

多動傾向のあるお子さんへの、 北欧で開発された環境調整方法とは？



ラーゴム・ジャパン

北欧の発想で暮らしに次のゆたかさを

本日の流れ

- i. 会社概要
- ii. 感覚統合から見るチェーンブランケット
- iii. 現場での導入事例
 - 1. 特別支援学校
 - 2. 放課後デイ
 - 3. 個別療育の教室
 - 4. 発達支援センター
 - 5. 歯科
- iv. 導入方法
 - 1. 製品概要
 - 2. 購入方法、割引クーポン
- v. 質疑応答

ラーゴム・ジャパンの紹介



会社概要

- 【会社名】 ラーゴム・ジャパン株式会社
- 【設立】 2016年11月29日
- 【所在地】 〒115-0042 東京都北区志茂2丁目16番3号
- 【事業】 ◎北欧の健康機器、福祉機器の輸入販売
(チェーンブランケット)
◎放課後デイ／児童発達支援施設での
スルーズレンルームの立ち上げ支援など

【創業メンバー】



藤井理夫

文科省委託事業として発達障害早期支援・理解促進事業に携わり、支援機器を探す中でチェーンブランケットと出会う。大学では、ダイバーシティマネジメントを学び、子どもと遊ぶボランティアサークルを行う。社会人になってからは、不動産ベンチャーで事業開発と内部監査を経験。不登校の家庭の支援などのパラレルワークも行っている。



ペレ・スィルイエダール

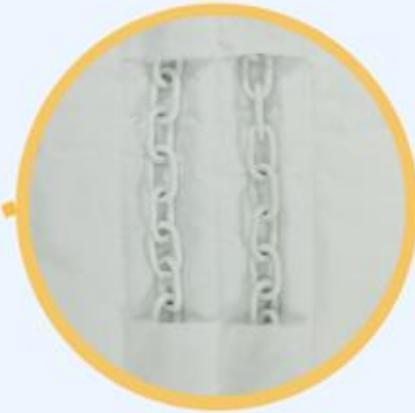
スウェーデン出身。豊田通商を経て、テンピュール・ジャパンを設立、代表取締役役に就任。メディア露出を積極的に行うなど日本における体圧分散寝具ブームの火付け役として活躍。同社退任後、不眠に悩む多くの人の手助けになりたいとチェーンブランケットを日本に紹介する。2016年にラーゴム・ジャパンを設立、取締役役に就任。

スウェーデン発の寝具『チェーンブランケット』



1

中に入ってる重い鎖が
ピッタリ体に沿う！
独特の包まれ感があります。



スウェーデンやデンマークでは、
不眠対策として認知されています。

2

リバーシブル。
感覚に合わせて
裏表を使い分けできます。

布団の断面図



適度な重みを感じることで安心できると言われてています。

様々な種類があり、一番売れているのはシングルサイズで6kgと8kgです。

スウェーデンの国立大学でのチェーンブランケットの研究結果

カロリンスカ医科大学附属病院の作業療法士と臨床神経科学を専門とする医師らの研究グループが重いチェーンブランケット（6～8kg）の研究を行いました。**重いチェーンブランケットは重度のうつや双極性障害、全般性不安障害(GAD)、注意欠如・多動症(AD/HD)のある患者の不眠に対して効果的かつ安全であり、また日中の症状や活動レベルも改善することが発表されました。**本研究は2020年9月15日発行のThe Journal of Clinical Sleep Medicineに掲載されました。

精神障害における不眠に対する加重チェーンブランケットのランダム化比較研究

A randomized controlled study of weighted chain blankets for insomnia in psychiatric disorders

◆研究対象者

重度のうつや双極性障害、全般性不安障害(GAD)、注意欠如・多動症(AD/HD)の診断(複数の診断を含む)を受けていて不眠症状がある18歳から77歳までの男女120人。

◆比較方法

120人をランダムに2つのグループに分け4週間の比較研究を行いました

- ー金属製チェーンが入ったブランケット(重量8kgまたは6kg)を利用したグループ
- ープラスチック製のチェーンが入ったブランケット(重量 1,535g)を利用したグループ

スウェーデンの国立大学でのチェーンブランケットの研究結果

◆評価方法

ー主要評価項目

Insomnia Severity Index:ISI(不眠重症度指数:不眠の治療反応を評価するための精神測定指標)

