

# 2025年10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.



# 10月号 柳沢プログラム

## 10月の運動療育

- |                 |                           |
|-----------------|---------------------------|
| 【基礎】スズメの足振り     | ▶ 【発展】スズメの飛び立ち            |
| 【基礎】クマの反転ジャンプ   | ▶ 【発展】くもの巣渡り（側転）          |
| 【基礎】平均台を手を広げて進む | ▶ 【発展】平均台上にカップなどの障害物を配置する |
| 【基礎】カメのポーズ      | ▶ 【発展】カメさんゴロゴロ            |
| 【基礎】めだか走り       | ▶ 【発展】めだか走り合図で集合          |
| 【基礎】カップタッチカンガルー | ▶ 【発展】横跳びカップタッチ           |

## 10月のコラム

- |                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| <u>運動プログラム応用アレンジ</u>   | ▶ クモの巣だるまさんがころんだ   |
| <u>作業療法士による発達支援コラム</u> | ▶ 感覚に過敏があるお子さんについて |
| <u>アクティビティ紹介</u>       | ▶ お弁当を作って出かけよう！    |
| <u>職員インタビュー</u>        | ▶ ことのは4号館言語聴覚士S先生  |



# 10月の運動療育

## 基礎編 スズメの足振り

- 1.鉄棒の上ですずめになったら、しっかりと肘を伸ばして目線を遠くにしましょう。
- 2.足をそろえたまま、前後に振りましょう。
- 3.頭が動かないように目線は遠くを見たままにしましょう。
- 4.足を動かすときに、腰が浮くように大きく振れるまで繰り返し行いましょう。



### 気をつけるポイント

- 腕に体重を乗せられていない場合は、足の振りが小さくなってしまいます。
- 足を大きく振るために、しっかりと肘を伸ばして腕に体重を乗せるようにしましょう。
- 初めから足を大きく振ろうとすると、バランスを崩して前方向に落下してしまう恐れがあります。初めのうちは小さくても良いので、一定のリズムで足を振りコントロールしましょう。
- 目線が下を向いてきたときは、5~10m程先を見るように声掛けをしましょう。
- 降りるときに鉄棒に顎をぶつけないように気をつけましょう。

### 養われる力

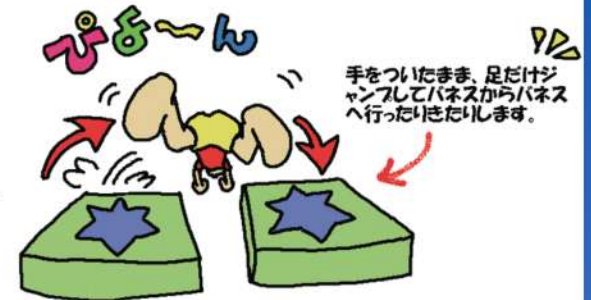
- ◆バランス感覚：前後、左右のバランスをとって動くことができる
- ◆身体面：肘を伸ばして体重を乗せた状態で、腰から下は力を抜いて足を振るという動きのコントロールができる
- ◆支持力：鉄棒という不安定な場所でも、腕に体重を乗せることができる

教室職員様  
専用QRコード



## 基礎編 クマの反転ジャンプ

- 1.クマの姿勢をとったら、左右にジャンプする動きです。お尻を高く上げて、顔はしっかりと前を向いて行うようにしましょう。
- 2.手のひらでしっかりと体重を支えて、足をポンッと蹴り上げるようにしましょう。両足はバラバラになっていて構いません。慣れてきたら180度の反転ジャンプができるように練習しましょう。
- 3.足は最初から高く上げる必要はありません。まずは、蹴り上げた足から着地するようにしましょう。



### 気をつけるポイント

- 顔が下を向いていると、足を蹴り上げることができません。また、手のひらがパーになっていない状態で体重を乗せようとすると、潰れてしまうことがあります。
- 足を高く上げることを意識するのではなく、手を固定したまま横方向にジャンプすることを意識させましょう。
- 手を固定してジャンプすることが分からないお子さんには、腰を持ち上げる補助をしてあげましょう。

