

魔法の Wallet プロジェクト 活動報告書

報告者氏名:石田 美波

所属:北九州市立小倉総合特別支援学校

記録日:2020年2月28日

キーワード:実態把握、睡眠、環境調整、人との関わり、コミュニケーション、要求表出

【対象生徒の情報】

○学年 中学部2年生 女子 (Yさん)

○障害名 重度重複障がい(肢体不自由、知的障がい、てんかん)

○障害と困難の内容

- ・睡眠リズムが不安定である。日中眠っていることが多く、活動への参加や学習の積み重ねが難しい。
- ・日常生活の移動は、車椅子を使用する。床上では、短い距離なら寝返りをうって移動ができる。
- ・床上や箱椅子等では、短時間なら座位保持ができる。
- ・表情や動き、発声等で豊かに気持ちを表出することができる。
- ・物に対しては自発的、意図的な動きが見られる一方で、人に対しては、視線が合いにくく、関わりは受け身になりがち。

【活動目的】

○当初のねらい

まずは、睡眠のリズムについて実態把握を行い、学習に向かうための土台作りをしていきたい。その上で、人との関わりやコミュニケーションの力を育てていきたいと考え、次の2点をねらいとした。

<① 睡眠について>

- ①-1 家庭での睡眠時間・睡眠の質や発作の状況等と、学校での午睡の関係を探り、本生徒の睡眠リズムに影響を与える要因を知る。
- ①-2 午睡時(前後)の関わり方や周りの環境を工夫することで、イライラを減らし、活動に参加できる時間や学習に向かうことができる時間を増やす。

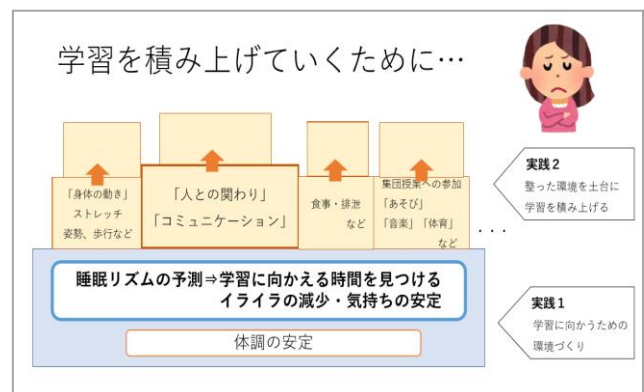
<② 人との関わりについて>

- ②-1 遊び場面を中心に、対象生徒が周囲の環境(人や物等との関わりも含む)をどのように捉えているかを知り、大人の関わり方や環境の工夫に生かす。
- ②-2 遊び場面の中で、「遊んでくれる人」、「手伝ってくれる人」としての大人に意識を向けたり、要求を伝えるために自発的に動いたりする姿を引き出す。

○実施期間 2019年5月13日~2020年2月現在

○実施者 石田 美波、対象生徒の保護者

○実施者と対象生徒の関係 担任



【活動内容と対象児の変化】

<① 睡眠について>

○対象生徒の事前の状況

- ・睡眠リズムが不安定で、学校でも眠っていることが多い。活動への参加や、学習時間の確保が難しいことがある。
- ・稀に30分間程度の午睡で覚醒し、1日活動に参加できる日もあるが、その原因はわからない。
- ・睡眠と覚醒のサイクルが不規則でわかりづらいために、その日の調子（「今日は眠たい」、「今日は頑張れる」など）を予測したり、正しく把握したりすることができない。

⇒教師の関わりや周りの環境が過剰な刺激となり、Yさんをイライラ（頭を打ち付けて怒る）させてしまったり、頑張れる日や活動できそうなタイミングを見逃し、必要以上に休ませてしまったりすることがあるように感じられる。

例：「今日はどうしても眠たい」のに…、先生がうるさい！ → イライラ（頭を車椅子の背に打ち付ける。）

「今日は頑張れるかも！」けど…、刺激が少ない → 「まあいっか。寝てしまおう。」 → 午睡

⇒そのため、Yさんとの関わり方に悩んでいた。「無理はさせたくないけれど、もう少し活動に参加できればなあ…」

4月末の家庭訪問で、睡眠について保護者に聞き取りを行った。

<日中の眠気に関係していそうな要因について、思い当たることがありますか？>

- ・毎日規則的に睡眠時間をとっているが、眠りが浅く、夜2～3時間おきに目を覚ましているみたい。
- ・豆電球にも興奮して眠れなくなるので、真っ暗にして眠らせるようにしている。
- ・てんかんの薬を調整中。発作が起こったり、薬の量や種類が変わったりすると眠たくなる。
睡眠中や寝入り、寝起き時に発作が起こることが多い。
- ・日中の活動量や活動内容、午睡の状況等も関係しているかもしれない。
刺激が少なかったり、車椅子に座ったままの姿勢が続いたり、興味のない活動だと眠ってしまう気がする。
「学校でも、できるだけ起きていてほしいけれど、どうしても眠たいことがあるみたい…」
「無理なく、本人にとって楽しいものやいろいろな人との触れ合いのある生活を送らせたい…」

保護者の話から、Yさんの睡眠リズムの不安定さ（日中の睡眠時間）に影響する要因として、

①夜の睡眠の状況（睡眠時間、夜間の覚醒等）、②発作や服薬の状況、③学校での午睡状況等が考えられた。

これらの状況を記録し、比較することで、その日の調子を予測したり、正しく把握したりするためのヒントを得られたら、状況に合わせて活動量を調整したり、関わり方や環境の工夫を行い、無理なく、しかし頑張れる時はしっかりと活動させて、学校生活をより充実したものにできるのではないかと考えた。

実践①ーI 学習に向かうための土台作り ～不安定な睡眠リズムに影響を与える要因を知ろう！～

○活動の具体的内容

1. 学校での生活（活動や午睡の状況、発作等）を記録する。

まずは、学校生活の中で、1日の午睡時間やその時間帯、イライラや発作がいつ起きたのかが一目でわかるようにするために、「Google カレンダー」というアプリを使って、毎日記録をした。

