

# 家庭と連携した発達障害のある子どもの キャリア発達支援の課題と今後の展望

: 家庭向けキャリア教育の手引きの作成過程から

- 新堀 和子 (LD等発達障害児・者親の会「けやき」会員)
- 大蔵 佐智子 (NPO法人ひの・I-BASYO)
- 榎本 容子 (独立行政法人国立特別支援総合研究所)
- 清野 絵 (国立障害者リハビリテーションセンター研究所)



## 背景 と 目的

- 発達障害のある人の就労問題として、現状では、一般雇用での挫折を経て障害者雇用につながる流れがある。この背景として、特別支援教育体制は整備されてきたものの、**障害特性を踏まえたキャリア発達支援は途上段階**にあり、職業準備性やこれに対する自己理解(障害特性の理解含む)の不足のまま、キャリア選択に至る状況がある(榎本ら,2023)
- 他方、本人の課題と共に指摘されているのが、**家庭との連携に関する課題**である(榎本ら,2018)。この背景には、職業準備性の土台となる、家庭での生活面の支援の不足や、わが子が障害者雇用を選択することへの親の抵抗感があると考えられる。
- 今後は、保護者が、**①家庭生活における「今」の学びが「将来」の就労にどうつながるか**を理解した上で、**②家庭生活の中で、就労準備につながる視点を意識したり**、**③就労する上でのわが子の障害特性や必要となる配慮を、段階的に理解できたり**するような学びの機会が重要となると考える。そして、**家庭の中で、本人・保護者にとって無理のない形で、少しずつ、就労を見据えた家庭教育に取り組んでいくことが望まれる。**

- また、そうした取組を、本人の支援に関わる**学校や福祉(放課後等デイサービス)**が連携し支えていくことが期待される。
- こうした問題意識のもと、我々は、発達障害のある子どもの就労を見据え、**学齢期から家庭で取り組めるキャリア発達支援プログラム**(学校や放課後等デイサービスの支援のもと、家庭で無理なく取り組んでいくための手引き。以下、「手引き」とする)の作成を進めている。
- キャリア発達とは、「社会の中で自分の役割を果たしながら、自分らしい生き方を実現していく過程」をいい、よりよい人生を送る上で重要となる概念である。自分らしい生き方の実現に向けては、**多角的な「自己理解」**が、また、社会の中で役割を果たす上では、「**就労に向けた基本的な力(自立に必要な力を含む)**」を身に付けることが必要となるであろう。



- 本発表では、**手引きの作成を通じたこれまでの成果を報告するとともに、冊子の作成過程で見えてきた家庭におけるキャリア発達支援の課題と展望**を報告する。

# 手続き

■ 手引きの作成は、表1のプロセスで進めた(現在は(4)を、(2)(3)の内容の確認・見直しを行いつつ実施)。

\* 本研究は、発達障害のある人の就労やキャリア教育について知識を有する研究者との協議を行いつつ、発達障害当事者の保護者が中心となり進めた。

表1 手引きの作成の流れ

ステップ	内容
(1)文献研究	発達障害のある人の就労上の問題や、就労に向けた家庭教育に関する文献の整理
(2)就労を見据え育みたい力の整理	就労に向け必要となる力をキャリア教育の視点から整理した後、家庭生活上で育みたい力を、学校段階別に整理
(3)家庭教育内容の検討	(2)の内容を家庭で育むための「お手伝い」や「生活習慣」等の内容の検討
(4)家庭教育用「手引き」の作成	(3)の内容を分かりやすく、また、無理のない形で取り組めるようにするための手引き内容の検討及び、作成作業

## これまでの成果

表1の手引きの作成の流れのうち、(3)(4)に焦点をあて報告する。

\* (1)(2)の概要は、抄録参照。

### (3)就労を見据えた家庭教育内容

■「自立生活サポートチェック表Ⅰ・Ⅱ」(東京LD親の会,2017;2018)等を参考とし、学校段階で特に重要となる家庭教育内容を検討し、**就労を見据え育みたい力を育むための「お手伝い」や「生活習慣形成」等の内容を整理した。**

