

保護者の方へ

子育ての困りごと、 ありませんか？

Withコロナ



～うちの子ちょっと育てにくい？～

(お子さんの育ちや行動が気になるとき)



友達や周りの大人と

- 一方的に話することが多い
- あまり人と関わらず、一人遊びが多い

運動や学習面で

- 言葉が遅い
- 授業中に教室から飛び出してしまう
- 文字を書くことや読むことが難しい



日常生活で

- 落ち着きがない、集中力がない
- 破ろうとしているわけではないのにルールや約束事が守れない
- 支度や片付けが苦手
- 人混み、大きな音、光などの刺激が苦手
- 急な予定変更があると、パニックになる



一人で悩まないでください。

お子さんのこのような行動や状況は、育て方のせいではありません。お子さんのせいでもありません。

また、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための不要不急な外出の自粛等により、不安やストレスを抱えていませんか。家の中で子どもや家族と過ごす時間が長くなってくると、イライラしたり、気分が落ち込んだりすることがあるかもしれません。お子さんと長時間一緒にいることによって、お子さんの育ちや行動について、気になることがでてくるかもしれません。

この冊子では、子育てをみんなで支えあうための、ご家庭での工夫や相談機関等のサポートについてご紹介します。

令和2年度

陸前高田市



新型コロナウイルスとストレスについて

新型コロナウイルスの感染症の拡大で、非日常の連続により、お子さんもお家族も多くのストレスを感じています。

いつもと違う行動や反応が見られても不思議ではありません。

「国立研究開発法人 国立成育医療研究センター」では、新型コロナウイルスと子どものストレスについて、ストレスによる子どもたちの反応や、子どもたちとの向き合い方を紹介しています。

国立研究開発法人 国立成育医療研究センターHP：<http://www.ncchd.go.jp/>

こんなことはありませんか？

◆ あふれる情報 ◆

- ・新型コロナウイルス感染症に関する新しい情報が毎日入ってきます。
- ・自分や家族も感染するのではないかと不安になります。

◆ 変わる環境 ◆

- ・突然の休校
- ・外出自粛
- ・大切なイベント（卒業式や入学式など）の中止 など



子どものストレス反応

◆ からだの症状 ◆

- ・頭がいたい
- ・お腹が痛い
- ・眠れない



◆ 行動面の変化 ◆

- ・落ち着きがない
- ・いつもよりよくしゃべる
- ・しがみついて離れない
- ・夜尿、おもらし
- ・遊びの中で繰り返し今起こっていることを再現する
- ・食欲が増える／減る
- ・よく泣く
- ・言動が幼い
- ・わがままになる

どうしたらいいの？

◆ 日常を維持する ◆

- いつもと同じ時間に起きる
- 規則正しく食事をする
- 学校があるときと同じように勉強する
- いつもと同じ時間に寝る

など



◆ 子どもの気持ちを聴きましょう ◆

- どんな気持ちであっても否定せず、受け止める
- 「いやだったんだね」「そうだね。そう思ったんだね」「上手にお話しできたね」などを伝え返すことによって、受け止めたことを伝える。
- つらくても子どもなりにがんばっていることを認め、ほめる。

