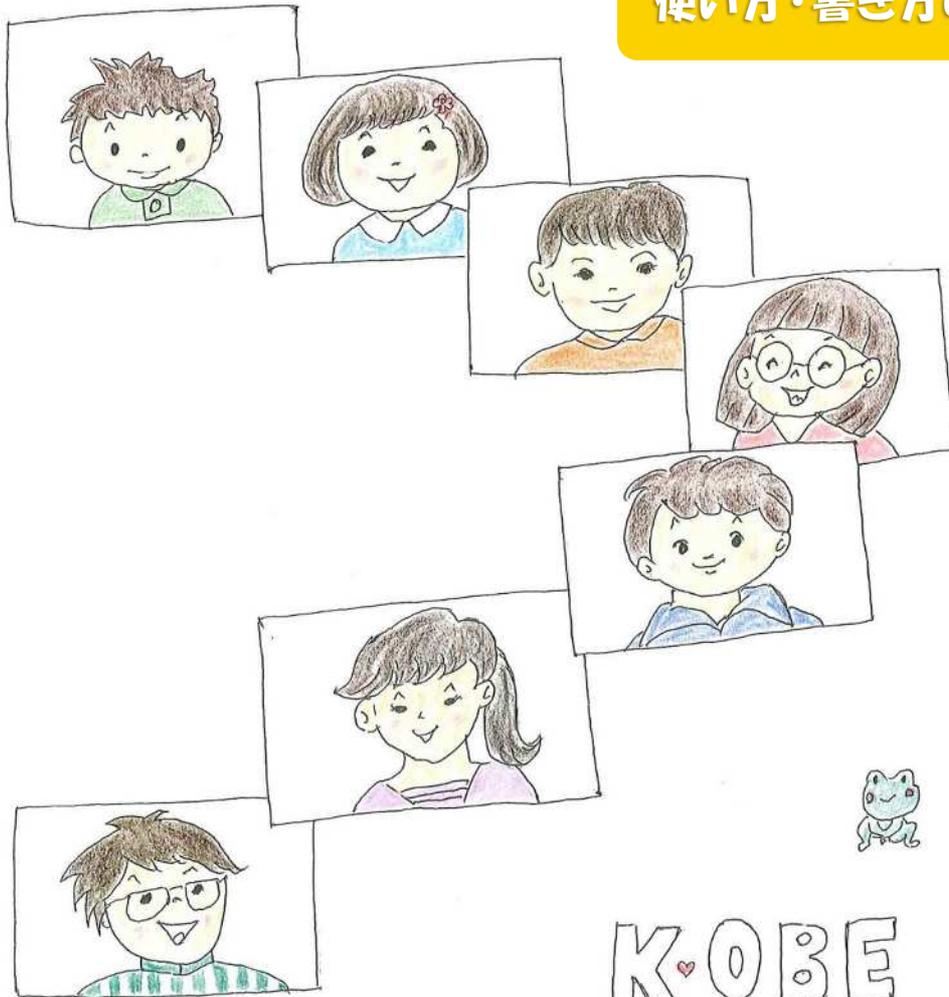


サポートブック こうべ

使い方・書き方の例



K[♥]OBE

☆はじめに☆

「サポートブック」という言葉を聞かれたことがあるでしょうか？

「サポートブック」は、家族以外の人に関わってもらうときに子どもの様々な情報を知ってもらうためのツールです。

使い慣れると大変便利な道具ですし、子どもの情報を整理すると、これまで気づかなかった一面が見えてきたりもします。しかし、実際に作るとなると「どうしたらいいのかわからない」と戸惑ってしまう方が多いかと思います。

この小冊子は、そのような方々に簡単に具体的な作り方を知ってもらうために作りました。最初は簡単なメモのようなものから始めるのがコツです。一方、記述が詳しすぎると預かる方も読み切れないことがあります。

サポートブックは、すべてを持ち歩く必要はありません。ファイル形式にして、必要に応じて、その一部を使えば良いのです。もちろん成長に合わせて作り変えが必要です。でも古い記録は捨てないでください。後から振り返ると、貴重な発達記録になります。