### 養われる力

- ◆支持力：腕で身体を支えることができる
- ◆身体コントロール：今まで前後方向の動きだったが、クマさんの状態で左右に動くことができる
- ◆巧緻性：手は床に着いた状態で、足だけを蹴り上げてジャンプすることができる

教室職員様  
専用QRコード



## 発展編 スズメの飛び立ち

- 1.鉄棒の上ですずめの姿勢をとったら、足を大きく振って後ろにジャンプしましょう。
- 2.着地でフラフラしないように、ピタッと止まりましょう。
- 3.足を振るタイミングを自分でコントロールして行えるように、「いち、に、さんっ」と声を掛けて行いましょう。
- 4.声掛けに合わせられないお子さんはコントロールしきれないので、落下に備えていつでも補助ができるようにスタンバイしておきましょう。



### 気をつけるポイント

- 足を大きく振れないお子さんは、後ろにジャンプしたつもりでもほとんどジャンプができておらず、鉄棒に顎をぶつけてしまうことがあります。その場合は、大人がお子さんのタイミングに合わせて胸を後ろに押してあげるように補助をしましょう。ただ、このときにただ押すだけでは勢いが余って後ろに転倒してしまいます。大人は、お子さんの胸と背中を挟むように両手で支えて、後方向のジャンプをさせましょう。
- 肘が曲がっているお子さんは、後ろにジャンプをする足振りが十分でない可能性が高いです。肘をしっかり伸ばして前を見る、背筋を伸ばすといった前段階のすずめの足振りをしっかり行いましょう。

### 養われる力

- ◆巧緻性：足を振るタイミングに合わせて、後方向にジャンプすることができる
- ◆支持力：後ろに跳ぶ際に、手で鉄棒を押して後ろへの反動をつけることができる
- ◆バランス力：目線を前に向けることで背筋が伸び、安定した姿勢を作ることができる。足を振ってもバランスを崩さずにいられる

教室職員様  
専用QRコード



## 発展編 くもの巣渡り（側転）

- 1.くもの巣に見立てた紐を2本設置しましょう。紐の高さは15cmほどに設置しましょう。
- 2.くもの巣の中に手を着き、足は外に出した状態から横方向にジャンプしましょう。
- 3.手が離れないように、床に固定した状態でジャンプできるようにしましょう。
- 4.手はパー、顔は着地ポイントに向けておきましょう。
- 5.両手は肩幅くらいに広げて着くようにしましょう。



### 気をつけるポイント

- 手に体重を乗せられるように、肘を伸ばして行いましょう。
- 指先が2本の紐と並行になるように手を着きましょう。
- 手を着いた場所を見てジャンプをするのではなく、着地するポイントを見るようにしましょう。
- 足は高く上げる必要はありません。手を固定して横方向のジャンプが出来ればOKです。
- 慣れてきたら、着地のポイントを遠くにするようにしましょう。
- 繰り返し行ったら、少しだけ紐の高さを上げてみましょう。

### 養われる力

- ◆空間認知力：紐に引っ掛からないように、体をコントロールするようにしましょう
- ◆支持力：一瞬ですが、腕に全体重を乗せることができる
- ◆身体コントロール：横方向の動きを行うことができる

教室職員様  
専用QRコード



# 10月の運動療育

## 基礎編 平均台を手を広げて進む

1. 平均台を1本用意して、両側にマットを敷きましょう。
2. 手を広げて、ゆっくりと進んでいきましょう。  
前の友達との間隔を十分にとりましょう。
3. 体を横にせず、まっすぐ進んでいきましょう。



### ！ 気をつけるポイント

- 早く進むことがカッコいいのではなく、しっかりと最後まで渡りきることが重要です。  
バランスをとりながら最後までゴール出来るように、動機付けしましょう。
- 足元ばかりを見ていると体がフラフラしてしまいますので、目線は2～3m先を見るようにして行いましょう。  
たまには自分の足元も見なければ落ちてしまいますので、目線の切り替えをするように声掛けをしましょう。

