

活動報告書

報告者氏名：山口典子 所属：栃木県立足利特別支援学校 記録日：2018年2月23日

キーワード：自己理解、健康管理（食事・運動）、読み書き支援、自己効力感

【対象児の情報】

- 学年：高等部1年（15歳）
- 障害名
病弱及び読み書き障がい（ディスレクシア、ディスグラフィア）の疑い
- 障害と困難の内容
対象生徒はネフローゼ症候群発症により本校在籍となったが、現在は寛解状態。肥満及び脂肪肝について加療中。身長157,6cm 体重85,3kg BMI34,3（肥満2度）
WISC-IV（2017/7/13実施）検査より、以下の課題に対する支援が必要である。
 - 言語を使って知識を習得したり、推論したりすること（語彙の知識、言語性推理）。
 - 情報を記憶し、操作すること（ワーキングメモリー）。
 - 情報を処理したり、速く正確に書くこと（処理速度）。

【活動進捗】

• 当初のねらい

<目標>

- 1 健康に関すること
体調や生活上の留意点など自己理解を深め、適切な食生活や運動習慣が意識できるようにする。
 - 2 学習に関すること
つまずきや困ることを明確にし、「これならできる」学習方法を身に付ける。
 - 3 社会性や自己効力感に関すること
体験的な学習により生活圏の拡大を図り、学習成果の報告を通して自分や自己表現に自信をもてるようにする。
- 実施期間 2017年6月～12月
 - 実施者 ①山口典子 ②林真樹 ③寺内一浩
 - 実施者と対象児の関係 ①学級担任 ②校内支援係（共同研究者） ③数学科担当

【活動内容と対象児の変化】

• 対象児の事前の状況

- 1 健康に関すること
 - 腎臓疾患は現在落ち着いているが、中学2年後半に脂肪肝が指摘され、中学3年次にかけて急激な体重の増加があり、健康管理の必要性が高まった。
 - 主たる養育者が父親ということもあり、食事の改善や、体重・尿タンパクのチェックなど、日常生活上のサポートが難しい状況で、本人の意識向上と具体的な生活改善の提案が必要である。

- 野球や卓球など身体を動かすことは好きだが、疲れやすい。
- これまではむくみや倦怠感を訴えることはあっても生活上の注意点や将来像への意識が薄かったが、高校生になり、「もっとやせたい」「仕事できるかな」などの発言が聞かれるようになった。

2 学習に関すること

- 文章が読み取りづらく、語句や行を飛ばしたり、予測読みをしたりすることがある。読むスピードもやや遅い。
- アルファベットなど鏡文字になることがある。なかなか漢字が覚えられず、部分的な形の間違いが直らないなど、書くことにも困難さを感じる。
- ノートテイクに時間がかかり、板書を写していくのが精一杯で、内容理解が十分でなくなってしまう。
- 繰り下がりのある引き算やかけ算でもつまずきがみられる。解法を学習してもパターン化していないために解答に結びつけることができず、なかなか学習の定着が図れない。
- 宿題など一人で家庭学習に取り組むのは難しい。

3 社会性や自己効力感に関すること

- 生活経験が不足しがちだったが、高等部入学より自転車通学（片道7km）を始めたこともあり、買い物など一人で外出する機会が増えた。
- 自分に自信がなく、スピーチや演奏など友達の前での表現活動は尻込みする。