まず、あれこれ考えずに作ってみましょう。一人ではなく、皆でワイワイと話し合いながら作るのも楽しいものです。

これからも使いやすいサポートブックにしていきますので、気づかなかった点や改良点があれば、ぜひご意見をください。

平成20年3月作成神戸市サポートブック（初版）

神戸市サポートブック作成検討委員会

委員長 高田 哲（神戸大学教授 医学部保健学科：当時）

巻頭メッセージより抜粋しました

☆もくじ☆

・はじめに／もくじP. 1
・サポートブックについてP. 2
・使い方のポイントP. 2
・サポートブックの書き方P. 3
・書き方の見本P. 4～



サポートブックについて

●サポートブックって何？

サポートブックは、子どもに家族以外の人に関わってもらうときに、関わってくれる人（支援者）に知っておいてほしい「子どもの様々な情報」をまとめた冊子です。

サポートブックを支援者に渡すことで、新しい場所や初対面の人とでも、子どもが安心して楽しく過ごすための大きな助けになります。また、保護者にとっても支援者に子どもの情報を細かく説明することなく、伝えることができます。

●作るのは誰？

サポートブックを作成・管理するのは保護者です。また、預かってもらった支援者からの情報を加えることで、保護者と支援者とのコミュニケーションツールとしても役に立ちます。

●サポートブックの項目

サポートブックには、「本人の情報」、「コミュニケーション」、「人とのかかわり」、「活動」、「感覚・行動」、「パニック・危険なこと」、「日常生活」、「伝えたいこと」の項目があります。書き方の見本を参考に、記入できるようになっています。

使い方のポイント

1. 用途に応じて内容を選びましょう

このサポートブックは、必要なときや場所、目的に応じて、支援者に渡すページを調節できます。場面が変わると必要な支援は変わってきます。渡す相手に「この情報は使える！サポートブックすごいいい！！」と思われる内容を選びましょう。

2. コミュニケーションツールとして使ってみましょう

家と外での様子が全く同じお子さまは、あまりいないのではないのでしょうか？家庭内でのちょっとした「支援のヒント」を伝え、支援者からも「支援の工夫」を聞いてサポートブックに追加するなど、作ったサポートブックは、渡すだけでなく、サポートブックを元にして、支援者と話を広げていきましょう。

サポートブックの書き方

1. 書けるところから書きましょう

とにかく書けるところから書いていきましょう。難しく考える必要はありません。子どもが安全で楽しく過ごすために必要だと思うことを、思いつくままに書いていきましょう。最初はメモや走り書きでも構いませんし、すぐに思い出せない部分は空白でも良いのです。後で気づいたり、思い出したりしたときに書き入れるとよいでしょう。

2. 楽しく作りましょう

楽しみながら書いていきましょう。イラストやシール、写真などを使うと、きれいで見やすくなります。また、作ったファイルは、そのまま市販のクリアフォルダに入れたり、スマートフォンで撮影して保存するなど、持ち運びしやすく見やすい工夫を試してみてください。

3. 「〇〇であれば△△できます」という書き方をしましょう

例えば「スプーンであれば1人でご飯を食べることができます」のように書くと、支援者は何を手伝ったらよいかわかります。反対に、「□□できません」、という書き方では、支援者はどうしていいかわからず、困ってしまいます。できていないことよりもできていることに注目し、ご家庭でうまくいっている工夫を伝えるつもりで書いていきましょう。

4. 文章は、なるべく短くシンプルに

保護者から支援者に伝えたいことはたくさんあります。しかし長い文章になってしまうと、読みづらく、本当に伝えたい内容がぼやけてしまいます。どうしても文章が長くなってしまいそうなときは、箇条書きにしてみましょう。

5. 成長の記録として

成長とともに必要がなくなったと思ったページも、取り外し、成長の記録として保存しておきましょう。あとから振り返ると、子どもが着実に成長していることがわかります。



記入日 令和〇年 △月 ××日

記入者 神戸 花子(母)

■本人の情報

名前	ふりがな	こうべ はる			年齢	性別
		神戸 春			5歳	男・女
住所	神戸市中央区橋通3-4-1				生年月日	
					平成 △年 ○月 ×日	
病院等で告げられた病名・診断名等					呼び名	
確定している場合のみでかまいません。 自閉スペクトラム症					ふだん多くの人に呼ばれている呼び名を書きましょう。 はるくん	
医療的ケアの有無 <input type="checkbox"/> 在宅酸素 <input type="checkbox"/> 吸引 <input type="checkbox"/> 吸入 <input type="checkbox"/> 気管切開 <input type="checkbox"/> 経鼻チューブ <input type="checkbox"/> 胃ろう <input type="checkbox"/> 導尿 <input type="checkbox"/> 人工呼吸器 <input type="checkbox"/> その他					写真 現在の本人の顔がよくわかるものがよいでしょう。 	
かかりつけ医						
<input checked="" type="checkbox"/> 主治医名 三宮先生 病院名 神戸こどもクリニック <input type="checkbox"/> 主治医名 病院名 <input type="checkbox"/> 主治医名 病院名						
緊急連絡先	第1順位氏名	花子	関係	母	番号	(090)△△△ - ○○○○
	第2順位氏名	太郎	関係	父	番号	(090)××× - ○○△△
	第3順位氏名		関係		番号	-
在籍園・学校	園・学校名	神戸市立こべっこ学園				
	学年	年	組	さくら 組	担任	六甲先生
	住所	神戸市中央区こども町1丁目1-1			電話	-