◆ 親子でできるアクティビティの例 ◆

- ラジオ体操、ストレッチ、ゲーム、お絵かき、粘土 など

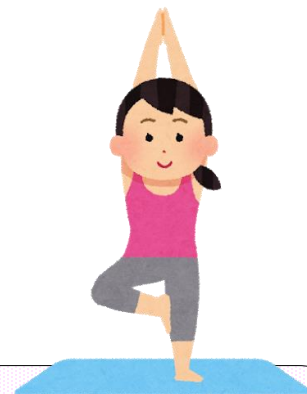
◆ 大人のセルフケアも大切 ◆

勤務形態が変わったり、経済面の心配があったり、子どもとかかわる時間が増えたりと、非日常の毎日で大人も疲れています。

◎ リラックス方法を見つける

- ヨガをする
- ランニングをする
- 読書をする
- 音楽を聴く

など



つらい時、ひとりで抱え込まず、信頼できる人や公的な相談窓口にご相談しましょう。（陸前高田市の相談窓口は、7ページ～8ページを参照）

陸前高田市家庭児童相談室では、LINEによる相談も受け付けています。（平日午前8時30分～午後5時15分まで）

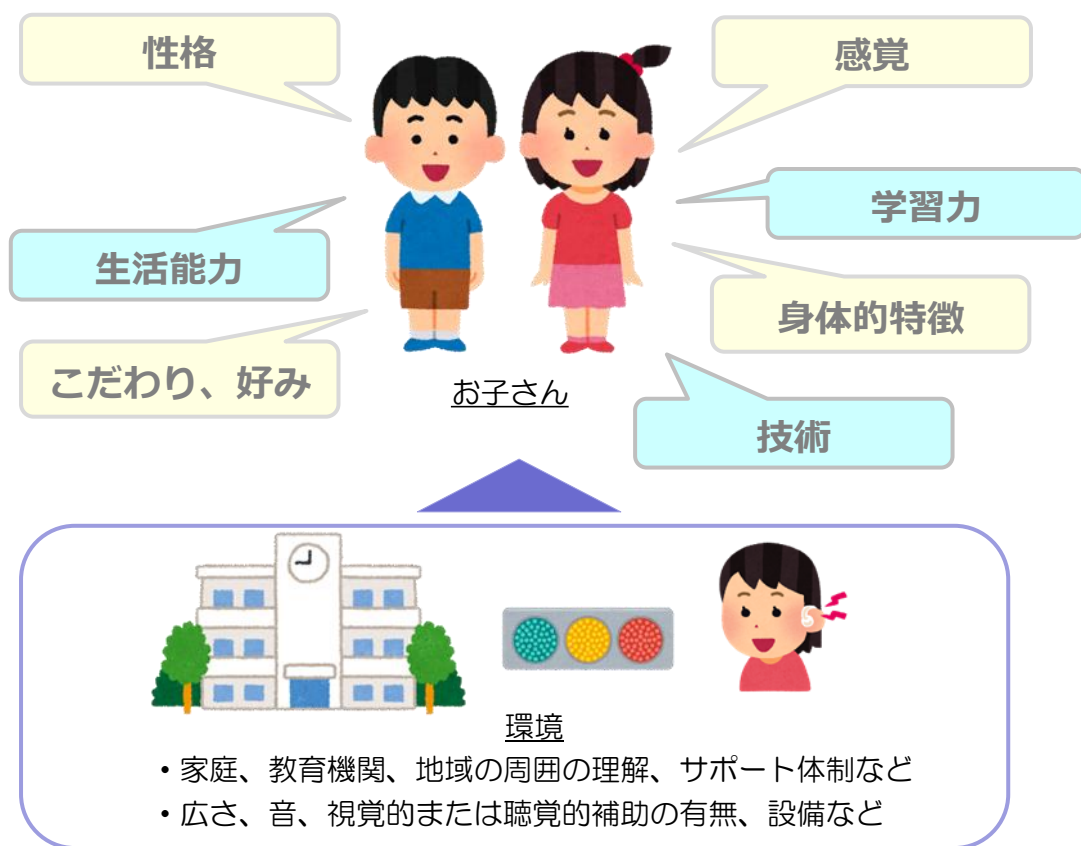


LINEアカウント

それぞれのお子さんに合った 接し方やサポートをすることが大切です。

前ページの行動や状況は、お子さんがわざとやっているのではなく、何かに困っているからなのかもしれません。

成長のスピードや、成長の仕方は一人一人異なります。それぞれのお子さんの特徴を踏まえ、その子に合った接し方をしたり、環境を整えてあげることで、お子さんの困りごとを減らすことができます。



ご家庭のみでなく、様々な相談機関から情報を得ることで、その子に合った接し方やサポートを見つけたいきましょう。

ご家庭でできる
工夫について



P. 5

相談先
について



P. 7



どうしたらよい？

ご家庭で工夫できる接し方

ポジティブな関わり方をしましょう。

- できなかったことを叱るのではなく、できたことを褒めましょう。
- 「それはダメ」と否定するのではなく、どうすると良いかを伝えましょう。

伝え方を工夫しましょう。

(例)

