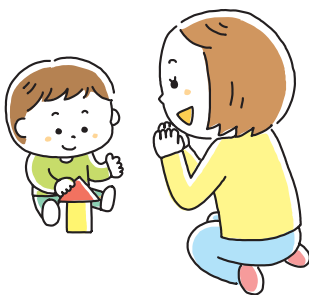


さまざまな支援制度を 活用しよう

お子さんの発達に不安を感じている方は、
一人で抱え込まずに相談窓口を利用してみてはいかがでしょうか。気軽にご利用ください。

1 子供のようすを見守る

日頃から子供の行動や反応にできるだけ注意を払い、発達障害の兆候を見逃さないようにしましょう。乳幼児期の発達のスピードは人によって異なるため一概には言えませんが、視線が合いづらい、呼びかけても反応が薄い、1歳半を過ぎても言葉が出てこないといった場合は注意が必要です。



2 相談窓口問い合わせる

気になる行動や困りごとが見つかった場合は、まずは行政の支援窓口にご相談することをおすすめします。少しでも気になった段階で相談することが発達障害の早期発見、早期支援につながります。



3 必要な支援機関の情報を入手

お子さんの現在の発達状況や、気になっていることを相談窓口で伝え、相談員がそれぞれの発達段階や特性に合った支援機関を紹介してくれます。

保健・
医療系

福祉系

教育系

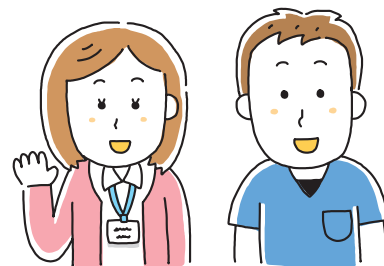
発達障害の診断や対応が可能な医療機関や、リハビリや医療ケアなどを行う支援機関を紹介します。

日常生活における基本的な動作や知識、集団生活への適応のための支援などを行う支援機関を紹介します。

特別支援学級や通級による指導といった「教育の場選び」など、教育相談ができる支援機関を紹介します。

4 各支援機関に相談

利用したい支援機関が決まったら、次に申請に必要な書類や手続きについての詳しい説明が行われます。東京都には子供の発達状況や家庭環境などに応じた、さまざまな支援制度が用意されています。支援を受けるかどうか迷っている人もまずは気軽に相談してみてください。



CLICK P15

東京都では発達障害のある子供の年齢や成長段階に応じた、さまざまな支援を切れ目なく行っています。幼児期はもちろんのこと、就学後は学校や関係機関と連携しながら学習と生活両面への支援、成人になってからは就業・自立のための支援などが用意されています。

* 支援の対象年齢や支援内容は区市町村によって一部異なることがあります。

乳幼児期

保育園や幼稚園に入園する前のお子さんの発達や健康について「少し気になる」「これでよいのかな」と感じやすい時期です。この時期には、自治体の「保健センター」や「子供家庭支援センター」の保健師さんをはじめとした専門職が、育児の悩みに寄り添いながら相談に応じる体制があります。



保育園・幼稚園

集団生活が始まると、成長や就学について考える機会も増えていきます。この時期には、保育園や幼稚園、地域の支援機関などが日々のようすをふまえながら、保護者と一緒に子供の育ちについて考えてくれます。必要に応じて就学相談など、次の段階の支援へとつながる体制も整っています。



小学校

小学校では、学習や学校生活についての悩みが少しずつ具体的になることがあります。学校には、子供の特性や状況に配慮しながら指導する体制があり、特別支援学級や通級による指導もあります。また、学校の外でも「放課後等デイサービス」などの支援を利用することができます。



中学校

中学校でも、小学校から続く相談や支援の体制は引き継がれています。進路や受験など、新たな不安が出てくる時期ですが、状況に応じてICT機器の使用など、学び方や環境について配慮を受けられる仕組みがあります。高校受験を目指す発達障害のある生徒の場合、別室受験や記号選択式での受験など、個別の配慮が用意されることもあります。



