

【感覚統合講演会@土岐市の Q&A 2016/10/29】

(1)縄跳びが跳べるようにするには、どうすればよいですか？

→縄跳びはなぜ難しいのでしょうか？

●実際に縄跳びを手に持って飛んでみて、難しさを箇条書きであげてみましょう。

●縄を持つとき→縄を後ろから回すとき→なわのタイミングで飛ぶとき→飛び続ける時
縄跳びにかかわらず、お箸やお着替え、リコーダーや自転車なんでもかんでも、まずはこの二つのポイントから考えて、分解してみるクセをつけましょう。

それぞれどこの段階の何が難しいのでしょうか？

例グニョグニョの紐、その場で跳ね続ける身体のパネ、そして紐の動きと身体の動きを合わせるダブルタスク

分解しましょう！！

① グニョグニョしないフラフープを使って、後ろから前に回して、回した後に歩いてくぐる

② それをだんだんはやくして、早歩きから小走り程度まで出来るようになる

③ 今度はトランポリンの上で跳ねながら、フラフープを前にしてその場でびよんとまたぐ

④ だんだんはやくする

⑤ トランポリンの上でその場で跳ねながらフラフープ縄跳びが出来る

⑥ 次に①→⑤を太めで重さがあるロープ縄跳びで出来るようにする

⑦ 次に①→⑤を細い縄跳びで出来るようにする

※難しい活動はその複雑さを分解して、シンプルに。せこい技でいいので必ず出来るレベル（スモールステップ）まで小分けしましょう。

(2)箸が上手に使えるようになるために、幼稚園ではどのような支援方法がありますか？

→「逆説的思考」を身につけましょう！！

逆に何が出来るようになれば（備われば）それらが上達していくのでしょうか？

まずその作業について分析してみましょう

- ・ その作業の楽しさは何でしょうか？
- ・ その作業に必要とされる動作や認知は何でしょうか？
- ・ その作業からはどのような感覚が入ってきますか？
- ・ その作業には、どのような価値観や文化が練りこまれていますか？
- ・ なぜ、大人はこどもにその作業が出来るようになって欲しいのですか？
- ・ こどもにとってその作業はどのような意味があるのでしょうか？
- ・ その年齢でその作業はどのような難易度（レベル）にあるのでしょうか？
- ・ その作業の材料や道具や方法はどのような工夫や改造が可能でしょうか？

私たちが、何か新しいお芸事（例えば、茶道や華道）、何か新しいスポーツ（テニスや剣道）、何か新しい音楽（ウクレレや太鼓）、何か新しい勉強（外国語や資格取得）を始めた時に、新しい作業や道具の操作が上手くなるポイントとは何でしょうか？

- ・ それをやることがそのものを好きになる（やらされているのではなくやりたい）
- ・ それをやる雰囲気がかつても良い（おしゃれ、かっこいい、自分の好み、ドラマチック）
- ・ それが出来るようになった時のかっこいい自分がイメージできる

- ・ それが出来ようになる見通し（スモールステップと各レベルがわかる）
- ・ それが出来ようになるプロセスが簡単すぎず難しすぎずのびのび学習できる
- ・ それが出来ようになってきたことをフィードバックしてくれる人がいる
- ・ 困った時にたすけてくれるコーチがいる
- ・ 練習以外の時間もそれをやりたくなる
- ・ ラジオ体操のシールのようにやってきた成果が目に見えてわかる
- ・ 一生懸命やっているというよりは、楽しく感覚を楽しみながらやっている

エジソン箸やらQリングやら箸ぞう君やら、大人はこどもに正しい箸の持ち方へ矯正しようと必至です。豆をつまむ単調な反復訓練など、動作をこどもたちへたたき込もうと必至になるのですが、遊びの黄金時代を生きるこどもたちにとって「つまらない」ものは「つまらない」。つまらなければ、それらをぼいぼい——いと投げ捨ててしまいます。こどもたちは大人たちとは全く逆の発送で、楽しい感覚を繰り返し気持ちよさや面白さの中で浮遊したいのです。お箸の十二機能というのはご存知でしょうか？普段何気なく使われ、意識していないお箸ですが、機能としては、摘む、挟む、支える、運ぶ、切る、裂く、ほぐす、はがす、すくう、まぜる、くるむ、乗せる、押さえる、分ける等言葉にすると実に多彩な働きを持っていることがわかります。窓にへばりついた濡れたティッシュをお箸で剥がすのが気持ちよくて何度も何度も繰り返し続ける子、石鹼水をシャカシャカ泡立てる視覚的变化にはまってしまって、お箸をでぐるぐるかきまぜ続ける子。動きよりも楽しい感覚との出会いです。はまって何度も遊び込む中で、手が効率的なお箸の持ち方へと気付いていくのです。そして、どんどん効率的になって、お箸でのあそびのバリエーションがどんどん増えていくのです。お箸という道具は美味しく食べるためのものですから、お箸という道具を通して感じる感受性を遊びの中でどんどん磨いていくものなのです。お箸で遊べば遊ぶほど、大人になった時の文化的な食事の奥深さを堪能できることがなるのです。そのようにして、お箸とこどもの関係というのは健全に発達していくのです。

