

「発達が気になる子」の
相談事例紹介
～作業療法士のアイデアとできること～



作業療法士への「発達が気になる子」の相談事例紹介

大阪府作業療法士会特別支援教育チームでは、大阪府下の各地域の学校・園で作業療法士にご相談をいただいた事例について、日常生活と学校園生活での困り事とそれに対する作業療法士からの提案を、匿名性に配慮した上でホームページ上にご紹介させていただきます。

冒頭のページは、学校作業療法士の紹介「特別支援教育で『作業療法士』ができること～学校園に『OT』を！～」です。作業療法士がお受けできる相談内容についてご紹介しています。

お子様の困り事には必ず理由があります。その理由を考えて、作業療法士の視点から、一人一人のお子様に応じて様々な工夫を行えば、より良い成果を得ることができると考えています。

お子様に最も身近な支援者であるご家族、学校・園の先生方、児童発達支援事業所等の関係施設職員の方々をはじめ、ご覧いただいた皆様に本誌が少しでもお役に立てば幸いに存じます。

大阪府作業療法士会 特別支援教育チーム一同



*本事例集は、UDフォントを使用しています。

特別支援教育で『作業療法士』ができること ～ 学校園に『OT』を！～

子どもたちは学校園や家庭など様々な場面で困っています…
大人も子どもの様子に「どうすればいいの？」と悩みます…

「子どもたちが楽しくいきいきと学校園生活に参加できること」を
私たち、作業療法士（OT）が支援していきます！



作業療法士に相談できることは？

①日常生活のこと

- ・お箸をうまく使うためには？
- ・靴の左右を間違わないためには？
- ・掃除が上手にできるためには？…

②姿勢や運動のこと

- ・姿勢よく座るためには？
- ・縄跳びが上手にできるためには？
- ・ドッチボールを楽しめるためには？…

③行動や対人面のこと

- ・友達とトラブルなく遊ぶためには？
- ・先生の話を中心して聞くためには？
- ・整理整頓ができるためには？

④学習のこと

- ・板書が上手にできるためには？
- ・本読みが好きになるためには？
- ・漢字を覚えるためには？…

⑤道具操作のこと

- ・鉛筆を上手く持つためには？
- ・ハサミや定規やコンパスを上手く使うためには？…

作業療法士は、毎日の生活の中でできる支援方法をご提案できます

先生からの情報と子どもの観察から課題となる作業を分析し
学校・園で実現可能な支援方法を提案します

例えば…

- ①日常生活の動作がスムーズにできる方法を見つけます
- ②椅子や机の調整など姿勢がよくなる工夫や、運動が楽しめる方法を探します
- ③感覚の過敏性や行動の特徴にあわせ、授業や作業に集中できる環境調整や工夫を考えます
- ④子どもに合わせた課題の選択や工夫や段階付けのアイデアを提案します
- ⑤子どもに適した道具の選択や工夫をご紹介します



①日常生活のこと

<対象者>

所属：認定こども園
学年または年齢：3歳
診断名：なし
相談者：先生

<相談内容>

もう少し給食を食べるようになってほしい。食事が進まず偏食もある。

<実際の様子>

給食は、好きなものを少しずつ食べていますが積極的に食べている感じは少ない様子でした。苦手なものも少しは食べる姿が見られるため、偏食までとは言えないと思われました。給食時間の最後まで食べていても食事量は少なく食べ残してしまう姿が見られました。

身長と体重の比率については標準的であり、極端に痩せている様子や栄養状態の悪さは観察できませんでした。

生活リズムとして登園時間は9時半から10時ごろとゆっくりで、朝食を食べてから給食までの時間が2時間から3時間未満でした。

午前中は活動性が低く、夕方は活動性が高く指示もよく入っているようでした。

<考えられる要因>

偏食はあまり大きな問題ではなく、生活リズムの中で朝食から給食までの時間が短いため、子どもが空腹感をあまり感じていないため、食べることに気持ちが向いていないことが考えられます。

また、午前中の活動性が低く全体的な動きが少ないことも、給食場面での食事量に関係している可能性が考えられます。

<提案内容>

健康状態に問題はないようなので「全部食べれた！」と達成感を感じることを優先するために、給食の量を子どもが食べきれぬ量に調整することを提案しました。

また、子どもの午前中の活動性が低い原因を探るため生活リズムを確認すること、好きな遊びを午前中に組み込み活動性が高まる可能性をご提案しました。

<相談後の様子>

OTの助言通り給食を少なめにすると、食べることができるようになりました。

また、前日に「9時半からお砂場（好きな遊び）で遊ぶよ！」と予告しておくこと、本人から「早く保育園に行きたい！」という姿が見られるようになってきたそうです。

支援のアイデア

好きな遊びを用意することで、登園の楽しみや活動性を高める



子どもによって好きな遊びは色々です。事例の場合は、お砂場遊びが好きな遊びでした。

遊びを通して子どもの活動性を上げる場合、その子どもがワクワクする遊びを提示しましょう。

予告することで楽しい見通しをもたせることも有効です。

「〇〇と〇〇のどちらで遊ぶ？」と選択させることも、子どもの主体性を高めることにつながるでしょう。

①日常生活のこと

< 対象者 >

所属：中学校（支援学級在籍）
学年または年齢：1年生
診断名：なし 知的能力障がい
相談者：先生 保護者

< 相談内容 >

靴紐を結べるようにならないか。
靴紐が結べないことを友達に指摘されて以来、部活によく遅刻・欠席する。

< 実際の様子 >

通学用の紐靴も部活用の運動靴も、紐を結んだまま脱ぎ履きし、靴の履き口が広がり変形していました。本人に聞くと「結べるけど面倒くさい。」と答えました。
実際に本人に靴紐を結んでもらうと、1回目は左右のひもを重ねてねじるだけで結ぶことはできず、2回目は一重結びはできましたが時間がかかりました。
OTが持参した練習用に左右の紐を色を変えたものを使い、①左右の紐を重ねる②二本の紐でできたトンネルの上に重ねた紐をくぐらせる③両手で左右にひく、と手順を伝えた上で、横で順番に手順を見せ真似てもらいました。すると、その場で一重結びは何度でもできるようになりました。
しかし、蝶結びは紐を通す場所と動きの順序を覚えられず難しいようでした。
先生からは、漢字が覚えられない・書けないことについてもご相談がありました。

< 考えられる要因 >

空間認知能力の弱さがあり、紐の位置関係をとらえながら手を動かしていくうちに混乱してしまい、一般的な蝶結びは難しいと考えられます。
一重結びはできる力がありますが、焦ると難しくなると予想されます。

< 提案内容 >

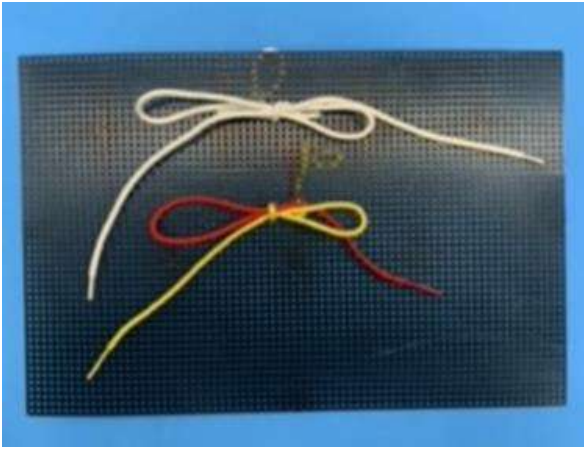
一重結びは見本を見せて手順を具体的に教えることでできるようになったので、左右のひもで輪を作り一重結びする方法で蝶結びを練習することを提案しました。
部活用の靴は、靴紐をゴム製の結ばなくてよいものに変えることと、マジックテープのベルトで止め外しできる靴に変えることを提案しました。

< 相談後の様子 >

蝶結びは、左右の紐で輪を作り一重結びする方法でできるようになりましたが、本人とも相談し部活用の靴はベルトタイプの靴に変えられたとのこと。
部活に遅刻や欠席することはなくなったそうです。

支援のアイデア

紐の左右の色を変えて練習する



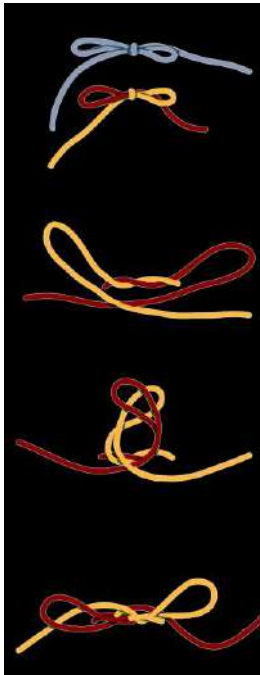
紐の左右の色を変えることで、紐同士的位置関係の理解を助けることができます。

手順を覚えられたら、単色の紐で練習しましょう。

紐と下地の色のコントラストがはっきりしている方が、視覚的にとらえやすい場合もあります。

写真は、植木鉢の土止めに紐を通したものです。

簡単蝶結び



①一重結びをする

②左右の紐で輪を一つずつ作る

③左右の輪を一重結びする

④簡単蝶結びのできあがり

慣れるまでは、紐を置いて形作ると安定して手順を覚えやすいです。

ストレスが少なく履きやすい靴を選ぶ



靴紐を結ぶのが難しい場合はもちろんですが事例のように結ぶのに時間がかかってしまう場合もベルトタイプやスリッポンタイプの靴を選ぶことで、ストレスが減り活動への参加しやすさにつながることもあります。

靴紐をゴム製の靴紐に換えて紐は結んだままで履くという方法もあります。

①日常生活のこと

< 対象者 >

所属：支援学校
学年または年齢：小6 女子
診断：体幹機能障害 精神発達遅滞
相談者：先生

< 相談内容 >

教員が歌わないとお茶を飲むことができないが、歌なしで飲むための関わり方や手立てをがあればアドバイスをいただきたい。

< 実際の様子 >

慣れた教員が歌を歌うとお茶を飲むことができました。その時には自分でコップに手を添えることもありました。座位保持椅子に座ってお茶を飲んでいました。

慣れていない人や場所、多くの人がいる場所等では緊張し、落ち着かなくなることが多くありました。

体幹の筋肉が柔らかいものの、児童椅子には一人で座り、歩行も自立していました。

聴取から、家庭では歌なしでお茶を飲むことができるとのことでしたが、学校では就学時から歌を歌いながらお茶を飲んでおり、習慣化している様子でした。

< 考えられる要因 >

外部環境からの刺激への過敏さがあり、いつもと違うことに不安を感じやすい可能性があります。そのため、歌を歌ってもらうと歌に集中して他への刺激が気にならなくなる可能性があります。

