

魔法の Wallet プロジェクト 活動報告書

報告者氏名： 廣瀬 優佳里 所属： 佐賀大学教育学部附属特別支援学校 記録日：2020 年 2 月 10 日

キーワード： 将来の生活 実態把握 体調管理 生活支援 思いを伝える

【対象生徒の情報】

○学年 高等部3年の男子生徒

○障害名 知的障がい 構音障がい レノックス・ガストー症候群 斜視 食物依存性運動誘発性アナフィラキシー 吃音

○障害と困難の内容

・ひらがな・カタカナの読み書きは大体できる。バランスの取れた字を書くことは難しいが、曜日等よく使用する1年生程度の漢字をいくつか書くことができる。

・100 程度までの数唱ができる。

・斜視のため見えにくさがある。特に疲れたときに、見えにくそうに目を細めたり、斜めから見ようとしたりする。

・レノックス・ガストー症候群

⇒発作の頻度が非常に高いと言われているが、今のところ今年度発作は、起きていない。しかし、寝不足や暑い中での長時間の活動等により発作が起きる可能性があるため配慮が必要。発作ではなくても、疲れ等から体調がすぐれず活動に参加できないことがある。あまりに体調がすぐれないときには、横になって休むこともある。

・食物依存性運動誘発性アナフィラキシー

⇒中学部2年生時に診断を受けた。アレルギー物質は小麦。家庭ではほぼ運動をすることはないので、小麦を食べることができが、家庭以外では小麦を口にしないように配慮している。



[図1 横になって休憩する生徒]

【活動目的】

○当初のねらい

1年後の「はたらく生活」に向け、必要な力を身につける。

①体調の自己管理の方法を身につけることができる。

②周りの協力を得ながら家庭で自分でできることを増やす。

③自分ができる方法で、自分の要求や気持ち等を周りの人に伝えることができる。

○実施期間 平成31年4月～令和2年3月（実践継続中）

○実施者 廣瀬 優佳里

○実施者と対象生徒の関係 副担任

【活動内容と対象生徒の変化】

○対象生徒の事前の状況

・4月より就労継続支援 B 型事業所の利用を希望。

・何事にも意欲的に取り組もうとする。

<身体面>

・体幹の弱さがあり、体の保持やバランスを取ることが難しい。特に疲れているとき等に、姿勢の保持が難しいことがある。

・体調が悪かったり、疲れていたりしても、自分から休憩をしたいことを伝えることはなく、教師が生徒の様子を見ながら、休憩を促すことで、発作を防ぐようにしている。

・細かな手指の操作は難しい。

<生活面>

- ・洗濯たみの仕事を家庭で行っている。
- ・家族のために役に立ちたいという思いをもっている。

<コミュニケーション面>

- ・今年は最上級生なのでリーダーとして活躍したいという思いをもっており、運動会の副団長等に立候補している。
- ・吃音や構音障害があり、話し始めるまでに少し時間がかかったり、発音が不明瞭だったりするが、話すことは好きで、教師や友達と好きなドラマの話等を楽しんでいる。
- ・教師と一緒に自分の考えをまとめると、原稿を見ながら思いを伝えようとする。手書きの原稿の際は、自分の書いた文字が読みにくいことがある。



○活動の具体的内容と事後の変化

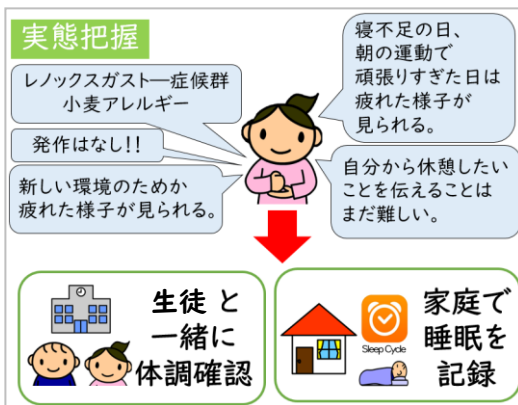
①体調の自己管理の方法を身につけることができるために。

①-1 自分の体調に気づき、伝える取組

体調面の配慮が必要な対象生徒。4月は、発作はないものの、疲れた様子が何度か見られた。しかし、疲れやきつさ等体調不良を自分から伝えることは難しかった。そこで、生徒の将来の生活をイメージしながら、可能な範囲で自分で体調の自己管理ができるよう、教師が毎日行っていた生徒の体調確認を生徒と一緒にやってみることに始めた。また、寝不足の日、体調がすぐれない様子が見られたため、保護者の協力も得ながら、「Sleep Cycle」を使って、家庭での睡眠の状況を記録することにした。