さて、どんな遊びからなら、こどもたちはお箸の楽しさとの出会い、はまっていくのでしょうか？あなたは、どんな遊びをこどもたちと想像しますか？

(3)給食をよくこぼす子への支援方法はありますか？

（早食いで、普段集中力が持続せず、刺激に弱い子です。）

→TEACCHプログラムを作ったジョプラー博士の名言に、「彼らの世界へダイブできた人は、彼らの世界からこちらの世界へ一緒に近づくことができるのですが、こちらの世界を彼らに押し付けている限りは、なかなか彼らを変えていくことが難しい」というのがあります。

大人が子供に対して期待するベクトルから、支援方法を考えると、どうしても行き詰まってしまうことが多いのです。例えば、この質問の事例には会ったわけではないので実際には合わない内容かもしれませんが、次のように「障害」ではなく「適応」の視点から捉え直すことでも支援のバリエーションを増やして行くことにつながります。

刺激に対する応答性（反射）が良すぎるために、短時間の集中を得意とする彼が、早く食べることで、よくこぼすというエラーを起こしながらも、早く食べることで、彼が今価値を置いている「食べきる」という目的を達成することができる。

そのように考えると、彼なりにがんばっているという、彼の意味（意欲）というのが見えてきます。そして、何が原因でこのような結果が起きているのかという仕組みが見えて来ます。こちらの期待値には達してはいるが、「自分が持っている能力を使って、彼なりにがんばっているのだなあ」という共感生が湧いて来ます。その段階に達して、支援者はこどもの発達応援団として、こどものパートナーとなり、一緒に試行錯誤を繰り返しながら学習していくことが可能となります。

さらに、その試行錯誤を、効率的な学習が起きる「程よい挑戦」に段階付していくためには、課題を解体しなければなりません。「こぼさずに落ち着いて食べる」という作業を解体すると、『ゆっくり食べる』と『こぼさずに食べる』という、2つの要素から成り立っています。

- ① はやくこぼしながら食べる
- ② ゆっくり、こぼしながら食べる
- ③ はやく、こぼさずに食べる
- ④ ゆっくり、こぼさずに食べる

と、大きく4つに分解可能で、「ややゆっくり」や「今の半分ぐらいこぼしながら」と分解して行くとさらに細かく段階付は可能です。

ポイントは①から④にショートカットするのではなく、②や③のレベルでしっかりと成功体験を積んで、④に備えることです。努力や訓練させるため療育をやるのではなく、ほどよいチャレンジをして成功体験を経験してもらうために療育を提供します。なぜなら、こどもの自立を進めるにあたって、私たちはこどもの「能力」はもちろん、こどもの「意思」を育てることもとても重要だからです。文献によれば、ほどよい挑戦感というのは7割程度成功する課題ということです。簡単過ぎず、難し過ぎずの目安は7割程度ですが、もちろんこどもの価値観やキャラクター、課題のストーリー性によってその割合は変化します。

また、課題の難易度調整以外にも、「こぼさず、ゆっくり食べる」のに必要な心身機能というのも考えて（作業分析）いかなければなりません。

■ こぼさずゆっくり食べるためには？

- ・ 顔面口腔の触覚識別能力（お口の中や外の皮膚で感じ分ける力）
- ・ 顔面口腔のボディイメージ（自分の口や舌がどのように動くかわかる）
- ・ 顔面口腔の筋緊張（お口のしまり具合）
- ・ 腹式呼吸（食べていても息苦しくならない）
- ・ 手指の対立動作・分離動作（スプーンを自由自在に操り、持ち続ける）
- ・ 手首や肘や肩のコントロール（スプーンが空間の中で自由に動かせる）
- ・ 上肢を支える肩甲帯や体幹の安定性（手を支える姿勢が安定すると楽に食べられる）
- ・ 手指の触覚識別能力（手の皮膚で感じ分ける力）
- ・ 頭部の垂直位（スプーンを受けやすく顔の角度が変えられる）
- ・ 食材に対する認知（具材がやわらかい、こぼれやすい、硬い、まとめる、などをわかる）
- ・ 自己統制力（落ち着いて課題に迎えるようにできる）
- ・ 注意の選択と排除（意識しなければいけないことに集中し、余分なことを消せる）
- ・ 食事に対する知識（文化的に要求される振る舞いや役割が理解できている）
- ・ 本人の性格（焦り屋なのか負けず嫌いなのか、おっとりさんなのか）

- ・ 経験値（できる—できないはおいておいて、今までどんな経験を積んできたのか）
- ・ ご家庭での習慣（家でTVつけっぱなしでだらしなく食べている等）
- ・ 環境（少人数、大人数、園の雰囲気、集団の性質、先生の性格など）
 などなどなど、……

このように課題ができるようになるための発達的な要素を考え、どこが強みでどこが弱みなのか、何が合っていて何が合っていないのか、どこが調整可能な要素でどこが調整不可能な要素か、強みから取り組んで行くのか？芽生えから取り組んで行くのか？弱みから取り組んで行くのか？

このように「難易度調整」と「作業分析」を練習して、意識的に関われば関わるほど、「食事」以外のいろんな課題に対する療育者の療育能力がどんどん向上していき、このような研修を受けなくても、永久的に熟達していくことが可能となります。