プロフィール

ふりがな	こうべ はる		
名前	神戸 春		
呼び名	はるくん		
血液型	A型	性別	男



好き/得意なこと・もの	体を動かすこと / 競争することが好き 電車で出かける・電車の駅カードを集める
落ち着くもの・こと・場所	ポアなどの柔らかい帽子 / 独り言を言う / 部屋の隅っこ
苦手なこと・もの	ざわさわした人混み / 大きな音 30分以上待つこと / たわしなどチクチクしたもの

<身体について>

・目

良好 注意が必要 → メガネをかけています。運動の時はベルトで固定します。

・耳

良好 注意が必要 → _____

・鼻

良好 注意が必要 → _____

・口腔

良好 注意が必要 → _____

・手や腕

良好 注意が必要 → _____

・足

良好 注意が必要 → _____

・皮膚

良好 注意が必要 → 5~9月は日光に当たると湿疹ができることがあります
(できるだけ長袖を着せています)

・その他



コミュニケーション

あいさつ	<input type="checkbox"/> 自分から <input checked="" type="checkbox"/> 促しがあればできる <input checked="" type="checkbox"/> しぐさ・ジェスチャー(頭を下げる、手を挙げる)はできる <input type="checkbox"/> できない
詳細やサポートの方法など <p style="color: green; font-weight: bold;">いつも行っている園では肩をポンと叩くと、声を出して挨拶できますが、それ以外のあまり慣れていない人には、頭を下げるくらいです。</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	

要求する (ほしい、したい)	<input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> 難しい → <input checked="" type="checkbox"/> 言葉は出るが伝わりにくい <input type="checkbox"/> 単語程度 <input type="checkbox"/> しぐさや表情のみ <input checked="" type="checkbox"/> 泣く・奇声を出す <input type="checkbox"/> 行動で示す <input type="checkbox"/> 固まる・だまる
詳細やサポートの方法など <p style="color: green; font-weight: bold;">独り言のように話すため、聞こえにくく誰に行っているか分からないことが多いです。なかなか気づいてもらえないと、泣き始めます。 →顔が赤くなって下を向いていると泣き始める前兆なので、気づいたら「どうしたの？」と声をかけています。</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	

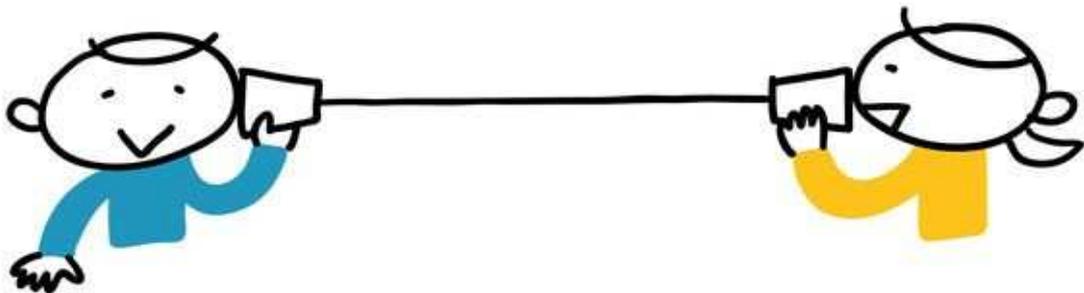
要求する (拒否、SOS)	<input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> 難しい → <input type="checkbox"/> 言葉は出るが伝わりにくい <input checked="" type="checkbox"/> 単語程度 <input type="checkbox"/> しぐさや表情のみ <input type="checkbox"/> 泣く・奇声を出す <input checked="" type="checkbox"/> 行動で示す <input type="checkbox"/> 固まる・だまる
詳細やサポートの方法など <p style="color: green; font-weight: bold;">単語をくり返し言います。ときどきもどかしくなって手が出ることがあります。 →文脈が分かりにくいので、両手を握りながら「○○(単語)が？」とゆっくり聞くと、経過をぼつぼつと言えることが出てきました。</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	

