

長崎県立長崎特別支援学校

# 自立活動

## 実態把握チェックリスト

(平成31年4月1日 改定)

氏名			
	部	年生～	年生まで

## ◇目次◇

◇健康の保持 -----	1
＜覚醒と睡眠＞＜体温の調節＞＜脈拍＞＜呼吸・排痰＞＜食事＞＜排泄＞＜清潔・衛生＞ ＜周囲の状況や危険への対応＞＜障害の特性の理解＞＜環境の調整＞＜病気の予防・健康状態の把握＞	
◇心理的な安定 -----	5
＜情緒＞＜気持ちの安定＞＜状況の理解＞＜状況の変化への対応＞＜改善・克服への取り組み＞	
◇人間関係の形成 -----	7
＜自己意識＞＜注意の共有（人や物との関係）＞＜集団活動への参加＞	
◇環境の把握 -----	10
＜視覚＞＜聴覚＞＜触覚＞＜触知覚＞＜前庭感覚＞＜固有感覚＞＜知覚＞＜認知＞＜ボディイメージ＞ ＜運動企画＞＜目と手の協応動作＞＜両側統合＞＜ラテラルリティ＞＜探索＞	
◇身体の動き -----	16
＜筋緊張＞＜反射（原始姿勢反射）＞＜頭部と体幹の保持＞＜寝返り・四つ這い位＞＜座位＞ ＜膝立ち位＞＜立位＞＜歩行＞＜階段昇降＞＜握る・つまむ＞＜上肢の操作＞ ＜日常生活動作（食事動作・更衣動作）＞	
◇コミュニケーション -----	22
＜表出（発声・発語）＞＜表現（会話）＞＜表現（構音器官）＞＜言語理解（語彙）＞＜模倣＞＜伝達＞	

## ◇健康の保持

		年		年		年	
No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
<覚醒と睡眠>							
1	学校生活の中であまり寝ることはない						
2	はっきりと目覚めた状態でいつも学習できる						
3	覚醒と睡眠のリズムが安定しており、十分な睡眠がとれている						
(備考) 原因：昼夜逆転・低体温・抗けいれん剤の服用・疲労・夜間の睡眠障害・その他							
<体温の調節>							
No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
1	外気温に左右されても保温やクーリングをすると体温が平常値に戻る						
2	保温をすると四肢末端部に冷感が見られない						
3	外気温によって体温が左右されない						
4	血行がよい						
(備考) 血行の状態：顔色・爪の色							
<脈拍>							
No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
1	はっきりと脈がとれる						
2	脈拍が安定している						
3	姿勢変換や運動後、脈拍数の変化があるがしばらくすると平常値に戻る						
(備考) 脈拍の強さ・リズム・速さ： はっきりと脈拍がとれる場所：							
<呼吸・排痰>							
No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
1	喘鳴がない						
2	努力して呼吸をしていない						
3	姿勢が安定していれば呼吸の乱れは見られない						
4	一定のリズムで呼吸ができ、呼吸援助が必要ない						
5	姿勢の変化があっても気道は確保されている						
6	痰のからみが日常的には見られない						
7	痰や分泌物が多くても、援助などによって痰を出すことができる						
8	痰や分泌物を自力で出したり、飲み込んだりすることができる						
(備考) 状態：陥没呼吸・チアノーゼ 原因：咽頭狭窄・下顎後退・舌根沈下 (備考) 排痰方法：水分摂取・去痰剤の服用・吸入・吸引							
<食事>							
No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
1	過敏がない						
2	経口摂取が可能である						
3	スプーンや食べ物を口に運ぶと口を開けようとする（食への興味）						
4	適度な大きさに口を開けることができる						
5	むせずにペースト状の食べ物を飲み込むことができる						

6	上唇を下してスプーンから食べ物を取り込むことができる						
7	口唇を閉じたままペースト状の食べ物を舌で送り込み、飲み込むことができる						
8	柔らかい食べ物（プリン・絹ごし豆腐※中期食）を舌と上顎で押しつぶすことができる						
9	中期食の取り込みから嚥下まで口を閉じたまま処理できる						
10	普通食の食べ物を繰り返し歯列の上に乗せ、すりつぶすことができる						
11	唾液と混ぜ合わせ、食塊を形成できる						
12	普通食をむせずに安全に飲み込むことができる						
13	水分にとろみをつけて飲むことができる						
14	水分をそのままスプーンやコップから一口飲みができる						
15	水分をコップから連続飲みができる						
16	水分をストローで飲むことができる						