• 活動の具体的内容

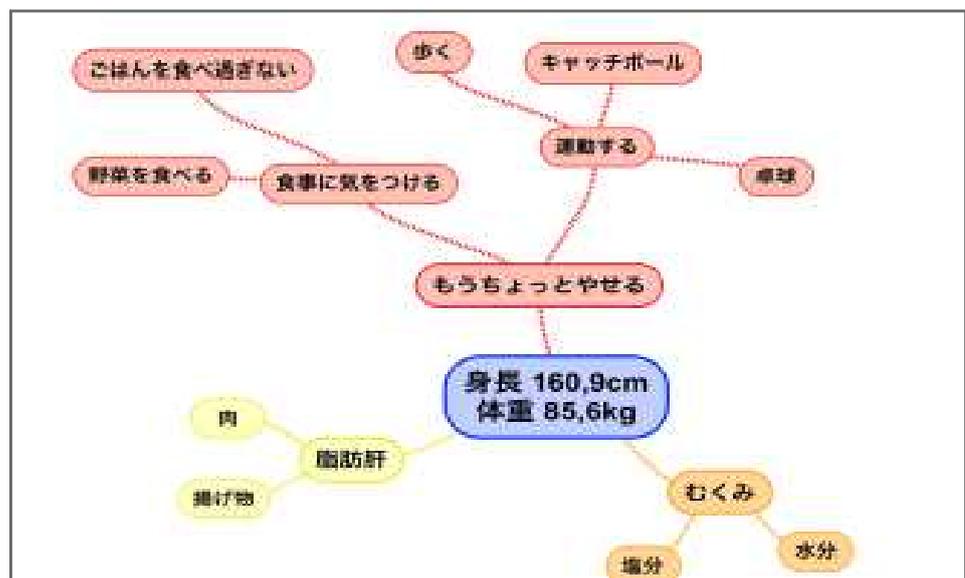
1 健康に関すること

①病識理解に関すること

- 腎臓病に関しては、血液検査の数値結果を見ながら、基準値から外れている項目について、内容や生活上の注意点について、関連書籍やWebサイトを参考に確認した。
- 肝臓病に関しても、関連する生活読本を見ながら、脂肪肝に関する知識や生活上の留意点を話し合った。



シンプルマインド



- ・本人は、体重と体型を気にしてもっとやせたい様子であるが、肥満ではなくネフローゼ症候群期のむくみの名残と思いたい気持ちがあり、自分からは「減量する（カロリー管理・運動）」よりも「塩分や油分を控える」ことを留意点に挙げる様子がみられた。

②食事のチェック

- ・毎日の夕食について、「カロリー：高校生男子1食分800kcal以内かどうか」「野菜の有無」「食べる時間：寝る2時間～3時間前（20時までが目安）に食べたか」の3つの観点でチェックをした。本人の好きだった料理番組を関連させ☆3つで評価表に記入をしていった。
- ・カロリー計算については、夕食を食べるときに写真を撮り、翌日学校で、写真で食事を記録しカロリー管理のできるアプリ「FoodLog」を利用した。
- ・食事の写真撮影は、自立活動の授業で確認したり、体育の授業があるなどアクティビティに達成感を感じていたりする日は積極的にチェックや報告をするが、忘れてしまうことも多かった。
- ・摂取カロリーはそれほど高くはないが、「牛丼」「から揚げとご飯」など、野菜を食べないことも多く、偏りがみられた。学校での昼食時もコンビニエンスストアのおにぎりや菓子パンのみなど、糖質が中心になっている。



③身体活動のチェック

- ・対象生徒のプロフィールで設定した教員所有のApple Watchを登校時～下校時まで装着し、アクティビティAppにより、活動量を記録した。生徒の身長や体重、装着する手などの情報を登録すると、プロフィールに合わせた「ムーブ：アクティブカロリー消費量」「エクササイズ：早歩き以上の運動をした時間（分）」「スタンド：1時間の間に、立ち上がって1分以上身体を動かした時間数（Watchが運動したと判断する程度に1分以上身体を動かすと、1時間とカウントされる）」の3つについて1日の目標値がゴールとして設定され、活動状況が数値と円タイプの棒グラフで自動的に記録されていく。本生徒については、「ムーブ：220kcal」「エクササイズ：30分」「スタンド：12時間」が1日の目標値となった。「ムーブ」と「エクササイズ」は目標値クリアをゴールとした。「スタンド」については、Apple Watchの装着時間が、生徒が学校滞在中のみで8時間程度のため、7時間以上をゴールとした。身体活動についても、食事のチェックと同様に☆3つで評価するようにした。
- ・「ムーブ」に関しては、ホワイトボードにいろいろ書いたり、友達とじゃれ合ったりと普段から身体を動かしている時間が多いせいか良好で、本人は「エクササイズ」の評価への関心が高く、散歩に誘ったり、「何か運動しましょ」とキャッチボールや卓球、フリスビーなど提案したりする様子がみられた。

