

# ひ ま わ り

2026年8月10日

第503号

## 子どもの発達を支える連携のかたち

近年、学校や保育園等で発達のサポートを必要とする子どもが増えています。文部科学省が公表している特別支援教育の資料でも、対象となる児童生徒数はこの十年で約二倍に増えており、地域全体で支援の必要性が高まっていることが示されています。児童発達支援を利用するお子さんも増え、地域で子どもを支える場は広がってきています。

一方で、児童発達支援を終えて小学校へ進んだ後や、義務教育を終えた後の進路について、不安や相談が寄せられることも増えています。教育と福祉の仕組みが別々に動いているため、支援の流れがつながりにくく、子ども自身が困ってしまう場面が生まれやすいたことが背景にあります。また、複数の児童発達支援を利用されるお子さんも増えてきましたが、支援の内容が重なる場合、事業所によって対応や方針が異なると、子どもが混乱し、成長の方向性がまとまりにくくなる場合があります。もちろん、療育とりハビリのように目的が異なる支援の併用は自然なことです。子どもにとって無理のない形で支援がつながることが大切です。

発達のスピードは個々に違い、特性は年齢とともに形を変えながら続いていくものです。だからこそ、子どもに関わる大人が共通の理解を持ち、子どもに合った環境を整えていくことが、子どもの未来を守る大きな力になります。家庭・保育園・学校・福祉がゆるやかにつながり、子どもの成長を同じ方向から支えていくことが重要だと感じています。こうした連携が地域でより自然に育まれていくよう、セクターとしても地域とのつながりを丁寧にも模索しながら、子どもたちの未来につながる取り組みを続けていきたいと考えています。

宇野 亜弓

大垣市立ひまわり学園

発行人 宇野 亜弓



## コミュニケーションについて

コミュニケーションは、ことばや社会性の発達を促す上でとても重要なものです。親子のコミュニケーションは誕生の瞬間から始まっています。授乳、抱っこ、あやすこと等を通して、大人は赤ちゃんに働きかけていきます。赤ちゃんも同様です。泣いたり、笑ったり、声を出したりする等、様々な方法で大人に思いを伝えようとします。そうしたりとりからコミュニケーションは始まり、“もっと一緒に”伝えたい“という思いが育まれることで、成長に合わせて色々なコミュニケーションの方法を身につけていくのです。また、コミュニケーションを育んでいく過程では、“遊び”がとても重要な役割を果たします。親子で色々な遊びを楽しみながら、コミュニケーションの土台を作っていくことが大切ですので、今回は、“家庭でもできるコミュニケーションを深める遊び”をいくつかご紹介したいと思います。お子さんの様子や発達段階に合わせて是非参考にしてみてください。



### ① くすぐり遊びや手足の体操等のスキンシップ

#### (身体接触遊び)

お子さんのほっぺに触れたり、手足を曲げ伸ばししてあげたりしましょう。歌やリズムをつけながら行なうと、その音を聞いて子どもも期待し、表情や動作で“やって”と求めるようになるかもしれません。『一本橋』のようになくすぐり遊びも良いと思います。体の色々な所をくすぐったり触刺激を入れたりする中でふれあいを楽しみましょう。

### ② 子どものまねっこ遊び

お子さんの遊ぶ様子を真似て遊んでみましょう。寝転びながら車を動かしていたら、大人も同じ姿勢、同じ目線で遊んでみましょう。お子さんの視点になることで、新しい発見や楽しさを共有できることもあると思います。「タイヤがくるくるまわって楽しいね」と声を掛けることで、“楽しさを共有できた”という気持ちがお子さんにも芽生えるでしょう。

### ③ シーツや毛布を使つての布ブランコ

シーツや大きなバスタオル、毛布等にお子さんを乗せ、大人二人で端を持ちながら揺らしましょう。左右や上下等、揺らし方を変えたり、強弱をつけたりしながら行なうことで、楽しみを持続しながら繰り返し行なえると良いと思います。お子さんが揺れに身を委ねる

ことで、心のリラックスにも繋がっていきます。

#### ④ 当てっこ遊び

掌の中にお菓子や玩具を隠し、どっちにあるかを当てるゲームです。当てること自体が目的ではなく、子どもが選択できることや大人とやりとりすることを目的としているため、少し見えるように握ったり子どもがのぞき込んで考えたりしても良いです。当たった時には、一緒にたくさん褒めて喜んであげましょう。