お茶を飲む一口量が少なく、嚥下に少し時間がかかるので、多量のお茶が勢いよく口に入ると飲みにくいことも考えられます。

< 提案内容 >

①刺激の多さ、②いつもと違う環境、③お茶を飲む、という3つの苦手さをすべてクリアすることを求めるのは難しいので、1つずつクリアできるように設定しました。

一口量を調整しやすいように、とろみをつけてスプーンで飲んだり、一口量の少ないマグを試してみることを提案しました。

まずは安心できる環境（家など）で取り組んでみてから学校につなげるとスムーズに取り組めるのではないかとお伝えしました。

< 相談後の様子 >

一口量の少ないマグを用意されると、初めは慣れないマグを嫌がっていましたが慣れてくるとマグの取っ手に自分から手を添える様子も見られました。

人通りの少ない、静かな場所では歌なしで数口お茶を飲めるようになりました。

支援のアイデア

お茶の一口量を調整する



飲み込みに少し時間がかかるため、一度に多量のお茶が勢いよく口に入ると飲み込みにくいことが考えられます。

お茶が少しずつ口に入るコップを使ったり、お茶にとろみをつけてスプーンで飲む等、お茶の一口量を調整すると、自分で飲みやすくなるかもしれません。

安心できる環境で取り組みを始める

慣れない環境や外部からの刺激（周囲が賑やか、人通りが多い等）ではソワソワと不安そうな表情が見られていました。

まずは自宅等の慣れている環境や、静かな環境で取り組んでみてから、学校での支援を行う等、段階的に実施してみましょう。

①日常生活のこと

< 対象者 >

所属：支援学校
診断名：15トリソミー、知的障害
学年または年齢：小学1年生
相談者：担任の教師

< 相談内容 >

上靴を自分でうまく履けません。どのように練習をすれば良いでしょうか？

< 実際の様子 >

上靴は、かかと部分に丸い輪を付けて指をかけてひっぱりやすいように工夫されていました。また、引っ張った時に、靴の形状が崩れにくいようかかと部分がしっかりとした上靴を用意されていました。

練習は本人用の背もたれ付きの学習椅子に座って行っていました。先生が上靴を渡しても靴を見ようとせず、先生が本人の片足を持ちあげて手伝おうとすると、側方に姿勢が崩れてしまい、靴を履く行為が嫌になっている様子でした。

姿勢を保つことが苦手で、先生と一緒に姿勢を整えても座位姿勢は2分程度と短時間しか保持できず、すぐに足を組んだり、座面の上にしゃがみこんだりと、長く一定の姿勢を保つことは困難でした。

歩行は片手をつないでもらう介助が必要で、持久性が低く5m程歩くと座り込んでしまいました。知的障害は重度で、有意味語での言語コミュニケーションは困難でした。

< 考えられる要因 >

上靴を履く意味を感じにくく、取り組む意欲そのものが低い可能性があります。

また、姿勢が安定しないため、対象物である上靴を見続けることにも努力が必要な状況と思われます。さらに、椅子に座った姿勢では片足を持ち上げる等の際に姿勢を安定して保つことができないため、手で靴を履く操作をする余裕がない状態であると考えられます。

< 提案内容 >

- ・床に座り、壁にもたれて姿勢を安定させ、靴の着脱練習をすることを提案しました。部屋の角で行うと側方に姿勢が崩れても対応しやすく、足を延ばすと同時に手で靴を引き上げるという上下肢の協調運動が行いやすくなることを説明しました。
- ・工程を細分化して伝えるとともに、本人が『できた』と思えるように工程の最後である『引っ張る動作』から自分で靴を履く練習を始めることをお勧めしました。

< 相談後の様子 >

床に座ることで、姿勢が安定し上靴をよく見て練習できるようになりました。

家庭では靴下も同じ様に練習されるなど、徐々に工程を増やす工夫を取り入れておられます。

支援のアイデア

動作の工程を細分化し、スモールステップで実施してみる

「靴をはく」

- ①上靴の左右を判別する
- ②片足を曲げて体に引き寄せる
- ③上靴とつま先を見て確認する
- ④つま先から靴に足を入れる
- ⑤かかと部分をひっぱり、つま先はのばす
- ⑥内折れ等を整える
- ⑦もう片方の靴をはく

工程の最初から取り組むのではなく、工程の最終工程から練習を始めることで、自分で『できた』体験を得られやすく、本人の意欲を高め、動作の学習や定着につながりやすい可能性があります。

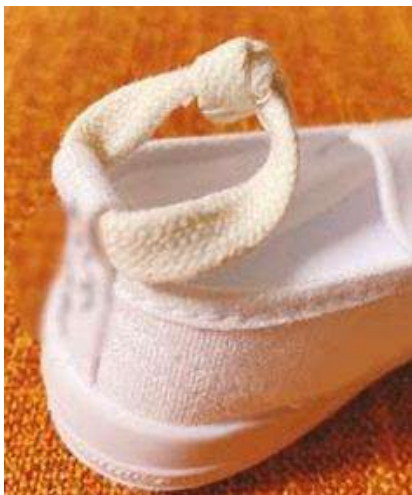
うまくできる方法が見つかったら、学校と家庭で**同じ方法**で取り組むことで定着を促してみる

学校でも家庭でも少しでも行いやすい方法が見つかったら、学校と家庭で方法を統一することで、本人が学習し、定着しやすくすることができます。

ただし、環境が違うため統一できない場合もあります。

その場合は、それぞれの環境に合わせた方法を選んで、本人も周囲の人々もスムーズに行えるようにしましょう。

上靴のかかと部分に輪っかを付けるなど、本人の運動機能に応じた工夫を行ってみる



今回はかかと部分に輪をつけることで、つまみ動作やつまむ力が弱くても、指をひっかけることで引っ張りやすくなりました。

このように、筋力の弱さや手指の運動発達の未熟さがあっても、道具や環境を工夫することで今の力を活かすことができる場合があります。

②姿勢や運動面のこと

< 対象者 >

所属：中学校（支援学級在籍）

学年または年齢：1年生

診断名：なし 知的能力障がい

相談者：先生 保護者

< 相談内容 >

猫背でうつむきやすく人と目線を合わず、就職に向けて印象がいいとは言えない。体幹が弱いので腹筋運動は毎日一緒にしているが、どんな運動をすればよいか？

< 実際の様子 >

丁寧に挨拶と自己紹介をしてきましたが、うつむき目線は合いませんでした。

立った姿勢は、猫背で首を前に突き出し、肘や肩や膝や股関節等は軽く曲げた状態で、しっかり手足伸ばした姿勢が取り難いようでした。『気をつけ』の姿勢をしても、腰椎を反らせるだけで猫背で顔はうつむいたままでした。

腹筋運動はできましたが頭と胸椎を強く曲げた形で、うつ伏せから頭を起こす背筋を使った動きは難しくどこに力を入れたらよいのかわからないようでした。

< 考えられる要因 >

重力に対して身体を伸ばして起こしておくだけの体幹を支える筋肉の持久性がないことと、自分の身体を垂直方向に伸ばして起こす状態のイメージ持てていないことが考えられます。

また、人と目線を合わせることへの不安や抵抗感がある可能性や、何事にも全身で身構えて首や肩や胸椎の周囲の筋肉を固く緊張させやすい可能性もあると思われます。

< 提案内容 >

身体を伸ばす方向への運動のイメージを広げる運動として、①うつ伏せ姿勢で頭を起こす②壁を背にして立って頭と背中全体を壁につけることを意識しタオルを持ってバンザイする③窓や机の拭き掃除で手を遠くに伸ばしながら全身で伸びあがるなどを、先生と本人に提案しました。

本人とは、なるべく顔をあげて挨拶する約束をしました。相手の目を見ることに抵抗がある時には、相手の額か前髪を見ることも提案しました。

< 相談後の様子 >

3か月後の再訪問時は、別人のように顔をあげて目線を合わせ挨拶してくれました。

先生が提案した運動をクラス全体の体操として毎日続けてくださり、他の生徒も姿勢が良くなったとのことでした。

支援のアイデア

重力に負けずに身体を伸ばして支える筋肉を使う運動を取り入れる



うつ伏せから足を伸ばして持ち上げそのまま保つなど、座る時や立つ時に身体を起こして伸びあがり支える筋肉を使う姿勢をとったり運動する機会を作りましょう。

自分のまっすぐポイントを覚える



いつも猫背になりやすい場合。本人が身体を伸ばしても客観的には十分に伸びていないことがあります。壁に背中・肩甲骨・頭をつけて、自分の身体の位置関係を確認し覚えることもできる場合があります。

写真で自分の姿勢を客観的に見ることもいいかもしれません。

日常生活の中で身体を伸ばす活動を取り入れる

窓掃除や机の拭き掃除等で、手を遠くに伸ばすことで身体も伸ばす機会を作ることができます。

視覚的な目印や泡洗剤などをつけることで目印として大きな動きを引き出すこともできるかもしれません。

②姿勢や運動面のこと

< 対象者 >

所属：小学校
診断名：なし
学年または年齢：1年生
相談者：先生

< 相談内容 >

授業中、姿勢が保てない。モノを口に入れる 時々床のゴミを口に入れる。

< 実際の様子 >

算数の授業で先生の説明が始まると、椅子に正座したり、机に身体を乗り上げ背もたれのパイプの間から両足を後ろに出したり、背もたれにもたれお尻を前に滑らせたり、姿勢が安定しませんでした。また、下敷きや定規をなめていました。

しかし、計算問題プリントが配られると一番に終わらせました。また、まだ問題を解いている友達の傍に行き答えを教えてあげていました。先生が止めると自分の席に戻り定規や下敷きをなめたり本を読んでいたが、ガサガサ動くので椅子と机が前後の席にぶつかり前後の席のクラスメートは迷惑そうにしていました。プリントをしている時は椅子の端に浅く座り身体を起こして座り、他の時より姿勢は安定していました。

休み時間や体育で待つ時間は、走り回ったり友達にくっついて話をしていました。

< 考えられる要因 >

長い説明を聞く時や待つ時に、じっとしていると落ち着かず動いたりモノをなめることで自分を刺激したくなる可能性があります。動き回ることや人にくっつくなどが好きなことから、無意識に自分の身体を刺激しようとする行動特徴も感じられます。また、学習意欲も理解力もあり、課題が早く終わってしまうため、何をして待てばよいか不安になる可能性があります。

< 提案内容 >

椅子の上でお尻が安定するように滑り止めシートとクッションを敷くことをに試してもらいましたが、それは嫌がりました。そこで、足で支える感覚が感じやすくなるように足元にエアクッションを置くことと椅子の脚にトレーニングバンドを張り足を挟んだり踏むことを提案すると、気に入ってくれました。

先生には、なるべく説明を短くすること、課題が早く終わってしまうことで手持無沙汰で離席したり落ち着かないため、予備の課題を用意することや先生から友達に教えることを頼むことを提案しました。また、モノをなめることを減らしていくために、あえてなめていいものを決めること、何か不安はないか声をかけることを提案しました。

< 相談後の様子 >

ミニ先生として活躍するようになり、授業中モノをなめてしまうことはありますがモノの種類は減りました。姿勢も安定しませんが、前後の席に椅子や机が当たらないようになったそうです

支援のアイデア

座りながら足や体を動かす
(※写真は、椅子の脚にはったゴムバンド)

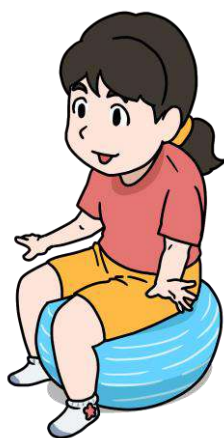


長い説明を聞く時や待つ時に、じっと座っていると動くなどしてしまうお子さんは、自分を落ち着かせるために無意識に自分の身体を刺激している可能性があります。

椅子や机の脚にはったゴムバンドや足のマッサージグッズなど足を動かしたり、エアクッションをお尻に敷いてバランスを取りながら座ることで、座り続け安くなる場合があります。

ただし、まず椅子と机の高さを身体に合わせ姿勢が安定させることや、見通しを助け落ち着いて過ごせる支援が大切です。

バランスをとって自分の身体を起こして座る感覚を育てる



書いたり見たり考えたりすると同時に姿勢が保つことが難しいお子さんや、姿勢が崩れていることに気付くことができない場合もあります。

授業中により姿勢を保つために十分な体ができていない場合もあります。

バランスを保つ必要がある姿勢をとったり活動を行うことで、姿勢を保つために必要な自律的な反応や筋肉の働きを育てることが有効です。

姿勢が崩れていることに気付きにくい場合は、写真で自分の姿勢を客観的に見ることもいいかもしれません。

授業中に身体を動かす機会を作る



体操やストレッチを行うことやプリントを配る係など役割を果たすことなどで、授業中に身体を動かす機会があると、注意集中を高めたり姿勢を整えることが自然とできる可能性があります。

