

# 自立活動実態把握チェックシート

記入者：	実施日	年	月	日
クラス：	部	ブロック	年	組

令和4年度版

児童生徒名	イニシャル

## チェックシートの活用の仕方

ねらい：子どもを視る目の視野を広げる。

子どもの実態把握や共通理解をする材料として活用する。

細かい項目で子どもを見直すことで、子どもの行動の「なぜ」にせまる。

個別の指導計画様式2の実態把握に利用する。

やり方：個々で記入する。

子どもの実態にあてはまる項目に○(まる)を入れる。

実態に合わない項目(課題にならない項目)は空白にする。(飛ばし読みで大丈夫です)

実態にあてはまるかどうか分からない項目に△(さんかく)を入れる。

# 1 健康の保持

## (1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること

担任している子どものイニシャルを書く。9人分書けま

### 〈覚醒と睡眠〉

①授業中ずっと眠っている																				
②週明けや週末、行事等の翌日は眠ることが多い																				
③夜の睡眠状態が浅く、たびたび目覚める																				
④覚醒レベルが低い																				

### 〈健康状態の把握〉

①体調を崩しやすい																				
-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### 〈体温の調整〉

①体温が外気温に左右されやすく、体温調節が難しい																				
②体温が上がりやすい																				
③低体温である																				
④自分で気温や室温に応じた衣服の調節ができない																				
⑤発熱したり、風邪をひいたりしやすい																				
⑥手足が冷たい																				
⑦極端に暑がったり、寒がったりする																				

### 〈呼吸・排痰〉

①SpO <sub>2</sub> が95%以下の時が多い																				
②呼吸状態が不安定(肩呼吸、鼻翼呼吸、陥没呼吸等)である																				
③唇や爪が紫色(チアノーゼ)になる時がある																				
④息を吸うときにグーグー、ガーガー等の音がする(気道が狭い)																				
⑤ゼコゼコ、ゴロゴロ等痰をからませた呼吸をする(分泌物が多い)																				
⑥呼吸が浅い																				

### 〈食事〉

①口の周囲が過敏である(触れられることを嫌がる)																				
②食べ物を口の中に入れられることを嫌がる																				
③いつも口が開いている(食事中も)																				
④食事中によくむせる(誤嚥している可能性がある)																				
⑤食事中に突っ張って食事ができない																				
⑥食後むせたり、嘔吐したりすることがある(逆流している可能性がある)																				
⑦食事中うとうとしている																				
⑧自分から食べようとしない																				
⑨食べる意欲がない、または低い																				
⑩口から食べる経験が少ない																				
⑪味が変わると食べない																				
⑫あまり口にすることがないものを嫌がる																				
⑬口をあまり動かさない																				
⑭食べ物が口の中に入ったままになっている																				
⑮口をスムーズに開けることができない																				
⑯食べ物を振り込む際に、口を大きく開けすぎてしまう																				
⑰食べ物を食べる際に、口を大きく開けたまま閉じない(下顎の問題)																				
⑱スプーンを噛みすぎて離すことができない																				
⑲食べ物を振り込む際に、口唇を閉じることができない(口唇の問題)																				
⑳食べ物を処理する際に舌が出ている																				
㉑スムーズな嚥下ができない																				
㉒嚥まずに飲み込んでしまう																				
㉓舌をあまり動かさない																				
㉔上手く咀嚼することができない																				
㉕かじり取りができない																				
㉖一度に口にたくさん入れてしまう																				
㉗水分をうまく飲めない																				
㉘食事のマナーを守ることができない(姿勢、手づかみ、食べこぼし、離席等)																				
㉙口の周りが汚れていても気にしない																				

### 〈排泄〉

①尿意や便意がない、または不確実																				
------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