(4) 3歳児の支援児（女児）ですが、歩く時にバタバタと大きな音をたてて歩く、床に座る時に必ず大きく脚を広げて座るといった行動が見られます。排泄は、園で担当がトイレに行ってできるようにしましたが、排便はオムツの中です。

3歳児検診後、保健センターから電話があり、9月に相談を受けてもらいました。発達は、2歳3か月ということで保護者に療育センターを進められましたが、仕事を理由に通うという返事はありません。運動会后、個別に話をするので、その時は進展しているかもしれません。

保護者も育児能力に欠けます。担当がついているので、園でできることがあれば、教えてください。

→「療育センターが土日祝日夜間にオープンしていない」や、「経済的に貧しく育児に十分な時間をかけることができない」といったことを環境的制約と言います。「保育者の育児能力が低い」や「育児に対するモチベーションが低い」というのも、環境的な制約の一つです。環境制約が大きいほど、療育者の手腕（クリエイティブな専門性）が要求される楽しい（萌える）事例ではないかと思えます。そのような中で排泄の自立にこぎつけたことは、非常に評価されることであり、嬉しくなることですね。ただ、こどもが成長しているにもかかわらず、保護者の主体的な参加が得られないそのギャップに対して、とても歯痒く感じてしまうことでしょう。こどもに不器用さがある場合は、当然家族性の遺伝要因がかんがえられますから、保護者も同様に不器用さを持つケースも多いと考えられます。不器用なこどもと器用な先生と不器用な母親の3つの歯車はどのようにすればうまく噛み合い、うまく回るのでしょうか？

いずれにせよ、不器用なお母さんですから、大きな行動上の変化を期待せず、目標達成レベルは、「お母さんの子育てに対する大きな気づきと、未来へ続く小さな行動上の変化」あたりを狙って行くといいのではないのでしょうか？

① 保護者の育児能力を育むためにできることは何か？

育児放棄をしていないのであれば、「不器用でダメな母ちゃんけども、食べさせて育てていこう」という基礎的なニーズが私たち療育者と一致しているものと仮定します。であれば、母親の育児「能力」を改善するという目的の前に、育児や保育や療育と連動した子育てに対する「意欲」を高めるといった能力の源に対する目標を設定してはいかがでしょうか？

お母さんという全人的な人間に私たちが興味を持って、お母さんが好きなことは何？
どんな娯楽を楽しんでいるの？日常の中で幸せに感じることは？こどもとやっていて
楽しいことは何？お仕事は大変？やりがいを感じているの？お母さんが小さい頃はど
んな女の子だった？どのように育てられてきたの？

また、お母さんやこどもに対して肯定的フィードバックが必要になります。Aちゃんの
こういう性格がとってもかわいい。お母さんにそっくりだね。おしっこができるよう
になったのよ、手をかけた分だけ返してくれるの。今はうちに挑戦中、なかなか難し
いけどまけないわ、そう後少し、後少しでなんとかなりそうなのよ！！

「不器用な人に頑張れ」と言うと、容量不足でフリーズしますね。言い方を真正面から
セコ技（手抜き）に変えましょう。Aちゃんは今とっても伸び盛りだから、今手をかけ
ておくと、後から楽になるわよ。私（保育士）はAちゃんのこないいいところをもっ
と伸ばしたいの。今育ちざかりだから、お母さんもそう思わない！！ねえ、お母さ
ん、仕事大変よね、療育にうまいこと連れて行く方法ないかしら？療育は頑張るため
に行くんじゃないよ、子育てにかかる手間を減らすために行くのよ。こういう対応の仕
方で接すると、お母さんの空いている時間でAちゃんが今伸ばしたいと思っているところ
を伸ばしてあげられるね。お母さんがこんなにも忙しいんだったら、スポーツ系の習
事に通ってアウトソーシングするのも一つの方法ですね。

② ぱたぱた大きな音を立てて歩く、大きく脚を広げて座る。

いくつか要因は考えられますが、わたしたちもバタンバタンと大きな足跡になってしまう
時があります。それは、山を登って筋疲労を起こした状態で、山を降る時です。筋肉
には3つのタイプの運動があります。一つ、力を入れる（筋を縮める）、二つ目は力で
止める（縮めた筋を止める）、三つ目は力を徐々に抜く（筋を徐々に緩めて行く）。この
三つ目の、「筋肉を緩める」という動作のコントロールが一番難しいのです。だから、
身体が疲労した状態で山を降りると、バタンバタンと音を立ててしまい、そして、もっ
とも転倒しやすい状態となるのです。歩くときに音を立ててしまうお子さんも、足を上
げると「筋を縮める動き」ができて、足を地面に接地するという「筋を緩める動
作」でうまく行かないことが多くなるのです。その原因は、基本的肉のゴムが緩いから
で、筋肉という蝶番が外れたような関節がブラブラしているようなイメージを持てばわ
かりやすいかもしれません。関節のゴムの緩さ（グニョグニョ感）は足首だけでなく、
股関節や肩など、幹と末梢をつなぐ部分も当然緩くなります。パーツではなく、全体の
問題だからです。そうすると座りかたも蝶番が外れ、大きく脚を広げて座るとい
う姿勢をとってしまう傾向が強くなります。全身の姿勢のゴムを育てるには、寝返りからハイ
ハイ、高這い、お猿さんのような中間姿勢といったような、人になる前の動物や両生類
の運動をたくさん経験して行くことが大事で、テレビの無い豊かな自然環境の中でこ
どもたちは毎日の暮らしの中で、能動的に動いて周囲の環境を探索していく中で身につ
けて行くものです。多くの保育園では、リトミックやお絵かきなど、動物というよりも人
としての活動が中心となっています。動物的な活動を習慣化して、姿勢発達に必要な運
動の運動量を確保しなければなりません。また、躍動的にメリハリを持って動く大人の
文化を見て、子供たちは育つので、私たち大人の立ち居振る舞いがどうなのかとい
うことも改めて考え直す必要があると思われます。

