

## 第1節 研究目的・方法

### I はじめに

本研究は4年研究で前期・後期に分けて取り組んできた。前期研究では教師が行う支援に力点を置き、日常生活活動量・生活習慣・心の健康の観点から、児童生徒の一人一人の健康課題への効果的な支援方法として「各学部で取り組んでいくためのポイント」を整理した。また各学部に共通して、A.健康課題への気づきを促すための視覚的な教材の工夫、B.行動喚起を促すための教材の工夫、開発、C.行動変容を視覚的に捉え、変化を実感できるような工夫、D.自己評価、他者評価による維持継続につなげていくための振り返り場面の設定、E.児童生徒の認知に対応した自己決定の重視、の「5つの支援の視点」が見出された。さらに前期研究後に実施した職員アンケートから後期研究のキーワードとして①児童生徒による健康課題への主体的取組、②学校での学習を家庭や地域でもできるようにする般化、③児童生徒が自らを振り返っていくためのメタ認知能力の向上、④授業や支援をと通して得られた児童生徒の変容をどう把握・活用しさらなる展開につなげていく授業(支援)の向上、⑤児童生徒が過度に負担になることなく継続するための工夫、の5点が今後の課題として挙げられた。

健康支援について“個人の自発的な行動変容を支援する行動科学的なアプローチの普及が求められている(中村, 2002)”。これまでの知識伝達や指示型の健康支援ではなく、本人を中核に据え自主性をサポートする働き掛けにシフトしている中で、特別支援教育においても個の実態や彼らを取り巻く環境を踏まえた一人一人の文脈に即した支援方法を検討することが必要となってきた。

また、本校では、本研究以前から児童生徒の健康面への支援は行っているが、児童生徒が学習した健康的行動を一人で維持していくことには難しい側面があった。その背景には教師の支援や児童生徒の認知的な実態など、複数要因が相互に関連していることが考えられるが、このような状況は卒業後の彼らの生活にも継続して現れ、彼らの健康状態に影響を及ぼし続けることが推測される。義本(2011)は知的障害者の健康上の問題として“自己管理、自律性が低く受動的なライフスタイルも誘因となり疾患発症のリスクとなりがちである”ことを指摘している。知的障害のある児童生徒への健康課題にアプローチする際には、彼らが健康的行動を維持するための方法を身に付けることも必要となってくる。

そこで、後期研究では児童生徒が健康的行動を実行するための知識・技能を獲得し、それを自ら継続していくための支援方法を探ることとした。

後期研究を進めるにあたり、竹内・園山(2007)による「自己管理スキル支援システム」を参考にすることにした。これは発達障害児に対する学習支援や生活支援、就労支援において用いられ、自立の促進、他者による指示・監視・支援の減少、獲得した行動の般化と維持、問題行動の減少に効果的(日本行動分析学会, 2019)であることが多くの実践から明らかにされてきている。支援がある中で自己管理スキルを形成・維持し、自主的に行動変容に取り組むことができる観点から、本研究との親和性が高いと考え、「自己管理スキル支援システム」の手続きを後期研究の研究方法のガイドラインとして用いることとした。

## 第1節 研究目的・方法

### Ⅱ 後期研究

#### 1 目的

「児童生徒が自らの健康課題に進んで取り組むための支援方法を明らかにする」

#### 2 方法

児童生徒の発達段階に応じた自己管理スキル支援を検討していくため学部研究を行った。前期研究で得られた各学部で取り組んでいくためのポイントを踏まえて、「自己管理スキル支援システム」を参考に自己管理スキル向上に効果的な支援内容を検討した。効果検証は児童生徒の行動変容の様子や実践中のエピソード等を中心に行った。実践は以下の場面で行った。

- 小学部「健康的な生活を送るための基礎作り」 … 日常生活の指導, 自立活動
- 中学部「青年期に伴う心身の変化・成長を考慮」 … 日常生活の指導, 生活単元学習, 自立活動
- 高等部「自立に向けて自分で管理（卒後の視点）」… 日常生活の指導, 自立活動

#### 3 後期研究計画

前期同様、2期に分けて実施した。2期目の実践は1期目の成果を受け、他の類似事例へ応用したり、課題を受けて修正した実践を行ったりするための期間とした。

2020. 04～07	研究グループ編成 研究グループの研究構想・実践計画
2020. 08～12	[第1期]授業実践
2021. 01～03	[第1期]授業実践の成果と課題 [第2期]授業実践に向けた計画（見直し、調整）
2021. 04	実践計画
2021. 05～08	[第2期]授業実践
2021. 09～10	後期研究のまとめ

#### 【参考・引用文献】

- ・中村正和(2002). 行動科学に基づいた健康支援. 栄養学雑誌. 60. 5. 213-222
- ・義本純子(2011). 知的障害者の地域生活移行後の健康生活への支援. 北陸学院大学・北陸大学短期大学部研究紀要. 4
- ・竹内康二, 園山繁樹(2007). 発達障害児者における自己管理スキル支援システムの構築に関する理論的検討. 行動分析学研究. 20. 2
- ・日本行動分析学会(h31). 「行動分析辞典」. 丸善出版株式会社