活動できた時間、眠っていた時間、イライラしていた時間、発作が起こったタイミング等を、それぞれ色分けして記録し、眠たくなる時間帯の傾向や、イライラ、発作との関係について考えた。



2. 家庭での睡眠状況を記録する。

夜の睡眠の状況を調べるために、「Sleep Cycle」というアプリを使用し、睡眠時間や快眠度等の記録、分析を行った。

また表示されるグラフから、夜間に覚醒している回数も調べた。



日付	睡眠時間 (分)	起床の時刻 (時)	快眠度 (%)	発作	その他	睡眠時間 (分)	イライラの回数 (回)	発作 (回)	結果	その他
6月10日(月)	750	1	70			750	1	0	△	
6月11日(火)	810	1	70			810	1	0	△	
6月12日(水)	840	1	70			840	2	0(1)	△	
6月13日(木)	810	1	70			810	1	0	△	
6月14日(金)	810	1	70			810	1	0	△	
6月17~21日										
6月22日(月)	750	1	70			750	0	0	△	通学アタマが痛い
6月23日(火)	750	1	70			750	0	0	△	
6月24日(水)	750	1	70			750	0	0(1)	△	
6月25日(木)	840	1	84	X		840	0	0	△	10分睡眠
6月26日(金)	750	1	84	X		750	0	0(1)	△	
7月1日(月)	810	1	84	X		810	0	0	△	通学アタマが痛い
7月2日(火)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月3日(水)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月4日(木)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月5日(金)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月6日(土)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月7日(日)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月8日(月)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月9日(火)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月10日(水)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月11日(木)	810	1	84	X		810	0	0	△	
7月12日(金)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月13日(土)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月14日(日)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月15日(月)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月16日(火)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月17日(水)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月18日(木)	750	1	84	X		750	0	0	△	
7月19日(金)	750	1	84	X		750	0	0	△	

3. 1.及び2.の結果と発作や体調についての記録を一つにまとめ、睡眠リズムの不安定さ(日中の睡眠時間)に影響を与えている要因を探る。

1.で記録していた「学校での午睡時間」「イライラの回数」「発作の回数」「給食量」「その他体調に関すること」と、2.で記録した「睡眠時間」「夜間の覚醒(回数)」「快眠度」、日々の連絡帳や保護者との懇談からの情報「発作の有無」「服薬の変更」「その他体調に関すること」を「Microsoft Excel」を使って一つにまとめた。作成した表から、学校での午睡時間に影響を与える要因を探っていった。

○結果と考察

1. 学校生活について ~「Google カレンダー」の記録からの気付き~

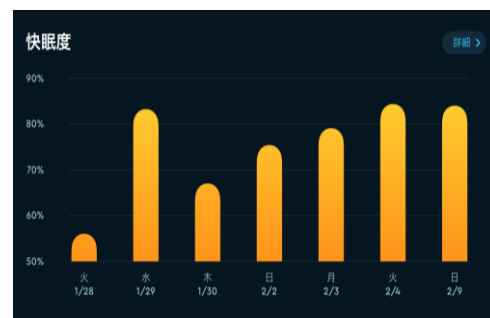
- ・午睡を全くしない日は、なかった。⇒Yさんにとって午睡は必要！
日によって午睡の長さや回数は大きなばらつきがあり、1日20分間でよい日もあれば、合計3時間程度眠っている日もある。
- ・午睡のタイミングは、11:00前後、14:00前後が多い。
- ・午睡の時間帯は、午後よりも午前中の方が多。その原因が時間の違いなのか、活動内容の違いなのか(時間割上、午後からは、体育や音楽など集団の賑やかな授業が多い)は、不明。



2. 家庭生活について ~「Sleep Cycle」の睡眠記録からの気付き~

(担任の気付き)

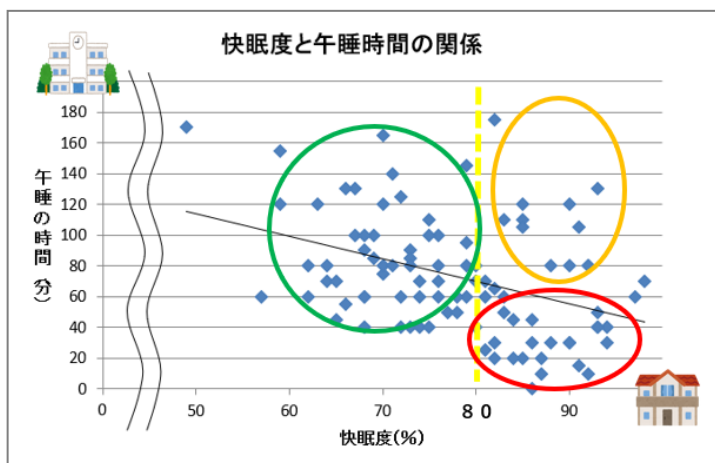
- ・睡眠時間は、平均6時間36分で、±1 時間程度の変動はあるが、ほぼ安定している。
- ・夜中に、1~3 回覚醒している日がある。
- ・快眠度は、日によって大きなばらつきがある(49%~100%)
「日ごとの平均」を見てみると、72%~82%で、曜日によって大きな差は出ていない。



(保護者の気付き)

- ・「Sleep Cycle」を以前自分が使っていたことがある。眠りの深さのグラフを見ると、自分のデータと比べて、浅い眠り・深い眠りの波が多いように感じた。ぐっすり眠れていないのかな・・・。