- 短い文章で、具体的に伝えましょう。
- 写真や絵などで示しながら伝えましょう。
- 1日の活動の流れや、予定の変更などについて事前に伝え、見通しを持てるようにしましょう。



ご家庭で工夫できる環境の整え

困っているお子さんの中には、感じ方（感覚）に特徴がある方が多くいます。お子さんが苦手なものと上手に向き合えるよう、安心できる環境をつくってあげましょう。

感覚の過敏さ

(例)

- 特定の音を過度に嫌がる
→音が聞こえすぎたり、特定の音が痛く聞こえていたりする場合があります。イヤーマフを活用しましょう。
- 乗り物の中のおいや食べ物のおいを嫌がる
→マスクをしましょう。
- 服を着ることを嫌がる
→タグや生地が痛いと感じる可能性があります。タグを切ったり、好きな生地を探して心地よく着られる服を何枚か用意しましょう。
- 冷たい水やシャワーを嫌がる
→水を痛いと感じているかもしれません。濡れタオルを活用しましょう。



様々な制度やサービスがあります。

子育てや就学等に関して、お子さんや保護者の方を支援する様々な制度やサービスがあります。

地域子育て支援センター

乳幼児のいる子育て中の親子の交流や育児相談、情報提供等を行っています。子育て相談員が子育てに関する不安や悩みについての相談に応じます。

保育所

保育所は保護者が就労などのため、家庭で保育できない場合に、保護者に代わって保育を行います。

児童発達支援

集団療育及び個別療育を行う必要があると認められる未就学の障がい児を対象に、日常生活の基本的な動作の指導等の支援を行います。

就学相談窓口

年間5回（6月、8月、10月、12月、2月）に就学前の子供の学校選択や学習環境に関する相談や市内小中学校在籍児童生徒の就学相談等を教育委員会担当者が行っています。

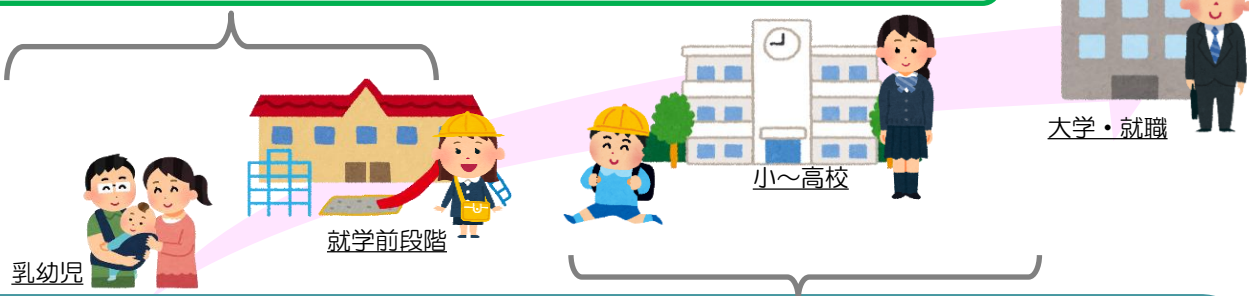
放課後等デイサービス事業所

集団療育及び個別療育を行う必要があると認められる就学児を対象に、放課後や夏休み等の長期休暇中において、生活能力の向上のために必要な訓練等を行います。

就職
(ハローワーク・ユニバーサル就労支援センター等)

育児相談（市役所保健福祉課保健係）

随時、保健師等が育児に関する相談に応じます。



就学（県、市）

お子さん一人一人に合った学びや支援を提供できるよう、様々な学びの場があります。お子さんや保護者の方の意見、専門家の意見、学校や地域の状況等を踏まえ、就学先を決定します。就学した後でも、お子さんの状況等により柔軟に変更することは可能です。