「Sleep Cycle」を使用すると、[図3]のようなデータが毎日記録され、生徒の就寝時刻や起床時刻だけでなく、いびきの時間、快眠度等をすぐに確認できる。「Sleep Cycle」の毎日の記録を見てみると、土日も含め規則正しい生活ができていることが分かった。

また、学校で生徒と一緒に体調確認をする際には、[図4]のようなカードを使用した。カードを使用し、「前日の睡眠の状況」や一日に何度か「今の体調」を確認した。今の体調を表現するための5つの選択肢は、生徒とのやりとりを繰り返しながら、生徒が伝えてくれた言葉を参考にしながら、追加修正を加えた。生徒が表現してくれた体調はアプリ「きもちメーター」を使って記録に残した [表1]。



[図2 実態把握と実践の計画]



[図3 「Sleep Cycle」のデータ]

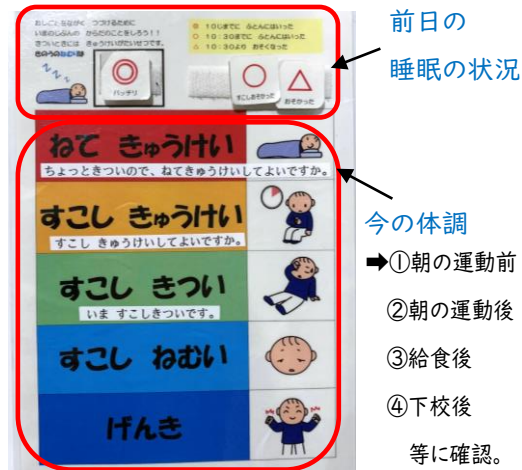
【エピソード①】

- ・6/25就業施設体験中の午後。
- ・疲れた時のサイン、片目をつぶって手元を見る様子があった。
- ・しっかり前日の睡眠はとっていた（前日の睡眠の記録より）。
- ・この日は午前中に初めて施設外に出かけ、弁当販売をしていた。



[図5 就業体験中]

➡いつもと違う仕事、初めての場所で初めての人と関わり仕事をしたことで、緊張から疲れが出た様子。このとき、自分の体調に気づき「少しきつい」と表現できた。そして、「休憩はしなくてよい」と伝えられた。



[図4 体調確認カード]

【エピソード②】

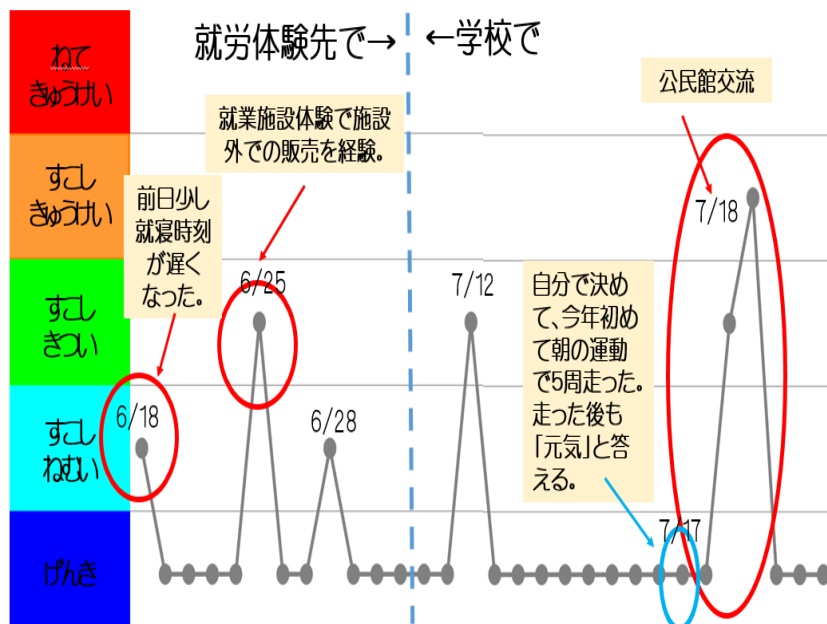
- ・7/18は近くの公民館で地域の方と交流。
- ・公民館に出発前は「元気」と伝えてくれた。
- ・この日も前日の睡眠はとれていた。

→公民館では外で少し暑い中で花苗植えをしたこと、また学校外で初めて会う方との交流で緊張し、疲れた様子だった。カードで「少しきつい」こと、学校に戻って「少し休憩」したいことを伝えることができた。