本人特有の表現のしかたなど、ふだんの関わりの中でいつもしていることや、気づいたことを書きましょう。また、あなたしかわからない表現は、特書いておきましょう。

コミュニケーション

理解・きくこと	<input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートが必要 → <input checked="" type="checkbox"/> 二語文程度で <input type="checkbox"/> 単語程度で <input checked="" type="checkbox"/> 指差しやジェスチャー <input type="checkbox"/> 写真や絵
詳細やサポートの方法など <p style="color: green; font-weight: bold;">二語文であれば、2・3つまとめて伝えても覚えられるようになってきました。 指で1、2つ目…と示すとよりわかりやすいようです。</p> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> ふだん何気なくしているやり方を思い出してみ、 どんな伝え方をしているか書いてみてください。 </div>	

表現・話すこと	特徴: <input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり → <input type="checkbox"/> 吃音 <input type="checkbox"/> 独り言 <input type="checkbox"/> 発音が不明瞭 <input checked="" type="checkbox"/> 早口 <input type="checkbox"/> 声が小さい <input type="checkbox"/> 声が大きい <input type="checkbox"/> 言われたことを繰り返す <input checked="" type="checkbox"/> その他、独特の表現
詳細やサポートの方法など <p style="color: green; font-weight: bold;">不安があると特に早口になります。途中で止めてもよいので、肩をそっと触り、名前を呼ぶと自分で気づけます。 「～したら殴るぞ！」等きつい口調で話すことにハマっています。注意すると、余計に面白がって連発するため、取り合わず、淡々と適切な言葉を大人が言い換えて対応しています。</p>	



人とのかかわり

家族関係	<input type="checkbox"/> 良好 <input checked="" type="checkbox"/> 気になることがある <p>母がいると甘えて、自分でやいたがらないことが多いので、最近、「できているよ」と声をかけて自分でさせるように励ましています。</p>
------	---

初めての人と	<input type="checkbox"/> 良好 <input checked="" type="checkbox"/> 気になることがある <p>人見知りが強い。</p>
<p>詳細やサポートの方法など</p> <p>身近な人にしがみついて挨拶も難しい時があります(特に年配の男性)。 無理に目を合わせなくても、「あーくーしゃ!こんにちは」と握手をすることで、慣れていくようです。</p>	

大人と	<input type="checkbox"/> 良好 <input checked="" type="checkbox"/> 気になることがある <p>甘えてしまう</p>
<p>詳細やサポートの方法など</p> <p>少し不安や苦手だと思えることがあるときに、近くに大人がいると自分でせずに、投げ出してしまうことがあります。 →手はかさず、少し見本を見せたり、「できているよ」と応援して自分でさせるようにしています。</p>	

子ども同士で	<input type="checkbox"/> 良好 <input checked="" type="checkbox"/> 気になることがある <p>ちょっかいを出してトラブルになることがある</p>
<p>詳細やサポートの方法など</p> <p>あまり自分から関わっていきず、そばをうろうろしたり、ちょっかいを出すことがあります。 →「何してるの?」「これ一緒にやろう」といったフレーズを練習中です。ウロウロしている時に「何て言うんだった?」と聞くと、自分から言えることがあります。</p>	