③ 小は自立したが、大きい方はなかなか自立しない

小は自立したのに大の自立が大きく遅れる子どもたちがいます。なぜなのでしょう。おしっこは、男の子も女の子もどちらかといえば、その行為を視覚的に確認（フィードバック）できます。おしりの穴から出るうんちは目で見えないことが多いので、その行為をしている運動の感覚から、視覚情報無しで排泄している状況をイメージできなければいけません。姿勢のゴムが弱く、運動を感じにくかったり、またグニョグニョで手足背中小お尻といった位置関係が知覚-認知できていなかったり、また、全身の皮膚の感じる感覚が鈍磨しているために、お尻や背中や肛門の形がイメージできなかつたりするわけです。うんちを繰り返し練習することも大事ですが、うんちができる能力が自然と備わるように、普段からお尻をよく触ってあげたり、くぐりぬけたり潜りぬけたりして全身を環境と接触する経験を積んだり、鏡を使ってうんちが出ている状況を観れるようにしたり、お風呂でかがんでお尻の穴をみながらタオルでふく練習をしたり、かんぱう摩擦を毎日したり、おしくらまんじゅうしたり、おすもんさんのしこふみを習慣化したり、、、いろいろなアイデアが湧いてきませんか？

(5) 0歳児（女兒）ダウン症の子を保育しています。5月生まれで、1歳5か月です。食事は、離乳食後期です。週に1回療育センター、月に1回県病院で指導を受けています。一人座りは安定しているが、バランスを崩し倒れる時に、咄嗟に手を出して防除することができないため、そのまま倒れてしまう。（反射的な動きができない）

腹這いや寝転がっている姿勢からのお座りができない。

今後、ハイハイにつなげていくためには、どのような援助をしたらよいか？

まず、ダウン症の疫学的傾向を捉えましょう。その上で運動発達を早めるというよりも、無理なく予防的な支援（将来起こりうるリスクの軽減）としての支援や体験を今提供していくという視点を持つことが重要かと思えます。身体的な大まかな特徴としては、肥満や筋力の低さ、そして一番問題になるのは頸椎の不安定（環軸関節の脱臼リスク）です。認知特性としては、自閉症の反対で、ミラー反応に優れ、情緒的に豊かな反面、物事の扱いや処理が非常に粗くなってしまいう傾向があります。

バランスを崩すときに、反射として手がでないのか、それとも低緊張があるがゆえに反射としての運動が手に伝わりにくいのかとい点を鑑別する必要がありそうですね。ダウン症の多くは、いずれは姿勢変換や歩行が可能となりますので、マイルストーンの獲得を早めるというよりも、今のマイルストーンをしっかりと強化していくことが優先されるのではないかと思います。また、通常の定型発達児は、子宮という無重力空間の中で、ジェネラルムーブメント（不規則運動）を通して、重力下に降りてくる前に全ての運動を経験してきています。ですので、どうやって本人が力むことなく、自分の使える力を使っていろんな運動を経験させてあげるかということも大事になります。（例えば、シーツブランコのような張りを作った中で空間的な動きを楽しめるなど）また、運動の発達法則として、魚をイメージすればわかると思いますが、頭から首から体幹から手足という末梢部へ連鎖して波及していきます。あかちゃんはお母さんの乳首を口で定位して、その出発点から体幹手足を動かしていくという重要な意味があります。ということで、今この時点で、顔面口腔部をマッサージしたり刺激したり、大笑いしたりという、噛んだりということがとても重要です。海外で積極的にオーラルアプローチをしているダウ

ン症専門の療育センターのダウン症児はみんなハンサムなきりっとした顔立ちをしています。きりっとした顔のダウン症は成人しても、社会性や認知の点でキリッとしていて、非常に予後が良いそうです。

最後に、寝返りもハイハイも歩行も全てが移動です。移動は、食べるために接近したり、逃げるために逃避したり、探索するためにさまよったりと、目的があります。本児が移動したいという思いを引き出し、本児の探索行動のできない部分を介助（ハンドリング）して、できる経験（結果）を増やしていくことが、寝返りやハイハイの促通になります。運動をがんばらした結果、つながるものではありません。どのような遊びのセッティング、今できる範囲の移動や手のリーチや探索活動に合致しているのか。それを一緒になって夢中に遊んでいると次のステージへと自然と誘われます。