② 姿勢や運動のこと

< 対象者 >

所属：支援学校

学年または年齢：小6 男子

診断：脳性まひ 視覚障がい

相談者：先生

< 相談内容 >

委員会の活動等で、VOCA（音声出力型コミュニケーションエイド）等のスイッチを使用する機会が増えたが、筋肉の緊張が強く、上手く押すことが難しい時がある。

座位保持椅子に座っている時に、スイッチを押しやすい環境設定や効果的な教員の支援方法を知りたい。

< 実際の様子 >

座位保持椅子に座った様子を観察すると、両腕は身体の外側に「ハ」の字に広げた状態で、伸ばす筋肉の緊張が強く突っ張っていました。また、頭が前や右側に傾きやすく、頭をまっすぐ起こして保っておくことが難しい様子でした。

座位保持椅子に座り教員が本児の腕を持って一緒に机のVOCAのスイッチを押すと、音に驚いて腕を後方に引き筋肉の緊張を強め腕の力がなかなか抜けないようでした。

視覚障がいもあり手元を見て確認することは難しい、と医師から言われていました。

< 考えられる要因 >

一般的に手を使う活動の時は、身体と頭を起こした姿勢で手元を見ながら、体の正面で物を扱うようにします。しかし、当事例では筋緊張の低すぎる所と高すぎる所が混在し、コントロールができない状態であるため、自分で持続的に頭と身体を起こしておくことが難しく、椅子の座面の角度を前方に起こしすぎると頭が前や右に倒れてしまいます。そして頭の位置が安定しないことで腕の緊張は高くなり、引き込んでしまうと考えられます。また、スイッチを押したいという気持ちの高まりと共に筋肉の緊張が高まり、首を反らせ肩甲骨を後方に引きこみ肘を曲げるパターン的な動きになっていました。そのため腕を前に伸ばしスイッチを押すことが難しくなると考えられます。また一度緊張が強まると力が抜けず、連続してスイッチを押すことも難しくなると考えられます。

< 提案内容 >

座位保持椅子の座面を後方に傾け後ろにもたれた姿勢にすることで頭の安定を図り、手元を見ることよりも腕を動かしやすい設定を優先する方法を提案しました。

介助者が後方から本児の肘を体の前で机につけておさえることで、肩甲骨の引き込みや全身の緊張を強める運動パターンを調整し、自分で肘を曲げ伸ばししてVOCAやスイッチを押せるようにしました。保護者や座位保持椅子の業者と連携し、両腕の外側にクッションを設置したり、机にベルトをつけて前腕に緩く巻いて机に腕を載せておけるようにした事例も紹介しました。

< 相談後の様子 >

授業でVOCAを押す際、教員が後方から肘を子どもの体の前で軽く抑えると、自分自身で何度もVOCAを押すことができました。

また、教員の「押して」「放して」の声掛けに合わせて、自分の力で手を上げたり下ろしたりしてVOCAを押す・放すことができました。

支援のアイデア

座面と椅子の傾きを後方に倒すことで頭の位置を安定して保つことができる場合がある



手を使った活動を行う時は、手元を見ながら行うことが大切です。

今回は目で見て確認しながら手の活動を行うことが難しいお子さんでしたので、座位保持椅子を後方に傾けて（ティルト）、頭を後方にもたれることで安定を図りました。

頭の位置が安定することで、姿勢が安定し、腕を使いやすい姿勢を保つことができます。

介助者が後方から、子どもの肘を体の前で机につけることで、肩と肘を安定させて手を使いやすくする

両腕を体の前に！



肩甲骨を後方に引き込み、腕を曲げて身体の緊張を強めるパターンが見られました。

本児の体の前に両腕を置き、机に肘を乗せた状態で介助者が上から軽くおさえることで、肩甲骨の引き込みや全身の緊張を強めるパターンを調整し、自分自身で肘を曲げ伸ばししてVOCAやスイッチをしやすいようにしました。

今回は先生が介助する方法をお伝えしましたが、保護者や座位保持椅子の業者と連携して、両腕の外側にクッションを置いたり、机にベルトをつけて前腕にゆるくベルトを巻くようにしてもよいかもしれません。

②姿勢や運動のこと

< 対象者 >

所属：小学校
診断名：自閉症スペクトラム症 知的障害
学年または年齢：1年生
相談者：保護者 先生

< 相談内容 >

縄跳びが苦手。跳びながら前に進んでしまうので、友達に縄が当たることもあった。

< 実際の様子 >

なんとか1回ずつ両足ジャンプで跳ぶことはできていましたが、縄とジャンプのタイミングが合わず2回以上は跳ぶことは難しかったです。縄を跳び越えようとして前に進んでしまうようで、近くで練習しているクラスメートにぶつかる危険性も感じました。縄の回し方も両手を大きく振り回しぎこちなく、柄が手から落ちる場面もありました。

後ろ跳びも1回は飛べましたが、座り込んでしまうので続けて跳べませんでした。

縄跳びの時間は、一生懸命繰り返し練習していました。休み時間も身体を動かして遊ぶことも好きなようでしたが、鬼ごっこで逃げる途中で平地でつまづくことや上った坂から足を滑らせそうになる場面がありました。ドッチボールでは逃げながら友達にぶつかりそうになったり、ボールに背をむけて座りこんで当てられたりしていました。ボールを投げる際は、両手でボールを持って手前に落とすように投げていました。

< 考えられる要因 >

縄に自分の身体が当たらずに跳ぶイメージは持っています。意欲もあります。

しかし、ドッジボールでの様子などから自分の身体のイメージの曖昧さもあり、必要以上に全身で身構えて力んでしまい、縄を跳び越えるように跳んでしまう可能性があります。縄の回し方も両腕を大きく回すことで前に進んでしまう可能性もあります。

「一定の場所で両足ジャンプを続ける」とことと「縄を回す」とことという二つの運動を同時に行うことや手足を協調的に動かすことが難しい状態のようです。

< 提案内容 >

地面に描いた丸の中で両足ジャンプをし続ける練習や大縄を跳ぶ練習で、まず一定の場所で両足ジャンプを複数回できること目指していただきました。

縄を半分に切って先に結び目を作ったものや柄を持っておもりを回す市販のダイエット用品を使い、ジャンプしながら縄を肘や手首を使って軽く回す練習を勧めました。

その上で、地面に描いた丸から出ないように跳ぶ練習をすることを提案しました。

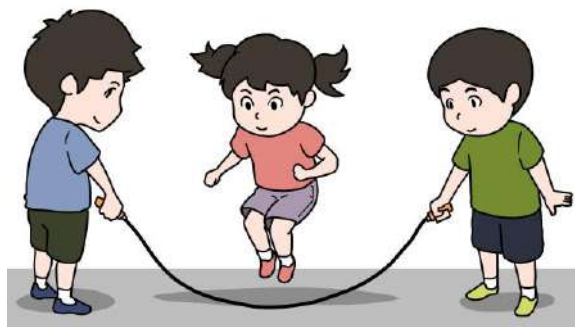
< 相談後の様子 >

縄の回し方はまだぎこちないですが、ジャンプと縄を回すタイミングを合わせその場で跳べるようになりました。ゆっくり続けて跳べるようにもなりました。

また、クラスメートの中にも自分で丸を描いて練習することで縄跳びが上手になったケースもあったとのことでした。

支援のアイデア

その場で跳び続ける練習をする

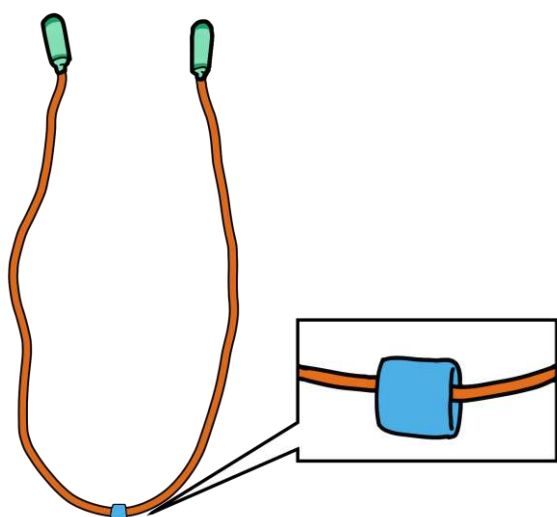


縄跳びは「一定の場所で両足ジャンプを続ける」と「縄を回す」という二つの運動を同時に行うことや手足を協調的に動かすという高い協調性を求められる運動です。

また身体と縄をお互いが当たらない位置関係を保つためには自分の身体のイメージや運動の調整力の育ちが必要です。

まず、両足をそろえて跳ぶことが難しくてもいいので、その場で軽くジャンプし続ける練習をしてみましょう。その後で、両足で跳ぶことを練習しましょう。

縄跳びを回しやすく工夫する



縄はある程度のスピードで両手で回すと遠心力で回転が安定しますが、ゆっくりすぎたり両手のタイミングが合わないとクニャクニャしてしまいます。

回しやすくするために、縄の中心に軽いおもりをつけたりテープを巻くことで回転や跳ぶ所が安定しやすくなります。

まずは腕で回せるようになって、縄が遠心力で惰性で回ることが感じられると手首で回せるようになります。だんだんと小さく手首で回せるようになるように段階的に練習を進めましょう。

②姿勢や運動のこと

< 対象者 >

所属：保育園
診断名：なし
学年または年齢：年長児
相談者：保護者

< 相談内容 >

走る時に膝が伸びている、高くジャンプできない、大縄跳びがうまくできないなど、動き方がぎこちない気がします。

今は運動することを楽しんでますが、みんなと比べてうまくできないことがわかって、運動が嫌いになるのが心配です。

< 実際の様子 >

走っている時は、お腹を前に突き出し、つま先より踵に体重をかけてしまうことで膝が伸びてしまいやすいようでした。

また、ジャンプをする時も、つま先でジャンプすることが難しく、足の裏全体で踏み込むようにジャンプするため、膝が伸びたままになり、高くジャンプすることが難しく、上半身がふらふらしていました。

つま先立ちをしてもらうと、姿勢を保持することはできましたが、体幹はふらふらしていました。

< 考えられる要因 >

重力に抗して体幹を持続的に安定させることが難しいため、特に前方に重心を移してバランスを取ることが難しいと考えられます。

走る時やジャンプする時には、前方に重心を移しつま先で支えながら動作を行う必要がありますが、前方でバランスをうまく取ることが難しいため、後方（踵）に重心がかかる傾向が強くなり、なめらかに膝を屈伸することが難しく、ジャンプで膝をうまく使えない、走る時に膝が伸びることにつながると考えられます。

< 提案内容 >

つま先立ちでバランスを取る練習や、線の上をゆっくりとバランスをとりながら歩くことや四股を練習することで、踵より足の前方（つま先）に重心を移してバランスを取る練習を提案しました。

< 相談後の様子 >

前方（つま先）に重心を移してバランスをうまく取ることができるようになったことで、走る時やジャンプする時に膝を伸ばしすぎずうまく使うことができるようになりました。大縄跳びもタイミングを合わせてジャンプできるようになりました。

