்களுக்கு, எங்களிடம் வேறு ஒரு சிற்றேடு உள்ளது.

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி குறித்து உங்களுக்கு கவலைகள் உள்ளதா?
~ஜப்பானில் குழந்தைகளை வளர்க்கும் பெற்றோருக்கு~

பள்ளி வயதுக்கு முந்தைய குழந்தைகளைக் கொண்ட வெளிநாட்டு பெற்றோருக்கான சிற்றேடு

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 …… 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

பொருளடக்கம்

1. வளர்ச்சி குறைபாடுகளின் சிறப்பியல்பு நடத்தைகள் 3

தொடக்கப் பள்ளி வயது 3

நடுநிலைப் பள்ளி மற்றும் உயர்நிலைப் பள்ளி வயது 4

2. வளர்ச்சி குறைபாடுகள் பற்றி கற்றல் 5

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் என்றால் என்ன? 5

வெளிநாட்டு பின்னணியையும் வளர்ச்சி குறைபாடுகளையும் கொண்ட குழந்தைகளின் மொழி வளர்ச்சி 5

குறிப்புகள்: தாய் மொழியை வளர்த்தெடுத்தல் ஜப்பானிய மொழி வளர்ச்சிக்கும் உதவுகிறது 6

3. ஆலோசனை நிபுணர்கள் 8

ஆலோசனை நிறுவனங்களைக் கண்டறிதல் 8

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் குறித்த ஆலோசனை 8

பள்ளி வாழ்க்கை பற்றிய ஆலோசனை 9

குறிப்புகள்: சிறப்புத் தேவைகள் கல்வி வழிகாட்டி வரைபடம் 11

பிற ஆலோசனை நிறுவனங்கள் 12

வேலை பற்றிய ஆலோசனை 13

சமூக வளங்கள் 14

4. மருத்துவரை அணுகுதல் 15

மருத்துவமனைகள் 15

மதிப்பீடுகள் மற்றும் தனிப்பட்ட சிகிச்சைகள் 15

உங்கள் பிள்ளைக்கு வளர்ச்சிக் குறைபாடு இருப்பது கண்டறியப்பட்டால் 16

மருந்துகளின் நன்மைகள் 16

5. ஆதரவு மற்றும் அமைப்புகள் பற்றி கற்றல் 17

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கு ஆதரவு சட்டம் 17

மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு எதிரான பாகுபாட்டை நீக்குவதற்கான சட்டம் 17

மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான சான்றிதழ்கள் 18

6. குழந்தைக்கு நாம் என்ன செய்ய முடியும்? 20

7. தகவல்களைச் சேகரித்தல் 21

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் பற்றிய தகவல்கள் 21

பள்ளிக் கல்வி பற்றிய தகவல்கள் 22

அன்றாட வாழ்க்கைக்கான தகவல் 22

வெளிநாட்டு மொழிகளில் ஆலோசனை 23

மொழிபெயர்ப்பு செயலி 23

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。

- ✓ 先生の話をきく、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、のばす、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. வளர்ச்சி குறைபாடுகளின் சிறப்பியல்பு நடத்தைகள்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் பெரும்பாலும் தனிச்சிறப்பான நடத்தைகளாக வெளிப்படுகின்றன.

வளர்ச்சி குறைபாடுகளுக்குரிய பண்புகளைக் கொண்ட நடத்தைகளின் எடுத்துக்காட்டுகள் கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ளன. ஒரு நபர் நீண்ட காலமாக பல்வேறு சூழ்நிலைகளில் அவற்றைத் தொடர்ந்து வெளிப்படுத்தினால், அவர்களுக்கு வளர்ச்சிக் குறைபாடு இருக்கலாம்.

தொடக்கப் பள்ளி வயது

- ✓ நாற்காலியை ஆட்டுவது, அதிகமாகப் பேசுவது அல்லது வகுப்பின் போது கவனம் செலுத்துவதில் சிரமம் இருப்பது
- ✓ வகுப்பின் போது வகுப்பறையைச் சுற்றி நடப்பது அல்லது வெளியே செல்வது
- ✓ மற்றவர்களுடன் மாறிமாறி செயல்பட முடியாமல், பிறர் பேசும் போது இடையில் குறுக்கிட்டு பேசுகிறது; மேலும் மற்றொரு குழந்தை பயன்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் பொருட்களை திடீரெனப் பறித்து விடுகிறது
- ✓ உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்துவதில் சிரமம் மற்றும் சில நேரங்களில் பீதி ஏற்படுகிறது
- ✓ பெரும்பாலும் வீட்டுப்பாடம் மற்றும் தேவையான பொருட்களை மறந்து விடுவார்கள்
- ✓ தயாரிக்க அல்லது சுத்தம் செய்ய மிக நீண்ட நேரம் எடுக்கும்

- ✓ குறிப்பிட்ட ஒலிகளுக்கு மிக உணர்திறன், இது படிப்பு/அன்றாட வாழ்க்கையில் குறுக்கிடுகிறது
- ✓ சுவைகள் அல்லது வாசனைகளுக்கு உணர்திறன், அல்லது உணவைப் பற்றி மிகவும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட தன்மை
- ✓ குறிப்பிட்ட செயல்பாடுகள், விதிமுறைகள், உடைகள் அல்லது தினசரி பழக்கவழக்கங்கள் மீது கடுமையான விருப்பங்களை கொண்டிருப்பதுடன், மாற்றங்களை ஏற்க சிரமப்படலாம்
- ✓ திடீரென நின்றுவிடக்கூடிய ஒருதலைப்பட்ச உரையாடல்களில் ஈடுபடுதல்
- ✓ விதிகள் அல்லது வாக்குறுதிகளைப் பற்றி கவலைப்படுவதில்லை
- ✓ நண்பர்களுடன் குழு செயல்பாடுகளில் ஈடுபடுவதில் திறமை குறைவாக இருந்து, பெரும்பாலும் தனியாகவே நேரம் செலவிடுகிறது

- ✓ ஆசிரியரின் பேச்சைக் கேட்டு, வழிமுறைகளைப் பின்பற்றுவதில் சிரமம்
- ✓ ஜப்பானிய மொழியிலும் தாய்மொழியிலும் எழுதப்பட்ட சொற்கள் அல்லது வாக்கியங்களை அடையாளம் காணவும் புரிந்து கொள்ளவும் சிரமம் உள்ளது
- ✓ கடிதங்கள் அல்லது வாக்கியங்களை எழுதுவதில் சிரமம் உள்ளது
- ✓ எளிய கூட்டல் அல்லது கழித்தல் செய்ய முடியாது
- ✓ கரும்பலகையில் இருந்து குறிப்புகளை நகலெடுப்பதில் சிரமம் உள்ளது
- ✓ கைகளைச் செயல்படுத்துவதில் ஒத்திசைவு குறைவாக இருந்து, கைவினைப் பணிகளில் திறமை குறைவாக உள்ளது
- ✓ ஒரு சொல்லின் முதல் ஒலியை மீண்டும் மீண்டும் கூறுவது, நீட்டிப்பது, அல்லது அதிலேயே சிக்கிக் கொள்வது
- ✓ குடும்பத்தினருடன் சுதந்திரமாகப் பேசுகிறார், ஆனால் வீட்டிற்கு வெளியே அமைதியாக இருக்கிறார்

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激しい、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つづける。
- ✓ 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、のばす、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。

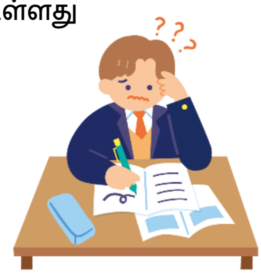
学校での様子については、担任や関わりのある先生達からよく確認してください。

நடுநிலைப் பள்ளி மற்றும் உயர்நிலைப் பள்ளி வயது

- ✓ குறிப்பேடுகள், பாடப்புத்தகங்கள் அல்லது எழுதுபொருட்களை அடிக்கடி தொலைத்து விடுகிறார்
- ✓ மாதாந்திர உதவித்தொகையை உடனடியாகச் செலவிடுகிறார்
- ✓ ஒழுங்கமைப்பதில் திறமையற்றவர், மேலும் பெரும்பாலும் தேவையான பொருட்களை மறந்துவிடுவார்
- ✓ கடுமையான உணர்ச்சி மனநிலை மாற்றங்கள், கடுமையான மொழியைப் பயன்படுத்துதல் அல்லது கோபமாக இருக்கும்போது வன்முறையில் ஈடுபடுதல்
- ✓ எளிதில் கவனம் சிதறி, படிப்பில் கவனம் செலுத்த முடியாமல் தவிக்கிறது
- ✓ கவனம் செலுத்தும்போது கூட கவனக்குறைவான தவறுகளைச் செய்வது

- ✓ மாறி மாறிப் பேசாமல் தொடர்ந்து பேசுவது
- ✓ குழு நடவடிக்கைகளில் சிரமப்படுதல் மற்றும் பெரும்பாலும் தனியாக நேரத்தை செலவிடுதல்
- ✓ சமூக குறிப்புகள் அல்லது மறைமுக விதிகளைப் புரிந்துகொள்வதில் சிரமம் உள்ளது
- ✓ சில பணிகளில் மிகுந்த அளவில் மனதைக் குவித்து விடுவதால், அவற்றிலிருந்து வேறு பணிகளுக்கு மாறுவதில் சிரமம் ஏற்படுகிறது
- ✓ ஆடைகளின் நிறங்கள் மற்றும் துணி குறித்து விருப்பத்தேர்வுகள் உள்ளன
- ✓ குறிப்பிட்ட ஒலிகளுக்கு மிகவும் உணர்திறன், இது படிப்பு அல்லது அன்றாட வாழ்க்கையில் குறுக்கிடுகிறது
- ✓ திட்டங்களில் திடீர் மாற்றத்தை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது

- ✓ அறிவுறுத்தல்களைப் புரிந்துகொள்வதில் அல்லது ஆசிரியர் என்ன சொல்கிறார் என்பதைப் புரிந்துகொள்வதில் சிரமம் உள்ளது
- ✓ கணிதத்தில் மட்டும் மிகவும் பின்தங்கியிருக்கிறது
- ✓ வாசிப்பு மற்றும் எழுதுதலில் மட்டும் மிகவும் பின்தங்கியிருக்கிறது (ஜப்பானிய மற்றும் தாய்மொழியில்)
- ✓ கரும்பலகையிலிருந்து குறிப்புகளை நகலெடுத்து எழுதுவதில் சிரமம் உள்ளது
- ✓ ஒரு வார்த்தையின் முதல் ஒலியிலேயே திரும்பத் திரும்பச் சொல்வது, நீட்டுவது அல்லது சிக்கிக் கொள்வது
- ✓ குடும்பத்தினரிடம் சுதந்திரமாகப் பேசுகிறார், ஆனால் வீட்டிற்கு வெளியே அமைதியாக இருக்கிறார்



உங்கள் குழந்தை வீட்டிலும் பள்ளியிலும் வெவ்வேறு நடத்தைகளைக் காட்டக்கூடும்.
பள்ளியில் அவர்களின் நடத்தைகள் பற்றி ஆசிரியரிடம் கேளுங்கள்.

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、新しいことに関心をもつ、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＞

＊がある言葉はDSM-5-TRでの発達障害の名前です

知的な遅れがあることもあります

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。

■ トゥレット症＊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. வளர்ச்சி குறைபாடுகள் பற்றி கற்றல்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் என்றால் என்ன?