#### ⑤ 追いかけて、かくれんぼ

お子さんが「見つけてほしい」と感じている時には、「かくれんぼ」や「見つけてっこ遊び」がぴったりです。体が少し見えていても「どこかな？」と声をかけると期待が高まり、笑顔でこちらを見たタイミングで「みつけた！」と伝えると安心して楽しめます。

また、追いかけてほしい気持ちが見られるときには、軽く追いかけて捕まえる遊びも喜びます。スピードや距離を調整しながら、お子さんが追いかけたいときには、大人がゆっくり逃げることで「つかまえた！」という達成感が味わえます。

そして、からだをたくさん動かせる年齢になってくると、こうした「走る・隠れる・追いかける」遊びを組み合わせながら、思いきり楽しむ姿が見られるようになります。気持ちをやりとりしながら遊ぶことで、コミュニケーションも自然と深まっています。

#### ⑥ しっぽとり

タオルやひもをしっぽに見立ててズボンにつけ、お子さんにそれをとってもらって遊びます。お子さんがしっぽに興味を持てるような大人の働きかけが重要です。目の前でしっぽを見せながら逃げ、「取れそうで取れない距離」で行なうと期待と楽しが増します。

#### ⑦ お手玉入れ

大きめのバケツやカゴを大人が持ち、そこにお子さんがお手玉やボールを投げ入れながら遊びます。かごの高さを変えたり動かしたりして遊びを展開しながら行なうと面白さが広がると思います。

#### ⑧ 風船遊び（風船バレー）

大人が風船を投げてお子さんにキャッチしてもらったり、打ち合ったりしながら遊んでみましょう。お子さんが上手にキャッチすることができない時には、大人が手を添えながら体の動きを伝えてあげると良いと思います。また、「行くよ」「ちようだい」等、声掛けをしなから行なうことで、お子さん自身がことばでのやりとりの仕方を知ることにも繋がっています。

#### ⑨ ジェスチャーゲーム

ことばを発さずに動作で様々な真似っこをし、クイズをしてみましよう。まずは、お子さんの好きな物や身近なもの（動物や生き物等）を大人が真似っこし、お子さんが当てると良いでしょう。慣れてきた

ら役割を交代してみるのも面白いですね。

## ⑩ テレパシーゲーム

床にカードをランダムに並べます。大人は取ってほしいカードに視線を向けることで思いを伝えていきます。初めのうちは、「○○取って」とことばで伝えて、「取ってほしいカードを取る」という遊びのルールを伝えていきます。その後、大げさな動作で伝えたり指さしをしたりしながら、遊びのルールに慣れてきたら目線だけでカードを当てられるようにしていきます。この遊びは、ことば以外の情報への気づきを促し、相手の意図を理解するという力に繋がっていく遊びです。

一緒に遊ぶ中で、「もっと」「やってほしい」というお子さんの思いを感じた時には、お子さんの気持ちを大人が代弁しながら関わっていきましよう。その関わりが、お子さんの「伝わって嬉しい」「もっと伝えたい」という気持ちに繋がっていきます。また、お子さんの中には、人との関わりを避け一人遊びを好んでいるように見えることがあるかもしれません。それは、「一緒に遊びたくない」ということではなく、「遊び方が分からない」という気持ちの時もあります。そういった時には、前述した②のように、大人がお子さんの世界に寄り添って遊びを共有し、人との関わりに繋げていけると良いでしょう。

お父さんやお母さんの中には「友だちと仲良く遊べるようになって

てほしい」「友だちと仲よく遊ぶためには、早く友だちとの関わりを持たせてあげた方がよいのでは…」と考えている方もいらっしゃるかもしれません。しかし、幼児期に親子で一緒に遊ぶ経験こそが友だちとの関係を築いていく大切な基盤となります。是非、この幼児期に親子でふれあうことや、関わって遊ぶことを大事にしてほしいと思います。

(文責 石倉)

## 〇〇六歳のことばの発達と家庭での関わり

「ことばがなかなか増えない」、「お友だちは話しているのに…」など、お子さんのことばについてのこの相談は少なくありません。ことばは、コミュニケーションをとるための手段の一つです。泣いたり、笑ったり、指をさしたり、表情や動作で気持ちを表現することもコミュニケーションの形です。こうしたやりとりの積み重ねが、ことばを育む大切な一歩になります。今回は、ことばの発達の目安についてお話ししたいと思います。

