



# 2026年5月号 柳沢プログラム



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

Copyright © 2026 こどもプラスホールディングス株式会社 All Rights Reserved.  
無断での転載・複製・改変等をご遠慮ください。



# 5月号 柳沢プログラム

## 5月の運動あそび ～側転につながるカ～

### 支持力

- ▶ クマ
- ▶ 片足クマ
- ▶ 手押し車
- ▶ クマの忍者修行

### 回転感覚

- ▶ 焼き芋
- ▶ ジャガイモ迷路

### バランス感覚

- ▶ メダカ走り
- ▶ ジグザグ綱渡り

### 支持力+回転感覚+バランス感覚

- ▶ クマの反転ジャンプ
- ▶ 連続前転
- ▶ 線路側転
- ▶ クモの巣側転

## 5月のコラム

- 運動プログラム応用アレンジ ▶ フープすきま歩き
- 作業療法士による発達支援コラム ▶ 特性の受容と  
お子さんとの関わり方
- 子どもを守る安全対策だより ▶ 家庭での火災対策
- アクティビティ紹介 ▶ あそびの中で育つ「見る力」
- 職員インタビュー ▶ こどもプラス三郷中央教室  
児発管 K先生



# 今月の運動あそび

## 支持力

### クマ

- ✓ 養われる力：支持力・模倣力
- ✓ 用意する道具：なし

#### あそび方

- ・手をパーにして床につけ、膝は伸ばしてお尻を上げ、足の平を床につける
- ・顔を上げて前を見て、腕の力と足の平で床を蹴る力で進む



#### 声掛けのポイント

- 手はどんな手にするんだっけ？
- 手はパーにして進もう！
- 顔は〇〇（先生や物など）の方を向いて進もう！
- お尻をしっかりと上げて進もう！

#### 気をつけるポイント

まずはイヌの動きができるようになってから、クマの動きにつなげていきましょう。  
手のひらをしっかりと開いて身体を支えましょう。  
顔が下を向いていると前のめりに転ぶことがあるため、顔を上げて前を向くように声をかけましょう。

教室職員様  
専用QRコード

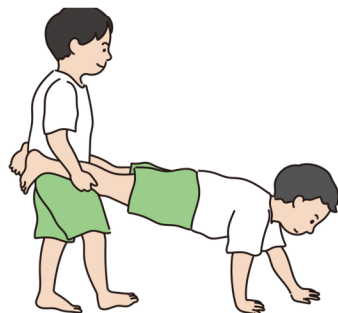


### 手押し車

- ✓ 養われる力：支持力・集中力・社会性
- ✓ 用意する道具：なし

#### あそび方

- ・ペアを作り、車役と押し役を決める
- ・車役はクマの体勢になる
- ・押し役は車役の後ろに立ち、「持ち上げるよ」と声をかけてから、ひざから持ち上げる
- ・押し役が「進むよ」と声をかけてから、車役は片手ずつ前に出して進む
- ・押し役は、車役が前に出す手に合わせて持ち上げた足を押しながら進む



#### 声掛けのポイント

- 車さんしっかり前を見て運転してね！
- 事故になっちゃうから前を見て進もう！

#### 気をつけるポイント

転倒防止のため体格や身長が似たこども同士をペアにしましょう。  
押し役は、車役のペースに合わせて進むことを伝えましょう。  
足首を持つよりもひざを持つ方が安定して行えます。慣れてきたら足首を持つやり方にレベルアップしましょう。