②排泄のリズムが一定していない										
③おむつやパンツが濡れていても平気である										
④出したいのに、力が入って出せないことがある										
⑤環境が変わると出なくなる										
⑥少しずつ尿が出て、いつもパンツが濡れている										
⑦トイレに行くのを嫌がる										
⑧トイレ以外で排泄することがある										
⑨便秘気味である										
⑩排泄の意思表示が明確でない										
⑪トイレを適切に使用すること(ドアを閉める、ズボンの下げ方、水を流す、便器を汚した後の処理等)ができない										

＜清潔・衛生＞

①歯磨きを嫌がる										
②歯磨きをすると、すぐに血が出る										
③歯肉の色が悪い										
④口臭がする										
⑤舌が白くなっている										
⑥歯磨きや手洗い、洗面の必要性が認識できていない										
⑦歯磨きの後に口腔内をすすぐのが難しい										
⑧手洗いや洗面を嫌がる										
⑨よだれや鼻水が常に出ている										
⑩よだれや鼻水を手や服などでよく拭く										
⑪目やにがついている、または爪が伸びている等、清潔を意識できていない										
⑫服装や髪が乱れている										

(2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること

＜病気の状態の理解と改善、進行防止＞

①病気(てんかんやアレルギーも含む)や障害について理解していない										
②病気(てんかんやアレルギーも含む)について自己管理ができない										
③具合が悪いことを自覚して伝えることができない										
④病気を改善する意識が低い										

＜服薬・薬の管理＞

①薬を飲む意味が理解できない										
②薬の服用が正しくできない										

＜移動機器などの管理＞

①自分が使用している移動機器(車椅子や歩行器等)の管理ができない										
----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

(3) 身体の一部の状態の理解と養護に関すること

＜身体各部の状態の理解＞

①病気や事故等で身体各部がどのような状態になっているかわからない										
----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

＜養護方法の習得＞

①自分で身体各部を養護することができない										
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

＜症状の進行防止＞

①変形や拘縮等がある										
②脊柱側彎がある										
③同じ方向に姿勢が傾いている										
④褥そうがある										
⑤自力で姿勢変換ができない										
⑥脱臼・亜脱臼している										
⑦脚長差がある										
⑧切断している										

(4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関すること

＜障害の特性の理解＞

①何となく、学習に集中できない										
②イライラする原因が分かっていない										
③話そうとするが上手く話せない										
④自分の苦手なことの理由が分かっていない										