「URAWSS II (小学6年生以上用)」

* 読み書きに困難が疑われる児童生徒を対象に、読み書きの速度を評価する。

	書いた文字数	1分間の書字速度	評価	比較
書き速度	57字	19字	C (要精査)	高校生

→漢字の間違いや、「いきれ：いき」の読み間違いがみられた

	かかった秒数	1分間の読み速度	評価	比較
読み速度	39秒	277字	B (要観察)	小学6年生
内容理解	6問中6問正解			

→練習問題で後から内容を聞かれることを知り、ゆっくりじっくり読む様子がみられた



「基礎能力アップパズル」アセスメント

* 認知機能の働きを「注意力」「行動調整力」「ワーキングメモリ」からとらえる。

<TestW：ワーキングメモリ>

①ものの名前を復唱する → 4個解答

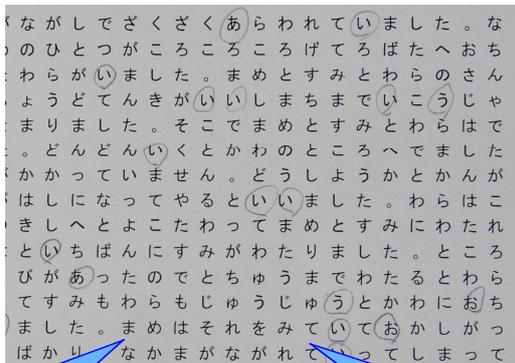
∧

②名前を仲間分けして入れ替えて答える → 6個解答

<TestA：注意力>

* 物語がひらがなで書かれたシートから

「あいうえお」だけを探して○を付ける



一部分をまとめるとして
じっと見る様子もあった

視線がときどき縦に動く
様子がみられた

<TestC：行動調整力>

* 1～20までで抜けている数字や2つある数字

に気をつけて小さい順に斜線で消す

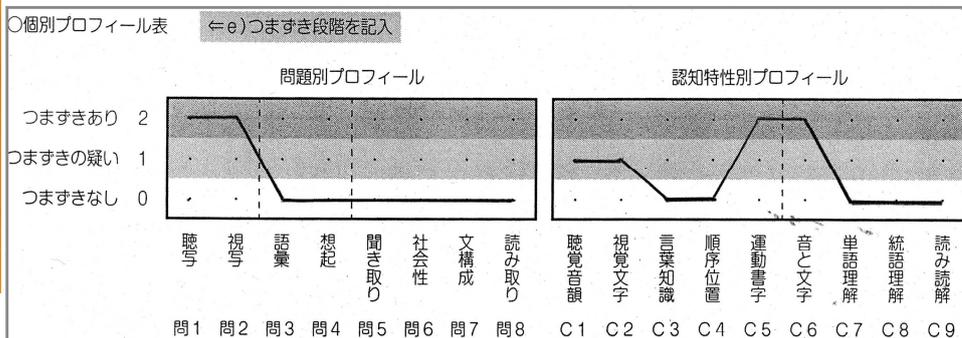


2つあった[12]の見落とし



「小・中学校国語科スクリーニングテスト」

* 「聞く」「読む」「書く能力」の認知特性・発達状況を把握する



問題別プロフィール

認知特性別プロフィール

聴写・視写につまずきあり

運動書字・音と文字につまずきあり

②具体的な支援

- 国語科や社会科など、教科書を読む際に「カラーバールーペ」を使用してみた。縦書きの文章にはもともとあまり苦手がなく、使用の有無で変化は見られなかった。横書きの文章では、行飛ばしや単語のつかえが減る効果もあるが、ルーペをずらしながら読むという動作や、行にラインを合わせようとする意識が強く、逆に面倒くさがる様子がみられた。
- 教科書を読む際ではなく、読みの作業の準備段階で支援をし、不安を軽減することでスムーズに読み学習に取り組めるようにするため、読み上げ機能を使い、教科書読みの予習を行った。授業終了時に次回の学習部分を写真撮影し、予習として「タッチ&リード」アプリの読み上げを聞き、必要に応じて教科書にふりがなを書いてくるようにした。実際の読みの場面では、教科書もしくは撮影写真の拡大画面から自分で選択して音読に取り組むようにした。



