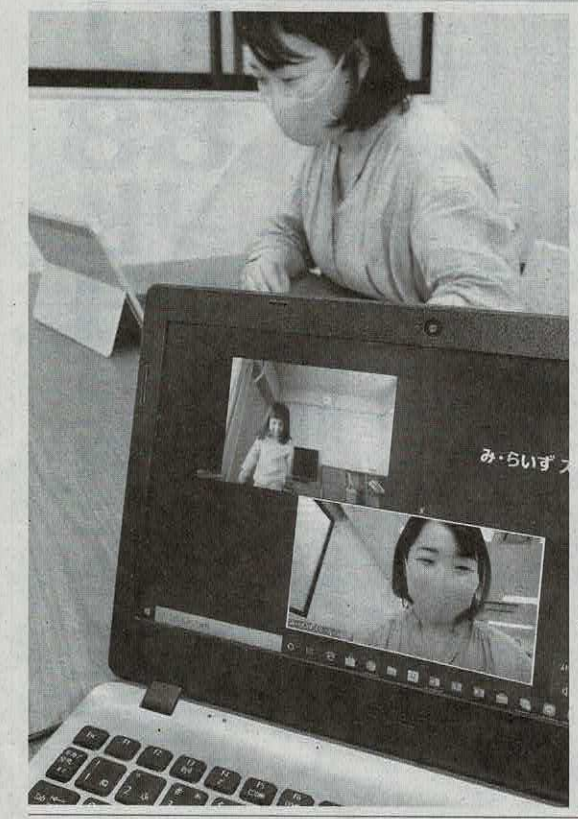
（第3種郵便物認可）　2020年(令和2年)5月28日（木曜日）　夕刊讀賣新

発達障害の子 心身不調

長期休校 急な環境変化でストレス

新型コロナウイルス対策で長期化した休校の影響で、ストレスを感じやすい発達障害の子どもたちが心身の不調に苦しんでいる。緊急事態宣言が全面解除され、6月から学校の再開も本格化するが、環境の変化に敏感な障害の特性から、かえってストレスが増す可能性もある。専門家は「親子への手厚いケアが必要」と呼びかける。（南暁子）



自宅にいる女児（画面左上）とオンラインで会話する「み・らいずスクール」の支援スタッフ（奥）（堺市北区で、画像は一部修整しています）＝枡田直也撮影

学校再開へ ケア必要

■自傷行為やうつ状態

「これまでも『1歩進んで2歩下がる』ことが多かったけど、今回は一体、何歩下がったんだろう……」。和歌山市の前田香さん(36)は力なくつぶやいた。

重度の発達障害がある小学5年の長男凛太朗君(10)に異変が表れたのは、3月上旬に特別支援学校が休校になってすぐ。床に頭を打ち付けたり、自分の顔をたたいたりといった自傷行為が激しくなり、4月になると一転、無気力のうつ状態に。部屋の隅でうずくまって動かず、排せつや食事も介助が必要になった。

前田さんは「大好きな学校に行けなくなった理由が理解できず、混乱しているのかも」と内心を思いやる。特別支援学校では、6月から週1～2回の分散登校が始まるが、「生活のペースがつかめず、かえって状況が悪化するのでは」と不安が膨らむ。

■親も疲弊

発達障害児の保護者向けの支援サイトを運営する「LITALICO（りたりこ）」（東京）が3月、会員を対象に実施したアンケートでは、2人に1人が「急な環境変化により子どもが不安定になる」と回答し、「24時間、子どもと過ごすことによるストレス」を感じている人も42％に上った。

前田さん自身も、農業をしている夫の手伝いをやめて凛太朗君と長女（7）を自宅で世話する日々が続いており、「精神的にも体力的にも限界」と打ち明ける。

こうした悩みに応えようと、長野県諏訪市の児童発達支援事業所「WAKUWAKUすたじお」代表、原哲也さん（53）は4月、ストレス解消法などをまとめた小冊子を作成。原さんは「言葉で心情をうまく表現できない発達障害児が普段と違う行動を見せるのは、不安な心を安定させるために必要なこと。神経質になりすぎず、家族で負担を分け合うなどしてほしい」と呼びかけている。

■オンラインで療育

親子の孤立を防ごうと、オンラインで療育を行う取り組みもある。

「この中で笑っているのは誰？」。堺市北区の児童発達支援事業所「み・らいずスクール」のスタッフが、ビデオ会議システムで大阪府富田林市の自宅にいる女児(4)に問いかけた。女児は表示された子どものイラストを選んで「この子！」と指さし、ゲームや絵本の読み聞かせも楽しんだ。

女児の母親は「親も一緒に受講するので、娘もリラックスできる」と喜んだ。スタッフの山中文さん(42)は「感染のリスクを避けつつ、人と話す機会ができたと喜ばれている。ストレスを抱える親の期待に応えたい」と話した。

負担かけぬ配慮を

鳥取大の井上雅彦教授（臨床心理学）の話「学校再開にあたり、遅れを取り戻そうと授業が詰め込み型になる可能性がある。子どもに負担がかからないように学校側と保護者が連携し、休みを取らせるなどの配慮をしてほしい。発達障害児を育てた経験者に相談できる自治体の『ペアレントメンター』制度も相談先として有用だ」

発達障害 脳機能の障害で、幼少期に発現するとされる。対人関係を築くのが苦手な「自閉症スペクトラム障害」、衝動的に行動しがちな「注意欠陥・多動性障害（ADHD）」、読み書きや計算が難しい「学習障害（LD）」などがある。「見通しが立たないことや急な予定変更に不安を覚えやすい」「ストレスが高まると物事へのこだわりが強まる」といった特性がある。

発達障害の傾向がある子どもへの主な対処法

- 就寝、起床の時間は一定にする
- 子どもが感じているであろう感情を言葉にして共感する
- 見通しが立つことで安定する子には、1日のスケジュールを組む
- 物を壊したり健康を害したりする行為でなければ、こだわり行動は受け入れる
- 家族同士でも1人になる時間をつくる
- 勉強や家事の強要は控える

※原さん作成の小冊子や取材に基づいて作成