教室職員様  
専用QRコード



# ～側転につながる力～

## 支持力

### 片足クマ

- ✓ 養われる力：支持力・バランス感覚
- ✓ 用意する道具：なし

#### あそび方

- ・クマの体勢になる
- ・片方の足を真っ直ぐ上にあげ、両手ともう片方の足で身体を支える
- ・進むときは「手、手、足」の順に手足を動かして進む



#### 声掛けのポイント

- クマさんは足を怪我しちゃったから、足に包帯を巻いてるよ。足をピンとさせてね。
- 「手、手、足、手、手、足・・・」

#### 気をつけるポイント

早く進むとすると顔から転倒する可能性があるため、「手、手、足」のリズムで慎重に進むようにしましょう

教室職員様  
専用QRコード

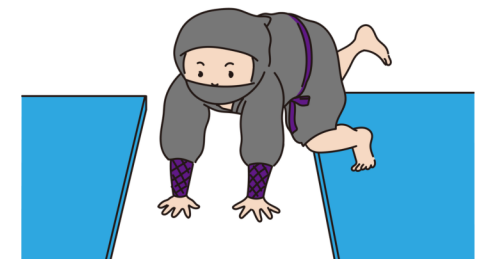


### クマの忍者修行

- ✓ 養われる力：支持力・身体コントロール力・空間認知力
- ✓ 用意する道具：マット

#### あそび方

- ・マット2枚を並べて、間にこどもがクマの体勢で通れるぐらいの間隔をあける
- ・マットの間でクマの体勢を意識して腕と膝を伸ばす
- ・手を軸にして手の平と腕の力で体重を支え、足をポンッと蹴り上げ横方向にジャンプする
- ・片足ずつ右のマットの上に右足、左のマットに左足を着地させ、連続で左右にジャンプする
- ・慣れてきたら、両膝をつけた状態で横方向にジャンプして左右のマットに両足で着地する



#### 声掛けのポイント

- 先生は前にいるよ！こっちを見てね！
- みんなは忍者だから手裏剣に当たらないように、かっこよくジャンプしよう！

#### 気をつけるポイント

下を向いて足の方を見て行くと転倒の可能性が高まるので、前を向くように声かけをします。  
忍者が手裏剣をよけるときのようにかっこよく動いてみましょう。

教室職員様  
専用QRコード



# 今月の運動あそび

## 回転感覚

### 焼き芋

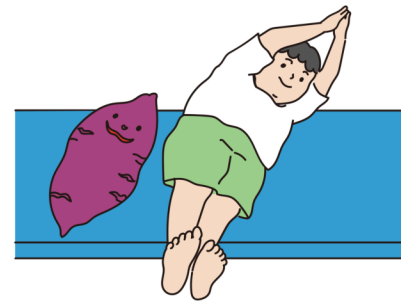
- ✓ 養われる力：回転感覚・バランス感覚
- ✓ 用意する道具：マット

#### あそび方

- ・マットの上にうつ伏せで寝る
- ・両手と両足を真っ直ぐ伸ばし、くっつける
- ・真っ直ぐな姿勢を崩さないように転がる

#### 声掛けのポイント

お芋さんまっすぐ転がれるかな？



#### 気をつけるポイント

転がる際に視線を手の方向に向けると、目を回しにくくなります。  
焼き芋になったつもりで両腕と両足を真っ直ぐにすることを意識しましょう。

教室職員様  
専用QRコード



### ジャガイモ迷路

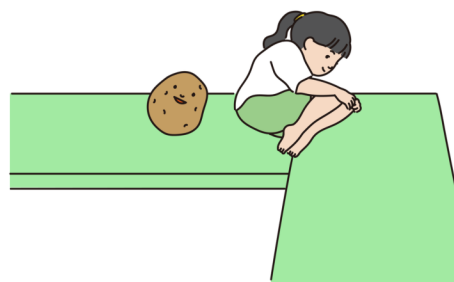
- ✓ 養われる力：回転感覚・バランス感覚・空間認知力・イメージ力
- ✓ 用意する道具：マット

#### あそび方

- ・マットを組み合わせて曲がり角のあるコースを作る
- ・マットの上に仰向けになり、両腕で両膝を抱えて身体を丸める
- ・丸めた体勢のまま横方向に身体を転がして、コースを進む