வளர்ச்சிக் குறைபாடுகள் என்பது பொதுவாக மூளை செயல்பாட்டில் ஏற்படும் சிறிய உள்ளார்ந்த வேறுபாடுகளைக் குறிக்கிறது, இது பொதுவாக வளரும் குழந்தைகளிடமிருந்து அவர்களை வேறுபடுத்துகிறது. கீழே உள்ள படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளபடி, ஒரே குறைபாடு ஒவ்வொரு நபரிடமும் வித்தியாசமாக வெளிப்படும். சிலருக்கு இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட வகையான வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளன.
3 முதல் 4 ஆம் பக்கங்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள தனிச்சிறப்பான நடத்தைகளுக்கு கூடுதலாக, அவர்கள் பல்வேறு வலிமைகளையும் வெளிப்படுத்தலாம் (உதாரணமாக, சிறந்த காட்சி உணர்வு, நல்ல நினைவாற்றல் அல்லது இயந்திர நினைவாற்றல், புதிய விஷயங்களை கற்றுக்கொள்ள விருப்பம், சுறுசுறுப்புத்தன்மை, அல்லது கூர்மையான உணர்வுகள்).

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான ஆதரவு சட்டத்தின் கீழ் "வளர்ச்சி குறைபாடுகள்" என்பதற்கான வரையறை (பிரிவு 2):
வளர்ச்சி குறைபாடுகள் என்பது மூளை செயல்பாட்டில் உள்ள குறைபாடுகளை உட்படுத்துவதாகும். இவற்றில் பொதுவாக சிறுவயதிலேயே வெளிப்படும் ஆட்டிசம், ஆஸ்பெர்கர் நோய்க்குறி மற்றும் பிற பரவலான வளர்ச்சி குறைபாடுகள், கற்றல் குறைபாடுகள், மற்றும் கவனக் குறைபாடு அதீத செயற்பாட்டுக் குறைபாடு ஆகியவை அடங்கும். வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்கள் என்பவர்கள், தங்களின் குறைபாடுகளும் சமூகத் தடைகளும் காரணமாக, அன்றாட வாழ்க்கையிலும் சமூக வாழ்விலும் கட்டுப்பாடுகளை அனுபவிப்பவர்களாகும். (அதாவது, வளர்ச்சி குறைபாடுகள் என்பது உலக சுகாதார அமைப்பின் நோய்கள் மற்றும் தொடர்புடைய சுகாதார பிரச்சினைகளின் சர்வதேச வகைப்பாடு – 10ஆம் திருத்தம் (ICD-10) இல் F80 முதல் F98 வரை எண் வழங்கப்பட்டுள்ள குறைபாடுகளை குறிக்கும்.)

வளர்ச்சி குறைபாடுகளின் முக்கிய வகைகள்

நட்சத்திரக் குறி (*) என்பது மனநலக் கோளாறுகளுக்கான நோயறிதல் மற்றும் புள்ளியியல் கையேடு - ஐந்தாம் பதிப்பு (உரை திருத்தம்) (DSM-5-TR) இல் பயன்படுத்தப்படும் வளர்ச்சி குறைபாடுகளின் பெயர்களைக் குறிக்கிறது.

அறிவாற்றல் வளர்ச்சி தாமதங்கள் இணைநோய்களாக காணப்படலாம்

ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் குறைபாடு; ASD*

- உரையாடல்களில் அல்லது தங்கள் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துவதில் சிரமப்படலாம்
- மற்றவர்களின் உணர்ச்சிகளைப் புரிந்துகொள்வதில் அல்லது சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப அவர்களின் நடத்தையை சரிசெய்வதில் சவால்கள் இருக்கலாம்
- அதே செயல்களை மீண்டும் செய்யலாம் அல்லது அவர்களின் நலன்களில் மட்டுமே கவனம் செலுத்தலாம்
- ஒளி, வண்ணங்கள், ஒலிகள் மற்றும்/அல்லது வாசனைகளுக்கு மிகை அல்லது குறைந்த உணர்திறன் இருக்கலாம்
- மொழி வளர்ச்சியில் தாமதம் ஏற்படலாம்

நோயறிதலின் நேரத்தைப் பொறுத்து, சிலருக்கு ஆஸ்பெர்கர் நோய்க்குறி, மன இறுக்கம் அல்லது பரவலான வளர்ச்சி குறைபாடுகள் (PDDs) இருப்பது கண்டறியப்படலாம்.

கவனக்குறைவு மிகை இயக்கக் குறைபாடு; ADHD*

- ஒரே விஷயத்தை நீண்ட நேரம் செய்வதில் சிரமம் இருப்பது
- அதிகமாக நடமாடுகிறார் அல்லது அதிகமாகப் பேசுகிறார்
- பெரும்பாலும் சிந்திப்பதற்கு முன்பே மனக்கிளர்ச்சியுடன் செயல்படுகிறார்

குறிப்பிட்ட கற்றல் குறைபாடு; SLD*

- வாசிப்பு, எழுதுதல் மற்றும்/அல்லது கணிதத்தில் குறிப்பிட்ட சிரமங்கள் உள்ளன
  SLD சில நேரங்களில் கற்றல் குறைபாடு (LD) என்று குறிப்பிடப்படுகிறது

■ மற்ற வளர்ச்சி குறைபாடுகளில் டூரெட் நோய்க்குறி*, குழந்தைப் பருவத்தில் தொடங்கும் பேச்சுத் திறன் ஓட்டக் குறைபாடு* (தடுமாற்றப் பேச்சு), மற்றும் இயக்க ஒருங்கிணைப்பு வளர்ச்சி குறைபாடு* ஆகியவை அடங்கும்.

【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ことがあります。
  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。

வெளிநாட்டு பின்னணியையும் வளர்ச்சி குறைபாடுகளையும் கொண்ட குழந்தைகளின் மொழி வளர்ச்சி

ஜப்பானில், தாய் அல்லது தந்தை வெளிநாட்டவராக இருப்பதோ, அல்லது இரு பெற்றோரும் வெளிநாட்டவர்களாக இருப்பதோ ஆகிய குழந்தைகள், “வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட குழந்தைகள்” என அழைக்கப்படுகின்றனர்.

வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட இந்தக் குழந்தைகளும் அவர்களின் குடும்பங்களும் அன்றாட வாழ்க்கையில் பெரும்பாலும் இரண்டு மொழிகளைப் பயன்படுத்துவதால், அவர்கள் இருமொழிப் பயனாளர்கள் (bilinguals) என அழைக்கப்படுகின்றனர். (சிலர் இரண்டுக்கும் மேற்பட்ட மொழிகளைப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.)

வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட குழந்தைகளின் குடும்பங்களும் ஆதரவாளர்களும், ஒரு குழந்தையின் மொழி வளர்ச்சி தாமதம் வளர்ச்சி குறைபாடுகளால் ஏற்பட்டதா அல்லது அந்தக் குழந்தைக்கும் அதன் குடும்பத்திற்கும் பரிச்சயமில்லாத ஜப்பானிய மொழிச் சூழலில் வாழ்வதன் விளைவா என்பதை தீர்மானிப்பதில் பெரும்பாலும் சவால்களை எதிர்கொள்கிறார்கள்.

இருமொழி குழந்தை எவ்வாறு மொழித் திறன்களை வளர்த்தெடுக்கிறது மற்றும் வளர்ச்சி குறைபாடுகளைச் சுட்டிக்காட்டக்கூடிய எந்த அறிகுறிகள் தோன்றலாம் என்பதைப் பார்ப்போம்.

குழந்தைகளில் மொழி வளர்ச்சி

ஆரம்பகால வளர்ச்சிப் பாதை அனைத்து மொழிகளுக்கும் பொதுவானது.

- 1 வயதிற்கு முன்பே கைசைகைகளை (உதாரணமாக, விடைபெறுதல், சுட்டிக் காட்டுதல்) பயன்படுத்தத் தொடங்குகிறது
- பின்னர் வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்தத் தொடங்குகிறது (எ.கா., தாதா, அம்மா)
- 18 மாதங்கள் முதல் 2 வயது வரை 50 முதல் 100 வார்த்தைகளைக் கற்றுக்கொள்கிறார்

பின்னர் இரண்டு வார்த்தை வாக்கியங்களைப் பயன்படுத்தத் தொடங்குகிறார் (எ.கா., அம்மா போ). இருமொழி பேசும் குழந்தைக்கு, ஒரு மொழியில் தாமதம் ஏற்படுவது கவலைக்குரிய விஷயமல்ல. இரண்டு மொழிகளிலும் ஏற்படும் தாமதம் மொழி வளர்ச்சி தாமதத்தின் அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

இருமொழி குழந்தைகளில் மொழி வளர்ச்சியின் நான்கு பண்புகள்

- 2 முதல் 3 வயது வரையிலான குழந்தைகள் இரண்டு மொழிகளைத் தனித்தனியாகப் பயன்படுத்தி இரண்டையும் கலக்க முடியாது. இருமொழி பேசும் குழந்தைகளுக்கு இது சாதாரணமானது.
- அவர்கள் வெவ்வேறு சூழல்களில் இரண்டு மொழிகளைப் பயன்படுத்துவதால், அவற்றின் சொற்களஞ்சிய அளவு இரண்டிற்கும் இடையில் வேறுபடலாம். அவர்களின் ஜப்பானிய சொற்களஞ்சியம் குறைவாக இருக்கலாம். இரு மொழிகளிலும் அவர்களுக்குத் தெரிந்த சொற்களை இணைப்பதன் மூலம் சொற்களஞ்சியத்தின் அளவு அளவிடப்படுகிறது. ஜப்பானிய குழந்தையின் மொத்த அளவுக்கு சமமாகவோ அல்லது அதைவிட அதிகமாகவோ இருந்தால், தாமதம் இல்லை என்பதைக் குறிக்கிறது.
- 4 வயதிற்குள், குழந்தைகள் இரண்டு மொழிகளையும் வேறுபடுத்தி, யாரிடம், எங்கு என்ன பேச வேண்டும் என்பதைப் பொறுத்து தனித்தனியாகப் பயன்படுத்த முடியும். உதாரணமாக, சமீபத்தில் ஜப்பானுக்கு வந்த அதே வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட ஒரு குழந்தையுடன் அவர்கள் தங்களின் தாய்மொழியில் பதிலளிப்பார்கள்; அதே நேரத்தில், ஜப்பானிய நண்பர்களிடம் ஜப்பானிய மொழியில் பதிலளிப்பார்கள். இது, சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப இரண்டு மொழிகளைத் தனித்தனியாகப் பயன்படுத்தும் அவர்களின் உயர்ந்த மொழித் திறனை வெளிப்படுத்துகிறது.
- சமீபத்தில் ஜப்பானுக்கு வந்துள்ள சில குழந்தைகள் (குறிப்பாக 4 முதல் 8 வயதுடையவர்கள்), ஒரு காலப்பகுதி வரை பேசாமல் இருக்கக்கூடும் (மௌனக் காலம்). இது பொதுவாக ஆறு மாதங்கள் நீடிக்கும். பின்னர் அவர்கள் மெதுவாக கைசைகைகள், எளிய வாழ்த்துச் சொற்கள் (உதாரணமாக, *ஓஹாயோ*), மற்றும் வேண்டுகோள்களை வெளிப்படுத்தும் சொற்கள் (உதாரணமாக, *குதாசாய்*) ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்தத் தொடங்குகிறார்கள்.
  இதுவே தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மௌனநிலை என்பதிலிருந்து வேறுபட்டதாகும் என்பதை தயவு செய்து கவனத்தில் கொள்ளுங்கள்.

