

2025年5月号 柳沢プログラム



<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.

5月号 柳沢プログラム

5月の運動療育

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 【基礎】カエルの縄越え | ▶ 【発展】カエルで跳び乗り |
| 【基礎】線渡り（歩く） | ▶ 【発展】綱渡り握手 |
| 【基礎】合図で逃げる | ▶ 【発展】集合ゲーム |
| 【基礎】忍者前回り降りのポイント着地 | ▶ 【発展】忍者前回り降り+逆上がり |
| 【基礎】サルのぶら下がり サルキック | ▶ 【発展】両足サルキック |
| 【基礎】連続横跳びジャンプ | ▶ 【発展】ふみきり開脚跳び |

5月のコラム

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 運動プログラム応用アレンジ | ▶ カッパだるまさんが転んだ |
| 作業療法士による発達支援コラム | ▶ つま先立ちをしてしまうお子さんについて |
| アクティビティ紹介 | ▶ 就労支援を行なっている施設の見学（その2） |
| 職員インタビュー | ▶ こどもプラス浦安教室R先生 |
| ことばの発達コラム | ▶ ことばの準備「マネする力」 |



5月の運動療育

基礎編 ▶ カエルの縄越え（1本5cmの高さ）

1. 1本の縄、または、ゴム紐を高さ5cmぐらいの障害物を設置しましょう。
2. カエル姿勢で跳び越しましょう。
3. 手と足と一緒にジャンプして構いません。
4. 着地のときに、手のひらをパーにして着地するようにしましょう。
5. 足だけでジャンプするのではなく、手のひらを着くのがポイントです。

⚠ 気をつけるポイント

- カエルのように楽しくジャンプができていればOKです。
- 無理をして手を着かせようとすると、顔から床に落下してしまう可能性があります。無理をしないようにしましょう。
- 跳び越す際に、左右の手がバラバラになりすぎないようにしましょう。
- 着地のときは、しっかり足の裏で着地して止まってから次のジャンプに移りましょう。
- 手から着地しないようにしましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

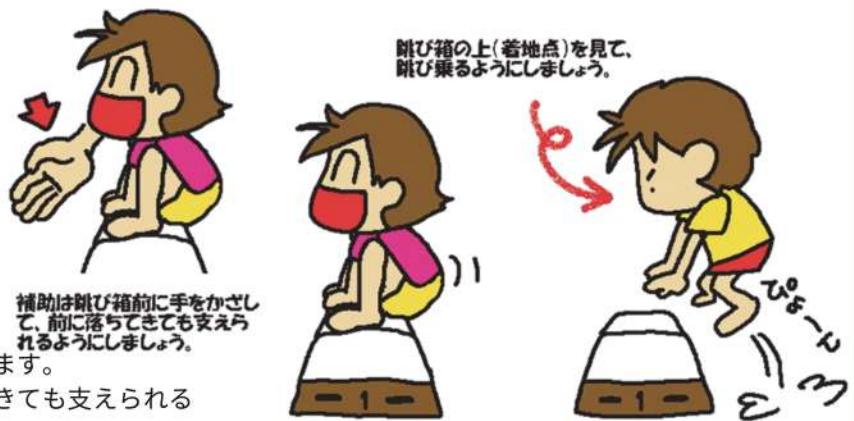
- 身体面：支持力、跳躍力、足の指先の力
- 身体のコントロール：カエルの姿勢維持、手を離さない動き、膝のクッション、身体の運動性
- 空間認知：障害物を視覚で捉える（高さ）

発展編 ▶ カエルで跳び乗り（跳び箱1段）

1. 跳び箱を1段設置しましょう。
2. 手と足が同時にジャンプするカエル姿勢で跳び箱1段に跳び乗りましょう。
3. 自分の手元を見るのではなく、前を見るようにしましょう。前を見て、顎を開くのがポイントです。