<気になることの例>

人見知り／緊張が高い／視線が合いにくい／相手との距離が近い／積極的／受動的

<サポートの例>

そばで見守る／声かけ／一緒に／ゆっくり待つ

活動

注意・集中	集中する： <input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートがいる 集団活動になると集中が途切れやすく、自分のしたいことをしようと するため、1つの活動中に2, 3回目を合わせたり、声をかけたりして もらっているようです。
	見つける・探す： <input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートがいる 急いでいると特に、引き出しの中や鞆の中から探し物を素早く見つけ られず、「ないない」と言います。 →声をかけず、見守っていると安心して落ち着けることが多いです。
	同時に作業する： <input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートがいる 絵本の読み聞かせ中に、質問をされたいすると、見るのに夢中で質問が 耳に入っていないことがあります。見るか聞くかどちらかに集中できる よう、質問や話しかけるときは絵本は閉じてからにしています。
	切り替え： <input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートがいる 工作など手作業をしているときに、話しかけられても気づきにくく、切り 替えが苦手です。→アラームで切り替えを気づかせ、耳のイラスト(きく) など目で見えるアイテムですべきことを知らせています。
課題への取り組み	着席： <input type="checkbox"/> 1人でできる <input checked="" type="checkbox"/> 姿勢が崩れる <input type="checkbox"/> 声かけて維持できる <input type="checkbox"/> 誰かと一緒にできる <input type="checkbox"/> その他 10分くらいで崩れ始めるので、途中でできていることを伝えたり、 目線を合わせたりして注意を促してもらっています。
	発表： <input type="checkbox"/> 1人でできる <input type="checkbox"/> 誰かと一緒に <input type="checkbox"/> 少し時間がかかる <input checked="" type="checkbox"/> 言うことが決まっていればできる <input type="checkbox"/> その他 はい、いいえで答えられるものは答えられます。 言うフレーズが決まっているときは、事前に知らせて練習が必要なようです。
遊び・過ごし方	特徴： <input type="checkbox"/> 集団で過ごす <input checked="" type="checkbox"/> 1人で過ごす <input type="checkbox"/> 同じ遊びを続ける <input type="checkbox"/> 遊びや場所が様々に変わる <input type="checkbox"/> その他 基本的には1人で遊ぶことが多いですが、最近少し他の子の様子を見て いることがあります。「一緒のことする？」と誘うと、同じおもちゃを持っ てくることがあるので、誘いかけを意識して行っています。

<サポートの例>

声かけ／指差し／絵カード／体に触れる／アラームを鳴らす／視線やジェスチャーで合図／見守る



活動

運動・作業	<p>体全体を使う運動： <input type="checkbox"/>得意 <input checked="" type="checkbox"/>サポートが必要</p> <p style="text-align: center;">口頭指示では正しく動かさせませんが、見本があると真似ができます。</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>手先の細かな作業： <input type="checkbox"/>得意 <input type="checkbox"/>サポートが必要</p> <p style="text-align: center;">力の調整が苦手なので、そっと動かす必要がある時などは、後ろから抱えるように手を持って教えています。</p> <p>-----</p> <p>-----</p>
-------	---

行事	<p><input type="checkbox"/> 1人で参加できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートが必要</p> <p style="text-align: center;">事前予告をしています。前日までに会場や行先の写真を見せたり、持ち物を見せたりしています。</p> <p>-----</p> <p>-----</p>
----	---

集団での様子

指示・ルール理解	<p>指示の出し方： <input type="checkbox"/> 全体指示で <input checked="" type="checkbox"/> 個別の声掛けで</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> その他</p>
<p>-----</p> <p>詳細やサポートの方法など</p> <p style="text-align: center;">全体指示を聞き逃しやすいため、全体指示の前に先生の近くに呼んだり、しっかり目が合うのを確認してから指示していただいているようです。</p> <p>-----</p> <p>-----</p>	
移動・整列	<p><input type="checkbox"/> 1人でできる <input checked="" type="checkbox"/> 誰かと一緒に <input type="checkbox"/> 少し時間がかかる</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> その他</p>
<p>-----</p> <p>詳細やサポートの方法など</p> <p style="text-align: center;">気になるものがあると、列から外れてしまうことがあります。</p> <p style="text-align: center;">お友達と手を繋いでいるとマシなようです。</p> <p>-----</p> <p>-----</p>	

<サポートの例>

見本がある／体をもって誘導／そばで声かけする／見守り／真似をする

感覚 / 行動

敏感・鈍感なもの	敏感なもの: <input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり → <input checked="" type="checkbox"/> 音 <input type="checkbox"/> におい <input type="checkbox"/> 肌触り <input checked="" type="checkbox"/> 光 <input type="checkbox"/> 痛み <input type="checkbox"/> 味 <input type="checkbox"/> その他 <p style="text-align: center; color: green;"> 子どもの高い声や物が床に落ちたときの音が苦手です。 突然でびっくりすると耳をふさいで立ち尽くすことがあります。 黙って肩をさすると落ち着くことが多いです。 </p>
	鈍感なもの: <input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり → <input type="checkbox"/> 音 <input type="checkbox"/> におい <input type="checkbox"/> 肌触り <input checked="" type="checkbox"/> 光 <input checked="" type="checkbox"/> 痛み <input type="checkbox"/> 味 <input type="checkbox"/> その他 <p style="text-align: center; color: green;"> 血が少し出ているくらいの怪我だと、気づかないこともあります。 外遊びの後は、一応手足の怪我がないか確認をしています。 </p>

