

おお おと に が て

大きな音が苦手

おおぜい こえ だいいんりょう おんがく
大勢の人の声や大音量の音楽など

き が聞こえる場所だと、不安になる。

しず 静かなところに行きたい。

しず に が て

静かにしていることが苦手

しず す お っ きがる
静か過ぎる場所は落ち着かない。気軽

にいつでもおしゃべりできるところに

行きたい。

おこづかい（自由に使える

お金）がない

かね つか ばあい ほごしゃ じぜん
お金を使う場合は、保護者に事前に

相談するのが家の決まり。お金を使う

ところへはなるべく行きたくない。

紫外線アレルギー

ひ や はだ なが
日焼けすると肌がある。長い

時間、屋外にはいられない。

高所恐怖症

たか ばしよ きょうふ お つ ふあん
高い場所だと恐怖で落ち着かず不安に

なる。高い場所には近づきたくない。

人混みが苦手

しんがた かんせん かくたい
新型コロナウイルスの感染拡大が

心配。人が少ないところに行きたい。

汗をかきたくない

あせ しんばい
汗をかいたときのおいが心配

で、まわりを気にしてしまう。

あせ あそ
汗をかかない遊びをしたい。

漢字が読めない

なか かんばん あんないひょうじ
まちの中にある看板や案内表示など

の漢字が読めない。示されている

意味も分からない。誰かの助けが

必要。

おくない にかて
屋内が苦手

くら ところ
せまいところや暗い所 がこわい。
と こ かん
閉じ込められている感じがしてパニックになる。明るく開放的な場所にいき行きたい。

おくがい にかて
屋外が苦手

しがいせん ひや ほか
紫外線アレルギー。日焼けをすると肌がある。
そと あそ せいげん おくない すご
外で遊ぶことを制限されている。屋内で過ごすことあんしん
安心する。

かね つか
お金をたくさん使いたくない

ちよきん
どうしてもほしいものがある、貯金をしている。お金を使わない遊びがしたい。

どうぶつ
動物アレルギー

おも いぬ ねこ ちか
主に犬や猫に近づくと、くしゃみや鼻水が止まらなくなる。動物がいな
いき
いところに行きたい。

あんしょ きょうふしやう
暗所恐怖症

くら ところ お つ ぶん
暗い所 だと落ち着かず不安になる。
くら ばしよ ゆうがたおそ じかんたい
暗い場所や夕方遅い時間帯にはで
出かけたくない。

の もの にかて
乗り物が苦手

の もの の すつう
乗り物に乗ると頭痛がするなど
の ものよ の もの
乗り物酔いしやすい。乗り物にの
は乗りたくない。

すわ にかて
ずっと座っているのが苦手

ちやうじかんすわ
長時間座っていると、ソワソワしてしま
お つ せき
いまい落ち着かない。どうしても席
た
を立ててしまう。

ハウスダストアレルギー

しつない びんかん
室内のほこりにとても敏感。くしゃ
と すつう たいちやうふりやう
みが止まらず、頭痛や体調不良が
お
起きやすい。