⚠ 気をつけるポイント

- 跳び箱の上（着地点）を見て、跳び乗るようにしましょう。
- 跳び乗る際に、前のめりに落ちることがあります。補助は跳び箱前に手をかざして、前に落ちてきても支えられるようにしましょう。
- 跳び箱の直前でカエルの準備をさせて跳ぶのではなく、5mくらい前からカエル跳びで移動してきましょう。
- 5mのカエルジャンプの間に、ジャンプがごちない場合は補助の準備をしておくといいでしょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

- 身体面：支持力、跳躍力、足の指先の力
- 身体のコントロール：カエル姿勢の維持、跳び箱上に跳び乗る動き、身体の運動性
- 空間認知：跳び箱の高さや着地点を視覚で捉える



基礎編 ▶ 線渡り（歩く）

1. 大縄跳びの縄などで1本の綱（縄）を設置しましょう。
2. 裸足になって、足の裏で綱の上をゆっくりと歩きましょう。
3. 綱から落ちないように手を広げて歩きましょう。
4. 直線だけでなく、ジグザグにしてみたりして様々なコースを作ってみましょう。

⚠ 気をつけるポイント

- ゆっくりでも良いので、綱を見ながら落ちないように進むことを意識させましょう。
- 足の裏で綱を感じながら歩くのが大切です。走らないようにしましょう。
- 足を引きずって進まないようにしましょう。
- フラフラしてしまう子は、目線を少し先にするように声掛けしてみましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

- 身体面：足の指先の力
- 身体のコントロール：綱上での足運びも動き、綱に乗って進む動き
- 空間認知：綱を視覚で捉える

発展編 ▶ 綱渡り握手

1. 綱渡りをしながら、途中で大人などと握手をしましょう。
2. 慣れてきたら、友達と握手してみるのも良いでしょう。
3. 目線を綱から離して握手しても、落ちないように気をつけましょう。

⚠ 気をつけるポイント

- 靴や靴下は履かずに、裸足で行いましょう。
- 握手をしたときに落ちないように気をつけましょう。
- つま先で綱の上を歩けていない子は、しっかりと指先で綱を感じながら歩けるように声掛けしましょう。
- 上手に出来ている友達を見本として発表してもらいましょう。このとき、見本として適しているのは、普段後ろの方に隠れているようなお子さんです。見本を見せて拍手をもらうことで自信を持つことができます。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

- 身体面：足の指先の力
- 身体のコントロール：縄上での足運びも動き、縄に乗って進む動き、握手のする動き
- 空間認知：縄を視覚で捉える、握手をする手を視覚で捉える

5月の運動療育

基礎編 ▶ 合図で逃げる

1. 逃げる場所を設置しましょう。大人の合図が聞こえたら、お子さんたちは逃げましょう。
2. 合図は、「1・2・3」「よーいドン」「よーいスタート」「手をパチン」「鬼だぞー」等としましょう。
3. 逃げる場所は、広くて安全な場所にしましょう。

⚠ 気をつけるポイント

- 友達とぶつからないように広い場所で行いましょう。
- 合図があってから逃げるようにしましょう。
タイミングを調整しながら行ってみましょう。
- 楽しくて興奮すると転倒や衝突事故が起きます。
盛り上がってきたらクマやウサギで逃げるように設定を変更してみましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

- 身体面：脚力、足の指先の力、基礎筋力
- 身体のコントロール：走る動き、友達とぶつからないようにする動き
- 空間認知：大人や友達を視覚で捉える逃げる場所を視覚で捉える

発展編 ▶ 集合ゲーム（簡単なわかりやすい場所へ）

1. 場所を指定して、お子さん達はその場所へ素早く移動する遊びです。
2. 大人の話を静かに聞き、素早く移動するようにしましょう。
3. 移動する場所は、3～4か所は用意しておきましょう。
(例：赤マット、青マット、黄マット etc...)

