

# 特別支援教育だより

第5号

令和7年11月4日

長崎市立深堀小学校

特別支援教育部

## 注意欠陥・多動性障害(ADHD)

「ADHD（注意欠陥/多動性障害）」とは、年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力、又は衝動性、多動性を特徴とする行動の障害で、通常7歳以前に現れます。多動や不注意といった様子が目立つのは小・中学生頃ですが、思春期以降のこういった症状は目立たなくなるともいわれています。

「のび太・ジャイアン症候群」という言葉を耳にすることがあります。アニメの「ドラえもん」に出てくる2人はタイプが違う「ADHD」と言われます。ADHDには以下の3つの特徴的な症状があり、「のび太型（不注意優勢型）」と「ジャイアン型（多動・衝動性優勢型）」に大別されます。実際は、この両者の混合型が最も多いです。

### ①不注意

- ・整理整頓が苦手で、机の中や周りに物が散らかっている。
- ・ぼうっとしていたり、面と向かっていても話を聞いていないように見えたりする。
- ・学習中だけでなく、遊びの中でも他のことに気が取られて、最後までやり遂げることが苦手である。…など

### ②多動性

- ・短時間でも、じっとしてられない。
- ・低年齢時には、教室の中を歩き回ったり、教室から出て行ったりすることがある。学年が上がると離席は少なくなる。
- ・授業中、着席していてもそわそわして、体のどこかを動かしたり、何かを触ったりしている。頭の中では他のことを考えることに没頭している。
- ・しゃべり過ぎる。
- ・高いところへ登りたがる。…など

### ③衝動性

- ・質問が終わらないうちに答え始めてしまうことがある。
- ・頭に浮かんだことをすぐ口に出したり、思いつきで行動に移したりすることがある。
- ・行動が雑・乱暴になることがある。（学校では筆箱など、家庭ではおもちゃなどの扱いが粗雑）。
- ・順番を待つことが苦手である。…など

これらの障害のあるお子さんは、行動のコントロールに困難さがあり、環境（場所や人、時間、天気など）との関わりで上記のような症状が「特性」として現れます。本人の意思ではどうしようもない行動を、わがままや自分勝手などと周囲に受け取られてしまい、きつい思いをしていることがあります。きつい思いをしているのに怒られてしまうと、二次障害やいじめの対象となってしまうかもしれません。そうならないように、大人が適切な対応をしなければいけません。負の行動に目を向けるのではなく、正の行動を見つけてほめてあげましょう。