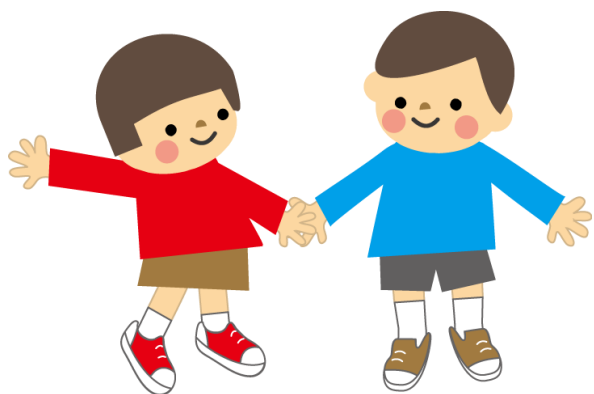


サポートブック

たかやまっ子

成長のあしあと



なまえ



住 所



生年月日

年

月

日生まれ



高山市

はじめに・・・



高山市は、障がいがあってもなくても、共に遊び、学び、働くことができる共生社会、誰もが安全に安心して快適に過ごすことができるまちの実現を目指しています。

このサポートブック“たかやまっ子 成長のあしあと”は、高山市に生まれ育つ全ての子どもへの途切れのない支援を目指して作成しました。

“途切れのない支援”とは、子どもの成長を願って“途切れのない対話”を紡いでいくことです。サポートブックの活用を通して子どもたちが健やかに育まれるよう、保護者や支援者との信頼関係やお子さんに合った支援が、成長とともに丁寧に引き継がれていくことを願っています。

子育ての中で、お子さんのちょっと気になる様子や、好きな食べ物、遊び、友だち、苦手なことなど、いろいろなことを書き留めておいてください。折にふれてお子さんの成長の道のりを見せてあげてください。

ずっと書き留めておくことで、保育園（幼稚園）、学校、卒業後の進路など、途切れのない支援を受けたり、支援内容を共に考えるときの大切な記録“あしあと”となります。

サポートブック“たかやまっ子 成長のあしあと”は、いろいろな記録を付け足しながら使い続けていただくものです。必要なときにすぐに取り出せるところに大切に保管いただくとともに、お子さんの健やかな成長のために、末長くご活用ください。



もくじ



“たかやまっ子成長のあしあと” 利用の仕方	1
ライフステージごとの支援	2
発達をめやす	3
お子さんの成長の記録	4
4か月頃の様子	5
1歳6か月頃の様子	7
3歳頃の様子	9
成長の記録 年少時：3～4歳	11
成長の記録 年中時：4～5歳	12
成長の記録 年長時：5～6歳	13
身体の問題の特徴と理解（小学校）	14
心の健康問題の特徴と理解（小学校）	15
就学時健康診断の記録	17
成長の記録 小学校1年生：6～7歳	18
成長の記録 小学校2年生：7～8歳	19
成長の記録 小学校3年生：8～9歳	20
成長の記録 小学校4年生：9～10歳	21
成長の記録 小学校5年生：10～11歳	22
成長の記録 小学校6年生：11～12歳	23
身体の問題の特徴と理解（中学校）	24
心の健康問題の特徴と理解（中学校）	25
成長の記録 中学校1年生：12～13歳	26
成長の記録 中学校2年生：13～14歳	27
成長の記録 中学校3年生：14～15歳	28
身体と心の健康問題の特徴と理解（高等学校）	29
成長の記録 高校1年生：15～16歳	30
成長の記録 高校2年生：16～17歳	31
成長の記録 高校3年生：17～18歳	32
成長の記録 19歳	33
成長の記録 20歳	34
病院受診や入院の記録	35
相談の記録	36
これから先のページは、必要のある方のみご利用ください	37
手帳などの記録	38
実習・就労の記録	39
就労の情報	40
サポートカード①	41
サポートカード②	42
サポートカード③	43
親の願い 親なき後を考えて・・・	44
権利を守る制度	45
参考資料 1歳から3歳までの発達に関する資料	46

“たかやまっ子成長のあしあと” の利用の仕方

◆ 記入する人・・・保護者（各相談機関でもお手伝いします。）

◆ 記入期間・・・成人まで（就職につながるまで）

◆ ご利用していただくとき

- * 乳幼児健康診査
- * 保育園・幼稚園での個別懇談
- * 小・中・高等学校等での保護者面談
- * お子様の発達などについて相談機関へ相談されるとき
- * 学校から受け取る『身体測定の結果』や『あゆみ』（成績表）を綴じておく
- * 福祉サービス事業所から受け取る『個別支援計画』や『利用計画』を綴じておく



◆ 保管期間

- * 成人まで記入し、母子健康手帳と一緒に大切に保管してください。

◆ その他

- * 子育て便利帳は制度や相談機関などの情報が載っています。合わせてご利用ください。子育て便利帳は毎年更新されます。新しい物が必要な方は、市役所子育て支援課でお渡しします。
- * 各シートの追加が必要な場合は市ホームページからダウンロードをするか、市役所福祉課（☎35-3356）または子育て支援課（☎35-3140）へご連絡ください。

すべてのお子さんが、心身ともに健康に育っていくことを願っています。しかしながら、病気やケガなどで障がいを負ってしまう可能性は誰にでもあります。障がいはなくても誰かに悩みを聞いて欲しい時があると思います。この“たかやまっ子成長のあしあと”は園や学校の先生、福祉の関係者に相談したりサポートを受けたりする際に役立つように工夫しました。また、障害者手帳の申請時や障害基礎年金の申請時などにも役立ちます。（過去の受診歴や相談歴が重要な情報になります）これから先、お子さんがスムーズに切れ目のないサポートを受けていけるように、ぜひこの“たかやまっ子成長のあしあと”をご活用ください。

ライフステージごとの支援

年 齢	0 歳	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳 年 少	5 歳 年 中	6 歳 年 長	7 歳 小 1	8 歳 小 2	9 歳 小 3	1 0 歳 小 4	1 1 歳 小 5	1 2 歳 小 6	1 3 歳 中 1	1 4 歳 中 2	1 5 歳 中 3	1 6 歳 高 1	1 7 歳 高 2	1 8 歳 高 3	1 9 歳	2 0 歳	成 人 以 降
行 き 先 ・ 通 い 先	乳幼児健診						小学校 通常学級 特別支援学級 通級指導教室						中学校 通常学級 特別支援学級 通級指導教室			高等学校			大学 短大 専門学校 就職 福祉的就 労など			
	保育園						特別支援学校小学部						特別支援学 校中学部			特別支援学 校高等部						
				幼稚園			学童保育															
	病児保育																					
相 談 機 関	保健センター（健康推進課）																					
	福祉サービス総合相談支援センター																					
	子育て支援課、 飛騨子ども相談センター																		福祉課			
								学校教育課							県教育委員会							
	保健所 病院 各相談支援事業所 飛騨圏域発達障がい支援センター NPO 法人サン・はぎわら																					
															ハローワーク就業生活支援センター							年金 事務所
福 祉 サ ー ビ ス そ の 他	児童発達支援																					
								放課後等デイサービス										作業所など				
	ヘルパー 短期入所 一時預かり ナイトケア 日中一時 移動支援など																					

※ライフステージごとに相談に応じる機関の詳細は、子育て便利帳をご覧ください。

どこに相談したらよいか分からないときは・・・

「高山市福祉サービス総合相談支援センター」

電話：0577－35－3002

にご相談ください。

発達をめやす

この資料は、子どもが発達していく過程を示しています。

大きく「体が自由に動くようになる過程」「手を使って道具を使えるようになるまでの過程」「言葉を話すようになる過程」「自分の判断で行動を決定するまでの過程」と4つに分けて示しています。