カラーバールーペ

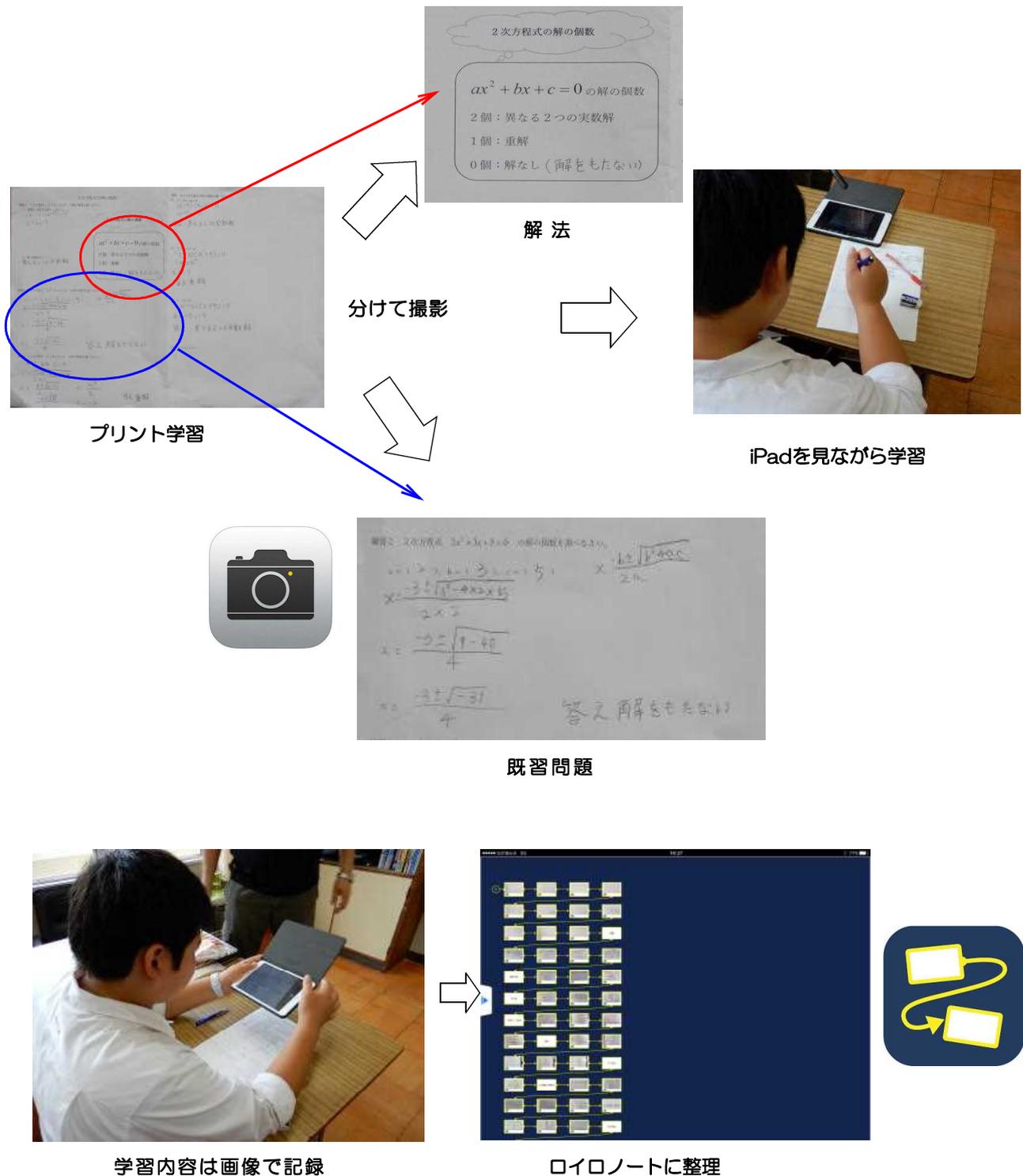


タッチ&リード



- 数学科の授業では、公式や解法をiPadで撮影し、確認しながら問題に取り組んだ。また、授業終了時に、その日の学習内容や重要事項を撮影し、家庭学習でも確認できるようにした。単元や項目ごとに「ロイロノート」に整理する活動も行った。

- これまでのプリント学習では、解法や既習問題の振り返りの際に、どの部分を見れば良いかまごついてしまっていたが、それぞれを分けて写真に記録して見直すことで、確認しやすくなった。写真を探し出すときに言葉かけが必要な場面もあるが、ロイロノートの見出しの工夫等で、より分かりやすいまとめを心がけた。



3 社会性や自己効力感に関すること

①自己効力感

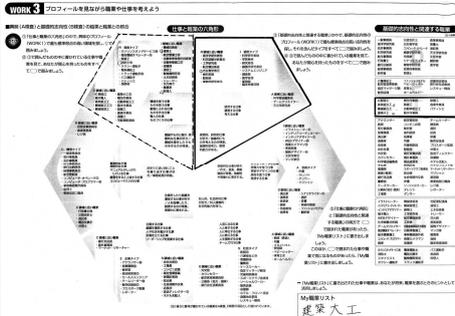
- ・セルフ・エフィカシー認知（何らかの行動をきちんと遂行できるかどうかという予期）の高低を測定するGSES Test 質問用紙を使って、自己効力感に関するチェックを行った。
- ・「どうやったらよいか決心がつかずに仕事にとりかかれないことがよくある」「小さな失敗でも人よりずっと気にするほうである」など16項目に「はい・いいえ」で答えるが、7/16得点で、セルフ・エフィカシーの強さは5段階評定で「3：普通」だった。
- ・小規模校のため、集団活動の経験として、特別活動の中で全校児童生徒「コミュニティ活動」を行っている。本生徒は良く気もつき、友達と協力的に関わることができ、また車椅子や重度障害の児童生徒が増えていることから、車椅子を押すなどサポートしたり、準備物を運搬・配布したりと、裏方的な仕事に自主的に取り組んだり、教師から依頼されたりする機会が多かった。反面、高等部生として小グループのリーダーになるよう求められる場面では、人に譲ったり、尻込みしたりする様子が見られた。
- ・予め発表内容がまとめてあるなど、決められたことや手順等が分かっている作業や、身体を動かしたり、人とかがわったりする活動は、自信をもって取り組むことができ、事後の達成感も大きい様子がみられた。集会等の行事での発表等の際には、手順表や発表原稿を図や写真にしてiPadで確認できるよう準備した。
- ・自分で決めなければならない場面や活動後の結果などへの不安や失敗感については、特に話し合い活動で意見を求められる場面で発言できず、困っていることが多くみられた。本人は「こうしたい」という強い意見がなく、友達に合わせる傾向がある。無理に意見を言おうとせず、「〇〇くんと同じ意見です」「～さんを手伝います」等の発言で良いことを事前に繰り返し伝え、話し合い活動への苦手感の軽減に努めた。