ーその他の評価項目

Fatigue Symptom Inventory(倦怠感の評価指標)

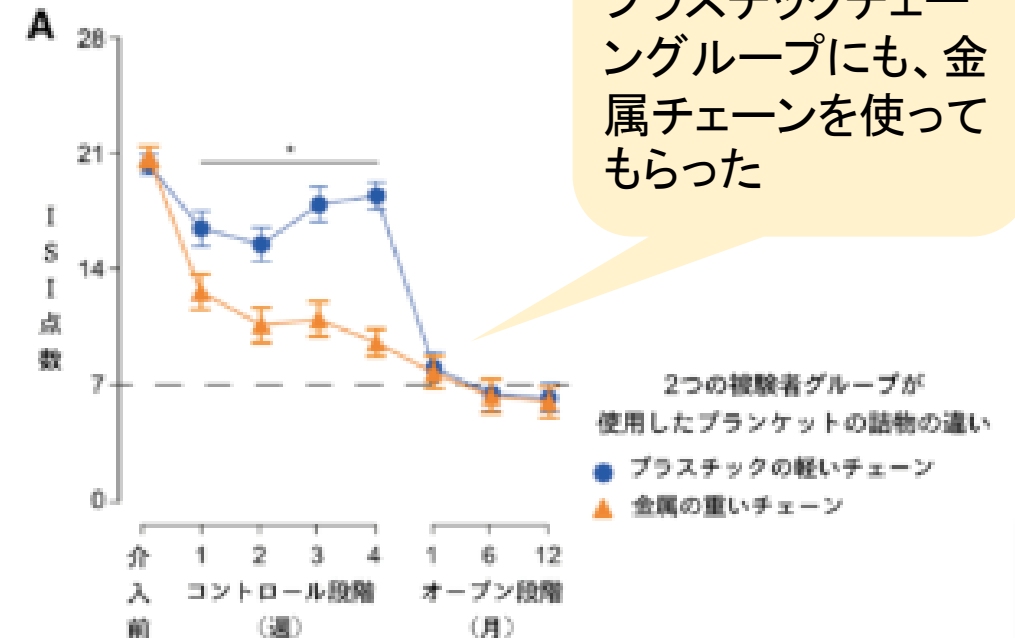
Hospital Anxiety and Depression Scale(不安とうつ病のレベルを決定するため尺度)

◆結果 (一部抜粋)

金属製チェーンが入ったブランケットを使用したグループ(64人)は、第1週目に統計的に有意なISIの改善を示しました。(4週間でISIの中央値は21.7点→9.2点)

12ヶ月間の非比較段階では、ほとんど全ての被験者で有意にISIの改善を認め、最終的な被験者(112人)の78%でISIの点数が睡眠障害として分類されない段階(8点未満)まで低下を認めました。

ISI点数の推移



Ekholm B, Spulber S, Adler M. A randomized controlled study of weighted chain blankets for insomnia in psychiatric disorders. *J Clin Sleep Med*. 2020 Sep 15;16(9):1567-1577. doi: 10.5664/jcsm.8636.

「精神障害における不眠に対するチェーンブランケットのランダム化比較研究」
エークホルム B、スプルバー S、アドラー M
the Journal of Clinical Sleep Medicine 「臨床睡眠医学ジャーナル」2020;
16(9):1567-1577.

不眠以外のニーズでも、
福祉施設、医療機関で、応用的に利用されています



療育の教室



歯科受診時



特別支援学校



放課後デイ

感覚統合からみる チェンブランクエット



施設でこんな困りごとはありませんか？

一度、かんしゃくを起こしてしまうと、そこから気持ちを切り替えるまでにスタッフが付きっ切りになってしまうし、本人も苦しそう。

送迎車の中でも、立ち歩きをしてしまって、毎回、制止するのが大変で子ども達の安全面も心配。



個別の学習支援でも、集中する時間がなかなか取れずに思うように進まない。

興奮してしまったり、テンションが高くなってしまったりした時にクールダウンする良い方法は無いだろうか？

感覚統合の視点から考えてみましょう

感覚統合とは

たくさんの感覚情報・感覚刺激をまとめる脳の機能のことです。

1970年代に、アメリカ（カリフォルニア大学）の作業療法士、ジーン・エアーズ博士が、**人間の発達や行動を、脳における感覚情報の統合という視点から捉えて**感覚統合理論をつくりました。

