

特別支援教育実践マニュアル

保育園・幼稚園・小学校・中学校版

<No.16>

～ 手先の機能の発達 サポート特集号 ～

特別支援教育実践マニュアル<No.16>をお届けします。

人は、生まれてからさまざまな活動を通して、手の機能を獲得していきます。近年、社会や生活の変化に伴い、生活様式や子どもたちの遊びも変化しています。この変化は、手先の器用さに少なからず影響を与えていると言われています。

このマニュアルでは、園・学校生活の中で見られる、「手先の機能の発達につまずきがある子が苦勞する作業」とその支援の仕方を具体的に紹介します。

より多くの子どもが、充実した園・学校生活を送れるよう、支援していきます。

手・指の機能の発達について

- | | |
|------|-------------|
| 場面 1 | 鉛筆（クレヨン）を使う |
| 場面 2 | はさみを使う |
| 場面 3 | コンパスを使う |
| 場面 4 | リコーダーの演奏 |
| 場面 5 | ひもを結ぶ |

手・指の機能の発達について

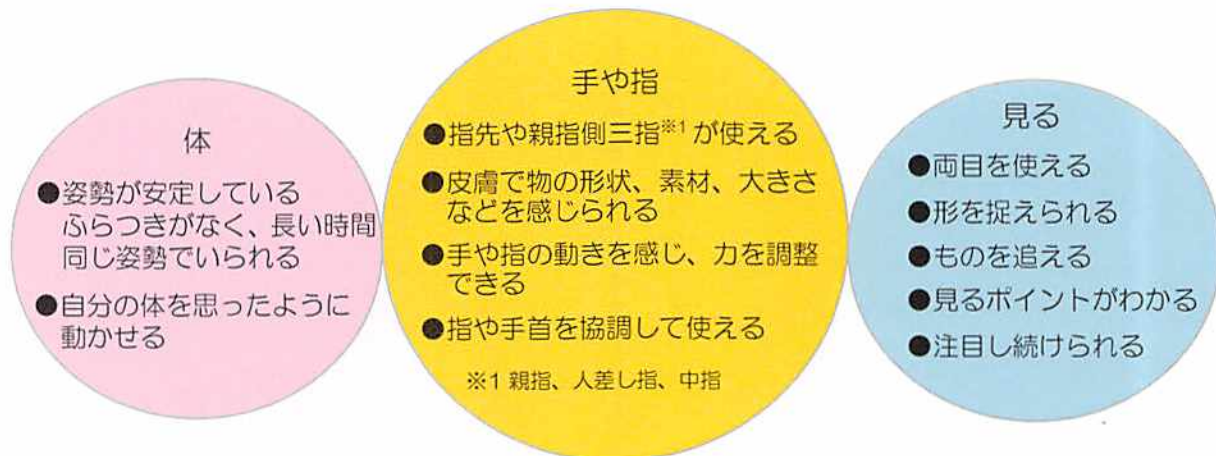
1. 園・学校で手・指の発達を見るポイント

- 手・指の触覚の過敏さや鈍感さがありますか。
 - ・のりや泥んこなどを触りたがらない、手をつなぐことや触られることを嫌がる。(過敏さ)
 - ・目をつぶって指を触られると、どの指を触られているかわからない。(鈍感さ)
- 指数字や手遊び、指模倣ができますか。
 - ・ピストル、キツネ、チョキなど指を別々に動かせる。
 - ・大人の真似をして、手や指を動かせる。
- 利き手は育っていますか。
 - ・ものを持つときや指さしをするときに、決まった一方の手を使う。
- ものを握る、つまむ時、どの指でどのようにしていますか。
 - ・親指、人差し指、中指の三本を主に使って握る、親指、人差し指の指先でつまむ。
- ものや作業に合わせて、力の加減ができていますか。
 - ・壊れやすいもの細かい作業は力を弱く、重いものは力を強く入れる。
- 道具を操作する手と押さえる手の使い分けができていますか。
 - ・鉛筆を持つ手とノートを押さえる手、箸を持つ手と食器を持つ手を使い分ける。

※これらの様子を日常生活の中で確認しておく、必要な支援を見つけやすくなります。

2. 手・指先を器用に使うための要素

手や指先の動きは、体の様々な部分の機能が関係しています。手・指先と一緒に、体の使い方やものを見ることがしっかりできているか確認してみましょう。



3. 園・学校、家庭で手・指先の発達を促すためのポイント

- 日常生活や遊びの中で、手や指先を使う活動を取り入れていきましょう。
あそび…紙ちぎり、昔あそび(あやとり、おはじきなど)、粘土、シール貼り、
スタンプなど
生活…お菓子の袋あけ、洗濯物干し・たたみ、雑巾がけ・雑巾絞り、
お風呂で洗面器にお湯を汲むなど
- 手の発達に合わせた道具を選択しましょう。
- 「自分でできた」という達成感をたくさん味わえるようにしましょう。

家庭での取り組みも
大切です。

保護者に協力をして
もらいましょう。

手・指先の発達は、
ゆっくりと時間を
かけて促されます。



4. 参考資料（握り・つまみの発達）

※日常でよく使用する道具で発達段階を示します。

年齢の目安	スプーン	鉛筆	箸	つまみ	握り・つまみ
1～2歳					<ul style="list-style-type: none"> 全ての指でものを握る。 親指と人差し指でピンセットのようにつまむ。 スプーンを使い始める。 なぐり書きをする。
2～3歳					<ul style="list-style-type: none"> 親指、人差し指を伸ばして道具を支え、薬指や小指で主に握る。 親指と人差し指の指先でつまむ。
3～5歳					<ul style="list-style-type: none"> 親指、人差し指、中指を中心に握る。手首を返して操作する。 薬指、小指を曲げて、親指、人差し指の腹でつまむ。 スプーンが正しく持てる時期。
5～6歳					<ul style="list-style-type: none"> 親指、人差し指、中指の指先でしっかり握る。指先を動かして操作する。 薬指、小指を曲げ、親指、人差し指の指先でつまむ。 鉛筆が正しく持て、箸の使い始めに適している時期。

