

2025年1月号

# 柳沢プログラム



## こどもプラス

<https://kodomo-plus.co.jp/>

Copyright © 2024 こどもプラスホールディングス株式会社 All Rights Reserved.

# 1月号 柳沢プログラム

## 1月の運動療育

- 【基礎】ウシガエルの線路上進み
- 【基礎】腕曲げ我慢ゲーム
- 【基礎】並びゲーム
- 【基礎】足開きソリ
- 【基礎】色別ウシガエル
- 【基礎】スキップ鬼ごっこ
- 【発展】新幹線ウシガエルの線路上渡り
- 【発展】りんごの状態で足キック
- 【発展】4チームで集合遊び
- 【発展】足閉じソリ
- 【発展】カエルの一休み
- 【発展】スキップだるまさんが転んだ

## 1月のコラム

- 運動プログラム応用アレンジ
- 脳のひろば
- 作業療法士による発達支援コラム
- 職員インタビュー
- アクティビティ紹介
- 心理支援コラム
- ことばの発達コラム
- スズメ渡り
- てんかんとは
- 感覚の捉え方の違いとは？
- こどもプラス塩田教室K先生
- ハロウィン運動会
- 精神発達のふたつの軸
- 聴こえの基本と機能とは？



## こどもプラス



# 1月の運動療育

## 基礎編 ▶ ウシガエルの線路上進み

1. ビニールテープで20cm位の幅の線路を作りましょう。
2. 線路の中に手を着いて、ウシガエルに変身しましょう。両足は広げてパーにしたら、線路の外に出しましょう。
3. 顔を前に向けて、顎が開くようにして進んでいきましょう。
4. 手→足→手→足の順番になるように進んでいきましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 手のひらではなく指先を着いている子は、手のひらを着くように指導しましょう。声掛けをするだけでなく、実際に手のひらを着けるように補助してあげましょう。
- 手と足が同時にジャンプしてしまう場合は、大人がお子さんの後ろ側から手を大きく前に出すような補助をしてあげましょう。その後、足でジャンプを行ない、再び大人が後ろからお子さんの手を大きく前に出すという補助を繰り返してあげましょう。



### 養われる力

支持力：手のひらで体重を支えることができる

リズム感：手→足→手→足と一定のリズムを維持して進んでいくことができる

身体コントロール：手を大きく前に出して、体重を乗せることができる

教室職員様専用  
QRコード

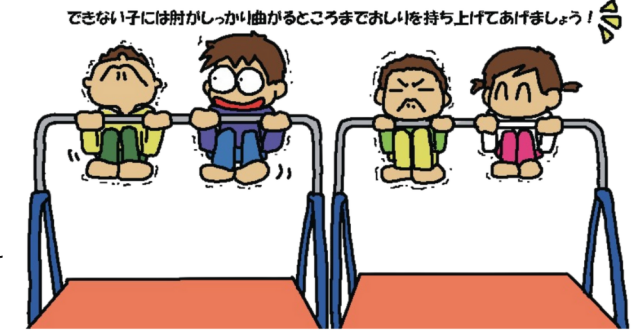


## 基礎編 ▶ 腕曲げ我慢ゲーム（りんごぶら下がり）（逆手）

1. 鉄棒にぶら下がったら、脇を締めましょう。
2. 手は逆手でぶら下がるようにしましょう。膝は曲げて、図のように小さくなります。
3. 鉄棒に顎をかけないようにしましょう。
4. 誰が長くぶら下がっているか、競争してみましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 脇をくっつけることが分からない場合は、「脇に魔法ののりを塗るよ」と言ってくっつけた状態にし、脇を締める状態を覚えてもらいましょう。
- 腹筋が弱いと足を持ち上げることができません。顎を締めて腹筋に力を入れて行いましょう。
- 逆手では力が入りにくい子は、慣れるまでならどのような握り方で行っても構いませんが、手の大きさの成長を見て、だんだんと逆手で握れるようにしていきましょう。