### 養われる力

- ◆ 空間認知：足で平均台の位置を確認しながら進むことができる
- ◆ バランス力：左右のバランスをとりながら、落ちないで進むことができる
- ◆ 身体感覚：両腕でバランスをとりながら、背筋を伸ばして進むことができる

教室職員様  
専用QRコード



## 発展編 平均台上にカップなどの障害物を配置する

1. 平均台を用意したら、その上にカップなどを障害物として置きましょう。
2. カップに触らないように、足元に意識を集中して歩いていきましょう。
3. 平均台の両側にはマットを敷き、落下した時に怪我をしないようにしましょう。
4. ゆっくり進むように、前や後ろの友達との間隔をとりましょう。



### ！ 気をつけるポイント

- 障害物の数は、初めのうちは4つほどにしましょう。  
慣れてきたら数を増やしましょう。
- 障害物の間隔を狭くすることで難しいコースを作ったり、簡単なコースにしたり調節しましょう。
- 手を広げて渡ると安定して進めます。  
背筋をまっすぐにして進みましょう。
- つま先で歩くようにして障害物を避けましょう。  
バランスを崩さないようにゆっくり進みましょう。

### 養われる力

- ◆ 空間認知：障害物との距離を測り、歩幅を調整する力が養われる
- ◆ バランス力：前後左右のバランスをとりながら進むことができる
- ◆ 身体面：つま先で立ってバランスをとることができる

教室職員様  
専用QRコード



## 基礎編 カメのポーズ

1. うつ伏せに寝たら、背中を反るような格好になって足首を掴みましょう。
2. 顔を上げて、上を向くようにしましょう。
3. 胸を張り、背中を反るようにしましょう。
4. 前後にゆらゆらと揺れてみましょう。



### ！ 気をつけるポイント

- 背筋の力が弱いと胸を張ることができず、前後にゆらゆらと揺れることができません。  
胸を開いて背筋に力を入れられるように、繰り返し行ってみましょう。
- 友達との間隔を広く取って行いましょう。  
前の友達の足が降ってきて、顔を床にぶつけてしまうことがあります。

### 養われる力

- ◆ 身体面：背筋の力を使って、力いっぱい体を反らせることができる
- ◆ バランス力：体を反らせたときに、左右のバランスをとることができる

教室職員様  
専用QRコード



## 発展編 カメさんゴロゴロ

1. カメのポーズをとって、「ゴロゴロ～」という声が聞こえてきたらベタッとお休みする遊びです。
2. ひっかけて、「ゴ」がつく言葉を用いて楽しく行いましょう。
3. 慣れてきたら、「ゴロゴロ」の他に違う言葉も織り交ぜて遊んでみましょう。  
「雷だ!」という掛け声が聞こえたら、膝を抱えて小さくなる。  
「カラスだ!」では頭を抱えて食べられないようにするなどのパターンを付け加えていきましょう。



### ！ 気をつけるポイント

- いろいろな言葉を付け加えてポーズを変えて遊びますが、お子さんが走ったりするような動きは取り入れてはいけません。  
カメで寝そべっているお子さんの頭を踏んだりすると、前歯を怪我してしまいます。  
その場でポーズを変えるだけの動きに限定して行いましょう。

### 養われる力

- ◆ 判断力：指導者の言葉を聞いて、素早くポーズをとることができる
- ◆ 集中力：指導者の声にだけ集中して、何を言っているのか聞き取ることができる
- ◆ 身体面：素早くポーズを変えることができる

教室職員様  
専用QRコード



# 10月の運動療育

## 基礎編 めだか走り

- 1.両手を体の前に出したら、手のひらをくっつけて走りましょう。
- 2.腕を振って走るのではなく、腕を固定して走る遊びです。
- 3.まっすぐ走るだけでなく、カラーコーンなどを用いてジグザグのコースを走ったりしましょう。
- 4.慣れてきたら、手を体の前ではなく頭の上に持って行って走ってみましょう。  
ちょうど、魚の口ようになって走るようになります。  
バランスが取りづらくなるので、フラフラしないでスムーズに走れるように姿勢を意識してまっすぐな背筋で走れるようにしましょう。



