

親子療育：時代の変化と親の役割

近年は、少子化が進む中で、支援を必要とする子どもの数や、法改正により民間の児童発達支援事業所が増え、保護者はニーズに合ったサービスを選んだり、複数の事業所を利用したりするようになりました。福祉サービスが大きく変化してきていることを感じます。

民間の事業所は預かりサービスが多いようですが、当園は開園当初から親子通園・親子療育を大切にしてきました。なぜならば、子どもの発達や、将来、自立するための力を身に付けていくには、親の役割は大きな意味を持っているからです。親子療育は、親と子どもが共に成長し、親子の良好な関係を築き、生きる力を育むための重要なアプローチと考えています。

先日、ひまわり学園で近隣の児童発達支援の療育者や保育士を対象にした研究会がありました。公開療育では、大勢の参加者たちが見守る中、お母さんたちが笑顔で我が子だけでなく他のお子さんにも声をかけて、やりとりを楽しんでくださいました。子どもたちも大喜びでたくさん声を出し、お子さん自ら人や遊びに関わる姿がたくさん引き出されていました。周りの大人が子どもの気持ちや行動を受け止め、共感することで、子どもは嬉しくなって『もっとうしろしたい』という意欲が高まり、自分から周りの世界に関わっていきけるようになっていくのだと感じました。

子どもたちは毎日、表情やまなざし、動きなどでたくさん思いを発信しています。その一つひとつの思いに周りの大人が気づいて反応し、返してあげることが重要です。子どもの行動の理由や思いが分かれば大人の関わり方も違ってきます。親子療育を通して、保護者に療育の必要性を理解していただき、日々の暮らしの中で子どもの未来を見据えた取り組みをしていただけるよう、これからも保護者支援に力をいれていきたいです。

宇野 亜弓



Q&Aコーナー

今号では運動面の発達についての質問にお答えしていきます。運動面といっても様々ですが、全身を使った運動で体力や筋力をつける『粗大運動』と、手指機能や口腔機能等より細やかな動きを身につける『微細運動』に分けてお話ししたいと思います。

*粗大運動について

Q. 公園に遊びに行っても遊びが長続きしません。行った方が良いですか。

Q. 落ち着いて過ごせるようになってほしいと思います。体を動かすことは好きなようですが、体を動かしてばかりいたら逆効果になるんじゃないかと心配です。

A. 全身の運動発達を促すことは発達の基礎になります。姿勢を保つこと、手指を器用に動かすこと、よく噛んで食べられること、上手にお話ができること等、それらの力をつけていくためには全身の大きな筋肉や体力が十分に発達していることが必要です。

このように考えると、公園や外での遊びは、全身を思いきり動かして遊ぶことができるため、全身の運動発達を促すためにはとても良い場であるということが言えます。運動は何度も転んだり試行錯誤したりすることで、身に付くものです。自分で体験していく中で体の使い方を覚えていきますので、今は十分に運動遊びを体験していきましょう。

公園といえ、滑り台やブランコが思い浮かびます。滑り台やブランコで遊ぶ時、私たちは揺れや加速に対して体が前後や左右に倒れないように体を起こしながら滑ったり乗ったりしていますが、この”体の傾きを立て直す力“が”バランスを取る力“であり、まっすぐ歩いたり階段を上手に上り下りしたりするために必要な力となっています。



公園にある鉄棒やうんてい、よじ登り遊びができる遊具等は、手で体を支えたり強く握ったりする遊びとなり、手指を器用に動かす力に繋がります。また、よじ登る遊具では、足の裏や足の指に力を入れて踏ん張るといふ動作も必要になってきますが、足の指に力を入れられるようになることで体の動きをコントロールする力が高まり、”じつくり”や”ゆっくり”という動作が身について、生活の中での落ち着いた行動に繋がっていくと考えられます。



公園の遊具を中心にお話をしてきましたが、散歩や買い物でたくさん歩くこと、でこぼこ道や坂道を歩くこと等も全身の筋力や体力をつけていくとても良い機会になると思います。

暑かった夏も過ぎ、外遊びに適した気候になってきました。ぜひ、ご家族で公園や散歩等に出かけ、思いきり体を動かしてみてくださいね。質問にあったように「遊びが長続きしない」というお子さんは、”どのように遊んだら良いか分からない”のかもしれませんが、