〔図6 活動後、疲れて姿勢の保持が難しい生徒〕

〔表1「きもちメーター」を使った体調の記録〕



〔図7 清掃活動中〕

夏休み以降も取組を継続した。10月の後期の就業施設体験中、施設外に出かけ清掃活動に取り組んだ生徒。外での少し長めの活動に疲れてしまったとのこと。しかし、施設に戻ると、施設長さんにカードを使って、「今きついので寝て休憩をしたい」ということを伝えることができた。生徒が、体験先で横になって休むのは初めてだったが、担任がいなくても、体調不調を自分で伝え、休憩ができた。施設長さんより、自分から報告をして1時間ほど横になって休むことができたことを褒めていただいていた。休憩後は、元気に仕事に復帰できたとのことだった。

分かってきたこと 家庭での「Sleep Cycle」の記録と学校での体調確認のやりとりを繰り返すことで分かってきたこと。

- ①生徒の生活リズムは安定している。
- ②生活リズムが崩れ、少し就寝時刻が遅くなると、翌日の体調に影響する。30分程度でも影響は大きい。
- ③朝の運動を頑張りすぎると体調が悪くなることが多いので、運動量は適度な量で実施する。
- ④暑さや初めての場所や人との活動、外出時等に、疲れやすい。

生徒の事後の変化

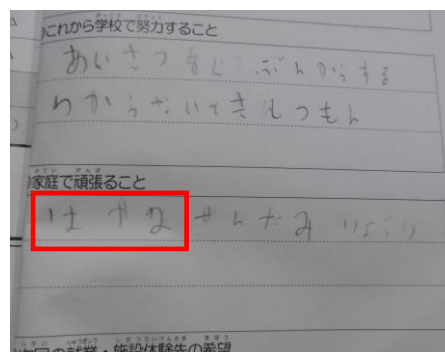
- ・年度当初は「元気」と答えても具合悪そうにしており、教師が休憩を促すことが多かったが、繰り返し体調の確認をすることで、自分の体調変化に気づき、カードで今の体調をいろいろな人に伝えることができるようになってきた。
- ・体調を伝えるため「体調確認カード」をいつも自分で持ち歩くようになってきた。
- ・就寝時刻が少しでも遅くなると、次の日に眠くなったり、疲れたりすることが多いことに気づいて、元気に過ごすために就寝時刻を意識するようになってきた。
- ・家庭でも10時までに布団に入ろうと意識をしている。



〔図8 カードを使って体調を伝える生徒〕



〔図9 カードをいつも持ち歩く生徒〕



〔図10 就業体験後の振り返りワークシート〕

①-2 小麦アレルギーを確認する方法を知るための取組

対象生徒は、小麦アレルギーのため体調面で配慮が必要である。学校では教師が食べ物については配慮をするようにしているが、就業施設体験中、利用者さんにお土産等をいただく場面も多々あった。そこで、これから将来に向けて、自分で小麦が含まれているか確認する方法を学ぶことにした。

小麦が含まれているか確認するために、「アレルギーチェッカー」を使用した。このアプリは、アレルゲンを設定し、食品のバーコードを読み取ると、アレルゲンの有無を調べることができる[図12]。

[図13]は、生徒が小麦が含まれているか確認をしている様子である。食品のバーコードを読み取り、自分で小麦が含まれているものと、含まれていないものに分けることができた。学校でも家庭でも確認したことはメモに残している。「結構小麦が入っているもの多いな」「これ入っていないの？」等つぶやきながら、確認をしていた。さらに、学校外での使用も考え、iPhoneでの練習を始めた。繰り返し操作したアプリなので、小さな画面でもすぐに調べることができた。そして、近所の店で片手で携帯を操作して、小麦の有無を調べて、自信をもって一人で買い物をすることができた。



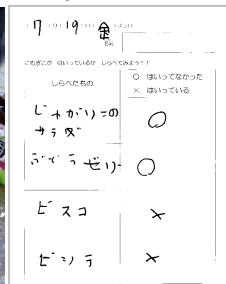
[図11 アレルゲン設定画面] [図12 アレルギーチェック結果]



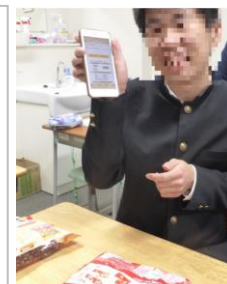
[図13 チェック中]



[図14 調べたことをメモする生徒]



[図15 生徒のメモ]



[図16 iPhoneで練習]



[図17 近所の店で買い物]