### 気をつけるポイント

- 肘が曲がらないように、まっすぐ伸ばして走るようにしましょう。
- 背筋が曲がっているとバランスが悪くなります。  
目線を5～10mほど先にするように声掛けをしながら実施しましょう。

## 養われる力

- ◆バランス力：フラフラしないでまっすぐ走ることができる
- ◆身体面：腕を固定した状態で、足を動かしてスムーズに走ることができる
- ◆巧緻性：上半身（腕を固定）と下半身（走る）が別の動きをしているときでも、障害物を避けながら走ることができる

教室職員様  
専用QRコード



## 発展編 めだか走り合図で集合

- 1.めだか走りをしながら、合図に合わせて移動する遊びです。
- 2.めだかの姿勢を崩さずに走るように説明をしましょう。
- 3.集合場所を作って、素早く移動しましょう。  
集合する場所は、ビニールテープなどで横長のラインを作ってあげると衝突する危険が減ります。



### 気をつけるポイント

- 集まることだけに気をとられると、手が離れてしまいます。  
めだかの姿勢のまま素早く集まるのが大切であることを、しっかりと説明して行いましょう。
- お子さん達が衝突しないように広い場所で行いましょう。  
また、集合する場所も横幅を広くして、ぶつからないように集まれる工夫をしましょう。  
マットの上に集まるとぶつかりやすくなりますし、あとから走ってきたお子さんの手が、先について待っているお子さんの顔にぶつかったりして危険なので注意しましょう。

## 養われる力

- ◆集中力：大人の声掛けに耳を傾けて集中することができる
- ◆敏捷性：合図に反応して素早く行動することができる
- ◆バランス感覚：フラフラせずに、集合場所に走っていくことができる

教室職員様  
専用QRコード



## 基礎編 カップタッチカンガルー

- 1.色々な色のカップ（マーカーコーン等）をジグザグに置いてコースを作ります。
- 2.膝をしっかりくっつけてカンガルーに変身して大きなジャンプをして進みます。
- 3.カップのところまでジャンプしてカップにタッチしながら進みます。
- 4.ジャンプのリズムはゆっくりでも構いません。  
一定のリズムでジャンプして進みましょう。



### 気をつけるポイント

- カップにタッチするとき膝を曲げてしゃがみますが、その時に膝が離れないようにしましょう。  
大人は見本を見せるときに、最初から最後まで膝がくっついたまま行うように動機付けするようにしましょう。
- 急いでタッチする必要はありません。
- 慣れてきたら、色を指定するなど頭を使う条件設定をしてみましょう。

## 養われる力

- ◆跳躍力：しゃがんだときにも、膝を閉じたままカンガルージャンプをすることができる
- ◆身体面：腕の振りジャンプのタイミングを合わせて、ジャンプをすることができる
- ◆判断力：カップの色を見て、指示された色のカップをタッチすることができる

教室職員様  
専用QRコード



## 発展編 横跳びカップタッチ

- 1.カンガルーのカップタッチと同じ動きですが、カップの配置を変えましょう。  
今回は横方向にジャンプすることを重視するので、ジグザグに進むように配置するのではなく横ジャンプができるように配置しましょう。
- 2.左右2個ずつをセットにして配置すると良いでしょう。



### 気をつけるポイント

- 横ジャンプをしていくようにお子さん達に説明しましょう。  
カップの配置を変えても、お子さん達は自由に進んでいってしまいます。  
見本を見せるときに、横ジャンプで行うイメージを持たせましょう。
- 腕を大きく振らないと、横方向にジャンプすることができません。  
腕の振りをしっかりと行うように声掛けをしましょう。

## 養われる力

- ◆巧緻性：カップの色を判断しながら、横ジャンプをすることができる
- ◆跳躍力：膝の曲げ伸ばし、腕の振りを合わせてジャンプをすることができる
- ◆記憶力：指示されたカップの色を覚えて、ジャンプしていくことができる

教室職員様  
専用QRコード





# 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。

## クモの巣だるまさんがころんだ

- 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？** ゴム紐と、それを固定できる椅子や机を使用します。  
ご家庭では、バスタオルや布団などでも代用できます。
- どこで遊ぶ？** 教室、お家の広いスペースなどで遊ぶことができます。