(6)「歩こうね」と話しても廊下を走ってしまう子、声を掛けても止まらない子等への対応を質問したいです。

一人一人理由が様々でことなります。それに加え、個性も様々ですので、お子様にあった対応は「オーダーメイド」しなければ、うまく行きません。対応方法よりも前に、彼が止まらない、ゆっくり歩けない①「原因を分析する方法」を身につけること、また、廊下をゆっくり歩けるようになるには、一般的にどのような発達が備わってできるようになるのか？ということ、今ある知識の中からどのように考え出したらいいいのかという②逆説的思考法を身につける必要があります。

① 原因を分析する方法

まず大きく分類しなければいけないのは、「身体的要因」なのか、「情動反応的要因」なのか、「認知的要因」なのか、「性格的要因」なのか、「経験不足的要因」なのか？といったあたりでしょうか。例えば、身体に問題がなく、情動反応的な要因であれば、感覚過敏のお子さんなんかが多い、気持ちがハアハアドキドキするかが問題なので、運動発達を促しても、もと身体は正常なので、ゆっくり歩ける力を育むことにはなりません。原因を見抜く力を育むのは知識ではなく、観察力です。お子さんの立ち居振舞いを丁寧に見て、そしてぜひ、そのお子さんの真似をしてみてください。完全にコピーができるようになると、なぜ、彼がそんな言葉を発したり、行動にそんなクセがあるのか、どんな動きが難しいのか、どんな理解が難しいのか？、どんな気持ちを抑えることが難しいのか、どんなキャラクターなのか、どんな経験が不足しているのかといったようなことが、彼の視点から見えてくるようになります。ぜひ、動画に収めて、何度も仕草を真似して見てください。みなさんもきっとイタコになれるはずですよ。

② 逆説的思考法

ゆっくりあるけるようになるには、どのような能力が必要でしょうか？このようなことも、難しく考えず、ゲーム感覚で解体していくクセをつけましょう。多くの場合、専門家などは必要ありません。私たち大人は様々な経験を積み重ねてきていますから、すでに答えは自分の中に持っていることが多いです。マスメディア、スマホ、ネットが普及しているこの時代が問題であり、こどもたちから考える力を奪ってしまっている私たちの文化や教育が問題なのです。情報過多に依存してしまっているのだと思います。発達障害の問題は、私たち大人が、情報に頼らずに、クリエイティブになって、自分からどんどん考え出せて、どんどん創造していけるようになることです。そうすれば、こどもたちは、不器用であっ

でも、私たちを超えていく力を身につけるのです。

ゆっくり歩けるようになるためには？

- ・ イメージの問題：ゆっくり、静かに、そーそーっとのイメージがある。対象物がゆっくり動くイメージだけでなく、自分自身が「ゆーっくり」や「そーっと」のイメージが持てる。そして、それらを絵として現せることができる。
- ・ 認知：走ると歩くの違いが説明できるはやくとおそくの違いが説明できる。少しゆっくり、ちょっとゆっくり、めちやくちやくゆっくりなど、加減について理解している、もしくは説明できる。誰が誰に「ゆっくり」を要求しているのかの人物関係がわかる。なぜ、ゆっくりあるかなければいけないのか、ゆっくり歩かないとどのようなリスクが発生するのかなどが説明できる。自分の性格が、せっかちだとかおっとりだとか、他者との違いを知っていて、説明できる。
- ・ 経験：ゆっくり遊んだことがある。ゆっくり動かしたことがある。ゆっくり絵本や歌を楽しんだことがある。ゆっくり揺れたことがある。ゆっくり味わったことがある。ゆっくりリズムの心地よさを知っている。はしごや、階段、山を降りる、平均台など、ゆっくりコントロールしないとできない課題たくさん経験している
- ・ 習慣：ゆっくりリトミックが園で行われている。先生がゆっくり反応してゆっくりおちついて話している（緩急がある）。
- ・ 運動：這い這い、高這い、中間姿勢、手押し車、しこ踏み、片足立ちをなどが力を抜いてゆっくりできる。また這い這いや高這い、お猿さん歩行、手押し車、しこふみの状態を後ろ向き方向に滑らかにゆっくり進める。ゆっくりと後ろ向き歩きができる。新聞紙を優しくちぎったり、ハサミを切らずにカッターのように音を聴きながら紙を裂いたりできる。
- ・ 注意集中リラックス：ひそひそ話で会話できる、物事を始める前に深呼吸できる、一番かだけでなく、最後から一番の一等賞やもっとも優しくの一等賞、一番ゆっくりの一等賞などを目指すことができるなどです。
- ・ (8)姿勢保持に必要な体作りについて、教えていただきたい。