・ 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。

新しい言葉が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。

புதிய மொழியைக் கற்றுக்கொள்வதற்கு நேரம் எடுக்கும்

சில குழந்தைகள் பள்ளி வயதை அடைவதற்கு முன்பே ஜப்பானுக்கு வருகிறார்கள். குழந்தைக்கு மொழி மிகவும் சவாலாக இருக்கும்போது ஒரு புதிய மொழியைக் கற்றுக்கொள்வது அதிக நேரம் எடுக்கும்.

- ஒரு தொடக்கப் பள்ளி மாணவர் அன்றாட வாழ்க்கைக்கும் அடிப்படை உரையாடலுக்கும் அவசியமான சுமார் 2,000 ஜப்பானிய வார்த்தைகளைக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும், இது பொதுவாக சுமார் 2 ஆண்டுகள் ஆகும்.
- ஒரு குழந்தை பொதுவாக 2 ஆண்டுகள் கற்றுக்கொண்ட பின், *ஹிரகானா*வையும் குறுகிய, எளிய வாக்கியங்களையும் (அடிப்படை கல்வி மொழித் திறன்கள்) வாசிக்கவும் எழுதவும் கற்றுக்கொள்கிறது.
- வேகமாகக் கற்றுக்கொள்ளும் குழந்தையாயினும், பாடங்களை கற்க தேவையான சிக்கலான சொற்கள் மற்றும் வாக்கியங்களைப் பேசுதல், வாசித்தல், எழுதுதல் ஆகியவற்றில் முழுமையாகத் தேர்ச்சி பெற பொதுவாக 5 முதல் 7 ஆண்டுகள் வரை ஆகும் (பாடக் கற்றலுக்கான கல்விசார் மொழித் திறன்கள்).

ஒரு புதிய மொழியைக் கற்றுக்கொள்வது எதிர்பார்த்ததை விட அதிக நேரம் எடுக்கும்.
மேலே உள்ள தகவல்களைப் பயன்படுத்தி உங்கள் குழந்தையின் மொழியியல் திறனை மதிப்பிடுங்கள்.

குறிப்புகள்: முதல் (தாய்மொழி) மொழியை வளர்ப்பது ஜப்பானிய மொழியை வளர்க்க உதவுகிறது.

ஒரு காலத்தில் இரண்டு மொழிகளைக் கற்றுக்கொள்வது ஒரு குழந்தைக்கு கடினம் என்றும், அவர்களின் மொழி மற்றும் அறிவுசார் வளர்ச்சியைத் தாமதப்படுத்தக்கூடும் என்றும் நம்பப்பட்டது. இருப்பினும், இது இப்போது தவறானதாகக் கருதப்படுகிறது.

முதல் (தாய்மொழி) மொழியை நன்றாகப் பேசக்கூடிய ஒரு குழந்தை, பொதுவாக இரண்டாவது மொழியை (ஜப்பானிய) நன்கு கற்றுக்கொள்பவராக இருக்கும். குழந்தை தனது தாய்மொழியைச் சரியாகக் கற்றுக்கொள்ளாவிட்டால், ஜப்பானிய மொழியில் மட்டுமே பேசும் நிலை உருவாகி, பெற்றோருடன் தொடர்பு கொண்டு உரையாடுவதிலும் பரஸ்பர உறவாடுவதிலும் சிரமங்களை எதிர்கொள்ளலாம்.

உங்களுக்குப் புரியும் மொழியைப் பயன்படுத்தி உங்கள் குழந்தையுடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். உதாரணமாக, பெற்றோர்கள் குழந்தையுடன் அவர்களின் தாய்மொழியில் பேச வேண்டும், அதே நேரத்தில் ஜப்பானிய ஆசிரியர்களும் நண்பர்களும் ஜப்பானிய மொழியில் பேச வேண்டும் (ஒரு நபர்-ஒரு மொழி கொள்கை).

குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகளுக்கும் இது பொருந்தும்.

ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் குறைபாடு அல்லது டவுன் நோய்க்குறி போன்ற குறைபாடுகள் உள்ள இருமொழிக் குழந்தைகள் குறித்து மேற்கொள்ளப்பட்ட விரிவான ஆய்வுகள், அவர்களின் மொழி வளர்ச்சி பாதை வளர்ச்சி குறைபாடுகள் இல்லாத குழந்தைகள் (சாதாரணமாக வளர்ந்து வரும் குழந்தைகள்) உடனானதைப் போன்றதே என்பதை வெளிப்படுத்துகின்றன. உங்கள் குழந்தையை இருமொழி பேசுபவராக வளர்க்க, ஒரு நபர்-ஒரு மொழி கொள்கையைப் பின்பற்றி, உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

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. ஆலோசனை நிபுணர்கள்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கும் அவர்களது குடும்பங்களுக்கும் உதவும் பல்வேறு ஆதரவு அமைப்புகளை உங்கள் பகுதியில் காணலாம். ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால், தயவு செய்து தாமதிக்காமல் அவர்களை அணுகி ஆலோசனை பெறுங்கள்.

- சில நிறுவனங்கள் மொழிபெயர்ப்பு சேவைகளை வழங்குகின்றன, மற்றவை வழங்குவதில்லை. முன்கூட்டியே நிறுவனத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும். மொழிபெயர்ப்பு சேவை கிடைக்காதபோது, ஒரு மொழிபெயர்ப்பு செயலியை முன்கூட்டியே தயாராக வைத்திருக்கலாம்.

ஆலோசனை நிறுவனங்களைக்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்கள் மற்றும் அவர்களின் பகுதியில் வசிக்கும் அவர்களது குடும்பத்தினரின் கோரிக்கையின் பேரில் உள்ளூர் அரசாங்கங்கள் பொருத்தமான தகவல்களை வழங்குகின்றன. பொருத்தமான நிறுவனங்கள் வயது மற்றும் கவலைகளின் தன்மையால் வேறுபடுகின்றன.

முதலில் உங்கள் உள்ளூர் அரசாங்க அலுவலகத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் குறித்த ஆலோசனை

● **வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான ஆதரவு மையம்**

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகள் மற்றும் பெரியவர்கள், மேலும் அவர்களின் குடும்பங்களுக்காக, வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான ஆதரவு மையங்கள் பல்வேறு வளங்கள் மற்றும் தகவல்களை வழங்குகின்றன. ஒவ்வொரு மாகாணத்திலும் மற்றும் அரசாணையால் நிர்ணயிக்கப்பட்ட நகரங்களிலும், வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான ஆதரவு மையம் உள்ளது.

நோயறிதல் செய்யப்பட்ட நபர்களுக்கு மட்டும் அல்லாமல், இன்னும் நோயறிதல் செய்யப்படாத நிலையில் வளர்ச்சி குறைபாடுகள் குறித்து கவலை கொண்டிருப்பவர்கள் மற்றும் அவர்களின் குடும்பங்களும் அந்த மையங்களில் ஆலோசனை பெறலாம்.

ஒரு ஆலோசகர், கவலையின் தன்மை மற்றும் நபரின் நிலையைப் பொறுத்து, மற்றொரு, மிகவும் பொருத்தமான ஆதரவு அமைப்புக்கு பரிந்துரைக்கப்படலாம். நாடு முழுவதும் உள்ள மையங்கள் பற்றிய தகவலுக்கு பின்வரும் வலைத்தளத்தைப் பார்க்கவும்.

<வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான ஆதரவு மையங்களின் பட்டியல்>
https://www.rehab.go.jp/ddis/action/center/ (ஜப்பானிய மொழியில்)

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）などもいます。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。

பள்ளி வாழ்க்கை பற்றிய ஆலோசனை

பள்ளிகளில் மாணவர்கள் வசதியான பள்ளி வாழ்க்கையைப் பராமரிப்பதற்கு ஆதரவளிக்கும் ஊழியர்கள் உள்ளனர். கல்வி முறையில் குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்களுக்கான பல்வேறு வகுப்புகள் மற்றும் பள்ளிகள் உள்ளன.

வகுப்பு ஆசிரியர்

பள்ளி வாழ்க்கையைப் பற்றி ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால் முதலில் வகுப்பு ஆசிரியரை அணுகவும்.

பள்ளி செவிலியர் அலுவலகம் மற்றும் பள்ளி செவிலியர்

காயமடைந்த அல்லது உடல் ரீதியாகவோ அல்லது உணர்ச்சி ரீதியாகவோ உடல்நிலை சரியில்லாத மாணவர்களைப் பராமரிக்க ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் ஒரு செவிலியர் அலுவலகம் உள்ளது. பள்ளி செவிலியர்கள் மன மற்றும் உடல் ஆரோக்கியத்தில் நிபுணத்துவம் பெற்றவர்கள், மேலும் இந்தக் கவலைகளுக்கு ஆலோசனை வழங்க முடியும்.

சிறப்புத் தேவைகள் கல்வி ஒருங்கிணைப்பாளர்

பள்ளியில் தேவையான வசதிகள் மற்றும் ஏற்பாடுகள் வழங்கப்படுவதை உறுதி செய்வதற்காக, மாற்றுத் திறன்கள் கொண்ட குழந்தைகளுக்கான கல்வி ஆதரவை திட்டமிட்டு ஒருங்கிணைப்பது சிறப்பு தேவைகள் கல்வி ஒருங்கிணைப்பாளர்களின் பொறுப்பாகும். அவர்கள் பெற்றோருக்கு ஆலோசனைகளையும் வழங்க முடியும்.

பள்ளி ஆலோசகர் மற்றும் பள்ளி சமூக சேவகர்

பள்ளிகளில் மனநல ஆலோசனைகளை வழங்கும் உளவியலாளர்கள் (பள்ளி ஆலோசகர்கள்) மற்றும் சமூக நலன் தொடர்பான விஷயங்களில் உதவக்கூடிய சமூகப் பணியாளர்கள் (பள்ளி சமூகப் பணியாளர்கள்) உள்ளனர். அவர்கள் உங்கள் கவலைகளை கவனமாகக் கேட்டு, தேவையான வழிகாட்டுதலை வழங்குவார்கள். ஆலோசனைக்கு ஒரு சந்திப்பு தேவைப்படலாம், எனவே கூடுதல் தகவலுக்கு வகுப்பு ஆசிரியரிடமோ அல்லது சிறப்புத் தேவைகள் கல்வி ஒருங்கிணைப்பாளரிடமோ கேளுங்கள்.