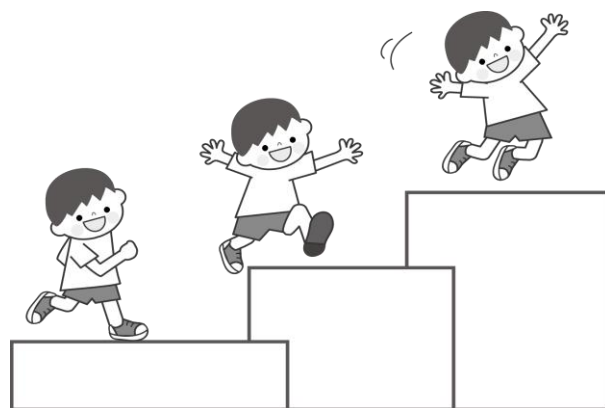
子どもは、生まれた時の体重や身長も、それぞれ違います。育つ環境も違います。発達していく速度にも個人差があります

各項目の幅については、この発達していく速度の個人差を表しています。例えば、粗大運動の「寝返り」という項目をみてください。4か月になってすぐできる子もいれば、7か月前にできる子もいます。これが個人差です。早く早くと焦ることはありません。

発達の速度には個人差がありますが、発達の順序は同じです。どういう過程で発達していくのかを見通してください。

また、この表は、お子さんの月齢に合わせて、その時期その時期にみてください。もし、7か月になっても寝返りができないなど、各項目の右はしの時期になってもできない時は、市の健康推進課（電話 35 - 3160）に相談してください。

予定日より早く生まれたお子さんは、予定日から数えた月齢でみてください。



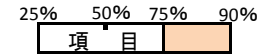
発達 の め や す

1か月 2か月 3か月 4か月 7か月 10か月 1歳 1歳6か月 2歳 3歳 3歳6か月 4歳 5歳 6歳

★子どもは、月令、年令を重ねていく中で、生活の中の様々な課題を
獲得しながら成長発達していきます。
この表は、そんなお子さんの発達のめやすをつけるための資料です。



項目を達成できる割合



粗大運動

体が自由に動くようになる過程

微細運動-適応

手を使って道具を使えるようになるまでの過程

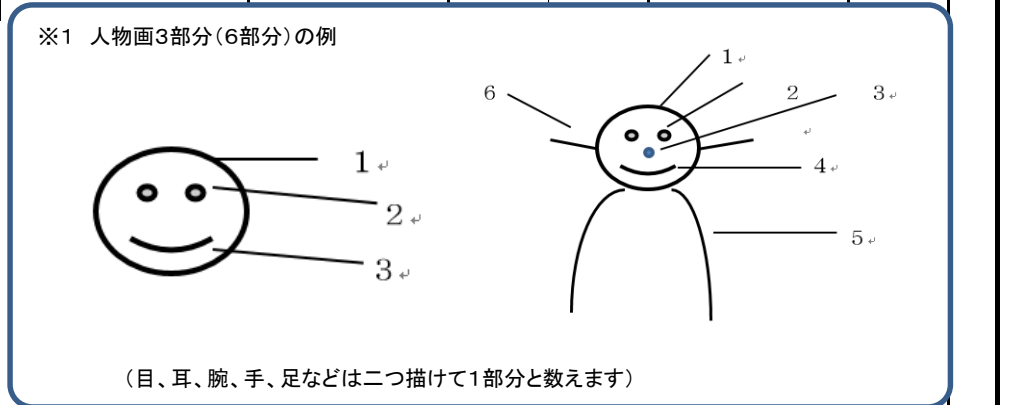
言語

言葉を話すようになる過程

個人-社会性

自分の判断で行動を決定するまでの過程

※2 単語の定義
言葉(単語)の意味(用途や形、何でできているか等)がいえる
例えば“ボールはどんな形?”と聞くと“まる”と答えることができる。
※3 もの素材の理解
例えば“スプーンは何でできている?”と聞くと“プラスチック”と答えることができる。



お子さんの成長の記録



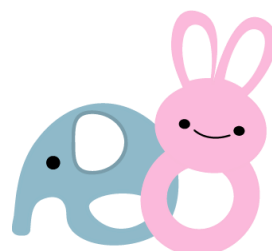
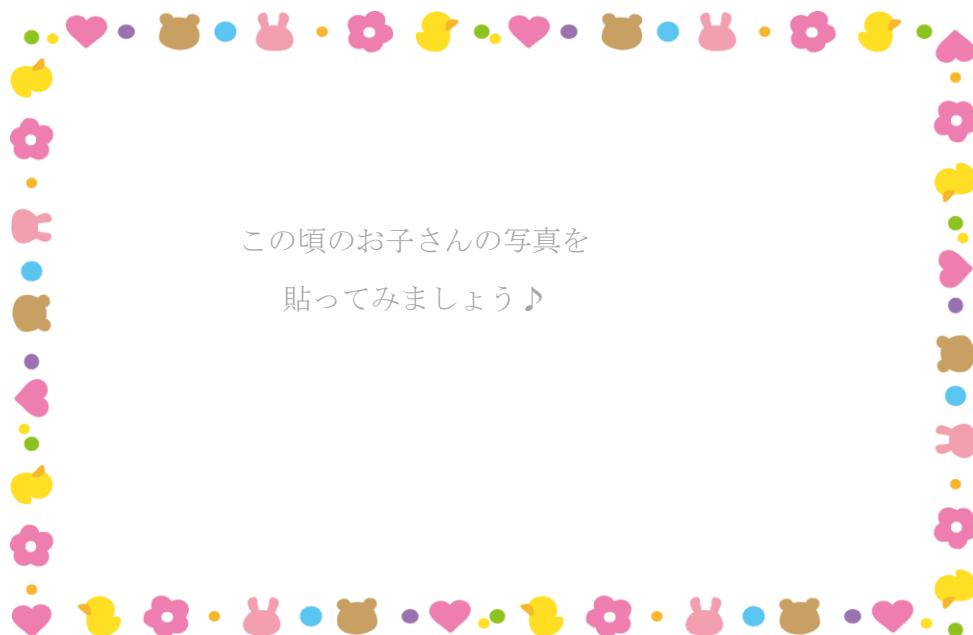
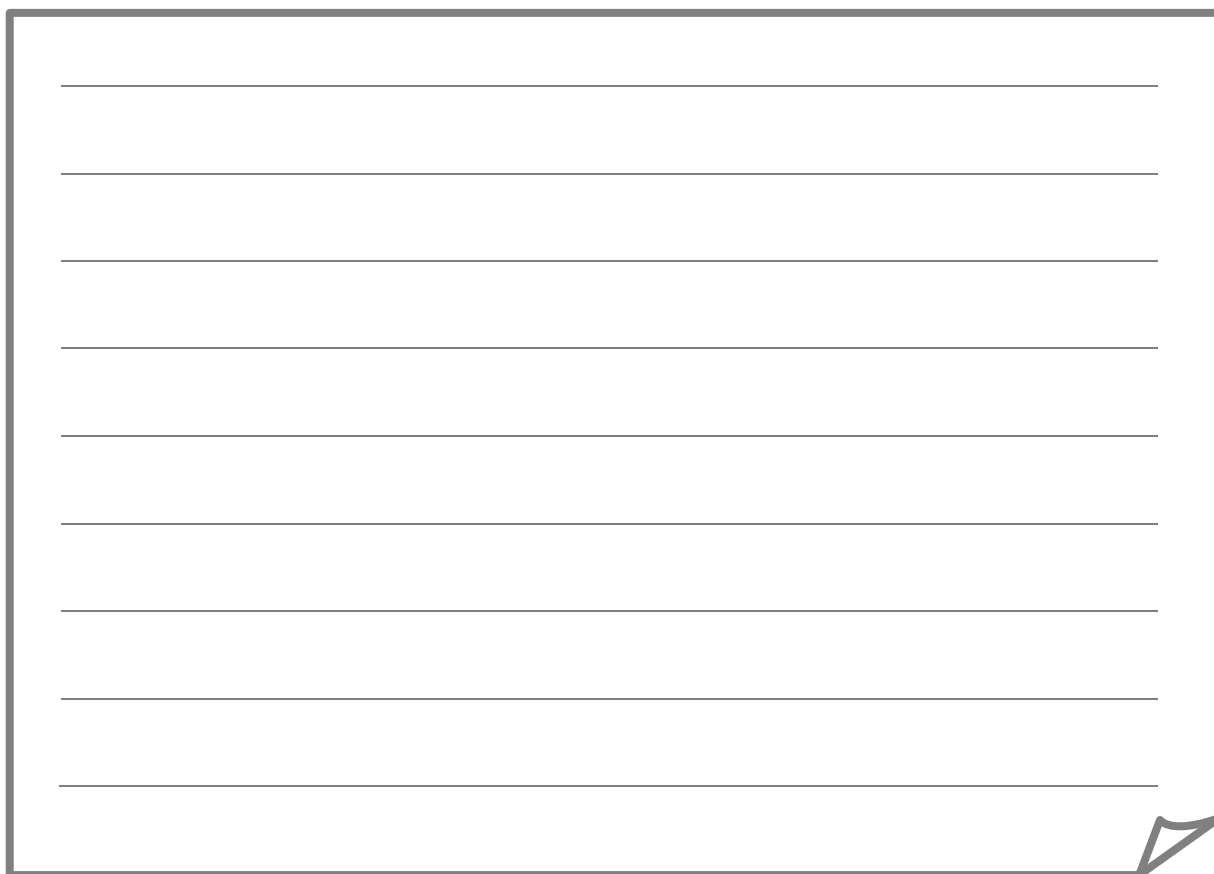
お子さんが生まれてから3歳までは、成長の節目に健診があります。
対象のお子さんには、健診日の1か月ほど前に、ご案内と問診票を郵送します。
ぜひ健診にご参加いただき、お子さんの成長を確認していきましょう。
※健診時に問診票のコピーをお渡ししますので、次ページ以降の各記録の箇所に貼ってください。