お父さんやお母さんも一緒に遊ぶ中で、少しずつ様々な体の動かし方や遊び方を知り、自分で遊びのイメージを広げながら遊ぶことができるようになると思います。



Q. ジャンプが上手くできません。どうしたらできるようになりますか。

A. 『ジャンプ』には、”その場で両足で跳ぶ” ”高さのある所から跳び下りる” ”跳び越す” 等、色々なジャンプがありますが、両膝を曲げて勢いをつけ、地面を足の裏で蹴って跳び上がることで『ジャンプ』になります。ジャンプをする時には、まず膝の曲げ伸ばしが必要になってきますので、膝の屈伸がまだ上手にできないお子さんは、階段を上り下りしたり立ったりしやがんだりする等、膝を曲げ伸ばしする動作を日常

の中に取り入れていくと良いでしょう。両膝を曲げることはできても足の裏が地面から離れなかったり、その場ではジャンプができて跳び下りることが難しくかったりするお子さんには、大人が後ろから両脇を支え、お子さんの膝を曲げて介助で跳び上がらせてあげたり跳び下りる動作を一緒に行なったりすることで、“跳び上がる”前に跳び出す“という感覚をイメージできるように思います。

お手本を見せたり動きをことばで伝えたりするだけでは体の動かし方をイメージすることが難しいため、お子さん一人に何度もやらせるのではなく、大人が手を添えて動きを伝えながら繰り返し経験していくことが大切です。できるようになってきたら、“脇ではなく前から両手を繋いで支える”“両手から片手の介助にする”“等介助の手を減らし、お子さん一人でもできる部分を増やしていきましょう。”

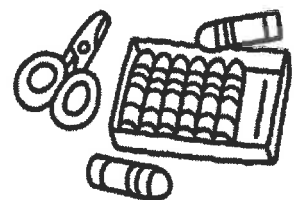


*微細運動について

Q. はさみが上手く使えません。どうすれば上手に使えるようになりますか。

A. はさみや箸等、手指を使った細かな動きを身につけるためには、全身運動が十分に発達していることが必要になってきます。座位姿勢が保てること、肩や肘を柔軟に動かす力、掌をスムーズに開閉させる力等、まずは全身運動でそれらの力を身につけていきましょう。その上で、実際の道具を使った練習をしていけると良いと思います。

はさみの開閉が上手くできない場合には、大人と一緒に はさみを持ちながら開閉動作を行ない、開閉するイメージを持てるようにすると良いでしょう。必要に応じて、介助用のはさみで練習することも良いと思います。まずは、一回の動作で切れる長さの紙を用いて練習し、“切る”という動作を身につけてい



きます。慣れてきたら二回切り、連続切り…と、切る回数に合わせて紙の大きさを調整していきましよう。紙は、画用紙程度の厚みがあると切りやすいため、家庭であればいらなくなったカレンダーや厚みのある広告等がちょうど良い厚さになると思います。切った紙は、ビニール袋に入れて風船にしたり、紙皿に貼ってピザに見立てて遊んだりするとより楽しめるのではないのでしょうか。

また、はさみを使う場面で開閉が上手くできないお子さんの場合、指先を一生懸命に動かそうとする様子が見られることがあります。しかし、開閉をする時に実際に動かしているのは掌の部分です。鉄棒や粘土遊び、日常のお手伝い等で”握る“という動作を経験する中で、掌の開閉動作がスムーズにできるようになることも大切です。はさみを上手く動かせるようになったら、添え手の動きも伝えていきましよう。紙を持つ場所や手の向き等、手を添えながら伝えていくと良いと思います。

ここでは、はさみの使い方を例に挙げましたが、箸やボタン掛け等も同様に介助で動きを伝えながら一緒に行なっていくと良いと思います。介助は二人羽織のようにお子さんの後ろから行なうようにしましよう。大人の手の向きとお子さんの手の向きが一緒になるため、お子さんが動きをイメージしやすくなります。いずれの場合も、お子さんの意欲が大切です。最初から全部を完璧にできることを求めるのではなく、スモールステップで取り組み、少しずつ自分でできることを増やしていけると良いですね。

以上、運動面の発達についての質問にお答えしてきました。毎日の子育ての中で一緒に遊ぶ時間を作ることは簡単ではないこととかもしれません。けれど、お子さんたちは遊びを通して学び、成長していきます。長い時間ではなくて良いと思えます。親子でできることを少しずつ積み重ねていきましよう。



(文責 石倉)