3. 1.及び2.の結果や発作、体調の記録から、睡眠リズムの不安定さに影響を与えている要因を探る。



① 「夜の快眠度」と「午睡時間」の関係

左のグラフから、前日の快眠度が高いほど、午睡の時間は短くなるという傾向が見えた。

特に、快眠度80%以上の日は、30分程度の午睡で活動に参加でき(赤○)、80%未満の日には、1～3時間の午睡が数回必要になる(緑○)傾向があった。

※夜の睡眠時間や覚醒回数と、午睡の長さに関係はなかった。

② 発作や服薬の変更と午睡(時間)の関係

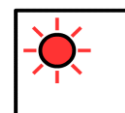
快眠度が80%以上あった日でも、長時間眠っていた日があった(黄○)。

「Google カレンダー」の記録を見返してみると、これらの日は、薬の調整によって発作が頻発した時期や、体調が優れなかった日と一致した。



①、②の結果から、不安定な睡眠リズムに影響を与える要因が、いくつか明らかになった。

前日夜の快眠度	・80%以上⇒翌日の午睡時間は短めで OK! (30分程度) ・80%未満⇒翌日の午睡時間は長め…(1～3時間を何度か)
発作の有無	・朝、家庭で発作があったり、学校で日中発作があったりした日の午睡時間は長め…
体調	・体調が悪い日、その前後は午睡の時間が長め…



<保護者との懇談から>

- ・前日の快眠度が高い日は、放課後等デイサービス事業所でも、しっかり覚醒して活動に参加できた。
- ・発作を薬でコントロールしているけれど、完全になくすことは難しい。日中の眠気との関連を考えると、薬の量を増やすより、発作や眠気とうまく付き合っていく方がよさそう。

実践①-2 学習に向かうための土台作り ～睡眠リズムを予測し、周囲の環境や関わり方を工夫しよう!～

○活動の具体的内容

1.睡眠リズムを予測する。

実践①-1の結果から、前日の快眠度や発作の有無、体調をもとに、次の2つのパターンで予測した。

- ・「スッキリ予報」…30分間程度の午睡ができれば、活動に参加できそうな日。
- ・「ウトウト注意報」…1～3時間の午睡が、何度かあるかもしれない日。

☆ 睡眠リズムを予測しよう!



スッキリ予報

前日夜の快眠度80%以上、発作なし、体調◎



ウトウト注意報

前日夜の快眠度80%未満、発作あり、体調△

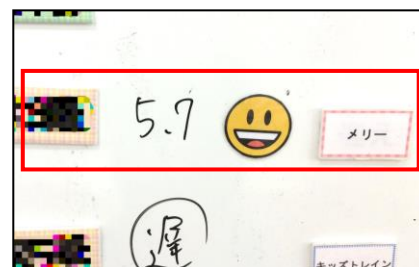
2. 予報をもとに、環境や関わり方を工夫する。

その日の予報をもとに、次のような環境や関わり方の工夫を行った。

Ｙさんに関わる教師は担任だけではないため、予報の根拠や関わり方について学年職員で情報を共有し、教室のホワイトボード（一人ずつの体調や下校便を記入するもの）に予報マークを掲示することで、１日を通して体調に合わせた関わりや活動量の調整ができるようにした。

スッキリ予報	・積極的に関わり、刺激を与えること。 ・計画的に学習に取り組んでいくこと。 ・午前中30分間程度は、午睡の時間をとること。
ウトウト注意報	・無理せずにゆっくりペースで過ごすこと。 ・眠れずにきつい時には、状況に合わせて休ませること。（車椅子のリクライニング・天板に枕を置く、姿勢を変える、静かな部屋で休む など）

写真 ホワイトボードの掲示



○事後の変化

<Ｙさんとの関わり方の変化>

実践①でわかったことをもとに、教師の関わり方や学習時間の設定等の手だてについて、以下のような変化があった。

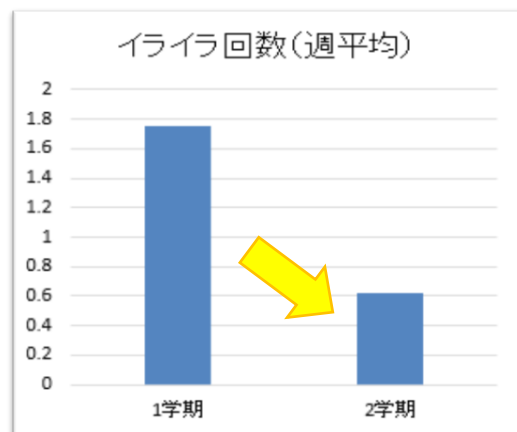
実践を始める前（1学期）	実践後（2学期以降）
・学校のスケジュールに合わせた生活や自立活動の時間割のため、重点的に行いたい学習やＹさんが好きな学習の前に眠ってしまい実施できないことがある。	・目覚めている確率の高い時間（2時間目、午後の自立活動の時間）を使って、計画的に学習を組んでいくことができるようになった。
・Ｙさんの“今日の調子”がわからないために、眠ってしまった時に起こしてよいものかどうかかわからず、その判断は、関わる教師の感覚に頼っていた。 （イライラの原因にもなっていた？）	<スッキリ予報の日の関わり方> ・午睡の多いタイミング（11:00、14:00前後）以外の午睡は、<u>1度起こしてみる</u>。繰り返し起こしても目覚めない時は、予報は外れていたという判断で、眠らせる。 ・11:00、14:00前後の午睡は、<u>30分間を目途に一度起こしてみる</u>。 <ウトウト注意報の日の関わり方> ・基本的には自分で目覚めるのを待ち、無理に起こすことはしない。 ※予報マークの掲示や引き継ぎ時の具体的な情報共有により、給食介助や他のクラスの授業の関係で担当者が変わる際にも、同じような関わりができるようになった。
・刺激が少ない、車椅子に座った姿勢が続いた、興味のもてない活動だったなどの理由により、眠ってしまうこともあった。	・スッキリ予報の日は、積極的に刺激を与えたり、集団授業の中の待ち時間にもなるべく関わりをもったり、姿勢を変えたり（立位で体育の卓球バレーボールに参加するなど）して、覚醒状態を保てるように意識するようになった。

<Yさんの変化>

実践を始める前(1学期)、学校生活の中でYさんがイライラして頭を打ち付けたり、泣き声を出したりする様子を何度も目にしていた私は、どうして怒っているのか、泣いているのかわからずにいた。しばらく様子を見ているうちに眠ってしまい、「眠たかったのか…。もう少し配慮できることがあったはず…」と関わり方を反省する日々だった。

