

障害の重い子どもの学級づくりを支える静的弛緩誘導法

— 「健康・日常生活習慣の学習」を振り返って —

Comprehensive Hand-Touch Muscle Relaxation Method to Support Classroom Management for Children with Severe and Multiple Disabilities

濱田 律子

目次

はじめに	6 2
I. どのように理解しようとしたか	6 2
II. どのように指導をしたか	6 2
III. 授業を通して見えてきたこと	6 3
おわりに	6 3

障害の重い子どもの学級づくりを支える静的弛緩誘導法

—「健康・日常生活習慣の学習」を振り返って—

濱田 律子

これは、「重度重複障害児教育研究～静的弛緩誘導法を基礎とした～」研究グループの取り組みをもとに行った授業実践をまとめたものである。

キー・ワード： 重度重複障害 小学校1年生 静的弛緩誘導法

はじめに

本研究グループは、平成17年度に行われた第34回肢体不自由教育実践研究協議会で発表された、施設併設学級研究「自立活動を主として学習する児童生徒の教育的ニーズに応じた指導の実践を目指して」の取り組みを継続発展しようと平成18年度に立ち上げられた。その目的は、重複障害児の適切な評価の構造を提示するとともに、重度重複障害児教育の実践的指導の体系化を模索していくものである。文献1)より引用。

この研究の成果については、当校の講習会「障害の重い子どもの理解と指導の仕方」、公開講座「静的弛緩誘導法を基盤とする障害の重い子どもの成長・発達の援助」や自立活動実践セミナー「障害の重い子どもの学級づくりを支える静的弛緩誘導法」において、継続して発表されてきている。

筆者は7年前よりこの研究グループに所属しており、施設併設学級小学部1組（自立活動を主として学習する教育課程）Aグループの担任として授業を行ってきた。これらの授業の中から、特に重きを置いて毎日指導を行っている「健康・日常生活習慣の学習」について、昨年度の実践を振り返ることを通して、研究グループが積み上げてきた成果を自分なりに辿り直し、確かめたいと考えた。

I. どのように理解しようとしたか

昨年度の学級は、小学部3年生1名、新入生2名の計3名でスタートした。いずれも重度の肢体不自由と知的発達の遅れが見られ、隣接している療育施設に長期に渡り入所していた。からだの面では、呼吸が浅く不安定で、手足が冷たかった。睡眠では、導入剤を使ったり、中途覚醒が見られたりした。けいれん発作を予防する薬も飲

んでいた。また、初期食を食べたり、注入をしたりしており、自力での排便が難しく、軟便が頻繁に出た。運動発達では、低緊張や痙性麻痺があり未定額の子どもと、ホッピングで動き一人で座ることができる子どもがおり幅があった。これらの状態は、呼吸と循環や睡眠、食事と排せつなど、生理的な状態が整っていないこと、手や足の感覚、姿勢や運動が十分に育っていないことの表れだと捉えられた。

こころの状態は、周りに気持ちを向けられず、眠っていることが多かったり、一人遊びをしたりして、感情を表したり、意思を伝えたりすることが難しい状態だった。

入学までの生活の様子は、先天的な障害や外傷による脳障害のため、出生後や乳児期から長期に渡り病院に入院してきた。家庭に戻っても健康面の整いにくさもあり養育が難しく、社会的な養護の必要性も生じてきたため、乳児院などを経て現施設に入所してきた。これらのことは、本来であれば快の感覚で満たされ、母親への愛着行動をもとにして、感情を外へ外へと出しながら、からだもこころも育ってところが、命を守ることが最優先となり、十分な経験ができないままに育ってきたのではないかと考えられた。

以上のように、からだの面、こころの面、生活の様子と子どもたちを見てくると、原因となった障害そのものと、障害を負って生活をしていく中で、本来ならば育ちの中で経験できることを知らないままに育っていたものが重なっているのが、今日の前にある姿ではないかと考えられるようになった。

II. どのように指導をしたか

それでは、自立活動を主として学習する子どもたちの学級での生活はどのようにしていけばよいのだろうか。自立活動は、学習活動の準備状態をつくっていくことや、子どものからだ、こころ、社会関係そのものを育てるこ

とが学習活動になるようにと設定された領域である。このことをふまえて、次のように子どもたちの一日の流れがつくられている。登校後には、まず「健康・日常生活習慣の学習」を行い、学習がスムーズにスタートでき、学習の準備となるようからだやこころを整えていく。続いて整ったからだとこころを働かせて、学級の友達と一緒に「始まりの会」をする。そして、必要なときに排せつや水分補給を行い、「せいかつ」「音楽」「ふれる・えがく」「感覚・運動」等の集団活動に入っていく。

「健康・日常生活習慣の学習」のねらいは、からだやこころを自分の力で整えて、1日の学習活動の基盤をつくることであり、それは深い呼吸や循環、排せつ、水分補給といった健康の基盤と手足の感覚をもとにした周りとやりとりをする基盤をつくることである。また、楽な姿勢や運動ができることをつくることにもつながっている。