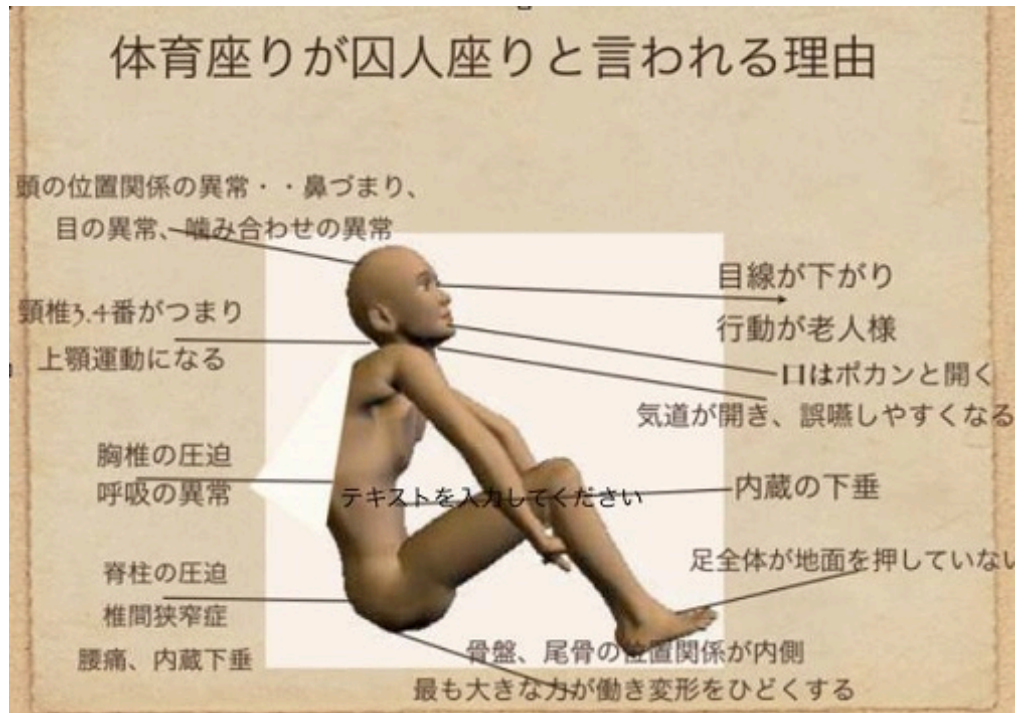
詳細に関しましては、講義の中でお伝えしますが、なぜこんなにも「姿勢」が言われるようになったのでしょうか？なぜ、こんなにも「マッサージ屋」がちまたに溢れるようになってしまったのでしょうか？この、大前提を理解しないと、イタチごっこは続きます。こどもたちの姿勢とは、「私たちの社会」や「私たちの文化」そのものなのです。つまり、私たちの意識が変わると姿勢が変わると考えられます。物や情報が溢れ、人が「受け身」な生活習慣になってしまったから、姿勢が育たなくなってしまったのです。テレビを切って、スマホを切って、アスファルトやコンクリート住宅のような平面ではなく、毎日野山を探索して、三次元的な空間の中で動いていれば、姿勢や肩こり腰痛などの多くの問題は改善されます。

姿勢保持に必要な体作りという視点も大事ですが、姿勢が育つ「意識」づくり、姿勢が育つ「文化」作り、姿勢が育つ「習慣」作りという視点を持ってみてはいかがでしょうか？どれだけ、こどもたちの自発スイッチをオンにしていくかが勝負となるのではないのでしょうか？「24 の瞳」の映画に出てくる映像のように、もっと、官能的で、もっと感覚的で、もっとドラマチックな日常を展開すれば、子供たちは自分自身で自分

の姿勢を作り上げていきます。

- (9) 4歳児ですが、4月からの積み重ねで椅子に座って話が聞けるようになりました。しかし、床にお山座りで座っている時や集会時立って話を聞く時など話を聞くことができません。体幹に問題があるのでしょうか？

→お山座り（体育座り）
こどもにとらせるのは実は日本だけです。お山座りが日本には行ってきたのは戦後の教育からであり、非常に謎に包まれています。意識レベルを低下させる座り方で、海外では乱暴な囚人を大人しくさせる座り方として使用されているのです。また、予防歯科の領域では、骨のアライメントの歪



みや、歯並びの異常を誘発する姿勢と言われてます。囚人座りからの姿勢や気持ちの変換には努力が必要です。本来であれば「正座」が望ましいと思われます。お山座りに負けない身体を作ればいいのですが、、、やってみればわかると思いますが、私たち大人でさえもお山座りを正しい姿勢でキープしようと思うととても大変です。なかなかできません。

という前置きをしておいた上で、ワンポイントだけアドバイスします。牛乳パックの中に折りたたんだ牛乳パックを10枚ほど折りたたんで入れてカチカチにして、立てではなく横に倒した状態で、少しお尻を床からあげた状態で座れるようにしてあげると後方重心が修正されて、お山座りがやりやすくなります。そこからはじめてみてはいかがでしょうか？

- (10) 4歳児です。手先が不器用なので、洗濯バサミやエジソンはしを使っての遊びをしていますが 他にも効果があり楽しい遊びがありましたら教えていただきたいです。
面白さってなんでしょう???楽しさが何で構成されているのかを考えればなんでも楽