― 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、考えておくことが必要です。

– தொழில் ஆலோசனை –

பல குழந்தைகள் ஜூனியர் உயர்நிலைப் பள்ளியில் பட்டம் பெற்ற பிறகும் உயர்நிலைப் பள்ளியைத் தொடர்கின்றனர். ஜப்பானிய உயர்நிலைப் பள்ளிகளில் பொதுவாக முழுநேர பொதுப் பாடநெறிகள், தொழில்முறைப் பாடநெறிகள் (உதாரணமாக, வாணிபம், பொறியியல், அல்லது வேளாண்மை பாடநெறிகள்), மற்றும்/அல்லது பகுதி நேர பொதுப் பாடநெறிகள் (பகல் நேரம் அல்லது இரவு நேரப் பாடநெறிகள்) வழங்கப்படுகின்றன. மற்ற உயர்நிலைப் பள்ளிகளில் பல்வேறு பாடநெறிகளை கொண்ட ஒருங்கிணைந்த உயர்நிலைப் பள்ளிகளும், தேர்ந்தெடுக்கக்கூடிய பாடத்திட்டங்களுடன் அலகு (கிரெடிட்) அடிப்படையிலான உயர்நிலைப் பள்ளிகளும் அடங்குகின்றன.

மற்ற கல்வி விருப்பங்களில், வீட்டிலிருந்து கற்றலை மையமாகக் கொண்ட தொலைக்கல்வி உயர்நிலைப் பள்ளிகளும், சிறப்பு தேவைகள் கல்வி பள்ளிகளில் வழங்கப்படும் உயர்நிலைப் பள்ளி பாடநெறிகளும் அடங்குகின்றன. பள்ளிப்படிப்பு தேர்வு குறித்த முடிவு குழந்தையின் விருப்பத்தையும் பண்புகளையும் பிரதிபலிக்க வேண்டும்.

முடிவெடுப்பதற்கு முன் வெவ்வேறு பள்ளிகள் பற்றிய தகவல்களைச் சேகரிப்பது முக்கியம். சாத்தியமான பள்ளிகளை நேரில் பார்வையிடுங்கள் அல்லது பள்ளி தகவல் கருத்தரங்குகளில் கலந்து கொள்ளுங்கள். குழந்தை இன்னும் நடுநிலைப் பள்ளியில் படித்து கொண்டிருக்கும் காலத்திலேயே, வகுப்பு ஆசிரியர் மற்றும் சிறப்பு தேவைகள் கல்வி ஒருங்கிணைப்பாளருடன் தயவு செய்து ஆலோசனை மேற்கொள்ளுங்கள்.

– உயர்நிலைப் பள்ளிக்கான தயாரிப்பு –

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள மாணவர்கள், நடுநிலைப் பள்ளியில் வழக்கமான தேர்வுகளுக்கு தங்குமிட வசதிகளைப் பெற்றிருந்தால், அவர்கள் முன்கூட்டியே விண்ணப்பித்தால், உயர்நிலைப் பள்ளி நுழைவுத் தேர்வுகளுக்கு நியாயமான தங்குமிட வசதிகள் (பக்கம் 17 ஐப் பார்க்கவும்) வழங்கப்படலாம். அரசுப் பள்ளித் தேர்வுகளுக்கு மாவட்டக் கல்வி வாரியத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும், தனியார் பள்ளித் தேர்வுகளுக்கு நேரடியாகப் பள்ளியைத் தொடர்பு கொள்ளவும். எதிர்காலத்திற்கான சமூக சுதந்திரத்தை உருவாக்குவதில் உயர்நிலைப் பள்ளிக் கல்வி முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. பொதுப் பள்ளி நுழைவுத் தேர்வுகள் (மாணவர் தேர்வுகள்) வெளிநாட்டு மாணவர்களுக்கான சிறப்பு சேர்க்கை ஒதுக்கீடுகள் மற்றும் நியாயமான தங்குமிட வசதிகள் (எ.கா., குறைவான தேர்வுப் பாடங்கள், அல்லது தேர்வுகளில் காஞ்சிக்கு ஹுரி-கானா போன்ற வாசிப்பு உதவிகள்) உள்ளிட்ட பல்வேறு பரிசீலனைகளை வழங்குகின்றன*. மேலும் தகவலுக்கு, உங்கள் குழந்தையின் பள்ளி ஆசிரியரைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

*கோத்தோ-காக்கோ ந்யூகாகுஷா சென்பட்சுதோ நி ஒகேரு ஹைறியோ தோ நி த்ஸுயிதே」 (உயர்நிலைப் பள்ளி மாணவர் தேர்வுகளில் வழங்கப்படும் தங்குமிடங்கள் மற்றும் பிற பரிசீலனைகள் குறித்து)
2024 ஜூன் 25 (அறிவிப்பு எண் 779, 2024, தொடக்க மற்றும் நடுநிலை கல்வி பணியகம், கல்வி-கலாசாரம்-விளையாட்டு-அறிவியல் மற்றும் தொழில்நுட்ப அமைச்சகம் (MEXT))

– உயர்நிலைப் பள்ளியில் பட்டம் பெற்ற பிறகு –

உயர்நிலைப் பள்ளியில் பட்டம் பெற்ற பிறகு, மாணவர்கள் பல்கலைக்கழகம் அல்லது தொழிற்கல்விப் பள்ளியைத் தொடரலாம் அல்லது பணியிடத்தில் சேரலாம். அந்த முடிவு குழந்தையின் விருப்பத்தையும் பண்புகளையும் பிரதிபலிக்க வேண்டும். உயர்கல்வி பெறுவதுதான் இலட்சியம் என்றால், பட்டப்படிப்புக்குப் பிறகு மேற்படிப்பு அல்லது வேலைவாய்ப்பு பற்றி முன்கூட்டியே யோசிப்பதும் முக்கியம்.

● 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

குறிப்புகள்: சிறப்புத் தேவைகள் கல்வி (கீழே காண்க)

கீழே உள்ள படத்தில் காட்டப்படுவது போல, பல்வேறு வகுப்புகள் மற்றும் பள்ளிகள் வெவ்வேறு மாற்றுத் திறன்களுக்கு ஏற்ப வடிவமைக்கப்பட்ட கல்வியை வழங்குகின்றன. உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளுக்கு மிகவும் பொருத்தமான வகுப்பு அல்லது பள்ளியைத் தேர்வு செய்வதற்காக, உங்கள் குழந்தையுடனும் ஆசிரியருடனும் கவனமாக ஆலோசனை நடத்துங்கள்.

குறிப்புகள்: சிறப்புத் தேவைகள் கல்வி வழிகாட்டி வரைபடம்

தொடக்க மற்றும் உயர்நிலைப்

வழக்கமான வகுப்புகள்

சிறப்புத் தேவைகளைக் கொண்ட குழந்தைகள் ஒரு குழுவாக, பொதுவான அமைப்பில் தங்குமிடம் மற்றும் ஆதரவைப் பெறுகிறார்கள்.

வெளியேற்று கற்பித்தல் (வள ஆதார வகுப்பு திட்டம்)

மாணவர்கள் பெரும்பாலும் வழக்கமான வகுப்புகளிலேயே கலந்து கொள்கிறார்கள்; மேலும் கற்றல் மற்றும் அன்றாட வாழ்க்கைச் சவால்களை சமாளிக்க, வாரத்திற்கு அல்லது மாதத்திற்கு சில முறை தனி அறையில் தனிப்பட்ட ஆதரவைப் பெறுகிறார்கள்.

சிறப்புத் தேவைகள் உள்ள குழந்தைகளுடன் சிறப்பு வகுப்புகள்

சிறப்பு தேவைகள் உள்ள குழந்தைகளுக்கான சிறப்பு வகுப்புகள் குறைந்த மாணவர் எண்ணிக்கையுடன் நடத்தப்படுகின்றன; மேலும் மாற்றுத் திறனின் வகையை அடிப்படையாகக் கொண்டு அவை ஏழு வகைகளாகப் பிரிக்கப்படுகின்றன: அறிவாற்றல் குறைபாடு, உடல் குறைபாடு, உடல்நலக் குறைபாடு, குறைந்த பார்வை, கேள்வித் திறன் குறைபாடு, பேச்சு மற்றும் மொழிக் குறைபாடுகள், மற்றும் ஆட்டிசம் மற்றும் உணர்ச்சி சார்ந்த குறைபாடுகள்/சிரமங்கள். வகுப்புகளின் வகைகள் மற்றும் எண்ணிக்கை பள்ளிகளுக்கு இடையே வேறுபடுகின்றன.

குறிப்பு: ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் வள அறை திட்டங்கள் அல்லது சிறப்புத் தேவைகள் உள்ள குழந்தைகளுடன் சிறப்பு வகுப்புகள் இல்லை.

சிறப்புத் தேவைகள் கல்விப் பள்ளிகள்

இவை பார்வை குறைபாடு, கேள்வித் திறன் குறைபாடு, உடல் குறைபாடு, உடல்நலக் குறைபாடு, அல்லது அறிவாற்றல் குறைபாடு கொண்ட குழந்தைகளுக்கான பள்ளிகளாகும். அறிவாற்றல் குறைபாடுகளுக்கான பள்ளிகள், அறிவாற்றல் குறைபாடுகளுடன் இணைந்து காணப்படும் ஆட்டிசம் வரம்புக் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளையும் சேர்த்து கல்வி வழங்குகின்றன. இந்த பள்ளிகளில் வகுப்பு அளவு குறைவாக இருந்து, ஒவ்வொரு மாற்றுத் திறனின் தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்யும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்ட பாடத்திட்டங்கள் வழங்கப்படுகின்றன. அவர்களின் உயர்நிலைப் பள்ளி பாடநெறிகள், பட்டம் பெற்ற பின் சமூக மற்றும் தொழில்முறை வாழ்க்கைக்குத் தயாராக மாணவர்களை உருவாக்கும் செயல்பாடுகளை வழங்குகின்றன.

ஜூனியர் உயர்நிலைப் பள்ளிக்குப் பிறகு (உயர்நிலைப் பள்ளிகள் மற்றும் பிற பாதைகள்)

உயர்நிலைப் பள்ளிகள் உங்களுடனும் உங்கள் குழந்தையுடனும் கலந்துரையாடுவதன் மூலம் வகுப்புகள் மற்றும் வழக்கமான தேர்வுகளுக்கு தங்குமிடம் மற்றும் ஆதரவை வழங்குகின்றன.
சில பள்ளிகள் சிறப்புப் பயிற்சிக்கான வள அறைகளை வழங்குகின்றன

பல்கலைக்கழகங்கள், தொழிற்கல்வி பள்ளிகள் மற்றும் பிற பாதைகள்

இந்தப் பள்ளிகள் மாற்றுத்திறனாளி மாணவர்களுக்கு ஆதரவளிப்பதற்கும் அவர்களின் பள்ளி வாழ்க்கை குறித்து ஆலோசனை வழங்குவதற்கும் சேவைகளை* வழங்குகின்றன.
மாணவர்கள் வகுப்புகள் மற்றும் தேர்வுகளுக்கான தங்குமிட வசதிகள் மற்றும் அவர்களின் பள்ளி வாழ்க்கை குறித்த ஏதேனும் கவலைகள் குறித்து ஆலோசிக்கலாம்.
*உதாரணங்களில் வளாகத்திலேயே சுகாதார சேவை மையங்கள், மாணவர் ஆலோசனை அறைகள் மற்றும் மாற்றுத்திறனாளி மாணவர்களுக்கான ஆதரவு மையங்கள் ஆகியவை அடங்கும்.

