# 体や衣服の清潔に心がける子

## ― 入浴・着替え・洗濯の指導を通して ―

徳　田　純　子

### 1. 対象児の実態

生徒名　　N・Y（女）　昭和46年7月26日生（中学部3年）　中度精神遅滞

素直に喜怒哀楽の感情を表現する。注意を受けたり、自分の都合の悪いことを言われたりするとすぐ涙ぐみ、首や体を動かして黙りこむ。たいへん世話好きで、小さい友だちをかわいがり、めんどうをよく見る。学校生活における身辺処理はほぼ自分でできるが、細かい部分や目に見えない部分ではまだまだ不十分な点が多い。その中でも特に清潔面に関しては、

- ○　同じカッターシャツやくつ下、体操服、下着を何日も身につけている。
- ○　朝の洗面、歯みがきをして来ない。
- ○　家庭での入浴は月1～2度である。

など、清潔に対する意識が技能とともに一段と低い。N子の場合、本人の能力的な問題よりも、家庭環境や保護者の生活態度に起因するところが大きい。

### 2. 問題行動からの指導仮説と取り組みの構想

精神薄弱児が卒業後、社会生活をしていく上で大切なことに身辺自立がある。知恵が遅れているというだけで、汚ない、不潔だという先入観を持たれがちな精薄児にとって、身のまわりをこぎれいにしておくことは重要な課題の1つである。そして、身辺処理能力が「生きて働く力」として働くためには、自分から身のまわりの汚れに気づき、不快感を持ち、それを処理する力が身についていることが必要である。N子の場合も例外ではなく、この時期に清潔に対する意識・技能の定着をはからないと将来の社会的自立に支障をきたす。そこで、日常生活指導（登・下校の余暇時間・昼休けい）と合わせて、個別指導の時間を特別に設け、<表1>のように入浴指導・洗濯指導を中心に行い、技能の定着・態度の習慣化をはかるとともに、各学期ごとに目標を設定し、その目標に向かって学習内容を組み、毎日のくり返しによって習熟を目ざそうとした。その具体的な取り組みの内容は、次の3点とした。

- ○　入浴・着替えを定期的に行い、体の清潔な状態を体得させるようにする。
- ○　洗濯と取り組ませることにより、下着・体操服を清潔な状態に保たせる。
- ○　学校での指導内容・方法を家庭に連絡し、家庭生活の中でもN子の清潔感の定着をはかる。

### 3. 指導の実際

#### (1)　入浴指導

家庭での入浴がほとんど期待できない実態から、週1回学校で入浴させようと考え、特別に時間設定をして個別指導に当て、入浴・洗濯等と取り組むことにした。指導回数は<表2>に示す通り

＜表１＞　年間指導計画と実践結果

| 学期 | 月 | 入浴指導 目標 | 入浴指導 学習内容 | 洗濯指導 目標 | 洗濯指導 学習内容 | 歯みがき指導 目標 | 歯みがき指導 学習内容 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 一学期 | 4<br>5<br>6<br>7 | 入浴のしかたを覚える | 股間を洗い、かけ湯をする。<br>(定着)<br>タオルにまんべんなく石けんをつける。<br>脇腹・首のまわり・脚の後ろなど体の内・裏側を洗うことを知る。<br>(定着)　(定着) | 全自動洗濯機の扱い方を覚える | 先生の扱うのを真似て洗濯機を操作する。<br>(定着)<br>先生に見てもらって一人で洗濯機を操作する。<br>(定着)<br>ひとりで洗濯機を操作する。 | 朝の歯みがきを身につける | 朝の歯みがきを学校で忘れずにする |
| 二学期 | 9<br>10<br>11<br>12 | ていねいに体のすみずみを洗う | 洗い残しのないように体を洗う。<br>髪のはえ際をていねいに洗う。 | ひどい汚れは手洗いで落とす | パンツ・くつ下の汚れのひどい部分は手洗いしてから洗濯機で洗う。 | ていねいな歯のみがき方を知りみがく | 奥歯・かみ合わせ歯の裏側のみがき方を知る。<br>みがき残しのないよう10回ずつ歯ブラシを動かしてみがく。 |
| 三学期 | 1<br>2<br>3 | 一人で体や頭を洗う | 学習した手順に従って一人で体を洗う。 | 全自動洗濯機と手洗いを使い分けて洗濯する | 汚れの度合を自分で判断し、洗濯する。<br>・洗濯機と手洗いの併用<br>・洗剤量・水量調節 | | |
| 備考 | | ○　入浴時には、必ず下着・くつ下を着替える。 | | ○　洗濯の内容<br>月曜日…土曜日まで着ていた体操服（と白衣）とタオル<br>木曜日…水曜日まで着ていた体操服と下着・くつ下・タオル | | ○　9月より、朝の歯みがきにも歯みがきカレンダーを使用。 | |

（⟶ 直接指導期間を示す　　- - - - ⟶ 日常生活指導期間を示す）

である。この表を見ると、学校で宿泊学習等を含めて入浴する機会は家族よりも多いことがわかる。しかし、それも、毎日あるいは隔日に入浴している他の生徒に比べると格段に少ない。特に夏休み中である8月の入浴回数は0回である。汗のよく出るこの時期、せめて毎日濡れタオルで体を拭くように指導したが、実行されたようすはなかった。

