

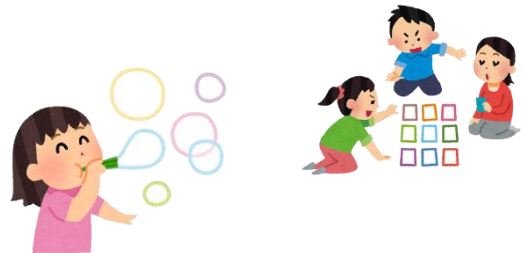
今回のすてっぷてっぷでは、言語指導分野が行っている活動や指導についてお伝えします。

本校の言語指導担当者

現在、自立活動部言語指導分野は教員2名で担当しています。
内部専門家、他分野の専任教員と連携しながら活動や指導をしています。

本校の言語指導分野で行っている活動・指導

- ① 構音や音声言語（表出）に関する指導や相談
- ② コミュニケーションに関する指導や相談
- ③ 摂食嚥下（食事）に関する指導や相談 等



個別や2、3名の小集団での学習が有効と思われる場合には抽出しての指導、集団（学級等）での学習が有効と思われる場合には、入り込みでの指導や連携を行っています。

校内で言語指導や摂食嚥下指導を行うことができるメリットは、日常の様子と言語指導での様子とを担任と言語指導担当者がすぐに共有でき、それぞれの指導に反映しやすい点にあります。学級への入り込みや、友達や指導者との日常的な関わりの観察、保護者の方から連絡帳等を通じて教えていただいた御家庭での様子、子どもや御家族の願い等を元に、担任と連携・協働して指導に当たっています。

指導・取組の例



言語指導の場面では、

- ① 発音の明瞭度を高めるための活動や遊び等に取り組んでいます。
- ② ごっこ遊びや読み聞かせを通して、ことばの力やイメージ力、表現力を育てています。
- ③ 様々な遊びややりとりの中で、コミュニケーションの力を育んだり、高めたりしています。

口の大きさ（適切な一口量）、口の感覚、取り込みの様子、咀嚼嚥下の様子、操作性等を見ながら、その子に合ったスプーンや碗等の食具の検討、食形態の検討も、各所と連携しながら行っています。



今回の『すてっぷてっぷ』では、日々子ども達が生活や学習をしやすいと感じたり、支援者や保護者（養育者）が子ども達と一緒に過ごす中で、互いに心地よい等感じられたりするための手段を一部紹介します。

～このようなこと、様々な場面で経験したことありませんか。～

子どもが困っていること



苦手な音がする。

眠たい、お腹空いた、疲れた、暑い、寒い等、生理的な不快感がある。

気分が高揚、興奮してしまう。

苦手な臭いがする。

何をやるの？
いつ終わるの？
どれだけやるの？
分からない。

支援者や保護者（養育者）の考察



言われていることが分からないのだろうか？

眠い、お腹が空いた、疲れた、暑い、寒い等の生理的な不快感があるのだろうか？

取組内容等を見て分かるように伝える必要があるのだろうか？
取組の量や時間等個々に合う形で準備する必要があるのだろうか？

集中しにくい環境があるのだろうか？

気になる物があるのだろうか？

体調不良なのだろうか？

「僕達、私達“困っています”」と、物を投げたり、蹴ったり、泣いたり等の行動で“困っていること”を表現することがあります。

上記の様子が見られる時、どのように関わったり、コミュニケーションを交わしたりすれば良いのか悩んだことはありませんか。

コミュニケーションとは

人間が意思や感情などを相互に伝え合うことであり、その基礎的能力として、相手に伝えようとする内容を広げ、伝えるための手段をはぐくんでいくことが大切である。

（特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編 平成30年3月）引用

～互いに伝わった、通じ合えたと感じられたり、思えたりできるとほっとしませんか？～

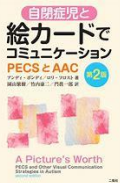
～コミュニケーションツールの紹介～

コミュニケーションの本質とは何でしょうか？

メリアム・ウェブスター・オンライン版（2010）の定義では、「シンボルやサイン、行動の共通システムを用いて、人々の間で情報が交換されるプロセス」としています。コミュニケーションするためには、2種類の言語スキルが必要です。