療育では、感覚統合療法とも呼ばれ、発達障害の子どもへのリハビリテーションで、取り入れられています。

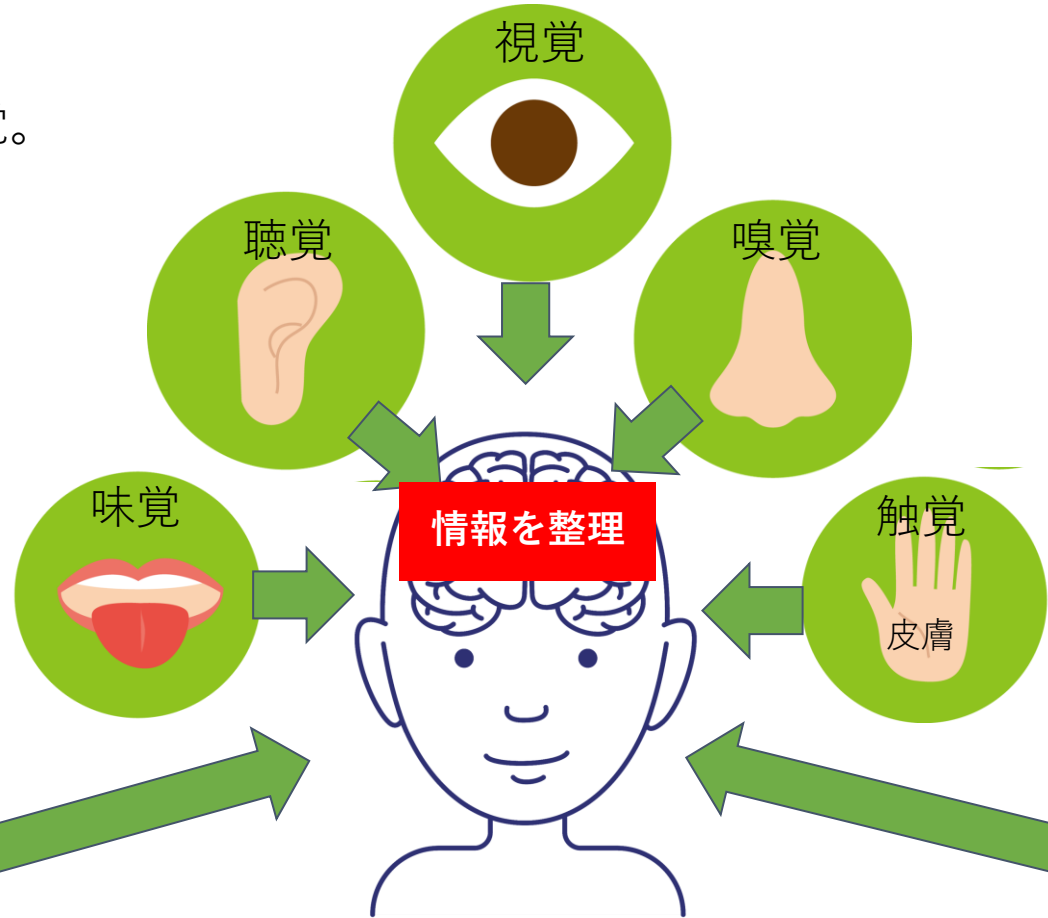
感覚情報とは

固有受容覚

自分の身体各部の位置や動き、力の入れ具合などを感じる感覚。



五感



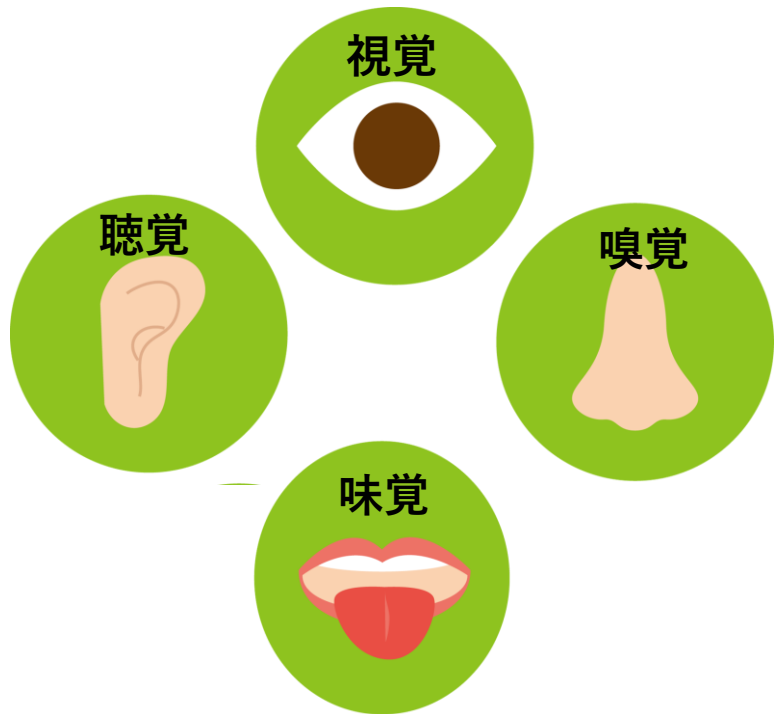
前庭覚

加速度を感じる感覚。例えば、重力や自分の身体（頭）の傾きやスピード、回転など。



私たちは、いつも、脳に入ってきた
これら7つの感覚情報を、統合、整理した上で、出力（処理）しています。

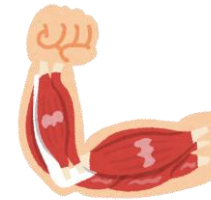
7つの感覚の特徴



- 1) 意識して使える = 識別感覚
