

# 「背もたれマット」



①バスマットを椅子の背もたれの大きさに切って、バスマットを重ねて厚みを調節する

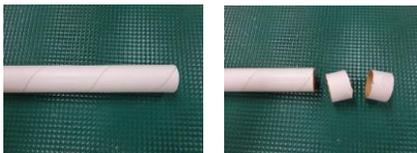


②布ガムテープで巻き、椅子の背もたれに合わせて紐をつける



出来上がり！

# 「足のせ台」



①ラップの芯などを「足のせ台」と同じ高さに2つ切る



②新聞紙や雑誌・カタログなどを重ねて高さを調節する



③テープで巻いて、ラップの芯もテープでつける



出来上がり！

ラップの芯の穴に椅子の前足を入れるとずれにくくなります

# 「足のせくん」

①ラップの芯などを椅子の幅に合わせて切る



②左右に4つの切り込みを入れる



③左右に2片を内側に折り込む



ブログ「T-Worldへようこそ」より



⑤テープを貼って出来上がり！



④イスの前方の足にはめ込み、高さを調節する

百均の「組み立て式ボックスの支柱」として売られているダンボール製のパイプを芯材に利用することも可能です

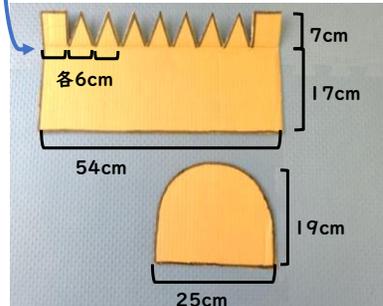
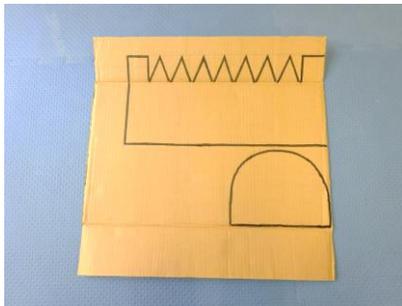
# 「ダンボイス」

材料  
ダンボール  
ボンド  
布ガムテープ

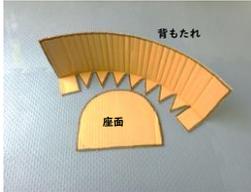


☆ダンボールのなみなみが縦になるようにします  
(背もたれが曲がりやすくなる方向にします)

☆段ボールのももとの折り目を利用します  
(自分で折り曲げる必要がなくなります)



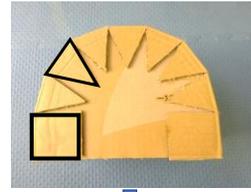
①背もたれのダンボールに折目を入れて曲がりやすくします



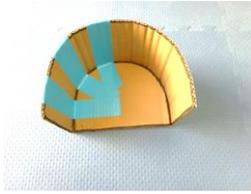
②座面と背もたれを合わせてぴったりになるようダンボールを切ってに大きさを整えます



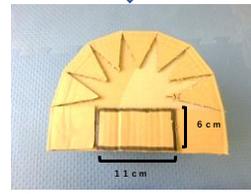
③四角と三角にボンドをつけて座面と背もたれを接着します



⑥布ガムテープをすべて貼ったら出来上がり!



⑤布ガムテープを中心から外側に貼っていきます



④補強のために座面裏側にダンボールを貼ります

## 基本形からアレンジ



机に引っかかる部分をカットして椅子が引けるようにします

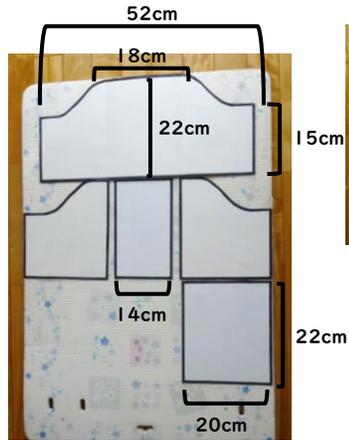


ダンボールを細長く切ってグルグル。股に付けると安定しやすくなります

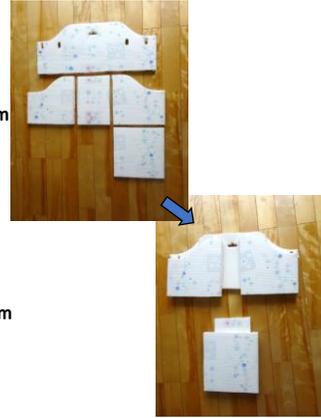
# 安定マット



①バスマットを利用します



②バスマットの裏の溝が縦になるようにします。溝も左右対称になるようにカットします  
(型を中心から合わせるとよいです)



③外側に平らな面が来るようにします。

7

④養生テープで端を固定します



⑤椅子の形になるよう養生テープで固定します



⑥バスマットが重なるところを布ガムテープで固定します



⑨出来上がり！



⑧形を整えながら布ガムテープを巻きます



⑦端をすべて布ガムテープで固定します

8

# 椅子のアレンジ

百均の棒状ウレタンを椅子の幅の長さにカットしかまぼこ型に切る



フェイスタオルを楔状になるよう折りたたむ



座面の前方に養生テープで固定



座面の左右に養生テープで固定



座面の前方に養生テープで固定



座面の左右に養生テープで固定



ブログ「T-Worldへようこそ」より

9

9

資料⑥

# 「おしりすべりま線」



①ロープを準備します  
(少し太めの方がモモの後ろで  
感じやすい)



②お尻より少し前に設定します



③養生テープで固定します

10

# 「体育すわりくん」

①ダンボールを準備します

②四隅に切り込みを入れて内側に折り込みます

③余っているダンボールを箱の長さに切って丸めます

④箱の隅に入れて曲げこみます

⑤別の隅にも丸めたものを入れます

⑥布ガムテープで固定して出来上がり！

お尻がすっぽり入って安定しますね。

ブログ「T-Worldへようこそ」より

11

## 体育すわり 他のグッズ



ダンボイス (資料④)



新聞紙を輪投げ状にして布ガムテープで巻いたもの



ダンボールの中に入ってもいいかも！

12

## 体育すわり 先生が支援

先生が1対1でつけるときには…



体育すわりをしてお子さん

出来れば先生同士でやってみて、どんな感覚になるのか感じてみてくださいね。



先生は正座になってお子さんのお尻を挟み込みます。少し力を入れて左右から挟み込むとお子さんの姿勢が伸びやすくなります。



先生はあぐらになってお子さんのお尻を足で引き込みます。少し力を入れて足を引き込むとお子さんの姿勢が伸びやすくなります。

## 体育すわり 先生が支援

先生が1対1でつけるときには…



お子さんのお尻を横から両足で挟む方法もあります  
前側の足でお尻を支えることができます



後ろ側の足で背中を支えることができます  
横からなのでお子さんの表情を見ることができます