健診	受診日
4か月児健診	年 月 日
1歳6か月児健診	年 月 日
3歳児健診	年 月 日



4か月頃の様子

健診時に聞きたいことや、4か月頃の様子で気になること、覚えておきたいことなどを書き留めておいてください。

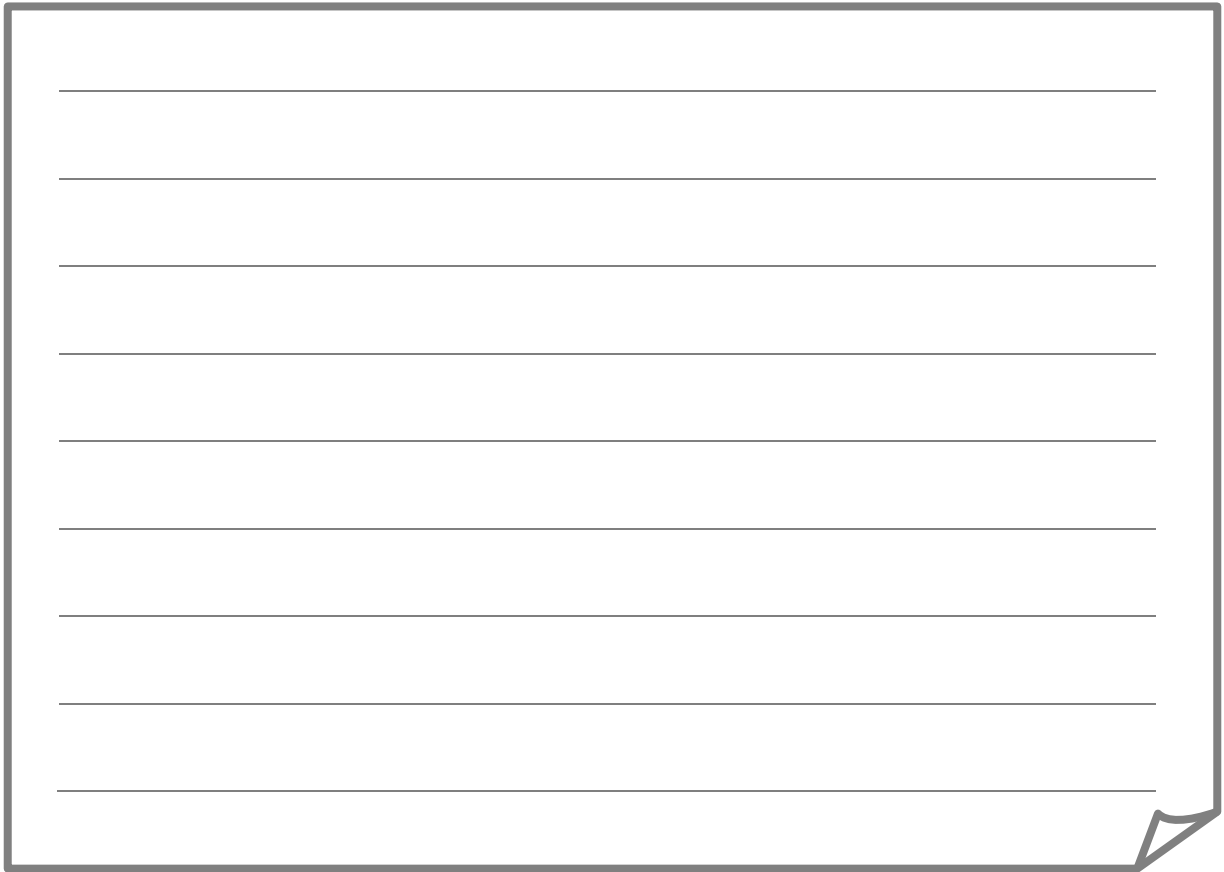


お子さんの成長記録（4 か月児健診問診票コピー）を貼ってください。

開けるように折りたたんで貼ってください。

1歳6か月頃の様子

健診時に聞きたいことや、1歳6か月頃の様子で気になること、覚えておきたいことなどを書き留めておいてください。



この頃のお子さんの写真を
貼ってみましょう♪

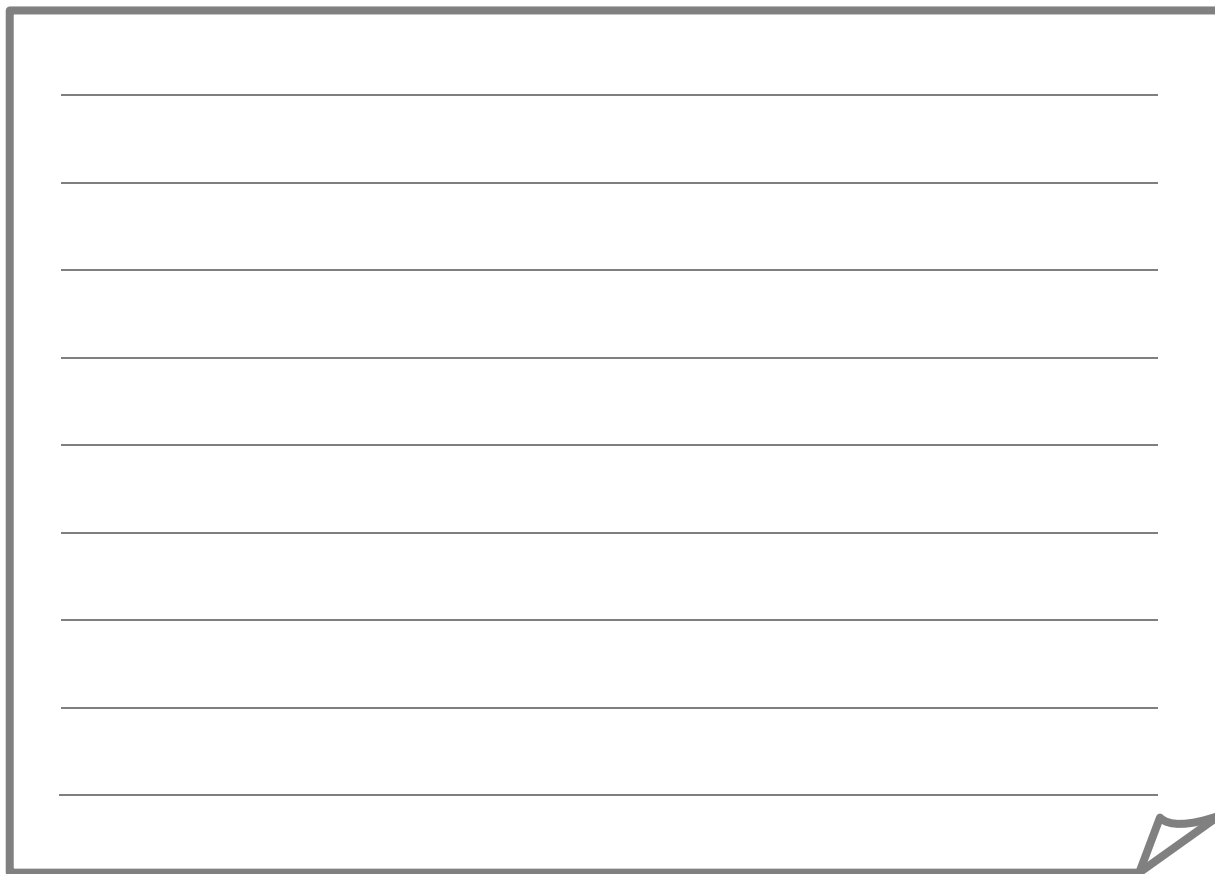


お子さんの成長記録（1 歳6 ヶ月児健診問診票コピー）を貼ってください。

開けるように折りたたんで貼ってください。

3歳頃の様子

健診時に聞きたいことや、3歳頃の様子で気になること、覚えておきたいことなどを書き留めておいてください。



この頃のお子さんの写真を
貼ってみましょう♪



お子さんの成長記録（3歳児健診問診票コピー）を貼ってください。

開けるように折りたたんで貼ってください。



成長の記録 年少児：3～4歳

(わかるところを記入)

() 幼稚園・保育園		記入年月日： 年 月 日
家庭での様子	家族とのかかわり ☐ 親子の会話をたくさんもっている ☐ あいさつができる	家での好きな遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物 食事 ☐ 箸を使って食べることができる ☐ 立ち歩くことなく、食事をとることができる ☐ 家族と一緒に食事をとっている	生活習慣 ☐ 生活リズムが身についている 排泄 ☐ 尿意・便意を知らせることができる ☐ トイレで排尿・排便ができる 着替え ☐ 着替えを自分でしようとする ☐ 靴や靴下が一人で履ける
健康	健康上の留意点	薬の種類・投薬の時間
	アレルギー	
幼稚園・保育園での様子	言葉 ☐ 困っていることを誰かに伝えることができる ☐ 簡単なことばのやりとりができる ☐ 相手にわかるように話すことができる ☐ 簡単な指示が聞ける	得意なこと・好きなこと ☐ 好きな遊び () ☐ よく遊ぶ友だち () 苦手なこと・嫌いなこと (危険認知・過敏性など)
	からだ全体の動き ☐ ブランコやジャングルジムであそべる ☐ 椅子に座っていることができる	手先の動き ☐ 手遊びなどの模倣ができる ☐ ボタンかけやファスナーができる
