

自閉症スペクトラム障害(ASD)を知ろう！

～かけがえのない我が子。そのまま、「自分らしく」安心して暮らせるまちを目指して～

①自閉症スペクトラム障害とは？

脳の機能不全による障がいで、以下のような特徴があります。

- **「社会性」と「コミュニケーション」**
 - ・人への関心が薄く、関わり方に偏りがある
 - ・言葉、表情、身振りが伝わりにくい
- **「こだわり」と「感覚過敏」**
 - ・同じことの繰り返し
 - ・独特な五感刺激への反応



②氷山モデル



- 「分かりません。困っています。」
「助けて、手を貸してください。」のサイン
- ・落ち着きがない
 - ・かんしゃくを起こす
 - ・新しい場所や人を嫌がる
 - ・何回言っても通じない など

③対処方法

- **発達の特徴は…**
一人ひとりの子どもに合う関わりや環境により、成長とともに特徴や現れ方が変化していく。
- **関わり**
 - ・「できること・得意なこと」「苦手なこと・助けを必要としていること」など、特徴を理解する。
 - ・子どもの「いいところ」を伸ばす。
 - ・「認められた・できた」の体験を積み重ねて自己肯定感を高めていく。

そのためには周囲との関わりがとても大切
地域のみんなで育てていきましょう！

- *暮らしやすい環境を作り、子どもの適応力を育てることで困難を軽くする。
- *自分で **見て** ⇒ **判断** ⇒ **行動** できる自立へサポートする。

- ① **見て覚える、見てははっきり分かったら自分でできる**
聞くよりも、目から入る情報（トイレマーク、道路標識など）が理解しやすい。「危ない」「早く」などの抽象的な言葉は通じにくい。など
- ② **周りの状況を見て判断することが苦手**
スポットライトのように部分的に注目し、物事の全体を捉えにくい。注意が集中し過ぎ、または散漫になる。優先順位を決めて、順序立てて準備するのが苦手。など
- ③ **パターンへのこだわり、自由に遊ぶことが苦手**
覚えたことを別の場面で応用や工夫ができない。いつもと同じで予定変更が苦手なため混乱する。好きな事への興味・関心が強い。行動をいつ始めるか、どれくらい続けたいのか、いつ終わったらいいのかが分からない。など
- ④ **五感に対して過敏、または鈍感さがある**
音、味、触り心地、光、におい、揺れなど五感に対して過度に好き、苦手、とても嫌な感覚がある。（耳ふさぎ、風が痛いなど）
- ⑤ **同じ年齢の友達付き合いが苦手、自分優先**
自分やほかの人の考え、気持ちが分かりにくい。視線や表情で人の気持ちを読むことが苦手。など

参考：朝日文化事業団『自閉症の人が見ている世界』

冬の感染症を予防しましょう！



予防のポイント

- ① **手を洗いましょう**
外出後や食事前には丁寧に手を洗いましょう
- ② **せきエチケットを守りましょう**
せき・くしゃみの症状がある時はマスクをしましょう
そのほかには・・・
 - ・流行期にはできるだけ**人ごみに近づかない**
 - ・外出時は、**マスク**をする
 - ・手洗いと併せて、**うがい**をしましょう
 - ・**予防接種**を受ける（12月ころまでに受けましょう）
 - ・**栄養と睡眠**を十分とり、抵抗力を高める

感染性胃腸炎（主にノロウイルス）

感染経路 接触感染、飛沫感染
潜伏期間 1日～2日程度
主な症状 吐き気、おう吐、下痢（複数回）、腹痛、発熱など

インフルエンザ

感染経路 接触感染、飛沫感染
潜伏期間 1日～2日。最大1週間程度
主な症状 突然の高熱、寒気、関節痛、腹痛、おう吐など

接触感染

ウイルスが付着したドアノブや蛇口などを触った手から、食べ物や口、鼻を介して感染します。



※イメージ

飛沫感染

感染した人がせきやくしゃみをする事で、ウイルスを含む飛沫が飛散し、これを健康な人が鼻や口から吸い込み感染します。



ウイルスが飛ぶ距離
1～2m

手洗いの方法 外出後や食事前には丁寧に手を洗いましょう。



問 保健センター ☎364-4786