

# “大切な花”を咲かせよう

保育所等訪問支援通信NO. R2-2



子どもの発達支援施設  
つつじが崎学園

夏の気配を少しずつ感じられるようになってきましたね。子ども達が大好きなプール遊びも本格的に始まるのではないのでしょうか？プールに入るには、毎回お着替えの時間がありますが、今回はこのお着替えの1つ“靴下の脱ぎ履き”をテーマにしたいと思います。苦手とする理由はどこにあるのかな？アプローチの仕方と一緒に考えてみましょう！



## まずは前回のおさらい！ “苦手、不器用に繋がる5つの要因”

- 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”

★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。苦手なことをただ繰り返し練習するのではなく、子どもの不器用さの要因を把握し、介助していきます。

## ～ こんな遊びをしてみよう！～

### 足の裏を使う遊びを！

靴下を履けるようになるには、足を自由に動かせることが必要です。中に隠れた見えない指を動かす必要もあります。見えない部分を動かしたり、自分の踵に靴下の踵を合わせたりすることが出来るようになるためには、足のイメージが出来てくることが大切です。そうしたイメージ作りには砂場や芝生などを素足で歩いたりジャングルジムや登り棒を足の裏を使って登ってみたいりする経験も必要です。素足で歩くことを嫌がる場合は、信頼関係のある人に遊びながら足全体を少し強めに触ってもらったりして、触れられることに慣れていく必要があります。難しい場合は、作業療法士などの専門家に相談してみましょう。

### パズル遊び

靴下の着脱は、3次元のパズルのようなものなので、立体的なパズルや組み立て遊びを取り入れると良いでしょう。

### 洗濯ばさみ

洗濯ばさみを使って厚紙などに付ける遊びをします(図①)。外すより付ける方が力が必要になるので効果的です。

図①



履く感覚を体験！ ビニール袋や紙袋を履いたり脱いだりして遊びます。(安全確保の為、見守りが必要です。)

## ～ その他のケース対応 ～

### 足に汗をかきやすい

足に汗をかいていると引っ掛かり、着脱が難しくなります。汗をしっかり拭いたり、汗をかいていない時に練習をします。

また“自信”が増えたね！

できた!!



### 靴下を履いたり脱いだりするのが嫌がる。

嫌う要因を探る必要があります。履くのを嫌がるのは滑るから、生地の素材が苦手、履いている感覚が苦手、裸足が好き等感覚は色々あります。反対に、足の裏が敏感で裸足で歩くのが苦手な場合もあります。靴下に対するこだわりがあり、脱ぎたくない場合もあります。子どもに確認してみたり、他の生活場面を観察し、原因を探してみましょう。人の行動には感覚が強く影響しています。感覚の受け取り方に偏りがある場合の対応としては、**対応する人との信頼関係があること、環境を調整すること、無理強いをしないことが基本**となります。これらの配慮が欠けると、感覚の受け取り方の偏りが強くなったり、不適切な行動が増えてしまったりすることがあります。

### ひと工夫と動作のポイント

- 靴下は、伸縮性があり滑りの良い物で、足首までの短いものが良いです。
- 靴下を甲の部分と足裏部分を合わせるようにして、平たくアイロンがけをしておくと、履きやすくなります。
- 靴下の入り口部分が履きやすくなっている靴下があります。また、甲の部分にイラストなどがあると、上下を把握しやすいでしょう。
- 子どもは床に座り、支援者はその後ろに正座か膝立ちをした状態でサポートしましょう。



参考書籍：「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 著

### 《 お知らせ 》

例年、つつじが崎学園主催で保育所等訪問支援研修会やオープン学習会など開催してきましたが、今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止の為、現時点では開催の目途が立っていません。開催につきましては、ホームページで発信していきますので、各自“つつじが崎学園”のホームページをご確認の上、お申し込み下さい。



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6-14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 田切美紀