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

பிற ஆலோசனை நிறுவனங்கள்

கல்வி ஆலோசனை நிறுவனங்கள்

இந்த அமைப்புகள் கல்வி சார்ந்த கவலைகள் குறித்து ஆலோசனை வழங்குகின்றன. உதாரணங்களாக, மாகாண அளவிலான சிறப்பு தேவைகள் கல்வி மையங்கள் மற்றும் கல்வி மையங்கள், மேலும் உள்ளூராட்சி அமைப்புகளின் கல்வி ஆலோசனை அறைகள் ஆகியவை அடங்கும். ஆலோசனை இலவசம்.

குழந்தை மற்றும் குடும்ப ஆதரவு மையங்கள்

ஒவ்வொரு உள்ளூராட்சி அலுவலகத்திலும், குழந்தைகள் தொடர்பான பல்வேறு பிரச்சினைகள் குறித்து குடும்பங்களும் குடியிருப்பாளர்களும் ஆலோசனை பெறக்கூடிய ஒரு பிரிவு (குழந்தை மற்றும் குடும்ப ஆதரவு மையம்) அமைந்துள்ளது. ஆலோசனை இலவசம்.

குழந்தை வழிகாட்டுதல் மையங்கள்

18 வயதிற்குக் கீழ் உள்ள குழந்தைகளையும் அவர்களைப் பராமரிப்பவர்களையும், உள்ளூராட்சி அமைப்புகளுடன் ஒத்துழைப்பு மற்றும் பொறுப்பு பகிர்வின் மூலம், குழந்தை வழிகாட்டல் மையங்கள் ஆதரிக்கின்றன. அவர்கள் மாற்றுத் திறன்கள் (உதாரணமாக, உடல் குறைபாடுகள், மொழி வளர்ச்சி தாமதம் மற்றும் தடுமாற்றப் பேச்சு, அறிவாற்றல் குறைபாடுகள், ஆட்டிசம் வரம்புக் குறைபாடு, மற்றும் குறிப்பிட்ட கற்றல் குறைபாடுகள்) குறித்தும், குழந்தை வளர்ப்பு தொடர்பான கவலைகள் (உதாரணமாக, குழந்தையின் வாழ்க்கை முறைகள் மற்றும் நடத்தைகள்–அமைதியின்மை, பயத்தன்மை, வீட்டில் வன்முறை நடத்தைகள், பள்ளிக்குச் செல்ல மறுப்பு, ஒழுங்கற்ற தூக்க முறைகள், வீட்டிலிருந்து தப்பிச் செல்லுதல் போன்றவை) குறித்தும் ஆலோசனைகளை வழங்குகிறார்கள். ஆலோசனை இலவசம்.

சிறார் ஆதரவு மையங்கள்

சிறார் ஆதரவு மையங்கள், குழந்தைகள் (எந்த வயதினராயினும்), குடும்பங்கள், பள்ளி ஆசிரியர்கள், மற்றும் குழந்தைகளை ஆதரிக்கும் நபர்களுக்கு ஆலோசனை வழங்குகின்றன. தலைப்புகளில் குற்றச்செயல்கள், பெற்றோர்-குழந்தை உறவு, பணியிட அல்லது பள்ளி பிரச்சினைகள் மற்றும் நட்பு கவலைகள் ஆகியவை அடங்கும். குழந்தைகள் மட்டுமல்லாமல், பெரியவர்கள் குறித்தும் ஆலோசனை பெறலாம். ஆலோசனைகள் ரகசியமாகவும் இலவசமாகவும் இருக்கும். மாகாணத் தலைநகரங்கள் உட்பட, ஜப்பான் முழுவதும் மொத்தம் 52 சிறார் ஆதரவு மையங்கள் உள்ளன. உங்களுக்கு அருகிலுள்ள சிறார் ஆதரவு மையத்தைக் கண்டறிய நாடு தழுவிய ஆலோசனை எண்ணை (0570-085-085) அழைக்கவும்.

ஆலோசனை சேவை தகவல் (குழந்தைகள் மற்றும் குடும்பங்கள் நிறுவனம்)

இந்த வலைப்பக்கம் பல்வேறு சவால்கள் மற்றும் பிரச்சனைகளைக் கொண்ட குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளை வளர்க்கும் நபர்களுக்கான ஆலோசனை சேவைகள் பற்றிய தகவல்களை வழங்குகிறது. சில சேவைகள் குழந்தைகளின் SOS (உதவிக்கான கோரிக்கை) க்கு பதிலளிக்கலாம். ஆலோசனை இலவசம்.

https://www.cfa.go.jp/children-inquiries (ஜப்பானிய மொழியில்)

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

வேலை பற்றிய ஆலோசனை

● ஹலோ வொர்க் (பொது வேலைவாய்ப்பு பாதுகாப்பு அலுவலகங்கள்)

ஹலோ வொர்க், தனிப்பட்ட வேலை தேடும் சவால்களுக்கு ஏற்ப இலவச வேலைவாய்ப்பு ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு சேவைகளை வழங்குகிறது. இந்த சேவைகளில் பின்வருவன அடங்கும்:

- விண்ணப்ப ஆவணங்கள் மற்றும் நேர்காணல் பயிற்சி அமர்வுகள் பற்றிய ஆலோசனை.
- திறன்களை மேம்படுத்துவதற்கான தொழில் பயிற்சி படிப்புகள்
- தொழில் வழிகாட்டுதல் மற்றும் தொழில் திறன் மேம்பாடு
- வேலை தேடலுக்கு உதவும் கருத்தரங்குகள்

ஹலோ வொர்க் நிறுவனம் வேலை தேடுபவர்களுக்கு ஒரு தொழில் ஆலோசனைப் பிரிவையும், சிறப்பு உதவி தேவைப்படுபவர்களுக்கு ஒரு சிறப்பு ஆதரவுப் பிரிவையும் கொண்டுள்ளது.

மேலும் தகவலுக்கு, கீழே உள்ள இணைப்பில் இருந்து சுகாதாரம், தொழிலாளர் மற்றும் நலத்துறை அமைச்சகத்தின் வலைத்தளத்தைப் பார்வையிடவும்.

<மொழிபெயர்ப்பு சேவைகள் வழங்கப்படும் ஹெல்லோ வொர்க் அலுவலகங்கள்>
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

● மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான உள்ளூர் தொழிற்கல்வி மையங்கள்

இந்த மையங்கள் மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு வேலைவாய்ப்பு ஆலோசனை (தொழில்முறை ஆலோசனை) வழங்குகின்றன. ஹலோ ஒர்க் அலுவலகங்களுடன் இணைந்து, அவர்களின் சேவைகளில் வேலைவாய்ப்பு ஆலோசனை, தொழில் திறன் மதிப்பீடுகள் மற்றும் வேலை தக்கவைப்புக்கான முன் மற்றும் பின் ஆதரவு ஆகியவை அடங்கும். அவை ஒவ்வொரு நபருக்கும் வடிவமைக்கப்பட்ட தொடர்ச்சியான ஆதரவை வழங்குகின்றன. இந்த சேவைகளை அணுக, தொலைபேசி அல்லது தொலைநகல் மூலம் அவர்களைத் தொடர்பு கொள்ளவும். ஆலோசனை இலவசம்.

<மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான உள்ளூர் தொழிற்கல்வி மையங்களின் பட்டியல்>
https://www.jeed.go.jp/english/locations/index.html
https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/index.html (ஜப்பானிய மொழியில்)

● மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான வேலை-வாழ்க்கை ஆதரவு மையங்கள்

இந்த மையங்கள் மாற்றுத் திறன்கள் உள்ள நபர்களுக்காக, வாழ்க்கை தொடர்பான விஷயங்கள் (உதாரணமாக, உடல்நல மேலாண்மை மற்றும் நிதி மேலாண்மை), வேலை தேடுதல், மற்றும் வேலைவாய்ப்பு உள்ளிட்ட பல்வேறு விடயங்களை உள்ளடக்கிய ஆலோசனைகளை வழங்குகின்றன. ஆலோசனை இலவசம்.

<மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான வேலை-வாழ்க்கை ஆதரவு மையங்களின் பட்டியல் (ஜப்பானிய மொழியில்)>
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。

<table>
<tr><th rowspan="2">名称</th><th>対象者</th><th>曜日・時間</th><th>電話番号</th><th>通訳</th></tr>
<tr><th colspan="4">対応している相談内容</th></tr>
<tr><td rowspan="2">[記入例]
〇□市子ども発達センター</td><td>18歳未満の子ども、保護者</td><td>月～金
9時～17時
祝日休み</td><td>(04)
〇〇〇-〇〇〇</td><td>△一部可能
(〇〇語)</td></tr>
<tr><td colspan="4">例)子どもの発達に関する相談、検査、妊娠、出産、子育ての相談</td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
</table>

சமூக வளங்கள்

உங்கள் பகுதியில் உள்ள ஆலோசனை நிறுவனங்களைப் பற்றிய குறிப்புகளை இங்கே எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

அமைப்பு	ஆலோசனை பெற வேண்டியவர்	தொடக்க நேரம்	தொலைபேசி	மொழிபெயர்ப்பாளர்
	ஆலோசனை பகுதிகள்			
[எடுத்துக்காட்டு] ஏபிசி சிட்டி XYZ மையம்	18 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள் மற்றும் பெற்றோர்கள்	திங்கள்-வெள்ளி, காலை 9 மணி முதல் மாலை 5 மணி வரை. பொது விடுமுறை நாட்களில் மூடப்படும்.	(04) ○○○-○○○	△ பகுதியளவு கிடைக்கிறது (ஆங்கிலம், பிரஞ்சு)
	எ. கா., குழந்தை வளர்ச்சி, வளர்ச்சி மதிப்பீடுகள், கர்ப்பம், பிரசவம், பெற்றோர் பராமரிப்பு			

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、書いておくとよいでしょう。

＜前もってまとめておくといい内容＞

- ・ 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. மருத்துவரை அணுகுதல்

வளர்ச்சிக் குறைபாடுகள் குறித்த கவலைகள் எழும்போது, விஷயங்கள் எவ்வாறு முன்னேறுகின்றன என்பதைப் பொறுத்திருந்து பார்க்க வேண்டுமா அல்லது ஒரு சிறப்பு மருத்துவ நிறுவனத்தைப் பார்வையிட வேண்டுமா என்று நீங்கள் யோசிக்கலாம். ஒரு நபர் ஏற்கனவே தனது மருத்துவ மற்றும் வளர்ச்சி வரலாறுகளை நன்கு அறிந்த ஒரு மருத்துவரை தவறாமல் சந்தித்தால், ஒரு சிறப்பு மருத்துவ நிறுவனத்திற்குச் செல்வதா இல்லையா என்பது குறித்து முதலில் மருத்துவரிடம் ஆலோசிக்கவும்.

