

# 活動報告書

報告者氏名：神田 雄樹

所属：秋田県立秋田きらり支援学校

記録日：平成29年2月11日

## 【対象児の情報】

○学年 高等部1年生

○障害名 肢体不自由、劣性栄養障害型表皮水疱症

### ○障害と困難の内容

- ・劣性栄養性障害型多表皮水疱症と診断されている女子生徒。本校では、教科学習を主とする学習グループ。
- ・3月まで中学校の通常学級に在籍し、身体面へのケアができ、体調に考慮した学習を希望し、4月に本校に入学した。

### <学習面>

- ・学習意欲は高く、学年相応の学習を行っている。
- ・表皮水疱症により皮膚が癒着し、手指が握り込んだような形になっており、筆記具を親指と人差し指で挟んで使用している。
- ・中学生のときは保護者による送迎だったが、高等部入学後は電車やスクールバスによる通学の負担が増え、欠席や欠課がこれまで以上に多くなり、学習の積み重ねが難しい状況にある。
- ・**体調が悪いことが多いため、家庭学習の習慣については「できるときはやる」、「できないときはやらない」と考えており、中学生のときはほとんど行っていなかった。**

### <生活面>

- ・日常生活動作はほぼ自立しているものの、皮膚の状態により支援が必要なことがある。
- ・電車とスクールバスを利用して登校している。
- ・**皮膚の痛みや痒みなどにより、眠れずに生活のリズムが整わないことがある。**
- ・表皮水疱症のため、身体への衝撃や摩擦により水疱ができやすく、疲れやすさがある。

### <将来の希望>

- ・パソコンを使った仕事に就きたい。

## 【活動進捗】

### ○当初のねらい

日常的な体調不良や疲れやすさがある。そこで、生活面では「困難さに対する主体的な姿勢を身に付ける」ために、自分の体調や生活を見つめ直し、「自分にもできることがあるんだ」という実感をもてるようにする。さらに、学習面では「学習の選択肢を広げる」ように実践を行うことで、「こんな体調のときには、こんな学習の仕方がある」という方法を身に付けてほしいと考えた。

### ○実施期間

平成28年6月1日（水）から平成29年2月10日（金）まで

### ○実施者

神田 雄樹

### ○実施者と対象児の関係

教科担当（世界史A）

## 【活動内容と対象児の変化】

### ○対象児の事前の状況

日常的な体調不良に対して自分ではできることが見つからず、周りからサポートを受けることが日常となり、自分の体調や状況に対して自分のこととして考える意識が薄くなり受け身になりがちになっていた。また、高等部に入学し、これまでと比べ学習内容が増加し、自分に合った学びの方法をもつ必要が出てきた。生活面に関しては、日常的な体調不良はあるものの、電車やスクールバスを使って通学をしており、これまで以上に自分の体調とうまく付き合っていく必要が出てきた。

### ○活動の具体的内容

#### <学習面での実践>

#### ①学習手段の選択肢を広げつつ、書きの負担軽減を図る

- ・学習手段の選択肢を広げる取り組みとして、タブレット端末による「キーボード入力」を教師から提案し、実施した。板書を手書きでノートに書き写していたときには、書くことで精一杯になると同時に、書いている途中で手が痛くなり、最後まで書けないことがあった。「キーボード入力」にすることで、書くことによる負担を軽減し、自分の考えを生徒同士で意見交換する中で、思考を整理する時間を確保したいと考え、世界史Aの教科で使用した。(写真1)



(写真1)

#### ②体調に合わせた学習機会を確保し、自分のペースでアクセスできる学習方法をもつ

- ・自分のペースでアクセスできる方法をもつ取り組みとして、教科書やワークシートの「カメラ撮影」を行った。定期考査に向けての家庭学習の際に、プリントや教科書をめくったり、カバンから取り出したりする動作に時間がかかることから、教科書やワークシートをカメラ撮影した。(写真2)



(写真2)

- ・体調不良により欠席が多くなりがちで、欠席した日については1日中体調が悪い日があるが、午前中にゆっくり休むことで回復することもあった。そのため、体調に合わせて家で学習できる柔軟な学習方法として、Skypeによる遠隔授業を提案した。世界史Aの授業は、一斉授業を行っているため、冬休みに補習授業を行い、国語や数学、英語の個別に行っている授業で実施した。(写真3)



(写真3)

