

療育における感覚運動遊び ～地域で働く作業療法士の役割を考える～

下関市こども発達センター どーなつ 作業療法士 櫻井理恵

1. はじめに

下関市こども発達センターは、平成7年に開設された。療育機関が少なかった当時、小児科医や保護者が「地域で訓練や療育を受けられるようなセンターを作りたい」という想いの中、設立されたと当時の保護者から伺っている。開設当初は、「精神薄弱児通園施設 はたぶ園」「デイケア施設 デイケアハウスはたぶ」の事業を実施していたが、現在は、「児童発達支援センター はたぶ園」、「児童発達支援事業 どーなつ」他、6つの事業を実施している。

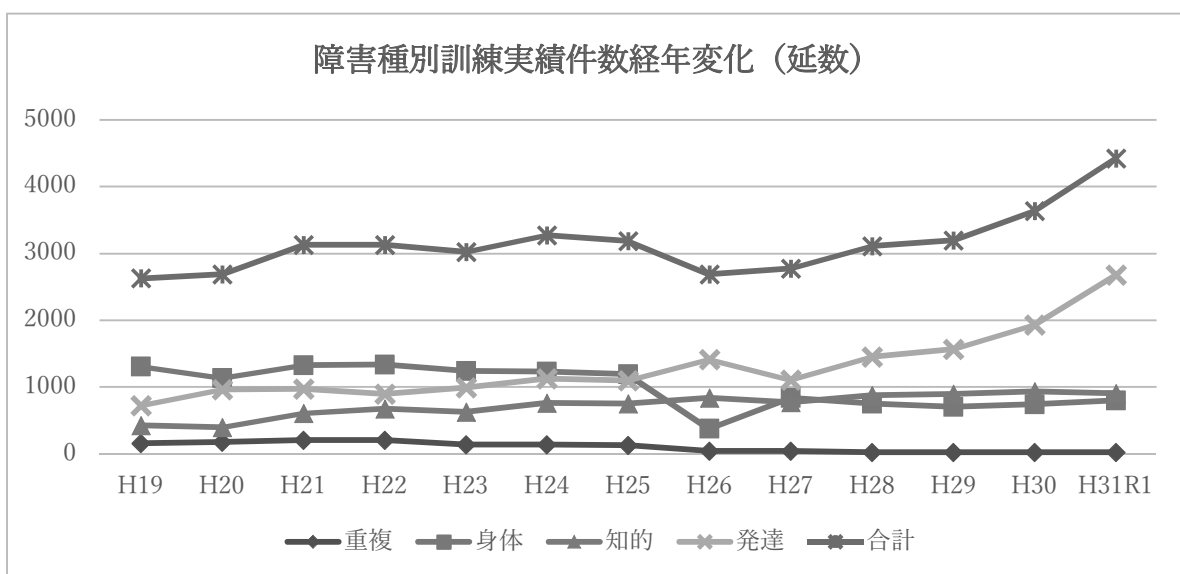
「はたぶ園」と「どーなつ」は、療育の一環として、親子参加の「感覚運動遊び」を17年前より実施している。当時は、肢体不自由児がクラス全体の半分を占めていた頃から、少しずつ発達障害児の割合が増えてきた時期であった。また、作業療法も脳性麻痺児からADHDや自閉症スペクトラム障害などの発達障害児のリハビリが増えてついった。

感覚運動遊びは、当時、保育士が行っており、遊びの視点が中心の療育であった。その中で保育士から、「作業療法士として、別の視点から療育に入って欲しい」という声があり、身体機能や感覚面からのアプローチという視点で、連携を深め、現在に至っている。

17年間継続してきた感覚運動遊びについて、積み重ねてきた知見等から試行錯誤を繰り返して、たどりついた現在の取り組みを紹介し、地域で働く作業療法士の役割、今後の取り組みの方向性を考察したい。

2. 当センターにおける作業療法を必要とする子ども達

利用児の障害種別の近年の推移は以下の通りで、発達障害児の増加が顕著である。



(図1)

当センターの作業療法が必要と思われる子どもたちは、日常生活において多くの困難さを認めることが多い。発達の遅れのある子どもの保護者から、下記のような相談を受けることがある。