生徒の事後の変化

- ・自分で小麦の有無を調べることができるようになった。
- ・身近な食材にかなり小麦が含まれていることや小麦が含まれていない意外な食材があることに気付くことができた。
- ・買い物に行き、小麦の入っていない商品を選んで一人で購入し、友達や地域の方と一緒に会食ができた。

②周りの協力を得ながら家庭で自分でできることを増やすために。

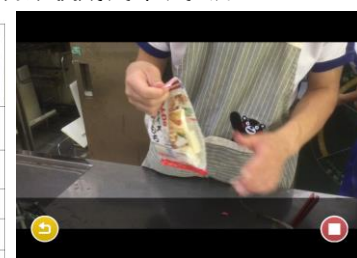
就業施設体験前、将来の生活をイメージしながら過ごすために、家庭生活で頑張ることを生徒と一緒に考えた。これまでも取り組んだことのある洗濯物たたみだけでなく、家庭で料理にも挑戦してみたいことを生徒は伝えてくれた。そこで、学校で事前に料理の練習をするために、早速小麦を使わない簡単レシピを探した。生徒が見つけたのは餅ピザだった。「Our Story for iPad」を使って動画の手順書を準備することで、家庭科の時間に一人で餅ピザ作りができた。前期の就業施設体験中には、はたらく生活の体験をしながら、土日には家庭で餅ピザを家族にふるまい、家族の一員としての役割を果たすことができた [図21]。「おいしい!!」と家族に言葉をたくさんかけてもらったことをうれしそうに伝えてくれた。10月の後期就業施設体験前も、自分で「簡単」「レシピ」「パン」等検索のワードを考えて調べて「ツナマヨコーントースト」を見つけ、就業施設体験期間中、家族にふるまうことができた[図22]。



[図18 メニューを調べる生徒]



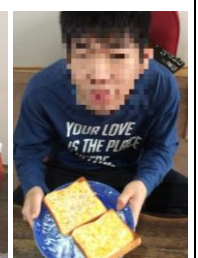
[図19 作り方手順]



[図20 動画の手順書]



[図21 家庭で餅ピザを作る生徒]



[図22 10月]

生徒の事後の変化

- ・自分で iPad を使って意欲的にレシピを調べる様子が見られた。
- ・iPad を使った検索を一人でできるようになってきた。
- ・家族のためにできる役割を考えて実践し、役に立つ経験ができ「他のことにも挑戦したい」という思いが広がった。

③自分ができる方法で、自分の要求や気持ち等を周りの人に伝えることができるために。



えにっき

4月より最上級生となり、生徒会長選挙や運動会の副団長等いろいろな場面でたくさんの人の前で話をする経験をしてきた。毎回事前に原稿を作り練習をしてきたが、みんなの前に出ると、最初の一言が出なかったり、うまく伝えたいことを表現できなかったりする場面があった。話をしたい気持ちがいっぱいある対象生徒が、もっと自分の思いを自分の言葉で自信をもって伝えられるように、話すこと以外の方法も使いながら伝えてみることにした。

アプリ「えにっき」を使って、写真を見ながら自分の頑張ったことを毎日振り返ってみることから始めた。これまでは、朝の会で「生単を頑張ります」と言うと、帰りの会は「生単を頑張りました」とだけ伝える毎日だった。毎日「えにっき」で振り返ることで、多少誤字脱字はあるが、自分の言葉で出来事や感想をまとめ、絵文字や漢字も使いながら日記を書けるようになってきた。振り返りで伝えたいことをまとめることで、帰りの会では少し説明を加え話ができるようになった。そしていつもより大きな声で話をする生徒。ちょっとだけ自信をもって話ができるようになってきていることが伝わってきた。



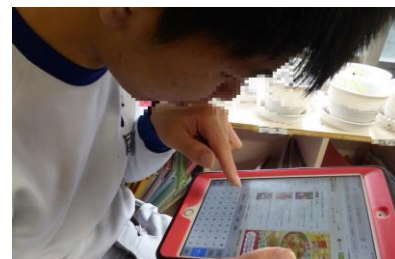
[図23 みんなの前で話をする生徒] [図24 予測変換機能も使いながら漢字や絵文字を使う生徒] [図25 「えにっき」を使って発表中]

生徒の事後の変化

- ・予測変換機能を使って漢字や絵文字も使いながら、出来事や感想等をまとめることができるようになった。
- ・自分の言葉でまとめたことを、大きな声で自信をもって今までより詳しく説明を加えて発表できるようになってきた。
- ・写真も使って伝えることで、友達にも伝わりやすいため、友達の反応も楽しみながら話をしている。