②進路学習

- ・「職業レディネス・テスト」を実施し、興味のある職業や、自信のもてる活動についてチェックした。ずっと飲食業（ラーメン屋）に絞っていたが、木工やイラスト描きなど、もの作りが好きなこともあり、機械操作やもの作りに関連した職業への関心が高い結果となった。飲食業だけでなく上級学校や様々な事業所等の職場を見学することで、興味関心の向上を図ることにした。
- ・進学希望はないが、健康面の不安などもあり資格取得の必要性を感じていたため、産業技術専門校の見学を行った。溶接の様子を見学したり、金属加工等の機器操作を体験したりした。学費がかからないこと、資格が取れて就職に強いことなどを知り、関心を持った様子だった。
- ・住宅地図や地図アプリを使って自宅や学校周辺、通学路にある事業所をピックアップし、インターネットで事業概要や求人情報等を確認し、職場見学の計画を立てた。数力所の事業所で職場見学を行い、特にもの作りへの興味に関連した金属加工を行う事業所の見学では、製品が出

来上がるまでの作業工程でいろいろな仕事があることや、
ロボットの導入などの先端技術を知り、興味が広がった。
また、「働く」ことを実体験として身近に感じることもできた。

Google マップ



職業レディネス・テスト



産業技術専門学校：機器操作体験



事業所見学

・対象児の事後の変化

1 健康に関すること

①食事に関すること

- ・食事のカロリーチェックにより、1品ずつのカロリーは通常範囲だがそれぞれのメニューを合算するとカロリー過多になることや、全体的に野菜摂取が不足していることに気づくことができた。
- ・それまでは単純に「食事量を少なめにする」という漠然とした意識だったが、メニューを工夫する必要性を考えられるようになってきた。
- ・意識して野菜を食べる日が増え、「牛丼+コロッケ」にしたいところを「牛丼+サラダ」にするなど、好きなメイン料理1品は我慢しないで、付け合わせを考えるようになった。

あぶりチキン
*揚げ物と悩んで選んだ
切り干し大根、キムチ
ごはん、みそ汁



自分で組み合わせるお店で選んだランチメニュー

②運動に関すること

- ・Apple Watchのアクティビティの中で、「カロリー消費」や「スタンド」に比較して「エクササイズ」が少なかったため、「エクササイズ」や付随する総歩数をアップさせることへの意欲が高まった。体育など身体を動かす授業がある日は「エクササイズ」が達成しやすかったことから、自立活動や学級活動等の担任との学習時間は、ウォーキングや卓球など、運動的な内容を希望する場面が増えた。特に卓球は意欲的で、自分用ラケットを購入して取り組むほどになった。

- 身長が伸びたが体重が減少したことで、本人も体型が引き締まってきている感覚があり、自転車通学の効果を実感している様子だった。

	4月	2月	増減
身長	157.6cm	165.4cm	+7.8 ↑
体重	85.3kg	79.3kg	-6.0 ↓



健康チェック☆☆☆				
	move		food	
7月1日	☆	☆	☆	☆
7月2日	☆	☆	☆	☆
7月3日	★	☆	☆	☆
7月4日	★	★	☆	☆
7月5日	★	★	★	☆
7月6日	☆	☆	☆	☆
7月7日	★	☆	★	☆
7月8日	☆	☆	☆	☆
7月9日	☆	☆	☆	☆
7月10日	★	★	☆	☆
7月11日	★	★	★	★
7月12日	☆	☆	☆	☆
7月13日	★	☆	★	★
7月14日	☆	☆	☆	☆
7月15日	☆	☆	☆	☆
7月16日	☆	☆	☆	☆
7月17日	☆	☆	☆	☆
7月18日	★	☆	★	★
7月19日	★	★	★	★
7月20日	☆	☆	☆	☆

カロリー エクササイズ スタンド
カロリー 野菜 時間



健康チェック☆☆☆				
	move		food	
11月1日	★	★	★	★
11月2日	☆	☆	☆	★
11月6日	☆	☆	☆	★
11月7日	★	☆	★	★
11月8日	★	★	★	★
11月9日	☆	☆	☆	★
11月10日	★	★	★	★
11月13日	☆	☆	☆	★
11月14日	★	★	★	★
11月15日	★	★	★	★
11月16日	☆	☆	☆	★
11月17日	★	★	★	★
11月20日	★	☆	★	★
11月21日	☆	☆	☆	★
11月22日	★	★	★	★
11月24日	★	★	★	★
11月27日	☆	☆	☆	★
11月28日	☆	☆	★	★
11月29日	★	★	★	★
11月30日	☆	☆	☆	★