### 養われる能力

#### 姿勢維持力・バランス感覚

➡ **だるまさんがころんだは、姿勢維持力とバランス感覚を育てます**

「だるまさんがころんだ」は、鬼の合図で瞬時に動きを止める遊びです。  
静止姿勢や動作中の姿勢を保ち、不安定な姿勢からすぐに回復する力は、立つ、歩くなどの生活機能や転倒予防に直結します。  
姿勢保持筋を鍛えることで、姿勢改善や筆圧の安定にも繋がります。

#### 聞く力・集中力 ➡ 鬼の声を最後まで聞く力

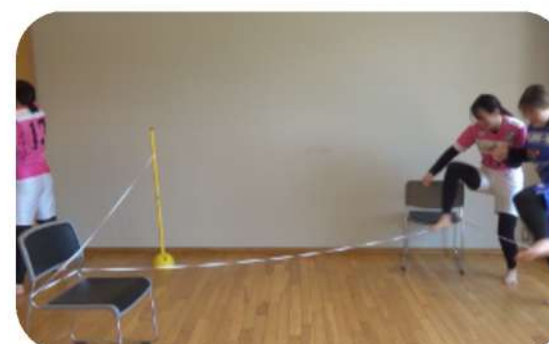
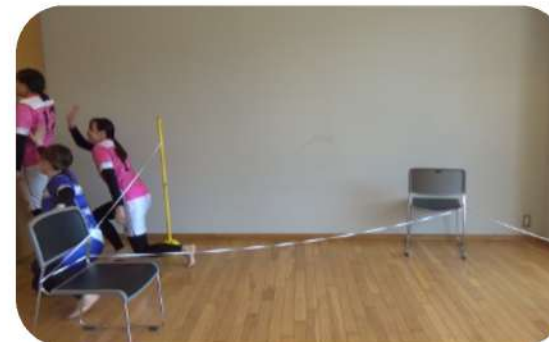
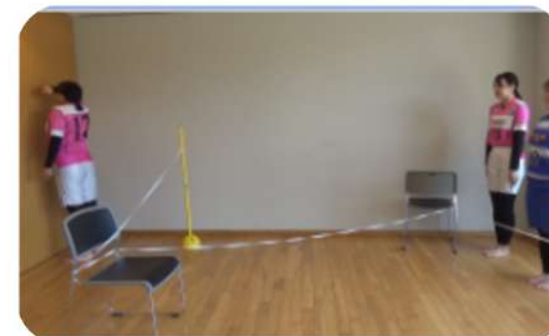
鬼の声を聞きながらクモの巣を避けて進むため、耳で情報を取りつつ体を動かし、道順を考える必要があります。  
このような同時処理は記憶力向上にも効果的です。  
聞く力はコミュニケーションの基礎にもなります。

### ⚠ 気をつけるポイント

- 最初からゴムが多すぎると難しく、挑戦意欲を失う場合があります。  
ゴムは少ない本数から始め、徐々に増やしましょう。
- 参加人数やスペースの広さに合わせて、ゴムの量や配置を調整してください。

## 運動の説明

- 1 椅子や机にゴムを固定してクモの巣を作ります**  
椅子や机にゴムをしっかりと固定し、高い位置と低い位置を組み合わせて、活動スペース全体にクモの巣のように張り巡らせます。
- 2 「だるまさんがころんだ」の合図でスタート！**  
「だるまさんがころんだ」の合図で、スタートします。クモの巣に触れないように進みます。
- 3 鬼にタッチできたら成功です**  
最後にゴール地点の“鬼”にタッチできたら成功です。
- 4 【難しい場合】  
ゴムの本数を減らし、高さをそろえて挑戦します**  
クモの巣だるまさんがころんだを難しく感じる場合は、ゴムの本数を減らし、高さをそろえて張ります。障害が少なくなることで、見通しがよくなり、挑戦しやすくなります。
- 5 【簡単な場合】  
2人で手を繋いだまま、最後まで離さずにゴールを目指します。**  
クモの巣だるまさんがころんだを簡単に感じる場合は、2人で手を繋いだまま進みます。相手と呼吸を合わせ、離れないようにゴールまで協力して進みましょう。



