

一緒に
知ろう！

進路選択チャートの読み方

それぞれの段階で保護者が感じること

プラスモンテ
モンテッソーリ教師・保育士 りっきー

凸凹のまち公式LINE登録者限定資料



©2026 プラスモンテ

第1弾の特典を受け取ってくださり、ありがとうございました！



このチャートは、
進路を“決めるため”ではなく、
選択肢を知って
“迷った時に戻って見返すため”のもので

選択肢を知ることは大事！

でも、それだけでは、

「じゃあ我が子はどうしたらいいの？」

って思いますよね…



大前提！

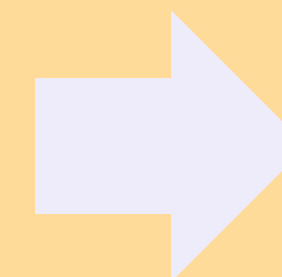


一度決めたら絶対ではない
迷って当たり前

子どもに合う場所は成長とともに変わる



節目節目で保護者に芽生える気持ちを
言語化してみました！



保護者の心境

I：違和感に気づいた時期（主に未就学期）

- 気のせいであってほしい
- 比べたくないのに比べてしまう
- 相談するほどではない気がする
- でも育てにくい
- 「辛い」と言っているのかわからない
- 「誰に」「何を」相談していいかわからない



判断のヒント

まずは、相談できる場を見つけること。
しっくりこなければ、
違うところを探して良い。



このタイミングでできること

- 地域の保健センターへ相談
- 発達外来のある小児科、児童精神科を受診
- 乳幼児健診のタイミングで保健師に相談

この時期の選択について

- 年中～年長で一気に差が見える
- 「様子見」で時間が過ぎると不安が増える



- レッテルを貼りたくない
- でもこのままも怖い
- 受け入れたら戻れない気がする
- 療育にさえ行けば、安心？
- 頑張れば追いつけるのかな？



判断のヒント

診断はその子の説明書を手に入れたということ。療育は途中で変更も可能。必要がなくなれば、辞めることもできる。

この時期の選択について

- 支援開始が早いほどその後の選択肢は多い
- 診断＝固定ではなく、特に幼少期は変わることも



このタイミングでできること

- 居住地域の民間療育機関をリサーチ（SNS等も活用）
- 療育に通っているご家庭の話聞く
- SNS等での不安を煽るような投稿から距離を置く



- できれば通常級に通わせたい
- でも子どもが苦しくなるのが怖い
- 将来の選択肢、狭まるのでは？
- 周りの子にどう思われるかな
- 支援級を選ぶと、戻れない？
- 支援学校の小学部を出るとそのまま中等部？
- 無理をさせて二次障害になるのも怖い

判断のヒント

「できるか」「できないか」ではなく
「本人が過ごしやすいか」を軸にする

この時期の選択について

- 途中変更は珍しくなく、一方通行ではない
- 早期支援の方が自己肯定感は保たれやすい



このタイミングでできること

- 支援の実態には地域差があることを知っておく
- 選択の可能性があるところは全て見学へ
- 地域の先輩保護者とつながりを作る（親の会など）





- 毎日対応に追われて疲れる
- 先生次第で子どもの様子は変わる
- 自分自身の対応が正しいかわからない
- 次から次へと問題が起こってどうしたらいいかわからない
- 子どもからの情報が少なすぎて学校生活の中身が見えない
- 幼稚園、保育園に比べて先生とのやり取りが少ない



判断のヒント

**担任・学校の風土・支援の柔軟性・友達関係など、
周りの環境に左右されるのが学校生活。
本人の努力<環境への適応度合いで判断を。**

- この時期の選択について
- 学校適応は環境によるものが多い
 - 家庭の頑張りだけでは解決しない



このタイミングでできること

- リッキーの2冊目の書籍読んでね↑
- スクールカウンセラーとつながっておく
- 居場所は学校だけではないと知っておく

5：中学進路が現実味を帯びるとき



- 急に将来が怖くなる
- 勉強の遅れが気になる
- 居場所が減る不安（学童や放課後デイの終了や利用減）
- 支援級の中身が伝わってこない（知的級と情緒級の差）
- 内申点が気になるから普通級がいい？
- 支援学校の中等部に行くと、高校へは進学できない？



判断のヒント

進路＝学力ではなく、生活面での相性や卒業後を思い浮かべられるかどうか



このタイミングでできること

- 小4あたりで、一度地域の中学校の情報を確認or見学して、つながりを作っておく
- 中学校の直近3年の進路情報をもらう
- 18歳以降の具体的な生活を想像してみる

