

ひびき

山梨県立甲府支援学校

TEL 055-226-3322

URL <http://www.yogoy.kai>

9月に入ったものの、まだまだ夏のような暑い日が続いています。新型コロナウイルスも気を付けなければいけない状況にありますが、感染予防対策をとって地域支援活動を行っていきたいと思います。

さて、今回は、訪問支援や校内支援の際に多く出される質問に対し、本校の外部専門家から PT、OT それぞれの視点でアドバイスをいただきましたので、紹介したいと思います。

【外部専門家の紹介】

<PT(理学療法士)>

高村 裕子 先生
荒井 望 先生
伊藤 慎吾 先生
服部 慎 先生

<OT(作業療法士)>

高見澤 幸恵 先生
伊東 仁香 先生
木村 千優 先生



今年度は、7名の外部専門家が支援を行っています。

Q1 姿勢が崩れやすい子どもへの支援はどのようにしたら良いか？

PTの先生方より

◎姿勢が悪くなってしまう原因を探りましょう。筋力、持久力、視力など。

- ・椅子に座るための土台となる感覚情報（足底や手の触覚鈍麻や過敏、固有感覚情報など）、筋緊張（低緊張など）、関節可動域（特に股関節・足関節・脊柱など）、筋力（体幹・股関節周囲など）、柔軟性（ハムストリングスやふくらはぎなど）に加え、前庭系のバランスや視覚情報の状態を観察する必要があります。また、身体の動きを止めると覚醒が保ちにくい場合もあり、生活リズムや睡眠のリズムなどが関係していることも考えられます。

<運動の例>

- ①毛布の上に座り、引っ張られても姿勢が保てるよう促しましょう。
- ②バランスボールの上に座って上下に揺れてみましょう。また、前後左右にゆっくり動かされてもバランスボールの上に座り続ける運動をしましょう。
- ③腹筋・背筋・スクワット・つま先立ち・四つ這い姿勢での体幹筋の活動を促しましょう。
- ④ストレッチ：太腿や体幹のストレッチをしましょう。



◎椅子の背もたれがあることで骨盤が後傾し、猫背のような姿勢をとってしまう場合もあります。その場合は背もたれのない椅子を試してみましょう。

①座面がわかりやすいものにしてみましょう。(例：お尻の当たる部分に硬めのスポンジが入っているクッション。)

②骨盤帯の傾きをサポートしてくれるフレームを使ってみましょう。(例：スタイルキッズ・ラブスキッズ・三角マットなど)

③座面が滑りにくい素材を使ってみましょう。(例：滑り止めマットなど)

・姿勢の崩れは、個々によってその原因が異なり、支援のポイントも工夫が必要となります。なぜ、姿勢が崩れているかを探りながら、個々の児童生徒にあった支援方法を提供することが必要です。

・きちんと座座ということは、他の運動や手の巧緻動作、食事、トイレなど様々な活動につながっています。その関係性と併せて支援していくことも必要です。



Q2 手先が不器用で、はさみで線に沿って切ったり、文字をバランス良く書いたりすることが難しい子どもについて、考えられる原因と支援は？

OTの先生方より

◎はさみの操作や文字を書く様子を観察しましょう。

- ・完成系のイメージをもっているか。どこまで行かか分かっているか。
- ・利き手で道具の持ち方、操作の仕方、紙の押さえ方や動かし方、両手の協調性はどうか。
- ・操作をする時の姿勢、操作に合わせた姿勢をとっているか。
- ・はさみで切ったり、文字を書いたりする時に、急いで行っている様子はないか。
- ・文字では、形の認識や空間認識がどうか。積み木での構成の様子はどうか。
- ・見本を見比べることがあるか、見比べる際に頭や身体を大きく動かしてないか。目的のものに視線を移すことがすぐにできるか。

<支援の例>

- ◎完成系のイメージをもてないと、終わりが分からずに切りすぎてしまう可能性があります。
- ・どこまで切るかの終点に折り目をつけたり、凹凸のある下敷きを使ったりするなど、触覚に働きかけることが効果的。
- ・文字の書き方を意識させたい場合には書道などゆったり書く意識が持てる方法に返ることが有効。枠内からはみ出る場合にも枠の認識がしやすいようにボンドなどを塗って乾かすことも有効。など・・・

手先だけでなく、姿勢や完成のイメージがあるかなど様々な観点から観察し、支援することが大切ですね。今回、ここには載せきれないほどたくさんのアドバイスをいただきました。身体の使い方、姿勢などの支援についてお困りの際は本校にご相談ください。外部専門家の活用については、本校ホームページに掲載してある手順を確認していただき、ご相談ください。



山梨県立甲府支援学校 地域支援係

TEL 055-226-3322

e-mail chiikishien@yogoy.kai.ed.jp

URL <http://www.yogoy.kai.ed.jp/>