#### 声掛けのポイント

ジャガイモさんコロコロ～道から落ちないようにね



#### 気をつけるポイント

転がるのが難しい場合は、職員がこどもの背中を優しく押してあげましょう。  
コースからはみ出ないように転がることを意識しましょう。

教室職員様  
専用QRコード



# ～側転につながる力～

## バランス感覚

### メダカ走り

- ✓ 養われる力：バランス感覚・身体コントロール力
- ✓ 用意する道具：フープ

#### あそび方

- ・立った状態で両手を胸の前に出して伸ばし、手のひらをくっつける
- ・腕の位置を固定したまままっすぐ前に向かって走る

#### 声掛けのポイント

他のメダカさんとぶつからないように、進もう！



#### 気をつけるポイント

手を振れない状態で走る動きをすることで、体の軸を安定させて歩行・走行することにつながります。  
真っすぐ走れずに隣のこどもとぶつかってしまうこともあるので、スタート地点とゴール地点に同じ色のフープを置くなど、コースをわかりやすくしておきましょう。

教室職員様  
専用QRコード



### ジグザグ綱渡り

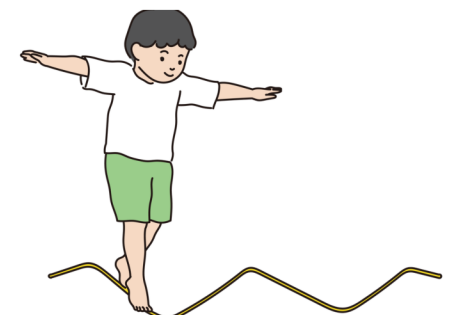
- ✓ 養われる力：バランス感覚・空間認知力・集中力・抑制力
- ✓ 用意する道具：大縄等

#### あそび方

- ・大縄等でジグザグのコースを作る
- ・スタート地点に立ち、両手を広げてかかとをあげる
- ・つま先歩きでコースから落ちないように進む

#### 声掛けのポイント

コースから落ちたら川に流されちゃうから、落ちないように進もう！  
落ちたら、サメに食べられちゃう！落ちないように進もう！



#### 気をつけるポイント

「コースから落ちたら川に流されちゃうよ」「下にいるサメに食べられちゃうから、落ちないように進もうよ」などとストーリー性を持たせた遊びを行ってもいいでしょう。  
走るのではなく、つま先に力を入れてゆっくり進むことを意識しましょう。

教室職員様  
専用QRコード



# 今月の運動あそび

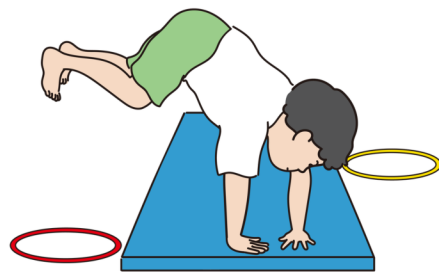
## 支持力＋回転感覚＋バランス感覚

### クマの反転ジャンプ

- ✓ 養われる力：支持力・回転感覚・バランス感覚・身体コントロール力・イメージ力
- ✓ 用意する道具：マット

#### あそび方

- ・手をパーにしてマットの上に手を置く
- ・お尻を高く上げて、顔を前に向けてクマの体勢になる
- ・手を軸にして手の平と腕の力で体重を支え、足をポンッと蹴り上げ、横方向にジャンプする
- ・蹴り上げた足は床につけた手の横に着地させ、起き上がる
- ・起き上がった時に身体は反転した状態にする



#### 声掛けのポイント

手はしっかりパーにして動かないように、のりで貼り付けるよ！フープの位置に足が入るようにジャンプしてみよう！

#### 気をつけるポイント

足を高く上げること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。職員はこどもの頭の位置に立ち、ジャンプの際に腰を持ち上げて横方向に動かす補助をしてあげましょう。