### 養われる力

懸垂力：肘を曲げた状態で、鉄棒にぶら下がることのできる

身体面：腹筋の力を使って、足を高く持ち上げることのできる

教室職員様専用  
QRコード

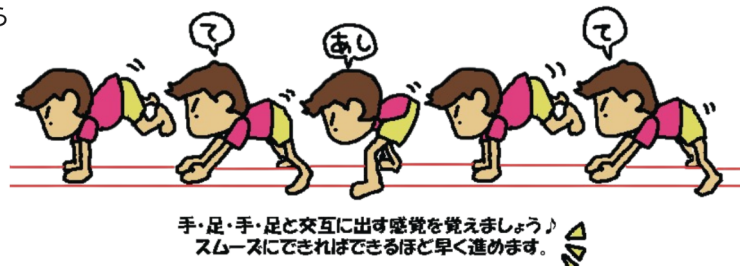


## 発展編 ▶ 新幹線ウシガエルの線路上渡り

1. 線路を作ったら、高速でウシガエルを行きましょう。
2. リズムが狂わないように、「手」「足」と唱えながら進むとよいでしょう。
3. ただ速いだけでなく、一定のリズムで進めるようにしましょう。
4. 顔が下を向いてしまいがちですから、顎を上げて前を向くようにしましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 競争ではありません。友達と競う設定では行わないようにしましょう。
- 自分のペースで行いましょう。無理をして速く進もうとすると、顔を床にぶつけてしまいます。
- 手を大きく前に出して進めるように声掛けをしましょう。
- 進むたびに頭が上下に動いている場合、もっと顎を開いて前を向くことを意識づけましょう。



### 養われる力

身体面：支持力、跳躍力、足の指先の力を養う

身体のコントロール：ウシガエルの大きい動き、足を手より前に持ってくる動きが確実にできる

全身性：膝のクッション、上半身と下半身の連動性、両手をくっつけて動くなどがスムーズに行える

教室職員様専用  
QRコード



## 発展編 ▶ りんごの状態で足キック

1. 脇を締めてぶら下がってから、キックをするように足を伸ばしてみましょう。
2. キックをしたときに脇が開いたり、肘が伸びてしまわないように力を入れておきましょう。
3. 足は右足、左足の両方でキックできるようにしましょう。
4. 足を大きく前に出すと身体が揺れますが構いません。遠くまで足を伸ばしてみましょう。
5. 顎が開くと腹筋の力が弱くなりがちです。顎は始終締めて行いましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 足をバタバタさせるのではなく、しっかりと前にキックするようにしましょう。
- 両足をバタバタさせている子がいたら、1回ずつキックするように声掛けしましょう。
- どうしても肘が伸びてしまう子には、お尻を支えるなどの補助をしてあげましょう。



### 養われる力

身体コントロール：肘を曲げた状態で、足だけを伸ばしてキックすることのできる

判断力：ぶら下がるという少々つらい状況でも、腕の力を抜くことなくキックができる

バランス力：キックをすることによって身体が揺れるが、腹筋に力を入れて耐えることができる

教室職員様専用  
QRコード





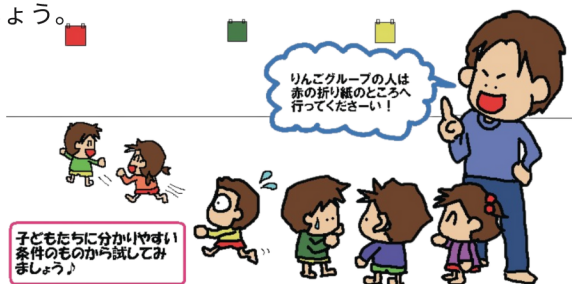
# 1月の運動療育

## 基礎編 ▶ 並びゲーム

- 1.大人がお子さんに号令をかけて、その指示に従って並びというゲームです。
- 2.全員が同じ場所に並ぶのではなく、特定の条件に絞って並ばせましょう。
- 3.色や数字、性別など、お子さん達の身近な条件で始めましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 一度に大人数が移動するような条件で行うと、友達を押ししまい怪我につながりかねません。慣れるまでは、5人ぐらいずつ移動させるような条件を提示しましょう。
- 大人は、事前に色やキーワード、イラストなどを印刷して準備をしておきましょう。



### 養われる力

- 判断力：自分がどのように動けば良いのか、判断して行動に移す力が身に付いている
- 認知機能：大人の言葉を聞いて行動するという聴覚刺激 → 補足運動野 → 前頭前野の連絡がスムーズに行われることで、素早く動くことができる
- 集中力：大人の声を聞きながら、動くことができる声に反応して素早く動くことができる

教室職員様専用  
QRコード



## 基礎編 ▶ 足開きソリ

- 1.2人組になりましょう。1人は座って足をパーにしましょう。
- 2.もう一人は、座っているお子さんの手を引いて引っ張っていきましょう。
- 3.座っているお子さんは、足の親指に力を入れ足の開きを維持して、転がらないように腹筋・背筋のバランス感覚に力を入れます。
- 4.また、双方の握力を養うことができます。引く子は、かかとの力と足の親指の力を利用して踏ん張りながら進みます。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 手が離れると、引っ張っている友達が後方に転倒して怪我をします。決して手を離してはいけません。
- 最初から勢いよく引っ張ってはいけません。ゆっくりスタートして、手が離れないスピードで行いましょう。
- 引く子も引っ張られる子も、ふざけてふにゃふにゃした姿勢では転倒して怪我をしてしまいます。ふざけている場合は、実施しないようにしましょう。