高等学校

高校進学後も、状況に応じた学習や生活の相談支援は続きます。都立高校では通級による指導があり、支援が必要な生徒が在籍している都立高校で、在籍校の先生と専門的な知識やノウハウのある支援員によるチームティーチング形式などの指導が受けられます。



成人

公的支援は成人後も、途切れることなく続いています。18歳以降は就労や自立への支援が中心となり、障害者就労支援センターなどが相談の拠点となります。仕事や生活の不安に寄り添い、相談を受け止める体制があり、ライフステージに応じた支援へとつながっていきます。



支援機関によるサポート

東京都では心身に障害のある子供と、その家族をサポートするための支援機関や相談窓口が数多く設置されています。ここではその中から、発達障害に関する悩みや困りごとの相談に対応し、適切な支援につなげてくれる機関をピックアップしてご紹介します。

主な支援の種類



保健・医療系



福祉系



教育系

東京都発達障害者 支援センター (こどもTOSCA)



東京都在住の18歳未満の発達障害のある子供、あるいは発達障害が疑われる子供と、その家族への支援を行う施設で、生活全般の悩み、人との関わり方、学校生活の不安など、子供の発達にまつわるさまざまな相談を受け付けます。「こういう相談はどこにすればよい?」といった質問にも対応していて、来所相談だけでなく電話やオンライン相談も可能です。

CLICK **P19**

こんな相談があります

医療機関をはじめ専門機関について、
情報を知りたい。

強いこだわり、かんしゃくがあり、
対応に困っている。

子供について学校などの理解が得られず、
どのように伝えるのがよいか相談したい。

など

東京都発達障害者 支援センター (おとなTOSCA)



東京都在住の18歳以上の発達障害のある方や、そのご家族などを対象に、日常生活や就労に関するさまざまな困りごとについて相談できます。

CLICK **P19**

各自治体の 所轄部門



区市町村の役所内に設置されている子供支援部署（こども家庭課、障害保健福祉課など）や教育委員会でも、子育て全般についての悩み相談やサポートを行います。子育てに関する相談だけでなく、発達障害についての相談や、通所支援や福祉サービスを利用する際の申請相談も受け付けています。

保健センター



区市町村の保健センターでは、主に乳幼児の発達に関する相談を受け付けています。集団健診の際に保健師や医師に相談することもできますが、予約すれば個別の相談も可能です。より専門的な支援を希望する場合は、必要に応じて「発達障害者支援センター」や各種医療機関などの紹介も行います。

こんな相談があります

1歳半になるのにまだ歩かないので心配。

言葉が増えない。会話が成立しなくて
どうしたらよいかわからない。

偏食が激しく、こだわりが強くて困っている。

叱ることが増えて育児が辛い。
子供とどう向き合えばよいかわからない。

友達に対してすぐ手が出てしまい、
けんかになってしまう。

など

子供家庭 支援センター



自治体ごとに運営している支援機関で、地域内に住む18歳未満の子供とその家族を対象にさまざまな相談・支援を行っています。発達障害の子供のケアについての相談も受け付けていて、相談内容に応じた専門機関やサービスを紹介するとともに、申請方法などの情報提供も行います。

CLICK

子供家庭支援センター
(東京都福祉局)



障害児相談 支援事業所



発達障害を含む、障害のある子供やその家族が抱える困りごとや悩みの相談にのってくれるのが障害児相談支援事業所です。子供の状況や環境に合った支援やサービスを提案するだけでなく、サービス利用のための計画案を作成したり、関係機関との連絡・調整などの業務を行います。

放課後等 デイサービス事業所



学校（幼稚園及び大学を除く）または専修学校などに就学している障害のある子供に対し、個々の障害の状態や発達の状況、障害の特性などを踏まえ、一人ひとりに合わせた本人への発達支援を行うほか、家族への支援を行います。



児童発達 支援事業所



主に就学前の障害のある子供またはその可能性のある子供に対し、個々の障害の状態や発達の状況、障害の特性などを踏まえ、一人ひとりに合わせた本人への発達支援を行うほか、家族への支援を行います。