教室職員様専用QRコード

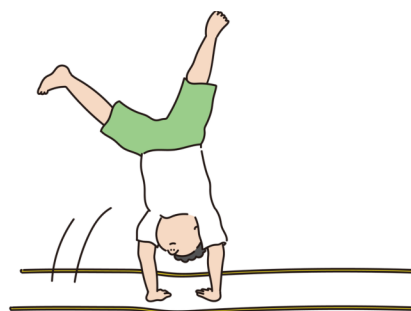


### 線路側転

- ✓ 養われる力：支持力・回転感覚・バランス感覚・身体コントロール力・空間認知力・協応動作・抑制力
- ✓ 用意する道具：大縄等

#### あそび方

- ・大縄等2本を30cm程度の幅で真っ直ぐ並べて線路を作る
- ・スタート地点に立ち、両手をバンザイの状態から振り下ろし、進行方向に対して90度の位置に手をつける
- ・両腕で全体重を支え両足を蹴り上げる
- ・蹴り上げた足は真っ直ぐに伸ばして反対方向に回転して、線路の中に着地する



#### 声掛けのポイント

線路の中で側転をしてみよう！足はピンと伸ばしてやってみよう！怖かったら、クマさんのジャンプのようにしてやってみてね！

#### 気をつけるポイント

足を真っ直ぐあげる練習として「片足クマ」で線路を歩く練習をするといいでしょう。線路内から出ないように回転しながら線や着地位置をよく見ることがポイントです。

教室職員様専用QRコード



# ～側転につながる力～

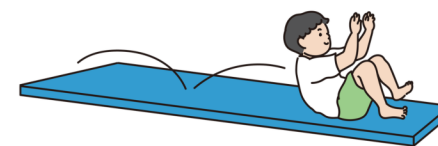
## 支持力＋回転感覚＋バランス感覚

### 連続前転

- ✓ 養われる力：支持力・回転感覚・バランス感覚・身体コントロール力
- ✓ 用意する道具：マット

#### あそび方

- ・マットに手のひら全体をつき、足を少し開く
- ・顎を引いて頭の後ろの方をマットにつけ、前転をする
- ・両足を地面につき腹筋を意識して起き上がる
- ・素早く手のひらをマットにつけ2回目の前転し、起き上がる



#### 声掛けのポイント

まずは手をペタ、次に頭をペタ、それからゴロン！

#### 気をつけるポイント

速さよりも一つ一つの動作を丁寧にゆっくり行うことを意識しましょう。

教室職員様専用QRコード



### クモの巣側転

- ✓ 養われる力：支持力・回転感覚・バランス感覚・身体コントロール力・イメージ力
- ✓ 用意する道具：三角コーン・ゴム紐

#### あそび方

- ・三角コーンとゴムひもで障害物を二つ作る
- ・障害物の横に立ちバンザイの状態か両腕を振り下ろし、二本のゴム紐の間に手をつける
- ・両腕で全体重を支え、両足を蹴り上げて、二本のゴム紐を跳び越える



#### 声掛けのポイント

クモの巣に引っかかったら食べられちゃうぞ！

#### 気をつけるポイント

バンザイ→両手を床につける→ジャンプをするの3段階に分けてゆっくり行いましょう。

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あそびをご紹介します。  
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。

## フープすきま歩き

- 何人で遊ぶ?** 1人から遊ぶことができます。
- 何を使って遊ぶ?** たくさんのフープを使います。
- 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

#### 足の指先で体を支えるバランス力

##### ➡ 足の指先の力・バランス力

足の指は、体を支えるうえで大切な役割を担っています。  
前に倒れそうな時は足の指で地面をつかみ、後ろに倒れそうな時は指を反らせることで、体のバランスを保とうとします。  
また、足の裏のアーチ（クッションの役割）を働かせることにも繋がり、安定した立ち姿勢や歩く動作を支える土台になります。  
バランス力は、姿勢を保つ力だけでなく、不安定な状態から体勢を立て直す力として、日常生活の中でも大切な要素です。