ダイナミックな運動遊び

学園の運動遊びといえはマット遊び、中庭の芝生の山で行なう築山滑り（今年は芝の育成上、行なえていません）、大布遊び、ボールプール、マット倒し等があります。今回はその中の『マット遊び』についてお話したいと思います。学園には青色で二つに折れる大きなマットがあります。このマット一つで様々な運動遊びを展開することが出来ます。その一部を紹介します。

① マットを広げて、その上を歩いたりハイハイで移動したりする。

・まだ歩行の難しい子でも、柔らかいマットの上なので、ハイハイの練習にも最適です。また、端から端まで寝返り（どんぐりのようにコロコロと転がる遊び）をする時、腰の回旋を意識することでまっすぐに転がる事ができます。

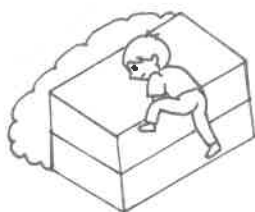


② 斜面を作る。

・トンネルのようにくぐって遊んだり、斜面をよじ登ったりすることが出来ます。斜面をよじ登る時は、足指を立て、手でしっかりとマットをつかむことがポイントです。頂上では座位に姿勢変換をして滑り降りることも楽しいです。

③ 二つに折って高さのあるマットにする。

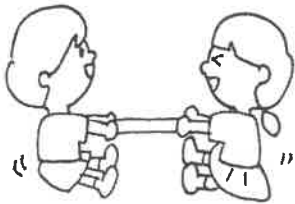
・足をマットにひっかけてよじ登り、マットからジャンプをすることが出来ます。よじ登る時、マットから体が離れていると登りにくいので、少し体を前傾姿勢になるように介助をすることで、一人で登れるようになります。



マット一つで、バランスや筋力、協調運動を促すなど色々な要素が入った遊びができます。マット遊びで楽しめるお子さんは多く、”もういっかい”とサインで伝える姿が見られます。体を使う遊びを楽しむ中で要求が引き出されたり、体の動かし方を学んだりしていくことができます。大人や友だちと場を共有することで”楽しいね”と共感し、マット上部に座った時は、「やっほー」と声を掛けたりすることで人を意識することにも繋がります。家庭では取り入れにくいダイナミックな運動遊びですので、機会を見てまた学園で遊びに取り入れたいと思います。

次に家庭でできる遊びについてお話ししたいと思います。必要な物は、どの家庭にもあるタオルを使った遊びです。フェイスタオル、バスタオルを用意してください。

- ① 綱引き(座っても立っても
できます。腕で引っ張る力や
踏ん張る力に繋がります)

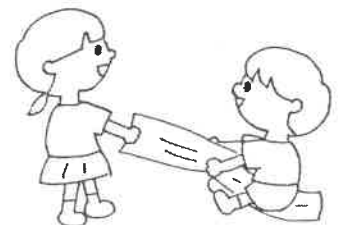
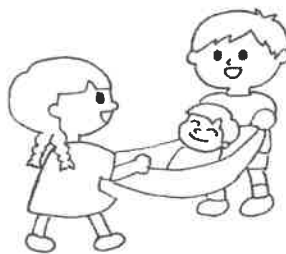


- ② タオル滑り(姿勢を保ち続ける
ことで、座つてのバランス感覚が
高まります)

- ③ タオルブランコ(揺れの経験。
揺れる感覚を感じられます)

タオルを丸めてボールにしてキャッチボールもできると思います。ほんの一部を紹介しました。家庭で楽しむ遊びの一つに取り入れてもらえたら嬉しいです。遊んでいるうちに、「こんな遊び方もあるね」と一緒に見つけて遊びが広がると良いですね。

(文責 伊藤)





ちよこつとコラム

〈保育所等訪問支援事業とは〉

『保育所等訪問支援事業』とは、あまり聞きなれないことばですが、実は児童発達支援事業（ひまわり学園のような未就学児が利用する事業）や放課後等デイサービス事業（就学児が利用する事業）と同じ、平成二十四年から始まった事業です。事業概要としては、簡単に言えば訪問支援員が就園先等に
出向き、児童一人ひとりに必要な支援を直接的または間接的に行なうことで、よりスムーズに集団生活への適応を促していく事業となります。ひまわり学園においても、四月からこの事業を始めました。ひまわり学園に通園する療育も保育園等で行なう訪問支援も、児童の健全やかな成長（発達）を願い、取り組んでいく事業です。興味のある方はひまわり学園までお問い合わせください。