- 2) 外の情報を捉える



固有受容覚



位置



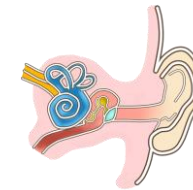
動き



力



前庭覚



揺れ



傾き



重力



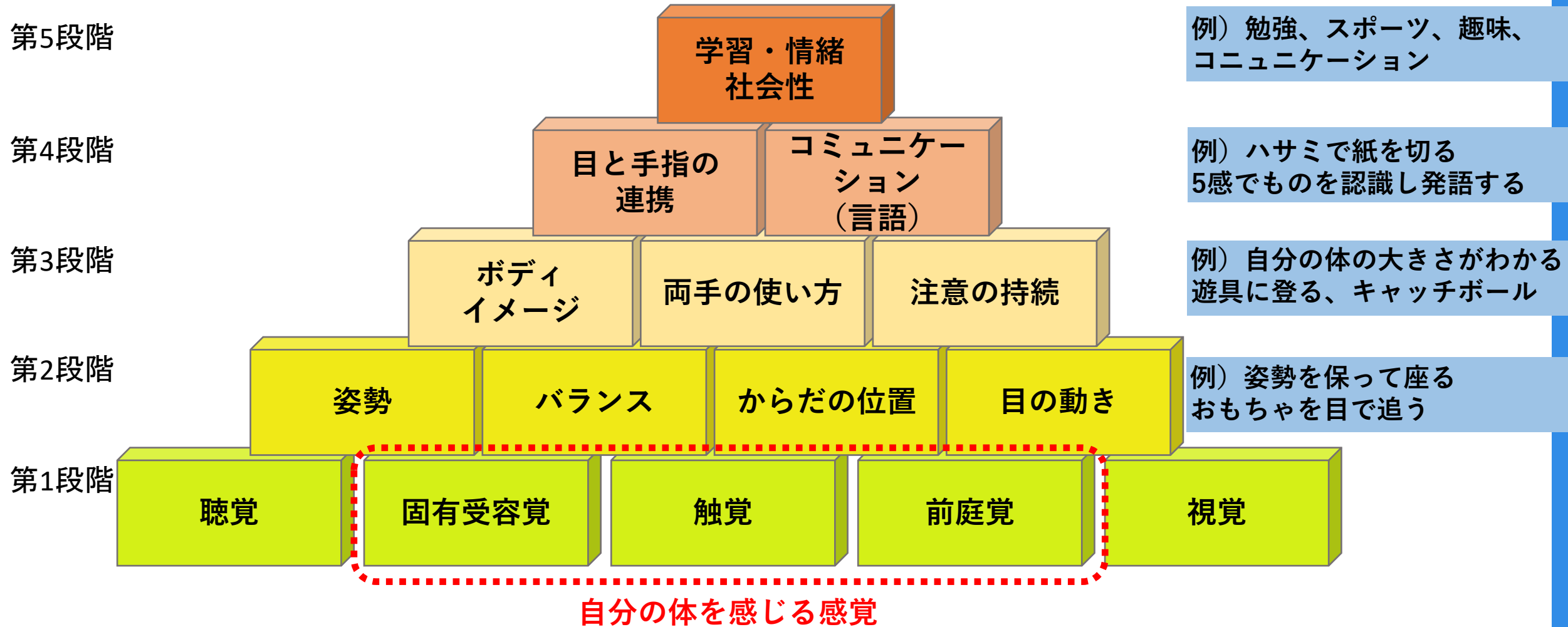
スピード



- 1) 意識せず使える = 原始感覚
- 2) 自分の体を感じる

感覚は、情緒や不安とも深く関わっています

感覚統合は積み木を積み上げるように発達する



土台が不安定だと、上の積み木がうまく積み上がらない



感覚調整障害

感覚に対する反応のタイプ（感じ方）は人によって違います。
ダン（Dann）というアメリカの研究者が、感覚に非常に偏りがある4つの類型を提唱。

感覚回避