### 〇〇六ヶ月：泣き声・表情による「伝える」始まり

赤ちゃんは生まれたときから、泣いたり表情を変えたりして「お



腹が空いた“眠い”抱っこしてほしい“などの気持ちを周囲に伝えて  
います。大人がその表情や動きを汲み取り、「お腹すいたね」「眠く  
なったね」と声をかけたり触れてあやしたりすることは、安心感を  
育てるとともに、コミュニケーションの基盤になります。

四〜六ヶ月頃には「アー」「ウー」などの喃語が出始め、大人の声か  
けに笑顔や声で応じる姿が見られます。声のする方を向いたり、人  
の表情をよく見たりしながら、人とのやり取りを楽しみ始めます。

### 十〜十一ヶ月：指さしによる「ことばの前のことば」

興味のあるものを見つめたり、手を伸ばしたり、指をさして“見  
て！”と伝えようとする姿が増えます。これは「ことばの前のことば」  
と呼ばれ、気持ちや発見を相手に伝える大切なコミュニケーションで  
す。

大人が「車だね」「ワンワンいたね」と共感しながらことばを返すこ  
とで、子どもは“もつと伝えたい”という意欲を育てていきます。泣  
く・笑う・視線・声・指さしなどの一つひとつのやり取りが、後のこ  
ばの発達の土台になります。

### 一歳頃：意味のあることばの始まり

「マンマ」「ワンワン」「ブーブー」など、意味のあることばが少しず



つ出始めます。発音はまだ不安定ですが、“伝えたい”という気持ちが  
大きく育ち、指さしや身振子を使って思いを伝えようとする姿が増  
えます。「はどれ？」に指さして応じたり、「ちょうだい」で物を渡  
すなど、簡単なことばの意味を理解し、大人とのやり取りを楽しめ  
るようになります。

この時期のことばは、大人が教えるというより、生活の中でのやり  
取りの積み重ねによって深まります。子どものことばに少しことばを  
添えて返したり、目の前の出来事のことばにして伝えることで、経  
験とことばが結びついていきます。

### 二歳頃：語彙の増加と二語文の安定

二歳頃になると、生活の経験が積み重なることでことばの理解と  
表現が大きく伸びます。「ママ、キタネ」「ワンワン、イタネ」などの二  
語文が安定し、身近な人や物の名前を覚えていきます。「イヤ」「ジ  
ブンデ」など、自分の思いや要求をことばで表す姿も増え、ことばが  
自我の表現と結びついていきます。

また、「ナニ？」「ダレ？」「ドコ？」と質問する場面も増え、大人と  
のやり取りを楽しむようになります。子どもは、物の名前を知りた  
い気持ちだけでなく、“話したい”“気持ちを共有したい”という思い  
から質問することも多くあります。

家庭では、子どものことばを受け止めながら「そうだね」「○○だったね」と気持ちに寄り添って返すことで、安心してことばを使えるようになります。子どもがことばにしきれないときには、大人が子どもの言いたいことを短く言葉にして返すことで、表現の仕方を自然に学んでいきます。こうしたやり取りの積み重ねが、ことばで伝える力を育てていきます。

(文責 富成)

### 三〜四歳：語彙の増加と会話の広がり

三歳頃になると語彙がさらに増え、三語文で気持ちや経験を伝えられるようになります。また、「ナンデ?」「ドウシテ?」「ナニシテル?」「ドウヤツテ?」など、理由や行動の意味、手順や方法を知りたがる場面も多くなります。こうした質問は、物事を理解しようとする力が育っている証拠です。また、友だちとの簡単な会話も成立し、ことばを使ったやり取りが広がっていきます。

四歳頃には語彙が千五百〜二千語ほどになり、出来事を順序立てて話せるようになります。「ソレデ」「ダカラ」などの接続詞を使いながら経験をつなげて話す力が育ちます。時間の概念も発達し、昨日や明日などを使った会話が増えます。

家庭では、簡単な質問を交代で行ったり、子どもの話を短くまと

めて返すことで、話す力・聞く力が育ちます。

### 五〜六歳：概念の整理と言葉で考える力

五歳後半〜六歳頃になると、時間(昨日・今日・明日)、空間(上・下・前・後・左右)、価値(好き・嫌い・良い・悪い)などの概念が整理され、生活の中で言葉を使って理解・表現できるようになります。これらは経験の積み重ねによって少しずつ安定し、就学期に向けて確かなものになっていきます。

