

重心児クラスにおけるプールプログラムの実践 —重心児への療育効果—

Pool activities program: Implementation and effectiveness for children with severe motor and intellectual disabilities

梅宮 加寿紀¹⁾・富樫 和美¹⁾・惣田 久美子²⁾

Umemiya Kazuki, Togashi Kazumi, Soda Kumiko

1. はじめに

肢体不自由児通園施設・重症心身障害児（以下重心児と略す）クラスの療育を始めるにあたり、担任は、子どもの個々の課題を集団の中で活かすために創意工夫しながら年間のプログラムを組み立てており、年間を通じ、音楽・製作・運動・素材などいくつかのプログラムに取り組んでいる。今回は、その中で、当初の予想以上に積み重ねの効果が得られたプールプログラムに焦点をあて、取り組みの内容と経過、子どもと保護者の変化について報告し、重心児のプールプログラムについて検証する。

2. 対象

平成21年度肢体不自由児通園施設週5日登園（内週2日母子・週3日単独登園）のクラス。集団療育経験3～4年目の4歳児2名、5歳児5名の計7名。うち、重心児5名（大島分類1～4に該当）。障害内訳は四肢麻痺4人、三肢麻痺1人、四肢体幹機能障害2人。7名全員が週5日登園クラス初年度で、「生活リズムの乱れ」や「体調を崩しやすい」といった課題を持った子どもたちであった。

3. プールプログラムの体制

プールプログラムは、保育士・理学療法士・看護師がチームを組んで取り組んだ。プログラムについては原則親子参加とした。子どもの介助は保護者が行う。看護師はプールサイドに待機し、子どもの体

調変化があった際の対応を行った。理学療法士はプールと一緒に入り、子どもへのアプローチや介助方法など保護者へのアドバイスを行った。保育士はプログラムの企画と全体の進行を行い、他職種との連携をとり、進めていった。

4. プールプログラムの目的

4.1 子どものプールプログラムの目的

（1）色々な姿勢変化の経験

重心児は運動制限があり、姿勢の保持や変換など自発的な動きに困難をきたしていることが多い。水の浮力を活用することで、普段は経験することが難しい、色々な姿勢変化を経験する。

（2）リラックスする経験

通常は臥位や抱っこなど、必ず介助者との接触面の大きい子どもたちであるため、水面に浮くことにより、接触面の少ない中で脱力しリラックスする。

（3）母親や友達と一緒に楽しい経験

水の心地よさや身体を自由に動かせるという楽しい経験を、母親や友達と共有し楽しくコミュニケーションする。

4.2 保護者のプールプログラムの目的

（1）浮力を活用した楽な介助法を知る

浮力を活用し、保護者にとって楽な、そして子どもにとってリラックスできる介助法を体感する。

（2）子どもと一緒に楽しむ

子どもと一緒に楽しい経験を積む。

1) 横浜市北部地域療育センター 通園課
2) 横浜市戸塚地域療育センター 診療課

5. プールプログラムの流れ（図1）

プールサイドで足から順におなか、肩、頭へと水をかけていき、水中の母親を目指して入水。姿勢変化では、歌に合わせて左右・前後・上下に揺らし、水の感触を感じる。浮き身では、子どもに合わせて伏し浮きや背浮きをして、水に浮ける感覚を味わう。水上パス（伏し浮きで保育士から母親へ移動）では母親に注目したり、水の勢いを感じる。浮き具では浮き輪を使用し、大人と子どもの動きで流れるプールを作りダイナミックな水流を感じたり、1人で浮

ける気持ちよさを味わう。集団遊びでは、チームに分かれてボールを拾ったり、同じフープを持って回るなど集団を意識する。また、毎回、プログラム中の写真を撮り、後日掲示し、母親たちに子どもの様子を客観的に見ていただく機会を作った。

当初は夏場に2～3回取り組む程度の予定であったが、子どもの体調が安定し、プログラムへの意欲が親子ともに高いことから6月～2月の間に定期的にプールに入り、7回積み重ねることができた。