#### 空間認知力は生活力にも繋がる力

##### ➡ 空間認知力

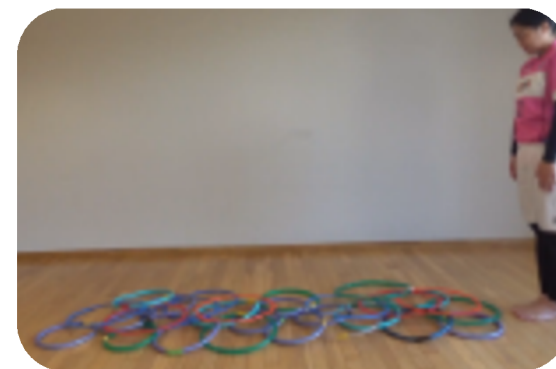
空間認知力とは、物のある場所・向き・大きさ・位置関係などを、すばやく正確に捉える力です。  
今回の運動では、「どこに足を置くか」「フープに当たらないように進むにはどうするか」を考えながら動きます。  
この力は、スポーツや自転車の操作、絵を描くこと、日常生活の中での移動など、さまざまな場面に繋がります。

### ⚠ 気をつけるポイント

- フープの上に乗ってしまうと滑って転倒する可能性があります。  
滑りにくいジョイントマットの上で行なう、またはゴム製など滑りにくいフープを使用するなど、安全に配慮して行ないましょう。

## 運動の説明

- 1 フープで道を作ります。**  
床の上にたくさんのフープを並べ、少しずつ重なるようにして道を作ります。  
フープとフープの間に、足を置けるすきまができるように並べます。



- 2 フープに当たらないようにつま先で進みます。**  
フープに当たらないように注意しながら、すきまに足を置いて一歩ずつ進みます。  
つま先でバランスをとりながら、ゆっくり進みましょう。



- 【難易度を下げる】**  
**フープの数を減らしてみよう。**  
難しい場合は、フープの数を減らしたり、間隔を広げたりして、足を置くスペースを大きくします。  
安心して一歩ずつ進める配置に調整しましょう。



- 【難易度を上げる①】**  
**お宝を回収してみよう。**  
フープの道の途中に、マーカーコーンなどの“お宝”を置きます。  
お宝を進みながら拾い、最後まで落とさないように運びましょう。



- 【難易度を上げる②】**  
**二人でチャレンジしてみよう。**  
二人で手を繋ぎ、一緒にバランスをとりながら進みます。  
手を離さないように、声を掛け合いながら進んでみましょう。



# 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。

## 特性の受容とお子さんとの関わり方

療育の現場では、保護者の方から「周りのお子さんと少し違うかもしれない」「発達について不安がある」といったご相談を受けることが少なくありません。

保護者の方が特性を理解し受け止めていくことは、お子さんの成長を支えるうえでとても大切な過程です。

また、周囲の理解や適切な支援があることで、お子さんは安心して自分らしく成長していくことができます。

今回は、特性を受け止めていく過程（特性の受容）と、その後に大切になるお子さんへの支援や環境づくりについて、保護者の方の気持ちを理解する視点も交えながらお伝えします。

### ① 疑念・混乱

特性のあるお子さんの場合、乳幼児期から子育てに特別な難しさを感じるなど、一般的な発達との違いを感じる場合があります。

しかし、その理由が分からないため、「育て方の問題なのだろうか」「自分の関わり方がよくないのではないか」と悩んだり、不安を感じたりする段階です。

### ② ショックと安堵

診断を受けた際、大きなショックを受けることも少なくありません。

一方で、「育て方の問題ではなかった」と分かり、安心する気持ちが生まれることもあります。

複雑な感情が入り混じる時期ですが、お子さんを理解するための大切な第一歩でもあります。

### ③ 努力と挑戦

特性を理解したうえで、療育や学習、生活の工夫などに取り組んでいく段階です。

### ④ 特性の受容

お子さんの特性を理解し、受け入れられるようになると、苦手な部分を否定するのではなく、現実的に対処していこうとする気持ちが生まれます。

療育や支援を通して、得意な部分は伸び、苦手な部分も少しずつ改善していきます。

しかし、苦手さが完全になくなるわけではありません。

そのため、お子さんの特性に合わせて周囲の環境を整えることがとても重要になります。

## お子さんのメンタルケア

特性のあるお子さんは頑張っても勉強がうまくいかない、忘れ物をしてしまう、友達関係で困ることがあるなどの経験を重ねることがあります。こうした経験が続くと、成功体験が少なくなり、