	人とのかかわり ☐ 友だちと関わってあそぶ (⇄一人あそびが多い) ☐ 友だちと仲良くあそぶ (⇄トラブルが多い) ☐ ごっこ遊びをする ☐ 積み木やブロックを物に見たててあそべる ☐ 促されて、片付けができる	その他 ☐ 遅刻や休むことなく登園できる ☐ 登園・降園の準備など、一連の流れができる ☐ 初めて取り組むことに参加できる ☐ 喜んで活動に参加できる ☐ 行動や気持ちの切り替えができる ☐ 自分の思いと違うときに、気持ちをコントロールできる (待てる、我慢する、譲れるなど)
その他	個別懇談の記録	

成長の記録 年中児：4～5歳

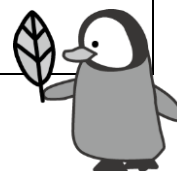
(わかるところを記入)

() 幼稚園・保育園		記入年月日： 年 月 日
家庭での様子	家族とのかかわり ☐ 親子の会話をたくさんもっている ☐ あいさつができる	家での好きな遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物 食事 ☐ 箸を使って食べることができる ☐ 床にこぼさずに食べられる ☐ 立ち歩くことなく、食事をとることができる ☐ 家族と一緒に食事をとっている	生活習慣 ☐ 生活リズムが身についている 排泄 ☐ トイレで排尿・排便ができる 着替え ☐ 着替えがスムーズにできる ☐ 靴や靴下が一人で履ける
健康	健康上の留意点	薬の種類・投薬の時間
	アレルギー	
幼稚園・保育園での様子	言葉 ☐ 困っていることを、ことばで伝えることができる ☐ 一方的に話すのではなく、やりとりができる ☐ 自分の経験したことを話せる ☐ 集団の場で指示を聞いて行動できる	得意なこと・好きなこと ☐ 好きな遊び () ☐ よく遊ぶ友だち () 苦手なこと・嫌いなこと (危険認知・過敏性など)
	からだ全体の動き ☐ 体操やリズム遊戯ができる ☐ 椅子にしっかりと座っていることができる	手先の動き ☐ ハサミの操作ができる ☐ ボタンかけやファスナーが一人でできる
	人とのかかわり ☐ 友だちと関わってあそぶ (⇄一人あそびが多い) ☐ 友だちと仲良くあそぶ (⇄トラブルが多い) ☐ すずんで片付けができる	その他 ☐ 遅刻や休むことなく登園できる ☐ 登園・降園の準備など一連の流れが途切れずできる ☐ 活動に集中できる ☐ 順番を待つことができる ☐ 行動や気持ちの切り替えができる ☐ 自分の思いと違うときに、気持ちをコントロールできる (待てる、我慢する、譲れるなど) ☐ 人の顔や体が描ける
その他	個別懇談の記録 	

成長の記録 年長児：5～6歳

(わかるところを記入)

