

Q

サポ
ート
ブッ
クを
書
く
き
つ
か
け
は
何
で
し
た
か
？

A

本人の困り感を家族以外の人に伝えたいときがきっかけです。

本人の成長とともに新しい人との関わりや新しい環境へうつる時などは子どもが不安定な時期でもあり、学校の先生やサービス事業所の職員さんに“子どものことを知ってもらいたい！”と本人の困り感を家族以外の人に伝えたいと思ったときがきっかけでした。

家族の目線で書いたものは要望に近くて、子どもの目線で書いたものは読み手に伝わりやすいことも使ってみて気づきました。

担任の先生が変わった時、
宿泊をとまなう学校行事に参加する時、
サービスを始めて利用する時など、
きっかけはそれぞれにあると思います。

伝えたいと思ったとき、一枚の紙にちょっと書き出すだけでもきっかけにつながりますよ。

(先輩ママの体験談より)

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちが通じる暮らしをめざして、当事者のお母さんと皇學館大学の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック
「おたすけブック」はこちらからダウンロードできます。

Q

あれもできない
これもできない
：
そんなことばかり
書いていいの？

A

子どものかわいい！と感ずることを
まずは大切にしてください。

チャームポイントっていうけれど、
いいところがなかなか思いうかばない。
あれができない、
これもできない
子どもが誰かに迷惑をかけてしまう…
気になるのはそんなことばかり。

でも、子どもがふとした瞬間に見せる何気ない
表情やしぐさはとってもかわいい！

そのかわいいと感ずる部分こそ、少し大切に
書き出してみてください。
それがその子らしさかもしれませんよ。

サポートブックでは、チャームポイントを
先に伝えてもらいます。
それだけで印象はぐっと変わります。

(先輩ママの体験談より)

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちが通じる暮らし
をめざして、当事者のお母さんと皇學館大学
の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック
「おたすけブック」はこ
ちらからダウンロード
できます。

Q

幼稚園から小学校へ。
親の不安感を
伝えるには
どうしたらいいですか？

A

ぜひ、サポートブックで本人のことを伝えてください。

一日体験で預かった小学校入学前の子ども。言葉を理解していないわけではないのにどうしても人の言葉に反応できない…。さらには、かけられた言葉に良くない反応をしてしまう…。

本人もどうしていいかわからない状態で一日を過ごしたこの日。お迎えに来た家族の一言が、ずっと入ったのを見て、この子にはきっと“切り替え”のキーワードがあったんだろうなあ…。

もし、本人にとって大事なキーワードを学校側も知っていたら、子どもの一日がずいぶん違っていただろうなと感じました。

サポートブックは本人が表現しきれないことを伝える手段の一つです。

新しい環境で不安な点を、子どもの目線で伝えてみてください。

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちが通じる暮らしをめざして、当事者のお母さんと皇學館大学の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック「おたすけブック」はこちらからダウンロードできます。

Q

ショートステイを
利用することの不安
どうすればいい？

A

不安なところはサポートブックで伝えてみてください。

ショートステイを始めて利用する数日前。
ご飯を食べるときの癖、寝る前の儀式。
何げなくしている家族の関わり方を改めて見直して
みたら、いろんなことが気になってきました。

特にお魚は好きだけど、骨を取って一口大にな
っていないと食べられない…。
だけど、お肉は自分は切って食べられる…。
さて困った！

そんな時、こういう時はこう手伝ってくださいと
一つ一つ思いつくまま項目ごとに書きました。

そのサポートブックはとっても役に立ち、
関わってもらった方の安心にもつながって
慣れない環境の中で過ごす本人を、
そっと側面から支えるものになっていました。

(先輩ママの体験談より)

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちに通じる暮らし
をめざして、当事者のお母さんと皇學館大学
の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック
「おたすけブック」は
こちらからダウンロード
できます。

Q

薬の飲ませ方
みんな一緒じゃないの？

A

一人ひとり違います。
その子にあった飲ませ方を伝えましょう。

オブラートに包んで飲む。
シリンジを使って飲む。
同じ薬でも飲ませる時間帯が違ったり、
プリンに包んで飲んだり、
薬を飲むときの姿勢だったり…

薬の飲み方、飲ませ方は一人ひとり違います。

その他にも、楽な姿勢の保ち方だったり、
してはいけない姿勢だったり。
それぞれのやり方をサポートブックで伝えましょう。

言葉で伝えにくいことは、写真やイラストを使うと
伝わりやすくなります。

また、家族に連絡するタイミングや
救急車を呼ぶときなども伝えておくと安心ですよ。

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちが通じる暮らし
をめざして、当事者のお母さんと皇學館大学
の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック
「おたすけブック」は
こちらからダウンロード
できます。

Q

お箸やスプーンの
置き場所が違うだけで
食べられないこと
ありませんか？

A

本人の困り感を伝えるために、
サポートブックを活用してください。

ご飯をじっと見つめて食べない子。
食欲がないの？
どこか体調がすぐれないの？
どうしたんだろう？とオロオロする場面。

実は利き手が左手で、左側にお箸やスプーンが
置いていないとスムーズに食べることが
できないお子さんでした。

家族や本人にとっては、日々の当り前の習慣に
なっていることこそ見落としがちだったりします。

ささいなことですが、本人にとっては
とても大事なステップの一つです。
「こんな時はこうしてほしいな」を
サポートブックで伝えてみてください。

(ボランティアの体験談より)

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちが通じる暮らし
をめざして、当事者のお母さんと皇學館大学
の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック
「おたすけブック」は
こちらからダウンロード
できます。

Q

はじめての社会見学
大丈夫でしょうか？

A

本人が苦手とすることは
サポートブックで伝えましょう。

とつてもにぎやかな所は苦手。
色の多い所は苦手。
長時間のバス移動が苦手。
初めての大きな建物には入れないなど…。

そんな本人の困り感に、
イヤーマフをつけようね、とか
パニックになった時には静かな所で過ごそうね、
とか、具体的にしてほしいことをサポートブック
で伝えてください。

そうすれば、苦手な社会見学の手助けになるかも
しれません。

いつかは楽しめるようになるといいね！

(先輩ママの体験談より)

この子想いのサポートブックプロジェクト
このカードは、少しでも気持ちが通じる暮らし
をめざして、当事者のお母さんと皇學館大学
の協力を得て作成しました。



松阪版サポートブック
「おたすけブック」は
こちらからダウンロード
できます。