

# “大切な花”を咲かせよう



子どもの発達支援施設  
つじが崎学園

保育所等訪問支援通信NO. R5-4

朝晩だけではなく日中の空気もひんやりとしてきて、少しずつ秋の訪れを感じるようになりましたね。さて、今年度の通信は“発達障害の子どもの自己肯定感をはぐくむ”というテーマでした。今回は、具体的なサポート方法についていくつかご紹介させていただきます！日々の保育のヒントになると嬉しいです◎実行できそうな内容は、是非行ってみたいですね！



## 発達障害のある子には実行機能の弱さが見られる

物事を遂行する実行機能という能力の弱さは発達障害特有のもので、原因の一つに脳の特性が指摘されています。前頭葉にある作業記憶領域(ワーキングメモリ)が定型発達の子よりも小さい為、複数の情報を一時的に脳に保存することが難しいと考えられるのです。例えば、複数の情報を与えられた時に、一つの情報だけを優先してしまい、他のことを忘れたり、物を置きっぱなしにしたり、作業手順を覚えられなかったりするのです。こうした実行機能の弱さを補う為にも、毎日の生活の軸を固定して動かさないことが大事なのです。

## “当たり前”も本人にとっては当たり前ではない

他人の考えやルールが分からず、人に合わせて行動することは苦手です。周囲が「当たり前」と思うことでも、本人にとっては当たり前ではなく、よく理解していないことがあります。子どもに説明する時には、自分たちが当たり前に行っている行動を一つずつ検証し、スモールステップに分けて説明していきます。発達障害のある子は視覚的感覚が優れているので、絵や写真など視覚に訴えるサインを作るとスムーズに理解できます。生活の時間割は子どもと一緒に組み立て、守って行動出来た時にはきちんと誉め、自己肯定感をアップさせましょう。







## 上記のことを踏まえて、どんなサポートができるのか一緒に考えていきましょう💡

### 時間割りを作る

起床、食事、入浴などの日課は同じ時刻に行うようにする。基準が出来ることで生活にリズムが生まれ、自律神経が整い、心身ともに安定する。時間感覚がなくなりがちの子どもには、タイマーのアラームなどで、時刻をはっきりと知らせる工夫をすると良い。

時計を読むのが苦手なお子さんも多いので、時計のイラストも添え視覚的にもアプローチすると良いかもしれません☆

| 時刻   | やること   |
|--|--|
|  9:00~  | 朝のお仕度をする<br>トイレに行く  |
|  10:00~ | 自由遊び<br>(ブロック・園庭・粘土)   |
|  10:30~ | お片付け・手洗い<br>朝のお集まり   |

### 居場所を整える

子どもの居場所、特に集中しなければならぬ作業スペースは、“情報量を少なく”する。色数が多かったり、文字や絵などがあちこちと目についたりすると、それらの情報が感覚器を刺激し、落ち着いていられなくなる。音もシャットアウトする。気が散る要素を排除し、集中できる環境を用意。パーテーションやカーテンなどで仕切る。机の上や壁に余計な物を置いたり貼ったりしない。

### 身だしなみチェックリスト

- ☐顔を洗う
  - ☐歯を磨く
  - ☐髪をとかす
  - ☐目、鼻、口周りの汚れを確認する
  - ☐シャツがはみ出ていない
  - ☐ボタンが全部とまっている
- \*リスト化することで、やり残しを防止。様々な場面で応用できる☆**



### 置き場所を決める

どこに何を置くかを大体決めておくと、忘れ物や探し物が減る。視覚的に分かり易いように、場所に整理するものの名前を書いたシールなどを貼っておくと良い。大人が側にいて、何をどこに置くかを言葉で説明し、理解と習慣化をサポートする。

### やることの順番を決める

日課としてやることは、順番を決めてマニュアル化しておく。例えば帰宅したら、決められた場所に鞆を置き、手を洗い、部屋に行くなど、やることの手順を決めておくと、迷わず実行できる。又、玄関から洗面所、自分の部屋へと、スムーズにやることを終えられるように、導線を整えると良い。部屋を整理し、動きを妨げるものがないようにする。

日課をマニュアル化することで改善できる可能性があります。子どもが1人で出来るようになった時には、その場で誉め、自己肯定感を高めていけるといいですね！

参考図書：『発達障害の子どもの自己肯定感をはぐくむ本』小児精神神経科医 どんぐり発達クリニック院長 宮尾益知 監修

### 保育所等訪問支援研修会にご参加いただき、ありがとうございました☆

去る9月13日(水)に、山梨学院短期大学 遠藤清香学長をお招きし、「お互いを認め合い、共に育つ」と題してご講演を頂きました。その後、グループワークを行い、「同じ場」での支援について意見出しをしました。

どのグループも大盛り上がりで、充実した意見交換の場となったのではないのでしょうか。次年度も研修会を開催致しますので、たくさんの方のご参加をお待ちしております。



児童発達支援センター 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 [yoda@tutuji.or.jp](mailto:yoda@tutuji.or.jp)

担当：吉岡かよ 武藤理紗 大柴知子 依田由佳