#### <生活面での実践>

#### ①日常的な体調不良により生活リズムが整わないことがあるため、生活を見直す

- ・生活を見直す取り組みとして、「睡眠」の分析を行った。生活リズム全般を考える中で「眠い」という訴えが多く聞かれたため、本当に眠れていないのかを感覚的なものではなく、客観的なものとして捉えたいと考えた。そこで、睡眠の質を記録できる「Sleep Cycle alarm clock」(写真4)という目覚ましアプリを使用した。



(写真4)

- ・睡眠前の行動との関係进行分析できる睡眠メモを活用し、快眠度や体調に与える要因を室温や入浴、衣服などの要因を細かく分析した。(表1)

室温	暖房オン、オフ
入浴	あり、なし
夕飯	野菜中心、肉中心、魚中心
衣服	薄着、厚着
布団	掛け布団あり、なし
体調	頭痛、腹痛、目の痛み、貧血

(表1)

## ②自分の体調についても受け身になりがちであるため、体調への気付きを広げる

- ・体調への気付きを広げる取り組みとして、日々の体調を記録できる「瞬間日記」(写真5)という日記アプリを使用した。このアプリでは、1日の体調がどうだったかを記録していくことで、「体調が悪くていつも辛い」ではなく、元気な日や頑張れた日があることを前向きに振り返ったり、「ここに気を付けるといいな」という体調を意識した気付きにつなげたりしたいと考えた。



(写真5)

## ○対象生徒の事後の変化

### <学習面での実践>

#### ①「学習手段の選択肢を広げつつ、書きの負担軽減を図る」について

- ・タブレット端末による「キーボード入力」を行った感想として「手が痛いときに、ペンを持たなくてすむからすごく楽です」とあり、手の痛みによる負担軽減になった。
- ・世界史Aの授業では、生徒の主体的な学習活動により歴史的思考力を培うことをねらいとしている。授業の導入で、既習事項を生かしながら表や資料を読み取り、自分なりの予想をした。書く活動が多くなってしまうと「書くこと」で精一杯になってしまい、学習のねらいを達成することが難しくなってしまう。ワークシートを共有し、キーボード入力にし「書くこと」による負担を軽減したことで、写真や表などの資料を基に予想をしたり、そこから分かる情報を友達と意見交換をしたりし、学習を深めるための時間を十分に設定できた。(表2)

#### 例) 大航海時代

16世紀初頭のリズボンで取引された香辛料のうち、利益率が一番高いのはどれか考えよう。

香辛料	購入価格+船賃	販売価格	利益率
			B-A ×100 A
胡椒	6.08	22	
クローブ	10.58	65	
ナツメグ	7.08	300	

(表2)

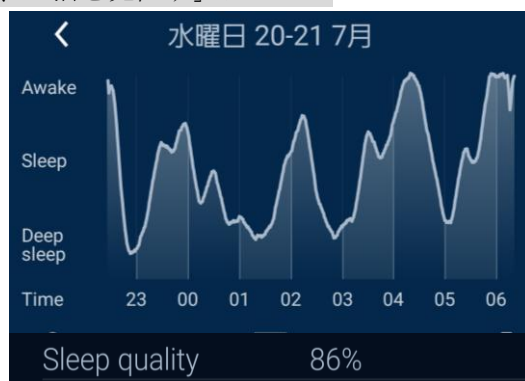
#### ②「体調に合わせた学習機会を確保し、自分のペースでアクセスできる学習方法をもつ」について

- ・本生徒は電車とスクールバスを利用して登下校しているが、往復に2時間くらいかかっている。「この登下校の時間を家庭学習の時間にあてることができるのでは」と考えたが、電車やスクールバスの中でカバンの中から教科書やノートを取り出して、開いたり、めくったりする動作は容易ではなかった。そのような状況の中で、定期考査に向けて自分から教科書やプリントなどをカメラ撮影し、学習しやすい環境を整え、自分に合った学習方法を選択できた。世界史Aの授業で自分に合った学習スタイルを教師側から提案したことが、「こんなタブレット端末の使い方をすると勉強しやすくなるかも?!」という気付きにつながったのではないかと推察している。