通常の学級

通常の学級においても、配慮を要する児童生徒のために、授業方法や教材を工夫して、わかりやすい授業を行っています。

通常の学級 + 通級による指導を行う教室

※在籍校で受ける場合と他校で受ける場合があります。

普段は、在籍している通常の学級において授業を受け、学習上または生活上の困難など特性に応じて、別の場で特別の指導を行います。（小・中）

特別支援学級

障がいの種別ごとに置かれる少人数の学級です。障がいのある児童生徒一人一人に応じた教育を行っています。（小・中学校）

特別支援学校

障がいの程度が比較的重い児童生徒を対象とし、障がいによる学習上または生活上の困難を克服し、自立を図るための教育を行います。

※学校における障がいのある児童生徒と障がいのない児童生徒の交流及び共同学習の機会の設置を推進しています。



困ったときは相談してください。

陸前高田市の相談窓口

陸前高田市

発達に関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
市役所子ども未来課	子どもに関する総合相談窓口	☎ 0192-54-2111（平日8:30～17:15） 🏠 陸前高田市高田町字鳴石42番地5
市役所保健福祉課 保健係	保健師による育児に関する相談等	☎ 0192-54-2111（平日8:30～17:15） 🏠 陸前高田市高田町字鳴石42番地5
ふれあい教室 （児童発達支援事業 基準該当）	発達面や行動面、ことば、保育所・保育園や家庭生活による相談等 ・保健師による出張育児相談 ・言語聴覚士によることばの相談 等	☎ 0192-22-8673（平日9:00～16:00） 🏠 陸前高田市高田町字東和野11番地 （保健福祉総合センター内）

子育てに関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
地域子育て支援センター あゆっこ	子育て相談員による子育てに関する不安や悩みについての相談等	☎ 0192-55-6261（平日9:30～15:30） 🏠 陸前高田市気仙町字三本松41番地19（気仙保育所内）
地域子育て支援センター にここ		☎ 0192-56-4600（平日9:30～15:30） 🏠 陸前高田市広田町字大久保25番地（広田保育園内）
地域子育て支援センター たかた		☎ 0192-54-4830（平日9:30～15:30） 🏠 陸前高田市高田町字中和野36番地2（高田保育所内）
おやこの広場 きらりんきっす		☎ 0192-47-3908（平日9:30～15:00） 🏠 陸前高田市高田町字館の沖111アムウェイハウス「まちの縁側」

就学に関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
市役所教育委員会 学校教育課	就学等に関する総合相談窓口	☎ 0192-54-2111【内線272、273】 （平日8:30～17:15） 🏠 陸前高田市高田町字鳴石42番地5
適応支援教室 （ジャンプスクール）	学校不適応に関する相談窓口	☎ 090-5598-8329（平日9:00～15:30） 🏠 陸前高田市米崎町字神田113番地

その他相談窓口

名称	内容	問合せ先
ユニバーサル就労 支援センター	「働きづらさを抱えている人に対し、社会との関係性を回復し、その人に適した働き方を実現することを支援。」	☎ 0192-22-8465（平日11:00～19:00） 🏠 陸前高田市竹駒町十日市場3番地2

岩手県

相談機関

名称	内容	問合せ先
岩手県福祉総合相談センター 児童相談課	子どもに関する相談等	☎ 0196-29-9604（平日8:30～17:30） 🏠 盛岡市本町通3丁目19番1号
岩手県福祉総合相談センター 児童相談課	療育手帳関係（18歳未満）	☎ 0196-29-9606（平日8:30～17:15） 🏠 盛岡市本町通3丁目19番1号
岩手県福祉総合相談センター 障がい保健福祉課	子どもの発達に関する相談等	☎ 0196-29-9613（平日9:00～16:30） 🏠 盛岡市本町通3丁目19番1号
岩手県福祉総合相談センター 子ども・家庭テレフォン	育児不安や子どもの発達に関する相談等	☎ 0196-52-4152（平日9:00～16:30） 🏠 盛岡市本町通3丁目19番1号
岩手県精神保健福祉センター こころの電話相談	心の健康に関する相談	☎ 0196-22-6955（平日9:00～21:00） 🏠 盛岡市本町通3丁目19番1号
岩手県一関児童相談所	子どもの発達や行動等子どもに関すること全般にかかる相談等	☎ 0191-21-0560（平日8:30～17:00） 🏠 一関市竹山町5番28号
岩手県家庭児童相談センター 社会福祉法人大洋会	地域の児童福祉に関する様々な困りごとに関する相談等	☎ 0192-21-3130（平日9:00～19:00） 🏠 大船渡市立根町下欠125番地15
岩手県発達障がい支援センター ウィズ	発達障がいやその支援に関する相談等	☎ 0196-01-3203（平日9:00～17:00） 🏠 紫波郡矢巾町医大大通り2丁目1番3号 岩手県立療育センター相談支援部内
発達障がい沿岸センター	発達障がいやその支援に関する相談等	☎ 0193-55-5590（平日9:00～17:00） 🏠 釜石市大渡町2丁目6番23号TRYビル2階