感覚刺激を受け取りすぎてしまうため、不快感を抱きやすい。苦手な感覚刺激から距離を取ったり、感情を爆発させて攻撃的になることもある。

- ✓ 歌遊びで耳をふさぐ
- ✓ イライラしやすく怒りっぽい



能動的

感覚探求

足りない刺激を補おうと、自ら感覚刺激を取り入れようとするため、衝動的でリスクの高い行動をとる傾向にある。

- ✓ 高いところから飛び降りる
- ✓ くるくる回り続ける
- ✓ ブランコなど激しい遊びが好き
- ✓ 叩く、蹴る、触る



感覚への反応

過敏

感覚刺激を受け取りすぎてしまうため、過剰に不安になったり、注意散漫になりやすく活動に最後まで取り組めなかったりする。

- ✓ 気が散りやすく落ち着かない
- ✓ 不安が強く他者の助けを要する



感覚の受取り方

鈍麻

感覚刺激が脳に届きづらいため、覚醒が低く、ぼんやりしている傾向にある。そのため、声かけ等の刺激への気づきづらさや、注意集中の続きにくさがある。

- ✓ ぼんやりしている
- ✓ 話を聞き逃す
- ✓ 表情が乏しい
- ✓ 気がつかない



感覚過敏

受動的

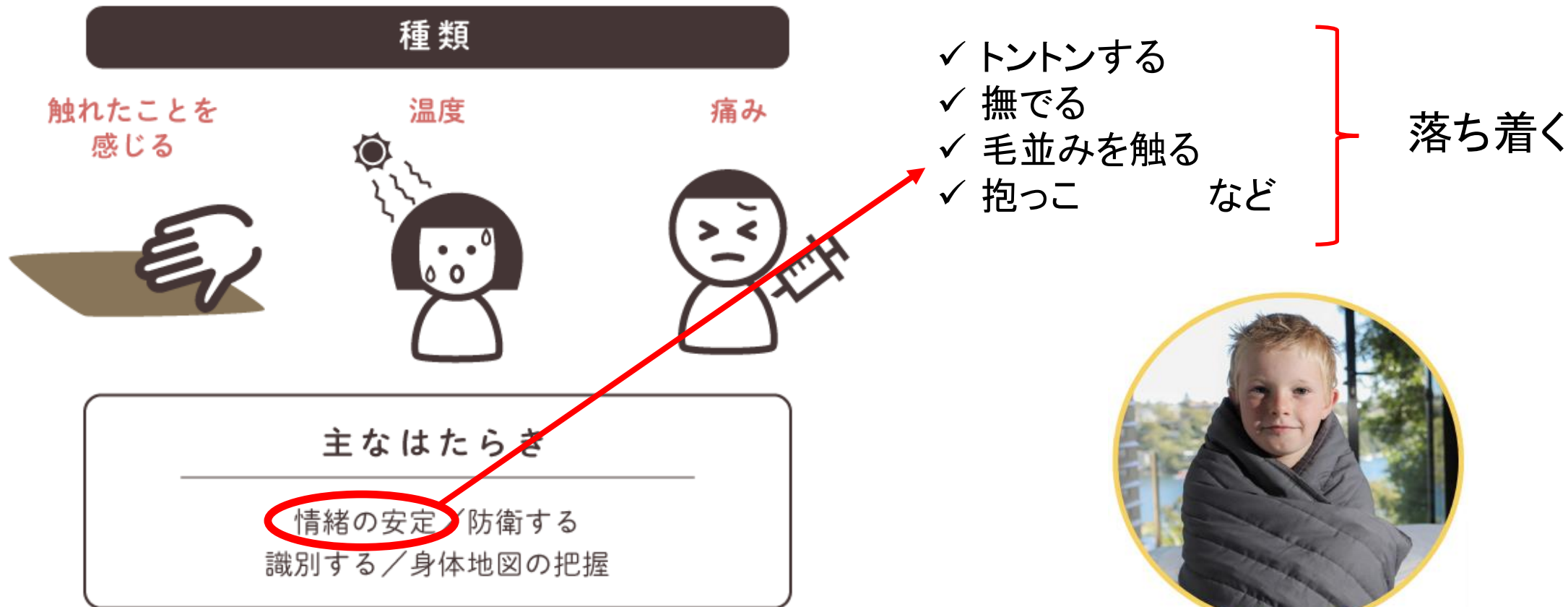
低登録

感覚を四つのタイプに分けて説明していますが、実際は複数のタイプが同居しています。

チェンブランケットによる感覚調節障害への環境調整

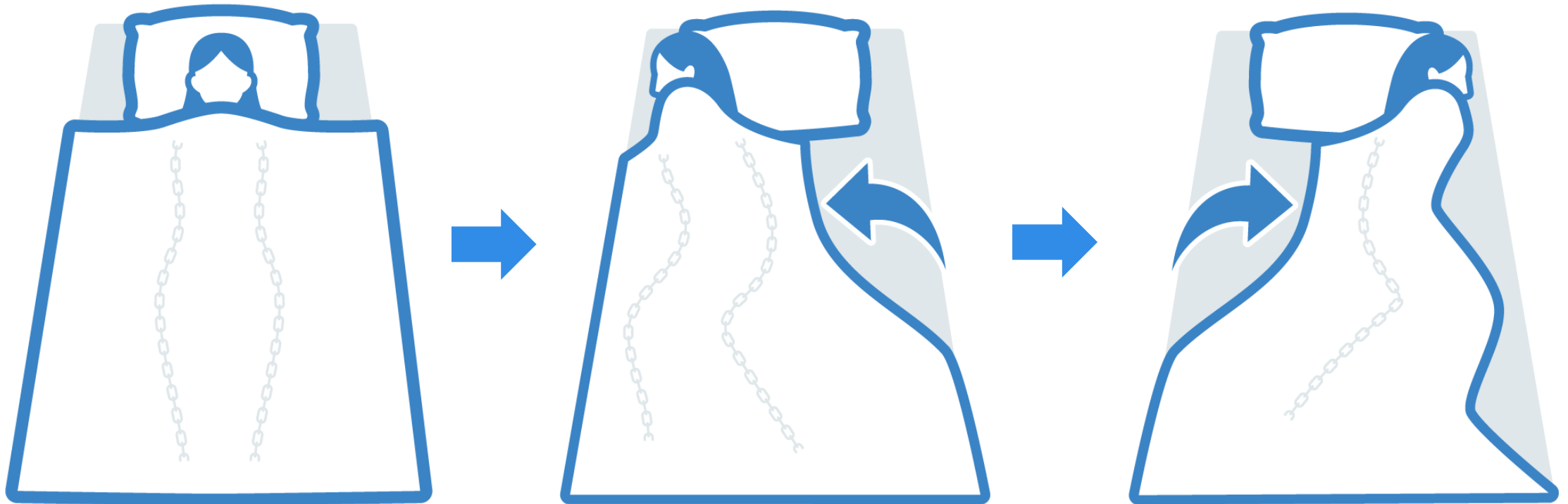
チェンブランケットでは、（標準）8kgくらいの重さで、**肌から触覚に対して、感覚入力がある状態を作ることによって、情緒の安定につながります。**

