

手足の不自由な子どもたち

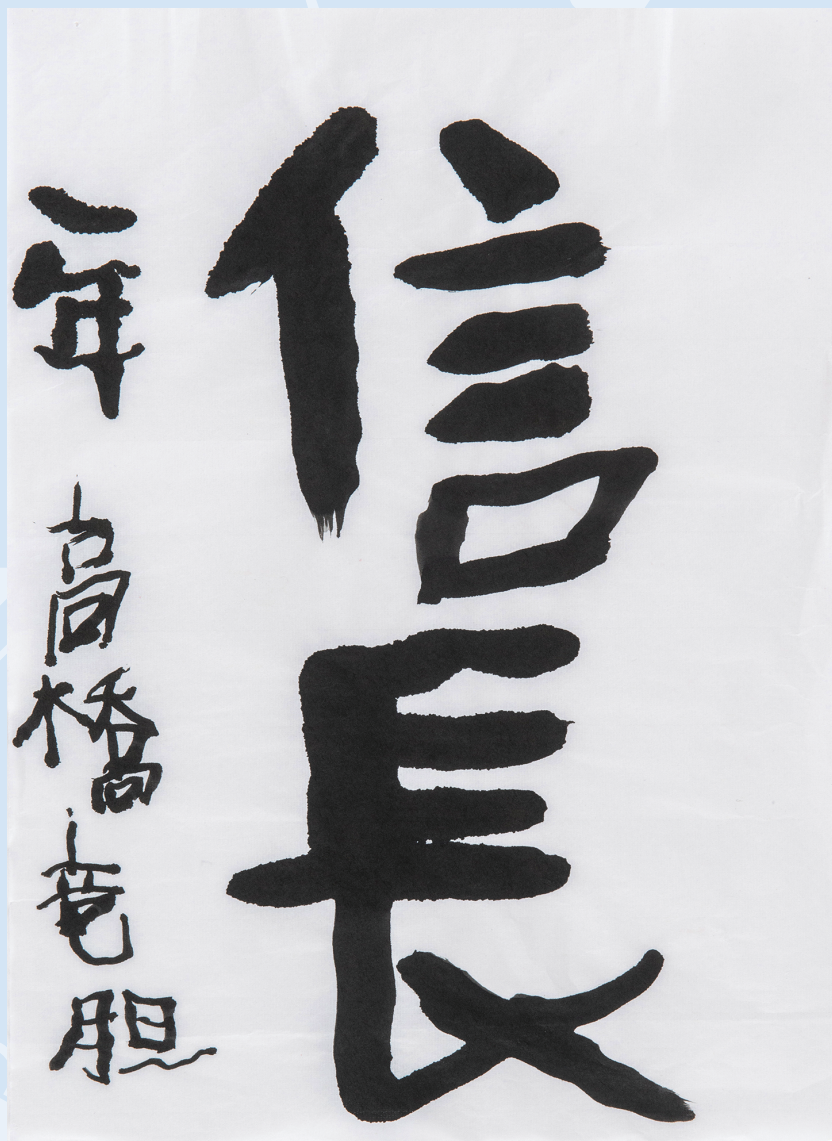
# はげみ

令和2年度/No.395

12/1

December—January

特集 思春期の心とからだ



第38回肢体不自由児・者の美術展入賞作品『ぼくの好きな戦国武将』  
高橋 竜胆 (15歳)



# はげみ

令和2年度  
12・1月号

はげみ通巻395号



## 目次

広場 豊かな思春期を過ごす

—多彩な社会参加に繋げるために—…………… 小崎 慶介…2

### 特集 思春期の心とからだ

総論 思春期のからだの変化…………… 高橋 千恵・北中 幸子…4

各論1 思春期の心の変化…………… 長瀬 美香…12

各論2 思春期の心の変化

—自分を取り巻く人や社会との関わり—…………… 徳井 千里…17

各論3 思春期の運動機能の変化と効果的なストレッチについて…………… 田中 弘志…22

各論4 重度肢体不自由児の思春期での体の変化と支援…………… 北住 映二…26

各論5 身体に障害のある子どもへの「性と生」の発達支援

「他者と生きる力」を育むこと…………… 伊藤 正恵…32

各論6 当事者として

①思春期を振り返って…………… 上原 大祐…39

②学校での親離れ・子離れを経験して

～付き添い経験者の保護者の立場から～…………… 川田美千代…45

ミラコン 一人で出かけたけど…………… 池山 瑠南…49

今号の表紙…………… 高橋 竜胆…54



# 広場

## 豊かな思春期を過ごす

—多彩な社会参加に繋げるために—

心身障害児総合医療療育センター 所長

小崎 慶介

思春期は、生物としてのヒトが、子どもから大人に移行する時期にあたり、概ね10代を指します。

今号を手にとられている、かつて子どもだった皆さん、あなたの思春期はどんな感じでしたか？

- ・クラブ活動などやりたいことに打ち込んで充実していた（県大会や全国大会に出た！）
- ・彼氏や彼女と（良くも悪くも）かけがえのない思い出ができた
- ・超楽しい学校生活だった