### 養われる力

- 身体面：引かれながら体勢を維持することでより強い腹筋、背筋のバランス力を養う
- コミュニケーション力：相手の怖がらない速度などを調整することでコミュニケーション力を養う
- 懸垂力：引きつける力を養い、逆上がりで身体を持ち上げることができるようになる

教室職員様専用  
QRコード

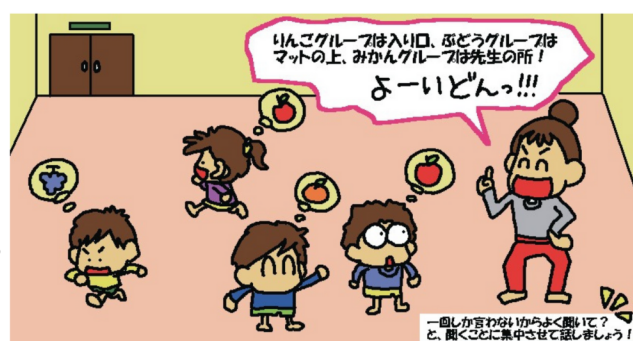


## 発展編 ▶ 4チームで集合遊び

- 1.お子さんたちを4チームに分けましょう。それぞれのチームに名前を付けましょう。
- 2.お子さんたちは、自分のチームの名前を覚えましょう。
- 3.それぞれの子が自分のチームを理解したら、大人はチームごとに移動する場所を指示しましょう。
- 4.どのチームが素早く移動ができるか、競争してみましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- お子さんたちが自分のチームを曖昧にしか覚えていない場合は、混乱してゲームになりません。しっかりと理解した上で行いましょう。ただ、理解するまでに膨大な時間がかかってしまうようなら、違う遊びに変更するのもありでしょう。この遊びでは、判断力や社会性を楽しみながら身に付けるのが目的です。チームを覚えられないために大人から怒られるような場合は、次の遊びに移行してしまうのもOKです。



### 養われる力

- 集中力：雑音も混じる中、大人の声に耳を傾けることができる
- 判断力：合図があったら、素早く変身することができる

教室職員様専用  
QRコード



## 発展編 ▶ 足閉じソリ

- 1.足を閉じてソリを行いましょう。体格の同じくらいの子でペアを作りましょう。
- 2.引っ張る子は、足を開いて友達を引っ張ります。引っ張ってもらう子は、足を伸ばしたままにしましょう。
- 3.足を伸ばしている子は、やや後傾になり後ろに体重をかけて踵（かかと）を床から少し持ち上げましょう。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 手の指先にまで力を入れて、手が離れてしまわないようにしましょう。爪が長い子は怪我をしたり怪我をさせてしまうことがあるので、大人はチェックをしましょう。



### 養われる力

- 身体面：指先に力を入れる感覚を知り、自分の体重を引っ張る力を発揮することができる
- 懸垂力：自分の体重を引っ張られる力に耐えることができる
- バランス力：足を閉じて左右に転倒しやすいが、バランスを取って進んでいくことができる

教室職員様専用  
QRコード





# 1月の運動療育

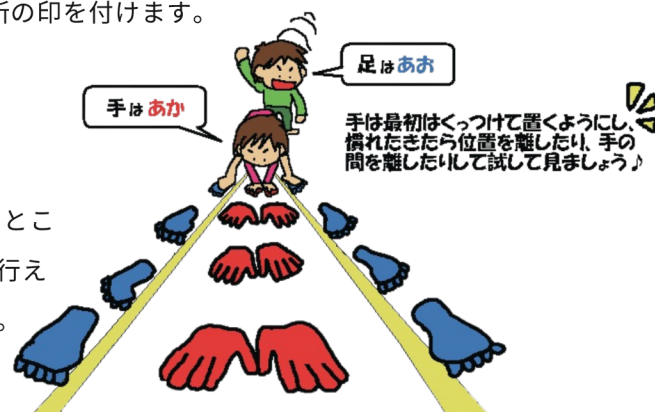
## 基礎編 ▶ 色別ウシガエル（色逆展開も）

1.2本のビニールテープの内側に、赤色のテープで手を置く場所の印を付けます。

外側には、足を置くため印で青色のテープを貼ります。

2.手→足→手→足の順番で進んでいきます。

3.慣れてきたら、規則正しく赤色と青色を貼るのではなく、ランダムに赤色と青色を配置して行ってみましょう。赤色のところに手を着く、青のところに足を着くというルールに則って行えると良いでしょう。見る力、判断する力などを育てましょう。



### ! 気をつけるポイント

- スピードを競うのではなく、視覚情報を運動に上手に合わせられるようにするのが目的です。しっかりと色を判断できるようにしましょう。このとき、顔が下に向きすぎないように前を向いて行うよう声掛けをしましょう。