<触覚の主なはたらき>



チェーンブランケットによるボディイメージの補助

→ボディイメージ（体の輪郭、位置など）を持ちやすくなり、落ち着きにつながります。



感覚の違いによる使い分けも可能

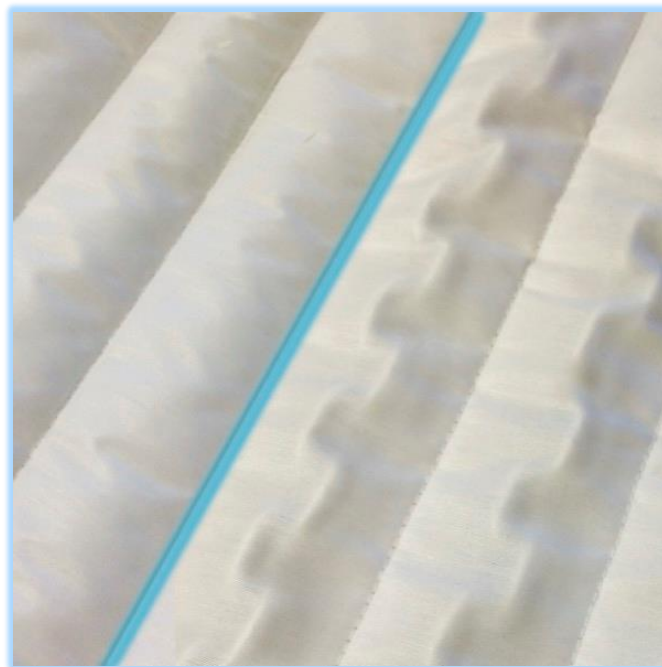
チェーンブランケットがリバーシブルの理由

布団の断面図



主に「鈍麻」傾向の人が好む

主に「過敏」傾向の人が好む



導入事例



事例(特別支援学校)



<導入方法>

どういうものかわかってもらうために、落ち着いている時に仰向けになってもらい、教員が身体に掛けて安心感を伝えるようにした。慣れてくると、自分からブランケットを掛けて欲しいと訴えることもあった。

不安定になったときには、教員がブランケットを見せて使いたいか尋ねると、最初は拒否することもあるが、数分経つと使いたいと訴えたり、自分からブランケットに潜り込んだりして、身体を丸めて動かなくなり徐々に気持ちが落ち着いてくるといった場面がみられるようになった。穏やかに休んだ後で次の行動に移ることができた。

事例(放課後デイ)



- ✓ 抱きしめて欲しいなどの人的依存が減少
- ✓ 気持ちが抑えられず、その気持ちを人に伝えられない時に自分で気持ちを静めるために使用
- ✓ テンションが上がったり、パニックになったときに笑顔になれるアイテム
- ✓ 送迎車の中で落ち着いて座っていただけるために使用

ちなみに…

シングル6キロ以上のチェーンブランケットは
ファスナーで2分割できます



事例(個別療育の教室)



- ✓ ゆっくりなタイプのASD児で長く座れても15~20分だったが、初めて使用した日に50分の間ずっと座ることができた。いつもやっている作業がスムーズに進んだ。
- ✓ 2回目は1回目で自ら体に掛ける動作がみられたので、違う場所に置いておいたら、自分で持ってきて膝にかけて使用できた。

事例(発達支援センター)



- ✓ ADHD傾向のある児童で、寝かしつけに1時間以上かかっていたが、チェーンブランケットを使ってから10～15分で寝られるようになった。
- ✓ 幼児なのでシングルのチェーンブランケットをジッパーで半分に分けて、足が浮いてくるので足元で2重に折り返して使用している。普通の布団だとゴロゴロと動き回ってしまうが、チェーンブランケットなら、落ち着いてそこに居てくれる。

事例(歯科)



- ✓ ADHDとASDのある中学生で従来はネット（抑制具）を掛けて受診していたが、ネットの中で暴れてしまい、なかなか思うように受診できない状況だった。
- ✓ 保護者がレンタルをして、チェンブランケットを使用すると、落ち着いて受診ができる、初めてフッ素を塗るところまで受診ができた。通っている地域の口腔保健センターでも導入してもらえることになった。