- ・ 超楽しい学校生活だった
- ・ 特別なことはなかった
- ・ 学校を含めてあまり楽しくなかった
- ・ 親と衝突ばかりしていた
- ・ 人生の悩みが沢山あった

など、「ちよっと」暗い」系まで、色々な思春期を過ごされたと思います。（ちなみに、中高一貫男子校十長距離通学だった私は、「リア充」よりは「リアハ重・渋・戎・・・」に近かったかもしれませんが特

別なこともなく、（誰かさんに叱られるような）「ボーツ」とした「平凡な」日々を過ごした気がします。今になって考えると、この「平凡な」は貴重なものだと思われるのです（…）

\* \* \*

生物としてのヒトが、子どもから大人に移行する時期には、大人になられた読者の皆さんも経験されたように、心もからだも大きく変化します。今号の特集では、主に医学、心理学的な面から手足の不自由な子どもに起こり得る思春期の変化について、さまざまな立場から解説をいただくとともに、本人や家族を代表して貴重な経験談をお寄せいただいております。

思春期を引き起こしている最大の立役者は、ホルモン（内分泌）です。総論では、小児内分泌学が専門の東京大学小児科の高橋・北中両先生から、思春期に子どもの体の中で生じるホルモンの変化について、わかりやすく解説いただ



きます。

各論1では、まず、心身障害児総合医療療育センター（以下、当センター）小児精神科の長瀬先生が子どもの成長に伴って起きる心の変化について、乳児期から思春期を通り抜けた後までを通して解説し、家族の対処の考え方や思春期に見られがちな心の不調などについても紹介しています。

各論2では、当センター心理科の徳井先生が、思春期の発達課題、危機（特に不登校）、人間関係の育成について解説し、特に、移動に介助が必要な子どもに潜在する問題を指摘していきますのでご覧ください。

各論3では、当センター整形外科の田中先生が、手足の不自由な子どもたちの成長期におきやすい運動面や姿勢、からだの硬さの問題について、実践的な方法を紹介しています。慣れば10分〜15分でできるようにコンパクトにまとまっていますので家庭で試してみてください。

各論4では、当センター小児科の北住先生が、思春期を迎えた重症心身障害児・医療的ケア児に起きる心と体の変化とその対処の考え方について詳しく解説しています。そして、思春期を考えるうえでは、「性と生」の問題を切り離すわけにはいきません。日本では、なかなか正面切

って取り上げるのは難しい問題ですが、各論5では、当センターの長期入所病棟でのさまざまな取り組みについて、伊藤看護師が紹介しています。家庭と異なり、交替制で多くの職員が子どもたちに関わる環境ですので、より明示的に情報を共有することが求められています。家庭で困ったときの対処の参考になれば幸いです。

各論6では、充実した思春期、特に中学生時代を過ごされたという上原大祐さんから、「一見できそうにないこと

でも、できる方法をまわりと一緒に考える」という人生の基本方針を会得された経験を伝えてもらいました。

もう一つ、高等部3年生という思春期を通り過ぎる時期にある子どもの保護者である川田美千代さんからは、重度の医療的ケアがあっても、「親離れしたい」という子どもの気持ちをまっすぐに受け止められている様子を伝えてもらいました。

\* \* \*

私はこの3年ほど、国立研究開発法人日本医療研究開発機構（AMED）の「障害児家族の適切な親子分離をはかり親子それぞれの社会的自立を促すための支援パッケージ開発に関する研究」に関わる機会をいただきました。この研究においては、就学前から障害児家庭に適切な親子分離についての情報提供とピアカウンセリングを行うという取り組みが試みられ、研究に参加された家族からは、「思春期以降のわが子の人生を、就学前という早期から考える意義と必要性が理解できた」といった肯定的な意見を多くいただきました。

また、今号の中で徳井先生が指摘されているように、令和4年4月から「成人年齢」が18歳に引き下げられます。これは、「大人になる準備」の開始を求められる時期が前倒しされることを意味しています。

今号が、思春期さなかの家庭のお悩み解決だけではなく、これから思春期を迎える家庭にとっての心の準備にもお役に立てば何よりです。

誌面の関係で、「学校における思春期」の話題については、またの機会に特集したいと思います。お楽しみに。