⚠ 気をつけるポイント

- 友達とぶつからないような環境設定にしましょう。
- 集合場所に集まったら、静かに座るようにしましょう。
- 大人が鬼のように追いかけると盛り上がりますが、転倒してしまうお子さんがいるので気をつけましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

- 身体面：脚力、足の指先の力、基礎筋力
- 身体のコントロール：走る動き、友達とぶつからないようにする動き
- 空間認知：大人や友達を視覚で捉える集まる場所を視覚で捉える



基礎編 ▶ 忍者前回り降りのポイント着地

1. 着地点にフープや印を設置しておきましょう。
2. 忍者前回り降りをしたら、地面に着地しないで指定された印のところに着地しましょう。
3. 前回り勢よく回らずに、ゆっくりと回るのがポイントです。

⚠ 気をつけるポイント

- ゆっくり前回りをして、サルのぶら下がりをするようにしましょう。
- ぶら下がり状態になったら、指定の位置を目で確認してから着地しましょう。
- 勢よく前回りをしないようにしましょう。
- フープや印で色分けをして、「赤」「リンゴ」「緑」「ピーマン」等で判断を促しましょう。
- 足が着くまで、鉄棒から手を離さないようにしましょう。大人は片手でお子さんの手首を持つ補助を忘れないようにしましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

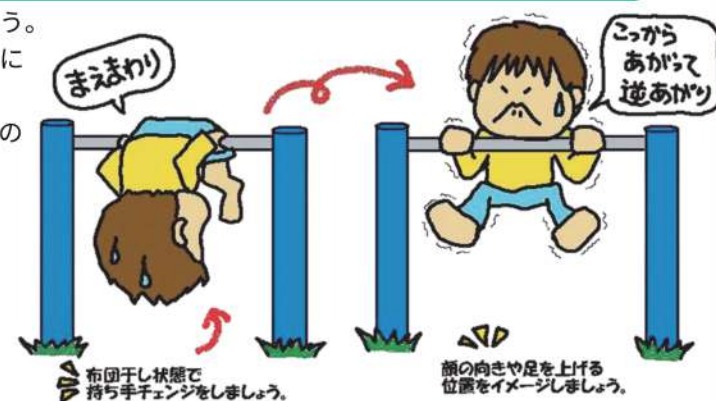
- 身体面：懸垂力、握力、足の指先の力、基礎筋力
- 身体のコントロール：下半身を浮かす動き、指定する位置への着地の動き
- 空間認知：指定する位置を視覚で捉える

発展編 ▶ 忍者前回り降り+逆上がり

1. 忍者前回り降りと逆上がりを一連の動作でつなげましょう。
2. 前回りをして降りてきたら、足がマットに着かないようにぶら下がりましょう。
3. ぶら下がりの状態から、足を着かずにそのまま逆上がりの動きへ移行しましょう。
4. 逆上がりで鉄棒に上がったら、スズメのポーズをとってから着地しましょう。

⚠ 気をつけるポイント

- 前回りをするときに、しっかりとお腹で鉄棒を挟んでゆっくりと回りましょう。
- ぶら下がったら、脇を締めて落ちないようにしましょう。
- 逆上がりをするために、腹筋をつかって足を上の方に持ち上げましょう。
- 殆どの子が自分では上がれないと思うので、大人はお子さんのお尻を持ち上げる補助をしてあげましょう。
- 補助の際は、逆上がりのときに鉄棒を腰の位置に持っていきやすいという感覚を掴めるようにしましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

- 身体面：懸垂力、握力、足の指先の力、基礎筋力
- 身体のコントロール：忍者前回り降りの動き、布団干し状態での持ち手チェンジの動き、下半身を浮かす動き、逆上がりの動き、目標物に足を持っていき動き、下半身の連動性、予備動作
- 空間認知：目標物を視覚で捉える

5月の運動療育

基礎編 ▶ サルのぶら下がり（5秒）サルキック（目標物）

《サルのぶら下がり》

1. サルに変身して5秒間を目安にぶら下がってみましょう。
2. 手の握り方は、お子さんに任せてよいので猿手でも気にしないで楽しく行いましょう。

《サルキック》

1. 慌てないでいいので、しっかりとキックしましょう。
2. 慣れてきたらキック回数を増やしましょう。（3回ぐらい）
3. 目標物を置いてキックすると良いでしょう。