# 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。

## 感覚に過敏があるお子さんについて

療育の現場で、大きな音が苦手なお子さんや、触れられるとすぐに驚いてしまうお子さんはいませんか。

それは、感覚過敏による反応かもしれません。

今回は、この“感覚過敏”について、基本的な理解と対応方法についてご紹介します。

### 感覚過敏とは

味覚・聴覚・嗅覚・視覚・固有受容感覚・前庭感覚・触覚など、基本的な感覚のいずれか、または複数に過剰に反応してしまう状態です。

ADHDやASDのお子さんに多く見られ、感覚の捉え方の違いが、生きづらさに繋がることもあります。



#### 固有受容感覚とは？

体の動きや力の入り具合を感じる感覚。  
腕や足がどこにあるか、  
どれくらいの力で動かしているかがわかります。

#### 前庭感覚とは？

体のバランスや傾き、回転、スピードを感じる感覚。姿勢を保ったり、転ばないように動く時に大切です。

例えば、私たちには何気ない服のタグのチクチクが、我慢できないほど不快に感じられたり、少しの物音でも雷のように大きく聞こえてしまうことがあります。  
また、人混みのざわざわした音や照明のまぶしさが耐えられず、落ち着かなくなってしまうお子さんもいます。

### 対応方法

#### ●センソリーダイエット

苦手な感覚を減らし、好きな感覚を日常生活に取り入れる方法です。  
まずは、お子さんの苦手な感覚を理解することが重要です。

聴覚過敏があるお子さんの例：イヤーマフやノイズキャンセリング付きイヤホンを使用  
前庭感覚が苦手なお子さんの例：ブランコをゆっくりこぐ

#### ●トレーニング

柳沢運動プログラムも、お子さんの感覚に合わせて取り入れましょう。

#### 1 固有受容感覚が好きな場合の例：ブタの丸焼きでタンバリンタッチ

- 1 ブタの丸焼き姿勢になったら、軽く顎を引いてタンバリンを見ます。
- 2 片手を離し、タンバリンをタッチします。
- 3 常にタンバリンを見ながら、確実にタッチすることを意識します。
- 4 離していた手を戻して鉄棒を両手で握り、足から着地します。
- 5 1回タッチできたら、次は2回、3回と回数を増やして挑戦します。

注意点：必ず大人がそばで支え、落下やバランスの崩れに注意しましょう。

#### 2 触覚が好きな場合の例：ラッココースター

- 1 2人1組になり、ラッコ役と引っ張る役に分かれます。
- 2 ラッコ役は、仰向けになって膝を曲げます。
- 3 引っ張る役は、ラッコ役の膝裏または膝あたりを両手で持ち、後ろに引っ張って進みます。

注意点：引っ張る際は、スピードを調整し、周囲の安全を確認しましょう。

#### 3 前庭感覚が好きな場合の例：逆上がり

- 1 脇が開かないように意識します。脇をしっかり締めておくとうれやしくなります。  
鉄棒を握る前に、脇を閉じてから握りましょう。
- 2 蹴り上げる位置が分からないお子さんには、大人が手で場所を示し、「この手を蹴るつもりで」と声掛けします。
- 3 足を高く上げようとして頭が反り、口が開くと体が伸びて力が入りにくくなります。  
顎を引いたまま動かすことで腹筋に力が入り、足も上げやすくなります。
- 4 腹筋がうまく使えないお子さんには、顎にハンカチを挟んで行なうと、顎を引いた姿勢が保ちやすくなります。

注意点：遊ぶ前に周囲の安全を確認し、大人がそばで見守りながら、無理なく行いましょう。落下や怪我に注意してください。

#### ●お子さんの好みや苦手を知ることの重要性

例えば、「粘土やスライムが好き」など、事前にお子さんの好みや苦手を知っておくと対応しやすくなります。  
そのためには、日常の様子をよく観察することや、保護者からの情報収集が大切です。

#### ●評価について

感覚過敏の程度を正しく理解するために、JSI-Rなどの質問紙を活用して評価を行うこともあります。  
感覚過敏の強さや状況に応じて、適切な評価方法を選びながら、より良い支援を目指しましょう。