商品案内



商品概要

商品仕様



チェーンブランケット バッグ・洗濯ネット

重さを選べます！
4kg/6kg/8kg/10kg/12kg/14kg

最初にお試し頂く方は、シングル6キロ（安眠）
または8キロ（不安や多動）をオススメしています。

ココがすごい！特徴3つ

リバーシブルで
お好みに両面使えます



両面使用 OK

チェーンのダイレクトな刺激が楽しんで、通気性がよく涼しい面と、クッション入りで柔らかく暖かい面をお好みに使い分けられます。

自宅の洗濯機で
洗えます



洗濯機 OK

チェーンは防さび加工済みなので、
自宅で洗濯可能です。
※重量が重いものはファスナーで
2分割できます。

北欧では、既に
5万人に利用されています



スウェーデン・デンマークの病院
では、チェーンブランケットが保
険適用になっています。
※スウェーデンの国立大学である
カロリンスカ医科大学の研究班か
ら、うつ、不安障害、AD/HD等
のある患者さんの不眠に対する研
究結果が発表されています。
doi: 10.5664/jcsm8636

購入価格（シングル）

<4kg>	¥92,400	<10kg>	¥107,800
<6kg>	¥97,900	<12kg>	¥113,300
<8kg>	¥102,300	<14kg>	¥118,800

※2週間レンタルの後、ご購入いただく場合
は、購入サイトにて商品レビューを書いた
ただければ、レンタル代を割引。

クーポン①

大好評！2週間レンタルの割引き

ラーゴム・ジャパン
公式オンラインショップ

2週間レンタル | チェーンブランケット・シングル

2週間レンタル (重量) 4kg/6kg/8kg/10kg/12kg/14kg



¥7,480

※この商品は、最短で1月18日(水)にお届けします（お届け先によって、最短到着日に数日追加される場合があります）。
※こちらの価格には消費税が含まれています。
※この商品は送料無料です。

種類

数量

カートに入れる

<こんな方にオススメです！>

- ✓そわそわして落ち着かず、寝つきが悪い。
- ✓寝ても、途中で目が覚めてしまう。
- ✓起きる予定の時間より、かなり早く目が覚める。
- ✓いろいろな考えや感情が呼び起こされ眠れなくなる。
- ✓心配や不安を感じることも多い。

somna

購入前にレンタルできます
2週間 ¥7,480
(消費税・往復送料込み)

クーポンコード入力で
1,000円OFF!
2023年2月末日まで

クーポンコード「LJ2023R」



←申し込み画面

クーポン②

レンタル利用なしで購入の方向け割引



ラーゴム・ジャパン
公式オンラインショップ

<8kg>チェーンブランケット・シングル

¥102,300

※この商品は、最短で1月18日(水)にお届けします（お届け先によって、最短到着日に数日追加される場合があります）。
※こちらの価格には消費税が含まれています。
※この商品は送料無料で。

種類

数量

カートに入れる

<概要>
8kgは海外、国内ともに人気の重さです。

サイズ：シングル（W140cm×L200cm）重量8キロ
ふとんがわ：ドイツ製トレビラ生地（ポリエステル）
詰め物：ポリエステル綿・スチールチェーン

レンタルなしで直接購入決定の方
レンタル代相当分を割り引き

クーポンコード入力で
7,480円OFF!
2023年3月末日まで

クーポンコード「LJ2023S」

例) ¥102,300→¥94,820

8kg以外の商品も
同金額のお値引きいたします。

< 店舗のご紹介 >



東京 赤羽にチェーンブランケットを
体験できるお店ができました！

完全予約制

最寄駅) 東京メトロ南北線志茂駅
JR 赤羽駅



ラーゴム・ジャパン

北欧の発想で暮らしに次のゆたかさを

商品に関するご質問・ご相談は
お気軽にご連絡ください。

メール、電話、チャットで承ります。
info@lagom-japan.co.jp



ご静聴ありがとうございました



(参考資料) カンカラボ <https://www.kankaku-labo.net/>
LITALICO発達ナビ <https://h-navi.jp/>
発達障害ナビポータル <https://hattatsu.go.jp/>

(参考文献) 「学童期の作業療法入門 学童保育と作業療法士のコラボレーション」 出版社クリエイツかもがわ