睡眠リズムの予測と環境や関わり方の工夫を始めた2学期以降の、「理由のわからないイライラ(※顔をしかめる、泣き声を出す、頭を打ち付ける)」の回数を比較すると、1学期の半分以下に減少していたことがわかった。(グラフ参照)。

減少した理由について、はっきりと言い切ることはできないが、周囲の大人が、Yさんのその日の調子をできるだけ正しく把握し、それに合わせた関わり方をすることができたことも要因の一つではないかと考えている。学期ごとの比較であるため、季節との関連や、コミュニケーション面との関連等の検討ができていないが、引き続き記録を続けながら考えていきたい。



《実践①のまとめ》

「睡眠」に関する実態は、行動観察だけではわかりづらく、家庭での様子も知る必要があることから、これまで詳細に把握することが難しかった。しかし、ICTの力を借りることで、少しずつ目に見える形でわかるようになり、本人の調子についても、ある程度予測することができるようになった。

Yさんの実態を詳しく知っていく中で、これまでは学校生活の流れの中に、Yさんのリズムを合わせようとするあまり、学習時間が確保できなかったり、イライラさせてしまったりしていたのではないかとということに気付くことができた。実践①を通して、Yさんがスッキリ目覚めて活動に参加できそうな日や時間を知ることで、それに合わせて、周りの環境や1日の過ごし方(個別学習の時間設定など)を考えていくことができ、Yさんのイライラを減らすことができたと思う。私自身も、今までより少しだけ自信を持って関わるできるようになったと感じている。Yさんがよい状態の時に、よい関わりを重ねていくことが、学習の積み上げにつながると実感した。

(※下線部:報告者の主観的気付き)

○エビデンス(具体的数値など)

・睡眠リズムの予測を始めた2学期以降(8月末～2月中旬)の記録では、予報が当たった確率は、80%だった。
スッキリ予報/ウトウト注意報別に調べると次のようになった。

スッキリ予報	24日/33日	72.7%
ウトウト注意報	40日/47日	85.1%

結果から、ウトウト注意報については、かなり正確に予測できているようだが、スッキリ予報については、現在の判断基準の他にも影響する要因が考えられそうであり、関わり方や環境調整についての判断は、本人の様子を見ながら慎重に行っていく必要がある。

・1学期と2学期以降(予報をもとにした関わりを始めた)のイライラ回数を比較すると、半分以下に減少していた。
(6ページのグラフ参照。)ウトウト注意報の的中率からもわかるように、どうしても眠たい日に、無理に起こすことがなくなったなど、関わり方の変化も関係していると考えるが、引き続き検討が必要である。

○その他エピソード(画像などを含めて)

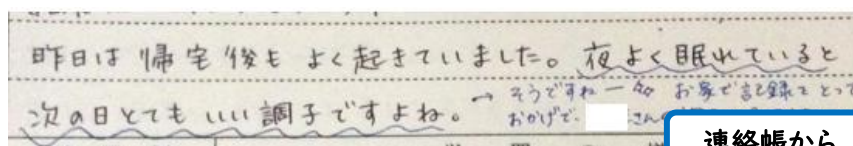
・記録を続けた結果、Yさんの中でベースとなる学校生活のリズムが見えてきているように感じている。

※午睡の長さについては日によって異なるが、タイミングは以下になることが多い。

次のような1日の流れを基本とし、午睡時間の増減によって、予報の見直しや体調の把握ができるかもしれない。

9:30	10:00	11:00	12:00	13:00	13:40	14:00	14:30	15:30
登校	自立活動 集団授業	自立活動 集団授業	午睡	給食	自由時間	集団授業	午睡	下校準備 下校

・「Sleep Cycle」の結果を見ながら、保護者と共通の視点をもって、睡眠について考えることができるようになった。



連絡帳から

○今後の見通し

①快眠度の高さに影響を与える要因を探り、スッキリ予報の日を増やしたい！

今回の実践で、夜の快眠度が午睡時間に関係していることが分かったため、夜の睡眠の質(快眠度)を上げることができれば、スッキリ予報の日(短い午睡で活動に参加できる日)を増やせるのではないかと考えている。

そのために、夜の快眠度の高さに影響を与える要因を考えていきたい。

現段階での仮説・・・ア.睡眠時の呼吸状態が関係している??(以前、呼吸状態の悪化で入院後、朝・晩の吸入をしていた時期に、快眠度80%以上の日が続いたことがあったため。)

イ.睡眠時の環境は??

ウ.日中の活動量とその日の夜の快眠度との関係は??

②午睡からの目覚め方の検討や、予報の見直しを行いながら、午睡との上手な付き合い方を考えたい！

Yさんが午睡をしない日はほとんどないため、学校生活の中でも、教師がYさんを起こす場面が何度もある。現在は、声をかけたり、姿勢を変えたり(立たせる)することで、目を覚まし、次の活動へ移っているが、その時は目覚めても、数分後にまた眠ってしまうことも多い。スッキリ予報の判断が間違っていたのかも…とそのまま眠らせることもある。

Yさんが学校生活を送る上で、「必要な午睡」とどう付き合っていくかは、今後の課題である。実践①の記録から見えてきた、Yさんの生活リズム(眠たくなりやすい時間等)をもとに、予報の見直しや、午睡からの目覚め方の検討を行っていききたい。