■現在までに、以下の内容を設定している。

お手伝い	「簡単な調理をする」「掃除をする」「時間管理を行う」「部屋の片付け・管理を行う」「洗濯をする」「買い物をする」「計画立案する」「ごみの分別・リサイクルを行う」
生活習慣	「生活で自立を意識する」
家庭での キャリア発達 を促す取組	「かかわる力」「自分を見つめる力」「やりきる力」「かなえる力」 *キャリア教育の「基礎的・汎用的能力」を参考とし、かかわる力は「人間関係形成・社会形成能力」、自分を見つける力は「自己理解・自己管理能力」、やりきる力は「課題対応能力」、かなえる力は「キャリアプランニング能力」を想定している。

## (4)手引きの作成方針

- 就労の土台となるのは、**職業生活を支える生活面の力**であり、こうした力を段階的かつ自然な形で育むことができるのが**家庭**である。  
また、**家庭**は、家族との対話を通じて、**自分らしい生き方について考えるきっかけ**を提供することもできる。
- 手引きの作成にあたっては、「**専門的な知識を持たない保護者であっても、わが子の特性に寄り添いながら、日々の家庭生活でのかかわりを工夫したり、より丁寧に取り組んだりすることで、就労に向けた基本的な力を少しずつ、無理のない形で育んでいくことができる**」よう、そのための**ヒント**を提供できるものを目指した。



## 作成した手引きの特徴

### ■対象

働くことができる可能性を持ちつつも、障害特性による生きづらさを抱えている小学校低学年から高校生までの子どもの保護者とした。

### ■内容

手引きの作成の流れ(3)のお手伝いの内容を、簡潔かつできるだけ分かりやすく説明するとともに、その内容が就労に向けてどのように役立つか見通しが持てる形とした。

また、発達段階別の指導や、学校や放課後等デイサービスとの連携のポイントを示した。

保護者が、手引きから、わが子の発達の状況や成長に合わせて必要な内容を判断・選定することで、無理のない成長を望むことができると思う。

### ■作成した手引きの一例を示す。



## 「お手伝い場面」でのキャリア発達支援のヒント

### 簡単な調理をする



調理をすることは、計画から振り返りまで、様々な社会的スキルを身に付ける機会となります。子どもの好きな料理の代表ともいわれるピザを楽しく作ることで家族と一緒に時間を過ごし絆を深め、人の役に立つ経験もできる貴重な機会となります。

料理をのスキルを学ぶことで、自信を持ち、人間的にも成長がみられることもあるでしょう。

### 自立に向けた力を育むお手伝いの工夫：ピザ作りを例に

#### ⑤ 「作りたいピザのレシピを探す」

**Point** 「情報の理解・選択」「意思表示」「メモをとる」

- ネット上には様々なレシピが紹介されています。iPadやパソコンを開いて親子であるいは自分で検索して作りたいレシピを探しましょう。
  - ⇒ 動画で作り方の過程を紹介している好奇心を高めるレシピも多くあるのでレシピ決めの際に見ておくとするイメージをつかみやすいでしょう。
- レシピが決まったらそれに従って必要な材料を確認します。自宅にあるものを調べ、買い出しが必要な食材や道具をメモ書きします。人数に合わせて必要な量も計算しておきます。



#### ⑥ 「材料の買い物をする」

**Point** 「質問力」「変更への対応」「生活の中のルールを守る」「指示理解」「金銭管理」「作業理解」「作業の正確性」

- メモを確認しながら買い物をします。
  - ⇒ はじめは行き慣れたスーパーがよいでしょう。必要なものを自分で探し出し、見つからないときは近くの店員さんに聞いてみる体験も重要です。
- 売り切れの場合などは、別のものでも代用することも考えます。
- 素手で品物をやたらに触らない、カートの利用の仕方といったマナーや新鮮な野菜の見分けなど具体的なミッションをお楽しみしく買物しましょう。
- レジで現金の支払いをします。高校生ならセルフレジを使ってもいいですね。
- 買ったものをマイバッグに入れます。
  - ⇒ 重いもの、固いものは下に卵など割れやすいものは上に入れ、気をつけて持ち帰りましょう。



#### ⑦ 「調理の準備をする」

**Point** 「身だしなみ」「計画立案」

- 調理に取り掛かる前によく手を洗い、エプロンや帽子を着用します。
- コピーしたレシピを見やすいところに貼りだし、手順を確認します。動画の再生もいいですね。慣れてくると手順だけでなく、段取りも含めて自分で計画できるようになり、計画力が高まるかもしれませんね。