() 幼稚園・保育園		記入年月日： 年 月 日
家庭での様子	家族とのかかわり ☐ 親子の会話をたくさんもっている ☐ あいさつができる	家での好きな遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物 食事 ☐ 立ち歩くことなく、食事をとることができる ☐ 決められた時間内に食事ができる ☐ 家族と一緒に食事をとっている	生活習慣 ☐ 朝、声を掛ければ起きてくること 排泄 ☐ トイレで排尿・排便ができる ☐ 夜の排泄の自立ができて 着替え ☐ 衣服の裏返しを直して着られる ☐ 靴の左右がわかる
健康	健康上の留意点	薬の種類・投薬の時間
	アレルギー	
幼稚園・保育園での様子	言葉 ☐ 自分の困っていることや気持ちを、ことばで伝えたり、尋ねたりすることができる ☐ 人の話を最後まで、注意して聞くことができる ☐ 集団の場で指示を聞いて、見通しをもって行動できる	得意なこと・好きなこと ☐ 好きな遊び () ☐ よく遊ぶ友だち () 苦手なこと・嫌いなこと (危険認知・過敏性など)
	からだ全体の動き ☐ 縄跳びや跳び箱などが跳べる ☐ 椅子に姿勢よく座っていることができる	手先の動き ☐ ハサミ、鉛筆、箸などの操作ができる ☐ タオルや雑巾が絞れる
	人とのかかわり ☐ 友だちと関わってあそぶ (←一人あそびが多い) ☐ トラブルになったとき子ども同士で解決できる ☐ 自分の考えや意見を出してあそぶことができる ☐ 役になり切って (イメージの共有) あそぶ ☐ ルールのある遊びができる (鬼ごっこなど)	その他 ☐ 遅刻や休むことなく登園できる ☐ 集団活動に最後まで参加できる ☐ 良いこと悪いことに気づき、考えながら行動できる ☐ 行動や気持ちの切り替えができる ☐ 文字・数などに興味がある
その他	個別懇談の記録	



身体の健康問題の特徴と理解（小学校）

学童期（小学校）

① 身体の発育発達

学校教育を通じて高度な心身の活動が継続するときであるが、心身のバランスはよくとれ、疾病にかかることは比較的少なく、成長期のうちで最も安定した時期となります。この時期における1年当たりの成長の平均は、体重3～3.5kg、身長約6cmです。学童期を通じて頭囲の成長はわずか2～3cmであり、これは以前よりも脳の発育速度が遅くなることを示しています。脳神経細胞は7歳までに完了します。

筋力、協調運動、体力が次第に増加し、複雑な運動を行う能力も向上します。

生殖器は身体的には未熟なままであるが、小児の多くは男女の違いに対して関心を持ち、この関心は思春期に向けて徐々に高まります。

② 肥満、低身長

学童期の体型、さまざまな能力において“正常”とされる範囲は広くとらえられます。しかし病気としてとらえられる肥満（肥満度30%以上で注意）及びやせ（肥満度-20%以下で注意）については早期に対応する必要があります。また低身長の中には成長ホルモン療法が必要になる場合もあります。

③ スポーツ障がい

長期の運動器は発育途上で未成熟の状態であり、骨は弾力性に富み筋肉・^{じんたい}靱帯も柔軟ですが、損傷されやすい状態にあります。このことから、身長が伸びる成長期の関節周囲への過大なストレスは、^{せいちょうなんこつぶ}成長軟骨部の障がい（^{こつたんしょう}骨端症）のリスクを高くします。骨端症の代表的なものにオスグット病、野球ひじ、野球肩、^{しょうこつこつたんしょう}踵骨骨端症（かかとの成長痛）があります。そのため児童期における過度な運動は避ける必要があります。



心の健康問題の特徴と理解（小学校）

学童期（小学校）

ア ストレス反応

小学校低学年のうちは、自分自身の精神状態を十分には自覚できず、言葉でうまく表現できないことが多いです。そのため、実際には虐待やトラウマを生むような強いストレスを受けていても、自分でそれに気付くことができず、心理面での訴えよりも、頭痛・腹痛・おう吐など体の症状や、落ち着きのなさなど行動面の変化、あるいは睡眠の障がいなどとなって現れることがあります。小学校の低～中学年では、ストレスの症状の現れ方が中・高校生以降とは異なる点に注意する必要があります。

また、精神発達上、幼い段階にあるため、生命にかかわる危険や、死が取り返しのつかないものであるということが十分には認識できていません。そのため、生命にかかわり兼ねない事態が予想される場合には、これらの点を念頭に置く必要があります。

小学校高学年になると言語能力が高まり、精神症状の現れ方が大人に近づくとともに、通常は成人期に発症する精神疾患がこの時期に早期発症することがあります。例えば、摂食障がい（特に拒食）、うつ病、^{そうきょくせい}双極性障がい（^{そう}躁うつ病）、統合失調症などがその例です。ただし、同じ障がいでも、子どもと大人では症状の現れ方は異なりやすい点に注意が必要です。例えば、うつ病の症状は大人にみられる典型的なうつ状態ではなく、イライラとなって現れやすいのです。一方、^{そうしやうじやう}双極性障がい（^{そう}躁うつ病）では、子どもの^{そうしやうじやう}躁症^{じやう}状は大人のような爽快気分や自分を過大評価するという^{こだいかん}誇大感^{いつだつ}は目立たず、多動、逸脱行動や感情の爆発などの形を取りやすいです。統合失調症の場合、幻覚や妄想を言葉でうまく表現できず、周囲を警戒したり、一見、反抗的になったようにみえることがあるため注意が必要です。

イ ^{じへいしやう}自閉症スペクトラムと^{ちゆういけつかんたどうしやう}注意欠陥多動症（ADHD）

小学校低学年から気付かれやすい障がいの代表は、自閉症スペクトラム（自閉症、高機能自閉症、アルペルガー症候群、特定不能型）と^{ちゆういけつかんたどうしやう}注意欠陥多動症（ADHD）です。自閉症スペクトラムの場合、クラスに馴染めず、^{こしつ}固執やこだわりがみられ、集団行動を苦手とすることなどから気付くことができます。一方、ADHDの場合、落ち着きや根気のなさ、不注意や忘れ物の多さなどから気付かれやすいです。また、その衝動的な行動から対人関係において問題が見られる場合があります。

自閉症スペクトラムの子どもは、小学校高学年になると学校生活への不適応が強まることが多く、この時期になって初めて障がい気付かれることも少なくありません。不適応の例として、教室に入れない、登校を嫌がる、他の子どもや集団を怖がる、衝動的に振る舞うなどが多くみられます。

ウ 学習症（LD）と知的障がい

学習上の困難もメンタルヘルスと密接に関係しており、大きなストレスの原因となります。関連する障がいとしては、読み書きや計算など一部の学習技能だけに遅れがみられる学習症と、知的発達に全般的な遅れのある知的障がいの二つが主なものです。学習に遅れがある場合、できるだけ早期にこれらの障がい気付、適切な学習指導・支援や進路指導と合わせてメンタルヘルスの観点から健康相談を行うことが重要となります。

小学校高学年では教科に難度が高まるに伴い、通常の学級に在籍する学習症あるいは知的障がいのある子どもが学習に困難を生じやすくなります。この時期は自意識が発達する年齢で、学業上の遅れにより授業参加や友人関係に支障が生じ、自己評価が低下するなどメンタルヘルスの問題に発展することがあります。

