

“大切な花”を咲かせよう



子どもの発達支援施設
つつじが崎学園

保育所等訪問支援通信NO. R7-2

梅雨明け前ですが、連日の真夏日に子どもたちは大好きなプール遊びを楽しんでいることでしょう。プール遊びの前後には、必ずお着替えの時間がありますね。今回のおたよりは、“着替え”がテーマです。一人で着替える難しさの原因やアプローチ法を知り、子ども達がより意欲的に着替えるきっかけを作ることができると良いですね★



まずは前回の内容の振り返りです。これらの要因は1つずつ独立しておらず、お互いに強い関連性があります。

不器用さや苦手さの要因は？

- ① “両手がうまく使えない”
- ② “感覚の未発達”
- ③ “力のコントロールが苦手”
- ④ “ものを見る力が弱い”
- ⑤ “体のイメージが捉えにくい”



トレーナー・Tシャツを着る要領の教え方

動作を教えていく時には、大人は子どもの後ろに立ち、二人羽織をする形で介助すると、子どもも動作の流れや体の動かし方が分かり易いです。子どもの手を持ち、一緒に行うことがポイントです。着る方法は「頭から」と「手から」の2種類あり、子ども自身のやり易い方法を選ぶと良いです。ただ「手から」は、袖を手練り寄せながら通すことに難しさがあるので、初めは「頭から」の方法でチャレンジできると良いです。脱ぎ方も同様に選べますが、長袖と半袖で脱ぎ方をそれぞれ検討していくと良いですね。

まずはチェック！

子どもが服を着ない場合には、動作ができないのか、もしくは衣服の素材が苦手なのかを確認しましょう！襟のタグが気になるケースもあるので、その場合は切ってしまうことも有効です★

練習のポイント★

- ① 両手を使う…自分で持った輪（フラフープ・平ゴム・腹巻等）を頭から潜る遊びをしてみましょう。
- ② ③ 素材やタグの肌触りが苦手／袖を通す動作の習得…腕の通し易い衣服だと良いです。きつすぎない衣服や裏地がなめらかな衣服を選んで練習しましょう。
- ④ 視覚で分かり易い工夫…着る前に、衣服をしっかりと広げてから着るようにしましょう。前後や手や頭を通す位置を分かり易くしたい時には、アップリケやビーズ等の目印があると判断し易いです。衣類の選択や目印は、ご家庭と連携しながら決められると良いですね。
- ⑤ 手を動かす方向を伝える…体の動かし方を目で確認し易いよう、まずは大人が袖を伸ばして手伝いをして下さい。



目印をつけてしまうと、なくなった時にできなくなるのでは…と思うかもしれませんが、成長と共にちゃんとできるようになっていきます。まずは、目印を頼りにしながら、1人で判断し、動作ができるようになることが自立の大きな1歩です★

靴下を脱ぐ・履く要領の教え方



まず初めは、“脱ぐ・履く”の最後の動作からチャレンジできるようにします。脱ぐ動作は、大人が踵まで外した所から、子どもに指先部分を引っ張ってもらう・履く動作は、大人が指先を通した所から、子どもに引っ張り上げてもらう…という感じです。上手に履く為に1番大切なのは、姿勢です。左図のように履く方の膝を立てて座り、両側に左右の腕が来るようにします。この時、反対側の脚は床に倒す等し、体を安定させましょう。

練習のポイント★

- ① ③ 両手を使うことや力加減が難しい…輪ゴムに親指を入れて引っ張る等、遊びの中で靴下の履き口を広げる動作を練習してみましょう。初めは、履き口のゴムが緩めの物・なめらかな素材・丈の短い靴下等が取り組み易いです。
- ② 素材や締め付けが苦手…素材に配慮しましょう。又、靴下を履くのは“常に”ではなく、“靴を履く時”に限定する等のルールを作る工夫も必要です。
- ④ 視覚で分かり易い工夫…持つ位置や踵に目印をつけましょう。踵部分の色が違う靴下等も良いです。



ちょこっとポイント★



洗濯後、左右の側面を合わせて畳むのではなく、前後を合わせて畳んでおきましょう！子どもが履く時は、そのまま両端を持ち、広げるよう伝えると、足を通し易く、前後の判断もし易いですよ！

参考書籍：「苦手な「できる」にかわる！発達が気になる子への生活動作の教え方」 鴨下賢一 著 立石加奈子・中島そのみ 著

《 お知らせ 》

11月13日(木)に県立文学館にて、つつじが崎学園主催の研修会を行います。『お互いの役割を知り“和”を作る ～こどもを中心とした連携とは？～』と題し、保育園・児童発達支援事業所・相談支援事業所より事例発表をいただき、みなさんと語り合える場したいと思います。8月にハガキやメールでご案内をお送りいたします。つつじが崎学園のHPより申し込みをお願いします。ご参加お待ちしております。

児童発達支援センター つつじが崎学園
地域支援事業部 保育所等訪問支援
〒400-0013



山梨県甲府市岩窪町614番地

Tel 055-251-7678

Fax 055-251-7679

Mail ooshiba@tutuji.or.jp

担当：吉岡かよ・大柴知子・野口樹音