カロリー エクササイズ スタンド
カロリー 野菜 時間

エクササイズゴール
達成日が増えた

意識して野菜を
食べるようになった

2 学習に関すること

- 家庭での予習として、一度教科書の音読を聞いてあるため、自信をもって読むことができるようになった。また、行を飛ばすことが少なくなった。
- 数学の学習については、プリント学習と違い、公式や解法だけピックアップしたiPadの画像で確認でき、どの公式を使ったら良いか探しやすい、模範解法や既習問題など見比べながら問題が解けるため、計算問題等に苦手意識がなくなり、スムーズに取り組めるようになった。
- iPadがいつも手元にあることで、筆記の際もうろ覚えの漢字は「筆順アプリ」ですぐに確認でき、なるべく漢字を使って書こうとする様子が見られるようになった。

学習の記録

6月		6月 2日 (金)
1	生物	教科書
2	現代	い
3	チャレンジ	じゃんか
4	体育	ふうせん
昼食・昼休み		
5	教員	教科書
6	英I	い
放課後		
メモ・用意するもの		今日の反省
		体育でふうせんあそびをしました。たのしかったです。



12月		12月 4日 (月)
1	国語総合	魚は陸から離れられない
2	数学I	命は直の真偽
3	コミュ英I	Lesson7
4	世界史A	19世紀後半のイギリスとフランス
昼食・昼休み		
5	家庭基礎	子どもにかかわる
6	リ	い
放課後		

漢字で書く
字もていねいに!



3 社会性や自己効力感に関すること

- 話し合い活動では、オリジナルな提案や、新しいアイデアを見つけようと考え込みすぎることが減り、友達の提案を受け止めて、デザインや作り方などの補足発言することに役割を見つけ、積極的にサポートする様子が見られた。
- 校内美化や緑化活動、防災訓練等の体験場面など、車椅子の児童生徒が取り組みにくい活動では、代表として活動する役割を担うことが増えた。活動報告や発表の場面でも、活動の様子の写真やまとめの記録をiPadに画像で残しておくことで、苦手意識が薄れ、小グループのリーダーを積極的に引き受けるようになった。
- 進路については、調理関係の志望から、「家庭基礎」の授業で熱心に調べてレシピを工夫した調理実習を計画・実施したり、食物検定に合格したりと、体験的な学習に積極的に取り組む様子が見られた。また、もの作りに関する資格や資格取得方法などを調べるなど、進路に向けた具体的な準備を考えるようになってきた。
- 自転車通学の途中で、進路学習でチェックした求人報告の会社を発見し、「働くこと」「働く人」への意識が高まる様子も見られた。学校帰りや休日を利用して、アルバイトをすることも検討しはじめ、「働くこと」を実際に体験し、自分がどこまでできるか、身に付けるべきことは何か、などについて考えながら、進路選択に前向きに取り組んでいる。