- 身体・精神機能：転びやすい、すぐにごろごろしてしまう、手先や体の使い方が不器用、揺れが怖くてブランコに乗れない、物の扱いが雑で物を壊す
- 日常生活活動(食事・更衣・トイレなど)：スプーンや箸をうまく使えない、洗髪・爪切り・耳掃除が苦手、散髪が苦手、偏食がある、制服を(自分で)着られない、帽子を被れない
- 遊び・学習面：黒板の板書が苦手、笛の音が苦手、縄跳びが苦手、ボール遊びが苦手、コンパスや定規をうまく使えない、ダンスが苦手、粘土や砂に触れるのが苦手
- 社会性・コミュニケーション：友達と仲良く遊べない、集中して指示を聞けない

当センターの作業療法および感覚運動遊びでは、感覚統合理論を応用して実施している。

感覚統合理論は、アメリカの作業療法士エアーズ博士が、人間の発達や行動を脳における感覚情報の統合という視点からとらえたもので、元々は学習障害児の治療法であったが、今は自閉症スペクトラム障害、ADHD、肢体不自由児など、幅広く行われている。子どもの発達、行動、学習を支援する上で大切な視点を与えられていると言われており、「脳」が発達する大前提として、「楽しい活動」「ちょうど良いチャレンジとなる活動」に取り組み、「成功したときの達成感」を得られることが重要だと考えられている。

3. 感覚運動遊びの意義

前項で紹介した「楽しい活動」「ちょうど良いチャレンジとなる活動」を通して、「成功した時の達成感」を得ることにより、「脳」が発達することでバランスの取れた発達につながる手段として、感覚統合理論をベースとした感覚運動遊びを日々の療育に取り入れている。

感覚統合には、3つの大切な原則「感覚は脳の栄養素である」「感覚入力には交通整理が必要」「感覚統合は積木を積み重ねるように発達する」がある。子どもたちが豊かな感覚運動遊びを主体的に楽しく経験することにより、感覚の積木の土台をより強固に積み上げていき、自己の理解へとつなげ、日常生活がより豊かなものになるよう、支援している。

4. 感覚運動遊びの構成上の留意点

毎年、作業療法士が感覚運動遊びの開始前(5~6月)に、参加される保護者を対象にクラス別に研修を行なっている。エアーズ博士が重要と考える3つの感覚「前庭覚」「固有覚」「触覚」を保護者に実際に体験して頂き、この感覚が日常のどのような場面とつながっているのか、感覚を育てていくことの大切さを理解して頂いている。

この感覚運動遊びに親子で参加して頂くことの狙いは、日頃の様子をよく知っている保護者と発達を考えながら楽しい遊びや療育を提供できる保育士、感覚・運動・遊びの分析を得意とする理学療法士や作業療法士が強力なタッグを組んで、様々な視点から子どもの多面的な成長を保護者に伝えることで、保護者が実感を持って子どものことを理解して頂くことである。

このように研修を踏まえた上で、感覚運動遊びを親子で体験して頂き、子ども達の困り感をより実感して頂けるようにしている。

以下に、3つの感覚の紹介と実技解説を記したい。

- 前庭覚：自分の身体の傾きやスピード、回転を感じる感覚で、受容器は耳の奥(内耳)にある耳石器と三半規管にある。5つの重要な働き「覚醒を調整する働き」「重力に対して姿勢を保つ働き」「バランスをとる働き」「眼球をサポートする働き」「身体の機能を把握する働き」がある。

実技では、「姿勢の崩れやすい子ども」を想定し、大きめのボールに座り、絵本を読んでもらっている(写真1)。体験した保護者は、「姿勢が安定しないと、集中出来ない」と言われていた。姿勢を無意識化レベルで自動調整出来ない子どもは、日常の中で大変な労力を使うことになる。また、ポニーズイングに乗りながら、フープをコーンへ入れる遊びの体験(写真2)の中で、この感覚が育つと身体の正中軸が確立され、利き手が育つことや空間関係(上下、前後、左右)の把握、眼球運動(追視・注視点移行・輻輳・開散)との密接な関係を持つことについて伝えることが出来た。



(写真1)



(写真2)

- 固有覚：身体の位置や動き、力の入れ具合を感じる感覚で筋肉や関節の中に受容器がある。7つの重要な働き「力を加減する働き」「運動をコントロールする働き」「重力に抗して姿勢を保つ働き(持続的に姿勢を保つ)」「バランスをとる働き(前庭覚は自分の身体の傾きを感じる感覚で、固有覚は転ばないように素早く筋肉を調整して姿勢を保つ)」「情緒を安定させる働き」「身体の地図を把握する働き(触覚と共に)」「身体の機能を把握する働き(前庭覚と共に)」がある。