！ 気をつけるポイント

《サルのぶら下がり》

- 手を離してしまうこともありますので、補助（手を覆う）をするようにしましょう。

《サルキック》

- 足をバタバタしてキックしないようにしましょう。
- 慌てずにゆっくり片足ずつキックしましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

身体面：懸垂力、握力、足の指先の力、基礎筋力

身体のコントロール：足がマットに着かないようにする動き、目標物を蹴る動き

空間認知：目標物を視覚で捉える

発展編 ▶ 両足サルキック

1. サルキックと共通の動きです。
2. カンガルーの足のように両足をくっつけて、目標物を蹴るのがポイントです。
3. 足がバラバラにならないように、しっかりと魔法のりを膝の内側につけましょう。
4. キック回数は3回ぐらいを目安にしましょう。
5. 身体全体を振ってキックすることが出来れば完璧ですが、無理のない範囲で行いましょう。

！ 気をつけるポイント

- 両足をくっつけてキックするようにしましょう。
- 足の指先から蹴るように両足を伸ばしましょう。
- 落下したときのために、大人はお子さんの片方の手首を持つと良いでしょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

身体面：懸垂力、握力、足の指先の力、基礎筋力

身体のコントロール：足がマットに着かないようにする動き、両足が離れないようにする動き、目標物を両足で蹴る動き、下半身の連動と力伝達

空間認知：目標物を視覚で捉える



基礎編 ▶ 連続横跳びジャンプ（平均台）

1. 平均台に手を着き、横に跳びましょう。
2. 手は着いたままで、足だけジャンプして反対側へ着地しましょう。
3. 最初のジャンプができれば、手を前に出して次のジャンプをしましょう。
3. 左右に横跳びしながら前進していきましょう。慣れてきたら両足をくっつけて横跳びをしましょう。

！ 気をつけるポイント

- 手は足が着くまで、平均台から離さないようにしましょう。
- 手（腕）を軸にして横跳びするように体重をのせて跳べるようにしましょう。
- 肘が曲がらないように、しっかりと伸ばしましょう。
- 顔が下を向かないように、平均台の先の方を見るようにしましょう。
- 左右の足が離れないようにジャンプしてみましょう。
- 体重を支えられないと、倒れることもあります。慣れるまでは、大人がお子さんの胸のところを補助してあげられるようにしましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

身体面：支持力、跳躍力、足の指先の力、下半身の力

身体のコントロール：手を平均台から離さないように維持、腕を曲げない動き、横跳びする動き、両足をくっつける動き、着地での下半身の動き、上半身と下半身の連動性、予備動作

空間認知：着地点を視覚で捉える

発展編 ▶ ふみきり開脚跳び（跳び箱2段の高さを跳ぶ）

1. 跳び箱2段を設置しましょう。
2. スポーツクッション（バネスクッション）やロイター板を置いて跳び箱の前に設置しましょう。
3. スポーツクッションの上に乗ってから開脚跳びをしましょう。
4. 膝の曲げ伸ばしを活用して、体重移動をさせて跳びましょう。
5. トン・トン・ジャンプ（開脚跳び）のリズムで行いましょう。

！ 気をつけるポイント

- 跳び箱上に手を着いて、スポーツクッションの上で両足を揃えてジャンプしてから開脚跳びをしましょう。
- スポーツクッションの上でジャンプする際は、膝をしっかりと曲げてジャンプしましょう。
- 膝の曲げ伸ばしを使うために、上半身の腕の振りも欠かせません。
- 上手に足を揃えて跳べない子などは、スポーツクッションだけを置いておき、走る→両足ジャンプだけを練習してみましょう。このとき跳び箱は跳びませんので、広い場所でやってみましょう。



教室職員様専用
QRコード



養われる力

身体面：支持力、跳躍力、足の指先の力

身体のコントロール：スポーツクッション上で一旦ジャンプしてから開脚跳びをする動き、足を閉じてから開脚する動き、開脚跳びをする動き、予備動作、下半身の連動性、上半身と下半身の連動性