<② 人との関わりについて>

○対象生徒の事前の状況

・しっかり覚醒している時には、様々な表情や動き、発声等での表出がある。

【具体的な様子】

人との関わり、コミュニケーションについて	物や環境との関わり、認知面について
・快、不快の表出は明確。 快…笑顔になる。大きな声を出して笑う。 不快…泣く。ぐずる。体を揺らす。 頭を車椅子や床に打ち付けて怒る。 ◎人に対しては、視線が合いにくい。目の前で動いたり、近づいたりすると、目で追うことがあるが、どの程度意識しているのかはわからない。 ◎大人からの関わりは受け入れ、手遊びなどを楽しむことができるが、基本的に受け身になっている。<u>自発的に人に関わろうとしたり、要求を伝えようとする様子が見られない？</u> ・生活の中で使う簡単な言葉（「おはよう」、「いただきます」、「おしまい」等）や決まった歌（「おもちゃのチャチャチャ」、「ミッキーマウスマーチ」）を聞くと、その言葉や歌のリズムに合わせて、手を叩くことができる。	・物に対しては、意図的な動きが多く見られる。（寝返りして近づく、手を伸ばす、好きな物は握ると離さないなど）。 ・タオルを持って目や口を拭く、バチを持って木琴を叩く等、道具を介した動きもみられる。 ・音の出るおもちゃ、絵本（ページをめくって風を楽しんでいる?）、クリアファイルやラミネートされたカード（動かして音や光、感触を楽しむ）などを好み、それらを取られると車椅子に頭を打ち付けて怒ることがある。 ・おもちゃの簡単な遊び方は理解している。 ・簡単な展開や繰り返し経験したことについては、予測したり期待したりして喜ぶことができる。 天板を入れようとする手や手をあげたり、服を着る時に手を伸ばしたりするなど、生活の中の決まった動きについて、協力動作が見られる。 ◎周囲の環境をどのように捉えているか（注意の向き先、入りやすい刺激等）がわかりづらい場面があり、その時に関わる大人の主観的な判断になっている。

以上のことから、簡単な因果関係は理解でき、自ら物に働きかけて遊ぶことができるが、人に対しては自発的な動きが見られず、どの程度気付いたり、意識したりしているのかわからないという状況だった。

そこで、Yさんの動きが出やすい「遊びの場面」についてビデオ観察を行い、Yさんが遊びの場면을どのように捉えているのか（特におもちゃ遊びについての理解、人への意識の向き方等）を知り、大人の関わり方や環境設定の工夫を行うことで、遊びに関わる人への気付きや要求を伝えるための自発的な動きを引き出すことができるのではないかと考えた。

実践②-1 土台の上で学習を積み上げる ～周囲の環境（人や物）をどのように捉えているか知ろう!～

○活動の具体的内容

Yさんが、周囲の環境をどのように捉えているか（特におもちゃ遊びについての理解、人への意識の向き方等）を知るために、遊び場面を中心にビデオ記録を行い、検討することにした。

覚醒のよい時間に、遊び場面を設定し、週1～2回程度（スッキリ予報の日）の学習を行った。遊び場面については、Yさんの自発的な動きを引き出しやすいように、次の2つ（A・B）を設定した。

A 1対1での関わり遊び(「手遊び歌」や「好きな歌に合わせて手拍子遊び」等)

- ※動きが出やすい箱いす座位姿勢で、教師がよく見える正面の位置につく。視線が合いやすく、生徒が手を伸ばして体に触れるなどの動きができる距離で関わる。
- ※遊びを中断したり、1曲終わったりするたびに反応を待ち、観察する。



B おもちゃ遊びへの介入

- ※マットの上で臥位姿勢になる。自由に寝返りをうって移動し、おもちゃ(キーボード、iPad等のいろいろなものを試す)を探したり、手を伸ばしたりすることができるようにする。

<遊びの学習を始めた頃に行っていた基本の流れ>

1. 教師がおもちゃを持って生徒に近づく。(離れた位置におもちゃセット)
2. 生徒がおもちゃの方へ寝返りで近づく。
3. 「音が鳴らない!」等の少し困った状況。
4. 教師が手伝って、遊びがスタート。



遊びの様子は、準備から片付けまでの様子をiPad miniの「カメラ」を使い、ビデオ撮影した。

撮影したビデオ記録から、様子を観察し、「空間のレイアウト」、「活動のシナリオ」、「生徒の動き・意識」「支援者の気付き」等について記録用紙に記録しながら、Yさんの遊びについて、捉えていった。

記録から分かったことをもとに、「空間のレイアウト」や「活動のシナリオ」等を変えていしながら、手だての検討を行った。



月 日 () : ~ : 場所	
①目標	
②空間のレイアウト	③活動のシナリオ
⑤支援者の気付き	④生徒の動き・意識
⑥生徒の様子や成長	

○記録からわかったこと

A 1対1での関わり遊び

Yさんの様子	気付き
・教師がYさんの姿勢を整えた後、正面に移動してく様子を目で追う。 ・手遊び歌が始まると、手や体の動きをじっと止める。	・人への意識について 視線は合いづらいが、<u>人の動きを追視したり、体の動きを止めて声を感じたりして、意識を向けている。</u>
・周囲の声、音が大きいと、遊びや人に意識を向けることができず、視線が上方に向く。動きが止まり、遊びが成立しない。	・選択的注意の困難、注意の持続の困難がある。特に、周囲の音、声等の聴覚的な刺激について、注意が移りやすいため、環境調整等の配慮を必要とする。
・手遊び歌では、「いっぽんばしこちょこちょ」を行った。Yさんはこれまで遊んできた経験から、「♪かいだんのぼって～」のところで声を出して笑った。 ・好きな歌に合わせて手拍子遊びでは、教師が歌(「おもちゃのチャチャチャ」等)を途中で止めると、Yさんの手の動きも止まり、笑いながら上半身を縦に揺らした。	・<u>簡単な遊びの流れや展開がわかり、予測したり期待したりすることができる。</u> 「いっぽんばしこちょこちょ」 ⇒次はくすぐられる!とわかり、期待して笑顔になる。 「おもちゃのチャチャチャ」 ⇒歌が止まると、「次はチャチャチャなのになんで言わないの～」と笑顔になる。



<歌が途中で止まった時や、最後まで歌い終わった時の様子から考えられること>

歌の中断時・終了時に出てくる動き	推測される気持ち
・上半身を縦に数回揺らす。 ・自分の膝をトントンと叩く。 ・教師の手をトントンと叩く。	「何で歌を止めるの～!」 「もっとして～!」 「もう1回歌って～!」