場面1 鉛筆（クレヨン）を使う

① 鉛筆（クレヨン）の持ち方（手）

鉛筆（クレヨン）の持ち方で、手の発達段階がわかります。持ち方を確認しましょう。

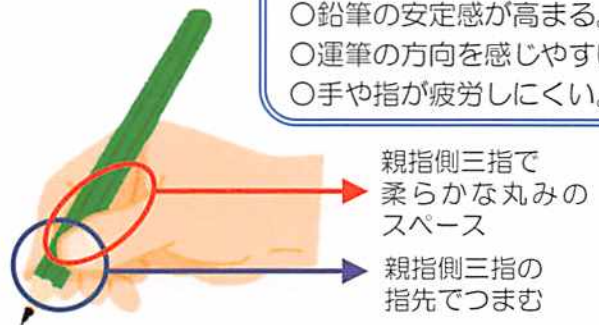
支援のポイント

- 手の発達にあった筆記具を見つけましょう。
 - 年中までは書くことを楽しみ、年長以上は、正しい持ち方を意識する時間を作りましょう。
- 例）書き始め、名前、書写、連絡帳などの短時間

豆知識

正しい持ち方をすると…

- 鉛筆の安定感が高まる。
- 運筆の方向を感じやすい。
- 手や指が疲労しにくい。



② 力の調整（手・体）

鉛筆（クレヨン）を持つ力と運筆をする力を協調させることが必要です。

支援のポイント

- 太い鉛筆（クレヨン）を使用する。
- 鉛筆にグリップをつける。
- 指を添える部分にシールを貼る。
- 芯の柔らかい鉛筆を使用する。



太く短い筆記具が持ちやすく、使いやすい

③ 協調した動作（手・体・見る）

鉛筆を持つ、運筆をする、書いた線を確認する、紙を押さえるなど同時に複数の動作が必要です。

支援のポイント

- 苦手な動作があるか把握をして、道具や方法を工夫する。
- 例）使いやすい道具、見やすい手本、ノートやプリントの下に滑り止めを敷く。

道具選びのポイント

- 握った時の感触。（肌触り・フィット感・硬さ）
 - 色や形、デザイン、使いやすさ。
 - みんなと同じものがよいという子どもの気持ち。
- ※手の発達とともに、子どもの気持ちも大切にしましょう。

④ 姿勢保持（体）

道具の使用や細かい作業をするためには、姿勢を安定させて一定時間保つことが必要です。

※詳細は実践マニュアル No.6をご覧ください。

使い方指導のまとめ

- 書くことを楽しめることを基本に指導をしましょう。
 - 子どもに合った支援をすることで、「鉛筆（クレヨン）を使う」ことが楽にできるようになり、意欲も高まります。
- また、聞く、考えるなど活動に必要な作業へ、より集中できるようになります。

場面2 はさみを使う

①切り取り線をわかりやすくする



切り取り線に注目しやすいように、太く、目立つ色で切り取り線を書く。



切り取る部分の周りに余白がある場合は、紙の端から切り取り部分までの線を書いておく。

②はさみ開閉をしやすいにする



手の大きさに合うように、はさみの柄にティッシュを巻く。

学齢児用ばねはさみ



幼児用
ばねはさみ



③複雑な切り取りをしやすいにする

- ・切り取る形の周りの余白を少なくする。
- ・切る方向を変えるときには、一度机の上に紙を置いて紙の方向を変える。

場面3 コンパスを使う

① コンパスを操作しやすいにする



つまみを太くした
コンパス



段ボールを下敷きにする。

②コンパスの脚を調整しやすいにする



定規の「0」の目盛に針を合わせて、長さの調整をする。



段ボールを下敷きにして、針を刺して長さを調整する。

定規が動きにくいように、定規の裏にビニールテープを貼る。

場面4 リコーダーの運指

①リコーダーの運指をしやすいにする



クリアファイル(青)を切ってテープ(白)で固定



魚の目パッドを貼った
リコーダー

リコーダーの穴の位置をわかりやすくして、穴を確実に押さえられるようにします。



②リコーダーを支えやすいにする



指かけを使った
リコーダー



ひもをつけた
リコーダー



座って演奏

③楽譜を読みやすいようにする

- ・譜面台の使用、楽譜の拡大、楽譜に階名をふる。

場面5 ひもを結ぶ

①結びやすいひもで練習する

とじひも



手芸用丸ひも



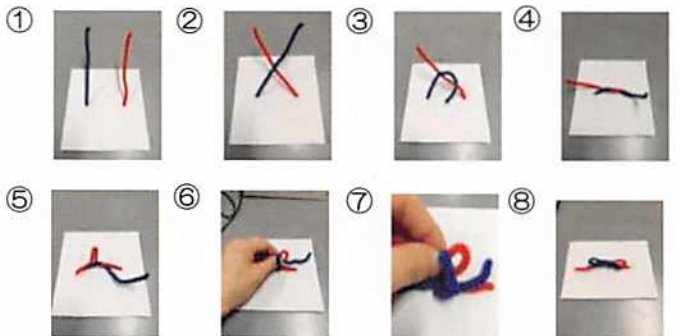
モール



太め、こしのある(硬め)、滑りにくいひもが扱いやすい。



②ひもを結ぶ手順を示す



写真や見本の提示とともに動作を言葉で説明すると、工程がよりわかりやすくなります。