保護者、保育士から「今までと走り方が違う！」という声が聞かれました。

支援のアイデア

つま先立ちの練習



つま先立ちが安定してできるようになるためには、バランスがふらふらしている中で練習しても上達しません。

最初は前から子どもの両手を持つ、あるいは壁や机を支えにして、バランスを安定させて練習をしましょう。

まずは、踵を上げる⇄下げるを繰り返し練習します。

安定してできるようになってきたらつま先立ちを10秒キープする練習をしましょう。

さらに安定してきたら両手を離して、1人でつま先立ちをキープする練習をしましょう。

線の上を歩く練習



線を見ながら歩くことで、視線が下前方に移り、重心は前方にかかりやすくなります。

線の上をゆっくり歩くことで、重心を踵からつま先にゆっくり移すこと、バランスを取る練習になります。

上半身がふらふらする場合は、両手で持てるものを胸の前で抱えると、安定感が得られやすくなります。

四股のポーズ



四股のポーズは、膝を曲げながら前方（つま先）に体重をかける練習になります。

四股のポーズを10秒キープできるように練習しましょう。

③行動や対人面のこと

< 対象者 >

所属：支援学校 小学部
学年または年齢：5年生
診断名：ダウン症
相談者：先生 保護者

< 相談内容 >

すれ違う人をたたいてしまう。叩かないですむ方法を知りたい。

< 実際の様子 >

トランポリンを跳ぶ、扉を強く開閉する、ものを点検するように叩くなど、自分の手や身体に強い刺激が加わることを求めるような行動が多く見られました。

また、1人の時には身体のどこかを触っていることや名札を触っている様子を見られ、人への関心は低く、自分の世界、自己刺激を楽しんでいる様子が見られました。

お母さんにお話をお聞きすると、外出先で人とすれ違う時に相手を叩く、ファーが付いた服を見ると引っ張ってしまうなどするため、外出することが大変だとのことでした。

< 考えられる要因 >

長い説明を聞く時や待つ時に、じっとしていると落ち着かず動いたりモノをなめることで自分を刺激したくなる可能性があります。動き回ることや人にくっつくなどが好きなことから、無意識に自分の身体を刺激し感じようとする行動特徴も感じられます。

また、学習意欲も理解の良さもある分課題が早く終わってしまうことで、どうして待つのか不安になる可能性があります。

< 提案内容 >

モノを強く叩く時は、大人が手を握り、より強い刺激を入れることを提案しました。また、服にワッペンをつけたりファスナーにキーホルダーをつけることで、日常的に自分で触ることで手掌に感覚刺激が得られるような工夫を提案しました。

< 相談後の様子 >

自分で身近なところで感覚刺激を得て満足できるようになり、通りがかりの人を叩くことがなくなり、お母さんと落ち着いて外出しやすくなってきたようです。

支援のアイデア

触って好きな感覚を楽しめるように服や持ち物を工夫する



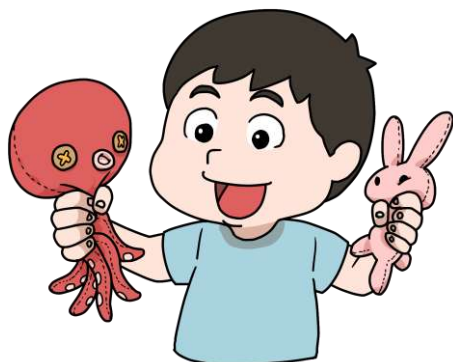
事例は、手で触る感覚を求めることから、人を叩きに行く行動があったため、人を叩かなくても、求める感覚が得られ満足できる工夫として、好きな手触りのワッペンやキーホルダーを、服やファスナーにつけることを行いました。

日々の関わりでの感覚が満足できる工夫をする



事例のように、自分の身体に強い感覚刺激が加わることを求めて問題となる行動をしてしまうと考えられる場合は、強く手を握るなど日々の関わりの中でしっかりと身体に触れて求める感覚刺激を提供することで、問題となる行動が減る時があります。

子どもが求めている感覚が得られ満足できるおもちゃを選ぶ



おもちゃを選ぶ時に、触ったり握って、手ごたえや手触りが好きなものを見つけようにします。
(スクイーズ 等)

子どもによって好きな感覚は違うので、その子の行動をよく観察し好きな感覚が得られるものを一緒に探しましょう。

③行動や対人面のこと

<対象者>

所属：幼稚園
学年または年齢：5歳 女児
診断名：なし
相談者：園長先生、担任の先生

<相談内容>

マイペースで集団場面での切り替えが難しい

<実際の様子>

朝の登園時から給食時間までクラスに入って観察を行いました。本児は、保護者の送迎で、少し遅れて登園してきました。「入園当初は、母親との別れることに対して分離不安が強くみられていたが、担任には慣れてスムーズに教室に入れている」とのことでした（担任の先生情報）。登園直後は、担任の先生の後ろにくっついて過ごしており、先生から促されるまで、朝の準備は自分で開始できませんでした。やる事は分かっている様子で、やり始めると鞆の片付けなどスムーズに行えていました。

朝の自由遊びの時間には、黙々と一人でブロックをつなげて遊んでいました。片付けの時間になり、周囲の子は片付けを始めますが、本児はなかなかやめることができませんでした。加配の先生が声を掛けて片づけようとすると、「今、やってるの」と強く拒否する様子がありました。リトミックの活動が始まると、ピアノを弾く担任の先生の傍に行き、しばらくの間はピアノのかけから周囲の様子を見ていました。好きなマット運動の活動準備が始まると、自分から列に並ぶ様子が観察されました。

<考えられる要因>

環境の様々な情報に注意を向け、状況を判断して行動することが難しく、不安も高まりやすい傾向があると考えられます。

特定の人やモノとの関係性の中で落ち着く面があり、その関係性が固定化しやすく、担任の先生に過度に依存してしまっている可能性があります。

<提案内容>

本児は活動に集中していると周囲の状況に気づき難く、気づいたら状況が変わっているといった展開になりやすいため、場合によっては事前に個別で伝えることが必要であることを説明しました。

また、担任の先生との関係は良好であるため、新しい状況・場面では担任の先生が安定した関わりを保証し、慣れた活動では、別の先生とも取り組む、友達と取り組むといった関わりを段階的に広げることも提案しました。

<相談後の様子>

日によってムラもありますが、園の生活により慣れてきたことと合わせて、自ら参加する活動なども増えているとお話を伺いました。

支援のアイデア

子どもが情報を受け取れているかを確認し、受け取りやすい伝え方を考える



私たちは環境にある多くの情報を同時に適切に処理し、反応や行動につなげることができています。しかし、環境からの情報処理がスムーズに行えないお子さんもいます。

その場合、本人がどの様に環境からの情報を受け取っているのかを丁寧に観察し、行動の理解につなげていくことが大切です。

お子さんが安心してきている時、集中できている時、楽しく参加できている時、どの様なことが共通しているかを考えることで、お子さんの理解につながるヒントがあるかもしれません。

不確実性が高い状況やよく分からない状況では不安になることを想像し、安心できる環境を用意する



人や環境との関りを広げる場合に、通常よりも丁寧な段階付けが必要なお子さんもいます。

特に、不安が強いお子さんの場合、変化に対して過剰に反応したり、情動面が不安定だと普段できる事ができなかつたりと周囲を困惑させることがあるかもしれません。

ただ、安心してできる環境では、新しいことに挑戦できるお子さんも多いです。「こうしたら良いかも!」「自分もできるかも!」と感じられるよう環境や課題や関り方を工夫してみましょう。

その行動をやめさせるだけではなく、新しくできることを増やしていくという視点でサポートしていく

日常生活の中でパターン化されていることを変えることは、年長児であるほど難しい場合があります。

パターン化された方法が、本人が安心して行える唯一の方法だというケースもあるでしょう。

そのため、やっていることを変えるのではなく、できることを増やすことによって、適応的な行動につなげていく可能性があります。

③行動や対人面のこと

< 対象者 >

所属：小学校
学年または年齢：2年生
診断名：なし
相談者：先生

< 相談内容 >

多動傾向があり、授業中に離席、鉛筆を投げる、友達に体当たりすることがみられる。どのように支援したらいいか教えていただきたい。

< 実際の様子 >

授業中の様子を観察すると、お話を聞く場面ではじっとできず声を出す（急に発言や友達に話しかける）ことや体をもぞもぞと動かすこと、立ち上がることが見られました。落ち着かない行動を示しますが、授業に関連する発言や、何をするのかを理解している姿から授業には参加している様子でした。鉛筆を使うなど手を使う活動では集中して落ち着いている様子が見られました。鉛筆の操作では、過度な筆圧の強さが見られました。

< 考えられる要因 >

筆圧の強さや体が常に動いている姿から、筋肉や関節の動きを感じる感覚（固有受容覚）の鈍さが考えられます。友達に体当たりしてしまうのも悪気があるのではなく、感覚の鈍さから力のコントロールがうまくできないためと考えられます。授業に参加する気持ちを持っていますが、体を動かさないと落ち着けないために、離席や鉛筆を投げるという行動がみられると考えられます。

< 提案内容 >

本児には45分の授業中、座り続けるのは難しいため、プリントを取りに行く、立って発言するなど意味・目的をもって動く機会を作っていくことを提案しました。また、本児に関わる時に手にギュッと握り、圧をかけながらお話することや、水やりや塗り絵など手を使う活動を休み時間に取り入れていくことを提案しました。

< 相談後の様子 >

筋肉や関節の刺激を意識して提供すること、授業中に意図的に動きを入れることによって、落ち着く時間が増えました。

支援のアイデア

役割として授業中に動く機会を作る



事例は感覚の入りにくさからもぞもぞ動いてしまいます。
子どもの様子を観察して、座っているのがしんどくなってきたかなと感じた時には、黒板に書く、立って発表する、プリントを配ってもらうなど、意味を持った動きを取り入れていくと良いでしょう。

クラス全体で、授業の途中で身体を動かす機会を作ることで、姿勢と集中力を整える

クラスには、じっと座っていることがしんどいと感じている子がいると思われます。
授業の途中に、クラスみんなで立って伸びをするなどの動きを入れていくと、事例以外の子どもたちにも良い刺激となり、その後の行動が落ち着くと思われれます。

③行動や対人面のこと

< 対象者 >

所属：小学校
学年または年齢：2年生
診断名：なし
相談者：先生

< 相談内容 >

授業中、ボンヤリしている時間が多く、ワンテンポ遅れる。
忘れ物も多く、何度注意しても減らない。

< 実際の様子 >

授業への取り組む意欲は感じられ、自ら次の授業の準備もしようとはしますが、机やランドセルの物が散らかり、途中で諦めてしまうようでした。授業が始まって10分くらい経つとボンヤリし始め、手遊びや独り言を言っている様子も観察されましたが、隣の席の友達や先生の声かけて、授業に注意を向け直すことはできていました。

また、絵を描くなど見てわかりやすい作業や一斉に行動する作業であれば隣の席の友達を見て取り組んでいるようでした。

しかし、今やることがわからなくても、友達に何をすればいいのか自ら聞いて確認することはしないため、更に周囲から遅れていきました。

< 考えられる要因 >

授業への参加意欲は感じられますが、注意集中は持続せず、手遊びや独り言もみられることから、一因として脳の覚醒レベルが安定しにくい可能性があります。手遊びや独り言は、無意識に脳の覚醒レベルを保つために刺激を求める行為の可能性もあり、その場合には参加意欲の有無に関わらずこの様な行為が観察されます。

また、忘れ物が多く授業の準備をしないのは、たくさんの情報や教科書等の中から必要なものを見つけ出すことが注意の選択が難しいことが原因とも考えられます。

< 提案内容 >

先生には、本人の態度はやる気がないのではなく、脳の覚醒レベルが安定していない可能性と情報の選択が難しい可能性をご説明し、保護者様に夜間の睡眠状態に問題がないか確認していただくこともお願いしました。