空間認知：着地点を視覚で捉える（スポーツクッション上と開脚跳び後の2つ）



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。

カッパだるまさんが転んだ

何人で遊ぶ？

2人から遊ぶことができます。

何を使って遊ぶ？

マーカークーンを頭の上に乘せて遊びます。

お家では、ぬいぐるみや本など、落としても安全なものを選んで遊んでみましょう。

どこで遊ぶ？

教室、お家の広いスペースで遊ぶことができます。

養われる能力



だるまさんが転んだは、メリハリに繋がる？

聞く力は、コミュニケーションの根幹となっている力です。聞くと言っても「聞いて覚える（記憶）」「注意して聞く（注意）」「聞いて思い出す（想起）」「聞いて考える（思考操作）」「聞いてイメージする（想像）」「音を捉える（音韻認識）」など様々な種類があります。だるまさんが転んだは、聞いて動く、聞いて動くの繰り返しの運動のため、メリハリに繋がります。

▶ 聞く力

マーカークーンを落とさないで歩くことでバランス力が向上する

バランス力は、静止姿勢または動的動作中の姿勢を任意の状態に保つ、また不安定な姿勢から速やかに回復させる力です。「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。身体のコントロール力は、運動をする時にどこをどうするべきかを考える能力と、それを実行した時に感じる感覚の予測能力、体を動かす際に重要になる適切な重心の掛け方をコントロールする力です。

▶ バランス力 ▶ 身体のコントロール力

！ 注意するポイント

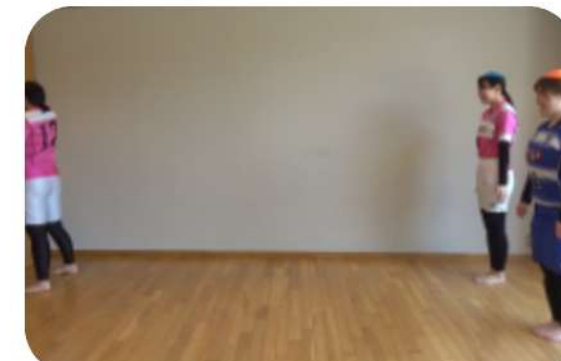
- 頭に乗せるものを選ぶ際には、バランスが取りづらいものや、落とした時に割れたり、足などに当たると痛いものは避けましょう。
- 障害物を置く場合は、置きすぎたり、障害物が大きすぎると転倒の可能性があります。参加するお子さん達に合わせて用意してください。

運動の説明



1 鬼役の人以外がマーカークーンを頭の上に乗せます

マーカークーンを頭の上に乗せて、スタートを待ちます。できるだけ手で頭のマーカークーンを押さえないように、身体でバランスを取りましょう。



2 マーカークーンを落とさないようにだるまさんが転んだをしてみましょう

マーカークーンを頭の上から落とさないように、だるまさんが転んだをします。途中でマーカークーンを落としてしまった場合は、スタートラインに戻ってやり直しです！



3 【難しい場合】マーカークーンをバランスが取りやすいハンカチなどに変えてみましょう

マーカークーンでは難しいと感じるお子さんは、ハンカチや枕など、バランスが取りやすいものに変えて遊ぶことができます。



4 【簡単な場合】障害物を置いたコースを用意してみましょう

簡単に感じるお子さんは、コーンやマットなどの転んでも危険ではない障害物を置いて、難易度を上げたコースを用意してみましょう。



5 障害物をよけながらだるまさんがころんだで遊んでみましょう

障害物をよけながらだるまさんが転んだを行なってみましょう。障害物の量は、お子さんの人数や体格、技術によって調整してください。



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。

つま先立ちをしてしまうお子さんについて

今回はつま先立ちをしてしまう原因や改善するための支援方法をご紹介しますと思います。つま先立ちは、お子さんの特性が影響している可能性があります。運動面での不器用さに加え、ほかにも様々な原因が考えられるため、いくつかご紹介させていただきます。