早期教育相談

名称	内容	問合せ先
岩手県立総合教育センター ふれあい電話	学校・教育に関する相談等	☎ 0198-27-2331（平日9:00～17:00） 🏠 花巻市北湯口第2地割82番地1 岩手県立総合教育センター内
岩手県立総合教育センター コスモダイヤル	子どもの発達に関する教育相談等	☎ 0198-27-2473（平日9:00～17:00） 🏠 花巻市北湯口第2地割82番地1 岩手県立総合教育センター内

小児科オンライン

平日18時～22時に小児科医にLINEや電話でご相談いただけます。
(メッセージチャット、音声通話、動画通話に対応。)

📱 <https://syounika.jp>

LINEアカウント



陸前高田市の就学支援

スタッフ

学校や地域に、お子さんの就学を応援するスタッフがいいます。



巡回支援相談員

保護者の方からの相談を受けたり保育所、保育園、小学校や関係機関との連絡・調整を担います。
(幼・小)



特別支援教育支援業務従事者

日常生活上の介助や、学習支援などを行います。(保育所・保育園・小・中)



スクールカウンセラー・ スクールソーシャルワーカー

それぞれ、学校教育に関する心理、福祉の専門家として、カウンセリングや関係機関の連携・調整等を行います。

学びの場

(令和2年度現在)

	学校名	障がい種別								
		視・弱視	聴・難聴	肢	病・弱	知	言	情・自	学習	多動
特別支援学校	県立気仙光陵支援学校			○		○				
特別支援学級	高田小学校					○		○		
	気仙小学校					○				
	広田小学校					○		○		
	小友小学校							○		
	米崎小学校	○				○		○		
	竹駒小学校					○				
	横田小学校					○		○		
	高田第一中学校		○			○		○		
	高田東中学校					○		○		
通級による指導を行っている学校	高田小学校ことばの教室						○			
	気仙小学校ことばの教室						○			

就学に関する相談や学校見学を受け付けております。相談の申し込み手続きなどにつきましては教育委員会までご連絡下さい。

陸前高田市教育委員会 学校教育課教育研究所

☎ 0192-54-2111 【内線272、273】



陸前高田市の子育て支援 1

施設

地域子育て支援拠点事業所

乳幼児のいる子育て中の親子の交流や育児相談、情報提供を行っています。
子育て相談員が子育てに関する不安や悩みについての相談に応じます。
また、子育て支援に関する講習等を実施しています。