自己肯定感が低くなりやすい傾向があります。

さらに、周囲から誤解される経験が重なると、自信を失う、学校生活が楽しくなくなる、精神的に不安定になるといった二次的な問題

（二次的な障がい）につながることもあります。

そのため、療育や家庭では、「できること」から取り組み、小さな成功体験を積み重ねることがとても大切です。

スモールステップで課題を設定し、「できた」「楽しかった」という経験を増やしていくことで、お子さんは少しずつ自信を身に付けていきます。



## お子さん自身の気付きへの関わり

成長していく中で、お子さん自身が「自分は周りとは少し違うかもしれない」と気付く時期があります。そのような時には、お子さんの良いところや得意なこと、努力していることをしっかり伝えることが大切です。

そのうえで、「人にはそれぞれ得意なことと苦手なことがあること」「特性はその人の一部であること」を分かりやすく伝えていきます。

苦手なことにはばかり目を向けるのではなく、そのお子さんらしさや強みを大切にすることが、自尊心を育てていきます。

## 環境を整えることの大切さ

お子さんが過ごす場所は、家庭だけではなく、

学校、病院、放課後等デイサービスなど、様々な場所で生活しています。

それぞれの環境で、お子さんがどのように過ごしているのかを共有し、関係する職員や保護者の方々が協力して支えていくことが大切です。

お子さんの特性を周囲が理解し、困りやすい場面を減らし、分かりやすい環境を整え、安心して挑戦できる機会をつくるという工夫を行なうことで、お子さんは安心して生活することができます。

## 自信を育てる運動あそび

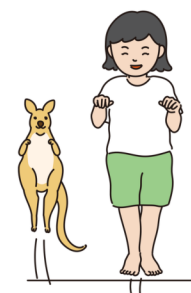
自己肯定感を育てるためには、成功体験を積みやすい活動を取り入れることが大切です。

柳沢運動プログラムでは、お子さんが楽しみながら取り組める運動あそびを多く取り入れていきます。例えば、縄跳びは「できる」「できない」がはっきり分かりやすく、苦手意識を持つお子さんもいます。

そのため、いきなり縄跳びに挑戦するのではなく、失敗が目立ちにくく、楽しみながら取り組める運動あそびから始めていきます。

### カンガルー

- 1 胸の前に手を置く
- 2 両膝をくっつけた状態でその場でジャンプをする



### カップタッチカンガルー

- 1 スタート地点とゴール地点にフープを設置し、間にマーカーコーンをランダムに配置する
- 2 スタート地点に立ったら、両膝をくっつけ腕を振りながらマーカーコーンに向かってジャンプする
- 3 シャガんでマーカーコーンをタッチしながらゴール地点まで進む



こうした活動を通して、できたという達成感や、友達と一緒に活動する喜びを感じることができ

ます。小さな成功体験を積み重ねることで、お子さんの自信は少しずつ育っていきます。

特性の受容は、保護者の方々にとっても簡単なことではありません。

悩みや不安を感じることは自然なことです。

そのような時は、専門機関や療育の職員など、周囲の支援者に相談することも大切です。

今後も作業療法士の視点から、療育やご家庭で役立つヒントを分かりやすくお届けしていきます。次回のコラムもぜひご覧ください。

### 参考文献

文部科学省 特別支援教育について [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/tokubetu/material/1298171.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/material/1298171.htm)

# 子どもを守る 安全対策だより

住宅火災は、身近な生活の中で起こる危険のひとつです。原因の多くは「逃げ遅れ」とされており、早く気づき、すぐに避難することが大切です。日頃の備えが、お子さんの命を守ることに繋がります。