こちらの著書から引用→



表出性コミュニケーション（言語）

メッセージを伝えるために言語を用いること。



手話



点字



絵カード交換式コミュニケーション・システム

受容性コミュニケーション（言語）

他者からのメッセージを理解すること。

絵と言葉を添えることで指示理解につながる。

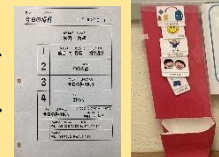


物を使い場の設定をすることで、“今やること”
が分かる。



スケジュールを使用することで

先のことが分かる。



タブレット端末、スマートフォン等で無料ダウンロードできるアプリを紹介します。

終わりの見通しや後何分あるのか等確認したり、心積もりをしたりするために活用します。

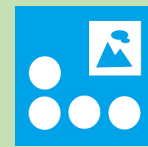


「ねずみタイマー」

コミュニケーションツールとして活用します。



「絵カードタイマー」



「絵カードカウンター」

ワークシステムとして活用します。



「えこみゆ」



「やることカード」



「はじめ、つぎは」

有料アプリです。

「たすくスケジュール for ipad」 “いつ”、“何をするのか”を伝える時に活用します。



「PECSIV+」表出にコミュニケーションツールとして活用します。



私達指導者は、どんな時でも子ども達“ファースト”で支援・指導しています。一人一人に合った支援グッズを探しています。子ども達も支援者、養育者も“HAPPY”な生活が送れるように日々“コツコツ”と実践していきます。私達を含む子ども達に関わる人達が、一人一人に応じた支援や指導等ができるように、引き続き関わっていきます。

今回のすてっぷてっぷは、「座る」ことをテーマにしてお伝えします。

1 「お座り」をするために必要な筋肉

生後7か月ごろの赤ちゃんが、自分で首を支えられるようになり背中や腰の筋肉が発達してくると、床に脚を投げ出した姿勢で「お座り」ができるようになります。背中や腰の筋肉は、寝返りやずりばいなどを繰り返すことで発達するといわれています。



2 椅子に座った姿勢(椅子座位)

椅子に座った時、右図のように股関節、肩、耳が一直線になる姿勢が「良い姿勢」といわれています。また、その時に足の裏全体が床についていることが重要です。



逆に、左図のような「悪い姿勢」で座り続けていると、背骨の正常な成長障害、視力低下や身体各部の痛み、集中力の低下につながる心配があります。

3 椅子座位姿勢を保つために

学習や作業は、椅子座位姿勢で取り組むことが多いです。学習や作業をすることに意欲があっても、「良い椅子座位姿勢」が保てないとすぐに疲れてしまい、継続して取り組むことが難しくなります。子ども達が無理なくより良い姿勢で座るためには、一人一人に合った椅子(学習椅子の改修や座位保持椅子の作製)を工夫するだけでなく、座り続けるための筋肉(腹筋や背筋)を鍛える必要があります。

また、椅子に座ってもすぐに姿勢が悪くなる場合、子ども自身が「良い姿勢」のイメージがもてていない場合もあります。子どもにとっては、「良い姿勢で座りなさい!」と言葉で注意されるだけよりも、「良い姿勢」と自分の姿勢を見比べてみたり、支援されて体感したりする方がイメージをもちやすいです。

裏面に、御家庭でも使用できる補助具や椅子を紹介しています。



いずれもインターネットで^{こうにゆう}購入できますが、^{こうにゆうまえ}購入前に^{たんにん}担任を通して^{とお}自立活動担当者へ^{じりつかつどうたんとうしゃ}相談していただければ、^こお子さんに^あ合った^{ほじょぐ}補助具や^{いす}椅子のアドバイスをいたします。

タカノ株式会社

LAPS kids (ラップスキッズ)



PAS

p!nto kids (ピントキッズ)

balans lab

バランススイージー



balans Easy

bilibo®



bilibo

MOLUK (モルク)



今回のすてっぷてっぷは、「手の発達」をテーマにお伝えします。

1 手の役割について

人間の手には、様々な働きがあります。体を支える、身を守る、探索したり識別したりする、物を操作する、手触りや温度を確かめる、ジェスチャーや感情表現等コミュニケーションの一役を担う等です。

このような手の働きの多様さは、人間が他の動物と異なる特徴の一つでもあります。

2 手の発達について

手の機能の発達には、姿勢コントロール、視知覚、体性感覚、認知機能等が複雑に関連します。ある年齢に達したらこれができる、というものではありません。

また、握る動作やつまむ動作には発達の順序があります。

〈つまみの発達〉



上杉雅之他『イラストでわかる人間発達学』医歯薬出版

〈握り方の変化〉

	スプーン	箸	鉛筆
手掌回内握り 手掌回外握り 1～1.5歳	手掌回内握り 	手掌回内握り 	手掌回外握り
手掌回内握り 2～3歳			
静的三指握り 3.5～4歳			
動的三指握り 4.5～6歳			