実技では、目を閉じ、左右の手掌に500gと2kgの重りを乗せて、どちらが重たいか感じる体験を行い、力加減を調整する感覚の理解を深めた。また、トンネルや狭い幅を四つ這い姿勢(写真3)や身体を横向き(写真4)にして通ってもらった。これは、自分の身体の大きさや長さが自動調整の中で、環境に適応できる体験である。この感覚(触覚とともに)が育っていないと、机の下の物を拾うときに頭をぶついたり、狭い空間を通るときや人ごみの中を歩くときなど、空間に合わせて姿勢を変換することが困難であり、人や物にぶつかることがあることも合わせてお伝えした。



(写真3)



(写真4)

- 触覚：皮膚を通して、触ったり触れられたりすることを感じる感覚で、針で刺された時の痛み、お湯の温度、毛布の柔らかさなどを感じる感覚である。主に4つの働き「情緒を安定させる働き」「防衛する働き(やかんに触れた時など、危険を感じた時に防衛する働き)」「識別する働き(形や素材の違いを把握し、手先の器用さにつながる)」「身体の地図を把握する働き(身体の輪郭を感じるにより、自分の身体の大きさや長さを把握する)」がある。

実践では、形の違う積み木を袋に入れ、絵カードの形を視覚なしで取り出す体験をして頂いた。これは、日常の中でカバンから鍵を取り出す動作や暗い部屋でも電気スイッチを手探りでつける行動につながることをお伝えした。この感覚が十分に統合されていない子どもは、視覚が頼りになり、日常の中でボタンをすべて見ながら留めるなど、かなり労力をつか

う。また、ヨーグルトが同じパッケージでないといけないなど、見た目こだわりの子どもの行動の要因の一つだとも言われている。触覚は情緒を安定させる働きを通して、人との交流やコミュニケーションにつながると言われており、触覚を防衛する働きが強い子どもは、人と触れ合う経験が減り、手をつなぐ、抱きしめられることや手の器用さにつながる遊び(粘土・砂遊びなど)の経験が少なくなりやすいと言われている。

5. 感覚運動遊びを楽しく実践する(具体例の紹介)

(1) 子どもたちに豊かな感覚運動体験を!

全ての子ども達が感覚運動遊びに積極的に挑戦出来る訳ではない。怖くてためらう子もいる中で、やりたい気持ちを引き出すことが大切である。例えば、「人が近づいて来るとその人を押してしまう子」「手先の活動に楽しく取り組めない」など、触覚の防衛反応がみられる子どものアプローチの例を紹介したい。

同じ感覚でも、苦手な感覚と受け入れの良い感覚がある。楽しい活動を通して、好きな感覚を分析し、その感覚的欲求を十分に満たしながら、感覚の受け皿を広げていく。例えば、毛布の感触が好きな子どもに対してのアプローチとして、毛布遊びにはいろいろな楽しみ方があることを心地よい体験の中で知ってもらう。以下に、毛布遊びを紹介したい。



(写真5)

- 高めに設定したオーシャンスイングに毛布をかけると、2階建てのお家になるよ。少し揺れる(前庭覚)けど、2階の屋根(毛布)は、肌さわりが良くて気持ちがいい(触覚)。1階はちょっと暗い(視覚)けど落ち着くよ。穴から出たり入ったり(固有覚)楽しい!(写真5)



(写真6)

- 毛布でぐるぐる、手巻きの具みたい。ぐるぐる回転(前庭覚)も面白いし、毛布を通して自分の身体の輪郭が分かるよ(触覚)
- 毛布でシートブランコ。毛布(触覚)と揺れ(前庭覚)、そしてふわふわクッションにドスンと落としてもらう(固有覚)と楽しいよ。友達と一緒に毛布ブランコを体験するよ!友達と同じ空間、物、揺れなどの感覚を共有すると、本当に楽しいね(写真6)
- 毛布が斜面を滑るときのスライダーになるよ!(触覚と前庭覚)スピードを調整するとき姿勢を保持するために筋肉を調整するのは「固有覚」(写真7)



(写真7)

