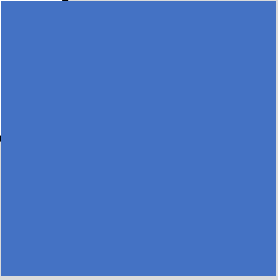


ココスマイル
おすすめ支援グッズのご紹介

【第1弾：姿勢保持編】



「姿勢よく座ってられない・・・」

「体幹が弱いと言われた・・・」

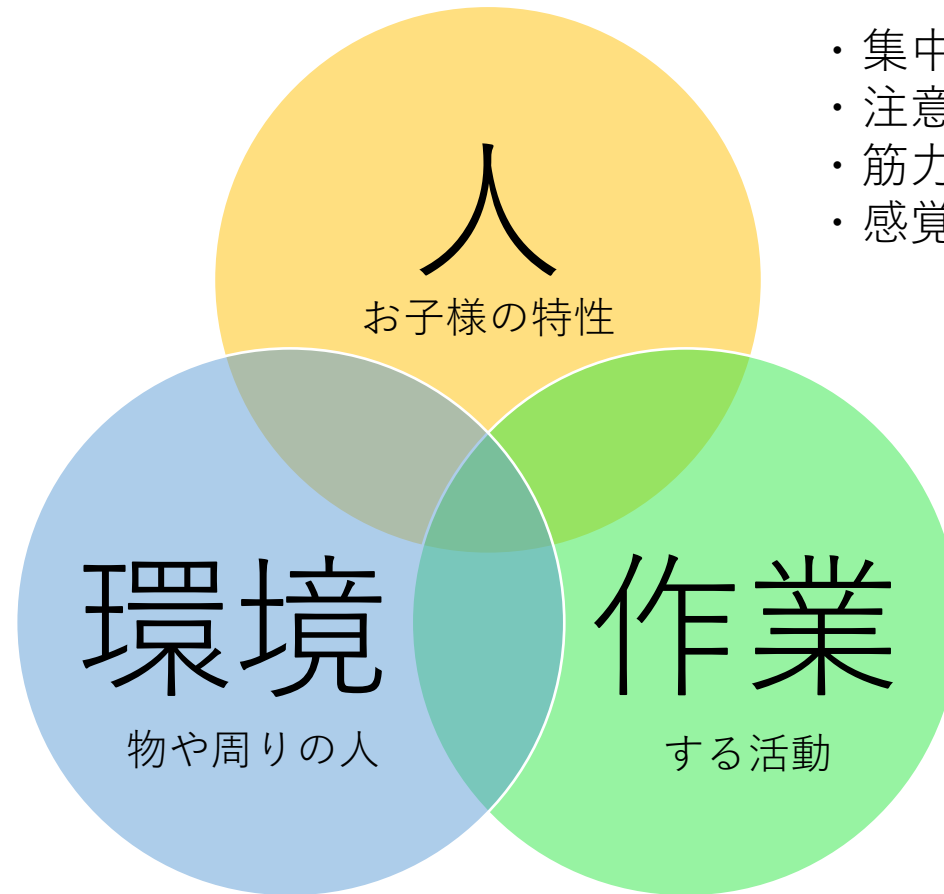
「勉強中や食事中に立ち歩いてしまう・・・」

そのようなお悩みをお持ちの保護者様に向け
「人」「環境」「作業」3つの視点から
姿勢よく座ってられない「理由」を考え
解決のための「作戦」をご紹介します。



どうして姿勢よく座ってられないの？ ～3つの視点で理由を考えます～

- ・集中できる時間が短い？
- ・注意が散りやすい？
- ・筋力が弱い？
- ・感覚過敏がある？

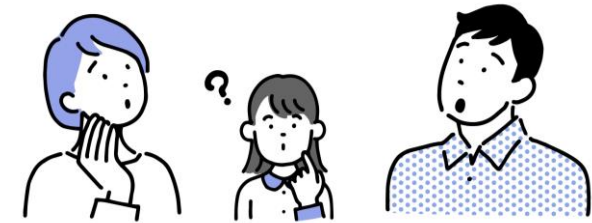


- ・椅子や机の種類？
- ・周りの音や目に入るもの？
- ・学習プリントの文字？
- ・食事の量？

- ・勉強をする？
- ・食事をする？
- ・工作をする？
- ・You Tubeを見る？

例えばこんなお子様

「家で勉強をする時に、椅子に座らず床に寝そべってやるので書いた字がとても読みにくいんです。集中も続かなくてすぐに飽きて遊んでいます」



→ 集中できる時間の短いお子様が **人**
勉強をする時に
読みやすい字を書くことができるための **作業**
姿勢を保持する支援方法 **環境**
を考えましょう

こんな作戦はいかが？

①ちょこっと運動作戦

人

勉強をする前に家の周りを散歩したり、体操やストレッチなどの軽い運動をしたりして集中力アップ！



②スーパーボール作戦

環境

座布団カバーにスーパーボールをたくさん入れて椅子のクッションに。お尻からたくさん刺激が入って心地良いので姿勢よく座っていただけるかも！



まとめ

- 姿勢保持グッズの使用は作戦のうちの一つです。
- 作業しやすい姿勢は人によって違います。
- お子様にとって、どの場面で、どんな姿勢でいることが大切なのかを考えながら、支援グッズを活用していきましょう！