また、授業への参加をスムーズにするために、教科ごとに教材をジップファイルにまとめること、座席は前から2番目にすることで友達を見て行動できる力を活かすこと、自分から周囲に助けを求めにくい様子があるため面倒見のよい友達を隣の席にして助けてもらいテンポの遅れを取り戻すことを、試してもらいました。

< 相談後の様子 >

先生がすぐにジップファイルを用意され、途端に授業の準備がスムーズになり忘れ物も減ったそうです。

先生からは、授業中にボンヤリしても声かけて戻れば良い、自分で友達や先生に助相談できること目指そうと、子どものとらえ方が変わったとのお声がありました。

支援のアイデア

教科ごとの教材を色の違うジップファイルにまとめる



教科ごとの教材をファイルにまとめることと色分けすることで、複数のものの中から必要なものを選んで扱いやすくなることで、準備や片付けを簡略化できます。

また、必要なものを自分で探すことができ、やる気を保つことにつながります。

友達を見て、自ら気づき、友達と一緒に行動できる力を活かす

先生に近い最前列の座席は先生の指示や説明が聞きやすく、先生も個別に声かけもしやすいです。

ただ、友達の様子を見て一緒に行動できるタイプのお子さんの場合は、座席は最前列より2列目程度にした方が、指示をききもらしたり注意がそれでも前の友達をモデルにして行動を立て直すことができる場合が多いです。

友達と一緒に学ぶ学校だから、できる支援方法や配慮と言えます。

脳の覚醒レベルを整える機会を作る



プリント配り係を任せる・話し合う・身体を伸ばすなど、授業中や課題の合間に身体を動かす機会を作ることで、脳の覚醒レベルを整えて注意集中の切り替えのタイミングを作ることも有効です。

③行動や対人面のこと

< 対象者 >

所属：中学校 通常学級

学年または年齢：1年

診断名：なし

相談者：先生

< 相談内容 >

整理整頓ができず、机上也散らかっており、机の中も物がいっぱいになっている。徐々に学習も遅れてきている。支援サポーターが片付けるのを手伝おうとするが拒否する。空気が読めないところもある。

< 実際の様子 >

机の半分以上に必要な教科書やプリント、ノートが積み上がっていました。机の中は、物でいっぱい隙間がない状態でした。授業開始時、必要なプリントが探せず、10分後にやっと見つけましたが、探している間に先生がどこを説明しているか分からなくなっていました。

姿勢は、前にお尻がずれ、背中が丸く、椅子の背もたれにもたれて座っていました。

文字を書く時には、机の手前右4分の1のスペースを使って書いており、筆圧が出せず字形の乱れもありました。

ロッカーを使うために同級生に声をかけたり手伝ってもらうこともできず、ロッカーに私物を片付けられないようでした。

< 考えられる要因 >

筋肉が柔らかく姿勢の安定性が低い傾向や眼球運動の拙劣さがあります。また、順序立てて行動することの困難さや不注意で集中が持続にくさもあるようです。そのため、効率よく手際よく物を片づけることが苦手である可能性があります。

片づけへの苦手意識に加えて、コミュニケーションをとることへの苦手意識から片づけの苦手さを周囲に手伝ってもらうのを見られる事も嫌なため、自分の席に物を置いておくと本人は安心なのですが、必要な物を探しにくい状態に陥っていると考えられます。

< 提案内容 >

本人の集中力を考慮すると煩雑な状況で取り組み難く、人前でサポートされることも好まないため、自分で片付けられる範囲に物の量を調整することを提案しました。

具体的には、家庭で教科ごとに教材をチャック袋に分けて入れること、学級の席は一番後ろのロッカーの近くとし、ロッカーに出し入れしやすい工夫を提案しました。

< 相談後の様子 >

週末ごとに荷物の整理が必要で、それを指摘されると本人は嫌なようですが、座席を一番後ろにし棚に荷物置き場を作ったことで、机周りの物は減ったようです。

家庭で保護者が教科ごとの教材をチャック袋にセットすることで、授業の開始時の準備はスムーズになったそうです。

支援のアイデア

チャック袋を用意し、教科ごとに教材をまとめて入れる



教科に必要な教科書やノートやファイル等の教材が全部入るチャック袋を教科ごとに用意することで、授業開始時に必要なものを選びやすくなります。

持ち物管理の手順表を使う

朝の準備リスト

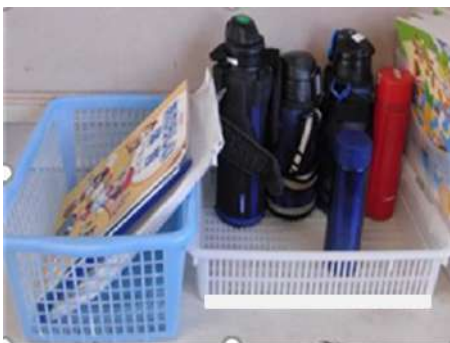
- ①宿題を提出箱に入れる
- ②教科セットと筆箱を机に入れる
- ③カバンをロッカーに入れる

朝の準備、帰宅後の用意などの手順を書いて（または絵）で示すことで、手順を思い出しやすくし次の行動がとりやすくすることができます。

例

- 1) カバンを開けて宿題とプリントを取り出し、提出箱に入れる
- 2) 教科書などの教科セットと筆箱を机の中に入れる
- 3) カバンをロッカーへ置く

クラス全体で、授業中いつも使わないものは、班ごとにまとめておく



いつも使わないものや授業中は使わないものは回収し班ごとにまとめておくことで、机周りが散らかりくくスペースに余裕ができます。そのことで、授業中に教科書やノートを使っていない時は机の中に仮置きができ、机上の有効スペースが増えます。

片づけの苦手さは個人の問題ですが、クラス全体で片づけ方を共有することで個人もクラス全体も整理整頓しやすくなる可能性もあります。

③行動や対人面のこと

< 対象者 >

所属：小学校
診断名：自閉症スペクトラム症 知的障害
学年または年齢：2年生
相談者：保護者 先生

< 相談内容 >

水遊びが大好きで、授業中に教室を抜け出して水遊びをしてしまう。

< 実際の様子 >

支援学級に在籍し、音楽や図工や生活等は通常の学級で授業を受けていました。通常の学級では、ニコニコとクラスメートの様子を見ながら過ごしていました。ただ、班での話合いの時間になるとふと教室を出てトイレの手洗い場に行き、水を出して手を水や蛇口にあてて水を飛ばし始めました。水の動きを見て楽しんでいる様子でした。先生が止めて教室に戻るように声をかけても、耳に入らない様子で、水遊びを続けました。授業終わりのチャイムがなりあらためて先生が声をかけると止めて教室に戻り、落とし物入れの物を手で投げ上げパラパラ落として遊びを始めました。支援学級では文字の読み書きの練習をしていましたが、まだ読み書きは難しく発声はありますが発語はなく、先生と一緒に声を出したりなぞり書きの練習をしていました。課題が終わるとブロックをパラパラ落として遊んでいました。水遊びには、先生が早い段階で呼び止めると行きませんが、待ち時間が長いと行ってしまいました。

< 考えられる要因 >

本児にとって、水遊びは水に触れたり水の流れや変化を見ることで、心地よさを感じ情緒的に落ち着くことができる活動であると考えられます。教室での授業や友達と過ごすことも楽しんでいる様子がありますが、手持無沙汰な様子も見られます。特にグループでの話合いの場面では落ち着くことができず、無意識に自分を落ち着かせるために水遊びをしに行ってしまう可能性があります。

< 提案内容 >

水に触れてよい時間を設定し、それ以外の水遊びを少しずつ減らすことを目指すことを提案しました。具体的には、手洗い場の掃除の係にし、前半は先生が付けた洗剤の泡を洗い流す形で掃除をし、その後はチャイムが鳴るまで水遊びをしても良いとすることを提案しました。一日のスケジュール表の掃除の時間に手洗い場の写真を示し、水遊びができる約束を示しておくこともお願いしました。通常の学級の隅にマットを敷きお気に入りグッズも用意し、そこで少し休憩してよいとすることで、休憩の方法を水遊びと置き換えていただくようお願いしました。

< 相談後の様子 >

手洗い場の掃除は、当初は先生と一緒にする必要がありましたが、次第に自分で洗剤をつけてスポンジでこすり洗いができるようになりました。掃除後の水遊びは、時々止めにくい時もあるようですが、チャイムを聞くと止めて教室に戻ることができるようになってきました。掃除時間以外の時間は、時々水遊びに行くこともありますが、休憩コーナーで休憩することも増えました。クラスメートも本児が休憩コーナーに行くと「うるさかった？」と少し静かにしたりタイミングよく声をかけてくれるので、本児の離席も減りました。

支援のアイデア

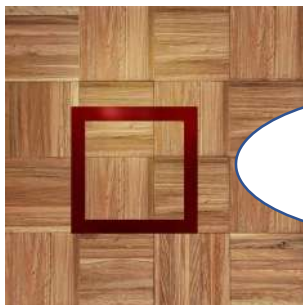
止めてほしい行動について、本人にとっての感覚的な効果や意味や役割を考える



その行動によって何を感じるのか?何をもらえるのかを考えてみましょう。特徴的な行動があればそれぞれの要素と共通する要素を考えることも有効です。

その活動が持つ要素がわかると、似たような要素を持つ活動に置き換えることができる場合があります。また、止められても続けてしまうという行動は、背景に何らかのストレスの存在があることも多いため、場面や環境の調整も必要かもしれません。

本人が好きな活動や求める感覚刺激と強い特性を、生活の課題に活かす



ゴミのゴール
(床に目印)

本人が好きな活動や感覚刺激の求め方を見つけることができれば、日常生活動作や課題の中にその要素を含ませることで、主体的な参加を促すことができるかもしれません。

特に『掃除』は、汚れが見て確認できないと、何をすべきかわかりにくい場合があります。水場では泡や絵の具、床では紙ゴミなど、疑似的に汚れやゴミを用意して練習することも有効です。

「わからない」「不安」な時の伝え方や過ごし方を用意する

気持ちや不安感をうまく消化できず、特定の活動に逃避する様なケースもあり、その状況が続くとその活動に固執してしまうことがあります。

言葉に限らず手ぶりや視線でも、まず「わからない」「不安」「不快さ」を相手に伝える力を育てましょう。

まず不安や手持無沙汰な時間を長引かせないような配慮を行い、それでもその状況が続く場合は、本人にあわせた過ごし方を見つけてあげてください。

④学習のこと

< 対象者 >

所属：小学校（通常の学級）

学年または年齢：3年生

診断名：なし ADHD疑い

相談者：先生 保護者

< 相談内容 >

丁寧に字を書かない。連絡帳の文字が汚く保護者が読めないことがある。

< 実際の様子 >

実際の文字を連絡帳と漢字練習帳で見ると、連絡帳の文字は、全く読めないほどではないですが、線が流れるような書き方で読みにくい文字でした。

また、「算」の最後の画は外側にはねる、「理・社」の偏と旁が左右入れ替る等の書き間違いがありました。

漢字練習帳には、とめ・はね・はらいにも気を付けて一般的に丁寧と認められる文字を書いている、先生に花丸をもらっていました。しかし、平仮名に時々鏡文字と似た文字の書き間違いがありました。