＜表2＞　N子の入浴回数

| | 学校 | 家庭 | 計 | 備　　考 |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 2 | 0 | 2 | |
| 5 | 3 (2) | 2 | 5 | |
| 6 | 1 | 0 | 1 | |
| 7 | 2 (2) | 1 | 3 | 夏休み中 プール1回 |
| 8 | 0 | 0 | 0 | プール1回 |
| 9 | 3 | 1 | 4 | |
| 10 | 2 | 0 | 2 | |
| 11 | 1 | 0 | 1 | |
| 12 | 1 | 1 | 2 | |
| 1 | ※( )内の数字は学校での入浴回数中の宿泊学習時入浴回数を示す。 | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 計 | | | | |

入浴技能面については＜表1＞の中で示したように、指導目標を各学期ごとに決め、指導内容を月別に設けて指導した。N子は、入浴を嫌がることなく、むしろ喜んですすんで取り組んだ。指導中、意欲の持続をはかるため、できたことは大いにほめ、不十分な点は、叱ったり、否定的なことばかけはしないように努めた。

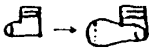
N子の入浴手順の覚えは思いの外はやかった。技能面ではタオルの扱いにかなり苦労していたが、股間やわきの下、背中などていねいに洗えるようになった。10月の大山林間学校では、1年生に洗う手順や洗い方を手ほどきできるほどであった。しかし、洗い残しの箇所に気づかないことがあり、頭髪についても、前後の生え際、もみ上げのあたりは手をそえないと十分には洗えない。

(2)　着替えと洗濯指導

C組では、週半ばの水曜日に体操服を家庭に持ち帰り、翌日着替えさせるようにしている。N子ははじめ、一週間ずっと同じ体操服を着ており、指示がなければ着替えなかったが、現在では何も言わなくても自分から着替えるようになっている。下着・くつ下については、学校での入浴の際に必ず替えるようにさせている。生理時以外、家庭で着替えることははとんどなく、ずっと同じ下着やくつ下を身につけていることが多い。

学校で着替えた体操服や下着・くつ下は、曜日を決めて洗濯させるようにした。一学期は洗濯に慣れさせることを第一に、全自動洗濯機の使い方の習得を中心にした指導で、汚れの軽重にかかわらず洗濯機を使って洗わせた。週2回の体操服の着替えに合わせて、洗濯も週2回とした。

下着・くつ下は洗濯機による洗濯だけでは十分に汚れが落ちず、汚れが残っていることが多かったが、N子はそれに全く気づかず、平気でいた。

そこで、二学期より、下着とくつ下はあらかじめ別に手で洗って汚れを大体落としてから、洗濯機で洗濯させることにした。はじめは、横について一緒に洗って手本を示し、模倣させた。くつ下は汚れている部分はわかるのだが、石けんのつけ方がうまくできないため、汚れが十分落とせないということがわかったので、  のよう

くつ下の手洗いをしているN子

に足の裏の部分を広げて石けんをつけるように指導した。また、汚れがとてもひどい時には、漂白剤につけおきしてから洗わせるようにした。このように洗濯指導をした結果、全自動洗濯機の操作の手順、くつ下や下着の手洗いのしかたは覚え、一人でできるようになった。しかし、洗濯物の量に対する水量調節・洗剤量調節の判断はまだ一人では難しく、指示が必要である。

(3) 歯みがき指導

給食後の歯みがきは、自分からすすんでできるN子であるが、家では、めったに歯みがきをして来ない。そこで、まず、朝歯みがき、洗面をするということに慣れさせようと、登校して着替えをすませたら歯みがきをさせることにした。その結果、一学期が終わる頃には、自分から歯みがきに行くようになってきた。しかし、定着を見ないうちに夏休みになり、また逆もどりと心配したが、今年度は、夏休みの職場実習が翌日から始まったため、夏休みの実習中は朝みがいてくる日が多かった。二学期になり、一週間ほど忘れた日が続いたが、歯みがきをしてきた日はほめるということを繰り返したことが、たいへん効果があったようである。登校すると、「先生、歯みがきしてきました」とうれしそうに報告するようになった。ところが、ほめるという強化は長続きせず、一か月ほどで効果がなくなり、また歯みがきをして来ない日が多くなってきた。

## 4. 考察と反省

N子は、身ぎれいになることを本心は望んでいるのだと思う。しかし、家庭を中心としてまわりの環境がその本心を包みかくし、その包みかくされている状態に慣れきっているように思われる。洗濯にしても、着替えた直後に洗えなかったりして機会をのがすと、意識が遠のき、指摘されるまで自分からはしようとしない。指摘されると、「あっ、忘れてた」と言ってあわててする。先生が言うから動いているというところが見られ、洗濯の本当の意味はまだまだ理解されていない。清潔への関心も初歩的段階である。

N子の入浴・着替え・洗濯の指導を通してわかったことは、次のようなことである。

- 技能的な向上は十分に見られたが、その技能が態度面・意識面と結びついて生活の中にいかされることは難しい。
- 身辺自立に関する課題は、学校と家庭との連携がなければ定着は難しい。N子の場合、家庭の協力が得られず、能力的には十分定着がはかれる力があるのに、それが極めて困難である。
- 指導によって身についたN子の清潔感が家族へ好影響を与えることはあまり期待できない。

## 5. 今後の課題

家庭での指導が期待できないN子は、学校での指導が全てである。十分に伸びる可能性・能力を持っているので、今後もできる限り清潔感を身につける指導を続けることは大切だと考える。また、N子自身への指導とともに、家族（特に父母）の協力も重要なポイントとなるので、根気強く助言をしていきたいと考える。