### 養われる力

集中力：色を判断しながら、スムーズに進んでいくことができる

支持力：手を大きく前に出しても体重を支えることができる

判断力：赤色に手、青色に足を着くという判断を素早く行うことができる

教室職員様専用  
QRコード



## 基礎編 ▶ スキップ鬼ごっこ

1.スキップをしながら鬼ごっこをしましょう。

2.ルールは、逃げる子も追う子も絶対に走ってはいけません。これを破ってしまったときには、大人が公正に判断をしましょう。

3.ルールが理解できてきたら、お子さん達だけで行ってみましょう。

4.ある程度行ったら、振り返りの時間を設けましょう。ルールを守らない、ズルをしたなどの声が出てくると思うので、振り返りの中で新たなルールを設けましょう。



### ! 気をつけるポイント

- 目的はただ鬼ごっこを行うだけでなく、ルールを共有して遊ぶことです。社会性を育むために、ルールを意識して行えるように最初のうちは大人が審判としてしっかり見るようにしましょう。

### 養われる力

身体面：スキップ中の急な方向転換で、体の操作性を養う

リズム感：一定のリズムを刻みながら、相手の位置を把握する空間認知や記憶の操作力を養う

社会性：ルールを守ってたくさんの友達と遊ぶことができる。問題があるときでも、話し合うことで自分の意思を伝えることを学ぶ

教室職員様専用  
QRコード



## 発展編 ▶ カエルの一休み（2段）

1.跳び箱にカニの絵を描いておきます。カニのイラストは図のように目をくっつけて描きます。

カニのイラストは図のように目をくっつけて描きます。

2.お子さんは手のひらで跳び箱のカニの目を、目隠しするように手を置きます。

3.目隠しをしたら、両足ジャンプをして跳び箱の上に跳び乗りましょう。

4.両足で跳び乗るときに、顔が下を向いていると頭から落ちそうになります。顎を開いて、顔はしっかり前を向いて跳び乗るようにしましょう。



### ! 気をつけるポイント

- 跳び箱に跳び乗るときに、怖くて両足ジャンプが出来ない子がいます。そのような子には胸を支え、腰のパンツゴムを持つようにして補助してあげましょう。怖い子ほどジャンプをした瞬間に頭が下に下がります。頭が下がらないように、繰り返しジャンプの練習をしてみましょう。

### 養われる力

高所感覚：高い位置に不安定な姿勢で跳び乗ることに恐怖心を持つことなく、行うことができる

バランス力：上半身に重心を移動するポイントがあるが、適度な大きさのジャンプでバランスを崩さずに行える

空間認知：カニの目を正確に両手で隠すことができるカニのはさみの位置に足を持っていくことができる

教室職員様専用  
QRコード



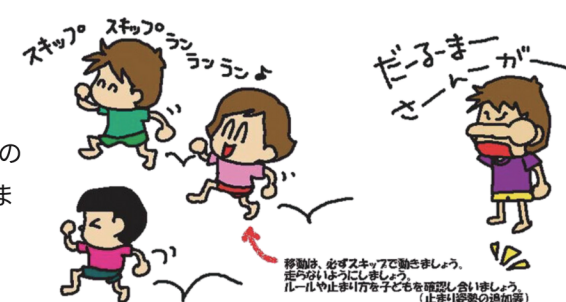
## 発展編 ▶ スキップだるまさんが転んだ

1.スキップでだるまさんが転んだを行きましょう。1人の子が鬼になりますが最初のうちは大人が鬼をやります。

2.必ず走り出して1番を目指す子が出てくるので、スキップをするという点を徹底しましょう。

3.だるまさんが転んだと言うペースを早くしたり、遅くしたりして行いましょう。

4.もし静止しなければいけないときにフラフラしてしまった子は、その場で止まって氷のように固まりましょう。本来のルールでは鬼の元に集まって手を繋ぐのですが、時間的、スペース的に混乱してしまう可能性が高いので、その場で体操座りをしていましょう。



### ! 気をつけるポイント

- ルールを守って行わなければ楽しくありません。ルールを守らないで走った子は当然1番になりますが、ルールを厳守するように大人は審判をしながら行いましょう。
- 慣れてきたらお子さん達だけで行わせませんが、大人は終始、審判役に徹しましょう。

