

## 成人障害者（2 名）への臨床動作法でのかわりについて

～からだのやりとりを通して安心感を得る～

○三好敏之（尚絅学院大学）

KEY WORDS: 臨床動作法 身体軸 弛める

### 【目的】

本研究の目的は、成人知的障害者施設の 40 代ダウン症の女性、自閉的傾向の 30 代男性に臨床動作法を 6～13 回程度継続して実施した。期間は 3～4 カ月であった。生活介護施設での取り組みである。臨床動作法でコミュニケーションを図り、自分の意思を何らかの表現で相手に伝えやすくするなり、また身体の動きにくい緊張の箇所を弛める自己努力することで、リラックス感や安心感を高め、そのことで自分の意欲を高め、気持ちを表現し、相手とのコミュニケーションがとりやすくなるようになっていくかを検討することを目的とする。40 代ダウン症の女性を A、30 代の自閉的傾向の男性を B と記載する。

### 【方法】

(1) A は、成人知的障害者施設に通い、特別支援学校の高等部を卒業しており、その後現在とは別の施設に 8 年間通い、その後現在の施設 Y に入設している。持病や服薬はない。家族構成は四人家族の長女で、弟が設備保全の仕事をしている。言葉話すことは稀で普段は「あー」、「うーん」といった声を発しており会話によるコミュニケーションは難しい。家でも施設でも椅子に座っていることが多い。また目の前に机が来なければ不安のようで立ち上がり机があるところまで移動する。床に座ることには強い不安があり人の手を支えにしなければ座ることはできない。B も同じ施設に通い、身の回りのことは自身でこなすことができる。また集中力があり、手先が器用で塗り絵やハサミをはみ出すことなく作業することができる。作業をしていない時には、定位置の椅子に座っている。基本的には落ち着いており、にこやかな表情が多くみられた。しかし、日によって気分や体調の波が激しく、表情に笑みが少ない日がある。また普段、不安からか瞬きが多く、話をしている職員方の表情を交互に伺う等よく周りを見渡し観察している様子が伺えた。また体調がすぐれないときには、爪を噛む様子がみられるという（この事例は施設長、保護者に発表承諾をいただいている）

### (2) 動作の見立て

A は左肩、首後方、上腕、左背中に緊張が強く肩が上がり、体重が右にかかり、坐位姿勢で猫背である。椅子に座っているが背中が付けておらず前傾姿勢。上半身が右にひねっており右に重心がずれている。肩が丸まって固くなっていた。頭は下を向いており首がつかうように感じた。B は、椅子坐位姿勢の際、腰が落ちているため背中が丸まっており、重心が後ろへと流れている。また手首・肘・腕周りが緊張しており、手首は外側を向いている。立位姿勢の際には、重心が右にかかっているため左足での踏み込みが弱いように見受けられる。

### (3) 支援方法

A を 2 期（8-10 月、11-12 月）で 13 回支援した。1 期では、あぐら坐位で左に体重をかけて重心を真ん中にする。からだを前に倒し起こすことで軸を作る。上半身の捻りと肩の開きを行い肩や上半身

の緊張を弛めリラックスさせる。日常的に肩や首が丸まっているため肩があまり動かなかった。足裏全体の踏みしめ、胸の弛め、股関節の弛めを実施した。2 期では、以前と比べ若干座りやすくなったとは感じるが依然として床に座る恐怖がある。急いで座らせてしまうとその後動作法の途中で集中力が切れ椅子に戻ってしまうということがあった。肩と背中の緊張が弛めば頭が上がり周囲にもっと目が行くのではと考えた。そのため肩と背中の緊張を取ることに重点を置き肩の開きと上半身の捻りに時間をかけて行った。また左右への体重移動も行い重心が真ん中に来るようにした。B を 12-1 月に 6 回動作法で支援した。動作法を始めるもすぐにほかのことに興味が向いてしまい、飽きてしまい離れることが多かった。そのためあまり負担をかけず、短時間で終わる結果となった。動作法では調整して動かすことが難しそうであった足首と、あぐら坐位姿勢の際に腰が落ち背中が丸まっていたため軸を立てることを重点的に行った。動作を始める際は「曲げてみようか」「できるかな？」というように声をかけ、「できたね」「すごいね」といったように褒めることで動作法の継続を図った。

### 【結果】

I 期で A は、まだ何をされるのかわからないということもあり表情がかたまっていた。II 期に入ると本人がどうすればいいのか理解をして自分でからだを動かすということがあった。またほめることで動作法の最中に表情が笑顔になったことや、発言が増えるということがありよい関係を築けているのだと感じた。初めに A さんの重心は右に寄っていたので坐位による左右への体重移動を行い重心が真ん中に来るようにした。重心が真ん中に来るとバランスがよくなり安心感が生まれるので行った。右には倒れるが左にはあまり倒れることができず手を支えにして抵抗する場面が何度か見られた。

仰向けでの足首の曲げ伸ばしで B は、左足首の曲げ伸ばしの力が弱く、普段から重心が右足に乗っていることから普段から使うことができていないと考えられた。また手首の緊張についても互いに手を合わせ足首と同じように曲げ伸ばしを行った。軸を作る際は、あぐら坐位姿勢で行ったが重心が右によっているため左肩が上がっていたため左肩・左肩甲骨辺りを抑えることで平行にした。また、動作法を始めた際に「上手になっていますね」「すごいですね」と声をかけても頷く、微笑むといった様子ではあったが後期には、少し間をあけてから「上手」「すごい」とオウム返し気味に言葉での反応を示してくれるようになった。

### 【考察】

動作法を実施後にはどちらも満足した表情をしているように感じた。また動作法のなかでもそれぞれの努力が感じられ、少しずつでも動作をコントロールしようとしていた。2 人に行った動作法で左右での体重移動がある。この動作を行ったことでからだの軸が真ん中に来ることがバランスをよくすることになり、リラックスして生活することに繋がっているのだと思われる。