感覚過敏のあるお子さんは、苦手な感覚が多いため、遊びや行事で逃避行動が見られやすい傾向があります。そんなときは、まずお子さんの「好きな感覚」から少しずつ取り入れていくことで、遊びの幅が広がり、周りの人との関わりも自然と増えていきます。

今後も作業療法士のコラムでは、療育に役立つ情報をお届けします。  
次回もぜひご覧ください。

#### 参考文献

国立障害者リハビリテーションセンター【発達障害のある人の感覚の問題】  
<https://www.rehab.go.jp/ri/departj/brainfunc/dds/paper/topic3/>

# ぼくたち・わたしたちの アクティビティ紹介

## お弁当を作って出かけよう！

9月に入り、少しずつ暑さが和らいできたある日、学校が休みだったお子さん達と一緒に「お弁当作り」に挑戦しました。

普段は保護者の方に作っていただくことが多いお弁当ですが、この日は自分達の手で調理しました。

「自分で作ったお弁当を食べたい！」と、みんな最初からとても意欲的な様子でした。

### 目標

- 限られた予算の中で、栄養のバランスを考えて献立を立てられるようにする。
- お弁当作りのときに気をつけたいことを知る。
- 自分の役割を理解して、最後まで取り組む。

### 養える力

- 順序立てて活動に取り組む中で、計画性や見通しを持つ力を養う。
- 食材を切る・分量を量るなどの作業を通して手先の巧緻性を養う。
- お友達同士で協力して活動に取り組み、役割分担を行なう中で社会性や責任感を養う。

### 活動の流れ

お弁当作りでの留意点を確認します。

普段から行なっている調理活動と比べて、お弁当作りには注意する点が多くあります。

お子さん達がパソコンなどを使って調べながら、注意する点をいくつか挙げてみました。

- 自分の食べられる量にあったサイズのお弁当箱を用意する
- 彩りや栄養バランスを考える
- 料理を十分に冷ましてからお弁当箱に詰める
- 長時間持ち歩く際は、梅干しやお酢を使った料理を入れると殺菌効果がある



### お弁当のメニュー

メニューは、みんなで話し合っ決めてました。  
お弁当の定番がそろいました。

- 唐揚げ
- ハンバーグ
- 卵焼き
- サラダ
- おにぎり



調理活動でお昼ご飯を作ることはありましたが、「お弁当作り」は初めての経験です。お子さん達はとても楽しそうに取り組み、完成したお弁当を見て嬉しそうな表情を浮かべていました。



### ピクニックに出発

お天気にも恵まれたこの日、完成したお弁当を持って近くの公園へ出発しました。レジャーシートを広げ、青空の下で自分で作ったお弁当を食べる時間は、お子さん達にとって特別で楽しいひとときとなりました。



自分で作ったものを仲間と一緒に味わう経験は、お子さん達にとって達成感や自信に繋がります。

今後も、さまざまな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

2025年7月号よりこのコーナーでは全5回の予定で、「ことばの療育」を中心に支援を行っている教室の先生にインタビューした内容をお届けします！

## ことのは4号館 言語聴覚士 S先生

### 祖父の姿がきっかけで出会った「ことばの支援」

私がリハビリの道に興味を持ったきっかけは、祖父が交通事故により食事を自分でとれなくなってしまったことでした。その様子を目の当たりにし、「リハビリの専門職」という仕事に関心を持つようになりました。支援を必要としている方に寄り添える専門職になりたいという思いが、この時に芽生えました。中でも、言語聴覚士は「食べること」も支援の対象になると知り、より一層興味が深まりました。学生時代の実習では、小児分野に触れる機会もありました。当初は、大人と同じようにこどもも個別訓練を受けるものだと思っていましたが、実際はまったく異なっていました。

