

# 自立活動だより

R8.7

長崎特別支援学校 自立活動部

日毎に気温が高まり、暑さが厳しい季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。今年度も「自立活動だより」として、さまざまな情報を掲載したいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。今回は4月から7月に実施した校内研修について御紹介します。

## 自立活動学習会『肢体不自由のある子どもへの援助』（4月6日）

グループ内で援助者役と子ども役に分かれて実際に移乗をしたり、人形を抱えたりするなどの体験を通して身体への触れ方や支え方などを学びました。また、「脚の曲げ伸ばし」や「体幹のひねり」など具体的な身体の動かし方についても注意事項を確認しながら実践しました。



### 意識しておきたいポイント

『子どもの身体的特徴に合わせた抱え方を！』

#### 床からの移乗について（一人ver.）

股関節や頸部に大きな問題がない場合…



・床に膝をつき、上体を起こす。  
・首の後ろから背中へ手をまわし上体を支える。



・手を身体の前でクロスさせ、膝裏から手を伸ばして身体に密着させる。



・膝の力で抱え上げる。



※手や膝の力で抱えようとすると負担増！

#### 床からの移乗について（一人ver.）

股関節の脱臼の危険性がある、頸部が安定しない場合…



・床に膝をつき、上体を起こす。  
・首の後ろから背中へ手をまわし上体を支える。  
※首が反らないように。  
※足が片側に倒れやすい子どもは膝裏にボールなどを差し込むとよい



・手を身体の前でクロスさせ、膝裏から手を伸ばして身体に密着させる。



・脚の力で抱え上げる。



※手前に引き込み過ぎないように注意する。

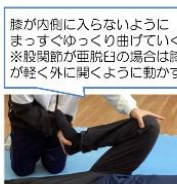
『適切な方法と適度な力加減で働き掛けましょう』

#### 脚の曲げ伸ばし

ねらい：股関節や膝関節の可動域の確保



仰臥位などの安定した姿勢で踵と膝を支える。



膝が内側に入らないようにまっすぐゆっくり曲げていく。  
※股関節が脱臼の場合は膝が軽く外に開くように動かす



※子どもの表情や腱の状態を触れて確認し無理に動かさない。



膝を下方に軽く押しつつ踵を引くように誘導しながらゆっくり伸ばす

#### 体幹のひねり

ねらい：体幹部の可動域確保、側わんの進行防止、など



側臥位の姿勢で腰に教員の足を当てる。もしくは骨盤を挟むようにする。



骨盤が後方に倒れないように教員の足で支えながら、胸に手を当て外に開くように軽く押す



力任せに押さない

肩関節に触れないようにする。  
※脱臼させる危険性UP！

# 摂食指導研修会

(4月13日)



口腔機能の発達順序とその発達に応じた食形態を踏まえて、安全に、かつ機能を高める援助についてポイントを確認しました。実技演習は、2班に分かれて実施しました。1班は、食事時の適切な姿勢やその援助、口腔ケアについて、2班は、食材や温度ごとにとろみがつくまでの時間や硬さの違い、とろみ調整食品とゲル化剤の違いについてなど、それぞれ体験を通して学ぶことができました。



## 意識しておきたいポイント



『子どもの摂食機能に合わせた食形態で食事を楽しく、安全に！』

1

### 摂食・嚥下機能について

捕食・嚥下機能獲得期の特徴



子どもの口腔機能

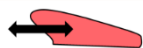
反射の消失



唇が閉じている



舌の前後運動の獲得



適した食形態

ドロドロ食  
(取り込んですぐに嚥下)



水分補給

舌が前後に動いたり、コップのふちを  
噛んだりして時間がかかる

2

### 摂食・嚥下機能について

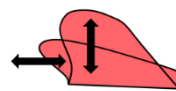
押しつぶし獲得期の特徴



子どもの口腔機能

舌の前後運動の確立

舌の上下運動の獲得

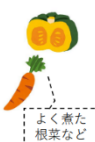


この時期にサラサラ・ボロボロ  
ベラベラ・パサパサな食べ物は  
誤嚥窒息を招く危険が...