### 養われる力

抑制力：静止する、楽しくても鬼の声を聞きながら行うことができる

社会性：ルールを守って遊ぶことができる

リズム感：鬼の「だるまさんが転んだ」の声のタイミングに合わせて動くことができる



# 運動プログラム 応用アレンジ

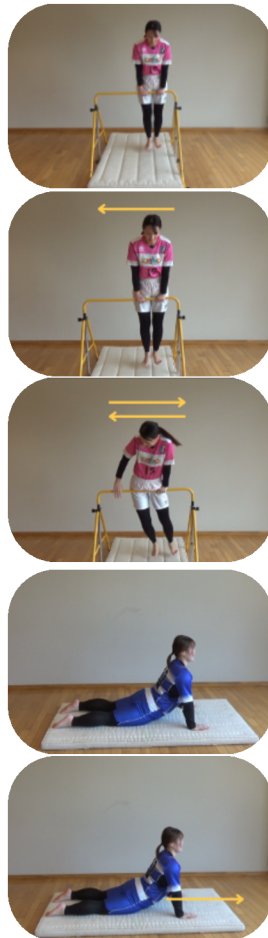
こどもプラス直営教室で実施している運動遊びをご紹介します。  
教室で、ご家庭で、お子さんと過ごす時間にぜひ運動遊びを取り入れてみてください。

## スズメ渡り

- 何人で遊ぶ？** 1人から遊ぶ事ができます。  
**何を使って遊ぶ？** 鉄棒を1台使って遊びます。鉄棒がなければ、床でアザラシさんポーズをして遊ぶことができます。  
**どこで遊ぶ？** 教室、お家などの広いスペースで遊ぶ事ができます。

## 運動の説明

- 鉄棒の端でスズメさんポーズをします**  
このあと横に移動するため、左右どちらかの端によってスズメさんポーズを行なってください。
- スズメさんポーズのまま横に移動していきます**  
手を進む方向に動かし、もう片方の手も横に出して進んでいきます。
- 簡単な場合は、左右両方に移動してみましょう**  
スズメさんポーズのまま端まで移動することができたお子さんは、また元の位置に戻ってみましょう。
- 難しい場合は、床でアザラシさんポーズをして遊ぶことができます**  
スズメ渡りが難しく感じるお子さんは、床でしっかり前を向いて、アザラシさんポーズを行なってみましょう。
- アザラシさんポーズがかっこよくできたら前に進んでみましょう**  
アザラシさんポーズをキープしながら腕を進む方向に動かして、前に進んでみましょう。



## 養われる能力

鉄棒の上でバランスを取りながら移動します

バランス力とは静止姿勢または動的動作中の姿勢を任意の状態に保つこと、不安定な姿勢から速やかに回復させる力のことをいいます。「立つ」「歩く」など生活機能上の重要な一要素になります。また転倒の予防という点においても重要な力です。

バランス力

支持力・姿勢維持力は生活のどんな力に繋がる？

支持力が身に付くと上腕・肩甲骨まわり、背中のが身に付きます。また、両手をつく動きは転倒時に体を守るだけでなく、呼吸や姿勢、脳の活動にも良い影響があります。また、姿勢維持力は正しい姿勢を保つための筋力です。姿勢を正しく保つ筋肉を姿勢保持筋といいます。この筋肉を鍛えることで姿勢改善や筆圧など日常生活にも繋がります。

支持力  
姿勢維持力

## 注意するポイント

- スズメ渡りで移動する時、手を移動する範囲が広すぎるとバランスを崩しやすいので狭い感覚で横に移動するようにしましょう。
- スズメ渡りで支持力がまだ足りない場合、移動する為に片手になった時に落下する危険性があります。大人がすぐ近くで補助ができる状況でチャレンジしてください。

# 脳のひろば

## てんかんとは

今回はてんかんについてお話します。てんかんとは「慢性の脳の病気で、脳の神経細胞が過剰に興奮するために、脳の発作性の症状が反復して起こるもの」と定義されています(1)。てんかんは約100人に1人の有病率で、全世界で約5000万人のてんかん患者が存在するといわれており、決してめずらしくない疾患です(2)。発症のピークは乳児期と思春期で、18歳までの発症が約80%を占めると考えられています(3)。てんかんは、発症の原因によって大きく2つのタイプに分けられます。それが、特発性てんかんと症候性てんかんです。特発性てんかんは、発作の原因となる病変が見られず、原因がはっきりと分からないもの。症候性てんかんは、脳の疾患にともなって発作が繰り返されるものです(3)。てんかんの原因となる脳の病変には、さまざまなものがあります。例えば、脳血管障害や外傷、脳腫瘍、認知症などです。また、これといった病変がなくても、脳が電氣的乱れに過敏に反応して興奮しやすいといった体質的な傾向も原因になると考えられています(1)。

