

# ( エルム 太郎 )

## 「 大学入学 編」 サポートブック

大学 御中

このサポートブックは、私が家族と話し合いながら初めての( 大学 )生活をスムーズに始められるよう、家庭内外や高校での経験、関係機関の先生方からの情報に基づいて作成しました。

私の特徴や支援方法等について情報共有していただき、必要に応じてご支援・ご協力いただくと有難いです。どうぞよろしくお願いいたします。

令和〇年 〇〇月 〇〇日 署 名：エルム太郎

作成者：エルム太郎・花子

☆情報共有対象： 学生支援室、保健センター、学科教官の皆さん

☆希望するサポート： 履修登録などの修学支援と精神面でのサポート

☆個人情報保護のため情報共有される場合は本人の承諾を得ていただければ幸いです。

## プロフィール

名 前：エルム 太郎 (平成〇〇年 〇〇月 △△高等学校 通信科 卒業)

生 年 月 日：平成〇〇年 〇〇月〇〇日 19歳 3か月

家 族：父、母、祖母、弟

住 所：大阪市 〇〇区 最寄り駅：大阪メトロ 〇〇駅

緊 急 連 絡：携 帯 XXX-XXXX-XXXX メールアド abc@defgh...

自 宅 06-XXXX-XXXX 保護者携帯 XXX-XXXX-XXXX

医 療 機 関：内科主治医(アトピー性皮膚炎など) ... 〇〇病院 △△Dr

主治医(発達障がい) ... 〇〇クリニック △△Dr

相 談 先 ・ 支 援 機 関： こども相談センター、〇〇学習センター

診 断 名 ( 発 達 障 が い )： なし (あり) ⇒ 自閉スペクトラム症

そ の 他 の 疾 患： なし (あり) ⇒ アトピー性皮膚炎、睡眠障害、片頭痛

薬： なし (あり) ⇒ 安定剤・睡眠導入剤、アトピー性皮膚炎の軟膏

主治医の医療機関や相談先。学習塾等もサポートされている機関があれば記入しましょう

## ☆入学試験を受けたときの配慮事項

- あり なし ⇒ 事前に受験会場を下見に行き不安を軽減。  
多人数の中では緊張するため別室にて個別に受験した。

## ( 大学 ) 生活を迎えるにあたって

### ☆配慮事項: なし あり

- ① 学生生活について … 履修登録など学生生活に関するさまざまな手続きや絵ポート作成など修学に向けての相談・支援サービスを利用できると有難いです。
- ② 授業について … 修学に向けてはサポートが必要かもしれません。  
チューター制度があれば利用したいです。聞き取りが苦手(視覚優位)ですので、スライド教材にテキストを入れるなど配慮いただけると有難いです。
- ③ 体調について … 予期不安の強さや気候の変化で体調をくずしやすいです。  
心理士さんの定期的なカウンセリングを受ける中で、大学生活に関して見通しを持てるよう助言をいただけると有難いです。学内で体調が悪くなった時には保健センターを利用したいです。

### ☆今まで利用していた支援内容

#### 困りごと



#### 対応方法・利用している支援

- ・環境の変化等のストレスで心身に不調を生じやすい  
～高校入学後不登校になった。
- ・「できないかもしれない」という予期不安が強く、勉強や宿題に(何にも)取り組めなくなった経験がある
- ・気候の変化で自律神経系に基づく不調が生じやすい。

- ・教育カウンセラーの先生に相談し定期的な話を聞いてもらうことになった。  
～マイペースで学習できる通信制に転入学後は、高校の先生にも定期的に相談。
- ・精神科を定期的を受診。  
Dr.や心理カウンセラーの具体的な見通しや工夫についての情報提供とともに「大丈夫」「マイペースでやればいい」との助言で精神的に落ち着く。
- ・主治医と相談しながら体調管理

## 得意なこと・興味関心

### ☆得意なこと・興味関心など

- ・理数系の勉強が得意です。
- ・ロボット(AI)に興味があり、自分でも製作したりしています。
- ・ひとりでモノづくりをすることが好きです。
- ・毎日の家事の手伝いなど決められたことはきちんと果たします。
- ・得意な教科は物理です。

## 落ち着くこと

### ☆落ち着くこと

- ・場 所: 静かな所、自分の部屋
  - ・も の: タオルケット、柔らかい手ざわりのもの
  - ・活 動: インターネットで興味のある情報を調べる、読書、寝ること
  - ・食 物: 水(水分をとると落ち着く) カレー等好物を食べる
  - ・その他: 愛犬とふれあう
- \*不安が強くなった時には、安定剤を服用して静かなところで休むと落ち着きます。