しくできますね。

(11) 感覚統合を意識した活動を、日頃の保育の中で、園に現在あるものを使って行う場合の、具体的な方法を教えていただきたいです。

大型の治療遊具や特別な環境下でこどもとダイナミックに遊ぶのが感覚統合的な活動と思われがちですが、大きな誤解です。切ったり、書いたり、こねたり、食べたり、着たり、脱いだり、このような日常的な行為における感覚の質や量を高めていくことが感覚統合的活動と考えてください。例えば、スマホでメールを打つのではなく、紙をすいて、墨をすって、筆をとって手紙をを投函するというのが感覚統合的活動です。昔のこどもたちは、例えば、校庭においても、ゴム跳び、木登り、おしくらまんじゅう、馬のり、鉛筆はナイフで削るなど、日常は感覚統合的活動で溢れていました。ものも、情報もない時代ですから、こどもたちは遊びの中で想像力をフルに働かせ、牛乳のフタなどを使って、大人顔負けの経済的なゲーム（賭け事）で思考を鍛えていました。ですから、今先生たちがやっている、日常の活動をいかに官能的にして感覚刺激の質を高めて魅惑的にしていくかということが、感覚統合的な活動に仕立てるということなのです。お歌を歌うときに、リズムに合わせて寒風摩擦しながら歌って、身体の隅々まで意識が高まったたら、馬になったり虎になったり、風の又三郎に返信したりして、いろんなポーズで小さな声で大きな声でか弱く力強く自由自在に変化しながら歌い、ファンタジーの世界を楽しんでいく。そんなことが、本当の感覚統合的活動なのです。本来は、自然の野山の中で飛んだり跳ねたりバランスをとったりと、子どもたちは自分の身体で環境を征服していくのですが、都市化していく中で、そのような環境がないので、しかたなく室内に、感覚統合療法室という特殊で人工的な部屋ができたのです。考え方によっては、これはとても病的なことなのです。ぜひ、感覚統合を方法論として受け取るのではなく、人がより豊かに生きていくための官能的な感覚環境だという理論で捉えてみてください。そう考えると、保育園の日常の風景の中にこそ、より感覚統合的な世界を繰り広げることができるのだということに気づくはずですよ。

(12) 支援児の特徴をクラスの子に伝える良い方法を知りたいです。

方法はケースバイケースでけしてマニュアル化できるものではありませんが、これはとてもいい質問だと思います。発達に問題を持つ子どもたちが孤立傾向に陥ってしまう原因の多くが、適切な代弁者が周囲にいないからです。「ALWAYS 3丁目の夕日」や「寅さん」、「あばれはっちゃく」や「北の国から」のように障害が個性として光輝くのか、それと理解できない近寄りがたいものとして放置されたり忌み嫌われるのかは「社会」のあり方によって変わります。先生が、問題を起こしがちなこどもの特性を「味わい深く」他のこどもたちに伝えていくことは、クラスという社会野中に多様性を育むことになります。なぜなら、相手の特徴がわかるということは、コミュニケーションのきっかけやポイントがわかる、扱い方がわかるということになりますので、そこから異文化交流が始まるからです。定型発達のこどもたちにとって、発達に問題野ある子どもたちがよくわからないのと同様に、発達に問題を持つ子どもたちにとっても定型発達のこどもたちが、なぜお互いにコミュニケーションをとったり、自然に学んだりできるのかがわからないことが多いのです。

例えば、感覚の過敏性が強い子どもたちによくあることなのですが、お友達と遊びたいから自らの集団の中に入って行くのに、集団の中で遊んでいると大きな声や不意の接触から感覚被曝してしまい、反射的に手が出てしまったり、お友達の作っている砂山を壊してしまったりといったようなトラブルが勃発します。「Aちゃんは、ドキドキ屋さん。いつもドキドキ。楽しくてドキドキ。こわくてドキドキ。嬉しくてドキドキ、悲しくてドキドキ。あードキドキドキドキいつもドキドキするわー。みんな、ドキドキするときはどーしたらいいと思う？小さいな声で話したり、深呼吸したり、やさしくハグしたり、リラックスするといいね。やってみようかずって――、はいて――、ふ――。こうするとドキドキがなおるね！Aちゃんはみんなが大好き。とっても大好き。でもお友達の大きな声とか元気な動きでびっくりドキドキびっくりドキドキするんだよ。大変だね――。だから、怒りたくないのに怒ったりるんだね」といったような話や、深呼吸して副交感神経のスイッチを入れる練習をしたり、またお友達が「ドキドキしやすい」という困り感の原因を理解したりとういことにつながります。また、彼が誰かを叩いてしまったりした時に「も――、Aちゃん、あんた、またこんなにドキドキしてもて――、そんなにドキドキしてまでも、なんでお友達と遊ぼうとするのん？」とみんなに投げかけてみると、お友達もうまく行かないAちゃんを応援したくなることでしょう。

このように障害を「味わい深いキャラクターやストーリー」として、現場の先生が子どもたちの物語にト書きを加えて行くと、子ども同士はどんどんそのストーリーを広げて行くことになり、コミュニケーションの機会や量が増えていきます。このような展開を広げて行くことは習慣化へのアプローチですから、特別に子どもを抽出して行う言語療法よりも効果が高いことが多いです。

(13) 障害特性に応じた有効な支援方法があれば教えてください

質問が大きすぎて答えようがないのですが、、、、「障害特性とは何か？」ということ突き詰めることで見えてくるテーマかと思います。作業療法士の世界には、主に2つの立場にたった障害があります。

一つは、みなさんご存知の行動障害や発達障害といったように、医学的な視点に基づいた心身の「欠損」のことを意味します。例えば、自閉症のお子さんは言語機能や能力が欠損しているので視覚支援を行うというのは、医学的欠損モデルに基づく考え方です。それぞれの障害に関する「欠損」に詳しくなるほどに、有効な支援方法の正しい使い方の理解が増えていきます。これをマスターしようと考えると、なかなか長い道のりとなりますし、学ばなければならない知識は多岐にわたります。