⇒この場面に限らず、生活の中の様々な場面で見られる動き（呼名に対する応答、あいさつ、教師との遊び等）だが、関わり遊びの流れや前後の文脈から、要求表出と捉えられるのではないかな？

☆Yさんにとって、<教師の手をトントンとする動き>は、場面によっていろいろな意味をもつ動きであるが、気持ちを伝えるための手段にもなりうると考えられる。

B おもちゃ遊び

・手で操作するおもちゃや、音の鳴るおもちゃを好み、自分で近付いたり、操作しやすいように動かしたりして、遊ぶ。

（使用したおもちゃ）

キーボード



iPad mini アプリ



「Awesome Xylophone Lite」



「Magic Piano by Smule」

ベル



「Draw with Stars! Play With Shooting Stars」

など

Yさんの様子	気付き
・教師がおもちゃを持ってくる様子を目で追うことができるが、おもちゃを扱い始めると、教師が近付いても様子を見ることはない。	・「自分」－「おもちゃ」の関係だけに意識が向いている。 ・「おもちゃを持ってくる教師」に気付いている？
・1m程度離れた場所におもちゃを置かれると、動きを止め、すぐに視線が向いた。	・ある程度の距離、範囲の中であれば、 <u>周囲の環境を</u> 、“見て分かる”ことができる。
・視界からおもちゃがなくなると、頭上をキョロキョロと見渡して探すような姿が見られることがある。	・ <u>生活の中で気付き、記憶していること（おもちゃがいつも置いてある位置等）</u> がありそう。
・おもちゃを見て気付いていても、移動せず、じっとしていたり、頭上をキョロキョロしたり、口元を触っていたりすることがあった。	・「眠たかった」、「遊びたいおもちゃが別の物だった」、「周りの音に注意が向いていた」などの理由は考えられるが、断言はできない。ただ、「今日はそのおもちゃで遊ばない」という気持ちの表れのように感じられた。

※困り場面の様子から・・・

困り場面① 遊びの中断時の様子「おもちゃの音が鳴らない!!」

遊び中断時の動き	☆考えられること
おもちゃを触っても音が鳴らない。 →おもちゃを叩くスピードが速くなる。 →それでも鳴らず、<u>あれ?と動きを止め、おもちゃを見つめる(※1)。</u> →おもちゃの端を持ってバンバンと床に当てる →それでも鳴らず、もう1度触ってみる。 or おもちゃを枕にして淵の部分をついたり、持ち上げて落としたりしてみる。 →おもちゃから手を離して反対側を向く、目を閉じるなど(※2) ※1学期に行ったおもちゃ遊び(全8回)で共通して見られた。	・困った状況(音が鳴らない)になった時に、どうしたらよいのかわからない。 ・誰かが手伝ってくれるということがわからない。 ・自分で何とかしようとした後、最後は諦めている?



困り場面② 遊びの学習の開始・終了時の様子「遊びたいのに!!」

おもちゃ遊びの開始・終了時の動き	☆考えられること
<開始時> 教師がおもちゃを持ってくる。 →<u>教師が近づくと、じっと様子を目で追い、おもちゃを置くと手を伸ばす(※3)</u>	・おもちゃを持ってくる教師に気付いた? 教師が動かないと、遊びを始めることができない。
<終了時> 教師がゆっくりとおもちゃを取ろうとする。 <u>(教師からすると「終わりだよ」と伝えている。)</u> →数秒動きを止めてじっとしている。 →おもちゃが少しずつ離れていくと、手で力強く握り、自分の方へ引き寄せようとする(※4)。 →<u>取られると、頭を打ち付けて怒る(※5)。</u> ※1学期に行ったおもちゃ遊び(全8回)で共通して見られた。	・教師がおもちゃをゆっくりと離していく動き ⇒Yさんからすると・・・「遊びを終わってもいい?」と聞かれていた。 ・Yさんがおもちゃを引き寄せる動き⇒「終わってもいい?」に対して「いやだ!」と拒否している。



<B おもちゃ遊びのビデオ記録から考えられること>

- ・遊びたい気持ちはある(※1)のに、「遊ぶためにどうしたらよいのか」、「困った時にどうしたらよいのか」、「誰かが手伝ってくれる」ということがわからない(※2)のではないかな?
- ・場面によっては、担任が、おもちゃを持ってくる「手伝ってくれる人」であることに気付きつつある(※3)ものの・・・遊びの終わりに、「終わりがたくない!」と言っている(※4)にもかかわらず、おもちゃを取り上げてしまう「邪魔をする人」にもなっている・・・(※5)

☆教師の動きに対して、「手伝ってくれる!」などの、よい見通しをもち、「手伝って!」を伝えることができるようにするために、遊びの開始時・中断時・終了時の関わり方ややりとり、遊びの環境設定に工夫が必要!
⇒引き続きビデオ記録を振り返りながら、環境設定や遊びの流れを検討していく!



実践②-2 土台の上で学習を積み上げる ～「先生、手伝って」を伝えよう!～

○活動の具体的内容

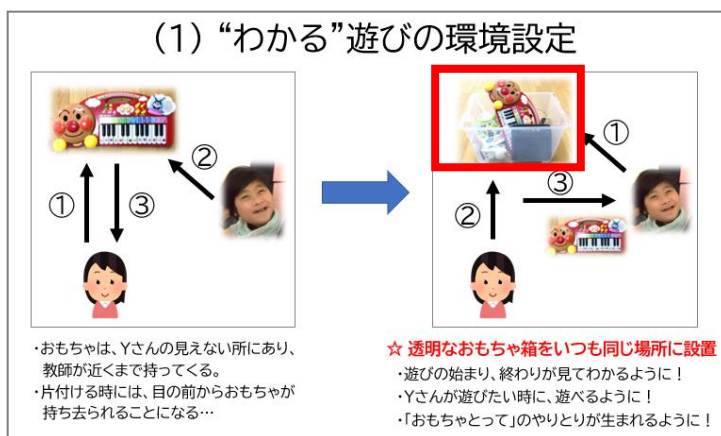
実践②-1の記録から、遊びに関わる大人が困った時に手伝ってくれる存在であると気づき、「手伝って!」を伝えるなど人や物への主体的な働きかけを引き出していくために、遊びの中で次の二つの工夫を行った。