(2) 状況の理解と変化への対応に関すること

〈状況の把握〉

①動き回って、学習に集中できない

〈状況の変化への対処〉

①日時、場所、スケジュール等が変わると不安定になる

②周りの状況が変わったことに気づかない

③家庭では話をするが、学校では話さない

④物の位置が変わったり、ドアが開いていたりすると気になる

(3) 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること

〈改善・克服への取り組み〉

①受身的で自分から行動することが少ない

②できることも人にすぐ頼んでしまう

③他人の目や評価を過剰に気にする

④自分の能力を過小評価する

⑤投げやりな様子があるなど、学習に積極的に取り組もうとしない

⑥進路や将来の生き方について悩んでいる

3 人間関係の形成

(1) 他者とのかかわりの基礎に関すること

〈人への関心〉

①呼名や呼びかけに対して、ほとんど表情の変化が見られない

②誰に対しても反応が同じである

③好きな物には興味を示すが、人にはあまり興味を示さない

④特定の大人以外とのかかわりを嫌がる

⑤大人とのかかわりはもてるが、子ども同士のかかわりはほとんど見られない

〈気持ちの共有〉

①特定の人への愛着行動が見られない

②なかなか目が合いにくい

③働きかけても反応が弱くこちらを向いてくれない

④相手の指した物や方向を見れない

〈身近な人への要求〉

①困ったときにも助けを求めずにあきらめたり、パニックを起こしたりする

②要求を人に伝えることができない

(2) 他者の意図や感情の理解に関すること

〈感情の理解〉

①自分の気持ちが表現できない

②注意されても笑っている

③他人の表情を理解することが難しい

④相手の意見を聞かずに、自分の意見ばかりを言い続ける

⑤ごっこ遊びや友達との集団ゲーム等が長続きせず、トラブルになる

(3) 自己の理解と行動の調整に関すること

〈自己認識〉

①「何もできない」と言って、しない

②自分のことについて話すことが苦手である

③自己評価が低すぎる、または高すぎる

④できないことをできると言ったり、しようとしたりする

〈行動の調整〉

①「はいはい」と何にでも手をあげる

②力の加減をつけられない

③大人や友達とかかわろうとするが、かかわり方が適切でない

④「待ってね」「後でね」と言われても、自分のしたいことを我慢できない

⑤細かいことにこだわりすぎる

⑥場面に関係のない話をする

⑦気持ちの切り替えができない

⑧要求がかなわず、いらいらしてしまったときに人にあたってしまう

(4) 集団への参加の基礎に関すること

<集団活動への参加>

① 集団の中に入りたがらない										
② 集団の活動になると不安定になったり、泣いたり大声を出したりする										
③ 自分がいるべき場所、集団や仲間が分からない										
④ 集団に入っても誰ともかかわらない										
⑤ 集団の中でトラブルを起こしやすい										

<集団に参加するための手順やきまりの理解>

① 集団のルールを守ることができない										
② 公共の場所でマナーを守ることができない										

4 環境の把握

(1) 保有する感覚の活用に関すること

<触覚>

① 触覚刺激を受けても反応が見られない										
② 身体(顔や髪のも)に触れられることや、手を繋ぐことを嫌がる										
③ 過度に好き、または嫌いな感触がある										
④ 靴下、手袋、マフラー、帽子等をつけたがらない										

<前庭覚>

① 姿勢変換を極端に嫌がる										
② 高所や不安定な場所を嫌がる										
③ 揺れや回転の刺激を受けても、あまり反応が見られない										
④ 大きい揺れや激しい回転を好み、いつまでも要求する										

<固有覚>

① 目で確認しないと「手を真横に挙げなさい」等の指示に正確に応えられない										
--------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<視覚>

① 暗い場所と明るい場所の移動で反応(瞳孔の収縮、まばたき等)が見られない										
② 太陽光は感じているが、ライトや電気スタンドの点滅には、反応が見られない										
③ 注視・追視ができない										

<聴覚>

① 呼びかけや音に対する反応が見られない										
② 大きな音には反応するが、身近な人の声のする方に視線を向けることがない										

(2) 感覚や認知の特性についての理解と反応に関すること

<視覚の過敏性>

① 日光や蛍光灯の光が気になったり、まぶしかったりして、目が開けられない										
--------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<聴覚の過敏性>

① 特定の音に耳をふさいだり、泣いたりして、不快感を訴える										
② 普通の高さや大きさの声で話しかけられても驚く										

<触覚の過敏性>

① 軽く触られたときに過度に痛がる										
② 人と手をつなぐことを嫌がる										
③ 砂遊びなど手足が汚れる遊びを避ける										
④ 裸足になることを嫌がる										
⑤ 特定の素材の服を着ることができない										

<口腔内の過敏性>

① 濃い、または薄い味の食べ物が苦手である										
② 固い、または軟らかい食べ物が苦手である										
③ 混ぜご飯が苦手である										
④ 歯磨きでブラシが歯ぐきにあたるのが苦手である										
⑤ スプーンやフォークが口に入るのを嫌がる										

<嗅覚の過敏性>

① 臭いを気にしすぎる										
-------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<注意の集中>

① 複数の掲示物から目的の教材に注意を向けることが、難しい										
② 廊下の人が気になったり、新しい人が部屋に入るたびに反応したりする										
③ 教室内のエアコンや加湿器の音が気になる										
④ 一斉に出された指示を聞き逃す										



