

# 自閉症の子どものための やさしい歯みがき指導

## オリジナル指導教材 絵カード 仕様説明書

### ●この動画のねらい

「きちんと歯みがきの場所を伝えたい」という保護者の声から作成されました。

この絵カードは、視覚的な情報を理解することが得意な自閉症の子どもたちの歯みがきの自立にむけて少しでもお役立ていただけるように作成されたものです。なんとなく習慣で行っている歯みがきではなく、「どこに、ハブラシをどのように当てればいいのか」がわかるように、ハブラシが歯に当たっている絵カードを収納しました。


### ●絵カードの内容

- 絵カード：37枚（内訳：歯を磨いているカード（12枚） / 模型の歯を磨いているカード（16枚） / 歯みがきの始めと終わり、うがいなどのカード（9枚））
- 絵カードの画像は、歯みがきで大切な「どこを磨けばいいのか」がわかる内容で、余分な刺激に注意がそれないように工夫されたものです。
- ハブラシが歯に当たっている画像なので、歯の部位だけでなく「歯を磨くという」内容に結びつけられるようになっています。
- 子どもたちの、現状にあわせて歯みがきの箇所は1ヶ所から順番に増やしていくことが可能です。
- お口のかたちの練習カードを見せながら、歯みがきをするときのお口の形の練習ができます。

制作・著作：一般財団法人サンスター財団

## ● ご使用にあたって

子どもの特性を考慮しながら以下の点に注意しながらご使用ください。

- 歯みがきをする場所は、おもちゃなどの刺激のない一定の場所で行うようにしましょう。
- 歯みがきの時間帯を、日によって変えたり、磨いたり、磨かなかったりすると習慣がつかないだけでなく、混乱してしまうかもしれません。子どもがわかりやすいように、一日の日課の流れの中で習慣化するようにしましょう（例、入浴後、歯をみがく）。
- まったく歯みがきをしたことがない子どもには、「アーの口」と「イーの口」のカードを使って、口の形の練習を行うのもよいでしょう。
- 歯みがきをいやがるお子さんの場合は、無理をせず、カード1～2枚からはじめましょう。また、「おわり」のカードを示したら、必ずおわるようにしましょう。
- はじめてカードを使うときは、あらかじめお子さんといっしょにカードを見ながら、まず大人がみがいてみせて、お子さんが安心できるようにするとよいでしょう。
- 歯みがきの順番（カードの順番）は、毎日同じ順番にすると定着しやすくなります。
- 仕上げみがきを行うときは、仕上げみがきのカードも最後に付け加えて、歯みがきを始める前に伝えておきましょう。
- 始めから、ひとりでみがけなくても大丈夫です。援助は、手を添える、みがいている場所を指差しする、声かけ、見守り、自立へと進めていきます。声かけをするときは、「短く」「肯定文」で「簡潔」に行うことが大切です。
- めくり式  にして使用するときには、子どもがめくりやすいようにカードの裏に厚紙を貼ったり、タックシールをはるなどするとよいでしょう。
- 遊びながら歯みがきをする傾向がある場合は、歯みがきのあとに遊べることを伝えておきましょう。

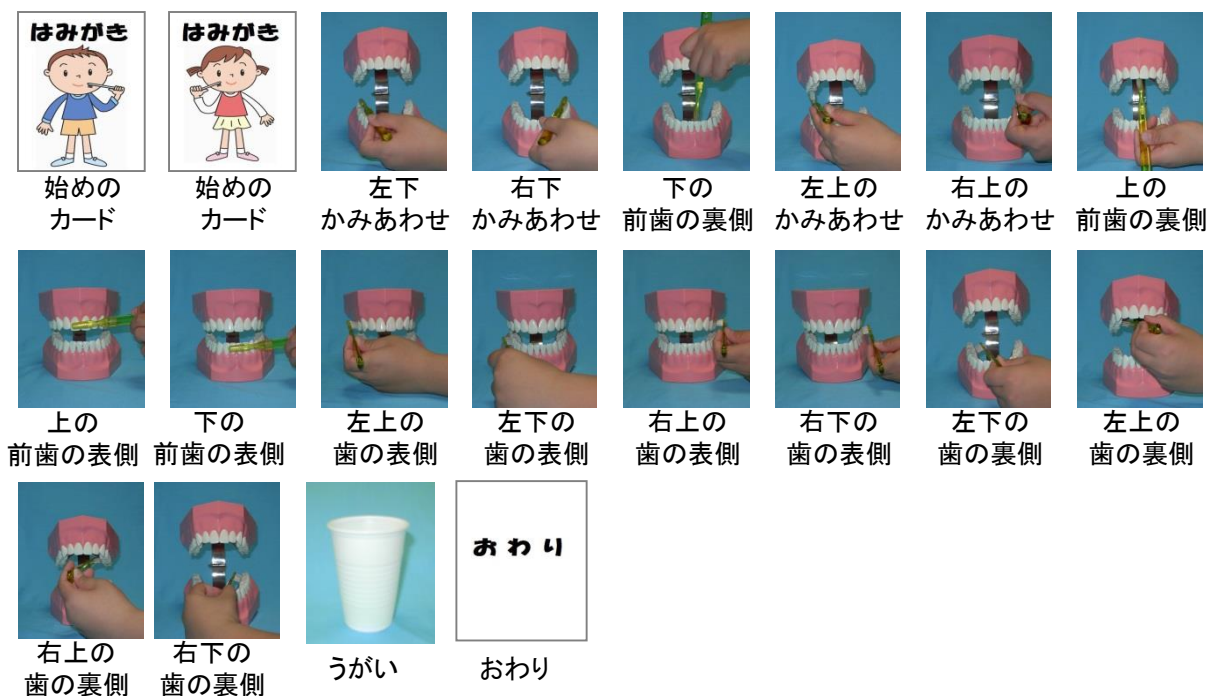
（これらの方法は一例ですので、すべての子どもにあてはまるものではありません）

● 絵カードの内容 (39枚)

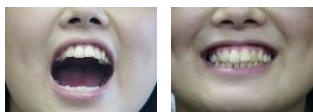
● 歯を磨いているカード他 (15枚)



● 模型の歯をみがいているカード他 (20枚)



● 口の形の練習 (2枚)



アーの口      イーの口

## ●カードの並べ方

- 一度にすべてのカードを使うことは、子どもに負担をかけるかもしれません。
- ここでは、いくつかの例を挙げますが、子どもにあわせてご選択ください。
- ただし、日によってカードの枚数や順番が違くと混乱を招くかもしれません。  
できるだけ、一定の順番で少しずつ増やしていかれてははいかがでしょうか。
- カードの順番や枚数を変更するときは、歯みがきを始める前に伝えておきましょう。

### ステップアップの方法の例

#### 6ヶ所の歯みがき



#### 12ヶ所の歯みがき



#### 16ヶ所の歯みがき



画像や文章などの一部または全部を無断で転用、複製することはできません。