家庭では、子どもの話を聞くだけでなく、大人の話も聞いてもらう時間をつくり、「話すー聞く」の関係性を体験できるようにしていきます。親子で交代しながら「今日あった楽しかったこと」を話すなど、日常の中で話す力・聞く力が育ちます。

遊びや実体験を通して多様な経験を重ねることは、語彙の広がりや言葉の理解を深める大切な基盤になります。

### ことばの育ちを楽しむために



三歳頃になると、好奇心がぐっと強まり、「ナンデ?」「ナニシテル?」と問いかける姿が増えてきます。音の響きや言葉のリズムそのものを楽しむ時期で、ことば遊びがぐっと広がる頃です。

### ● しりとり(短い言葉から)

「りんご ↓ ごりら」のように、身近な言葉で短く続けるだけで十分楽しめます。音のつながりに気づきやすくなります。

### ● オノマトペ遊び

「ピカピカ」「ドシン」「ふわふわ」など、音からイメージを広げる遊びです。生活の中の音をまねるだけでも盛り上がります。

### ● 色・形の連想遊び

「赤いものな〜んだ」「丸いものな〜んだ」など、身近なものを思い浮かべる遊びです。語彙が自然に増え、イメージする力が育ちます。

### ● ごっこ遊びのセリフ

お店屋さんや病院ごっこなど、役になりきって言葉を使う遊びは、会話のキャッチボールを楽しむ機会になります。

四歳頃になると、語彙がさらに増え、言葉の意味や文のつながりに興味が向き始めます。言葉を使って「考える」楽しさが育ち、遊びの幅が広がります。

### ● 反対ことば遊び

「大きい ↓ 小さい」「早い ↓ 遅い」など、対になる言葉を探す遊びです。意味の違いに気づきやすくなります。



### ● なぞなぞ

「首が長い動物はなに？」など、身近な題材のなぞなぞは、言葉とイメージを結びつける力を育てます。

三歳は「音の楽しさ」、四歳は「ことばの意味や構造の面白さ」が育つ時期。遊びの中で言葉を使う経験が増えるほど、語彙や表現が自然に豊かになっていきます。

### ゆつくり育つお子さんに合ったことば遊び

発達のペースは本当に一人ひとり違います。ゆつくり育つお子さんにも、今の段階で無理なく楽しめることは遊びがあります。

### ● まねっこ音あそび

「ポン」「トントン」「シャー」など、生活の音をまねるだけの遊び。音を楽しむだけで十分で、発声のきっかけにもなります。

### ● 指さし十名前あそび

絵本やおもちゃを指さして、大人が名前を言うだけ。指さしができるばやり取りが成立し、理解がゆつくりでも参加しやすい遊びです。

### ● くり返しフレーズあそび

「いないいない、ばあ」「トントントン、だれですか」など、同じ言葉

を繰り返す遊び。予測しやすく、安心して参加できます。

## ● 身体を使ったことばあそび

「ぎゅー」「ぴょん」「くるくる」など、動きと音をセットにする遊び。言葉が出なくても、動きで楽しめます。

## ● 絵カード・写真を使った選択あそび

「りんご？ バナナ？」と2つだけ示して選んでもらう遊び。指さしだけでも意思表示ができ、語彙の理解がゆくりでも楽しめます。

ここで紹介したことは遊びは、ことばがよく話せるお子さんはもちろん、まだことばが出ていない子や、言い始めのお子さんでも、その子のペースで楽しめるものばかりです。できることの多さや言葉の量に目を向けるよりも、親子で一緒に過ごす時間が心地よいことが何より大切です。

お子さんは、お母さんやお父さんと遊ぶ時間が大好きです。その安心感の中で、音を楽しんだり、まねっこしたり、指さして気持ちを伝えたりしながら、少しずつ自分なりの形でことばの世界を広げていきます。親御さんの関わりは、確かにお子さんの育ちを支えています。ゆくりでも、その子らしい育ちを大切にしながら、これから親子でのやり取りを楽しんでいけるといいですね。