※ 各施設の情報は、令和元年8月時点のものであることから、詳細等については各施設にお問い合わせください。

① 子育て支援センター あゆっこ



支 援：交流ひろば、子育て相談

受 付：月～金 9：30～12：00

13：00～15：00（午後は個別利用）

対象者：就学前の保育所（園）に未入所のお子さんとその家族、妊婦

その他：任意傷害保険代年額800円負担あり

🏠 陸前高田市気仙町字三本松41番地19（気仙保育所内）

☎ 0192-55-6261

🌐 <http://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/>

② 子育て支援センター にこにこ



支 援：交流ひろば、子育て相談

受 付：月～金 9：30～12：00

13：00～15：00（午後は個別利用）

対象者：就学前の保育所（園）に未入所のお子さんとその家族、妊婦

その他：任意傷害保険代年額800円負担あり

🏠 陸前高田市広田町字大久保25番地（広田保育園内）

☎ 0192-56-4600

🌐 <http://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/>

③ 子育て支援センター たかた



支 援：交流ひろば、子育て相談

受 付：月～金 9：30～15：00（火・水・金の午後は個別利用）

対象者：就学前の保育所（園）に未入所のお子さんとその家族、妊婦

その他：任意傷害保険代年額800円負担あり

🏠 陸前高田市高田町字中和野36番地2（高田保育所内）

☎ 0192-54-4830

🌐 <http://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/>

④ おやこの広場 きらりんきっず



支 援：交流ひろば、子育て相談

受 付：月～金 9：30～15：00

対象者：就学前のお子さんとそのご家族

🏠 陸前高田市高田町字館の沖111アムウェイハウス「まちの縁側」

☎ 0192-47-3908

🌐 <http://kirarinkids.jp/index.html>

陸前高田市の子育て支援 2

施設

障がい児通所支援事業所

障がい（発達障がいを含む）や支援が必要なお子さん、対象疾患（難病）のため、通所による療育等の支援が必要な児童を対象に、日常生活における基本的動作の指導、独立自活に必要な知識技能の付与または集団生活への適応のための訓練等を行います。

※ 利用にあたっては、子ども未来課または相談事業所にご相談ください。

- 陸前高田市福祉部子ども未来課 ☎ 0192-54-2111（内線202）
- （社福）愛育会 チャレンジドまちかど相談室リンク
高田町字中田 8 6 番地 1 2 ☎ 0192-55-6225
- （社福）燦々会 さんさん
高田町字東和野 3 7 番地 1 ☎ 0192-47-4612
- （社福）大洋会 地域活動支援センター 星雲相談室
大船渡市盛町字東町 1 1 番地 1 2 ☎ 0192-21-1305

⑤ ふれあい教室（児童発達支援事業基準該当）



支 援：児童発達支援（未就学児）
利 用：月～金 9:00～16:00
🏠 陸前高田市高田町字東和野11番地
陸前高田市保健福祉総合センター内
☎ 0192-22-8673
🌐 <http://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/>

⑥ あふたーすくーる すてっぷ（放課後等デイサービス事業）



支 援：放課後等デイサービス（就学児）
利 用：月～金 11:00～17:30
🏠 陸前高田市高田町字太田 1 3－1 1
☎ 0192-47-5178

⑦ アップル（放課後等デイサービス事業）



支 援：放課後等デイサービス（就学児）
利 用：月～土 9:00～17:00
🏠 陸前高田市高田町字山苗代23番地2
☎ 0192-47-4652
🌐 <http://www.taiyokai.or.jp>

陸前高田市の子育て支援 3

施設

保育所

就労などのため、家庭で保育のできない保護者に代わって保育する施設です。保護者が「保育を必要とする事由」に該当することが必要です。

必要書類を保育所、子育て支援センター、子ども未来課もしくは陸前高田市ホームページから入手し、保育所または子ども未来課へ提出のうえお申込みください。陸前高田市福祉部子ども未来課 ☎ 0192-54-2111（内線205）

保育所名	公・私	所在地等	電話番号
高田保育所	公立	高田町字中和野36番地2	54-3157
小友保育所	公立	小友町字柳沢前114 番地	56-2800
気仙保育所	公立	気仙町字三本松41番地19	55-3031
広田保育園	私立	広田町字大久保25 番地	56-3000
米崎保育園	私立	米崎町字川内140番地1	55-3047
横田保育園	私立	横田町字黄金山44 番地	59-2023
竹駒保育園	私立	竹駒町字館13番地1	55-4345
下矢作保育園	私立	矢作町字諏訪44番地	55-2523

施設

認定こども園

3歳以上の児童を昼過ぎ頃まで保育する施設です。保護者の就労などの理由には必要ありません。

保育所名	公・私	所在地等	電話番号
高田保育所	公立	高田町字中和野36番地2	54-3157

一時預かり事業

- 対象児童
家庭において一時的に保育を受けることが困難になったお子さん
- 利用料金
全年齢日額1,800円(予定)
- 実施施設
市内全保育施設

病後児保育事業

- 対象児童
病気やケガの回復期にある集団保育等が困難な生後6か月から小学校の第3学年までのお子さん
- 利用料金
小学校就学前児童 1,000円
小学生 2,000円
- 実施施設
気仙保育所 病後児保育室