#### ⑧ 「調理をする」

**Point** 「作業理解」「指示理解」「時間管理」「作業の正確性」「作業速度」「能率の向上」「作業意欲」

- レシピをもとに小麦粉や塩などこぼさないように計量します。
- 材料を混ぜ、滑らかになるまで捏ねます。
  - ⇒ 捏ねていくうちに感覚が変化していくことがわかり触覚が刺激されますね。
  - ⇒ 感覚が好きな人もいれば嫌な人もいます。直接触らなければ大丈夫という人はキッチン手袋やラップを使ってもいいですね。
- レシピの時間に合わせて生地を寝かせて発酵させます。タイマーなどで残り時間が見えると待ちやすいですね。時間がたつと生地が膨らんでいくのを確認できるので時間の経過を目で確認する体験にもなりますね。
- 発酵を待つ間の時間を使ってトッピングの準備をします。
  - ⇒ ピザの定番のトマトやピーマンを包丁で切るのは力の入れ加減のコントロールが必要になりますが、難しい場合はキッチンバサミを使ってもよいですね。
- 発酵した生地を指先で丸く伸ばします。繊細な力加減が要求されますが、ビニール袋の上からでも大丈夫。
- トッピングした生地をオープンで焼き上げます。焼き上がったピザを作ったら達成感も大きいですね。人数に合わせて等分に切り分けます。
  - ⇒ 絵にかいて切り分け方をシミュレーションしておくのもよいですね。
  - ⇒ キッチンバサミでも包丁でもまっすぐに均等に切り分けられた時は気分が上がります。



#### ⑨ 「盛り付けをする」

**Point** 「情報の理解・選択」「計画立案」

- ピザや付け合わせのサラダなどに合わせたお皿を選び、スプーンやフォークなど何が必要か考え、人数分セットします。



#### ⑩ 「あとかたづけをする」

**Point** 「作業理解」「指示理解」「能率の向上」「生活の中のルールを守る」「自分でミスをおみつける」「自己理解」

- 使った道具やお皿を食洗器を使わずに洗ってみます。
  - ⇒ 最初は汚れの少ないコップなどから、最後は汚れてベトついたオープン皿など順番に確認して洗いましょう。
- 調理と食事を出たごみは自治体の分別に従って捨てます。
  - ⇒ 生ごみはよく絞る、缶やペットボトルはリサイクルするなど、ごみの減量、SDGsを意識できるとよいですね。
- 食事を皆で楽しんだ後には、振り返り、フィードバックの場を設けてみます。
  - ⇒ 上手に包丁が使えた、オープンの温度設定を間違えて焼きすぎたなど、家族で話し合しましょう。







## 発達段階別の取り組みのヒント

⑤ 発達段階によって意識できるといポイントが変わってきます。そのヒントを紹介します。

小低

- ・調理するときは手を洗う、清潔な道具を使うといった衛生面が大事であることを理解する。
- ・トッピングの材料を自分で選択する経験をする。
- ・スーパー内で落ち着いて行動するために購入予定のものをあらかじめ確認しておく。
- ・調理には順序があることを理解する。
- ・お手伝いした料理を家族やお友だちに食べてもらえる嬉しさを体験する。



中高

- ・衛生面に気をつけずに調理するとどうなってしまうのかを想像できる。
- ・店内で目的のものが購入できないときにはどうするか、シミュレーションしておき、パニックにさせない(別のお店で探す、同じ色の野菜を探すなど)
- ・計量カップや計量スプーン、包丁など、調理道具の使い方を大人の実演や動画を見て理解する。
- ・包丁を使うことが難しい場合は、キッチンバサミやピーラーで代用できることを知る。



中

- ・パソコンやタブレットを使い、検索キーワードを工夫し作りたいレシピを探し出す。
- ・買い物では賞味期限や破損を確認し、新鮮なものを選ぶ。
- ・お釣りやレシートの確認など、レジでの清算に慣れていく。
- ・調理にかかる前に張り出しておいたレシピや動画を視聴して、焼きあがるまでの作業工程を把握する。
- ・調理を通し、できる作業、好きなあるいは得意な作業を理解し、増やしておく。
- ・大小や量の配分などを意識し、配膳などを行う。