考えられる原因

- 筋肉の緊張
筋肉を緩めたり、力を入れるコントロールが難しい。
- バランス力
姿勢を保つ力が不足している。
- 感覚の処理が難しい
不安定さに気づきにくい、または不安定さを楽しんでいる場合がある。
- 神経発達の遅れ
つま先歩きから徐々に踵を付けた歩き方を獲得する発達過程に遅れが生じている。
- 習慣や模倣
小さい頃に誰かの真似をして、それが定着している場合がある。

つま先立ちは、定型発達のお子さんにも見られますが、多くの場合、成長とともに自然に消失します。しかし、なかなか改善しない場合は、さまざまな要因が考えられるため、注意が必要です。

つま先立ちのデメリット

- 運動時に疲労感や痛みを感じやすい。
- 日常生活で歩く際に疲れやすくなり、転倒のリスクが高まる。
- 成長とともに筋肉や関節への負担が増し、足の痛みや歩行への影響が強くなることで、足の形が変形しやすくなる。

対応策

- 感覚遊び
ブランコ、縄跳び、トランポリンなどの活動を行ない、お子さんの好きな感覚を評価し、それに合った感覚刺激を取り入れていきます。
- 環境調整
 - ☑ 安全に歩ける場所を確保しましょう。
 - ☑ 転倒の危険を避けるため、地面に物を置かず、手を付く場所を確保しましょう。
 - ☑ 運動を行なう際には、歩きやすい靴を履き、適度な休憩を取り入れましょう。



● つま先立ちを改善するトレーニング

1 サーキット遊び

スポンジ棒やクッション、バランスストーンなどを組み合わせて、不安定なコースを作り、ゴールを目指します。地面を“マグマ”や“奈落”に見立て、足がつかないように工夫しながら進みましょう。

2 パワージャンプ

- 1 跳び箱を二段用意します。
- 2 膝をしっかり曲げ、大きな開脚跳びをしましょう。
- 3 手の位置・顔の向き・タイミングに注意しながら跳びましょう。

3 スズメポイントジャンプ

- 1 鉄棒に上がり、スズメに変身して腕をまっすぐに伸ばしましょう。
- 2 鉄棒を腰に当て、足を振って、勢いをつけましょう。
- 3 タイミングよくジャンプし、鉄棒を手で押しながら後方にジャンプしましょう。

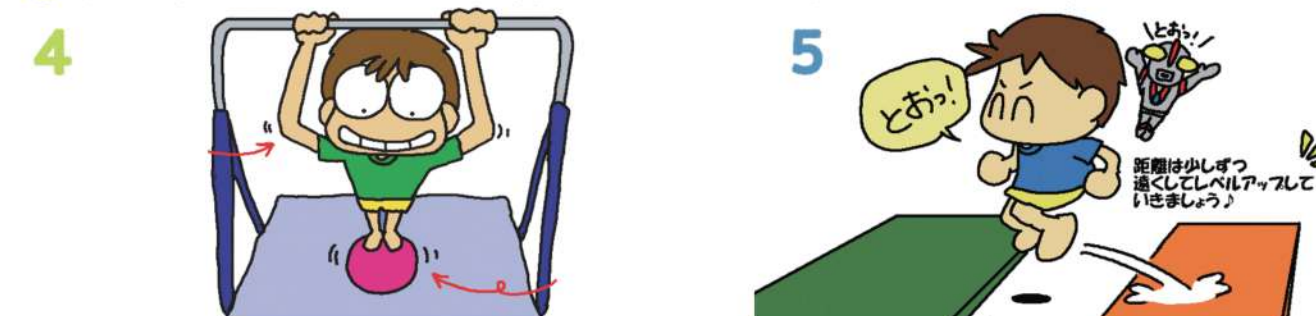


4 サルの玉乗り

- 1 鉄棒にぶら下がり、サルのようにボールの上に立ちましょう。
- 2 下にマットを敷き、ボールが動きにくいように調整しましょう。
- 3 手に力を入れ、体重をコントロールしましょう。
- 4 5秒間数えたら交代しましょう。