はじめてことのは4号館を見学した際、遊びの中でことばを引き出し

広げていく支援の様子がとても印象的でした。「こんなふうに、ことばの力を育てていくんだ」と驚き、こどもへの支援のイメージが大きく変わった瞬間でした。

### 楽しみながらことばと出会う時間

ことのは4号館では、お子さん一人ひとりの発達段階や興味関心に合わせて、1対1での療育を大切にしています。たとえば、発音がまだ安定していないお子さんには、口の動かし方を一緒に確認しながら、楽しく発音練習に取り組んでいます。支援の中では、絵カードを使ってクイズをしたり、絵本と一緒に読んだり、遊びの要素を取り入れながら、ことばの理解や表現の力を自然に育んでいます。「練習」というよりも、遊びの中で自然とことばに触れ、「気づいたら話せることが増えていた」と感じられるような関わりを大切にしています。

### 伝える力を育てるからこそ、大切にしていること

ことばを使って思いを伝えられるようになることはとても大切ですが、その分「言ってよいこと」「言ってはいけないこと」を明確に伝える必要があります。支援の中で難しさを感じる場面もあります。例えば、相手を不快にしたり、傷つける言葉を使ってしまう時など、どう伝えればよいか迷うことがあります。そんな時には「どう言えば相手に伝わりやすいか」などを一緒に考え、伝え方を工夫できるようにしています。



### お子さんの目線に立ち、伝えたい思いをくみ取る支援を

支援の中で私がもっとも大切にしているのは、「お子さんの目線に立つこと」です。言葉がまだうまく出ないお子さんでも、表情や仕草にはたくさんの思いが込められています。そうした小さなサインを見逃さず、気持ちをくみ取れるように心がけています。たとえば、お子さんが何かを指さした時、「それがほしいのかな？」「これのことかな？」と、気持ちに寄り添いながらやりとりを重ねていきます。ただ正解を当てるのではなく、「伝わった」「分かってもらえた」という経験を大切にしています。ことばが出ていなくても、すでに伝えたいことはたくさんある。そんなお子さんの内側にある気持ちに、インリアルアプローチなどの手法を使いながら、ことばとしての表現へと繋げていけるよう努めています。

### ことばが生まれた“あの瞬間”を、今も覚えています

入社間もない頃、ことばが出にくいお子さんと、戦いごっこのような遊びをしていました。ある日、大人が“やられたふり”をして倒れると、周囲の職員が見本として「おきてー！」と声をかけ、それに続いて他のお子さん達も同じように声を出して遊び始めました。何度か繰り返すうちに、そのお子さんも少しずつ「おきてー！」とってくれるようになったのです。お子さんのことばと動きが結びついたことで、「理解できていたんだ」と実感できた出来事でした。遊びの中でことばが自然に生まれる瞬間に立ち会えたことは、今でも心に残っています。



### 「専門性×連携」がことのは4号館の強み

ことのは4号館には、言語聴覚士のほか、保育士・児童指導員・作業療法士・理学療法士など、さまざまな職種のスタッフが在籍しています。それぞれの専門性や得意分野を活かし、日々連携しながら、お子さん一人ひとりに合わせた支援を行なっています。たとえば保育士さんは、ドッジボールや鬼ごっこなどの集団遊びを通して、こども達の「人と関わる力」を育ててくれています。遊びの中で、ことばやルールを理解も自然と深まっています。また、支援の方法やこどもの様子については、日々のミーティングや情報共有の場を通じて積極的に話し合っています。

言語聴覚士からことばの支援に関する知識を共有することもあれば、保育士や児童指導員の先生方が遊びの中での関わり方のヒントを伝えてくれることもあります。ことば・運動・社会性など、さまざまな面に目を向けながら、チーム全体でお子さんの成長を支えています。

### “ことば”に繋がる“遊び”をもっと見つけていきたい

今後は、遊びの中で自然に発音の練習に繋がるような関わりを、もっと増やしていきたいと考えています。

たとえば、マットを揺らしたり、抱っこで「高い高い」をするような感覚遊びは、目が合いやすく、要求のことば（「もう一回！」など）を引き出しやすい遊びです。こうした中でことばが伸びていくこともあります。

日々の支援の中で、お子さんの「楽しい！」という気持ちを大切にしながら、ことばが自然に生まれるような遊びや関わり方を、もっと学び、工夫していきたいです。

