

## 外部専門員の活用事例をご紹介します！

外部専門員を実際に活用して学習環境や指導内容が改善したケースを紹介いたします。教員と外部専門員とのやり取りの様子をお読みください。

### 事例 小学部教員の相談ケース

#### 外部専門員 阿部 真理子 先生(作業療法士)

##### ○相談内容

椅子に座った時に姿勢が崩れてしまい、授業中や給食中など背中が丸まったり、足を机の下の支えの部分に掛けてバランスを取ったりする児童がいます。両足を床に接地していないことで、「お尻ではなく腰で体重を支えているのではないか、体幹の筋肉を使えていないのではないか？」と考え、阿部先生に相談をしました。面談時に、保護者から「食事の時に体が傾くことが多い」という姿勢についての話があり、家庭と学校が連携しながら進めていくことを確認しました。

##### ○行動観察の結果

- ・机に肘をついていて、背中が丸まりやすい状態であった。
- ・足を机の下の支柱（横棒：写真後掲）に置いていて、お尻がずれてしまっている。

##### ○助言

行動観察の結果から次の2つの対策が有効なのではないかとの助言がありました。

#### ① 「机の高さを高くする。」

いつもの机の高さを2cmから10cmほど高くすることで自然と背中を伸ばすことができる。肘を机に置いたとしても、背中の丸まりを極力抑えることができ、慣れてきたら徐々に机の高さをこれまでの位置に戻していくとよい。高い状態にしておくと、肘の位置が高くなり手先の操作がしづらくなる可能性がある。

#### ② 「机の脚の支柱に壁をつくり、地面に足を接地できるようにする。」

段ボールや板などを使い、壁を作ることで足の置ける位置を床だけにすることができる。継続的に取り組むことで、仕切りがなくても床に足を着ける習慣が身に付いていく。更に膝の角度が90度に近づいていくにつれて、ハムストリングス（太ももの裏）を緩めることにつながる。緩めることで、着座姿勢から立つときに膝が伸びた良い姿勢になる。

## ○取組み

阿部先生のアドバイスを受けて、担任が取り組んだことは次の2つです。

### ① 机の高さを高く設定する

机の高さを高くすることに取り組みを始めて1ヶ月ほど経ちました。低かった机を高くすることで背中が丸くならないようになりました



机の高さを高く  
しています。

### ② 机の下の支え（横棒）のところに段ボールの仕切り板を付ける

仕切り板があることによって、横棒に足を掛けることができなくなり、床に足を着くことができるようになりました。

仕切り板



仕切り板

## ○まとめ

現在も、阿部先生と共に経過観察を続けています。仕切り板を付けたことで、机の下の支え（横棒）に足をのせようと思っても、のせる場所がなくなりました。その結果、足底を床面につけて体を支える動きを引き出すことができるようになりました。姿勢が改善されていき、学年の教員も効果に驚いています。児童自身は、座る姿勢を自分で気付けられるようになり、教員や友達に称賛されたことで、達成感や自信につながっているようでした。今回の助言を通して、より良い姿勢や足の動き（位置）となるように、机の高さを変えたり仕切り板を設置したりすることで環境を整えるという点が、他にも応用できる方法なのでとても興味深かったです。

姿勢の改善は、継続していくことが大切です。『継続は力なり』という言葉があります。今後も継続して取り組んでいきたいと思えます。

（文責：鈴木優太）

### 【問い合わせ】

東京都立高島特別支援学校  
Tel 03(3938)0415  
副校長 渡部 早苗  
研究研修部 鈴木 悠介