மருத்துவமனைக

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் சிறப்பு நிபுணத்துவம் கொண்ட மருத்துவர்களால் கண்டறியப்படுகின்றன. நடுநிலைப் பள்ளி வயது வரை உள்ள குழந்தைகள் பொதுவாக குழந்தை மருத்துவர், குழந்தை நரம்பியல் நிபுணர், அல்லது குழந்தை மனநல மருத்துவரை சந்திக்கிறார்கள். நடுநிலைப் பள்ளி வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகள் பொதுவாக மனநல மருத்துவரை சந்திக்கிறார்கள். நீங்கள் ஒரு மருத்துவரைப் பார்க்க விரும்பினால், பின்வருவனவற்றைச் செய்வது நல்லது:

- ✓ வளர்ச்சி குறைபாடுகளில் நிபுணத்துவம் பெற்ற மருத்துவர்களைக் கொண்ட மருத்துவமனையைத் தேடுங்கள். உங்கள் உள்ளூர் பொது சுகாதார செவிலியர்களிடமோ அல்லது வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான ஆதரவு மையத்திடமோ நீங்கள் கேட்கலாம். (பல மருத்துவமனைகளுக்கு முன்பதிவு தேவை என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.)
- ✓ முதல் முறையாக மருத்துவரை சந்திக்கும் போது, உங்கள் குழந்தையின் சுகாதார காப்பீட்டு அட்டை மற்றும் (இருந்தால்) தாய்-குழந்தை சுகாதாரக் கையேட்டையும் கொண்டு வருங்கள்.
- ✓ மருத்துவருடன் பகிர்ந்து கொள்ளும் நோக்கில், விவாதிக்க வேண்டிய கவலைக் குறிப்புகளை மறுபரிசீலனை செய்து எழுதிக் கொள்ளுங்கள்; மேலும் உங்கள் குழந்தை வீட்டில், பள்ளியில், அல்லது பணியிடத்தில் எவ்வாறு இருக்கிறான்/இருக்கிறாள் என்பதற்கான கவனிப்புகளையும் பதிவு செய்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

<முன்கூட்டியே எழுத வேண்டியவை>

- குழந்தை சிறுவயதில் எவ்வாறு இருந்தாரு?
- முதலில் உங்களை கவலையடையச் செய்தது எது?
- தற்போதைய கவலைகள் மற்றும் சிக்கல்கள்
- மேலும், தகவலளிக்கக்கூடிய எந்த ஆவணங்களையும் (உதாரணமாக, கல்வி முன்னேற்றப் பதிவுகள், பள்ளியில் உங்கள் குழந்தை எழுதிய கட்டுரைகள், சிறுவயது காணொளிகள்) மற்றும் அறிவுத் திறன் பரிசோதனைகள் உள்ளிட்ட உளவியல் மதிப்பீடுகளின் முடிவுகளையும் கொண்டு வரவும்.

மதிப்பீடுகள் மற்றும் தனிப்பட்ட சிகிச்சைகள்

தேவைப்பட்டால், மருத்துவமனையில் உள்ள சிறப்பு பயிற்சி பெற்ற பணியாளர்களால் உங்கள் குழந்தைக்கு மதிப்பீடுகள் மற்றும்/அல்லது தனிப்பட்ட சிகிச்சைகள் மேற்கொள்ளப்படலாம். மதிப்பீடுகளில் அறிவுத் திறன் பரிசோதனைகள், வளர்ச்சி பரிசோதனைகள், கேள்வித் திறன் பரிசோதனைகள், மற்றும் மூளை அலைப் பதிவு (எலெக்ட்ரோஎன்செபலோகிராபி) ஆகியவை அடங்கும். அறிவுத் திறன் பரிசோதனைகள், அறிவாற்றல் நிலைகள் மற்றும் தன்மைகளைப் புரிந்து கொள்ள உதவுகின்றன; இது ஆதரவு முறைகளை நிர்ணயிப்பதில் பயனுள்ளதாக இருக்கும். இருப்பினும், அவை வளர்ச்சி குறைபாடுகளைத் தனித்தனியாகக் கண்டறியாது.

தனிப்பட்ட சிகிச்சைகளில் உடல் சிகிச்சை, தொழில்திறன் சிகிச்சை, பேச்சு-மொழி-கேட்டல் சிகிச்சை மற்றும் உளச்சிகிச்சை ஆகியவை அடங்கும். இந்த சிகிச்சைகளின் விவரங்கள் குழந்தையின் நிலையைப் பொறுத்தது.

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いましょう。

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。

உங்கள் குழந்தைக்கு வளர்ச்சி குறைபாடு என்று நோயறிதல் செய்யப்பட்டால்…

உங்கள் குழந்தைக்கு வளர்ச்சி குறைபாடு இருப்பது தெரியவருவது மிகுந்த கவலை அளிப்பதாக இருக்கலாம். எனினும், அவர்களின் வளர்ச்சி முன்னேற்றம், சுற்றுப்புற சூழலையும் அவர்களுடன் மேற்கொள்ளும் தொடர்புகளையும் சரிசெய்வதன் மூலம் நல்ல வகையில் பாதிக்கப்படலாம். அவர்களுடைய சவால்கள் மற்றும் சிரமங்களுடன் கூடுதலாக, அவர்களுடைய பலங்களையும் நேர்மறையான குணங்களையும் அங்கீகரிப்பதும் முக்கியம்.

உங்கள் குழந்தையுடன் எவ்வாறு பழகுவது என்பதை அறிய, தயவுசெய்து மருத்துவர் மற்றும் சிறப்பு ஊழியர்களை அணுகவும்.

மருந்துகளின் நன்மைகள்

தேவைப்பட்டால் மருத்துவர் மருந்துகளை பரிந்துரைக்கலாம். பரிந்துரைக்கப்பட்ட எந்த மருந்தின் நன்மைகள் மற்றும் பக்க விளைவுகளையும் விரிவாக விவாதிக்கவும்.

மருந்துகள் வளர்ச்சி குறைபாடுகளுடன் பொதுவாக காணப்படும் சில அறிகுறிகளை (உதாரணமாக, தூக்கமின்மை, சீக்கிரம் கோபப்படுதல், மற்றும் அதீத செயற்பாடு) குறைப்பதில் உதவலாம்.

[அடிக்கடி பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகள்]

- **மத்திய நரம்பு மண்டல தூண்டுதல்கள்** — ADHD-யின் அதீத செயற்பாடு, கவனக்குறைவு, மற்றும் திடீர் செயல்பாடுகளை (இம்பல்சிவ் நடத்தை) குறைக்க உதவுதல்
- **பதட்ட எதிர்ப்பு மருந்துகள்** — பதட்டத்தையும் பிற மனஅசௌகரிய உணர்வுகளையும் தணிக்க உதவுதல்
- **ஆன்டிசைகோடிக் மருந்துகள்** — கடுமையான கலக்கத்தையும் மாயநம்பிக்கைகளையும் தணிக்க உதவுதல்
- **வலிப்பு எதிர்ப்பு மருந்துகள்** — வலிப்பு தாக்குதல்களை கட்டுப்படுத்த உதவுதல்
- **தூக்க மாத்திரைகள்** — ஆரோக்கியமான தூக்கப் பழக்கத்தை ஏற்படுத்துங்கள்

மருந்து உங்கள் குழந்தையின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்தி, அறிகுறிகளைக் குறைக்கும். பரிந்துரைக்கப்பட்ட அதிர்வெண் மற்றும் அளவைப் பின்பற்றுவதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

- ✓ மருந்து பற்றிய ஏதேனும் கேள்விகள் அல்லது கவலைகள் இருந்தால் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளரிடம் கேளுங்கள்.
- ✓ உங்களுக்கு தெளிவாக தெரியவில்லை அல்லது கூடுதல் விளக்கம் தேவைப்பட்டால், மருத்துவரிடம் அல்லது சிறப்பு ஊழியர்களிடம் கேட்க தயங்காதீர்கள்.

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. ஆதரவு மற்றும் அமைப்புகள் பற்றி கற்றல்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கு ஆதரவு சட்டம்

வளர்ச்சிக் குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான ஆதரவுக்கான ஜப்பானியச் சட்டம், வளர்ச்சிக் குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கு (எந்த வயதினருக்கும்) மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களுக்கு ஆதரவை வழங்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. 2004 ஆம் ஆண்டு நிறுவப்பட்ட இந்த சட்டம், ஆதரவு நடவடிக்கைகளை ஊக்குவித்துள்ளது. 2016 இல் திருத்தங்களுக்குப் பிறகு, சட்டம் ஆதரவு நடவடிக்கைகளை வலுப்படுத்தியது.

ஜப்பானிய வசிப்பிடச் சான்றிதழ் உள்ள வெளிநாட்டினருக்கும் இந்தச் சட்டம் பொருந்தும்.

மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு எதிரான பாகுபாட்டை நீக்குவதற்கான சட்டம்

மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கு எதிரான பாகுபாட்டை நீக்குவதற்கான சட்டம், மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கு எதிரான நியாயமற்ற பாகுபாடு நடத்தைகளை நீக்குவதையும், நியாயமான தங்குமிடங்கள் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் சரிசெய்தல்களை வழங்குவதையும் விதிக்கிறது. இந்தச் சட்டம், மாற்றுத் திறன் உள்ளவர்களும் இல்லாதவர்களும் அனைவரும் பாதுகாப்பு உணர்வுடன் ஒன்றாக வாழக்கூடிய உள்ளடக்கிய சமூகத்தை உருவாக்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது.

உங்களுக்கு அல்லது உங்கள் குழந்தைக்கு வளர்ச்சி குறைபாடு காரணமாக பாகுபாடு செய்யப்பட்டதாக உணர்ந்தால், உங்கள் உள்ளூராட்சி அலுவலகத்தில் உள்ள தொடர்புடைய பிரிவை (உதாரணமாக, மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான நலன் பிரிவு) அணுகி ஆலோசனை பெறுங்கள். இது ஜப்பானிய வசிப்பிடச் சான்றிதழ் உள்ள வெளிநாட்டினருக்குத் திறந்திருக்கும்.

குறிப்பு: நியாயமான தங்குமிட வசதிகளை வழங்குதல்

மாற்றுத் திறன் இல்லாத நபர்கள் சமூக வாழ்க்கையில் உபகரணங்கள், சேவைகள், அல்லது சூழல்களைப் பயன்படுத்துவதில் அசௌகரியம் உணராமல் இருக்கலாம்; ஆனால் மாற்றுத் திறன்கள் உள்ள நபர்கள், தங்களின் செயல்பாடுகளை கட்டுப்படுத்தும் சிரமங்களை எதிர்கொள்ளக்கூடும். சிரமங்களை ஏற்படுத்தும் உபகரணங்கள் அல்லது சூழல்களில் சரிசெய்தல்கள் கோரப்பட்டால், அவை அதிகமான வளங்களைத் தேவையாக்காத வரையில், அந்தச் சரிசெய்தல்கள் (நியாயமான ஏற்பாடுகள்) வழங்கப்பட வேண்டும்.

உதாரணமாக, ஒலிகளுக்கு அதிக உணர்திறன் கொண்ட ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் குறைபாடு உள்ள ஒரு குழந்தைக்கு, சத்தமுள்ள வகுப்பறையில் மதிய உணவு உண்ணுவது கடினமாக இருக்கலாம். இந்த நிலையில், அந்தக் குழந்தை அமைதியான ஒரு அறையில் மதிய உணவை உண்ணலாம்.

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。

மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான சான்றிதழ்கள்

மாற்றுத் திறனாளர் சான்றிதழ் என்பது ஒருவரின் மாற்றுத் திறனை அதிகாரப்பூர்வமாக அங்கீகரிக்கும் ஒரு புத்தகச்சீட்டு (அட்டை) ஆகும்; மேலும் மாற்றுத் திறனின் வகை மற்றும் தீவிரத்தின் அடிப்படையில், பல்வேறு நலத்திட்ட சேவைகள் மற்றும் கொடுப்பனவுகளைப் பெறுவதற்கான அணுகலை வழங்குகிறது. ஜப்பானிய குடியிருப்பு சான்றிதழ் கொண்ட வெளிநாட்டவர்களையும் உட்படுத்தி, விண்ணப்பதாரர்களுக்கு உள்ளூராட்சி அலுவலகங்கள் இந்தச் சான்றிதழ்களை வழங்குகின்றன.