鴨下賢一他『苦手が「できる」にかわる生活動作の教え方』中央法規

できるようになる目安の月齢や年齢が示されているものも多いですが、発達の速さや凸凹は一人一人違うので、それにとらわれすぎず、今の子どもの状態をよく見て、発達の順序に着目しながら支援していくことが大切です。

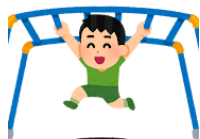
3 手の機能を育てる活動について

遊びや運動、日常生活動作の中で、手の機能を育てる活動を裏面に紹介します。

姿勢コントロールを高める活動



四つ這い移動



うんてい



そりすべり



ぞうきんがけ



手押しぐるま

重力に抗した運動や体を支える運動で、姿勢の安定性や肩の安定性を向上させることができます。

指先の操作性を高める活動

小さな物をつまんだり指先に力を込めたりする活動を通して、指先の力を高めたり感覚を学んだりすることができます。



ビー玉いれ



せんたくばさみ



お絵かき

両手の協調性を高める活動

左右の手は、同じ動きから次第に別々の動きを獲得します。左右の役割分担が進むことで、上手な両手動作が出来るようになっていきます。



おりがみ



ブロック



工作

〈参考・引用文献〉

「イラストでわかる 生活動作と読み書き支援」鴨下賢一・岩崎清隆 青海社

「発達が気になる子へのスモールステップではじめる生活動作の教え方」鴨下賢一 中央法規

今年もあと少しになりクリスマスにお正月とイベントが盛り沢山の時期がやってきました。

さて、今号の自立活動部だよりは運動機能指導担当より「あしのかたちとくつ」についてお知らせします。

あしのかたちとくつ



運動の特徴が「あしのかたち」に現れていることがあります。児童・生徒の皆さんの足はどんな足でしょうか？運動中や生活の中で転びやすかったり疲れやすかったりといったことは無いでしょうか？そのような症状には足の筋肉の力の入り方が関わっている可能性があります。

今回は、足の筋肉の力の入り方が強すぎる場合と、弱すぎる場合の足の状態を見てみましょう。



1. 足の力の入り方が強い場合

足首の動く範囲が狭く、硬くて曲がりにくい足は、足裏が過敏でつま先に感覚を入れがちだったり、脳などの神経系の影響で意識していなくても力の入り方が強かったりする場合があります。足裏が内側を向いたり（写真①）、つま先が下がったままで上がりにくかったりします。（写真②）つま先に体重がかかると踵に体重がかからずに踵の骨へ刺激が入らずに骨の成長が不十分で踵が小さくなります。

①



②



このような場合、足首が固定され、つま先をすって歩くので転びやすくなったり痛みがでてきたりします。

☆マッサージをする（緊張を緩める）、斜面や凸凹な道を歩く、できるだけ踵をつける意識をすることが有効です。

2. 足の力の入り方が弱い場合

足首の動く範囲が広く柔らかくて曲がりやすい足は、力の入り方が弱い場合があります。筋力が弱く、靱帯が柔らかく土踏まずが少なく「ペタペタ」と音を立てる歩き方になります。足首が外反していたり（写真③）、土踏まずが少なかったりする（写真④）といった症状がみられます。

③



④



このような場合、土踏まずのクッションが使えずに疲れやすくなったり、筋力不足による捻挫を起こしやすくなります。

☆足の指を使って土踏まずを作る運動（タオルを引き寄せる、足の指でつかむ等）が有効です。

くつ選びについて

上記で紹介したケースは足首だけでなく膝や股関節といった各関節に影響を及ぼすことがあります。各関節の荷重関係を調整し、足裏で正しく荷重させるために靴または装具（写真⑤）が必要となります。靴でいうとハイカットと呼ばれる靴になります。（写真⑥）ハイカットの靴はくるぶしの上まで覆うような靴で、かかとから足首までの関節を支持し足部全体の安定性を高めます。力の入り方が強い、または、弱い足の場合、一度検討してみてもいいかもしれません。

⑤



⑥



足のことで気になることがあれば学級担任を通して運動機能指導担当まで御相談ください。