エ てんかん

てんかんがこの年代から発症^{はっしょう}することはまれではありません。発作^{ほっさ}の症状は意識消失による転倒や全身のけいれんだけでなく、周りが突然変に見えたり、一瞬ぼんやりしたりするなど、様々な症状があります。発作は学習をはじめとする日常生活への影響を通じて精神発達上の問題を生じやすいです。そのため、気付かれにくいてんかん発作を気付けるようにし、適切に対応することもメンタルヘルスの重要な課題の一つとなっています。

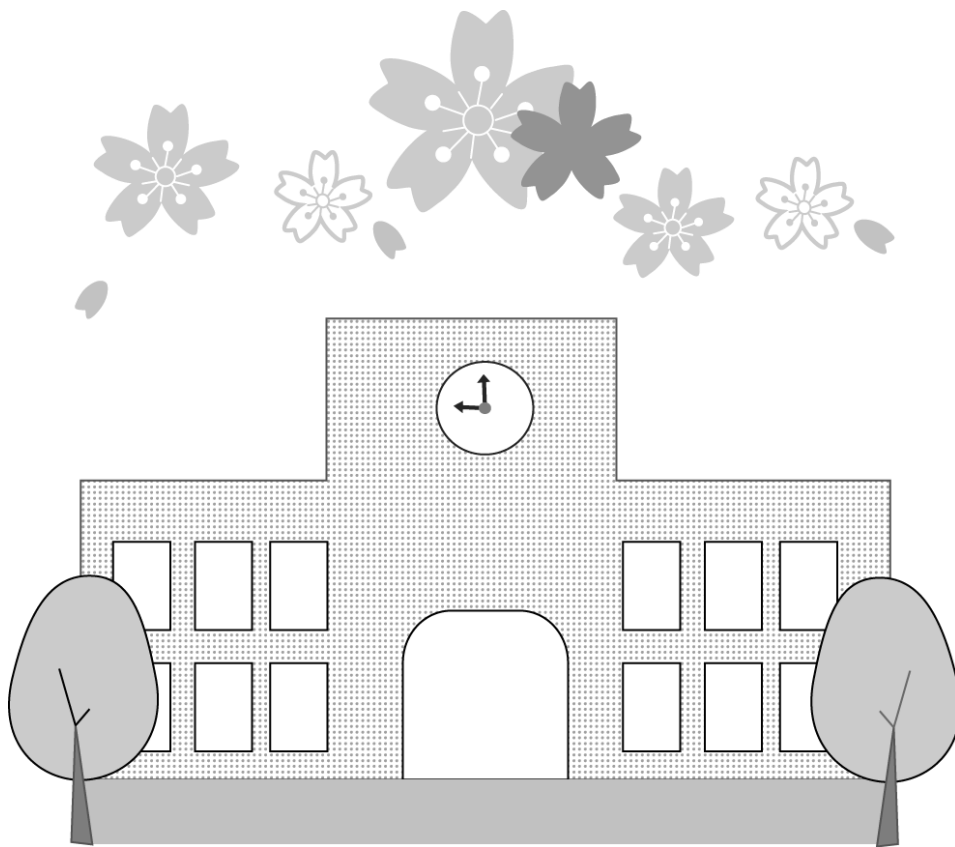
オ チック障がい、行為障がいなど

小学校低学年を過ぎるころから出現する可能性のある障がいとして、チック障害（瞬き^{まばたき}、首をピクッとさせる、頭を振るなどの随意運動^{すいいうんどう}を繰り返す）、行為障がい（しばしばけんかする、うそをつく、放火、盗み、動物をいじめるなど）、反抗挑戦性障がい（大人に対して反抗的、拒否的、攻撃的になり、問題行動を繰り返す）などがあります。チック障がいは、単なる癖と誤解されやすいが、いじめの原因になることがあるため、適切な対応と支援を行う必要があります。

就学児健康診断の記録

学校名	健診日時
学校	年 月 日

就学時健康診断票を貼ってください



成長の記録 小学校1年生：6～7歳

わかるところを記入

() 小学校 担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子	趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物	生活習慣 排泄 着替え	その他
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと	その他
【健康】	身長 視力	体重 尿検査	BMI 薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録		

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『あゆみ』を一緒に綴りましょう

成長の記録 小学校2年生：7～8歳

わかるところを記入

() 小学校 担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子	趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物	生活習慣 排泄	その他
	苦手な食べ物	着替え	
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと	その他
【健康】	身長 体重 BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力 尿検査		
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録		

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『あゆみ』と一緒に綴りましょう

成長の記録 小学校3年生：8～9歳

わかるところを記入

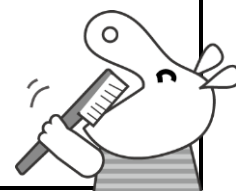
() 小学校 担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子	趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物	生活習慣 排泄 着替え	その他
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと	その他
【健康】	身長 体重 BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力 尿検査		
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録		



※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『あゆみ』と一緒に綴りましょう

成長の記録 小学校4年生：9～10歳 わかるところを記入

() 小学校 担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面	家族とのかかわり	生活の様子	趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物	生活習慣 排泄 着替え	その他
	苦手な食べ物		
学習面	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと	その他
【健康】	身長 体重 BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力 尿検査		
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録		



※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『あゆみ』と一緒に綴りましょう

成長の記録 小学校5年生：10～11歳

わかるところを記入

() 小学校 担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子	趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物	生活習慣 排泄 着替え	その他
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと	その他
【健康】	身長 体重 BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力 尿検査		
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録		

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『あゆみ』と一緒に綴りましょう

成長の記録 小学校6年生：11～12歳

わかるところを記入

() 小学校 担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子	趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物	生活習慣 排泄 着替え	その他
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと	その他
【健康】	身長 視力	体重 尿検査	BMI 薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録		

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『あゆみ』と一緒に綴りましょう



身体の健康問題の特徴と理解（中学校）

青年前期（中学校）

① 第二性徴^{せいじちよう}

この時期の成長発達は個人差が大きく、男女差も著しいのが特徴です。発達のバランスという観点から個々の生徒を見る必要があり、個別対応を心掛けることが望ましいです。

第二性徴が始まり、身長は第二性徴前の年間成長率（約6 cm）を上回り、女子は、男子より約2歳早く伸び始め、身長の伸びが止まるのも2歳ほど早いです。この時期に男子は筋肉量が増加し、女子は皮下脂肪が発達します。学童期に引き続き肥満とやせに早期に対応することが大切です。

ホルモン^{ないぶんびつつかん}内分泌器官の発達が盛んになり、身体が急速に変化します。性衝動や第二性徴（初経、ひげが生えるなど）がみられ、とまどいや罪悪感を持ちつつ、一定の対応もできてきます。また性への関心や異性への興味も高まってきます。初経年齢、精通年齢の平均は、低年齢化しており最近更にやや加速しているといわれています。

② 自律神経失調症^{じりつしんけいしつちようしょう}

一方で自律神経の調節が崩れやすい時期でもあり、心身とも不安定となりその不調を訴える生徒が多くなります。疾患^{しっかん}としては心身症^{しんしんしょう}を伴う不登校、起立性調節障がい^{きりつせいちようせつしょうがい}※5、ストレスが原因となっている過敏性腸症候群^{かびんせいちようしょうこうぐん}※6などに注意が必要です。

※5 起立性調節障がい：立ちくらみ、めまい、気持ち悪い、動機、息切れ、腹痛、頭痛などの脳貧血症状や自律神経症状を示す子どもの自律神経失調症です。症状は一般的に午前中に強く、朝なかなか起きられません。小学校高学年から高等学校までの年齢に多くみられ、不登校を伴うことも少なからずあります。