グループ活動報告



園芸活動



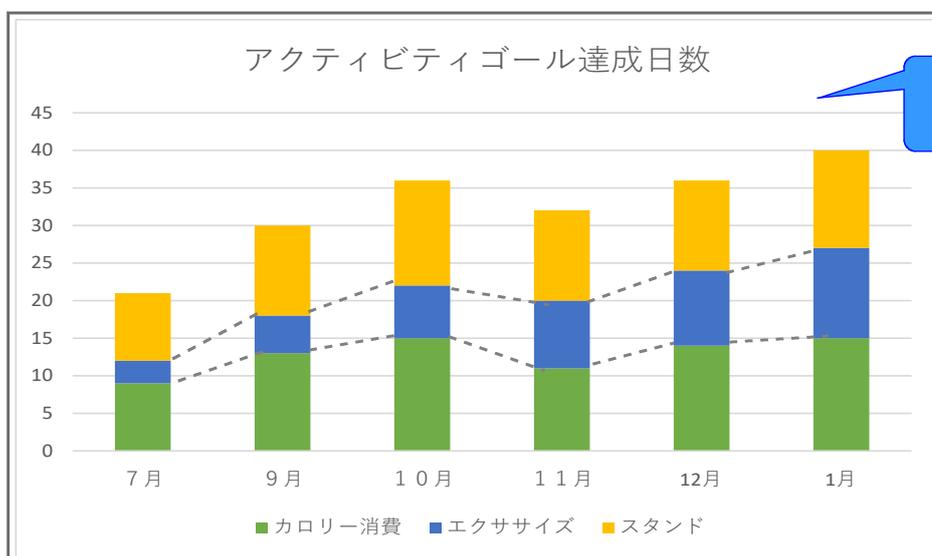
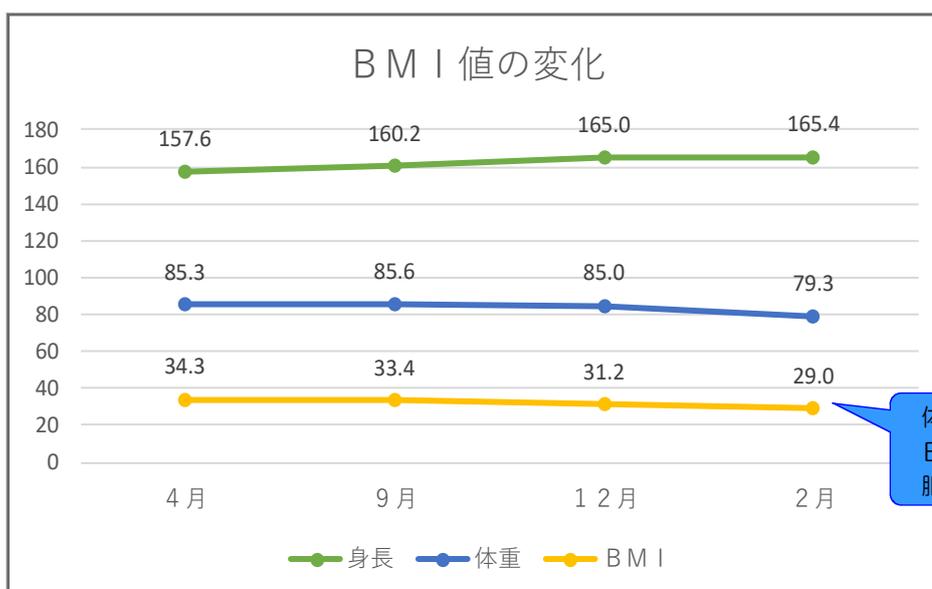
防災訓練体験

【報告者の気づきとエビデンス】

・主観的気づきとエビデンス

1 健康に関すること

- ①自分の食事の写真を撮り、**可視化・分析**することで、食事の傾向が分かり、**自己理解**が高まった。
 - ・これまでは「もう少しやせたい」「食事を減らした方がいいのかな」といった漠然とした意識だったが、具体的なチェックポイントを決め写真や数値で確認することで、注意点がわかり、自分でできるところから改善に取り組めるようになった。
- ②**運動的な活動場面でのリーダーの役割**を担うことで、自身の肥満解消から、**友達みんなの健康度アップ**という意識を持つことができ、**前向きに取り組める**ようになった。
 - ・アクティビティチェックから、エクササイズについては意識して身体を動かさないとゴールが達成できないことがわかり、朝のラジオ体操など率先して開始するようになった。
 - ・朝のラジオ体操やストレッチの際に、友達に呼びかけたり、BGMを流る係を担当したりすることで、友達と一緒に活動する楽しさの中で運動に取り組めた。

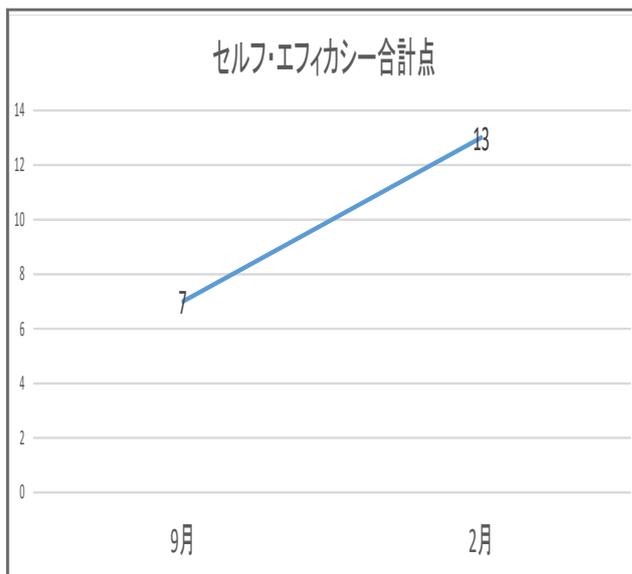


2 学習に関すること

- ①漢字や公式を覚えていなくても調べればよいという意識に変化し、**学習に対して安心感**がもてた。
- ・iPadがいつも手元にあり、困ったときはすぐに調べられることで、安心感が得られた。
- ②**学習課題が明確に提示される**ことで取り組みがスムーズになった。
- ・家庭学習については、授業の終わりに「タッチ&リード」で撮影した次時の学習ページの音声を聞いてくるという定番メニューにすることで、取組が容易になり、継続しやすかった。
 - ・数学の宿題は、画像と設問のセットの課題にすることで、解法が分かりやすく、自信をもって取り組むことができた。