具体的には、ゆったりとした姿勢で手湯や足湯をして、循環を整え、神経が働きやすくなるようにする。その際に、静的弛緩誘導法の働きかけを使い、お腹やのどなどにふれ、その感覚を目安に深い呼吸を学んでいく。合わせて、手や足も触れられているところへ気持ちを集中させ、感覚をつくったり磨いたりする。次に姿勢づくりとして、手と手、足と足、手足を一つにまとめ動かしたり、ゆっくりと寝返りをしたりすることで、座位姿勢に至る過程を学ぶ。また、座位がとれる子どもには、おんぶを行う。教師の背中から温かさを感じながら、からだの前側をあずけ、からだを起こして教師と一緒に動くことで、信頼感と共に、からだを起こした姿勢を支える呼吸や循環をつくることになる。さらにおんぶの度に、できる限り子ども本人が自分でするように手伝うことで、座位からつかまり立ちをすること、またつかまり立ちから座る過程を丁寧に繰り返すこともできると考えている。

これらの学習で何よりも大切にしたいことは、教師とのかかわり合いをつくっていく中で、子ども自身のからだを通して温かさや心地良さをしっかりと感じさせていくことだと考えた。そのために、五感を通して温かさや心地良さを感じる環境を整え、優しい言葉かけをしながら、ふれているところへ気持ちを集中できるように、柔らかくふれるようにした。動きの学習では、子ども自身が自分で動いている感覚をつくることができるように、子どもが動ける範囲でゆっくりと動いていくようにした。手足に力が入ったり、動きが滞ったりしたときには、楽な姿勢に戻り、静的弛緩誘導の手続きで、必要な部位にふれて、“ひろくする”感覚に戻り、再度ゆっくりと動いていくというように、ゆったり来たりを繰り返すようにした。また、これら一連の学習では、教師と一緒に声を合わせてふれたり、子どもの手と手をつながせたりして、子ども同士の関係もつくっていくように意識して働きかけていった。(表1「健康・日常生活習慣の学習」指導案参照：文献5)中村2011, 144-145をもとに筆者

の了解を得て加筆して作成)

Ⅲ. 授業を通して見えてきたこと

子どもたちの変化を見てみると、まず健康面では、ふれられているところを手掛かりにして深い呼吸ができるようになった。いつも冷たかった手足は、温まるのが早くなり、温かさを持続できるようになってきている。手にふれていると、自分からゆったりと開く様子も見られ、握ったり開いたり、意図的な動きも見られたりするようになった。

こころの面では、働きかけに対して声をあげてよく笑うようになり、友達と一緒に活動を共有する姿も見られるようになってきた。

具体的に1年生2人の姿で見たい。登校してきても眠っていることの多かったAさんは、眠っている時間と活動に参加している時間が反転した。足湯や日光浴をすると温まり方が早くなり、頬まで赤くなるようになった。教師がふれているところを手掛かりに深い呼吸ができるようになった。何よりも、働きかけに対して満面の笑顔で、声をあげて笑う姿が増えている。

教室中をホッピングで動き、一人遊びをすることが多かったBさんは、生き活きとした表情で登校してくるようになり、教師の背中に自分から手をかけておんぶを要求するようになった。また、いろいろ学習の中で大きな声をあげて笑い転げる姿が見られるようになり、からだの面では交互這いがしっかりとできるようになり、つかまり立ちからつかまり歩きや支え歩きができる場面が増えてきた。

これらのことは、呼吸や循環などが変化してきたことによって、環境とかかわっていく手足の感覚が次第につくられてきていると考えられる。つまり生理的な状態が以前よりも整ってきたことにより、手足の感覚をもとにして、環境へ自分から働きかけようとすることができるようになってきたと言えるのではないか。何よりも学級の中で、感情を声や笑顔で表現することができるようになったことは、周りからのかかわりをも変化せ、2人ともに担任以外の人から「可愛いね」と話しかけられることが増えてきている。

おわりに

1年間の「健康・日常生活習慣の学習」を振り返って見たときに大切なことは、今日の前にある子ども達の姿をどのように理解しようとするかということだ。つまり、目の前の姿には、もともとの障害と、障害を負って環境とかかわりながら生活してきたために知らないままでいることや十分に経験できないでいることが重なっているのだから、その知らないままで育ってきているものは何