陸前高田市の子育て支援 4

手当等

特別児童扶養手当

精神やからだに障がいのある20歳未満の児童を扶養している父母、または父母の代わりに児童を育てている養育者に支給される手当です。受給にあたっては、障がいの程度や受給者と扶養義務者の所得等について要件がありますので、詳しくは、子ども未来課子ども家庭係（内線203）、または沿岸広域振興局保健福祉環境部（電話0193-25-2713）までお問い合わせください。

【手当月額】 1級 月額 52,500円

2級 月額 34,970円

※ 手当の月額は、物価変動などの要因により改定される場合があります。

手当等

障がい児福祉手当

在宅の重度障がい（児）に対して、その障がいによる特別な負担を軽減するために支給される手当です。受給にあたっては、障がいの程度や受給者と扶養義務者の所得等について要件がありますので、詳しくは、保健福祉課福祉係（内線214）までお問い合わせください。

【手当月額】 月額14,880円（令和2年4月～）

※ 手当の月額は、物価変動などの要因により改定される場合があります。

手当等

子育て応援クーポン券

子育て世帯の経済的負担軽減と元気で健やかな児童の育成を支援するため、子育て応援クーポン券の交付を行っています。

【対象児童及びクーポン券の金額】

令和2年4月2日以降に出生し、満1歳になるまでに市に住民登録をした児童	クーポン券3万円
令和3年度に小学校入学予定の児童	クーポン券2万円
令和3年度に中学校入学予定の児童	クーポン券1万円

【交付対象者】

対象児童を現に監護している保護者等

※対象児童、保護者等とも陸前高田市に住民登録があることが必要です。

陸前高田市福祉部子ども未来課 ☎ 0192-54-2111（内線205）

その他

各種制度について

上記で紹介したサービス以外に、子育て世帯や障がい児の支援に関する制度があります。

お困りの時は、陸前高田市福祉部子ども未来課 ☎ 0192-54-2111（内線202）にお問い合わせください。

参考：発達障がいについて

発達障がいの原因はまだよくわかっていませんが、現在では脳機能の障がいと考えられていて、小さいころからその症状が現れています。以下の特性について、いくつかの特性が重複して現われることもありますし、障がいの程度も人によって様々です。

- 言葉の発達の遅れ
- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、こだわり

知的な遅れ
を伴うことも
あります

自閉症

広汎性発達障害（PDD）

アスペルガー症候群

注意欠陥多動性障害 AD/HD

- 不注意（集中できない）
- 多動・多弁（じっとしてられない）
- 衝動的に行動する（考えるよりも先に動く）

学習障害 LD

- 「読む」、「書く」、「計算する」等の能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手

- 基本的に、言葉の発達の遅れはない
- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、興味・関心のかたより
- 不器用（言語発達に比べて）

※このほか、発達障害者支援法で定義されている発達障害は、世界保健機関が作成しているICD-10（疾病及び関連保健問題の国際統計分類）のF80-89、F90-98が範囲となり、トゥレット症候群や吃音（症）なども含まれます。

参考：関連情報が入手できるHPについて

発達障がい情報・支援センター
（国立障がい者リハビリテーションセンター）

URL : <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

- ・日常生活において発達障がい気づくための基本的な情報
- ・発達障がいの方の特性に応じた生活場面での対応
- ・発達障がいの特性やよくある誤解など
- ・発達障がいのある方が活用できる支援情報 等

発達障がい教育推進センター
（独）国立特別支援教育総合研究所）

URL : http://icedd_new.nise.go.jp/

- ・教材・支援機器
- ・発達障がいのある子供の特性や教育に関する研究
- ・発達障がいに関する国の最新の施策や法令 等

㊦ 気仙版サポートファイル「つむぎ」をご活用ください。㊦

特別な病気や障害の有無にかかわらず、大切なお子さんの育ち方や暮らしの様子などを記録し、幼稚園、保育所、学校の先生や医師等に知っていただくものです。以下からダウンロードできます。ふれあい教室でも配布しています。

社会福祉法人大洋会HP : <http://www.taiyokai.or.jp/publics/index/101/>