(1) “わかる”遊びの環境設定

これまでは、Yさんから見えない所にあるおもちゃ箱から、教師が選んだおもちゃを持ってくる。片付ける時も同様に、教師がおもちゃを持ち去ってYさんからは見えない所に片付けるという流れであったため、特に片付けの際、「遊んでいたのに取らないでー!」とYさんを怒らせてしまい、いつまでも教師は「邪魔する人」だった。

そこで、遊びの始まりや終わりが見て分かるようにするために、教室のYさんスペースに、透明の専用おもちゃ箱を設置し、教師がおもちゃを出すところ、片付けるところを見せるようにした。

おもちゃ箱が近くにあることで、Yさんが遊びたい時にいつでも遊べること、おもちゃ箱の中からおもちゃを取ってくれる、遊びを手伝ってくれる教師へ気付くことも期待した。



(2) ちょっとの困り場面と「先生、手伝って」のやりとり

☆ちょっとの困り場面を作るために…

「手伝ってくれる人」になるために、教師がおもちゃ遊びに介入するのは、いつも「手伝ってくれる」場面であることを徹底したい、つまり、遊びが中断するYさんにとって嫌な場面は、教師の手を使わずに作りたいと考えた。

そこで、「ちょっと困った場面」を作る役割はテクノロジーにお任せし、おもちゃにラッチ&タイマーを繋げたり、iPadのアクセスガイド(時間制限)を使ったりして、勝手に遊びが中断する仕組みをつくった。



・キーボードにラッチ&タイマーを接続
一定時間で電源が切れるように設定



・iPad miniの「アクセスガイド」
⇒「時間制限」機能
一定時間で画面が暗くなり操作できなくなるように設定



☆「先生、手伝って」のやりとりをするために・・・

困った時のやりとりについては、「手伝ってくれる人」への気付きを促すため、主に三つの場面で繰り返し行うことにした。

①遊びの始めのやりとり

Yさんが自分でおもちゃ箱に近付き、おもちゃ箱に手を伸ばす ⇒ 「取って!」

②遊びの中断による困り場面でのやりとり

遊んでいる最中に、おもちゃの電源が切れて音が鳴らなくなった ⇒ 「手伝って!」

③遊びの終わりのやりとり

教師がYさんからおもちゃをゆっくりと離し、「終わってもいい?」と尋ねる ⇒ 「もう1回したい!」

やりとりの流れについては、どの場面も共通で、次のように行った。

Yさんが困る ⇒ 教師が近付き「どうしたの?」と手を出す ⇒ Yさんがトントンと教師の手を叩く ⇒ 手伝ってもらう

※関わり遊びで見られた動きを使ってやりとりを行う!

○対象生徒の事後の変化

(1) 困った時に、「先生、手伝って」を伝えられるようになりつつある。

遊びが中断され、困った時の様子について、ビデオから記録用紙に書き出した「Yさんの様子（活動のシナリオと生徒の意識）」、「教師の気付き」について、比較した。

少しずつではあるが、教師に対する意識が変わり、手をトントンとすることの意味にも気付いてきているように感じる。

<記録用紙から(抜粋)> ※赤字は教師の気付き

・5月22日 右手で鍵盤を叩くが、音が鳴らない。動きを止めてキーボードを見つめた後、しばらくしてからキーボードの端を持ち上げて落とす。教師が近付いて声をかけ、おもちゃに触れようとするが、変わらずキーボードを落とし続ける。(教師に気付いていない?)

・7月 8日 鍵盤を押すが音が鳴らず、動きを止めてじっと見ている。教師が近付くと、チラッと視線を向けるが、すぐにキーボードに視線を戻す。「鳴らないの?」と教師がおもちゃに触れると、教師の手を目で追った。(→Yさん「先生、おもちゃを付けてくれるの?片付けるの?」=「先生何するの?」)

— 2学期から「手伝って」のやりとりをスタート —

・10月10日 iPadの画面が暗くなり、動きを止めた後、強く叩き続ける。教師が近付くとチラッと視線を向けるが、教師の「どうしたの?」の手には気付かない。(教師が出した手の意味がわからない?)
Yさんの手を持ち、一緒にトントンとしてから、手伝った。

・12月 9日 キーボードの電源が切れると、叩くスピードを変えながら触り続ける。教師が近づくと、一瞬視線を向けるが、またすぐにキーボードを触り始める。おもちゃから少し離れた位置に「どうしたの?」と手を出すと、すぐに視線を向けて、トントンと叩く。(トントンの意味に気付き始めている。)



6月	7月	10月	12月
教師が近づき、おもちゃに手を伸ばしても、構わずに触り続ける。	教師がおもちゃに触れると、動きを止めて、じっと教師の指を見る。	教師が手を差し出した時に、トントンと叩き「手伝って」を伝える。	教師の方に視線を移して、すぐにトントンと手を叩き「手伝って」を伝える。
			
おもちゃが鳴らない！ どうしたらいいの？	先生、何するの？	トントンすると何か いいことあるの？	先生、手伝って！
【おもちゃとの関わりのみ ⇒困ったら諦める…】	【人の動きに気付く】	【トントンの意味に気付く】	【自発的に伝える】

(2)「手伝って」のやりとり後、おもちゃを操作する教師をじっと見るようになった。



実践を始めた6月頃は、教師がおもちゃへ手を伸ばすと、「やめて！邪魔しないで！」と言うように、とても強い力でおもちゃを握りしめ、自分の方へ引き寄せていた。おもちゃが手元から離れてしまうと、床に頭を打ち付けて怒ることもあった。

12月、教師がおもちゃに手を伸ばすと、じっと動きを止めて注意を向けるものの、怒ることはなくなった。おもちゃが手元から離れた後も、教師が電源を付けようと操作する様子をじっと見るようになった。【**手伝ってくれる教師への気づき**】