## <生活面での実践>

### ①「日常的な体調不良により生活リズムが整わないことがあるため、生活を見直す」について

- ・「Sleep Cycle alarm clock」を使って1か月半測定した。このグラフ（写真6）で上の方が起きていたり、睡眠が浅かったりする状態を表している、下の方は睡眠が深い状態を表している。睡眠の質が視覚化されたことで、「あまり眠れなかった」と思うときにグラフを見ると深く眠れていることがあり、**睡眠の質が決して悪いわけではなく、しっかり眠れていることが分かった**。しかし、体調がいいときには睡眠の状況がよく、体調が悪いときには睡眠の状況が悪くなるのではないかと考えていたが、体調と睡眠との明確な相関関係は出てこなかった。
- ・入浴すると体力を消耗したり、熱がこもったりすることにより38度以上の熱が出てしまうことが多いが、皮膚の状態が清潔に保たれることによりリフレッシュし、疲れがとれるという実感をもっていた。しかし、睡眠メモで睡眠の質に与える要因を細かく分析したことで、入浴した日には睡眠の質が低下していることが分かった。（写真7）このことから**入浴した翌日は、睡眠の質が十分ではないことを踏まえ、日中の活動を調整する必要**があるという気付きにつながった。



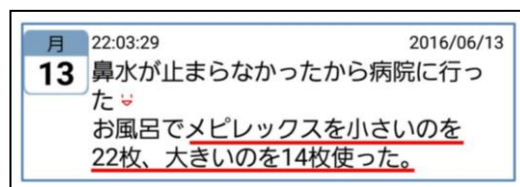
（写真6）



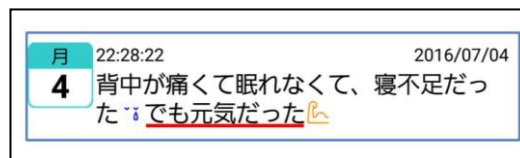
（写真7）

### ②「自分の体調についても受け身になりがちであるため、体調への気付きを広げる」について

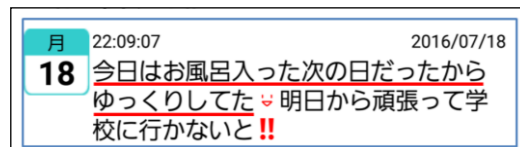
- ・対象生徒は普段から日記をつける習慣はなく、続けられるか心配だった。しかし、スマートフォンでできるという手軽さから一日も欠かさずに日記をつけている。
- ・日記をつけ始めた頃は、「眠れなくて眠い一日だった」や「鼻水と熱で苦しかった」という体調に関する簡単な記述だった。このアプリを使用して2週目頃から体調に関する記述だけではなく、身体面のケアについての記述が見られるようになった。（写真8）風呂上がりに、皮膚の痛みや損傷を軽減する保護剤を母親に処置してもらっているが、それを何枚使ったのか、**身体面のケアについての記述が見られるようになり、自分のこととしての意識が芽生えてきた**。この枚数を見ることで、皮膚の状態がどうなのかを知ったり、振り返ったりすることができるため、本人はこのアプリをこれからも使っていきたいと話していた。
- ・体調に関する記録は「目が痛い」や「頭が痛い」、「疲れた」というマイナスの記述が中心だった。しかし、「寝不足だった。でも、元気だった。」とあるように、**生活リズムが乱れた中でもマイナス面ばかりに目を向けるのではなく、プラス面にも目を向けるようになり、前向きな気付きが見られるようになった**。（写真9）
- ・「今日はお風呂に入った次の日だからゆっくりしてた」とあるように、入浴すると体力を消耗したり、熱がこもったりすることにより38度以上の熱が出てしまう。（写真10）また、次の日も熱



（写真8）



（写真9）



（写真10）



が出るが多いため、熱が上がらないようにするために、入浴した翌日はゆっくり過ごすことで熱が上がらないように、体調を整えるための工夫をするようになった。

### ○主観的気付き

自分のペースでアクセスできる学習方法の選択・拡大につながったのではないかと

- ・自分の体調を把握し、体調に合わせた活動量や学習方法を選択する経験を重ねてきたことで、「こんな体調のときには、こんな学習の仕方がある」という方法を身に付け、その日の体調に合わせた学習方法を選択することにつながった。