適した食形態

舌と上あごで押しつ  
ぶせる硬さの食べ物

ほどよい粘稠度  
(とろみ)



よく煮た  
根菜など

水分補給

スプーンの吸り飲みや  
コップからちょうどよい量るとき  
にゆっくり飲めるようになる

3

### 摂食・嚥下機能について

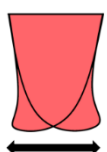
すりつぶし機能獲得・自食準備期の特徴



子どもの口腔機能

舌の前後・上下運動の確立

舌の左右運動の獲得



適した食形態

歯ぐきでつぶせる硬さ

適度な弾性のない食べ物  
吸湿性の低い食べ物



水分補給

口をすぼめて飲めるようになる

4

### 摂食・嚥下機能について

手づかみ食べ・食具食べ機能獲得期の特徴



子どもの口腔機能

舌が自由自在に動く

頬で食べ物を支える

一口量の試行錯誤をし始める



適した食形態

歯ぐきでつぶせる硬さ  
(多様な食感)

水分補給

連続飲みができるようになる





## 自立活動学習会『呼吸介助と排痰の援助』（5月25日）



医療的ケア看護職員の指導を受けながら、呼吸介助と排痰を促す援助（スクイーピング）について、実技演習を通して学びました。ペアでの実技では、呼吸のリズムや胸郭の動きを手のひらで感じながら力の方向や加減を学びました。後半は、グループごとに事例を見て子どもの身体的特徴と痰の位置に合わせた具体的な支援の方法について検討し、実践的な力を高めました。



### 意識しておきたいポイント



『子どものリズムに合わせた介助で呼吸を楽に、痰の位置に合わせた体位ドレナージとスクイーピングでより少ない負担での排痰を！』

### 呼吸介助の方法

|         |                                                                                     |                                                                                                                                                 |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 仰臥位パターン |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>鎖骨下に手のひら全体で触れる</li> <li>呼吸に合わせて斜め下方向に軽く圧迫する。</li> <li>吸気のタイミングで一気に開放する。</li> <li>※手のひらは離さない。</li> </ul>  |
| 側臥位パターン |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>脇下に両手を添える。</li> <li>呼吸に合わせて斜め下方向に軽く圧迫する。</li> <li>吸気のタイミングで一気に開放する。</li> <li>※手のひらは離さない。</li> </ul>      |
| 伏臥位パターン |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>肩甲骨下部に手のひら全体で触れる。</li> <li>呼吸に合わせて下方向に軽く圧迫する。</li> <li>吸気のタイミングで一気に開放する。</li> <li>※手のひらは離さない。</li> </ul> |

### 呼吸介助と排痰の支援（スクイーピング）の違いって??

呼吸介助



自発呼吸のお手伝い

スクイーピング



排痰のお手伝い

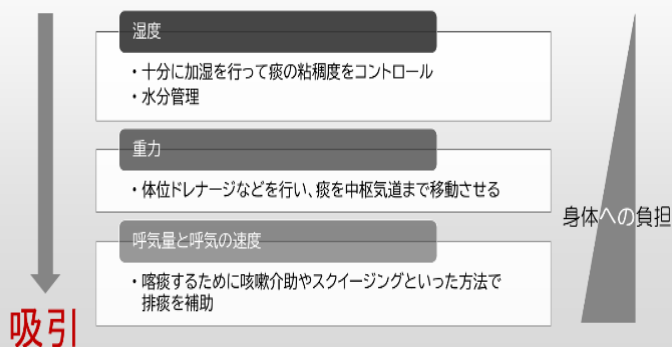
**痰のある部位へのアプローチ  
体位ドレナージと併用**

※胸郭を圧迫するということは、同じだが【狙い】が違う！



### 排痰の基本原則（排痰の3要素）

#### 排痰の3原則からのアプローチ



### 吸引までの流れと肺痰を促す手技

#### <体位ドレナージ>

- 痰が溜まっている部位を上にしたたり、高くしたりすることで重力を利用して痰の排出を促す方法。
- 口内、咽頭に溜まっている唾液などの分泌物も排出できる。
- 耳を近づけて音を聞いたり、胸郭に触れて振動を感じ取ったりして、痰が溜まっているところを把握すること。
- リラックスして姿勢をとれるようにクッション等を用いる。

※右の肺に痰がある場合…

