



～じゅうにんという～

9月号からは子どもたちの課題をタイプ別に紹介して支援・指導の方法について考えます



手先が不器用な**ブキツチヨ**タイプさん



スプーンや箸の使い方が  
ぎこちない

シールを貼るときに  
ぐちゃぐちゃになってしまう



服などをたたむのが  
苦手

塗り絵をするときに  
雑にぬってしまう



スプーンやお箸、ハサミやクレヨンなどの道具を使うためには、手指の触覚や固有感覚を細かく感じ分けて、その違いに応じて手の使い方を柔軟に変えることが重要です。道具をうまく使えない、使い方がぎこちないといった様子が見られる子どもは、これらの感覚情報をうまく使えていないのかもしれません。

手指をうまく使うには「**3対2の法則**」が重要です。一般的に、親指側の3つの指（親指、人差し指、中指）は「**運動性**」を小指側の2つの指（薬指、小指）は「**安定性**」をそれぞれ担っています。



この役割分担によって、私たちは手指の細かな操作や道具の使用ができるのです。

まずは、小指側の安定性が先に発達し、そのうえで親指側の運動性が発達していきます。

～支援の方向性～



手指の微細運動が苦手な場合、姿勢の安定を確保（座位の安定等）や手指のイメージを高める運動が必要になりますが、先に記した「3対2の法則」の発達を促す活動について紹介していきます。



手指の「**3対2の法則**」の発達を促す活動

手指の役割分担をつくる土台として、手で体重を支えたり、手全体で物をしっかりと握ったりすることが重要です。そのうえで、親指側の運動性を引き出すために、物をつまむ活動を取り入れましょう！！

- ・小指側の「安定性」を引き出す活動  
四つ這い、雑巾絞り、ジャングルジムなど



- ・親指側の「運動性」を引き出す活動  
コイン入れ、皮むき、ちぎり絵など