(5) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関すること

<触知覚>										
①色々な物を触っても、同じような反応を示す										
②物を触って、感触、形、大きさ等の違いを弁別することができない										
<視知覚>										
①色々な物の形状を見て、それらの違いを弁別することができない										
②物の視覚的特徴を見比べて、その違いを弁別することができない										
③色や模様の違いを弁別することができない										
④同じ形で大きさが違う物の大きさの違いを弁別することができない										
<視覚による記憶>										
①目の前で隠された物を探し出すことができない										
②見た物をしばらくの間覚えていることができない										
<聴知覚>										
①音には反応するが、音源の方を振り向くことができない										
②音を聞き分けることができない										
③音に対する反応はあるが、音や音楽を意識して身体を動かすことは難しい										
④ざわざわしている中で相手の話に集中できない										
<聴覚による記憶>										
①直前に聴いた音や言葉を一時的に覚えていることができない										
<空間(位置)把握>										
①「片手を前、もう片手を上に出す」等の動きを模倣できない										
②「前に進む」「左に動く」等の指示どおりに動くことが難しい										
③給食の片付けのときに、お盆等を同じ向きに重ねられない										
④並べて提示されたものの中から、向きの違うものを探すことができない										
<時間の把握>										
①時間の長さがわからない										
<恒常性の知覚>										
①向きが変わると、同じ形であるか分からない										
<図-地の弁別>										
①絵本の中から、特定の絵だけを探すことが難しい										
②塗り絵をするときに、枠からはみ出してしまう										
<全体-部分関係の知覚>										
①分割された形を合成したり、絵を構成したりすることができない										
②絵の一部分を見ても、何の絵であるか分からない										
<分類>										
①色々な物を弁別することはできるが、仲間ごとに集めることができない										
②給食の片付けのときに、食器を分けて置くことが難しい										

5 身体の動き

(1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること

<原始姿勢反射>										
①うつぶせになると、腕を胸辺りに引き込んでお尻が突き出たようになる										
②頭の向きによって手足が動き、左右非対称の姿勢が多い										
<不適切な筋緊張>										
①筋緊張が強い										
②反りが強い										
③背と腰と一緒に動き、体幹の回旋がしにくい										
④背や腰を丸めていることが多い										
⑤良い姿勢で座ってられない										
⑥脊柱側彎がある										
⑦頭部が左右の一方だけを向く										
⑧肩を内側に入れている(前に出ている)										
⑨肩を上げている										
⑩関節拘縮がある										
⑪立ったときに、尻が出ている										
⑫膝が過伸展である										
⑬筋緊張が低い										

＜頭部の動き＞																			
①定額ができていない																			
②あおむけ位やうつ伏せ位で頭部の動きが少ない																			
③座位での頭部の動きが少ない																			
＜うつぶせ＞																			
①うつ伏せ位を取ることが難しい																			
＜座位＞																			
①座位がとれない																			
②座位をとっても、すぐに倒れてしまう																			
③座位はとれるが、良い姿勢で座れない																			
④座位はとれるが、そこから動くことができない																			
＜四つ這い位＞																			
①四つ這い位ができない																			
②四つ這い位をとっても、すぐに倒れてしまう																			
＜膝立ち位＞																			
①膝立ち位ができない																			
②膝立ち位をとっても、すぐに倒れてしまう																			
＜立位＞																			
①立位がとれない																			
②立位をとっても、すぐに倒れてしまう																			
＜姿勢変換＞																			
①臥位⇄座位ができない																			
②座位⇄立位ができない																			
＜上肢・手指の動き＞																			
①上肢の動きがぎこちない																			
②指の動きがぎこちない																			