(3) 自分で遊びを始められるようになった。



透明おもちゃ箱設置前(1学期)、遊びのスタートは教師主導で、Yさんは与えられた時に、与えられた物で遊ぶしかなかった。時には、教師が持ってきたおもちゃに気付いていても向かってこないこともあり、「今はいらない！」と言われているようだった。

透明おもちゃ箱設置後(2学期以降)は、自分が遊びたいタイミングで、おもちゃ箱に近付いていき、遊びを始めることができるようになった。休み時間にも、自分でおもちゃ箱に近付いたり手を伸ばしたりする姿が見られるようになった。【**遊びの始め方がわかる**】

(4) 遊びの終了が分かり、受け入れることができるようになった。



透明おもちゃ箱設置前(1学期)、教師がおもちゃを片付けると、床に頭を打ち付け、声を出して怒っていた。Yさんから見えない場所に、おもちゃを持ち去るため、「もう触れなくなる!」という捉え方だったように思われる。



透明おもちゃ箱設置後(2学期以降)は、教師の動きをじっと目で追い、おもちゃ箱に入れている様子を確認した。その後も、おもちゃ箱の方を見つめ、怒ることはなくなった。見えるところ、手の届くところにあることで、「また遊ぶ」ことがわかったのではないかと思います。**[遊びの終わりがわかる]**

《実践②のまとめ》

ビデオによる行動観察から、Yさんが周囲の環境をどう捉えているかを知ることで、遊びの環境にわかりづらさがあったこと(※P.10 困り場面①)や、教師とのコミュニケーションにずれがあること(※P.10 困り場面②)に気付くことができた。

そこで、「Yさんの言語に寄り添い、遊びの環境や人の動きの意味が、“見てわかる”場の設定・関わり方にすること」を大切に、指導の手だてを工夫し、実践を進めてきた。具体的には、以下のとおりである。

・Yさんにとって、遊びの始まりや終わり、人の動きの意味がわかりやすい環境を整える。

(※P.12(1) 透明おもちゃ箱の設置)

・教師の動きも大切な環境の一つであると捉え、「手伝う」というポジティブな関わりに徹するために、Yさんに感じてほしくない人の動きはテクノロジーにお任せする。(※P.12(2) ちょっとの困り場面)

・Yさんのもっている動きでやりとりを成立させ、繰り返すことで、人の動きについて、「手伝ってもらえる!」という、よい見通しをもたせる。(※P.13(2) 「先生手伝って」のやりとり)

実践②を通して、周囲の環境や人の動きに気付き、その意味がわかるように、環境を整えていくことは、本人の「やってみよう!」という気持ちや自発的な行動を引き出すことにつながると、実感することができた。

楽しい遊びの場面で、Yさんが周囲の環境(人や物)に『気付き』、その意味(「教師は手伝ってくれる人なんだ!」、「おもちゃはいつもここにあるんだ!」等)が『わかる』ことで、おもちゃで遊ぶために、「先生にトントン(お願い)してみよう!」、「おもちゃ箱に近付いてみよう!」という、自発的な働きかけを引き出すことができたのではないかと思います。その結果、Yさんの「〇〇したい!!」という気持ちが、より伝わるようになってきたと感じている。

(※下線部:報告者の主観的気付き)

○エビデンス(具体的数値など)

毎回撮影したビデオから記録用紙に書き出した「Yさんの様子」や「教師の気付き」から、変化を見ていった。

Yさんの行動や視線の動きの変化からだけでなく、教師の関わり方の変化からも、Yさんの変容(環境への気付きや教師への意識の変化)を見ることができた。
(13ページ~15ページ「○対象生徒の事後の変化」を参照。)

実際の記録

②空間のレイアウト	③活動の文脈	④生徒の意識
	①活動の文脈(コトワザ)の整理 ②活動の文脈(コトワザ)の整理 ③活動の文脈(コトワザ)の整理	①生徒の意識 ②生徒の意識 ③生徒の意識

○その他エピソード(画像などを含めて)

・(家庭で)

少し遠くに置いた飲み物に気付き、手を伸ばすことがある。そんな時、お母さんの「どうしたの？」の手に気付き、「お水取って!」(お母さんの手をトントン)の関わりができています。＜母より＞

・(学校で)

休み時間に、おもちゃを使って一人遊びをしている Y さんの横へ行き、顔を近付けて声をかけたり、一緒に遊んだりすると、笑顔になったり、教師の体に触れてトントンとしたりして、おもちゃから教師へ意識を向け、一緒に遊ぶことができた。これまで、「私ーおもちゃ」の世界が一番だった Y さんが、何かを期待し、こちらに意識を向けてくれたことが嬉しかった。



○今後の見通し

①「手伝って!」の意図をより明確にしていく。

教師が「どうしたの?」の手を出さずに少し待ってみたり、少し離れた位置から様子を見たりするなど、Y さんの「手伝って!」の意図がもっと明確になるような関わりを積み重ねていく。

②困った時に、周りの人に視線を向けたり、人を呼んだりできるようになる。

①の関わりの中で、離れた位置にいる教師に視線を向けるなど、何らかの働きかけができるようにする。また、透明おもちゃ箱のそばに VOCA(「せんせー!」)を設置し、人を呼ぶことができるようにする。

③おもちゃ箱の中から、今遊びたいおもちゃを伝えることができるようになる。

現在、透明おもちゃ箱の中には、好きなおもちゃが複数入っていて、Y さんがおもちゃ箱に近付いた時、どれで遊びたいのかを聞く必要が出てきた。そこで、新たなやりとりの場面として、おもちゃを一つずつ出して見せ、手を伸ばすのを待ったり、視線の動きを観察したりしながら、どんな聞き方なら、今遊びたいおもちゃを知ることができるかを検討していきたい。

④「手伝って!」が伝わる人を増やす。

遊びの学習ややりとりの中で気付きできるようになったことや、大人の関わり方等について、家庭や教師間で共通理解し、Y さんが「正しく経験できる場」を少しずつ増やしていきたい。