自立活動部だより No. 5

令和8年10月30日（金）
岩手県立盛岡となん支援学校
自　立　活　動　部
〒028-3609 岩手県紫波郡矢巾町医大通２丁目１-５　TEL 019-601-2227
E-mail：mor-y@iwate-ed.jp

自立活動研修会「ICF（国際生活機能分類）の理解」

講師：岩手県立療育センター　理学療法士　　藤村　勇人氏

はじめに、児童生徒のアセスメント力を向上させたい、多職種との共通言語を得ることで今後の連携の促進を図りたい、そんな思いを講師の藤村さんが引き受けてくださり、今回の研修が実現しました。

研修の冒頭では、今回の研修の目的を「理学療法士も特別支援学校の先生も、みている対象と目指すところは共通している」「共通言語があれば子ども達によりよい自立への関わりができるのでは」とお伝えいただきました。さらに、リハビリの始まりや現在の ICF ができあがるまでの国際的な流れについても丁寧に教えていただきました。また、事例を用いて ICF の枠組みや分類について教えていただいた後、小グループに分かれて担当している児童生徒について ICF の枠組みに落とし込んでみる演習を行いました。

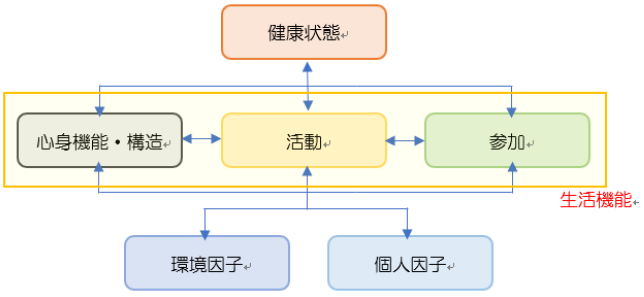
★演習中の先生方のつぶやき抜粋★

ICF はネガティブだけではなく、ポジティブな面をかけることが魅力だ。今まで「活動」と「参加」を整理せずに考えてきていたことが分かった。同じグループでも担任していない児童生徒の障害について詳しく知らないことがあった。教師の願いも「環境因子」の一つだと知った。

演習を通して、自分たちがアセスメント不足であった部分が浮き彫りになりました。代表して２つのグループに発表していただき、藤村さんからは「そんな風にこの子を捉えているとは今まで知らなかった」「ICF の枠組みで提示してもらえるだけで学校の先生方が何を考え、なぜそのような目標を立てていたのかが非常に分かりやすい」とコメントいただきました。

今回の研修を通して、多職種との連携に共通言語があることの重要性が分かりました。今後の外部専門家相談等、連携が必要な部分に生かしていきたいと思います。

図　ICF の生活機能モデル



★アンケート一部抜粋★

- PT さんはどのように考えているのかを分かりやすく説明していただきました。
- 今後の外部専門家相談では共通言語を意識して相談しようと思いました。

お子さんの介助などで、腰や肩、首に負担を感じることはありませんか。
ストレッチや運動を毎日続けるのは難しいという方も多いと思います。そんなときは、体に違和感を感じたタイミングで、簡単なストレッチを取り入れてみてはいかがでしょうか。
20～30 秒ほどゆっくり筋肉を伸ばすことで、緊張がほぐれ、血流がよくなるといわれています。なお、痛みがある場合は無理に行わず、反動をつけずに行うことが大切です。

- ***座位前屈（軽め）***

椅子に座り、背中を丸めすぎない範囲で前屈。

- ***座位腰ひねり***

椅子に座ったまま上半身を左右にひねる。

- ***キャット＆カウ（四つ這い）***

背中を丸める→反らすを 5～8 回。背柱の動きを滑らかにし、短時間でこわばりを軽減。