(2) 保護者参加の効果

感覚運動遊びは、5月～2月の月1回(活動は計8回)、行なっており、開始から終了までビデオを撮影している。終了後、保護者と参加職員(保育士、理学療法士、作業療法士)が30分程振り返りを行なっており、保護者からそれぞれ参加した感想を頂いている。参加職員からもコメントをしているが、その時に保護者自身が実感出来る工夫として、一人ひとりの子どもの良

かったところ、成長したところを丁寧に伝えている。また、その成長が日常生活とつながっていることも合わせて伝えている。

(3) 職員の振り返り

感覚運動遊びが終わった日の業務終了後、参加職員(保育士、理学療法士、作業療法士)で、ビデオを見ながら1時間ほど振り返りを行なっている。まず、子ども達の行動や視線の先をビデオで確認し、それぞれの専門の立場から評価、分析したことを全体で共有する。子ども達の中には、はしごを渡りたいが一人では怖いため、手を伸ばす行動はみられるもののそのまま別の所へ行く子どもや、挑戦までいかないものの繰り返しブランコに近づく子どももいる。そのような発信が十分ではない子どもに対して、次回は、子どもがチャレンジしたいと思ったタイミングで安心して遊具に取り組めるよう話し合いを行い、子ども達一人ひとりの目標や今の遊びを踏まえて次回の設定を決めている。

また一人ひとりの発達を踏まえた介助の仕方についても話し合っている。例えば、上下肢の支持性の低い子どものトランポリンの介助法や肩を痛めないよう、ぶら下がり時の注意点、スイングなどの姿勢保持の介助の仕方、触覚防衛反応のある子どもの身体の触れ方、聴覚過敏のある子どもの声のかけ方など、一人ひとりの子どもへの異なる関わり方に対し情報共有している。

感覚運動遊びは、子どもにとっては保護者と一緒に楽しく遊べる場であると同時に、保護者にとっても、子どもと関わって楽しかった、成長が感じられたという成功体験の場という双方向のつながりの場であってほしいと考えている。そうは言っても、保護者が子どものことを褒めているにも関わらず、子どもが気づいていないこともある。その場合は、次回に保護者が子どもの意識に届く様な褒め方(例えば、子どもの正面でしっかり褒めてもらうなど)が実践できるよう職員同士で知恵を出し合っている。

6. まとめ

(1) 自己評価(組織として、作業療法士として)

① 組織として

当センターには、保育士、理学療法士の他に言語聴覚士、臨床心理士など多職種がおり、それぞれの専門性の強みを活かしながら、子ども達の成長につながるよう連携をとっている。

作業療法士の強みは、子どもの困り感を運動面や摂食、感覚、行動面などから評価し、手の操作や体の細かい発達段階と照らし合わせながら分析し、一人ひとりに合った段階を助言出来ることではないかと考えている。

発達に遅れのある子ども達は、スモールステップの中で取り組み、成功体験を積み上げることが大切だと言われている。「なぜすぐに姿勢が崩れるのか」「なぜ箸をうまく使えないのか」など、保護者や幼稚園、保育園の先生方から相談を受けることがあるが、その時に子どもの身体・感覚的情報をもらい、発達や感覚統合理論をベースとして、理由の仮説を立てていき、その子に合うと思われる段階付けの中で助言させて頂いている。

作業療法士は、セッション終了後自己の振り返りをし、子どもとの関わりを通して自分の

行動や声のトーンや立ち振る舞いなどの分析をし、次のセッションへ活かすようにしている。

保育士は、子どもとの関わり方に長けており、子どもの反応を瞬時に判断し、笑顔を引き出す場面をよく見かける。なぜ子どもが良い表情を見せたのか、保育士の視点と行動の狙いを細かく分析し、良かったところも合わせて丁寧に伝えていきたいと考えている。

② 作業療法士として

作業療法では、箸、スプーン、鉛筆を上手く持てない子どもに対し、母親が毎日持ち方の特訓をしているという相談を受けることがある。つまみや握りは複数の発達段階がある。鉛筆などの操作には、親指と人差し指の分離した動きや中指、薬指、小指の支えが必要である。毎日、持ち方の特訓を行うより、トンネル遊びやジャングルジムなどの体を支える遊びや、砂、粘土、折り紙など子どもの興味や発達に合わせて楽しく、手や指を動かす経験の方が意欲的に取り組み、生活動作に繋がっていくと考えている。親の不安は子どもにも伝わる。大切なのは、今の発達段階を丁寧に伝え、成長していく過程を作業療法士も共に支えていく中で、保護者の不安が子どもの成長の喜びにつながるような支援を行うことが作業療法士の役割と考えている。