(2) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関すること

＜臥位のための補助具の活用＞																			
①身体の変形等により、うつ伏せ位を上手く保つことが難しい																			
②側臥位をうまく保てない																			
③楽なあおむけ位がとれない																			
＜座位のための補助具の活用＞																			
①自分で座位を保持できない																			
②短い時間なら一人で座ることはできるが、すぐにバランスを崩して倒れることが多い																			
③座位はとれるが、姿勢が崩れやすい																			
＜膝立ち位のための補助具の活用＞																			
①自分で膝立ち位を保持できない																			
②膝立ち位はとれるが、すぐにバランスを崩して倒れることが多い																			
＜立位のための補助具の活用＞																			
①自分で立位を保持できない																			
②立位はとれるが、すぐにバランスを崩して倒れることが多い																			
＜食事のための補助具の活用＞																			
①一口量が多くむせる																			
②スプーンを噛む																			
③スプーンを口の奥まで差し込む																			
④上手に握ったり、すくったり、口に運んだりするスプーンの操作が難しい																			
⑤箸を使ってうまく食べられない																			
⑥食器から食べ物をすくうことができない																			
⑦食器をしっかりと支えきれないで、うまくすくえない																			
⑧コップを握ることが難しい																			
＜排泄のための補助具の活用＞																			
①座位のバランスが不十分なため排泄するのが難しい																			
＜衣服の着脱のための補助具の活用＞																			
①握る力が弱く、ボタンの留め外しが難しい																			
②ファスナーの上げ下げが困難である																			
③靴下を履くのが難しい																			

(3)日常生活に必要な基本動作に関すること

<食事動作>

①食べ物に手を伸ばすことはできる										
②手づかみで食べ物を口まで運び、食べることはできる										
③フォークを握る力や手の動きの調節が難しく、うまく刺せない										
④スプーンを握る力や手の動きの調節が難しく、うまくすくえない										
⑤スプーンやフォークですくったり、刺したりはできるが、口元に運べない										
⑥フォークやスプーンは使えるが、箸を使って食べるのは難しい										

<排泄動作>

①洋式便器に一人で座って、排泄することができない										
②排泄時に、ズボンやパンツの上げ下げができない										
③ズボンやパンツを全部下ろし、お尻を出して排尿する										
④排泄後、紙で汚れを拭くことができない										
⑤レバーを動かしたり、ボタンを動かしたりして、水を流すことができない										

<更衣動作>

①上着(シャツ等)の脱着が難しい										
②服の前後を間違える										
③ボタンの留め外しができない										
④ズボンの着脱が難しい										
⑤靴下の着脱が難しい										
⑥靴の着脱が難しい										

<歯磨き動作>

①歯ブラシで歯をみがくことができない										
②うがいができない										

<入浴動作>

①身体を洗うのが難しい										
②髪を洗うのが難しい										

<手洗い・洗面動作>

①蛇口をひねることができない										
②手を洗うことができない										
③タオルで拭く習慣が身につけていない										
④洗顔がうまくできない										

<書字・描画動作>

①筆記用具を握れない										
②筆記用具を握られるが動かしがぎこちない										
③図形や文字を書くことが難しい										
④目と手の協応動作がぎこちない										
⑤筆圧が弱い、または強い										

(4)身体の変位能力に関すること

<寝返り>

①あおむけからうつ伏せになることが難しい										
②うつ伏せから仰向けになることが難しい										

<這っての移動>

①肘這い移動ができない										
②背這い移動ができない										
③四つ這い移動ができない										
④高這い移動ができない										
⑤座位でのずり這い移動ができない										

<歩行>

①安定したつかまり立ちができない										
②安定したつかまり立ちはあるが、伝い歩きはできない										
③伝い歩きはあるが、足を踏み出すこと(自力歩行)ができない										
④歩行はあるが不安定である										
⑤歩いているとき途中で方向が変えられない										
⑥歩いているとき立ち止まることができない										
⑦後ろに下がることができない										

⑧坂道やスロープを登れない										
⑨坂道やスロープは登れるが、下りるときにバランスを崩しやすい										
⑩階段を昇ることができない										
⑪階段を下りることができない										
⑫段差のあるなしに関わらず、つまずきやすい										