本人からは「漢字の宿題は先生が花丸をくれるから丁寧に書く。でも丁寧に書こうとするとよく書き間違える気がする。」という話を聞きました。

< 考えられる要因 >

本人にとって、漢字の宿題は先生に花丸をもらえることで丁寧に書くべきものですが、連絡帳は丁寧さより早さを優先して書くものになっていると考えられます。

文字の形のとらえにくさと細かな運動調整の苦手があり、意識すれば丁寧に書けても努力を要し、早さと丁寧さを両立して書くことが難しいと思われます。

< 提案内容 >

本人と先生と保護者とOTの4人で話し合い、丁寧な文字の基準を決めました。

丁寧さを数字で表し、3はテストの時に気をつけて書く文字、2は連絡帳やノートの時に少し気を付けて本人だけではなく先生も保護者も読める文字、1は急いでメモを書く時に本人だけ読める文字、0はだれにも読めない文字、としました。また、連絡帳は保護者が学校の情報を知る道具なので2の字で書くことを本人に提案しました。

先生と保護者には、丁寧に書くことを意識しすぎ仮名文字の書き間違いが起こっている可能性も説明し、場面に応じて求める丁寧さを変えていただくようお願いしました。

また、早く書いてしまう動きに少しブレーキをかけるために、硬筆用下敷きを使うことも提案しました。

< 相談後の様子 >

連絡帳の文字も丁寧さが増したようです。

乱雑な文字になった日は、本人から保護者に内容を報告するようになったそうです。

支援のアイデア

書きやすくなるように道具を工夫する



事例は、硬筆用下敷きを使うことで早く書く動きにブレーキをかけることで、書いた線が流れにくくなり筆圧も高まりました。
紙やすりやビニールクロスを敷くことが効果的な場合もあります。

また、筆記用具の握りが不安定な場合は手に合わせてグリップをつけることも有効です。

連絡帳は、学校と家庭の情報伝達ツールであることが一番の目的であるとする



連絡帳は、家族が学校の情報を知るための大切なツールたということ、だから家族も読める文字を書いた方がいいということをお子さんと確認しましょう。

しかし、学校の情報を家族が知ることが一番の目的と考えると、書くことに強いストレスを感じてしまう場合は、丁寧に書くことにこだわらず、代筆やコピーの用意やタブレットで撮影するなど代替手段を検討する観点も必要です。

望ましい文字を褒めて認めることで「ていねいさ」を育てましょう



せっかく頑張って書いた文字を「汚い」と言われることは、お子さんにとって悲しいことです。

望ましい文字を褒めて認めることや「ていねい・汚い」など抽象的な言葉ではなく点数化するなど、具体的にどう書くとよいか伝えましょう。

場合によっては書く量を減らすなどし文字を書くことへのストレスをなるべく減らし、自分の以外の人にも伝わる字を書く「ていねいさ」を育てましょう。

④学習のこと

< 対象者 >

所属：支援学校（小学部）

診断名：なし

学年または年齢：4年生

相談者：先生

< 相談内容 >

絵を描く授業の時に、手を動かしているが、紙をあまりみることはなく、すぐにやめてしまう。描くことに興味を持ってもらうにはどうしたらよいですか？

< 実際の様子 >

紙は白色の普通紙を使っており、明るい色の細いマジックを使用していました。先生にマジックを渡されるとすぐに持ちましたが、指先で軽く持っているような状態で手を左右に動かして描いていました。少し紙見る様子はありませんでしたが、描いている部分を見ているというよりも、全体を見ているような様子で、自分が書いた部分はあまりわかっていないようでした。

< 考えられる要因 >

マジックを持つこと、描く行為はわかっており、紙自体を少しは見ていることから、手元の紙に「描く」ことも分かっていると思われました。しかし、白い紙に明るい色の細い線で描いているため、自分で描いた物を視覚的に捉えづらいうようでした。また、しっかりとマジックを握って描いていないため、描いていることを手の感覚でも捉えづらくなっており、自分が行っていることがわかりづらく、描くことが持続しないのではないかと考えられます。

< 提案内容 >

興味を持ってもらうために「描いていることを意識できる」ための工夫を伝えました。

- ・視覚での気づきを増やす：コントラストを強め、描いた部分が分かりやすくなるように、紙の色を濃い色に、マジックは明るい色のまま太いものを使用してもらう。
- ・手を動かしていることへの気づきを増やす：紙を画用紙など少し滑りづらい素材にしマジックを動かすときに、紙面からの抵抗感を増やすようにする。
- ・聴覚での楽しみを増やす：線を描く際に擬音語を付けたり、ピアノなど音のなるものの上で描く

< 相談後の様子 >

一人ではまだあまり長い時間絵を描くことは見られませんが、描いているときに紙を見る時間が少し増え、笑顔を見られるようになったようです。

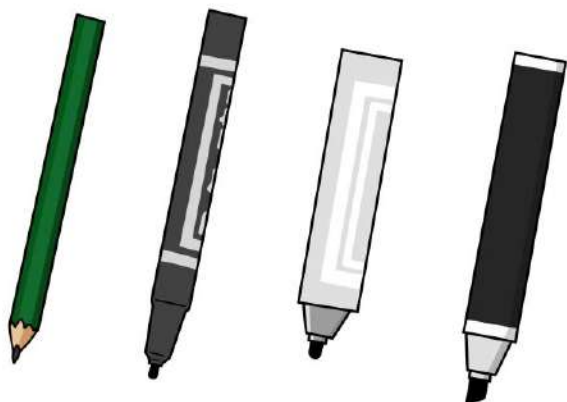
支援のアイデア

紙の選び方を工夫する

普通紙は、表面がツルツルし筆先が引っ掛かりづらいため、筆圧の弱いお子さんでも、ペンを動かしやすい描きやすいです。

画用紙は、表面がザラザラし厚手で筆先から抵抗感を得られやすいため、描いている感覚が分かりづらいお子さんでも気づきやすくなります。

筆記用具の選び方を工夫する

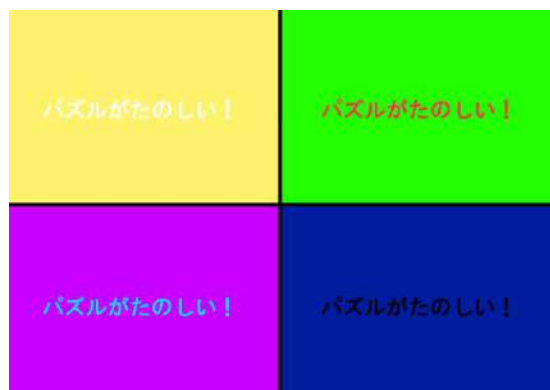


鉛筆は、芯の硬さが色々あります。HやHBは芯が硬いので筆圧が強いお子さんに、Bや2Bは芯が柔らかく濃い色が出やすいので筆圧が弱いお子さんに使用してみてください。

力のコントロールが難しい場合は、柔らかいものの方が色が出やすく「描く」ことが分かりやすいです。

ペンは、線がしっかりと紙に描かれるので、自分が描いた線を見やすいです。ペンは筆先が太いほど見やすいですが、紙の抵抗は強くなり手の力が必要になりますので、配慮が必要です。

紙と筆記具の色やコントラストを工夫する



初めは本人が好きなお色のペンや紙を使ってください。そのことで、見たい気持ちから描いたものへの注目が得られやすくなります。

紙とペンの色を工夫することで、とても見やすくなるお子さんがいます。淡い色の紙には濃い色のペンで、濃い色の紙には淡い色のペンで描くと紙と線の色コントラストが強くなることで、自分が描いた部分が分かりやすくなります。

④学習のこと

< 対象者 >

所属：小学校（支援学級）
学年または年齢：5年生 男子
診断名：なし
相談者：校長先生 保護者、支援学級担任

< 相談内容 >

左利きで左手で文字を書いています。
4年生までは4本の指で鉛筆を持つことが多く、マスの中に書くことが難しかったです。
手本がすぐ横にあればマスの中に書けますが、板書を写すときなどは、はみ出ます。

< 実際の様子 >

先生から指示された課題を理解して、真面目に一生懸命取り組むことができていました。マス目の中に書くことは理解しており、マス目の線を意識することもできていました。しかし、マスの中に納めようとしても文字を小さく書くことが難しい様子でした。鉛筆の持ち方を見ると、指に力が入りすぎて、指の関節を動かすのではなく、腕全体を動かして書いていました。また、板書の文字をノートに写すときに、縦方向の升目の位置や並びを探すのに時間がかかるため、急いで文字を書く様子がありました。手本が横にある場合は、横並びのマスに順に見比べるのはスムーズでした。

< 考えられる要因 >

指先の関節をうまく使えていないので、腕全体が動き、文字の大きさや線の方向を調節することが難しいと考えられました。また板書を見てノートに書き写すときの垂直方向や斜めの方向の眼球運動がスムーズでないため、書いていたマス目の場所や方向に合わせて視線を動かすことが素早く行えないと考えました。

< 提案内容 >

鉛筆の持ち方と指の動かし方を練習をするために、3点持ちの持ち方の写真を撮り、持ち方を意識してもらいました。

次に5年生が使う1センチの升目の大きさの中に渦巻きを書く練習をしました。その時、反対の手で、利き手の手首を軽く抑えて、指の関節だけを使ってぐるぐるの○を書くようにしながら、右回り、左回りを練習しました。

座席の位置を教室の中央、前と後ろの中間位置にお願いしました。教室の左右の端や前の座席は顔や目を斜めや上下に大きく動かす必要があり視線がずれて、疲れやすくなる可能性があることを先生にご説明しました。

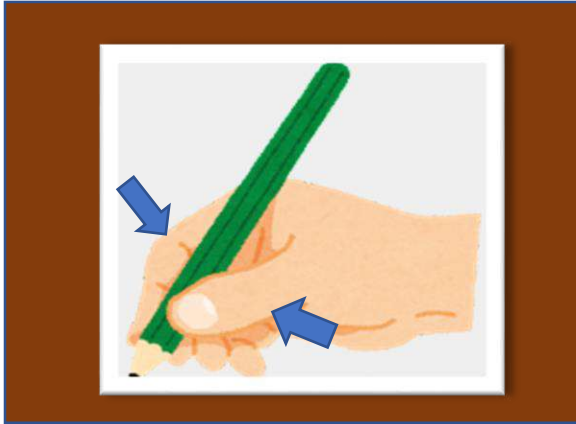
< 相談後の様子 >

利き手が動きすぎないように手首を自分でおさえ、指の動きを真似して楽しそうに書いていました。すぐにマス目の中に渦巻が書けるようになりました。

通常の学級で座席の位置の配慮も試しているそうです。

支援のアイデア

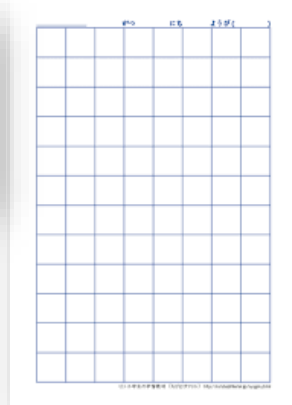
鉛筆の指先の当て方を写真にし机に貼り、持ち方を覚えてもらう



机に写真を貼っておくことで、繰り返し鉛筆の持ち方を目で見て確認することができます。

親指の関節と人差し指の関節が軽く曲がっていることを確かめましょう。

小さなマスに文字を書き入れるためには、指使いの練習とノートの工夫をする
(小学校高学年の場合)