児童発達 支援センター



地域の障害児支援の中核的役割を担う機関として、どのような子供でも幅広く受け入れるほか、高度な専門性に基づく発達支援・家族支援が必要な障害のある子供や家族にも適切な支援を提供します。また、地域の障害児通所支援事業所の支援の質を高めるため、支援内容などの助言・援助を行います。

こんな相談があります

周りの子供と比べて言葉が遅くて心配。

落ち着きがなくじっとしてられない。
気になるものがあると衝動的に動くため
危険で困っている。

園から、「一斉指示が聞けない」
「集団活動に参加できない」と
言われてしまった。

など

東京都教育 相談センター



教育相談センターでは、発達障害のある子供に多い“二次障害”（ひきこもり、うつ症状など）に関する相談や、就学相談、進路相談などを来所面接、電話、メールなどで受け付けています。当事者や保護者だけでなく、教職員からの相談にも対応しています。

地域活動 支援センター



地域で暮らす障害者（発達障害を含む）に生産活動（シール貼り、パン作りなど簡単な作業）や創作活動（手芸・工芸・絵画など）を通じて自立の機会を提供する施設です。

障害者就労 支援センター



障害者の自立を後押しするため、雇用、保健、福祉、教育などの支援機関と連携しながら就業・生活面におけるサポートを行う施設です。東京都から事業を委託された法人によって運営されています。具体的には就職活動に関する支援や、職業訓練、職場実習の斡旋などを行います。



一人で悩まない子育て



保護者向け支援プログラム

発達障害のある子供の保護者は、一人で不安を抱えて孤立しがちです。そうした状況に陥るのを未然に防ぐには、同じ悩みを持つ保護者たちが積極的に交流し、子育てについての情報を共有することが大切になります。自治体のなかには、発達障害のある子供との接し方を学べ、保護者同士の交流も楽しめる「ペアレント・プログラム」、

「ペアレント・トレーニング」といった体験型講座を無料で開催しているところもあります。

お子さんの特性を理解する

ペアレント・プログラム

発達障害の特性のある子供が「なぜその行動に走るのか?」を、それぞれの性格ではなく、行動の背景にある意味から理解し、子供との肯定的な接し方を学びます。

具体的な接し方を身に付ける

ペアレント・トレーニング

ペアレント・プログラムで身に付けた観察力をもとに、子供との関わり方（褒め方、指示の出し方、問題行動への対処方法）を習得し、それを実践することで子供の行動をよい方向へと導きます。

同じ悩みを経験した頼れる先輩

ペアレント・メンターによる相談会

ペアレント・メンターとは発達障害の子育てを自ら経験し、かつ相談支援に関するトレーニングを受けた人のことで、相談会や茶話会などを通じて保護者たちへの支援活動を行っています。相談会への参加希望者は各自治体の窓口などを通じて開催情報を得ることが可能です。

\\ 身近にもある //

保護者同士の交流の場

近年、発達障害の子を持つ親同士の交流を深めるための「保護者交流会」や、子供と親たちが五感を使って一緒に楽しめる「自然遊び」「親子遊び」「感覚運動遊び」といったイベントを開催しているところが増えています。同じ立場にある親同士なら、普段誰にも言えない悩みも相談でき、共感しあえる仲間が見つければ孤独を感じることもなくなるはず。とにかく一人で悩まずに、誰かとつながることを考えましょう。

各種 相談窓口

Information

発達障害の診断の有無にかかわらず、
お子さんを育てる中で困りごとや
不安を感じたときは、一人で悩まずに、
以下の窓口にご相談してみましよう。



◎ 東京都発達障害者支援センター (こどもTOSCA)

東京都が設置する発達障害のある18歳未満のお子さんとそのご家族のための相談拠点です。専門職が話を聞きながら困りごとを整理し、学校や支援機関など地域の関係先と連携し、必要な支援につなげます。

☎ 03-6413-0231



CLICK

東京都発達障害者支援センター
(こどもTOSCA)

◎ 東京都発達障害者支援センター (おとなTOSCA)