表1 「健康・日常生活習慣の学習」指導案

○学習のねらい・活動内容	具体的な手立て・配慮 「太字」：静的弛緩誘導法の手続き	教材・教具
<p>○香りに集中し、気持ちを落ち着かせる。</p> <p>○ゆったりとした座位姿勢をとり、足湯をする。 ・足や手をお湯に入れて温める。 ・循環を良くし神経を働きやすくする。</p> <p>○柔らかくふれられた2点の感覚を目安に「おなか」「のど」を「ひろ～く」し、深い呼吸をする。</p> <p>○手にふれる。 ・柔らかくふれられた感覚を目安に、手指、掌を柔らかくする。</p> <p>○手を動かす。 ・両手を合わせて動かしたり、腕をゆっくりとなぞったり、大きく動かしたりする。</p> <p>○足にふれる。 ・柔らかくふれられた感覚を目安に、足裏、足指を柔らかくする。 ・両足を合わせたり、ゆっくりとなぞったり、両足を組んで一体的に動かしたりする。</p> <p>○仰臥位で、両手両足をゆっくりと一体的に動かす。</p> <p>○寝返りやいろいろな姿勢に対応する。 ・手足を体側につけた寝返りをする。</p> <p>○座位姿勢に至る過程を学ぶ。 ・仰臥位でゆったり⇒体をひねりながら手で支えての起き上がり⇒座位</p> <p>○Bさん：おんぶをして、散歩をする。 ・信頼関係をもとに快の感情をつくる。 ・手足でしっかりとしがみつ়くことを通して手足の感覚をはっきりさせ、立位姿勢に慣れる。</p>	<p>バケツにお湯を入れ、鎮静作用のアロマオイルを垂らす。</p> <p>温かさや心地良さを感じる言葉かけをする。座位で「のど」「手」などにふれ、呼吸を整えたり手の感覚をつくったりする。</p> <p>「おなか」「のど」などにふれ、「おなかひろ～く」など言葉かけしながら自己弛緩を促し、ひろがりを感じられたときには、褒める。</p> <p>言葉かけをしながら「手」に柔らかくふれる。</p> <p>可能な範囲でゆっくりと本人がするように手伝う。</p> <p>布団の上に移動し、仰臥位（または側臥位）で行う。 言葉かけをしながら「足」に柔らかくふれる。 可能な範囲で、できる限りゆっくりと本人がするように、一体的な動きを手伝う。</p> <p>仰臥位で手足をゆっくりといろいろな方向や、這い這いをするように交互に動かしたり、手足を一緒に持ち、本人がするように手伝ってゆっくり動かしたりする。</p> <p>布団の上で、からだの状態や表情を見ながらゆっくりと、できる範囲で行う。 上手くいかないときは無理をせず、「おなか」、「せなか」、「こし」などのひろがりの学習に戻る。</p> <p>言葉かけをしながらゆっくりと、できる限り本人がするように手伝う。（左右何度か繰り返して行う。）</p> <p>座位から立ち上がろうとする動きや、しっかりとつかまり立ちをする動きを手伝いながらおんぶする。*おんぶができる条件（首の座り、股関節の開きなど）を確認し、おんぶ紐などを使い安全に気を付ける。</p>	<p>足湯バケツ アロマオイル マット椅子</p> <p>敷き布団 座布団 クッション</p> <p>おんぶ紐</p>

なのかを見つけようとする子ども理解が大切だ。

そのように子どもを理解したうえで、今見えている姿の次へすぐに行こうとするのではなく、育ちの中で十分に重ねられないまま、あるいは知らないままになっているところをそのままにせず、快の感覚・感情とともに辿り直すように学習をさせていくことが大切だ。この時に、静的弛緩誘導法のかかわりは、無理がなく、子どもとの信頼関係をつくりだし、子ども自身がふれられる感覚をもとにして自分から変わっていきこうとする力を育てていくために欠かせない。ふれあうことを通した直接的なかかわり合いは、重い障害を負っていても分かりやすく、そのかかわり合いを通して子どもの成長過程の一番初めとなる、呼吸と手足を育てられる。

課題として残ったことは以下の通りである。

- (1) 理解の方法を繰り返し学び、深めていくこと
- (2) 授業実践を広げていくこと

- ① 「健康・日常生活習慣の学習」

子ども自身が主体的に楽しく学ぶ言葉かけ
食すること・排せつすることへの取り組み

- ② 「集団活動」

教材研究を深め、それぞれの活動の充実

これらのことを確かめながら、障害の重い子どもたちとの実践をさらに重ねていきたい。

文献

- 1) 北嶋淳 (2007) : 重度重複障害児教育研究. 筑波大学附属桐が丘特別支援学校紀要 第43巻 99-102.
- 2) 北嶋淳 (2014) : 障害児教育の方法論を問うー人間一般から説く科学的障害児教育 第1巻 現代社
- 3) 施設併設学級研究 (2006) : 自立活動を主として学習する児童生徒の「教育的ニーズ」に応じた指導の実現を目指して. 筑波大学附属桐が丘特別支援学校紀要 第42巻 33-38
- 4) 立川博 (1987) : 改定新版静的弛緩誘導法. 御茶の水書房
- 5) 中村敬子 (2011) : 静的弛緩誘導法を生かした授業づくりー障害の重い子どもの健康の基盤と外界と関わる力を育てるー. 飯野順子 授業づくり研究会 I&M: 障害の重い子どもの授業づくり Part 4 授業のデザイン力と実践的指導力のレベルアップのために. ジェアース出版 128-154