＜移動のための用具の活用＞

①下肢をある程度、随意的に動かすことができるが、つかまり立ちはできない										
②つかまり立ちや下肢を随意的に動かすことができるが、自力歩行はできない										
③短時間の立位保持はできるが、自力歩行はできない										
④数歩の自力歩行ができるが、すぐに座り込んでしまう										
⑤歩行器で歩くことができる										

＜松葉杖、杖の活用＞

①歩行器や介助歩行はできるが一人で歩くことはできない										
----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

＜車椅子の活用＞

①車椅子(電動も)を利用して、移動することができない										
②車椅子⇄床等、高さが異なる場所へ乗り移ることができない										
③車椅子⇄ベッドや便器等、同程度の高さの場所へ乗り移ることができない										
④車椅子(電動も)を上手く運転することができない										

(5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること

＜机上での作業姿勢＞

①座っている姿勢が悪い										
-------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

＜上肢・手指を使った諸動作＞

①目的の物に手を伸ばして、触れることが難しい										
②活動に必要な物を握ることが難しい										
③手首を動かして、物をうまく叩くことができない										
④スイッチを押すことが難しい										
⑤ドアを押して開けることが難しい										
⑥ドアや窓をスライドさせることが難しい										
⑦ボールを上手く投げるのが難しい										
⑧拍手が上手くできない										
⑨大きな物が運べない										
⑩型にうまくはめることができない										
⑪積み木をうまく積むことができない										
⑫物を両手で積み重ねる作業が難しい										
⑬ドアのノブや蛇口、瓶の蓋などをひねることが難しい										
⑭水道の蛇口をひねることができない										
⑮びんの蓋を回して開けることができない										
⑯物を持ち替えることが難しい										
⑰物をつまめない										
⑱ペグさしが難しい										
⑲ひもやビーズ通しが難しい										
⑳ひも(靴紐も)を結ぶことが難しい										

＜下肢を使った諸動作＞

①腰をかがめて物をとるができない										
②中腰姿勢が保てない										
③ボールを蹴るのが難しい										
④自転車のペダルがこげない										

6 コミュニケーション  
(1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること

＜表情などの表出＞

①刺激に対する反応が乏しい										
②表情の変化に乏しい										
③特定の刺激(好きな人やおもちゃ等)には、何らかの表情やしぐさを表す										

＜要求＞

①要求を伝える手段が限定されている(泣く、怒るなど)										
----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



②単語で伝えることが多い									
③まとまりのある文で話さない									

(4)コミュニケーション手段の選択と活用に関すること

〈絵やシンボル〉

①手や腕を引いたり、指さしたりして、要求の意思を表示する									
②言葉や文字は理解できないが、写真や絵等は認識できる									
③1枚のカードを使って、要求を伝えることができる									
④特定の場面で、カードを活用したコミュニケーションをとることができる									

〈文字〉

①文字を知っているが発声できなかつたり、言葉が不明瞭だつたりする									
----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

〈身振りやサイン〉

①内言語はあるが、身振りやサインで自分の意思を伝えることが難しい									
②運動・動作のコントロールが難しく、正確な身振りを行うことが困難である									

〈機器〉

①機器を使って、コミュニケーションを取ることが難しい									
②絵や写真を理解できるが、書いたり、話したりすることが難しい									
③文字や言葉を理解できるが、書いたり話したりすることが難しい									

(5)状況に応じたコミュニケーションに関すること

〈状況に応じたコミュニケーション〉

①場所や場面、状況などに応じた適切なあいさつができない									
②質問に対する適切な返答をすることが、できない									
③相手の話を最後まで聞かないで、すぐに話そうとする									
④自分の話したいことだけを一方的に話す									
⑤相手の気持ちを察することができず、ひどい言葉や嫌がる言葉話す									
⑥敬語が使えない									
⑦場所や場面、状況などに応じた声の大きさと話せない									