## 家庭での火災対策 ～お子さんの命を守るために～

### 火災を防ぐ4つの習慣

寝たばこはしない



ストーブの周りに物を置かない



コンロ使用中はその場を離れない



コンセントのほこりを掃除する



### 命を守る4つの対策

火災を防ぐための環境づくり



部屋を綺麗に保ち、火が広がりやすい環境にしましょう。

安全な機器を正しく使う



安全機能を活用し、正しく使いながら定期的に点検しましょう。

火災発生時に早く気づくための備え



火災は「早く気づくこと」が大切です。

いざという時の準備



すぐに避難できるよう、日頃から避難経路の確認をしておきましょう。

**⚠ 火災で命を落とす原因の多くは「逃げ遅れ」です。早く気づき、すぐに避難できるよう日頃から備えておきましょう。**

#### 参考文献

政府広報オンライン『住宅火災からいのちを守る10のポイント。「逃げ遅れ」を防ぐために』  
<https://www.gov-online.go.jp/article/201603/entry-7683.html>

# ぼくたち・わたしたちの アクティビティ紹介

## あそびの中で育つ「見る力」～教室で取り組むビジョントレーニング～

こどもプラス塩田教室では、目で見えた情報を正しく捉えたり、動くものを目で追ったりする力を育てる「ビジョントレーニング」を運動あそびの中に取り入れています。

「見る力」は、ボールあそびなどの運動だけでなく、文字を読む、黒板を書き写す、ノートの文字を目で追うといった学習場面にも関わる大切な力です。

あそびの中でさまざまな動きを経験することで、目で見えた情報を体の動きに結びつける力が育っていきます。

今回は、教室で行なっているビジョントレーニングあそびの一部をご紹介します。

どの活動も特別な道具がなくても取り入れやすく、教室やご家庭でも実践しやすいあそびです。

### 手のまね

スタッフが作る手の形をよく見て、同じ形を作ります。最初はピースや「3」など簡単な形から始め、慣れてきたら少し難しい形にも挑戦します。

形をよく観察して真似することで、目で見えた情報を手の動きに変える力（目と手の協応）を育てることができます。

準備物が不要で、少人数でも集団でも取り組みやすいあそびです。



### グーチョキパータッチ

あそびを始める前に、「グーは触らない」などルールを決めます。その後、スタッフの背中から出てくる手の形を見て、タッチするかどうかを判断します。

よく見て判断することで、視覚的な判断力や注意力を育てます。

また、思わず触りたくなる気持ちを抑える練習にもなり、気持ちのコントロール力にもつながります。

ルールを「グーだけ」「チョキだけ」など簡単にすることで、お子さんの年齢や様子に合わせて難易度を調整することができます。



### 色別カップキャッチ

スタッフが転がしたボールを、色を見て同じ色のコーンでキャッチします。

ボールの動きと色を同時に見て判断する必要があるため、視覚認知や動くものを追う力を育てる活動です。

カラーボールとコーン（またはカップ）を用意すると取り組みやすく、難しい場合は、まず色を意識せずボールをキャッチするところから始めることもできます。



ビジョントレーニングは、集中して物を見る力や視覚から得た情報を活用する力を育てることにつながります。

教室では、今後も楽しみながら続けられる運動あそびを通して、お子さん達の「見る力」を育てていきたいと考えています。

# 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。

## こどもプラス三郷中央教室 児発管 K先生



### 福祉の経験を積み重ねて、こども支援の現場へ

福祉の専門学校に通い、ヘルパーや音楽療法士、社会福祉主事などの資格を取得しました。卒業後は、障がいのある方の訪問介護事業に1年間携わり、その後は就労移行支援の仕事に2年間従事しました。その中で、「こどもに関わる仕事をしたい」という思いが強くなり、放課後等デイサービスや児童発達支援の分野に進みました。入社後はスキルアップの一環として児童発達支援管理責任者の資格を取得しました。