நன்மைகளுக்கான எடுத்துக்காட்டுகள்

- ✓ நலன்புரி சேவைகளை அணுகுவதற்கான எளிமைப்படுத்தப்பட்ட நடைமுறைகள்
- ✓ கொடுப்பனவுகள் (தொகை இயலாமை வகை மற்றும் தீவிரத்தைப் பொறுத்தது)
- ✓ மருத்துவச் செலவுகளுக்கு பகுதியளவு திருப்பிச் செலுத்துதல்
- ✓ வரி குறைப்புகள்
- ✓ ரயில், பேருந்து மற்றும் உள்நாட்டு விமானக் கட்டணங்களில் தள்ளுபடிகள்
- ✓ சுங்கச்சாவடிகளில் தள்ளுபடிகள்
- ✓ மற்ற பல வசதிகளும்

மாற்றுத் திறனின் வகை மற்றும் அதன் தீவிரத்தைப் பொறுத்து, கிடைக்கக்கூடிய சேவைகளும் அவற்றைப் பெறும் தகுதியும் மாறுபடும். மேலும் தகவலுக்கு, உங்கள் உள்ளூர் அரசாங்க அலுவலகத்தில் உள்ள நலன்புரி பிரிவைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

மாற்றுத் திறனாளர் சான்றிதழ்கள் மூன்று வகையாக உள்ளன: அறிவாற்றல் மாற்றுத் திறன் சான்றிதழ், மனநல மாற்றுத் திறன் சான்றிதழ், மற்றும் உடல் மாற்றுத் திறன் சான்றிதழ்.

● அறிவாற்றல் மாற்றுத் திறன் சான்றிதழ்

யார் தகுதியானவர்

- அறிவாற்றல் மாற்றுத் திறன் உள்ள நபர்கள்
- வளர்ச்சி குறைபாடுகளும் அறிவாற்றல் மாற்றுத் திறனும் இரண்டும் உள்ள நபர்கள்

எப்படி விண்ணப்பிப்பது

- குறைபாட்டின் தீவிரத்தை நிர்ணயிக்க, குழந்தை வழிகாட்டல் மையத்தில் மதிப்பீடுகள் மேற்கொள்ளப்படுகின்றன.
  (18 வயது அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவர்களுக்காக, அறிவாற்றல் மாற்றுத் திறன் உள்ள நபர்களுக்கான மறுவாழ்வு ஆலோசனை அலுவலகத்தில் மதிப்பீடுகள் மேற்கொள்ளப்படுகின்றன.)

குறிப்பு: ஒருவரின் அறிவாற்றல் மாற்றுத் திறனின் தீவிரம் காலப்போக்கில் மாறக்கூடியதால், ஒவ்வொரு மாகாணமும் நிர்ணயிக்கும் இடைவெளிகளின் அடிப்படையில் மீண்டும் மதிப்பீடு செய்யப்படுவது அவசியமாகிறது.

● 精神障害者保健福祉手帳

対象

– 下のような精神障害があって、生活に援助が必要な状態が続いている人
  - ・ 発達障害
  - ・ 統合失調症
  - ・ 薬物依存症
  - ・ 気分障害（うつ病、そううつ病/双極性障害 など）
  - ・ てんかん
  - ・ 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。

மனநல மாற்றுத் திறன் சான்றிதழ்

யார் தகுதியானவர்

- மனநல மாற்றுத் திறன் காரணமாக வாழ்வாதார ஆதரவு தேவையுள்ள நபர்கள், உதாரணமாக
  - ✧ வளர்ச்சி குறைபாடுகள்
  - ✧ மனநிலை குறைபாடுகள் (எ. கா., மனச்சோர்வு அல்லது இருமுனை குறைபாடு)
  - ✧ ஸ்கிசோஃப்ரேனியா/மனச்சிதைவு நோய்
  - ✧ கால்-கை வலிப்பு
  - ✧ போதைப் பழக்கம்
  - ✧ அதிக மூளை செயலிழப்பு
  - ✧ பிற மனநல குறைபாடுகள் (எ. கா. மன அழுத்தம் தொடர்பான குறைபாடுகள்)

எப்படி விண்ணப்பிப்பது

- உள்ளூராட்சி நல அலுவலகத்தில் விண்ணப்பிக்கவும்.
- பின்வரும் ஆவணங்களைத் தயாரிக்கவும்:
  1) விண்ணப்ப ஆவணம் (உள்ளூர் அரசாங்க அலுவலகத்தில் கிடைக்கும்)
  2) மருத்துவச் சான்றிதழ் (அல்லது பொருந்துமாயின், மாற்றுத் திறனாளர் ஓய்வூதியம் பெறுநர் சான்றிதழின் நகல்)
  3) விண்ணப்பதாரரின் புகைப்படம்

குறிப்பு: இந்தச் சான்றிதழ் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை புதுப்பிக்கப்பட வேண்டும். ஒவ்வொரு புதுப்பிப்பின்போதும் புதுப்பிக்கப்பட்ட மருத்துவச் சான்றிதழைச் சமர்ப்பிக்கவும்.

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に心がけたい、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. குழந்தைக்கு நாம் என்ன செய்ய முடியும்?

வளர்ச்சிக் குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கு, இயலாமையின் வகை மற்றும் தீவிரம், வயது மற்றும் ஆளுமை ஆகியவற்றைப் பொறுத்து வெவ்வேறு நிலைமைகள் இருக்கும்.

இந்தப் பகுதி, வளர்ச்சி குறைபாடு உள்ள நபர்களுடனும், அவர்களின் குடும்ப உறுப்பினர்களுடனும் மற்றும் அவர்களைச் சுற்றியுள்ள பிற நபர்களுடனும் தொடர்பு கொள்ளும் போது நினைவில் கொள்ள வேண்டிய சில முக்கிய அம்சங்களை விளக்குகிறது. இந்த பரிந்துரைகள் வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட நபர்களுக்கும் பொருந்தும்.

✓ அந்த நபர் செய்யக்கூடியவற்றிற்காக அவர்களைப் பாராட்டுங்கள்; செய்ய முடியாதவற்றிற்காக குற்றம் சாட்ட வேண்டாம்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்கள், பிறருக்கு எளிதாகத் தோன்றும் பணிகளிலும் சிரமம் அனுபவிக்கக்கூடும். அவர்களால் செய்ய முடியாததற்கு அவர்களைக் குறை கூறுவதைத் தவிர்க்கவும். வழிகாட்டுதலை வழங்கும்போது, முதலில் அவர்களின் நேர்மறையான குணங்களைப் பாராட்டுங்கள். பின்னர் அவர்கள் புரிந்துகொள்ளும் மொழியைப் பயன்படுத்தி, அவர்கள் எவ்வாறு மேம்படுத்தலாம் என்பது குறித்த குறிப்பிட்ட விளக்கங்களை வழங்கவும்.

✓ விளக்க காட்சித் தகவலைப் பயன்படுத்தவும்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள சில நபர்கள் வாய்மொழி விளக்கங்களைவிட காட்சி தகவல்களை சிறப்பாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள். வழிமுறைகளை விளக்க எளிய மொழியைப் பயன்படுத்தவும், படங்கள் மற்றும் வரைபடங்களைப் பயன்படுத்தவும். இந்த அணுகுமுறை ஜப்பானிய மொழியைக் கற்க உதவி தேவைப்படும் குழந்தைகளுக்கும் பயனளிக்கும்.

✓ விளக்கங்கள் மற்றும் வழிமுறைகளை குறிப்பிட்ட, குறுகிய மற்றும் தொடர்ச்சியானதாக ஆக்குங்கள்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள பல நபர்கள் புரியாத அல்லது நுணுக்கமான (அப்ஸ்ட்ராக்ட்) மொழியைப் புரிந்து கொள்வதில் திறமை குறைவாக இருக்கிறார்கள். நீங்கள் எதையாவது வாய்மொழியாக விளக்கும்போது, அதை குறுகிய, உறுதியான படிகளாகப் பிரித்து, அவற்றை வரிசையாக முன்வைக்கவும்.

✓ பாதுகாப்பான சூழலை உருவாக்குங்கள்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள பல நபர்கள் ஒலிகள், தொடு உணர்வுகள் (உருக்கள்), சுவைகள், மணங்கள், மற்றும் ஒளி ஆகியவற்றிற்கு அதிக உணர்திறன் கொண்டவர்களாக இருக்கிறார்கள். அசௌகரியத்தைக் குறைப்பதற்கான சரிசெய்தல்கள் ஒரு பாதுகாப்பான சூழலை உருவாக்குகின்றன.

✓ விதிகளை எளிமையான முறையில் தெளிவாக விளக்குங்கள்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கு சமூக விதிகள் தெரியாமல் இருக்கலாம். அவர்களுக்கு ஒரு விதி தெரியாதபோது, புரிந்துகொள்ள எளிதான மொழி மற்றும் நேர்மறையான அணுகுமுறையைப் பயன்படுத்தி அதை விளக்குங்கள். என்ன செய்ய வேண்டும் என்பது குறித்து குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை கொடுங்கள். உதாரணமாக, “ஓடாதே!” என்று சொல்வதற்குப் பதிலாக, “நாம் நடைபாதையில் நடக்க வேண்டும்” என்று கூறுங்கள்.

✓ கவனம் செலுத்த உதவும் சூழலை உருவாக்குங்கள்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள சில நபர்கள் ஒரு விஷயத்தில் நீண்ட நேரம் கவனம் செலுத்துவதில் சிரமம் அனுபவிக்கிறார்கள். பணிகளைச் சுருக்கமாகவும் நிர்வகிக்கக்கூடியதாகவும் வைத்திருங்கள். ஒரே நேரத்தில் இரண்டு விஷயங்களில் வேலை செய்வதிலும் அவர்களுக்கு சிரமம் இருக்கலாம். ஒரு நேரத்தில் ஒரு பணியை வழங்குங்கள், பின்னர் அடுத்த பணிக்குச் செல்லுங்கள்.