10:50	あいさつ・入水
10:55	水慣れ・姿勢変化
11:00	浮き身 (伏し浮き・背浮き)
11:05	水上パス
11:10	浮き具
11:15	集団遊び
11:20	退水



図1 プールプログラムの流れ

6. 効果

6.1 子どもへの効果

(1) リラックスできるようになった(図2)

当初、水に入ったことへの緊張や、逆に興奮しすぎて手足に力を入れてしまっていた子ども達が、介助者の声かけや、水に入って慣れてくると時間をかけずにリラックスできるようになっていった。

(2) 友達への注目が見られるようになった(図3)

顔を向かい合わせて取り組んだり、ゲーム性を持たせた遊びに一緒に取り組むことで、笑顔が見られたり、友達の様子に注目する様子が見られるようになった。様々な状態の子ども達が障害のレベルやペースの差に影響されない状況を作りやすいプール



図2 子どもへの効果

リラックスできるようになった



図3 子どもへの効果
友達への注目がみられるようになった

の利点も影響したように感じている。また、楽しい空間・時間を共有することで、周りの大人や友達とのコミュニケーションにつながっていたのではないだろうか。

(3) 1日の生活リズムのいい循環が作れた

この事項については、保護者・スタッフともに実感し、予想していなかった効果である。プログラム後の給食はほぼ全員完食した。保護者からも「プールのあとは親も食欲がいつも以上にある」という話がある。そして、翌日には、家庭に帰ってからの睡眠もしっかりとれたとの報告があがった。プールプログラムで運動量が確保されたことによる効果だと考えられる。

6. 2 保護者への効果

(1) リラックスして介助できるようになった(図4)

当初、子どもを抱え込み、力を入れて介助をしていたが、腕だけでなく膝を使い、浮力を利用してリラックスした介助を体得していった。

(2) プールプログラムへの参加に積極的になった

水着を着なくてはならないことで、若干消極的であった母親が、積極的に取り組むようになっていった。子どもたちの笑顔や変化を見る中で、楽しいと実感できたからだと思われる。プログラム後にとったアンケートの中には「これまでプールを楽しめないのでないかと思っていたが、積み重ねてきたこ



図4 保護者への効果
リラックスして介助できるようになった

とで、子どもにも母にも自信になった」という意見や「地域のプールにも行ってみようと思う」といった意見があがっていた。

(3) 療育への理解が深まってきた

プールプログラムをただ楽しいプログラムの1つではなく、子どもにとって何が楽しいか、どのような介助が心地よいかを考え、個々に課題を持って取り組むようになり、療育への理解の深まりが感じられるようになった。これは、予想していなかった効果である。

7. 効果が見られた背景

今回、重心児のクラスで年間を通して、プールに入ることができたことは非常にめずらしいことであった。その背景には、療育の積み重ね経験がある親子であったこと、そして体調が安定していたことが挙げられる。また、週5日毎日通うことで、運動量が確保され、食欲や睡眠にいい循環をもたらし、生活リズムが作りやすい環境であったことが、体調安定につながり、その結果、プールプログラムの積み重ねにつながったのではないかと考えている。

8. まとめ

重心児にとってのプールプログラムの意義は、
(1) 浮力を利用してリラックスした姿勢を作りや

すく、色々な姿勢を経験することができたり、人に身をゆだねる経験ができること

- (2) 楽しい経験の中で適度な運動量が確保できること
- (3) 快・不快の表情が出づらい児であっても、身体的快表現は親子間でのよいコミュニケーションとなること
- (4) どんなに障害が重くても、親子や仲間と楽しめるスポーツ・余暇活動の1つであり、QOLの向上につながること
- (5) 保護者が子どもと楽しい経験を共有し、保護者の成功体験にもつながりやすい環境であり、保護者支援に有効な手段であることと考える。

〔第57回日本小児保健学会

(2010年9月16日～18日、新潟県)にて発表〕