

## 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委員会では、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。

1ページ目は、学校作業療法士の紹介チラシ「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を紹介しています。

2ページ目以降は、作業療法士への相談事例の紹介です。

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、児童デイサービス等の関係施設の職員の方々、ご覧いただいた皆様に少しでもお役に立てれば幸いに存じます。

大阪府作業療法士会 特別支援教育委員会委員一同



# 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？  
・先生の話集中して聞くためには？ ・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る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をすること、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 >

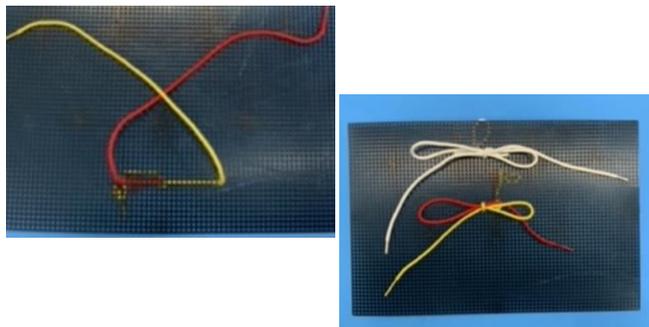
一重結びは見本を見せて手順を具体的に教えることでできるようになったので、左右のひもで輪を作り一重結びする方法で蝶結びを練習することを提案しました。  
部活用の靴は、靴紐をゴム製の結ばなくてよいものに変えることと、マジックテープのベルトで止め外しできる靴に変えることを提案しました。

## < 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

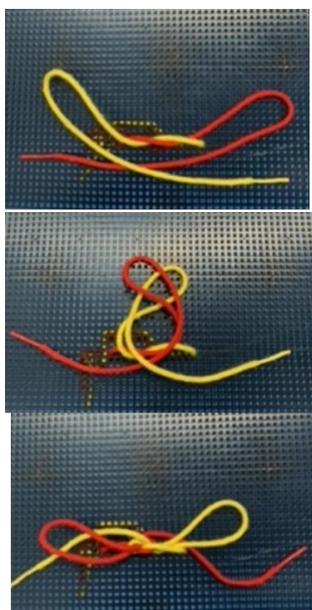
紐の左右の色を変えて練習する



紐の左右の色を変えることで、紐同士の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。

## 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、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っ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。

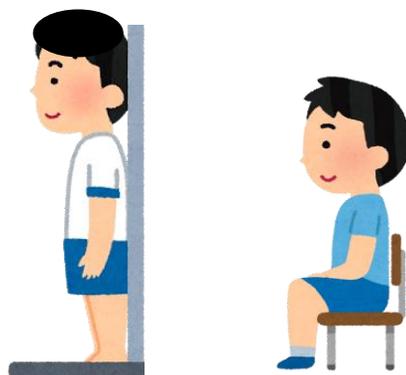
## 支援のアイデア

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。

## 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 >

発達的には感覚遊びのレベルで自分を刺激し、その感覚刺激で遊んでおり、手を使って遊ぶことや人に気持ちを向けることの乏しさが考えられます。

自分の身体に触れた時の皮膚の感覚や筋肉や関節で感じる固有覚など、自分の身体に強い感覚刺激が加わることを求め、叩く・触れる・引っ張るなど特に手掌や指先に強い感覚刺激が加わることを求めるような行動とっていると考えられます。

### < 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。

## 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て、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ふ気がする。」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。

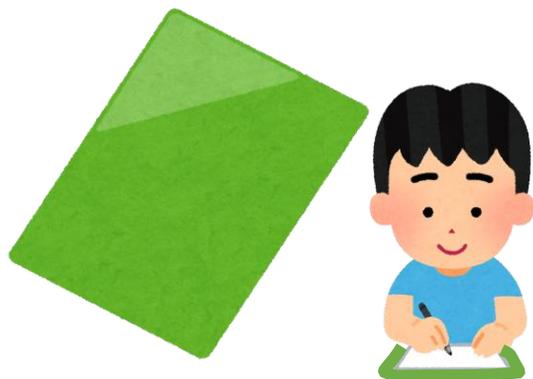
### < 相談後の様子 >

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。

## 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を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。