この時期の選択について

- 思春期で特性が変化したり、一時的に強くなる
- 進路は能力より特性適合が影響



- 進路の最後の分岐に感じる
- 人生が決まってしまうプレッシャーを感じる
- 親の価値観が揺れやすい
- 世間体との葛藤が強くなる
- 本当に18歳で就職させて良いものか悩む
- 普通高校に行くと急に支援がなくなる不安がある
- 不登校になった場合、どんな選択肢があるか不安



判断のヒント

**成人後の生活イメージを現実的に
考えて、本人の意向とすり合わせていく**

- この時期の選択について
- 合う環境で伸びるケースが多い
 - ここで受容が進む家庭が多い



このタイミングでできること

- 小6あたりで一度、合同説明会・資料請求等で地域の高校の情報を見ておく
- 本人の意志確認（特に受験の場合）をしておく
- 情報が少ないので、書籍も参考に↑

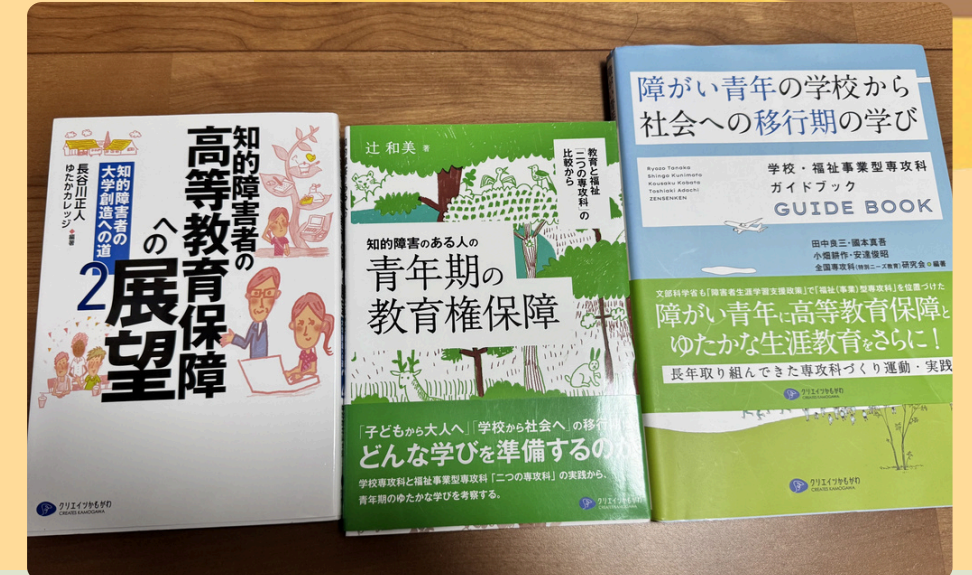
- ・ 親亡き後のことが急に現実味をおびる
- ・ これからどこまで自立できるか
- ・ 子どもを任せられる場所が見つかるのか
- ・ 就職や行き先が決まらない不安
- ・ 大学生になったけど、就職活動が不安
- ・ 成人後の本人の意思決定や経済面の問題
- ・ せっかく決まった仕事を辞めてしまったら？



判断のヒント

**ゴールは自立ではなく安定した暮らし
頼れる場所を複数見つける**

この時期の選択について ○ 小さな自立の積み重ねを大切にする



このタイミングでできること

- ・ 就職はゴールではなく、スタート。継続した支援体制が築けるように
- ・ 情報は年齢が上がるほど減るが、最近は書籍も増えている↑

一人で判断し続けるのは、とても難しいことです

- 周りは好き勝手いうけど、誰も責任は取ってくれない孤独感
- 進路は知識だけでは決められない
- 年齢が上がっていくほど情報が少ないから、
n=1でも事例を知っておきたい

だからこそ、一緒に考え続けられる場所、
それぞれの段階で気持ちを整理して言葉にする機会が
大切だと思っています。

子どもたちの将来のために学ぶ仲間として
ともに悩んで、進んでいきましょう！



進路選択チャートの読み方

いかがでしたか？

感想&メッセージなど、
いつでもお待ちしております！

最後までご覧いただき
ありがとうございました！



「凸凹のまち」
はこちら↓



(注意事項) 進路チャートの情報は、2026年2月13日現在の情報です。
掲載された情報については、保護者である作成者が情報収集したものです。
地域差・学校差もありますので、お住まいの地域で必ず当てはまるとは限りません。
また、制度は変更される可能性があります。必ず、ご自身で
居住地の情報をお確かめの上、参考程度にご活用ください。
また、転載や流用についてはご遠慮ください。