当時から相談支援業務にも興味があり、より広い視点で支援に関わっていきたいと考えました。

### 支えられてきた経験が、支える仕事への原点に

私には生まれつき病気があり、これまで医療や福祉の支えを受けながら生きてきました。10代の時に移植手術を受け、家族の支えによって命を繋ぐことができました。手術は成功し、今も通院は続いているのですが、改めて「多くの人に支えられて生きている」と感じています。自分が生きられるかどうかという局面を経験したことで、「自分にできることは何だろう」「困っている人のために働きたい」という思いを強く持つようになりました。ハンディを抱えている方の気持ちに寄り添いながら関わっていききたいと思い、この仕事を選びました。



### 保護者の悩みに寄り添い小さな変化を積み重ねる支援

児発管として見学や体験の場でお話を聞くと、保護者の方から「ことばが出ない」「学校になじめない」「将来が心配」といったお悩みをよく耳にします。通い始めてからもモニタリングを行ないながら、お子さんの成長のタイミングに合わせて支援を続けていきます。柳沢運動プログラムに取り組む中で、お子さんに少しずつ変化が見られることもあります。例えば、最初は泣いて教室に入れなかったお子さんが、運動の場面で「線の上に座ってね」といった簡単な約束から始めることで、少しずつ集中できるようになります。そうしたスモールステップの積み重ねの中で、お友達に興味を持てるようになるなどの変化が見られることもあ

ります。このような変化は、**職員の支援と保護者の方との連携の中で生まれている**と感じています。



### 将来の自立を見据えた支援

放課後等デイサービスで過ごす時間は、決して長い時間ではありません。そのため、私はこの時間を「**自立に繋がる支援の時間**」だと考えています。社会の中で生活していくためには、ルールを守ることや、自分のことを自分でこなす力が必要になります。**困っていることを自分の言葉で伝えることも、とても大切です。**運動を通して、達成感や自己肯定感を感じる経験も大事にしています。

そうした経験が「自分自身を持つこと」に繋がっていくと感じています。将来、お子さん達は一人で生きていく力を身に付けていく必要があります。そのため、今の姿だけを見るのではなく、将来を見据えた支援を保護者の方々にもお伝えしています。必要以上に手をかけすぎてしまうと、誤った学習に繋がることもあります。お子さんの特性や段階は一人ひとり違うため、支援はオーダーメイドです。その時々課題について、保護者の方々と密に共有しながら支援を進めています。また、学校の先生と直接お話をしたり、発達支援センターと情報共有を行ったり、理学療法士や作業療法士、心理士など、さまざまな専門職の視点を踏まえて支援を行うこともあります。**教室の中だけで支援が完結するのではなく、他の事業所や保護者の方々と連携しながら、お子さんを支えていくことを大切にしています。**

### お子さんを一人の人として尊重したい

私は、お子さんを「こどもだから」といった見方で関わらないようにしています。そのため決して「こんなこともできないのか」と思うことはありません。

**お子さんには、それぞれにしかできないことがあります。**一人ひとりを人として尊重しながら今後も関わっていきたくと思っています。

### できないことで人の価値は決まらない

重度の知的障がいのあるお子さんを担当したことがありました。なかなか成長が見えづらく、ことばも出にくく、お友達と遊ぶことも難しい状況でした。お母さんもとてもお疲れのご様子で、療育手帳に対してもネガティブな気持ちを抱えていました。その時、私は**自分自身の経験をお母さんにお話し、一緒に涙を流した**ことがありました。

**「手帳を持っているからといって、その子の価値が変わるわけではありません」「できないことではなく、できることを探していきましょう」**そうした言葉をお伝えできたことは、今でも強く心に残っています。

### 開かれた療育を大切にしたい教室づくり

年に数回、運動会のようなイベントを行なうこともあり、多くのご家庭が参加してくださっています。**日頃どのような活動を行なっているのかを、保護者の方々にも実際に見ていただく機会になっています。**また、「茶和会」というお茶会のような形で、お子さんのことを気軽に相談できる場も設けています。**保護者の方々も巻き込んだ、開かれた療育を大切にしています。**