3 社会性や自己効力感に関すること

- ①**やりたいこと、できることが増えていく**手応えが実感できている。
- ・読み原稿をiPadで準備し、文字のサイズを変えたり、マーキングしたりして読みやすくすることで、発表に対する不安が解消し、集会の進行係や学校祭のアナウンスなど、積極的に引き受けるようになった。
 - ・職場見学や体験学習を通していろいろな職種を体験し、視野が広がった。
- ②**学びが安定**したことで、**自己効力感が高まった**。
- ・苦手だった教科学習に自分なりのやり方で取り組めるようになり、学習への抵抗感が薄れた。
 - ・専門学校への進学も進路の選択肢として考えはじめた。
 - ・GSES Testによる自己効力感に関するチェックについても、13/16得点とアップし、セルフ・エフィカシーの強さが5段階評定で「5：非常に高い」になった。



	合計点 (16点満点)	5段階評定値 (非常に低い～非常に高い)
9月	7	3 (普通)
2月	13	5 (非常に高い)

回答記入日 平成30年2月7日
 氏名 〇〇〇〇
 性別 〇・女 年齢 15歳
 職業 高校生

GSES General Self-Efficacy Scale
 GSES Test 質問用紙

以下に16個の項目があります。各項目を読んで、今のあなたにあてはまるかどうかを判断してください。そして右の回答欄の中から、あてはまる場合には「はい」、あてはまらない場合には「いいえ」を○で囲んで下さい。はい、いいえどちらにもあてはまらないと思われる場合でも、より自分に近いと思う方に必ず○をつけて下さい。どちらが正しい答えということはありませんから、あまり深く考えずにありのままの姿を答えて下さい。

- 何か仕事をするときは、自信を持ってやるほうである。 はい いいえ
- 過去に犯した失敗や嫌な経験を思い出して、暗い気持ちになることがよくある。 はい いいえ
- 友人より優れた能力がある。 はい いいえ
- 仕事を終えた後、失敗したと感じることが多い。 はい いいえ
- 人と比べて心配性なほうである。 はい いいえ
- 何かを決めるとき、迷わずに決定するほうである。 はい いいえ
- 何かを決めるとき、うまくいかないのではないかと不安になることが多い。 はい いいえ
- 引込み思案なほうだと思う。 はい いいえ
- 人より記憶力がよいほうである。 はい いいえ
- 結果の見通しがつかない仕事でも、積極的に取り組んでいくほうだと思う。 はい いいえ
- どうやらたよりか決心がつかず仕事にたりかれないことがよくある。 はい いいえ
- 友人よりも特に優れた知識を持っている分野がある。 はい いいえ
- どんなことでも積極的にこなすほうである。 はい いいえ
- 小さな失敗でも人よりずっと気にするほうである。 はい いいえ
- 積極的に活動するのは、苦手なほうである。 はい いいえ
- 世の中に貢献できる力があると思う。 はい いいえ

・その他エピソード

- ・交流校とのゲーム対戦の得点計算の場面で、「計算得意な人は前に出て」という呼びかけに、率先して出て行くなど、学習の手応えと自信の高まりが感じられた。
- ・iPad等の活用で学習がスムーズになり、「できる」「わかる」体験が増えたことで、自信が高まり、ホワイトボード上で設問にも取り組むなど、積極性が出てきた。
- ・全校児童生徒や中学部及び高等部生徒を対象とした、防犯訓練やインターネットの安心利用に関する講座やビジネスマナー学習等で、自分から質問する様子がみられるようになった。



数学の授業



講師への質問

【今後に向けて】

1 健康に関すること

- ・食事に気をつけるだけでなく、定期通院を含めて自己理解から自己管理へとつなげていく。
- ・各種フィットネスアプリ等を活用して、運動の時間にエクササイズメニューを考えて提案するなど、能動的に取り組みながらモチベーションを維持し、運動習慣を継続する。

2 学習に関すること

- ・宿題や指示された予習だけでなく、iPadにまとめた情報を取り出して復習したり、新たな設問に取り組むなど、自主学習ができるようにする。
- ・英語に対する苦手意識がまだあるため、さらに学習しやすい方法を考えていくとともに、各種アプリやその活用方法について、各教科担当教員と情報を共有する。

3 社会性や自己効力感に関すること

- ・ワーキンググループのリーダーとして成功体験を積み重ね、集団生活や進路に対する考え方を前向きにもつ。
- ・進路に向けて必要な力を自分で考え、実践力を身に付ける。