

定頸時期の運動（粗大・手指）との理解と関連する取り組み 1

下記の表は、定頸する時期にみられる運動の様子です。自分で頭を支えられるようになってきて、首をコントロールできるようになり、人の声や音がする方向に顔を向けるようになります。そして、上肢を体幹から分離できるようになり、視覚に導かれて手を伸ばし玩具などを握ることが可能になります。身体内部や外部からの感覚情報をキャッチして、運動が行われます。

【定頸する時期にみられる粗大運動について】

- ①立位で体重を両足でいくぶん支える。
- ②腹臥位で前腕支えをしながら頭部と胸が床から90°まで起こせる。
- ③人の声や音がする方向に顔をむける。
- ④背臥位で手が口元にくるようになる。
- ⑤頸部の立ち直りがでてくる。
- ⑥頸が十分にすわり身体を傾けた状態で立ち直り反応が明確になる。
- ⑦腹臥位で掌支持を行い、腕立て姿勢を取る。
- ⑧頭頸部・体幹の引き起こしは、十分に可能になる。

【腹臥位で前腕支えをしながら頭部と胸が床から90°まで起こせる。】



定頸前後の時期は、視覚の機能が発達してくる時期ですが聴覚優位の時期です。身体を中心に教材提示をして、それを見てリーチすることも学習課題になります。また、この時期は、体幹の回旋が難しい時期です。



- ・ 写真1は、三角マットを使用したパピーポジション保持です。マットに上腕をつけて安定感を出しています。肩甲骨の間の胸椎周辺の筋に力が入っているか確認します。
- ・ 写真2は、三角マットなしでパピーポジション保持をしているところです。肘の位置が肩より前にあると姿勢保持が安定します。
- ・ 写真2は、頭部をしっかりと保持していますが、過度に頸部の筋緊張を高めてあげている場合は、⇒の方向に肘が引っ張られてしまいます。
- ・ 写真3は、体幹の支えがより伸展保持できている様子です。

【腹臥位で掌支持を行い、腕立て姿勢を取る。】



- ・ 写真4は、バランスボールで支えられながら掌支持をしているところです。この支持により、掌に感覚を入れていくことは、手指の操作性向上にもつながります。
- ・ 肘伸展位での掌支持は、よつ這いをしたり、つかまり立ちをしたりする際の移動や姿勢変換動作につながります。

参考文献：障害の重い子どもの授業づくり 4 飯野順子編著 (H23) 実態把握めやす表の活用について (諏訪)

定額時期の運動(粗大・手指)との理解 と関連する取り組み2

この時期は、座位に姿勢を変化させたり、自ら立ち上がったたりすることが難しい時期です。特別支援学校の指導では、頭部のコントロールはできていても、座位保持が難しい状態の児童・生徒が、立つ練習を取り組みことが多くみられます。一人で車いすに座ることが難しくとも、援助により立位を少しでも保持できれば、生活動作としてとても役立つからです。援助のポイントは、膝の位置が安定することです。また立位保持は、身体の重みを下肢にかけることにより骨が強くなる効果があると言われています。自分一人で立位を実施できない場合には、プロンボードやスタンディングフレームといった立位保持装置を用いて実施します。

【立位保持装置を実施する際の配慮事項】

- ・ 足関節に外反扁平足があるケースの場合には、靴型装具などの足関節の形状を整える補装具が必要です。
- ・ 下肢の関節の可動性及び筋肉の柔軟性を保つ取り組みを行うストレッチや筋肉を圧迫するなどのマッサージをする必要があります。
- ・ 立位保持は、できるだけ、膝関節や股関節を伸展させた状態でセットするのが基本ですが、骨盤が捻じれないように臀部ベルトを装着する必要があります。捻じれてしまうようなら、捻じれない位置でベルトを緩める必要があります。
- ・ 立位保持を器具ですると立位姿勢になっていても、臀部の筋肉や大腿部の筋肉が使われていない(収縮していない)場合が良くみられます。その場合には、援助する教員は、臀筋(股関節伸展の主動筋)や大腿四頭筋(膝関節伸展の主動筋)を圧迫するなどアプローチすることで筋肉が働くように援助する必要があります。

【スタンディングフレームでの立位保持】

【プロンボードでの立位保持】



- ・ 膝パットは、膝頭がパット内に収まるように、調整します。(写真1・2)
- ・ 立位の安定性を高めるために、テーブルを腋下の高さにします。また援助者は、頭部の安定性を出すために、鎖骨下に手をあてています。(写真3)
- ・ ベルトで身体を固定せずに頭部から足部まではまっすぐになる様に援助します。そして援助者は、ケースの臀部や背中に密着して立位保持を実施しています。(写真4)
- ・ 股関節・膝関節をしっかりと伸展させて立位をとることが基本となります。

参考文献：障害の重い子どもの授業づくり 4 飯野順子編著 (H23) 実態把握めやす表の活用について(諏訪)