## てんかんと脳の関係

それでは、なぜ脳の電氣的な乱れが過敏になるとてんかんは起こるのでしょうか。人間の体には神経が張りめぐらされており、その神経の中を弱い電気信号が通ることによっていろいろな情報を伝達しています。例えば、目から入った情報は神経を通じて脳に伝達されており、「手を挙げる」「歩く」といった命令を脳から体に伝達しているのも神経です。通常、脳の神経細胞は規則正しいリズムで調和を保ちながら電氣的に活動しています。この活動が突然崩れて、激しい電氣的な乱れ(過剰な興奮)が生じることによって起こるのがてんかんです(1)。つまり、通常よりも脳が受け取る情報や脳から体に伝えられる情報が過剰になることで、発作が起きてしまうということです。激しい電氣的な乱れの起こり方は、大きく2つに分けられます。脳の深部である脳幹部に乱れが起きる全般発作と大脳皮質の特定の領域から始まる部分発作です。はじめから脳全体に過剰な電氣的な乱れが起こる全般発作では、突然倒れて体をガクガクけいれんさせたり、意識を失ったりします。特定の領域から始まる部分発作では、電氣的な乱れの始まる領域が担っている脳の働きに応じて、感覚に異常が生じたり勝手に体が動き始めたりと症状の現れ方は様々です(1)。

## てんかんへの理解

てんかん発作の一般的な理解は「突然倒れて体をガクガクさせる」といった全般発作のイメージがあると言われてますが、意識消失やけいれんを伴わない発作もあります。てんかんは、患者の年齢や原因、治療状況によってさまざまな症状を引き起こすことから、それを理解する過程はとても複雑です(2)。その複雑さから、てんかんについて理解し、いつ起こるか分からない発作にしっかりと対応できる人は少ないと思います。それでは、発作が起きた時に私達はどのように対応すれば良いのでしょうか。多くの発作は一時的なものであり、数分以内で治まると考えられています。また、意識消失があった場合でも、てんかん発作と分かっていたら救急車を呼ぶ必要もありません。発作が終わるまで安全を確保し、見守ることが大切です。つまり、周囲がてんかん発作についてしっかりと理解していれば、安心して対応ができるということです。実際にてんかんに対する正しい知識と認識はてんかん治療の成功に直結し、家族が正しくてんかんを理解することで抑うつ症状が軽減し、抗けいれん薬を正しく使用できるようになることが分かっています(2)。また、原因や発作が起こる部位によって異なるものの、小児期に発症したてんかんの70~80%は適切な治療によって発作を抑えることが可能になる場合があります(3)。てんかんへの適切な対応や治療には、てんかんに対する周囲の理解が大切だと言えます。



## 引用・参考文献・参考サイト

- 1 「05てんかん」: BRAIN NURSING 2023, Vol.39. No.5, 2023, 692~700
- 2 倉持泉. 「てんかんとスティグマ」: Epilepsy, Vol.18. No.1, 2024, 17~22
- 3 服部光男「てんかん」全部見える 脳・神経疾患. 深見公子. 成美堂出版, 2016, p.376-385



# 作業療法士による 発達支援コラム

毎月作業療法士による「こどもの心身発達と支援方法」をテーマにしたコラムを掲載いたします。

## お子さま達の発達に欠かせない感覚について ～感覚の捉え方の違いとは？～

今回はお子さん達が抱えている、感覚の捉え方についてご紹介させていただきます。

私達が生きていく上で必要な能力として感覚があります。物の熱さ、冷たさ、形、音など様々な情報を把握する際に使われています。

感覚と聞いて皆様が思い浮かぶものは何でしょうか？よく聞くのは五感（視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚）だと思います。発達においてはこれ以外に固有受容覚・前庭覚と言われる感覚も重要となります。



こうした感覚を捉える際に特性があるお子さん達は、過剰に感覚を受け取ってしまい、感覚を判別することが困難である場合があります。それ故に社会生活の生きづらさに繋がりがやすいのです。例えばシャワーを浴びると針に刺されるような感覚があったり、少し触れただけでも不快な気持ちに繋がるお子さんもいます。それぞれのお子さんの感覚の偏りを把握し、対応策を考えることが重要です。

## 感覚の捉え方の4パターン

感覚の捉え方の4パターンを説明させていただきます。

### 低登録

1つ目は低登録です。感覚を感じにくい場合によく使われ、感覚を感じ取ってからの反応が遅れます。例として大きな音が平気なことや呼びかけられてから声を返すのに時間がかかります。

### 感覚探求

2つ目は感覚探求です。自分の安心や楽しみのために、感覚を求めにいく際によく使われます。例えば物を壊して大きな音を出す、トランポリンを跳ねる、お気に入りの毛布を触り続けるなどが挙げられます。

### 感覚過敏

3つ目は感覚過敏です。低登録とは逆で、少しの感覚でも反応しやすく、苦痛になってしまいます。例えば少し触っただけでも嫌がる、小さな音がただけでも集中が途切れる、人がたくさんいる場所では落ち着かないなどが挙げられます。