## 五歳児が楽しめる言葉遊び

### ● しりとり（少し長い言葉やテーマしり）

三・四歳の頃より語彙が増えるため、「食べ物だけ」「動物だけ」などテーマを決めると盛り上がります。言葉のつながりを考える力が育ちます。

### ● 反対ことば探し

「重い↕軽い」「強い↕弱い」など、概念の理解が深まり、言葉の意味を整理する力が伸びます。

### ● なぞなぞ（少し考えるタイプ）

「空を飛ぶけど鳥じゃないものはなに？」など、ヒントからイメージを組み立てる遊びが楽しめるようになります。論理的に考える力が育ちます。

### ● 早口ことば（少し長め）

「生麦生米生卵」など、音のリズムや発音の調整を楽しめます。友だちと競争したり、親子で笑い合ったりできる遊びです。

### ● べっこ遊びのセリフ（役になりきる）

五歳になると、役になりきって長めのセリフを言ったり、状況を説明したりすることが増えます。言葉で場面を作る力が育ちます。



## ● お話づくり(絵や写真を使って)

絵カードを並べて「どんなお話になるかな?」と物語を作る遊び。  
想像力・語彙・文の構造を使う力が伸びます。

## どの段階のお子さんでも楽しめるように

五歳児向けの遊びといっても、ことばの発達には大きな個人差があります。話せる子もいれば、まだことばが出ていない子、言い始めの子もいます。どの段階のお子さんでも、その子のペースで参加できる形に調整できるのがことば遊びの良いところです。

- ・ まだ話せない子は『指さし』『まねっこ音』『動き』で参加
- ・ 言い始めの子は『一語』『短いフレーズ』で参加
- ・ よく話す子は『説明』『推理』『物語づくり』で参加

どの子も「できる・できない」ではなく、親子で一緒に楽しむ時間  
そのものがことばの育ちにつながります。



(文責 辰己)

## 作業療法コラム

### 『水遊びで育つ感覚』

暑い季節の楽しみのひとつである水遊び。実は水遊びは、子どもたちの「楽しい!」という気持ちを引き出しながら、さまざまな感覚や体の使い方を育てることができるといえます。

例えば、水の冷たさや温かさ、水の流れや、水しぶきが肌に当たるなどの刺激は、『触覚』を豊かに育みます。これらの感触や温度を感じる機能は、皮膚の大切な働きの一つです。また、水中で腕や足を動かすことで、関節の動きや位置、力の入れ具合を感じる『固有覚』を高めたり、水中を歩いたり流れに負けないように立ったりする事で、姿勢やバランスを保つために大切な『前庭覚』を刺激したりします。

他にも、水遊びではさまざまな道具を使うことで、遊びの幅が広がります。手先の発達や考える力も育まれていきます。

コップやバケツを使って水をすくったり移したりする遊びでは、『目で見ながら手を動かす力』や、こぼさないように『両手を協調して使う力』が養われます。コップやジョウロを傾けて水を流すことは、『手首の動き』や『力加減の調整』を高めることにも繋がります。スポンジをぎゅっと絞る遊びは、『指先や握る



力』を育て、衣服の着脱や箸・鉛筆を使うための土台にもなります。

(文責 幸田)

年少や年中頃になると、水鉄砲で家族や友達とやり取りしながら遊ぶ機会も増えてきます。その時には、狙いを定める目の働きの、指先で引き金を引く動作を同時に行うため、『目と手の協応』や『集中力』が育ちます。これらの道具を使用した遊びでは、『どうしたらうまくできるかな?』と『考える力』も養われます。友達や家族と一緒に遊ぶことで、『貸して』『どうぞ』『順番ね』といったやり取りも生まれ、『コミュニケーション力』や『社会性』を育む機会にもなります。

ただし、水遊びが好きなお子さんであれば、水に触れることが苦手なお子さんもあります。感覚の感じ方には個人差があるため、無理に行なう必要はありません。好きな道具を使って水をすくうところから始めたり、スポンジやジョウロなど直接触れなくても楽しめる方法を取り入れたりしながら、お子さんのペースに合わせて進めていくことが大切です。

水遊びは、全身を使いながらたくさん感覚を経験できる貴重な遊びです。暑い夏も、「楽しい!」という気持ちを大切にしながら、水に触れたり道具を使ったりする中で、心と体の成長に