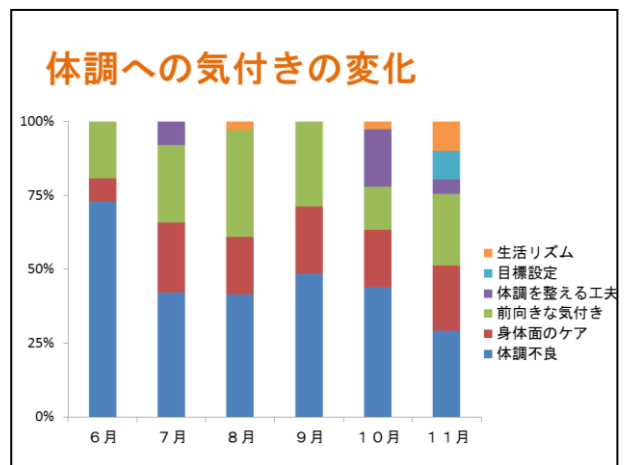
体調への気付きが広がり、生活を見直す気持ちの醸成につながったのではないかと

- ・自分の体調や生活を見つめ直し、体調を整えるために自分でできることを実感する経験を積み重ねてきたことで、自分の心地よい状況をつくることへの意欲や体調への意識が変わることにつながった。

### ○気付きに関するエビデンス

- ①自分のペースでアクセスできる方法として、Skypeによる遠隔授業を選択し、体調に合わせて実施できている。成績の向上にはつながっていないが、分からないところを即座に聞ける安心感が継続的な実施につながっている。

- ②日記をつけ始めた頃は体調不良に関するマイナスの記述がほとんどだったが、1か月後には「頭痛があったけど元気だった」、「体調が悪かったけど職場見学に行けた」というように少しずつ前向きな気付きが増えてきた。また、これまでは体調不良により欠席すると昼近くまで眠ってしまうことがあったが、8月頃から「学校を休んでしまったけど、しっかり起きて朝ご飯を食べた」というような生活リズムを意識した記述が増えてきた。さらに、11月には「明日は学校に行くためにゆっくり休む」や「体力を維持するために体を動かす」という体調を整えるための目標を設定するようになってきた。(表3) 「自分にもできることがあるんだ」という実感をもてるようになってきている。



(表3)

### ○その他エピソード

- ・「皮膚のひどさが分かるようになり」とあるように、本人だけではなく、保護者の方にとっても体調の変化が分かるようになったとあった。また、最後の文面に「あのときはこうしていたなと将来思えるように」という言葉から本生徒の体調に関する意識が大きく変化してきていることが分かったと同時に、保護者の思いに触れる機会にできた。

#### 保護者の感想

毎日少しずつ日記をつけるようになって、自分の体の調子の悪さなどを分かるようになってとてもよいと思います。この日記は将来のためにも役立つと思いました。また、保護剤の数をどれくらい使ったかによって、皮膚のひどさも分かるようになり、助かります。

もっとたくさんのことを日記に記入して、あのときはこうしていたなと将来思えるように残して欲しいです。

## 【今後の見通し】

年度当初は体調面に関して、「自分にできることが見つからない」受け身の状態だった。これまでの実践で「睡眠の分析」や「環境調整」、「体調の記録」をしてきたことで、体調に関する前向きな気付きや対処の仕方が育ってきた。また、学習面に関しては「できないときはやらない」という状況だったが、「キーボード入力」や「カメラ撮影」、「遠隔授業」などをしてきたことで、学習手段の選択肢や自分のペースでアクセスできる方法の幅の広がりにつながった。

これまでの「何もできない」という状況から振り返ると、今年度の実践を通して「こんな風にしたら体調が良くなるかも」、「こんな方法だったら勉強しやすい」という、気付きにつながった。「体調を整える方法がある」、「学びやすい方法がある」という発見が前向きに考えていこうとする意欲につながったのだと考えている。

体調管理に関してはよい変化が見られてきているため、体調変化への予測や体調不良になったときの対処方法を自分なりにもてることで、さらに前向きに体調や生活を見直し、自己管理する力が育っていくのではないかと考えている。しかし、本人だけで体調管理をするには難しい面が多いため、体調を維持・改善できるように医療と連携していく必要がある。学習面に関しては、遠隔授業のように限られた時間の中でアクセスできる学習方法は選択してきたが、動画教材のようにいつでも自分のペースでアクセスできる学習方法の選択には至っていない。本人と相談をしながら、より柔軟に学習方法を選択できるようにしていきたい。体調、学習のどちらか一方ではなく、両方の取り組みが充実することで相乗効果が生まれるのではないかと考えている。体調を整える方法や自分に合った学びの方法など、たくさんの選択肢を増やしていくことで、本人の「学びたい」という願いをかなえていきたい。