行動の切り替え	<input type="checkbox"/> できる <input checked="" type="checkbox"/> サポートがいる → <input type="checkbox"/> 声かけ <input type="checkbox"/> アラーム <input checked="" type="checkbox"/> 体に触れる <input type="checkbox"/> 絵カード <input checked="" type="checkbox"/> 視線やジェスチャーで合図 <input type="checkbox"/> その他
	詳細やサポートの方法など <p style="text-align: center; color: green;"> 肩をたたき、名前を呼ぶと、顔が上がるので、目が合ったら指差しなどで周りを見るよう促したり、すべきことをジェスチャーで示しています。 </p>

こだわり (物・行動など)	<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり <p style="text-align: center; color: green;"> ハンカチをずっと身につけている(手にしている) </p>
	詳細やサポートの方法など <p style="text-align: center; color: green;"> くしゃくしゃにして、持っていることで安心につながるようです(以前はバスタオルでした)。 </p>



パニック・危険なこと

○○な時 ○○があると	どうなる	工夫できること 練習していること
登園時に いつもと違う配置や 飾りがある	部屋に入れたがらない、もしくは走っていき、 それらを壊そうとする	・事前にわかっているときは、 「今日は○○(飾りの内容)があるよ」 等と予告する ・起こってしまったら、後ろから黙って 抱えて離し、落ち着かせてから話をする

保護者と離れてほかの人と過ごすとき、パニック
 になったり、危険な状態になったりすることをで
 きるだけ避けるために、これまでの経験をもとに、
 わかりやすく書いておきましょう。



日常生活

食事	<p>手段: <input checked="" type="checkbox"/>おはし <input type="checkbox"/>スプーン <input type="checkbox"/>フォーク <input type="checkbox"/>手づかみ</p> <p>好きな物: _____ 嫌いな物: トマト、ナス</p> <p>ぐにゃっとした触感が苦手なようです。細かくして料理に混ぜています。 それだけをのけようとするのですが、スプーン一杯分だけすくって「これでおしまい」と渡して食べさせています。</p>
----	--

トイレ	<p>様式 : <input type="checkbox"/>洋式のみ <input type="checkbox"/>和式のみ <input type="checkbox"/>両方OK</p> <p>動作 : <input type="checkbox"/>1人でできる <input checked="" type="checkbox"/>声かけが必要 <input type="checkbox"/>サポートが必要</p> <p>尿・便意: <input type="checkbox"/>自分で分かる・言える <input checked="" type="checkbox"/>声かけが必要 <input type="checkbox"/>分からない・言えない</p> <p>行きたい気持ちがあっても、先生に伝えるタイミングが分かっていないので、足をもじもじさせたり、つま先をトントンしていたら声掛けをしています。</p>
-----	--

身じたく	<p><input type="checkbox"/>服の用意からできる <input type="checkbox"/>用意があればできる</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>動作にサポートが必要 <input type="checkbox"/>仕上げのチェックが必要</p> <p>・長袖の場合、袖を通しにくく肘を支えています。 ・チャックは、最初の3cm程をはめると後はできます。 ・脱ぐことは基本的に1人でできます。</p>
------	---

用意・物の管理	<p><input type="checkbox"/>1人でできる <input type="checkbox"/>声かけや指示で <input type="checkbox"/>見本や手がかりで <input type="checkbox"/>見守りで</p> <p><input type="checkbox"/>忘れ物が多い <input type="checkbox"/>片付けが苦手 <input checked="" type="checkbox"/>物の扱いが雑になる</p> <p>袋を用意していますが、上手く入れられずくしゃくしゃになることが多いです。 入れやすい物を探し中です。</p>
---------	---

外出	<p>交通機関: <input type="checkbox"/>1人で乗れる <input checked="" type="checkbox"/>サポートがいる</p> <p>きょうきょうして落ち着かず、興奮してしまうことがあるため、出来るだけ人が少ない車両に乗ったり、人が視界に入りにくい席を選びます。</p> <hr/> <p>公共の場: サポートが <input type="checkbox"/>いない <input checked="" type="checkbox"/>いる (店、映画館など)</p> <p>上記と同じです。</p>
----	--



伝えたいこと

この1年で 成長したところ	<p>まだサポートはいいですが、自分で身支度出来るところが増えました。 また、お友達と一緒に遊ぶ姿がみられました。</p>
------------------	---

頑張りのこと	<p>朝のあいさつを家族以外にもすること(うなずきはOK)。 行動の切り替えは、グッズがまだ必要です。</p>
--------	---

今後の課題	<p>声掛けをして行動するタイミングを教えていることがいくつかあるため、 徐々にサポートを減らしていきたいです。</p>
-------	--

フリー欄