つながる時間をたくさん味わっていききたいですね。

## 相談支援事業所からのちよこつとコラム

### 『個性をいかして自分らしく活躍するには』

保護者の中にはお子さんが将来どんな仕事に就くのか、社会でうまくやっていけるかと不安を感じておられる方もいらっしゃると思います。その子の特性によって苦手なことや困りごとが生じることがありますが、苦手なことばかりに目を向けるのではなく、お子さんの得意なことや強みに目を向けることが大切です。十八歳になり社会に出る頃には、自分に合った働く場所を見つけることができるよう『自己理解』を育てていくことが大切です。

自己理解とは「自分は何が得意なのか」「何が苦手か」「どんな環境なら力を発揮しやすいか」を知ることです。

社会には自分の特性を理解し、それを強みとして活躍している人が沢山います。例えば発達障害を公表しているタレントで外見をいかしてモデルをされている人や、こだわりを深めてア

ーティストとして活躍されている人などがいます。また好きなことを持ち観察し続けたり追及したりすることで、「好き」を極め、その道のプロとして大きな成果をあげる人もいます。ひまわり学園の卒園生にも強みを生かして芸術面で活躍する先輩がいます。最近では、障がいのある方が所属する芸能プロダクションや、活躍できる職場も増えてきました。

子どもたちが将来自分らしく働き生きていくために、幼いころから成功体験を積み、得意なことや好きなことを見つけていけると思います。

(文責 矢島)

## 食育コラム 『幼児期のおやつについて』



幼児期は胃が小さく、消化吸収機能も未熟なため、3回の食事では摂りきれない栄養をおやつで補います。そのため、幼児期のおやつは子どもの成長に重要な役割を果たしています。

「おやつ」と聞くと、スナック菓子や甘い焼き菓子などが多い浮かびますが、おやつはお菓子だけではありません。おにぎりやパン、いもなどでエネルギー補給、果物でビタミン補給、牛乳やヨーグルト、チーズなどでカルシウム補給、お茶やお水で水分補

給などができます。また、これらを組み合わせたおやつが理想的です。親子でおやつを一緒に手作りするのも良いと思います。今回は、親子で作れるおやつレシピを紹介します。

### ★野菜パンケーキ★(8枚分)

冷凍保存も可能です！

#### ◎材料

・米粉 200g・好きな野菜(ほうれん草・にんじん・さつまいも・かぼちゃなどを茹でたもの) 80g・絹豆腐 200g・ベイクングパウダー 小さじ2・砂糖 小さじ2・水 120ml・油適量

#### ◎作り方

- ①豆腐をなめらかになるまで潰し、砂糖と水を加える。
- ②米粉とベイクングパウダーを①に加えてだまがなくなるまで混ぜたら、細かく刻んだ(潰した)野菜を加えて混ぜる。
- ③フライパンに油を熱し、②を丸く広げて両面に焼き色がつくまでしっかり焼く。

(文責 藤元)

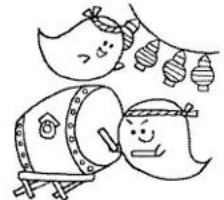




◎夏まつり週間：8月10日（月）～8月14日（金）

※8/11（火）は祝日ですが療育を行ないます。

※詳しい内容が決まり次第お知らせさせていただきます。



◎就園に向けての説明会：9月7日（月）9：30～10：30

◎指導方法研修会：9月3日（木）※研修のため療育はお休みになります。

◎役員会：9月28日（月） 9：45～

◎移動動物園（未就園児対象）：10月30日（金）

※対象となるお子さんについては担当からお伝えします。

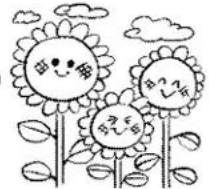
※この日の通常療育はお休みになります。

◎ひまわりクッキング：11月2日～11月30日（4歳児、5歳児が対象）

※詳細は担任又はLINEでお伝えします。

◎健康診断（未就園児のみ）：11月10日（火）11月17日（火）

対象のお子さんには、後日詳細をお知らせします。

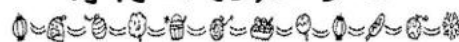


◎熱中症対策のため、療育に来られる際にはお子様だけでなく

保護者の方も水分をお持ち下さい。よろしくお願いします。



## 寄付のお知らせ



◎メガコンコルド1515大垣インター南店様より、

お菓子5箱の寄付を頂きました！

ご寄付ありがとうございました。