5 ウルトラマンジャンプ

- 1 カンガルーに変身して、膝をくっつけたままジャンプをしましょう。
- 2 島に見立てたマットを用意し、マットの間隔を50cm～80cmにしましょう。
- 3 腕を大きく振りながら、「1、2、3」でジャンプをしましょう。
- 4 着地時に尻もちをつかず、両足でしっかりと着地し、次のジャンプへと進みましょう。



今回はつま先歩きの原因や対応方法についてご紹介させていただきました。今後も作業療法士のコラムでは、日々の療育に役立つ情報をお伝えできるよう努めて参ります。引き続き作業療法士のコラムで情報をお届けしていきますので、ぜひお役立ていただければ幸いです。

参考文献

理学療法士監修 heyasubonavi なぜつま先歩きに？発達障害かもしれない子どもの歩行を改善する方法
<https://papamo.net/heyasubonavi/post-1012/>

ぼくたち・わたしたちの アクティビティ紹介

就労支援を行なっている施設の見学（その2）

先月号でもご紹介した就労支援を行なう施設への見学についてご紹介します。

施設見学の流れ

その日の朝の会では、見学に行く施設がどのような施設かをホームページで見せて、お子さん達に見学に対する見通しを持ってもらいました。すでに見学先を知っているお子さんも複数おり、高等部のお子さん達は就労に向けて、意識が徐々に高まっている様子でした。



朝の会の様子



施設の方にご説明いただく様子

事前説明

施設に着いたら、まずみんなで元気にご挨拶をします。

「今日はよろしくお願いします！！」

最初は施設の方が、この施設について説明をしてくださいました。

スライドを見せていただきながら、とても丁寧にご説明いただきました。

お子さん達に寄り添いながらコミュニケーションを取ってくださり、お子さん達も集中して聞いていました。

施設見学

車の細かい部品を扱う様子を見学させていただきました。

作業内容については、実際に作業をしている方がわかりやすく説明してくださいました。

お子さん達の真剣な表情に感心しました✨



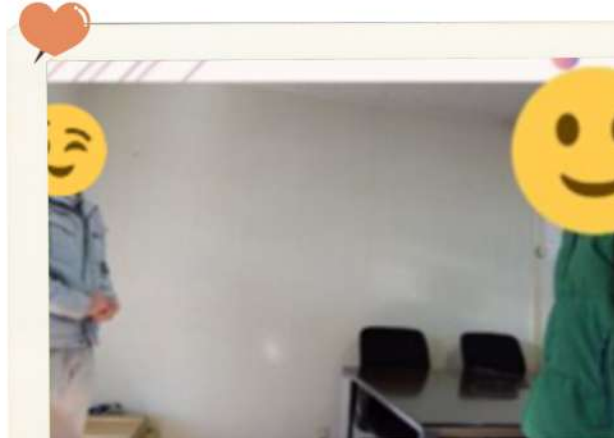
見学中の様子



施設の方と
コミュニケーションを取る様子



施設の方に
感謝の気持ちを伝える様子



代表してお礼を伝える様子

見学後、3人のお子さんが代表で施設の方にお礼と感想を伝えました。

教室に帰ってからも、その日の見学での出来事や、「こんな企業で働きたい」など、お子さん達の就労に向けた話を聞くことができました😊

下之郷教室ではこうした地域の施設などへの見学を定期的に行なっております。今後も活動の様子をお伝えしていきたいと思います。

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。

運動療育をする中で 心がけていることはありますか？

細かいポイントまで確認しています。例えば、手を付く動きでは、床に付いているのは指先だけではなく、手のひらまで付いているかなどを確認しています。運動指導の際は、お子さん達への説明は口頭では伝わりにくいため、お子さん達の視線を集められるように運動をしながら会話をするように心がけています。そうすると、こちらの動きを自然と真似してくれます。