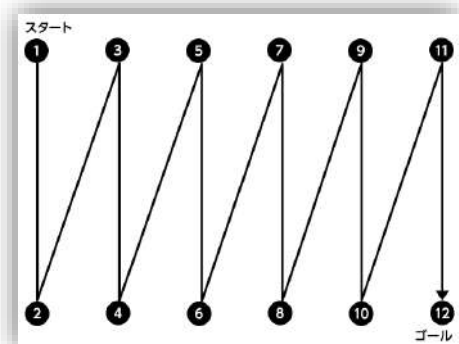


小さな文字をマスの中にバランスよく書くには、指先の関節を程よく曲げて動かすことが必要です。

手の小指側の側面を机につけ手首を軽く固定し指を動かしグルグルと渦巻きを書く練習をしてみましょう。左回り・右回り、大きく・小さく、色んな方向の渦巻きを描くとよいです。

マスと自分の書いている文字のバランスを見て調整しながら書くことが難しい場合は、マス目の罫線の色を濃くするとよい場合があります。

板書の視写が苦手な場合は、視線を動かすことに難しさがあるかを確認する
難しさがあれば、練習を試みる



板書を見て書き写すには、板書と手元のノートを見比べる眼球運動を調整する力が必要です。

まず、椅子に腰かけ、背筋を伸ばし頭をまっすぐ起こしたまま動かさず、①左右 水平方向②上下 垂直方向③斜め方向に、視線を動かすことができるか確認してください。

難しかった場合は、左図のように眼球運動を調整する練習をしましょう。

④学習のこと

< 対象者 >

所属：小学校（支援学級）

診断名：二分脊椎

学年または年齢：2年生

相談者：保護者、先生

< 相談内容 >

平仮名はほとんど読めるようになったが、書くことができる平仮名が少ない。書く練習自体に苦手さが出てきているので、タブレットも活用している。少しずつ書くことができる平仮名は増えてきているが、更に書くことができる平仮名が増える、また書くモチベーションが上がるような関わりを教えてほしい。

< 実際の様子 >

ゆっくりですが、平仮名を読むことができ、短い文章ならば読解もできていました。文字の構成はやや不十分なものの自分の名前は平仮名で書くことができていました。また、「し・い・く」など自分の名前に含まれない平仮名でも構成が比較的単純なものは書くことができました。なぞって書く練習には取り組めていましたが、マス目の中に文字を書くことは苦手なようで「やりたくない」と拒否していました。点つなぎ課題では、白地に黒色の点で提示されている問題は時間がかかり取り組みづらそうでした。そこで、色鉛筆で色の違いのヒントを加えると、色の情報を手掛かりに見比べ易くなり取り組みやすいようでした。また、平仮名の模写で手が止まる時は「最初は横の線を引くよ。」と声をかけると取り組み始め、聴覚情報である言葉で書く線の方向をイメージしやすくなるようでした。

< 考えられる要因 >

『平仮名を見てその形を覚えること』と『平仮名を書くこと』では、必要な力が異なります。「書く」には見たものの形を部分から順に構成していく力が必要です。本児は、文字の形を覚えることは比較的得意ですが、文字を書くために線を順に構成することは苦手である可能性があります。

< 提案内容 >

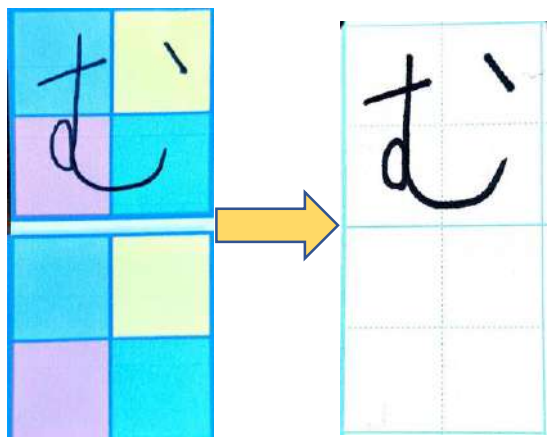
色情報が文字の構成に必要な空間を捉える手がかりとなるため、「なぞる→白いマス目に書く」という2段階のステップから「なぞる→4色に塗り分けられたマス目に書く→白いマス目に書く」の3段階のステップへの変更を提案しました。見て真似して書いていく時に、「横を一本書く」「ここにくるっと丸を書く」など音声での手がかりも意識して伝えるようにしました。書くことへの苦手意識が強いため、タブレット等の代替手段も積極的に用いることを勧め、点つなぎや積み木など遊びの要素を感じやすい活動も用いて、苦手な構成する力を少しずつ伸ばしていけるような関わりも提案しました。

< 相談後の様子 >

書く練習は4色のマス目であれば取り組んでいます。また、自分で「ここにくるっと丸を書く」など言いながら書くようになり、書くことができる平仮名も少し増えたようです。特に遊びの要素を取り入れた活動は、喜んで取り組んでいます。

支援のアイデア

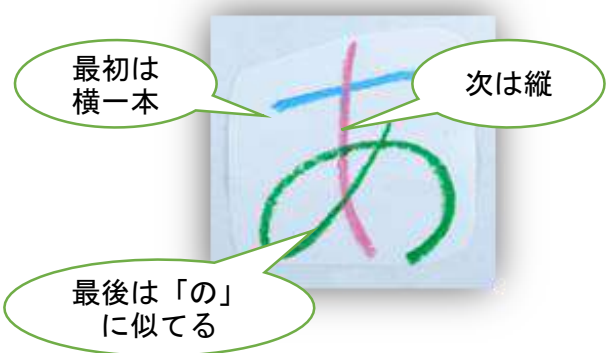
まずは部分的に見比べることができる状況で書字に取り組む



形を見比べることに取り組む時に、色の違いがあると、それを手がかりに、全体の構成を捉える→部分的に見比べて取り組むという小さなステップを踏むことができます。

難しいことに繰り返し取り組むよりも、子ども自身が「できる！」と思える適度な難易度の課題に取り組み、それが簡単になったら次のステップに取り組むようにすることが大切です。

書くことの手がかりになる要素を考える



※一画ずつ色を変えて見せることで見やすくなることも

書くことに取り組む時、視覚情報以外に聴覚情報の手がかりがある方が伝わりやすいお子さんもいます。

「縦・横・斜め」など言葉で運動方向をイメージできる場合は、意識的に耳から入る情報もセットにして取り組むと、形を順序立てて構成していく手がかりになることがあります。

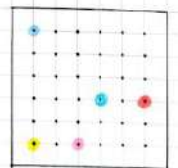
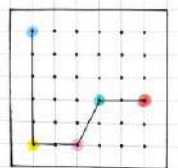
また、すでに定着している平仮名をヒントにすると、イメージしやすい場合もあります。

代替手段はうまく活用する
同時に書くことにつながる楽しさを経験していくことは継続していく

できる！
わかる！が
増える
代替手段は
積極的に活用



積み木模倣で構成の見比べ



色を手がかりに見比べて点つなぎ

代替手段があれば、積極的に用いて、お子さんの自己肯定感につなげていくことは非常に大切な関わりです。

代替手段の活用と並行し、苦手なことを楽しめる難易度にして取り組むことも有効です。

構成する力を育むためには、字を書く練習以外に、積み木（色つき・色なし）、点つなぎ模倣（色つき・色なし）など、少し遊びの要素が入った楽しい活動を導入することも、有効です。

④学習のこと

< 対象者 >

所属：小学校（通常の学級）
診断名：DCD疑
学年または年齢：1年生
相談者：保護者 担任の先生

< 相談内容 >

文字を読むことに関しては問題ないが、文字を書きたがらない。
ハサミや箸の操作は苦手、筆記具の操作も同年齢の子どもと比べて幼いと感じる。
就学前の発達検査で、約半年程度の発達の遅れがあると言われたが、学級では先生の指示は理解して過ごせている。
文字を書きたがらないので、学習についていけなくなるのではないかと心配している。

< 実際の様子 >

鉛筆は握りこむ様な持ち方で、指先の細かな動きで鉛筆を操作することは難しい様子でした。平仮名は就学前から読めたということから、見て形を捉えることは比較的得意だと思われました。

作業療法士が見本を示して、名前の一文字である『た』を書いてもらいました。本児は、まず『十』と書くと、それにくっつきそうな位置に横線二本を書き足しました。

漢字ドリルは、なぞることは出来ていましたが、書き写すと線と線の位置が近すぎたり文字がマスに収まらない等苦戦している様で、特に斜めの線が書きにくい様でした。

< 考えられる要因 >

筆記具などの道具操作に必要な細かな指先の運動の未熟さが、書きにくさの要因の一つと考えられます。筆記具を過度に握り込んでいる場合、筋肉や関節からの感覚を感じ取り難く、運動を通して文字を学習することが妨げられることがあります。

また、文字を書くには、文字の全体像をイメージしながら複数の線を順に組み立てる必要があります。本児は運動の未熟さに加え、文字を構成している線と線の位置関係を空間的に処理し再現していく視覚の処理過程にも困難さがあるようでした。1つ1つの線を書くにも努力を要するため、文字全体を捉える余裕もなくなり、思うように文字を書くことが出来ずにストレスにつながっている可能性が考えられます。

< 提案内容 >

フィンガーペイントなど、筆記具を操作せずに文字を書く練習をすることを提案しました。背中に文字を書いて当てる様な遊びやお風呂場などで曇った鏡やガラスに書くのも良い方法として紹介しました。

また、本人がスムーズに書くことができる形（パーツ）が文字のどこにあるかを探することで、文字を構成する線の組み合わせを捉えやすくする方略を提案しました。

< 相談後の様子 >

同年齢児と比べて時間はかかるが写し書きは以前よりも取り組めるようになった、文字の大きさは一定しないが自分の名前は何も見ずに書けるようになった、とのことでした。

支援のアイデア

筆記具を使用しない方法で文字学習をしてみる



文字を書くことは、細かな指先の運動だけでなく、視覚認知や記憶など様々な認知機能も関係する複雑な活動です。

道具操作に過度に努力が必要な場合、文字を学習するために必要な感覚運動の経験や認知的な活動を妨げてしまうこともあります。

その様な場合には、筆記具を使用しない方法で文字学習をしてみることも、文字を学習する初期段階において1つの方法だと言えます。

身体（感覚・運動）を使って学習してみる



直接指で対象物に書く方法は、筆記具の操作による負荷を軽減するだけでなく、指先の皮膚からの触覚刺激も情報として追加することができ、複数の感覚を用いて学習することができます。

その他にも大きな動きで書くことで、運動方向が分かりやすく、空間における線の方向性などを捉えやすくする場合もあります。

文字の読み書きに苦手さがある場合には、どの様
なところに苦手さがある
のかを個々に丁寧にみて
いくことが大切！

目からの視覚情報には形を捉えるだけではなく、空間に関する情報もあります。特に後者は運動と関係していることが知られています。

そのため、形は捉えることができて、空間的な処理や運動に関連した視覚情報の処理が上手く行えないお子さんもいます。

文字の読み書きに苦手さがある場合には、どの様なところに苦手さがあるのかを個々に丁寧にみていくことが大切です。

⑤道具操作のこと

< 対象者 >

所属：支援学校 小学部
学年または年齢：3年生
診断：脳性麻痺
相談者：先生

< 相談内容 >

給食時に太柄のスプーンを持って食べる練習をするが、スプーンを握り続けることが難しいため、支援の方法を教えてください。

< 実際の様子 >

給食では、先生と一緒に左手でスプーンを持ち、口に運ぶ練習をしていました。スプーンを握り続けるためには先生が手を添えて持つ介助をする必要があり、なかなか腕の力が抜けず、皿から食べ物をすくったり、口に入れたスプーンを口から引き抜いたりする動作に時間を要していました。