東京都が設置する18歳以上の方とそのご家族のための相談拠点です。成人期になって発達特性による困りごとが表れる場合も含め、専門職が状況を整理し、生活や仕事に関する支援や地域の関係機関につなげます。

☎ 03-5579-8207

CLICK

東京都発達障害者支援センター
(おとなTOSCA)

◎ 東京都立小児総合医療センター こころの電話相談室

子供の行動面や心についての気がかり、病院受診への迷いなどについて、心理職が相談に応じています。

☎ 042-312-8119 (相談専用)

◎ こころのLINE相談 (精神保健福祉相談)

精神疾患や障害に関するさまざまなこころの悩みに専門の相談員がLINEで対応します。

CLICK

こころのLINE相談
(精神保健福祉相談)
(東京都福祉局)

◎ 東京都心身障害者福祉センター

法に基づく知的障害者更生相談所及び身体障害者更生相談所として、愛の手帳及び身体障害者手帳の交付や、東京都重度心身障害者手当の認定・支給などを行っています。

☎ 03-3235-2946 (代表)

CLICK

東京都心身障害者福祉センター
(東京都福祉局)

◎ 都立(総合)精神保健福祉センター

都内には3か所の精神保健福祉センターがあり、精神的な悩みへの相談、精神障害者の社会復帰、思春期・青年期の発達障害者向けのデイケアプログラムなどを実施しています。

東京都立精神保健福祉センター ☎ 03-3844-2212

多摩総合精神保健福祉センター ☎ 042-371-5560

中部総合精神保健福祉センター ☎ 03-3302-7711

(いずれも相談専用)

CLICK

福祉局事業所一覧
(東京都福祉局)

◎ 東京都教育相談センター

高校生相当の年齢段階までの子供やその保護者、学校関係者からの、学校教育や子育てに関する悩みや不安などの相談・問合せに、専門の相談員が電話で応じています。希望により来所による相談にも対応しています。相談内容により問合せ先が異なりますので、詳しくはホームページをご覧ください。

CLICK

東京都教育相談センター

◎ 4152（よいこに）電話相談

相談者は匿名で、18歳未満の子供に関するあらゆる相談が可能です。聴覚言語障害者用のFAX相談も可能です。

☎ 03-3366-4152

CLICK

4152電話相談
(東京都福祉局)

◎ 子供の健康相談室（小児救急相談）

子供の病気やけがで、救急車を呼ぶべきかどうかわからないなど、子供の健康と救急に関する相談に応じます。

☎ #8000 または 03-5285-8898

CLICK

子供の健康相談室
(小児救急相談)
(東京都福祉局)

◎ 児童相談センター・児童相談所

原則18歳未満の子供に関し、専門の相談員が応じます。

☎ フリーダイヤル 0120-189-783

(お近くの児童相談所につながります。)

CLICK

東京都児童相談所一覧
(東京都福祉局)

◎ 区市町村の保健所・保健センター

保健師、栄養士、歯科衛生士などの専門家が、子供の発育や気になるようすなどをはじめ、家族のあらゆる健康相談に答えます。

CLICK

保健所・保健センター
(東京都保健医療局)

◎ 当事者団体・家族会など

発達障害当事者や家族の方々は、それぞれの地域で集まりを持って、同じような悩みや困りごとを抱える仲間同士の支え合いをしています。詳細については、当事者団体・家族会に直接お問い合わせください。

CLICK

発達障害者支援ハンドブック
相談・支援機関一覧
(東京都福祉局)

◎ 各医療機関

お子さんが急に体調を崩したときや、歯科や耳鼻科、眼科などを受診する必要が出たときに備えて、安心して通える医療機関を探しておきましょう。

CLICK

発達障害者支援ハンドブック
発達障害者医療機関リスト
(東京都福祉局)

◎ 各自治体の相談窓口

ご本人やご家族など、育児に関するさまざまなご相談を受け付けています。お住まいの自治体に、直接お問い合わせください。

CLICK

発達障害支援機関一覧
(東京都福祉局)