（備考）過敏の場所：手・肩・首・頬・口周辺・口唇・口腔内  
原因：未経験・過敏・鼻呼吸未獲得・嚥下障害・口蓋裂などの形成上の要因  
口の開け方：過開口・口が開かない・その他（ ）  
食形態：初期：経管栄養と併用、ドロドロ～ペースト状  
中期：舌で押しつぶせる程度の柔らかさ、プリン・豆腐など  
後期：歯茎でつぶせる程度の柔らかさ、煮魚・マッシュポテトなど  
完了期：普通食

<排泄>

No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
1	オムツ又は全介助である						
2	排泄したとき表情や態度が変わる						
3	水分摂取・発汗量などにより、排尿の量や間隔が大きく変化することはない						
4	定時排泄ができる						
5	尿（便）意を何らかの手段で伝えることができる						
6	日常使用している便所であれば、援助を受けて排泄できる						
7	日常使用している便所であれば、指示を受けて自分で排泄できる						
8	日常使用している便所であれば、一人で排泄できる						

（備考）便秘時の対応：緩下剤の服用・浣腸  
補助具の使用：寝便座・座位保持型便座・手すり  
排泄時の一連の動作を処理する能力も含む

<清潔・衛生>

No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題
手洗い	1 水を流してもらおうと水に手を出すことができる						
	2 水をだしてもらおうと手をこすり合わせて洗うことができる						
	3 自分で手洗いと蛇口の開閉ができる						
	4 自分で手洗いした後、タオルで拭くことができる						
	5 必要に応じた手洗いができる						
歯磨き	6 援助を受けて歯を磨いてもらおうとき口を開ける						
	7 手を添える援助で歯を磨くことができる						
	8 雑ではあるが自分で歯を磨くことができる（要仕上げ）						

うがい	9	うがいの水を吐き出せずに飲み込んでしまうことはない							
	10	うがいの水を流し出すことができる							
	11	必要に応じて自分でうがいができる							
鼻汁の 始末	12	鼻汁に気づいている							
	13	鼻汁が出ていると手や腕でぬぐう							
	14	ティッシュをもらおうと鼻汁を拭くことができる							
	15	ティッシュをあててもらおうと鼻をかむ							
	16	指示されるとティッシュをあてて鼻をかむ							
	17	必要に応じて鼻をかむ							
涎の 始末	18	涎に気づいている							
	19	涎が出ていると手や腕でぬぐう							
	20	指示されるとタオルやハンカチで涎を拭く							
	21	必要に応じてタオルやハンカチで涎を拭く							
(備考)									
<周囲の状況や危険への対応>									
	No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題	
	1	食べ物とそうでない物の区別ができる							
	2	安全な物と危険な物の区別ができる							
	3	自分で温度・湿度・明るさを調節できる							
	4	床や足元の色や形状の違いに気づくことができる							
	5	段差や溝などの高低差に気づくことができる							
	6	人や車など危険な場面や状況に対して回避することができる							
(備考)									
<障害の特性の理解>									
	No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題	
	1	学習や生活において、困難なことに気づく							
	2	自分の障害の特性と、学習や生活における困難なこととの関連について理解している。							
(備考)									
<環境の調整>									
	No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題	
	1	学校生活をしやすくするために、自分で環境を整えることができる							
	2	学校生活をしやすくするために、他者に依頼して環境を整えることができる							
(備考)									
<病気の予防・健康状態の把握>									
	No	チェック項目 / 備考	Y/N	課題	Y/N	課題	Y/N	課題	
	1	好き嫌いをせず、バランスよく食べることができる							
	2	積極的に運動することができる							
	3	自分で薬の服用ができる							

	4	自分の健康状態を把握している						
	5	自分の障害の状態を把握している						
<p>(備考) 健康や身体各部位の状態：①てんかん発作・喘息・アレルギー体質・心疾患・泌尿器系疾患・BMI・その他  ②側わん・股関節脱臼・骨折・褥瘡・その他</p>								
<p>(日常生活からの気づき)</p>								