①+②+③これまでの学習を活かした取組

とても優しく、誰かの役に立つことが大好きな対象生徒。みんなのために、12月に計画していたクリスマス会の企画や準備係に立候補してくれた。生徒がクリスマス会に向け、まず取り組んだことは「調理」の準備だった。「クリスマス会にはお菓子が必要」とiPadを準備し、すぐに検索を始めた。これまでも調理には取り組んできているので、自分で検索ワードも考え調べていた。もちろん小麦粉を含まないメニューを自分で探していた。メニュー選びの際、友達に自分の選んだメニューをどう思うか iPad の画像等を見せながら相談したり、友達の希望を尋ねたりしながら、たくさんの候補の中から選んだクリスマス会メニューは「おからクッキー」だった。メニューが決まると、また iPad で検索を始めた。何を調べているか尋ねると「クリスマス飾り」とのこと。クリスマス会に向け、さらに、飾りつけの仕方も検索をしていた。途中、検索の仕方が分からない時には、iPad の操作が得意な友達に自分から話しかけ、検索の仕方を尋ねる姿も見られた。クリスマス会当日は、アイパッドを見ながら飾りつけをしたり、クッキー作りをしたりして準備は万端。クリスマス会は大成功だった。自分の体調に気をつけ iPad を使って小麦を使わないお菓子を手作りし、友達とやりとりしながら対象生徒が中心と



[図26 メニューを検索する生徒]



[図27 生徒が選択したメニュー]

なって、企画・準備をしてクリスマス会を実施することができた。



〔図28 iPadで調べた飾りつけの例を参考に飾りを作って飾る生徒〕



〔図29 友達とクッキー作り中〕

生徒の事後の変化

- ・自分で考え、意欲的に企画・準備を進めていた。
- ・思っていることをiPadの画像を使って友達に伝えたり、友達の考えを尋ねたりすることができていた。
- ・手順書がなくてもiPadで調べて簡単な調理に取り組むことができた。

【報告者の気づきとエビデンス】

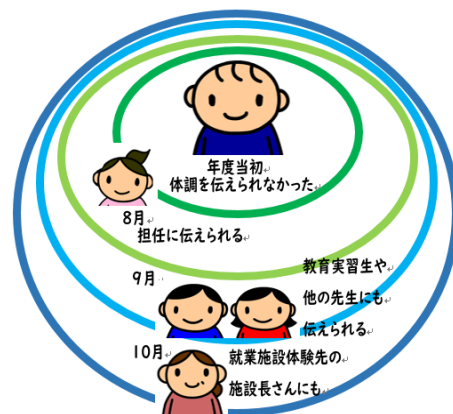
〇主観的気づき

- ・「Sleep Cycle」と体調確認カードを繰り返し使用することで、生徒が自分の体調に気付き、元気なときだけでなく、体調がすぐれないときにも周りの人に伝えることができるようになり、毎日元気に過ごすことができていた。
- ・iPadを使うことで、生徒が自分の考えていることを友達に今までより分かりやすく伝える姿をたくさん見ることができた。
- ・家庭や学校で「体調を伝えられるようになった」「iPadで分からないことは調べたらいいいんだな」「自分で調べて調理ができたぞ」「今日頑張ったことがうまく友だちに伝わった」等、「できた」や「思いが伝わった」という経験を積み重ねることで、生徒が様々な場面で自信をもって生活する姿を見ることができるようになってきた。

〇エビデンス(具体的数値など)

年度当初は体調が悪かったり、疲れていたりしても、自分の体調の変化に気付き自分から休憩をしたいことを伝えることがなかったが、体調確認の取組を進めることで、担任に、そして担任以外の教師に、さらに就業施設体験では施設長さんと学校外の方にも、自分の体調を伝えることができるようになった〔図30〕。

また、自分の体調の変化に気付き就寝時刻に気をつけたり、就寝時刻が遅くなった時には次の日の活動に気をつけたり、今の体調を正確に伝えるようになったことで、年度当初は横になって休むことが多かった生徒が、9月以降は11月の2回以外、横になって休むことがなくなっている〔表2〕。さらに、〔表2〕を見ると就寝時刻が22:00を過ぎている日もあることが分かる。就寝時刻が22:00を少しでも過ぎると、年度当初は次の日に体調がすぐれない様子が見られていたが、多少22:00を過ぎても、体調変化に気をつけられるようになってきたことで、毎日元気に過ごすことができるようになってきていることが分かった。



〔図30 体調を伝えられる人の広がり〕

〔表2 就寝時刻が22:00を過ぎた割合〕