二つ目は、経験ができないという、作業遂行障害があります。お友達と遊ぶ経験が積めない、美味しく味わうことができない、理想的な子育てができない、やりたい仕事ができない、自分の問題点ばかり焦点化されてしまって得意なことや持っている能力を発揮する環境や機会がないといったような、人としての体験が積めないという障害があります。車椅子があればデートにでかけられるに、理解者がいれば多動な子がむりやり座らせるのではなく、あれを持って来てりこれを持って来たりと動きを通して人の役に立つことができる、経験を積むことで人としてまとまっていくということが、作業遂行の障害への配慮で

す。

その障害を持つことで、人としての豊かな経験の何が積めないのか。全人的に育ち成熟していくのに必要不可欠な体験とは何かということを考えて、そのような経験を積むにどのような支援をしたらいいのかということを考えて行くことが、作業療法士の考える障害特性に応じた支援ということになるかと思えます。障害を「豊かな体験が経験できないこと」と定義すれば、現場の保育士さんやが学校の先生の知識と理解、創意工夫でどんどん広げていける内容になるかと思えます。

(7)じっとしてられず、体のどこかが動いていないと落ち着かない子、姿勢の保持ができない子についての指導方法を教えていただきたい。

(14)

話を聞く時に（お山座りや椅子に座って）姿勢が保持できない子がいます。日々雑巾がけ等にも取り組んでいますが、毎日の保育の中で無理のない継続しやすい遊び、活動があったら、教えていただきたいです。（4・5歳児クラスは、1クラス30名程居て人数が多いので、保育室はスペースが狭いです。遊戯室や園庭なら、広いスペースで活動できます。）

先日訪問したある園でお伝えした内容を以下に紹介します。こちらは民間保育園で、加配がないなか、同じように狭く十分なスペースが確保できない保育園を訪問した時に伝達した内容です。

Aくん

高機能のお子さんで。言葉の氷山モデルで捉えると、下から「カラダでわかること→あたまでわかること→ことばでわかること」というピラミッドですが、Aくんは逆三角形型でことばでわかることがお大きく、からだでわかることが小さくなっています。頭ではわかっている、いざ身体を使って行動しようとする、オートマチックに動かない、もしくはどのように動いたらいいののイメージが持てないため、動作にとりかかるのに時間がかかったり、人の真似をすることで（列に並ぶ、絵を描く）で遅れて取り掛かります。また、頭ではよくわかるため、自分の失敗がよくわかり、もしくは、失敗する場面がどこかが予測できるため、プライドが高くなってしまい、挑戦を回避する傾向になってしまいます。つまり、「わかっちゃいるけど時間がかかる」状態となってしまいます。身体が育ちにくい理由として、全身の筋肉のゴムの緩さがあります。①手押し車がしっかりできるレベルになると（肩の関節が安定し、しっかりと顔があげられる、体幹をまっすぐできる）、ボディイメージが変わり、絵を描いたりすることが早くなります。手押し車は場所がなければ、静止状態で構いません。短い時間で結構です。クラス全体で取り組んで習慣化してみてください。

Bくん

Bくんは、寝癖がぼうぼうで、鼻水で口周りがカピカピで、またズボンがずれてお尻が出ていても服の乱れに気づきません。身体というのは、全身が皮膚でつままれています。その皮膚の触覚の識別感覚が鈍麻（肌で感じる力が鈍感）しています。そのために、絵はなぐり描きの状態で輪郭がはっきりしません。手や足や顔は浮腫み、赤ちゃんのようにぼってりしていて、全身の循環が低下しています。山口がBくんの全身の皮膚（頭、耳の裏側や唇手足背中全て）をマッサージしてみると、絵が上手になり、座り方が安定し、たくさんお話ししてくれるようになりました。②ぜひ、彼とすれ違うたびにセクハラをしてあげてください。どんどん変化します。③歌を歌うときに、かんぼう摩擦をしてはどうでしょうか。手足太もも足の裏、腕、背中、お尻と上手にかんぼう摩擦ができると、彼の立ち居振る

舞いが大きく変化します。1日一回でいいのでクラス全体で取り組んでみてください。彼だけでなく、クラス全体のトラブルが減ります。④またお口周りの感覚を良くするために「あいうべ体操」を毎食前に数回行ってください。

Cくん

「お話ししているときにぴよんぴよん跳ねる、足元がみれない」ということでしたが、れんくんは、普通にしていると脳のエンジン（目覚めや意識レベル）がエンストを起こし、指針が眠ってしまうために、跳ねることで一生懸命クラスに参加しています。そのような意識レベルの低下が不注意を招き、足元がみれずに歩いてしまいます。身体全身のゴムがグニャグニャしていると、身体から情報が脳にあがってきません。⑤このような症状を改善するためには、しこ踏みが有効です。しっかりどっしり、長く、ゆっくりしこを踏んでカラダがキープできるようになると、このような不注意の状態が改善します。5回程度でいいので、クラス全体で取り組んでみてください。

上記の5つ（①～⑤）の宿題を習慣化して毎日取り組んでみてください。どれもこれも数回で結構です。こどもたちを言葉で指摘しなくても、カラダでわかることが増えるため、集団指導がどんどん楽になります。変化を楽しんでください。