※6 過敏性腸症候群：腸管機能の昂進した病態に基づき、腹痛、腹部膨満感及び便通異常（下痢、便秘、下痢と便秘を繰り返す）が持続し、種々の腹部の不定愁訴^{ふていしゅうそ}を訴えるが、器質的病変が証明されないものである

心の健康問題の特徴と理解（中学校）

青年前期（中学校）

中学生は思春期の前半に相当し、性的関心が顕在化する時期であるとともに、先輩後輩などの人間関係を意識し、アイデンティティが育っていき、社会的意識が発達する年齢です。この時期にみられやすい疾患や障がいについては、小学校の項目で述べたものが引き続き当てはまります。

ア ストレス反応

小学生と比べ、ストレスを自分で自覚するようになるとともに、不安や抑うつなど精神的な症状（内在化症状）や引きこもり、攻撃的行動、家出などの問題行動（外在化症状）が現れやすくなります。

イ 知的障がい

知的障がいがある場合には、中学生でも言語能力の発達が十分ではないことが多いため、問題行動や身体症状の形をとりやすい点に注意する必要があります。

ウ 人間関係の複雑化と自閉症スペクトラム

この時期に認められやすい問題としては、小学校と比べて同級生間の人間関係が複雑となるため、クラスにうまく対応できなかった場合、不登校になりやすい傾向があります。このことは、対人関係を築くことを苦手とする自閉症スペクトラムがある場合には特に留意が必要です。そのため、不登校がみられたとき、その背景に自閉症スペクトラムがあるかもしれないという認識を持つことが大切です。



成長の記録 中学校1年生：12～13歳 わかるところを記入

() 中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子		趣味遊び	
	起床時間 ： 就寝時間 ： 好きな食べ物	生活習慣 排泄		その他	
	苦手な食べ物 食べてはいけないもの	着替え			
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと		その他	
【健康】	身長 体重 BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点			
	視力 尿検査				
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録				

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『成績表』と一緒に綴りましょう

成長の記録 中学校2年生：13～14歳 わかるところを記入

() 中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面	家族とのかかわり	生活の様子		趣味遊び	
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物 食べてはいけないもの	生活習慣 排泄 着替え		その他	
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと		その他	
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録				

※学校から受け取る『身体測定の手帳』や『成績表』と一緒に綴りましょう

成長の記録 中学校3年生：14～15歳

わかるところを記入

() 中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】	家族とのかかわり		生活の様子		趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物		生活習慣 排泄		その他
	苦手な食べ物 食べてはいけないもの		着替え		
	得意なこと好きなこと		苦手なこと嫌いなこと		その他
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録				

※学校から受け取る『身体測定の手帳』や『成績表』と一緒に綴りましょう

身体と心の健康問題の特徴と理解（高等学校）

青年後期（高等学校）

この時期の身体的変化は比較的少なくなり、それに従い身体像も安定していきます。男女の95%が17～18歳までに乳房、陰茎、恥毛の最終的な発達段階を迎えます。男性の場合は、ひげや胸毛の発毛など体毛の分布における軽度の変化が数年間継続します。

自己同一性を確立していく中で、心身の調子を崩し、摂食障がい（神経性やせ症、過食症）、パニック発作などを発症^{はっしょう}することがあるため注意が必要です。

心の健康問題の特徴と理解

青年後期（高等学校）

<多様な精神疾患の発症>

高校生になると心身の発達が大人に近づき、知識や行動範囲の広がりとともに、ほぼ成人同様のメンタルヘルスの問題がみられます。特に、うつ病、双極性障がい（躁うつ病）、統合失調症^{ひんど}の頻度は中学校までと比べて高くなり、パーソナリティ障がい（人格障がい）が出現するのも高校生以降です。また、この時期には、手首自傷（リストカット）や多量服薬などの激しい症状や性の問題がみられやすくなります。

この時期には、人間関係が中学校以上に複雑化し、異性への意識やプライバシーの感覚が一層強まるため、対人関係に由来する悩みやストレスが生じやすくなる。このことや新しい環境になじめないため、高校進学後に初めて不登校におちいる自閉症スペクトラムの生徒も少なくない。

以上のように高等学校では多様な精神疾患^{せいしんしっかん}が発症するとともに、それまで見過ごされてきた障がいに気付かれることが多いです。いずれの場合も、高校卒業以降の進路も意願^{いぎん}に合った対応が望まれます。

成長の記録 15～16歳（高校1年生）

わかるところを記入

() 中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】	家族とのかかわり		生活の様子		趣味遊び
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物		生活習慣 排泄		その他
	苦手な食べ物 食べてはいけないもの		着替え		
	得意なこと好きなこと		苦手なこと嫌いなこと		その他
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録				

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『成績表』と一緒に綴りましょう

成長の記録 16～17歳（高校2年生）

わかるところを記入

（ ）中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面	家族とのかかわり	生活の様子		趣味遊び	
	起床時間： 就寝時間： 好きな食べ物	生活習慣 排泄		その他	
	苦手な食べ物 食べてはいけないもの	着替え			
学習面	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと		その他	
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録				

※学校から受け取る『身体測定の手帳』や『成績表』と一緒に綴りましょう

成長の記録 17～18歳（高校3年生）

わかるところを記入

（ ）中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面	家族とのかかわり	生活の様子		趣味遊び	
	起床時間： 就寝時間： 好きな食べ物	生活習慣 排泄		その他	
	苦手な食べ物 食べてはいけないもの	着替え			
学習面	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと		その他	
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】	家庭訪問や個別懇談の記録				

※学校から受け取る『身体測定のきろく』や『成績表』を一緒に綴りましょう

成長の記録 19歳

わかるところを記入

() 中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面 学習面	家族とのかかわり	生活の様子		趣味遊び	
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物 食べてはいけないもの	生活習慣 排泄 着替え		その他	
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと		その他	
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】					

成長の記録 20歳

わかるところを記入

() 中学校		担任氏名		記入年月日： 年 月 日	
【家庭での様子】 生活面	家族とのかかわり	生活の様子		趣味遊び	
	起床時間 : 就寝時間 : 好きな食べ物 苦手な食べ物 食べてはいけないもの	生活習慣 排泄 着替え		その他	
	得意なこと好きなこと	苦手なこと嫌いなこと		その他	
【健康】	身長	体重	BMI	薬の種類 投薬時間、アレルギーなどの健康留意点	
	視力	尿検査			
【その他】					

病院受診や入院の記録



診断・治療・入院・検査など

年 月	医療機関名・診療科	診断名・経過・アドバイスなど
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		

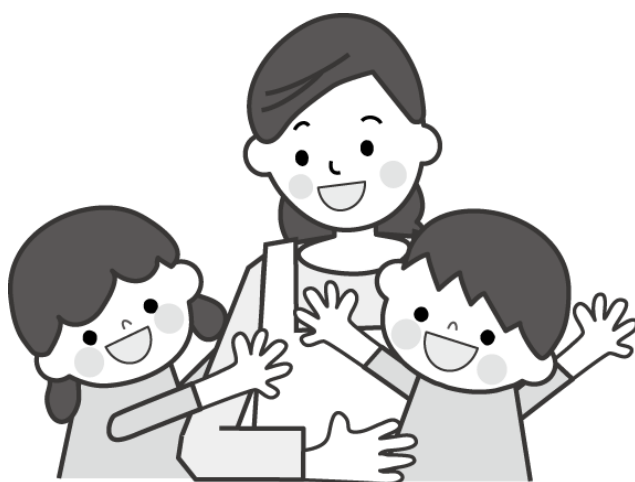
相談の記録



相談・検査など

年 月	機関名	相談内容・アドバイスなど
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		
年 月 (歳)		