また、保護者の中には、感覚運動遊びの開始前にいろいろな遊具に挑戦して欲しいと思う親心で、「鉄棒したら、チョコレートあげる」など、子どもと約束してくることがある。しかし、実は子どもはご褒美がなくても、自分のやりたい遊びが成功出来たことが大きな充足感を生み出し、新たな遊びへとチャレンジをするのである。そして、大好きな保護者からたくさん褒めてもらうことで、更に喜びが倍増しているのを17年間のとりくみの中で感じている。また、この経験が子ども達の自己有能感につながっていくと考えている。引き続き、親子で参加して頂く意義をお伝えする中で、子ども達にとって、楽しい感覚運動体験(遊び)と保護者からたくさん褒めてもらうことこそが最大のご褒美であり、子どもの健やかな成長につながることを作業療法士として伝えていきたい。

③ その他

当センターでは、臨床心理士が中心となり、ペアレントトレーニングを行なっている。ペアレントトレーニングとは、保護者対象のグループプログラムで、行動療法や応用行動分析の理論を基本に、子どもへの関わり方を習得し親子関係の改善を目指すものである。

作業療法の個別や感覚運動遊びの場面において、保護者とともに、子どもに届くような褒め方を実践することにより、肯定的な注目を子どもに与えている。肯定的注目が十分にあると、子どもの自尊心が育まれると言われている。作業療法士は、褒める動作の工夫や褒めるタイミングなどについて、保護者が日常の関わりに活かせるべく適切にフィードバックできるよう、日々取り組むことも大切な役割と考えている。

(2) 保護者評価

保護者に対し1年間の振り返りのアンケートを行なったところ、以下のとおり肯定的な評価を多く頂いた。

●感想

- ・友達がしていることに興味を持ち、順番待ちも理解できるようになった(複数回答)

- ・周りを見ることが出来るようになった(複数回答)
- ・お友達を誘って、遊具で遊ぶことが増えた
- ・体の使い方が上手になった
- ・体幹が強くなった
- ・自信がつき、いろいろなことに挑戦出来るようになった
- ・表情が豊かになった
- ・回を重ねるごとに子どもの成長がみられて、嬉しかった
- ・月に1回だけでも効果があるように思える
- ・親子で感覚運動遊びを楽しみにしている(複数回答)
- ・怪我が減った
- ・自分でいろいろな遊び方を考えて活動できるようになった
- ・帰宅後はいつもより落ち着いていた気がする…など

7. 今後に向けて

『作業療法白書2015』によると、作業療法士のいるところは、医療施設が53%、介護保険関連施設が34%、発達領域は全体の5%で、特別支援学校等の教育関連施設に勤務する1%を足しても、作業療法士のいる施設全体の6%程度しか発達障害に関わっていない。ただし、地域に目を向けてみると、保育園、小中学校、児童館、学童保育といった場面で困り感を持った子どもは少なくない。今はこういった場所への作業療法士の参画が求められている。山口県内においても山口県作業療法士会が、主に学童保育の支援を対象とした特別支援教育対策「OT組」という、学童保育から依頼を頂ければ、OTが派遣されるというシステムづくりを始めている。

当センターにおいても、施設支援、保育所等訪問支援事業があり、作業療法士が他の職種とともに幼稚園や保育園、小学校や総合支援学校など、地域へ出ていく機会は増えてきている。また、保育園や通級指導教室などで、感覚統合理論に基づいた子どもたちの行動の理解についてお話を頂く機会も増えてきた。今後更に感覚運動遊びを通して、地域の支援者の方達との連携を深めていくとともに、保護者の方々に子どもとの関わり方や家での過ごし方を提案させて頂き、同じ笑顔を引き出して成功体験を共有できることを目指し、作業療法士として「良いところ」「成長してほしいところ」を適切に助言できるべく、自己研鑽に励みたいと考えている。

8. 謝辞

本報告を行うにあたり、快くご協力頂きましたお子様、ご家族の方々、職員に心から感謝申し上げます。

9. 参考文献

小西紀一監修・酒井康年編「発達が気になる子どもを地域で支援！保育・学校生活の作業療法のサポートガイド」メディカルビュー，2016.