### 感覚回避

4つ目は感覚回避です。感覚過敏と同じで、少しの感覚でも反応しやすく、苦痛になります。感覚過敏と異なる点は、嫌いな感覚を避けようとする点です。例えば人がいる場所から距離をとる、音楽室に入れない、公園の遊具で遊ぼうとしないなどです。

4つの感覚の種類を判別する方法としては、お子さん達が遊んでいる場面を観察することや、保護者の方にご協力をいただき判別する方法もあります。支援をする際にはお子さんそれぞれに感覚の受け取り方の違いがある事を理解し、お子さんが抱えている、辛さを知る必要があります。

お風呂に入りたくない、人に近づこうとしないなど一見わがままだと思える行動は、実は感覚の偏りが原因の場合もあり、無理やり嫌いな感覚を経験させて慣れさせることは、あまり良いとは言えません。そのため、職員や保護者の皆さんがお子さん達の感覚の偏りを理解し、今後の対応策を考えることが重要です。



### 参考文献

WS4-1. 日本版感覚プロフィールの概要 萩原 拓  
児童青年精神医学とその近接領域 2016年 57巻 1号 p. 56-60



# 職員インタビュー

毎月、全国のこどもプラスの教室で働く職員さんをご紹介します。

**お子さんとのコミュニケーションで工夫していることはありますか？**

しゃがんでお子さんと同じ目線で話をすることや、お子さんの話を全部聞いてから一緒に考えるように心がけています。



こどもプラス  
塩田教室K先生

**今後の目標があれば教えてください**

柳沢運動プログラムを重点的に学んでいきたいです。また、保育園指導を見に行ったり、研修を積極的に受けて支援に繋がってきたいです。



**この仕事を選んだ理由はなんですか？**

新卒で保育士をしていましたが、担任しているクラスで発達に特性があるお子さんがいました。お子さん達全体を見なければいけない立場ではありましたが、一人一人に寄り添った支援に強く興味を惹かれました。経験も少なかったため、自分の為にもこれから支援していくお子さん達の為にも、もっと専門的に学びたいと思いました。療育の中でも特に運動療育に関心があったのでこどもプラスで働くことを決めました。

**心に残っているエピソードがあれば教えてください**

学校へのお迎えで、お子さんが初めて「先生ー！」と駆け寄ってきてくれた時はとても嬉しかったです。まだ関係性が築けていなかった時はお迎えに行ってもお子さんと目線が合わなかったり、警戒心がある様子があったので、心を開いてくれたんだなと実感できました。

# ぼくたち・わたしたちのアクティビティ紹介

## ハロウィン運動会

こどもプラス塩田教室では、今年のハロウィンイベントとして親子で参加するハロウィン運動会🎃👻を開催しました！このイベントでは体育館を使用して、保護者の方々にも参加いただける開催となりました。教室の先生が妖怪の仮装をし、様々な競技を行います！



トリックオアトリートゲーム



妖怪達に「トリックオアトリート」か「お菓子をください」と言うとお菓子がもらえます。

ゲゲゲ鬼ごっこ



妖怪が真ん中にいるぞ！！妖怪につかまらないように通り抜けられるかな？！

おばけジャンプ



妖怪ロープが迫ってくるぞ！ジャンプしたりしゃがんでよけたりしてみよう！

妖怪からにげる



お子さん達はしっぽをつけて妖怪からにげます！最後まで逃げ切れるかな？！

妖怪がころんだ



「妖怪がころんだ」の声掛けでだるまさんが転んだを行ないました！

かぼちゃ転がしドッジ



バランスボールをかぼちゃのボールにして転がしドッジボールをしました！

かぼちゃの玉入れ



かぼちゃや骨、コウモリなどをかぼちゃの傘にシュート！！お子さんチームは見事保護者チームに勝利しました！！

おかしサーキット



ケンケンパーや平均台など、日々の運動遊びで行なっていることを保護者の方と一緒に行ないました。途中にボールプールを用意してお菓子探しを行ない、目の体操をしました。

おかし探し



一反木綿がかぼちゃのバケツの真ん中におかしを入れてくるくる回します。最後にお菓子の入っている場所を見つけたらお菓子をゲット！

賞状授与



1つの種目を終わると1つスタンプが貰えます。無事に全員が全部のスタンプを貰って賞状とお菓子をGetしました！お子さん達の様子を保護者の方々に見ていただきながら一緒に楽しむことができ、とても良い時間を過ごせました。