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、新しくて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. தகவல்களைச் சேகரித்தல்

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் பற்றிய

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையம்

இந்த மையம் வளர்ச்சி குறைபாடுகள் குறித்த அடிப்படை தகவல்கள், அவற்றின் தன்மைகள் மற்றும் ஆதரவு வழங்கும் முறைகள், சமூக ஆதரவு அமைப்புகள், ஜப்பானின் முயற்சிகள், மற்றும் உலகளாவிய போக்குகள் உள்ளிட்ட புதுப்பிக்கப்பட்ட, நம்பகமான தகவல்களை விரிவாக வழங்குகிறது.
https://www.rehab.go.jp/ddis/ (ஜப்பானிய மொழியில்)

வளர்ச்சி குறைபாடு நேவி போர்டல்

நாடு முழுவதும் உள்ள வளர்ச்சி குறைபாடுகள் கொண்ட நபர்கள், அவர்களின் குடும்பங்கள் மற்றும் ஆதரவாளர்கள், மேலும் பல்வேறு ஆதரவு அமைப்புகளில் பணியாற்றுபவர்களுக்காக நம்பகமான தகவல்களை வழங்கும் தேசிய இணையதளம்.
இந்த இணையதளம், மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான தேசிய மீளுருவாக்க மையம் (வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையம்) மற்றும் சிறப்பு தேவைகள் கல்விக்கான தேசிய நிறுவனம் (வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான கல்வி தகவல் மையம்) ஆகியவற்றால் இணைந்து இயக்கப்படுகிறது; மேலும் சுகாதாரம், தொழில் மற்றும் நல அமைச்சகம் மற்றும் கல்வி, கலாசாரம், விளையாட்டு, அறிவியல் மற்றும் தொழில்நுட்ப அமைச்சகம் ஆகிய அமைச்சகங்களின் ஒத்துழைப்புடன் செயல்படுகிறது.
https://hattatsu.go.jp/ (மொழி தாவலில் ஆங்கிலத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்)

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான கல்வி தகவல் மையம்

அவர்களின் இணையதளம், வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகளை ஆதரித்து கற்பிப்பதற்கான வளங்கள், ஆராய்ச்சி தகவல்கள், கற்பித்தல் பொருட்கள், மற்றும் உதவி சாதனங்கள் ஆகியவற்றை வழங்குகிறது. மேலும், பள்ளி ஆசிரியர்கள் வழங்கும் பயிற்சி மற்றும் விரிவுரை காணொளிகள், மற்றும் தேசிய கொள்கைகள் மற்றும் விதிமுறைகள் குறித்த தகவல்களையும் இது கொண்டுள்ளது.
http://icedd_new.nise.go.jp/ (ஜப்பானிய மொழியில்)

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

பள்ளிக் கல்வி பற்றிய தகவல்கள்
(கல்வி, கலாச்சாரம், விளையாட்டு, அறிவியல் மற்றும் தொழில்நுட்ப அமைச்சகம்; MEXT)

● திரும்பிவந்த குழந்தைகள் மற்றும் வெளிநாட்டு குழந்தைகளுக்கான கல்வி தகவல்கள்

வெளிநாடுகளில் இருந்து திரும்பிய ஜப்பானிய மாணவர்களுக்கும், வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட மாணவர்களுக்கும் தேவையான தகவல்களை வழங்கும் ஒரு இணையதளம்.

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/003.htm

(ஜப்பானிய மொழியில்)

● CASTA-NET/காஸ்டா-நெட்

வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட மாணவர்களுக்கான கற்றல் ஆதரவு தொடர்பான தகவல்களை வழங்கும் ஒரு தகவல் தளம்.

https://casta-net.mext.go.jp/ (ஜப்பானிய மொழியில்)

● கல்விக்கான பன்மொழி ஆதரவு திட்டம் (MUSE)

வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட குழந்தைகளின் பள்ளி மற்றும் குடும்பங்களை இணைக்க உதவும், பல்மொழி ஆவண எழுதுதல் ஆதரவு இணையதளம்.

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

(ஜப்பானிய மொழியில்)

அன்றாட வாழ்க்கைக்கான தகவல்

● வெளிநாட்டினருக்கான தினசரி வாழ்க்கை ஆதரவு போர்டல்

ஜப்பானில் வாழ்க்கைக்கு உதவும் தகவல்களை, உள்ளூர் ஆலோசனை அமைப்புகள் குறித்த தகவல்களுடன் சேர்த்து வழங்கும் ஒரு இணையதளம்.

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

(மொழி தாவலில் ஆங்கிலத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்)

● பன்முக கலாச்சார சகவாழ்வு கருவி நூலகம் (சர்வதேச உறவுகளுக்கான உள்ளூர் அதிகாரிகளின் கவுன்சில்; CLAIR)

வெளிநாட்டவர்களுக்கு ஆதரவு வழங்கவும், பன்முக கலாச்சார இணை வாழ்வை ஊக்குவிக்கவும் பயன்படும் வளங்களைத் தேடி பதிவிறக்கம் செய்யக்கூடிய ஒரு இணையதளம்.

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

(ஜப்பானிய மொழியில்)

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。

வெளிநாட்டு மொழிகளில் ஆலோசனை

வெளிநாட்டில் வசிப்பவர்களுக்கு பல்வேறு தொலைபேசி ஆலோசனை சேவைகள் கிடைக்கின்றன. வளர்ச்சி குறைபாடுகள் தொடர்பான ஆலோசனைகளில் சிறப்பு நிபுணத்துவம் இல்லாவிட்டாலும், மொழிபெயர்ப்பு சேவைகள் குறித்தும், நீங்கள் அல்லது உங்கள் குழந்தை தங்களின் முதல் (தாய்மொழி) மொழியில் மருத்துவரை சந்திக்கக்கூடிய மருத்துவ நிறுவனங்கள் குறித்தும் அவர்கள் ஆலோசனை வழங்க முடியும்.

● AMDA சர்வதேச மருத்துவ தகவல் மையம்

இந்த தொலைபேசி தகவல் மற்றும் ஆலோசனை சேவை, மருத்துவம் மற்றும் நல அமைப்புகள் குறித்த தகவல்களையும், உங்கள் தாய்மொழியில் மருத்துவரை சந்திக்கக்கூடிய அமைப்புகள் பற்றிய தகவல்களையும் வழங்குகிறது. ஆபரேட்டர் எளிமையான, புரிந்துகொள்ளக்கூடிய ஜப்பானிய மொழியைப் பேசுகிறார்.

டோக்கியோ அலுவலகம் (திங்கள் வெள்ளி, 10:00 15:00)
தொலைபேசி: 03 6233 9266
https://www.amdamedicalcenter.com/activities

● வளர்ச்சி குறைபாடுகளுக்கான மருத்துவ நிறுவனங்கள் (மொழிபெயர்ப்பு சேவைகளுடன்)

சில மருத்துவமனைகள் மற்றும் ஆலோசனை நிறுவனங்கள் வெளிநாட்டு மொழிகளைப் பேசும் அல்லது மொழிபெயர்ப்பு செயலியைப் பயன்படுத்தும் ஊழியர்களைக் கொண்டுள்ளன. சில உள்ளூர் அரசாங்கங்கள் மொழிபெயர்ப்பாளர் அனுப்புதல் சேவைகளை வழங்குகின்றன.
https://hattatsu.go.jp/special/pamphlet-for-foreign-parents/
(மொழி தாவலில் ஆங்கிலத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்)

மேலே பட்டியலிடப்படாத மருத்துவ நிறுவனங்களும் ஆலோசனை அல்லது பரிசோதனைகளை வழங்கக்கூடியவை என்பதால், தயவு செய்து ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாக விசாரிக்கவும்.

● ஹோதெராசு (ஜப்பான் சட்ட ஆதரவு மையம்)

ஹோதெராசு ஒரு பல்மொழி தகவல் சேவையை வழங்குகிறது. இதில், ஜப்பானின் சட்ட அமைப்பு, வழக்கறிஞர் சங்கங்கள், மற்றும் பிற தொடர்புடைய அமைப்புகள் குறித்து வெளிநாட்டு மொழிகளில் தகவல்களைப் பெற முடியும்.
https://www.houterasu.or.jp/site/foreign-nationals/

மொழிபெயர்ப்பு செயலி

● VoiceTra (பன்மொழி குரல் மொழிபெயர்ப்பு செயலி)

இது 31 மொழிகளுக்கான ஜப்பானிய பேச்சு மொழிபெயர்ப்பு பயன்பாடாகும் [தேசிய தகவல் மற்றும் தொடர்பு தொழில்நுட்ப நிறுவனத்தால் (NICT) உருவாக்கப்பட்டது]. இலவசமாகக் கிடைக்கும்.
https://voicetra.nict.go.jp/en/index.html

குறிப்பு: சில மொழிபெயர்ப்பு பயன்பாடுகள் இலவசமாகக் கிடைக்கின்றன. உங்கள் தேவைகளுக்கு மிகவும் பொருத்தமான ஒன்றைத் தேடிப் பயன்படுத்தவும்.

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　髙橋　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）

பல்வேறு நாட்டுப் பின்னணியைக் கொண்ட குழந்தைகள் மற்றும் இளம் வயதினர்கள் மற்றும் அவர்களின் குடும்பங்களுக்கான சிற்றேடு

என்ன செய்வதென்று தெரியாதபோது

ஜனவரி 2026 இதழ்

தலையங்க — மேற்பார்வையாளர் ஒசாமு தகாஹாஷி, வாரியத் தலைவர், டொயோட்டா நகராட்சி சமூக நலக் கழகம்

தொகுப்பாளர் மற்றும் தயாரிப்பாளர் — வளர்ச்சி குறைபாடுகள் தொடர்பான தகவல் பகுப்பாய்வு மாநாட்டின் பணிக்குழு (வெளிநாட்டு பின்னணியைக் கொண்ட வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகளுக்கான ஆதரவு தகவல் வழங்கல்)

பதிப்பாளர் — வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையம்,
திட்டமிடல் மற்றும் தகவல் துறை, மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான தேசிய மறுவாழ்வு மையம்
4-1 நமிகி, தோகோரோசாவா-ஷி, சைதாமா 359-8555, ஜப்பான்
https://www.rehab.go.jp/ddis/

வடிவமைப்பு மற்றும் விளக்கம் கு குசுஹாரா

வடிவமைப்பு ஒத்துழைப்பு எளிய தொடர்பு சங்கம் (பொது இணைக்கப்பட்ட சங்கம்)

இந்தச் சிற்றேட்டின் வடிவமைப்பு மற்றும் விளக்கப்படங்கள் கீழ்க்கண்ட நிதியுதவியால் மேற்கொள்ளப்பட்டவை:
ஹெல்த் லேபர் சயின்ஸ் பப்ளிக் அட்மினிஸ்ட்ரேஷன் ரிசர்ச் ப்ராஜெக்ட் கிராண்ட், *ஷோகைஷா சோகோ ஹுகுஷிஹோ-நோ தைஷோ ஹனி-நோ கென்தோ தோ ஷோகாய் ஹுகுஷி கெய்காகு-நோ சகுசீ-நி முகேதா டெட்டா ரிகாட்சுயோ-நோ ஷுஹோ-நோ ககுரிட்சு-நி கன்சுரு கென்கியு* (மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான முழுமையான ஆதரவு சட்டத்தின் பொருந்தும் வரம்பை ஆய்வு செய்வதும், மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான நலத் திட்டங்களுக்கு தரவுகளைப் பயன்படுத்தும் முறைகளை உருவாக்குவதையும் குறித்த ஆய்வு; முதன்மை ஆய்வாளர்; குமிகோ இமாஹாஷி)

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/

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

[இந்தச் சிற்றேட்டை பயன்படுத்துவதற்கான வழிகாட்டுதல்]
இந்தச் சிற்றேட்டை நீங்கள் சுதந்திரமாக அச்சிட்டு விநியோகிக்கலாம்.
இருப்பினும், வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையத்தின் அனுமதியின்றி நீங்கள் சிற்றேட்டை மாற்ற முடியாது.

பதிப்பாளர்: வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களுக்கான தகவல் மற்றும் ஆதரவு மையம், துறை திட்டமிடல் மற்றும் தகவல் துறை, மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான தேசிய மறுவாழ்வு மையம்
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