**これから先のページは、
必要のある方のみご利用ください。**



手帳などの記録



(身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳)

手帳の種類	区分または等級	判定年月日	次回判定予定
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月
		年 月 日	年 月

実習・就労の記録



実習先	仕事の内容	通勤方法	紹介者	備 考 (期間など)
			<福祉サービス> ☐ 利用有り ☐ 利用無し	
			<福祉サービス> ☐ 利用有り ☐ 利用無し	
			<福祉サービス> ☐ 利用有り ☐ 利用無し	
			<福祉サービス> ☐ 利用有り ☐ 利用無し	

就労の情報



就労先の情報	名 称			
	住 所			
	電話番号		採用年月日	年 月 日
	職 種		担 当	
	勤務時間	時 分～ 時 分 休日（ ）		
	給 料	☐ 時給 ☐ 月給	円 円	賞 与 ☐ あり ☐ なし
	備 考			

相談相手	名前・事業所名	電話番号	備 考

福祉サービス	事業所名	サービス内容	備 考

※本人の様子などを各機関に知ってもらいたい時に記入して、コピーをお渡しください。

年 月 日記入

サポートカード①

	生年月日 年 月 日
--	------------

本人の特徴		
好きなこと 得意なこと		
嫌いなこと 苦手なこと		
コミュニケーション	本人から相手に伝える場合	相手から本人に伝える場合
	言語や有無や、伝える手段など	言語や理解度や、有効な伝え方など
食事	☐ 全て自分でできる ☐ 一部支援が必要 ☐ 全て支援が必要 ☐ アレルギー（ ）	
排泄	☐ 全て自分でできる ☐ 一部支援が必要 ☐ 全て支援が必要 ☐ オムツ使用	☐ 和式 ☐ 洋式
着脱	☐ 全て自分でできる ☐ 一部支援が必要 ☐ 全て支援が必要	
健康状況		
服薬		
うちでは こうしています	関わりかたのコツや、混乱した時の配慮など	
メッセージ	特に伝えたいことや願いなど	

緊急連絡先	— —	本人との関係（ ）
-------	-----	-----------

※本人の様子などを各機関に知ってもらいたい時に記入して、コピーをお渡しください。

年 月 日記入

サポートカード②

氏 名	生年月日 年 月 日
-----	------------

乗り物

現在の状況		支援・配慮のポイント	備 考
バ ス 電 車	☐ ひとりで乗れる ☐ 一部支援が必要 ☐ 全て支援が必要		
	☐ 乗り物酔いする ☐ 乗り物酔いしない		
そ の 他			

買い物

現在の状況		支援・配慮のポイント	
支 払	☐ 全て自分でできる ☐ 一部支援が必要 ☐ 全て支援が必要		
	☐ お金の価値がわかる		☐ お金の価値がわからない
	☐ お金の管理ができる		☐ お金の管理ができない
そ の 他			

外 食

現在の状況		好きな店やメニュー	支援・配慮のポイント
メ ニ ュー の 選 択	☐ 自分で選択 ☐ 一部支援が必要 ☐ 全て支援が必要		
備 考			

※本人の様子などを各機関に知ってもらいたい時に記入して、コピーをお渡しください。

年 月 日記入

サポートカード③ 健康にかかわること

健康状況		服 薬	症状と配慮のポイント
持病など	☐ てんかん ☐ 心臓病 ☐ ぜんそく ☐ その他 ()		
ギア ー し る			
その他			

体 質	症状と配慮のポイント	症状と配慮のポイント
☐ 吐きやすい ☐ 発熱しやすい ☐ お腹を壊しやすい ☐ 疲れやすい ☐ その他 ()		

かかりつけの医療機関		
病院 課	主治医	電話番号
病院 課	主治医	電話番号

緊急連絡先	— —	本人との関係 ()
-------	-----	------------

親のねがい

親なき後を考えて・・・



本人の生活への願い

親以外でサポートをお願いできる人

氏 名	住 所	電話番号	本人との関係	備 考

財産・相続に関する願い

葬儀・墓・供養に関する願い

<親が亡くなった場合>

<本人が亡くなった場合>

権利を守る制度

権利を守る制度は本人を保護するとともに、本人の生きる力、夢や希望を深めたり、広げていくものです。その人らしい人生を支えるために一緒に考えるための支援機関もあります。

成年後見制度とは

知的障がい、精神障がい・認知症などの理由で判断能力の不十分な方々が、不動産や預貯金などの財産を管理したり、介護などのサービスや施設の入所に関する契約を結んだり、遺産分割の協議をしたりする必要があるとしても、自分でこれらのことを判断することが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約であっても十分な判断ができずに契約を結んでしまい、悪徳商法の被害にあうおそれもあります。

成年後見制度は、そのような判断能力の不十分な方々に代わって成年後見人がその判断能力を補い、代わって意思決定をし、本人に不利な契約を取り消して無効にしたり、代理人として契約をとりきめ、判断能力の不十分な方々の権利を守る制度です。また、本人を保護するとともに、自己決定権を尊重し、持っている能力を最大限に活用するように支援し、最後までその人らしい人生が送れるようお手伝いをする制度です。

法定成年後見制度は本人の判断の判断能力によって3つの類型に分かれています。

	後 見	保 佐	補 助
対 象 者	判断能力が欠けているのが通常の状態の方	判断能力が著しく不十分な方	判断能力が不十分な方
申立が出来る人	本人、配偶者、4親等以内の親族、検察官など 市町村		

成年後見人等の役割（※成年後見人等、成年後見人、補佐人、補助人を指す）

成年後見人等は、本人の生活・医療・介護・福祉など、本人の身のまわりの事柄にも目を配りながら本人を保護・支援します。また、成年後見人等はその事務について家庭裁判所に報告するなどして、家庭裁判所の監督を受けることになります。

任意後見制度

任意後見制度は、判断力がある時にあらかじめ任意後見人を選任し、委任契約を結んでおく制度です。公証人役場で公正証書を作成します。判断能力が低下した時に家庭裁判所が任意後見監督人を選任し、任意後見人が後見活動を行います。

参考資料

1 歳から 3 歳までの発育に関する資料



次のページの資料は、発達障がい者支援センターホームページに掲載されているものです。

1 歳から 3 歳のお子さんを対象としていますので、参考にして下さい。
<http://www.rehab.go.jp/ddis/>

臨床心理士による相談（市役所）

市役所 福祉サービス総合相談支援センター
毎週水曜日（午後）

※市役所閉庁日はお休みです

※事前予約の方が優先となります

電話 35-3002

各圏域発達障がい支援センター（岐阜県）

NPO 法人サン・はぎわら
下呂市萩原町萩原 600 番地 1
（萩原南保育園内）

電話 0576-52-1118

共生社会の実現

「共生社会」とは、これまで必ずしも十分に社会参加できるような環境になかった障がい者等が、積極的に参加・貢献していくことができる社会である。それは、誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合い、人々の多様な在り方を相互に認め合える全員参加型の社会である。

(文部科学省HPより) <http://www.mext.go.jp/>

※この『たかやまっ子成長のあしあと』は、高山市地域自立支援協議会
地域生活・権利擁護部会が中心となり考案したものです。