高

- ・食材を決める際には自分の好きなもの、苦手なものだけでなく、一緒に食べる人の好みも取り入れる。
- ・買い物の際には、家族と限度額を決めておき、オーバーしそうになったら予定していた商品を変えていく
- ・ピザが焼きあがるまでの作業にかかる時間を調べ、提供したい時間から逆算して調理開始の時間を設定する。
- ・メニューを決めてから買い物、調理、あと片付けまでのすべての作業を主体的に行う。
- ・しっかりできたら、労働の対価として家庭内アルバイト代をもらう。



## 取り組みを広げるために

⑥ たとえば、つぎのようなお手伝いも考えられます。

### 炊き込みピラフ作り

- ・お米・コーン缶・ツナ缶・ケチャップ・コンソメなどの調味料と水をそれぞれ計量して炊飯器に入れ、炊き上がり時間のセットをする。



### 手巻き寿司づくり

- ・好みの具材の下ごしらえをし、ご飯と準備した具材をのて巻く。  
食事をする人数により、下ごしらえをする具材の量も考えましょう。



⑦ つぎのようなポイントを意識できるといいですね。

- ・計量カップや計量スプーン、秤の使い方を理解しましょう。

- ・具材を包丁で切るのは力の入れ加減のコントロールが必要になりますが、難しい場合はキッチンバサミを利用するなどしてハードルを下げてあげることも大切です。

- ・調理は、材料を量る場面が多く出てきます。計量が難しい子どもには、「〇の目盛まで入れてね」「〇〇は〇切れのせてね」など具体的に伝えるとよいでしょう。

- また、具材は、1種類ずつ器に分けておくと分かりやすいですね。

- ・段取りを考えて行動することや数の大小や量をイメージすることが苦手だったりする場合は、必要な材料を確認する、作り方の手順を確認しながら作業をしていきましょう。

\*近年の少子化、共働き家庭の増加により、日常生活の中で親子で接する時間が減少傾向にあり、発達障害のある人の社会性を、どこで身に付けるかが課題となっています。



## 学校との連携に向けて

家での調理は、親子のコミュニケーションの機会でもありますが、お手伝いは嫌がることも多い中、学校の調理は楽しみにしています。学校での調理に合わせて家でも取り組み機会になればと考えています。



## 放課後等デイサービスとの連携に向けて

おやつや軽食提供のお手伝いに参加しましょう。

ロールケーキを人数に合わせて切り分ける、人数分のお皿に限られた量のおやつを均等に分配する、など何気ない作業がよい経験となります。おやつ作りを療育の一環として取り入れているところもあります。長期休暇中に調理を企画するデイサービスは多くあります。家庭とは違い大勢のお友だちと一緒に作業することになります。家庭では得られない連携や協力をする貴重な経験の時間となります。

## 今後の課題と展望

- 昨今の家庭事情として、共働き、少子化、核家族化、地域とのつながりの希薄さなどが挙げられる。保護者が地域の中で子育てを学ぶ機会も少なくなっている。こうした中、**家庭教育に取り組みにくい保護者に対するアプローチ**の検討が必要である。他方、子どもの療育に熱心で、**過度に家庭教育に取り組んでしまいやすい保護者へのアプローチ**も課題である。家庭において、療育の視点でお手伝いのねらいを掲げ、厳しく指導してしまうと、子どもの意欲の低下や、ストレスにつながってしまうことが懸念される。
- 発達障害のある人にとって、生活面をはじめとした就労に向けた基本的な力の向上を図るためには、**子どもの頃からの様々な体験が重要**になると考える。そのためには、**本人を取り巻く、理解ある身近な大人の協力**があることが望ましい。家庭教育は母親が中心になりがちであるが、**休日を利用した父親の参加**を促すことで、母親の心身の負担の軽減となるだけでなく、より広い視野で子どもが持つ力や課題に気が付くことにもつながるであろう。また、楽しみながら作業をする時間を作り出せない家庭においては、**放課後等デイサービス等を利用**することで、その役割を担ってもらうことが期待できる。

## 参考文献

- 1) 榎本容子・清野絵編著『発達障害の就労とキャリア発達：ライフステージをつなぐ支援』,新曜社,(2023)
- 2) 榎本容子・武澤友広・清野絵・新堀和子・安藤美恵・宮澤史穂『家庭と教育・福祉・就労の連携によるキャリア教育—早期からの生活場面での自己理解・仕事理解を深める取組を考える—』,「日本LD学会第27回大会 自主シンポジウム抄録」,(2018)