秋田きらり支援学校は肢体不自由者・病弱者である児童生徒に対する教育を主として行う特別支援学校です。

地域支援だより

# きらりＮｅｔ

令和元年７月１２日
第９４号
秋田県立秋田きらり支援学校
地　域　支　援　部

## 自立活動の指導について　～病弱・身体虚弱の子どもたち～

病気の子どもたちが困っていることには、以下のような内容があげられています。

服薬や生活規制により、ストレスを感じやすい。

体調不良や通院等による欠席があり、勉強が分からない。

運動や行動、食事等の制限があり、みんなと同じことができない。

病気であることが外見からは分からないため、誤解されることがある。

病気は“からだ”だけでなく、“こころ”も痛みます。「自分だけが」という思いから、心が不安定になってしまうこともあります。子どもが日々の学校生活を前向きな姿勢で送るためには、信頼できる大人（家族や教員、医療スタッフ等）の支えのもと、**心身をコントロールする経験を通し、自己管理の力を高めていく**ことが大切であると考えます。

担当教員は・・・

子どもの病気を「正しく」理解する

子どもの気持ちを理解する

ことが大切。

指導に必要な医療情報を確認するとともに
子どもが安心できる環境をつくりましょう。

自立活動の指導では・・・

「１　健康の保持」

「２　心理的な安定」

まずはこの二つの内容に着目し、
指導内容を検討してみましょう。

自立活動の実践例には、健康チェック表の作成や活用、病気に関する情報収集や調べ学習、栄養や食事に関する学習、体力維持や運動機会の確保を目的とした活動等があります。本人の希望と病状の変化をふまえ、計画的・継続的に指導を進めていくことが重要です。

参考・引用文献「病気の子どもの理解のために」「病気の子どもの教育入門」等　（文責：門脇　恵）

## ２０１９ 地区別研修会 おしらせ

**詳細は各校配付の案内、本校ＨＰをご覧ください。**
**申込み　７／18（木）まで**

**［県央　秋田市］７月２６日（金）PM**
会場　秋田きらり支援学校
内容　①講演「医療から見た肢体不自由・病弱教育」
講師　県立医療療育センター
センター長　坂本 仁 氏
②情報交換会

**［県南　横手市］　８月６日（火）AM**
**［県北　北秋田市］８月８日（木）PM**
内容
【肢体不自由部門】
①講話：教育専門監　②情報交換会
【病弱部門】
①報告：特別支援教育課
病弱教育コーディネーター
②情報交換会

## 実践紹介② 自立活動　【高等部】高等学校の教科を学習する生徒

### ～健康の自己管理に向けた健康チェックシートの活用～

働く生活に向けて必要なことはたくさんありますが、最も基本となるのが「**健康管理**」です。健康管理は、自分の体のことを理解して体調を維持することです。今回は高等部の自立活動で行っている、健康管理を自分で行うことを目指した「**健康チェックシート**」を使った取組を紹介します。

**【健康チェックシート】**

| 7月　健康チェックシート | | |
|---|---|---|
| 日　付 | 日（ ） | |
| 前日の就寝時間 | | |
| 今日の起床時刻 | | |
| 朝　食 | | |
| 体調 | 良　普　悪 | 良　普 |
| | 頭痛 | 頭 |
| | 吐き気 | 吐き |
| | 腹痛 | 腹 |
| | 車酔い | 車酔 |
| | だるさ | だる |
| | 生理 | 生 |
| | その他 | その |
| イベント | | |
| 生活を振り返って | | |
| 今週の健康状態をもとに週末の過ごし方を | | |
| 週末の過ごし方振り返り（どうだったかな） | | |

① **健康チェックシートの作成**　（自立活動の時間）
インターネット上にある健康チェックリストを参考に、自分に当てはまる項目を見つけます。その中から自分の生活に影響するものを選び、チェックシートの項目にします。

② **毎朝の健康状態の評価**　（登校後）
チェックシートにその日の体調を記入します。生活を振り返り、（良かった場合も）考えられる原因等を記入します。

③ **週末の振り返り**　（金曜の登校後、月曜の登校後）
一週間を振り返り、体調に応じた週末の生活を考えます。週明けに、週末の生活を振り返ります。

毎朝記録をとることで自分の体調を客観的に捉え、生活を振り返ることができます。様々な要因から体調の維持が難しい場合もありますが、自分の体を自分で管理する意識をもつことから始め、不調を減らす方法や不調への対応を見つけられるようになることを目指しています。

## 教育専門監のコーナー

病気療養により、病気への不安と孤独感を抱いたり、友だちと一緒に学ぶ雰囲気や学びを導く教師の存在を得られなくなったりすることで、学ぶ意欲や自己効力感を失ってしまう子どもたち。今に不安を抱き、日々学ぶ病弱・身体虚弱の子どもたちが、自分の夢、願いに向かい、自律して学んでいくためには、目標と動機、学習方略という主に3つの要素を身に付けていることが大切となります。高等部では、生徒が自分の夢、願いに向かい、意欲をもち続け、自律して学んでいくために、課題解決を通して、自分の思考や行動を客観的に把握し、認識することを大切に、学習を進めています。生徒は、自律した学びに向け、健康チェックシートを活用した学習の中で、自分の健康や生活を管理し、進み具合と結果を評価しながら、学習を調整していきます。生徒が、自己効力感の高まりを感じ、さまざまな力を伸ばしていくことができるよう、個々の状態を正確に把握することを大切に、生徒の自己理解、自己管理力を育みます。このように、目標に向かい、病気と向き合い行動する強い動機と、目標への学習方略の獲得に向けた自立活動の学習は、社会との相互関係を保ちつつ、自分自身の可能性を含めた肯定的な理解と、それに基づく主体的な行動を育む取組といえます。

参考：「『VIEW21』【特集】１人で学べる生徒を育てる

文責　二階堂　悟

## 自立活動研修会のお知らせ

**日時：７月２４日（水）**
**１３：３０～１４：３０**

**場所：秋田総合支援エリア　会議室**
（秋田きらり支援学校）

**＜内容＞**
**講話・演習　「体操は会話である！？」**
～子どもとの身体の触れ合いを通して関わりについて考えていきます～

**講師：秋田きらり支援学校**
**教諭（兼）教育専門監**
**二階堂　悟**

**【申込み】　７／１９（金）まで**
**本校ホームページから申込用紙をダウンロードし、FAX でお申し込みください。**


◇教育相談・見学の希望があれば、いつでも御連絡ください。
教頭　　兜森　宏征　　地域支援部主任　　大友　明希子
住所：〒010-1409 秋田市南ケ丘１丁目１番１号
E-mail：kirarisien@akita-pref.ed.jp
電話：018（889）8573　　FAX：018（889）8575


「きらり Net」は本校ホームページから閲覧することができます。
http://www.kagayaki.akita-pref.ed.jp/kirari/index.html