〈放課後等デイサービスとは〉

ひまわり学園のような『児童発達支援事業』は就学前まで、『放課後等デイサービス』は小学一年生から十八歳を迎えた三月末まで利用できるサービスになります。別事業となるため、利用を希望される場合は、あらためて市役所の窓口（子育て支援課）で申請する必要があります。

『放課後等デイサービス』は、障がいのある児童や発達に特性のある児童が放課後や長期休暇に利用できる福祉サービスです。個別の発達支援や集団活動を通して、家と学校以外の居場所づくりをしたり、友達との関わりを育んだりすることができます。事業所によって取り組みの内容は様々です。お子さんにとって有意義な時間を過ごせる場所であるかどうか、活動の様子や環境など、事前に見学や訪問をして検討されると良いと思います。また、利用を考えておられる方は、対象となる児童や申請の時期などについて、相談支援事業所に相談されると良いでしょう。

親の会より 子ども服のフリーマーケットのお知らせ



「あまり着ていないけど、きれいだから捨てられないな」「誰かもらってくれないかな」という子ども服はありませんか？今年度2回目のフリーマーケットを開催します。

ご協力、よろしくお願ひします。

◇開催期間：11/18(月)～11/29(金)

◇方法：期間内に持ってきていただき、各自サイズごとに分けてケースに入れてください。

ケースに入っているものはご自由にお持ち帰りください。

◇注意事項：①春夏秋冬、どれでも募集しています

②洗濯したものをお持ちください

③名前は消してください

④肌着は未使用品に限ります

⑤お持ち帰りの袋は各自ご用意ください



「親子療育」についてのアンケート結果

9/5(木)～9/11(水)の期間で「親子療育」を行ないました。

参加していただいた保護者の方、ありがとうございました！

たくさんのご意見をいただきましたので、一部を紹介します。今後の療育の参考にさせていただきます。

「久しぶりの親子療育で本人も嬉しそうでしたし、私自身もとても楽しめました。別室で見ているのとは違い、同じ空間で子どもの様子が見れるのは新鮮です。」

「実際に参加して、どんな活動をしているか普段よりもよくわかりました。とても楽しくて、子ども達がいきいきと活動している様子がわかりました。先生の接し方もとても参考になり、良い勉強の機会になりました。」

「子どもとふれあう機会があってよかったと思う。兄弟がいる親としては、夏休みとかに兄弟参加もOKの形だとありがたいと思った。」

「親子療育だと、おうち遊びの延長になってしまっていて、あまり意味がないと感じました。甘えもおふざけも出て、まったく良いところが見れずに残念でした。」

「帰ってから、家でも同じ状態なので、体力的にヘトヘトになり、何度もあると困るなと思います。」



☆行事予定☆

◎ひまわり参観日：11/17(日)

◎フリーマーケット：11/18(月)～11/29(金)

◎役員会： 12/23(月) 9:45～

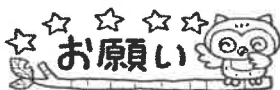
◎おやつ週間(対象者のみ)：11/5(火)～11/8(金)、11/19(火)～11/22(金)
12/10(火)～12/13(金)、12/24(火)～12/27(金)

◎健康診断(対象者のみ)：11/29(金)すみれ組・12/6(金)たんぽぽ組
両日ともに、9:00～12:00

◎クリスマス週間： 12/5(木)～12/25(水)

※詳細は決まり次第、各クラス・グループの担当からお伝えします。

◎年始年末の予定：12/27(金)の午前中で療育終了
12/28(土)～1/5(日)冬休み
1/6(月)療育開始



インフルエンザなど感染症が流行っています。ご本人やご家族が感染症にかかれた場合の通園について、以下のように対応をお願いします。療育を欠席される場合は可能な限り、前日までにご連絡いただきますようよろしくお願いいたします。

・療育をお休みしていただく場合

- ①通園園児本人が感染した場合
- ②同居家族が感染した場合
- ③通園児本人が通っている保育園、幼稚園等が休園や閉鎖となった場合

・お休みしている家族(兄弟)はお連れにならないでください

同居家族(兄弟)が通っている学校、保育園、幼稚園等が休園や休校、閉鎖になった場合(兄弟が感染していない場合でも)

・感染報告書について

通園児本人が感染した場合は感染報告書が必要になります。(用紙は学園にあります)就園先に報告書を提出される方はコピーで構いません。治癒後の出席時に各担当に提出してください。