この仕事を選んだ理由はなんですか？

元々こどもに関わる仕事をしていました。スイミングやサッカー、学童などで小さいお子さんに関わることがありました。また、教員免許を持っているので、短期間ですが中学校にも勤務していました。その際、教室に入れられないお子さんへの支援を行なっていました。教室に入れられないお子さんも、いつかみんなと一緒に活動できるように支援したいと思うようになりました。今の仕事は、これまでの経験が合わさった選択だと思っています。

こどもプラス浦安教室の 魅力を教えてください

お子さんと職員、そして職員同士も距離感が近く、職員間での会話も『ヒヤリハット』ではなく、『ニヤリホット』が多いです。

こどもプラス
浦安教室
R先生



心に残っているエピソードがあれば教えてください

教室間での異動をする際、保護者の方に惜しまれながらも、「寂しいけれど、別の教室に行ってもそこのお母さんを助けてあげてくださいね」と言われたのはとても嬉しかったです。これまでの関わり方が間違っていなかったんだと感じました。保護者の方との関わりでは、できないことよりもできることを伝えるように心がけています。例えば、食べる時にこぼしてしまうお子さんの場合、「最近運動の際に指に力が入るようになってきているので、お箸も上手になってくると思いますよ」などと伝えています。合わせて、今後の課題や解決策をお伝えしています。

お子さんとのエピソードは、カッと怒ってしまいやすいお子さんが、ある日怒るタイミングで自身で何とかして笑いに変わってしまったことがありました。思いもよらない行動で笑ってしまったことが印象に残っています。そのお子さんはお笑いが好きだったので、怒りを笑いに変換したんだと思うのですが、その瞬間、まるでギフトをもらったような気分になりました。



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。

ことばの準備「マネする力」

生後1歳前後になると、「初めての意味のあることば」(初語)を話し始めます。この初語が出るまでにとても大切なのが、タイトルにもある「マネする力」、つまり“模倣”です。模倣は、ことばの発達や発語を促す重要なテクニックの一つとして重宝されます。今回は、療育や保育施設だけでなく、ご家庭の日常生活でも活用できる「身振り模倣」と「音声模倣」についてお伝えします。

様々な動きのマネをしよう！「身振り模倣」

身振り模倣とは、こどもの動作を大人がそのままマネすることから始まります。こどもの笑顔や怒った顔、手を振る、指を差すなど、あらゆる動作のマネをします。大人がマネをすると、こどもは泣き声や動作を止めたり、じっと視線を向けたり、手を伸ばしたりと、普段とは少し違う反応を示すことがあります。これは、目の前の人や物へ興味を示した結果の行動であり、ことばを話す際に必要な「興味・関心」や「相手に注目する力」を育むことに繋がります。次に、マネをしている動作に、声掛けを加えてみます。例えば、手を振りながら「バイバイ」、拍手をしながら「パチパチ」など、動作とことばを結びつけることで、ことばの意味の理解を促すことができます。慣れてきたら、今度は大人が先に動作を行ない、こどもがマネをするように促してみましょう。

音や声のマネをしよう！「音声模倣」

音声模倣とは、こどもが発する音やことばを大人がマネすることから始めます。身振り模倣が目で見える視覚的な模倣であるのに対し、音声模倣は耳で聞く聴覚的な模倣です。

この違いにより「音に対する興味・関心」や「音に注目する力」を育むことに繋がります。慣れてきたら大人のことばをこどもがマネできるように促していきますが、注意が必要です。歯が生えそろわない時期のこどもは、「マ行」「パ行」「バ行」のような口唇を使う音しか発音できません。そのため、「ママ」「パパ」「バーバ」「ブーブー」「まんま」「あむあむ」など、発音しやすいことばを選びましょう。

日常生活の中で、何度も繰り返し同じことばを聞かせることで、少しずつ初語が出てくるようになります。

お子さんの成長を支えるために、日常生活の中で楽しく取り入れてみてください。

～お知らせ～

今月号をもって「言語聴覚士によることばの発達コラム」は終了となります。これまでお読みいただきありがとうございました。