## 苦手なこと・不安になりやすいこと

以下のような場所、場面では、緊張が高く不安になりやすいですが、  
⇒ のような配慮があると安心できます。

- ・場所: 混雑したところ、音の響きやすいところ、初めて行くところ
- ・場面: 予定や人の急な変更、行事(参観、避難訓練など)  
⇒ 急な変更の場合は、できるだけすぐに見通しもふくめてメールで視覚的に伝えていただくと混乱する時間が短くなり助かります。  
\*混乱していても見た目はわからないので気づいてもらいにくいです
- ・ひと: 初めて会う人、小さな子ども、人が急に寄ってくると緊張します。  
⇒ 声かけや挨拶などの合図をしてから近寄ってきてくれると安心できます。  
複数の人が集まっているところに入っていきのも苦手な緊張します。  
⇒ 学科の教官、学生支援室の先生、カウンセラーさんなどがキーパーソンになっていただくと有難いです。
- ・生活習慣: ストレスが高まると不眠になりやすいです。
- ・その他: 感覚の敏感さがあるため、突然の大きな音(避難訓練のアナウンスなど)や子どもの声などが聞こえると不安になります。  
また、予期不安が高じてパニックになり固まってしまうこともあります。  
⇒ 「大丈夫ですよ」等と声をかけていただくと安心できます。

☆大学内で相談・避難できる場所があると安心できます。

## コミュニケーション・対人関係について

困りがちなこととともに、こうすればうまくいきやすい、工夫の仕方などを記入しましょう。

### ☆言語指示について

- ・口頭での一斉指示を聞き逃すことが**多い**・問題ない

⇒ 視覚的に情報提示したのちに個別に確認してもらった方が入力しやすいようです。

図式+文章の方が文章のみよりもわかりやすいとのこと。

\*課題やレポート、試験範囲などはメールやLINEで教えていただけると有難いです。

- ・同時に複数の指示をされると混乱することが**多い**・問題ない

⇒ 1回に1つずつ指示していただくと、指示が入力しやすく実力を発揮しやすいです。

### ☆コミュニケーション

- ★困ったときにヘルプを発信することが**苦手です**・特に問題ない

⇒ 定期的にカウンセリングや相談の時間を設けていただけると有難いです。

⇒ 心理士さんや学生支援室の方、学科の先生など学内で相談するところが決まっていると相談しやすいようです。

- ・会話で困ること**あり**・なし

会話を字義通りに解釈する傾向が強く、冗談か本気かわからなくて苦勞しています。

⇒ 会話する時は、なるべく具体的にわかりやすい表現をお願いします。

⇒ 友人同士の会話で誤解が生じた場合は間で通訳していただけると有難いです。

- ・グループで話し合うとき困ること**あり**・なし

特に発言は苦手です。

⇒ 聞き役で参加するのは得意です。視覚化しながらの話し合いの方がわかりやすいです。

⇒ 事前にテーマがわかっているならば意見をノートにまとめて準備することができます。

⇒ 院生やグループにバディの存在があればとても助かります。

### ☆対人関係

- ・新しい集団の中で人間関係をつくるのが**苦手**・特に問題ない

⇒ 自らグループに入ることが難しいため、決まった日時に相談に応じていただき、機会があればほかの学生さんをご紹介いただくと有難いです。

## 先生方からの情報

☆高等学校、高等専門・専修学校で:

記入日 RO年 OO月 OO日

入学前:配慮事項を記入してもらってください。

☆他機関からの情報:

記入日 RO年 OO月 OO日

☆学校で:前期の様子(学生支援室の方にお願いたします)

記入日 RO年 OO月 OO日

## ライフスキル、その他について

- ・生活習慣: 睡眠リズムは安定しています。
- ・環境設定: 聴覚過敏があるため、移動するときは必ずノイズキャンセラー機能付きのヘッドフォンをつけています。
- ・セルフケア: 特に問題ありません。
- ・交通機関の利用: バスは苦手です。
- ・校内の移動: 方向感覚に苦手さがあるため広い学校内での教室移動に慣れるのには少し時間がかかりそうです。校内で迷うこともあるかもしれません。
- ☆見通し・計画性: 小グループの中でも口頭の指示に返答をしていても次の行動に移れないことが多々あります。確認のための声掛けをしていただくと有難いです。  
見通しが明確でないと予期不安が高まって開始できなくなることも多いので、具体的な見通しを提示していただいた方が有難いです。
- ☆問題解決: 困ったときに助けを求めることが苦手です。
- ☆自己理解: 苦手なことや工夫については整理できつつあります。