しかし、自分で肘を曲げてスプーンを口に運ぼうとすることはできていました。

また、皿にスプーンを近づけると、自分でもスプーンを少し動かしてすくいたような様子や口元にスプーンを近づけると顔を寄せて口を開ける様子が見られました。

< 考えられる要因 >

手首や肘を手前に引く動きが多く、肘を前に伸ばす動きが苦手であると思われます。スプーンを上から握る（回内握り）と、自分の身体の方に手を引き込む方向に力が入りやすく、手全体で握る全指握りは手に力が入りすぎてしまう可能性があります。運動面よりも認知面の方が発達年齢は高く、自分のしたい動きに腕の動きのスピードがついていかない状態であるとも考えられます。

< 提案内容 >

本人の手の甲側に先生の手を添え手元を見るように促すことで、腕の力が抜けた時に口からスプーンを引き抜いたり食べ物をすくう動きを一緒に行うよう提案しました。

また、柄を手に合わせて作ったスプーン使うことを提案しました。

< 相談後の様子 >

本人が手元を見て腕の力が抜けたタイミングで先生が腕を下ろす動きを誘導することで、スプーンを口から引き抜いたり食べ物をすくうことがしやすくなったようです。

スプーンを握り続けるには介助が必要ですが、自助具のスプーンを使うことで、手を口に向けやすくなり、スプーンを口に運ぶ動きがよく見られるようになりました。

支援のアイデア

介助者と一緒に食具を使い食べることで、自分で食具を握る・すくう・口に運ぶ動きを引き出し育てる



一人では食具を握っておけない・うまく食べることができない場合も、介助者と一緒に食べることで動きを覚えることができる場合も多いです。

事例のように子どもの腕の力が抜けた時に腕を下ろす、握りを持続させるように手を上から握り食具を持つ感覚伝える等、タイミングよい介助者の誘導は子どもの動きを引き出します。

手に合わせた食具を用意することで、介助を減らし自立度を高める

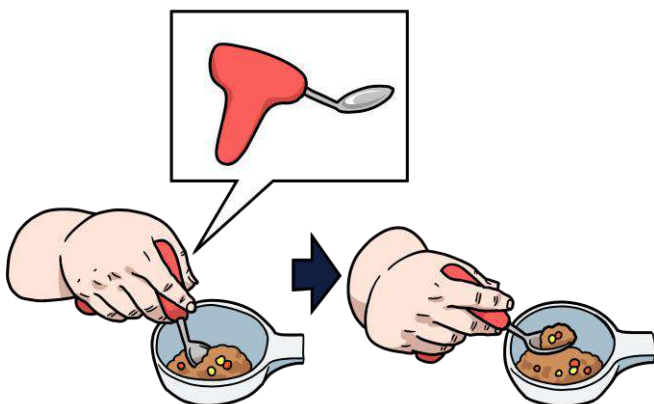


スプーンをしっかりと握ることが難しい場合、柄を太くするなど手のフィット感が良くと持ちやすくなります。

少ない動きでスプーンが口に届くようにスプーンの向きや角度を調整することもあります。

お箸も手の動きや発達の状態に応じて選ぶ・調整する等します。

手に合わせた食具を使うことで、手の握りの発達を促す



スプーンの持ち方が定まらない場合やすくい上げにくい場合は、柄をT字型に加工したスプーンを試すことがあります。

T字型の柄の縦部分を小指と薬指で握り親指と人差し指と中指を横部分に合わせることで、手の握りが安定し手首と前腕で口に向かって返す動きを引き出すことができる場合があります。

また、スプーンで楽にすくうことができると、反対の手が力まなくなり皿にそえやすくなることもあります。

⑤ 道具操作のこと

< 対象者 >

所属：小学校(支援学級利用)
診断名：自閉症スペクトラム障害
学年または年齢：6年生
相談者：保護者 本人

< 相談内容 >

リコーダーで曲を吹こうとすると音がわれてきれいな音が出せない。
テストがあるのに、きれいにメロディが吹けなくて困っている。

< 実際の様子 >

支援学級で先生と練習しているところを観察しました。支援学級で週一回個別に練習し、一つずつ音を出すことはできるようになったとのことでした。本人からも「曲をきれいな音で吹きたいです。でも、ピーと変な音になります」と言われました。

確かに一音ずつであれば、「低いド」の音まできれいな音を出すことができました。

しかし、曲を吹くと「ミ」より低い音は音が割れていました。指の動きはよく覚えていましたが、音が割れると気にして止まって穴がちゃんと押さえられているか手元をのぞき込んで途中で止まり曲として吹き進めることができませんでした。また、覚えた運指の動きをたどることに集中すると急いでしまい音が整いません。音感がよく音楽も好きできれいなメロディを奏でたいのに音が割れてしまい、イライラしてしまうようでした。「ミ」より低い音を出すために右手の中指や薬指や小指を穴に伸ばすと右手の人差し指が下にずれ左手の指の押さえ方も緩むようでした。

指の動きを確認すると、ゆっくり指を一本ずつ動かすことはできてもスピードをあげると中指と薬指と小指は一緒に動いてしまう傾向と、全身で力む様子がありました。

< 考えられる要因 >

速い指の動きになると他の指が連動し、手指の分離性や左右の手の協調性が発揮しにくい可能性があります。音感やリズム感がよい反面、手指の動きのぎこちなさでうまくメロディを再現できないストレスもあると考えます。

< 提案内容 >

速い指の動きの時に指の位置がずれにくいように穴の周りに「シール」を貼ることと、曲を1フレーズずつゆっくり練習することを提案しました。

シールで指が滑らず穴を密閉しやすくなり、きれいな音を安定して出せました。

きれいな音が出せたことで、自然に指の動きを急ぐより音を聞いて確認しながらゆっくり吹くようになり、曲中でも音が割れにくくなりました。

本人には自分の音感とリズム感の素晴らしさを活かせる楽器を探す提案もしました。手指の動きを滑らかにするため、机に指を置き一本ずつ動かす練習も提案しました。

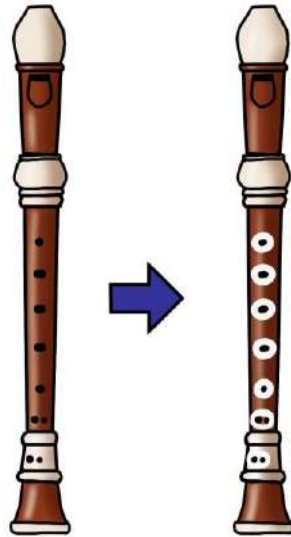
< 相談後の様子 >

後日、リコーダーのテストで合格した曲を披露してくれました。

合奏では打楽器に立候補し、楽譜通り正確に演奏できたことも教えてくれました。

支援のアイデア

笛の穴にシールを貼る



笛の穴が指先でうまく感じられずふさげないや指がすべる場合があります。

そのため視覚的に見ようとして笛を持ち上げ指がずれることもあります。

市販の専用シールやとじ穴の補強シールや医療用のスポンジシールなどを貼ることで、穴を指先で感じやすくなったり穴が密閉されやすくなり、穴を押さえやすくなる場合があります。

笛を机に乗せて安定させることで、指の動きも安定させる



口と両手の指先で笛を支えながら音階に合わせて運指しながら吹くことは、高い指の巧緻性と両手の協調性と聴覚と運動の協応が必要で、難しい活動です。

笛を机に置いて安定させることで、指の動きが安定し運指を覚えやすくなる場合があります。

手指を分離的に協調的に動かす力と指先の感覚で探る力や左右の手の協調性を育てる



親指で後ろの穴の押さえや笛を支えるためには、親指に向かって他の指を合わせて押さえる力が必要です。

手指の動きを滑らかにするため、机に指を置き一本ずつ動かす練習や指を分離的に動かす練習も有効です。
指相撲などもいい練習かもしれません。

指を見て視覚的に確認しなくても指先で穴がふさがっているか感じる力も必要です。

⑤道具操作のこと

< 対象者 >

所属：支援学校
診断名：脳性まひ（痙直型四肢麻痺）
学年または年齢：高等部3年生
相談者：本人

< 相談内容 >

好きな靴下やタオルを自分で干して、使いたいときに使えるようにしたい。。

< 実際の様子 >

洗濯ピンチハンガーへ手を伸ばす事はできましたが、そのまま洗濯ばさみを開くことはできませんでした。洗濯ばさみを開くこと、反対の手で持ったタオルを挟むことはできました。しかし、腕を前上方に伸ばした状態を保って行うことは難しく、腕は後方に引け、肩から肘を体に付けるようにして行っていました。また指先でつまむ力はありますが、洗濯ばさみの方向の調整は難しく、硬く開きづらい洗濯ばさみでは何度も持ち直す様子が見られました

< 考えられる要因 >

手や腕の筋肉の緊張（筋肉の張り）がもともと高いため、筋肉が硬くなりやすい傾向がありました。指先を使う巧緻動作（細かな運動）、かつ指先の筋力も必要であり、さらに両手で行わなければいけない洗濯物干しという活動においては、腕を伸ばし続けられず、後方に引けやすくなると考えられます。しかし、「洗濯ばさみで洗濯物を挟む」という課題は達成することができているため、道具の工夫により自分でできるのではないかと考えられました。

< 提案内容 >

洗濯ピンチハンガーで使用する洗濯ばさみを、持ちやすく少しの力で開くユニバーサルデザインのものへと変えることを提案しました。

また、洗濯竿に洗濯ピンチハンガーをつるしたまま作業が行えるように、より指先に力が入りやすくするために、ピンチハンガーと洗濯ばさみをゴムでつなぎ身体の近くへ引き寄せることができるようにする方法を提案しました。

< 相談後の様子 >

洗濯物を洗濯機で回す、取り出すなどの手順においては援助が必要ですが、取り出した後は自分で干す事、取り入れることができるようになり、自分が大切にしている物を、自分で管理できるようになりました。

支援のアイデア

難しい動作のどの部分が難しいかを考え、支援方法を見つける



洗濯ピンチハンガーで洗濯物を干すためには

- ①手を前上方に伸ばして保つ
 - ②その位置で洗濯ばさみを指先でつまみ、開く
 - ③洗濯物の位置と洗濯ばさみの方向を調整してはさむ
- といった複数の動作を同時に行うことが必要です。

どの部分が難しいかを考えることで、その人ができる方法や支援方法を見つけることができます。

使いやすい道具を選ぶ



洗濯ばさみには色々な大きさ、形のものがあります。

指の大きさや力の強さなど、使いやすいものを選びましょう。

使いやすい道具を選ぶことで、その人の能力を活かすことができます。

市販の道具をその人に合わせて工夫し、自分でできることを増やす



洗濯ピンチハンガーのフレームと洗濯ばさみをゴムで繋ぐことで、洗濯竿に洗濯ピンチハンガーをつるしたまま、洗濯ばさみを体の近くに引き寄せることができました。

道具への簡単な工夫で、自分でできることがぐっと増えます。

市販のものをうまく使ってみましょう。

大阪府作業療法士会特別支援教育チームは、子どもの豊かな家庭生活や学校生活に少しでもお役立ていただけるよう、作業療法士の知恵を盛り込んだ冊子を作成しております。本事例集を含む各冊子は、大阪府作業療法士会のホームページ（<http://osaka-ot.jp/>）に公開しております。また、以下のQRコードからも、ご覧いただくことが可能です。



**作業療法士への「発達が気になる子」
の相談事例紹介**
（※本誌の内容になります）



ご質問・ご感想をお寄せ下さい
（今後の取り組みに活かしていきます）



作業療法士からの提案
発達障がいのある児童・生徒への学習および
学校生活援助



**発達が気になる子の生活と学習の
工夫がわかる**
—家族向けテキスト—

OT 一般社団法人
SAKA 大阪府作業療法士会