# 心理支援コラム

「子どもに寄り添う大人への心理支援」をテーマにしたコラムを掲載いたします。

## ～精神の発達とは～

発達の遅れや偏り、発達を支援するなど様々な場面で使われる「発達」という言葉ですが、今回はどのようなものなのか考えてみたいと思います。

### 精神発達のふたつの軸

「こどものための精神医学」の著者である滝川一廣さんは精神発達をふたつの軸に分けて考えています。

- (A) 周りの世界をより深く、より広く知っていくこと → 認識の発達
- (B) 周りの世界とより深く、より広く関わっていくこと → 関係の発達

### (A) 認識の発達とは

世界をただモノとして物質的に捉えるのではなく、周りの人達が歴史的・社会的・文化的につくり上げて共有している「意味」や「約束」からなる観念の世界として捉え、分けていくことから始まります。「理解の発達」や「知的な発達」ともいえるものです。

例えば、私達は「台所」は調理をするための場であり、「流し」は水を扱うための台、「戸棚」はものをしまう家具、というように理解し、台所で作った料理をダイニングで食べるというように理解しています。これは人間がつくり上げてきた「意味」や「約束」です。こども達は徐々にこのような世界の意味や約束を理解して大人に向かっていきます。



### (B) 関係の発達とは

ただモノとしてある環境世界に物質的に関わるだけでなく、周りの人達と対人関係の・社会的に関わっていくことの発達です。「社会性の発達」とも呼べるものです。認識の発達と関係の発達は独立しているのではなく、互いに関係し合っています。認識の発達は関係の発達に支えられています。世界の社会的・文化的な意味や約束は一人で身に付けられるものではありません。周りの大人達との関わりを通して学んでいきます。同様に関係の発達も認識の発達に支えられています。社会的な行動の背景や他者と関わる時のルールを理解するためには、認識の発達が欠かせません。このふたつの軸が互いに支え合い、精神発達全体が促されていきます。



### 発達障がいのこども達の発達

スピードには個人差はありますが、定型発達のお子さんでも発達障がいのお子さんでも発達に向かって歩みを続けていきます。療育では、学校や社会に出た時に役に立つ力を身に付けて欲しいという思いを持ち、全体で行なう療育内容を考案しています。それに加え、お子さん一人一人について気になることや対応の仕方を話し合い、そのお子さんに合わせた関わり方を考えています。今回の内容がお子さんの発達を考える際の参考になると幸いです。

参考文献  
滝川一廣 (2017) 子どものための精神医学

## 言語聴覚士による

# ことばの発達コラム

毎月言語聴覚士が「子どものことばの発達」をテーマにコラムを掲載いたします。

## 聴こえの基本と機能とは？

聴覚は、私達が音を知覚し、理解するための重要な感覚であり、言語獲得には欠かすことができません。しかし、この感覚機能は複雑に脳と関連しており、相手のことばを聞くだけでなく、どこから音が鳴っているのか方向が分かったり、突発的な大きな音から身を守ったりと様々な機能を持つ聴覚器官です。つまり、難聴とは単純に小さい音が聞こえていない、というだけではありません。今回は基本となる音の大きさや音の高さ、左右の聴力差についてお伝えいたします。

### ● 音の大きさの知覚

始めに音の大きさです。音の大きさはデシベル (dB) という単位が使われます。音の大きさの範囲は、人の耳で聞こえる最も小さな音 (0 dB) から飛行機や工事騒音などの非常に大きな音 (120 dB以上) までとても広いです。音は空気を振動させて伝わっていくため、距離が離れるほど弱まり小さく聞こえます。つまり、テレビの音量は変えていなくても、座っている位置が変わると大きくなったり小さくなったりと変化します。また、耳の中には小さな音を増幅する仕組みがあり、聴覚過敏など人によってその作用が異なるなど聴こえ方が違うこともあります。

### ● 音の高さの知覚

音の高さは周波数 (Hz) という単位が使われます。また、人間の耳は約20 Hzから20,000 Hzの範囲の音を聞き取ることができ、身近にある音楽のドレミや、男性と女性の違いなども周波数の数値で表すことができます。また、日本語の50音も高い子音と低い子音に分けることができます。難聴は、小さな音が聞こえないというだけではなく、高音だけが聞き取れない、低音だけが聞き取れないなど、周波数ごとに聴力が変化することがあり、例えばサ行だけが聞き取りにくいなどの症状も起こることがあります。

### ● 左右の聴力差の注意点

左右の耳の聴力差はバランスが保たれていることも大切です。その理由の一つが音源の方向を特定する「音源定位」という機能が働いているためです。左右の耳に音が届くまでの距離や時間差によって、どの方向に音源があるのかを知覚しています。もう一つは騒がしい環境の中でも特定の人との会話を聞くという機能が働いています。しかし、片耳難聴など左右の聴力差があるとこれらの機能は低下してしまい、日常生活に支障が出る可能性があります。



今回は言語獲得には欠かすことができない聴力について詳しくお伝えしました。聴こえについて正しく理解することで日々の療育のお役に立てれば幸いです。