

“Heart to Heart”

第15巻 第1号 (No.44)

発行日 2020年7月1日

心から心へ わかちあう あたたかさ

武蔵野東教育センター所長
計野 浩一郎

人とつながり感謝を伝え合いましょう

目次:	
人とつながり感謝を 伝え合いましょう	1
療育プログラムのようす	2/3
コラム: 自閉症と 文化の違い	4
ご案内	4

新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、3月2日に政府より全国一斉臨時休校宣言が、その後4月7日に緊急事態宣言が出されました。外出もままならない状況が続き、感染しない、感染させないと日本中が緊張感に包まれました。

そんな自宅待機の中では、子どもたちがずっと家にいることになり、保護者の方々にも大変なストレスがかかっていたのではないかと思います。保護者が混乱していると子どもはいち早くそれに気づいて発達にも影響が出てしまいますので、子どもと同時に保護者の方々もつながっていくことが重要だと考え、個別の電話相談を実施しました。また子どもたちの生活ペースが崩れないように基本的な生活習慣に関する動画や運動・リズム体操などの動画を配信したり、学習教材を送付したりすることで、家庭での生活・学習を支援してきました。保護者の方々からは「毎回送られてくる動画を何回も飽きることなく見て体を動かし、プリント教材に自主的に取り組んでいます。」などの言葉をいただきました。

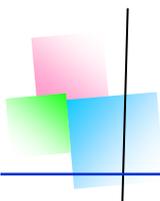
しかし、一方では寝る時間が遅くなったり、いたずらが増えたりして負担が大きくなっているという声や、これまで積み上げてきた教育の効果が消えてしまうのではないかと不安の声も聞かれ、多くの方がプログラムの開始を強く希望されました。そこで、感染予防策を徹底することを確認して、5月中旬にプログラムを再開しました。これまで、受講者の皆様の協力のおかげで、子どもたちへの支援を続けることができています。

さて、新型コロナウイルスの影響により、社会生活が制限されて不自由な状況が続いています。私たちはその現実を見ないようにするのはではなく、現実は現実として受け止めることが大切です。この現実を前に「不安だ」「つらい」「怖い」「もう嫌だ」「逃げ出したい」などの自分の気持ちを自覚することは重要です。ネガティブな気持ちだからこそ、考えないようにするのはではなく、少しでよいから感じながら、日々のことをこなしていくことが大切です。今回のように先が見通せない事態の場合は、自分の気持ちは素直に感じたほうがよいケースが多いと考えます。

そういう時、一人で抱えるのではなく、自分の気持ちを言葉にして信頼する人に話すことをお勧めします。どんな方法でもよいので孤立しないことが大切です。人とのつながりや、必要な時にはいつでもつながることができるという安心感が皆さんを守ります。一番大切なのは、元気なふりではなく、人として当たり前前に不安な自分の気持ちを認め、「一緒に乗り切っていこうね」という姿勢です。不安な自分、元気が出なくて情けない自分で大丈夫です。感染しないように気をつけることはもちろん大切ですが、不安に駆られると、気づく力、自分を支える力が弱くなります。情報(メディア等)にさらされる時間を制限し、生活習慣(睡眠、食事等)を保つようにしましょう。そして、孤立しないで人とコンタクトをとることで、気づく力が高まります。

多くの方がそれぞれの立場・場所で頑張っています。イライラや怒りもわかりますが、悪者探しばかりにならないようお互い感謝を伝え合ってつながっていきましょう。





療育プログラムのようす 【各教室・言語プログラムの様子】

音楽教室 5、6月は、タンブリンやコンガ、ギターを使った合奏の他に、ピアノにも挑戦しました。今年から受講の子どもたちには、どの楽器も初めて触れるものばかりですが楽しく取り組んでいます。今年度から、ジュニアサイズのギターを新調しました。通常のものより二回りほど小型なので、小学生や女子にも扱いやすく好評です。今年も楽しく実りのある音楽教室にしていきます。(平瀬戸)



小型のギターを新調！

幼児絵画造形教室 絵画教室恒例の、「ハンバーガー屋さんごっこ」をしました。今回、子どもたちがもっとも喜んでしたのはポテト製作です。くしゃくしゃにした黄色い紙をくるくると丸めてポテトフライの形にしていきましたが、太いもの、細くて長いものなど様々。さあ、準備ができれば店員さんに変身！「いらっしゃいませ！」「おいしいですよ！」と笑顔でお客様を迎えていました。(本田)



「いらっしゃいませ！」

リズムブ教室 テンポの違いを耳で聞き分け、ゆっくりなテンポは「くま」のように大きく、速いテンポは「リス」のように小刻みになど、動物の動きをイメージしながら太鼓の音に合わせて動く活動を楽しみました。音に気持ちを集中させて、動く、止まるといった自己コントロールを学ぶ上でも有意義な活動になりました。今年度は、「聞く力」に加え「見る力」も養えるよう工夫していきたいと思えます。(高橋)



太鼓の音が消えたら止まるよ

体育教室 2020年度は乗りのよい音楽でステップを踏みながら関節や筋肉を伸ばすダイナミックストレッチ(動的ストレッチ)に取り組んでいます。このストレッチは、一般的な静止して行うものよりも心拍数や体温も上がりやすく、関節の動きが滑らかになると言われています。動きの滞りがちな、股関節や肩甲骨周りのストレッチを中心に少しずつ種類を増やしていく予定です。(鈴木)



太ももを伸ばすストレッチ

言語プログラム コミュニケーションは相手を意識できてこそ成立します。その練習方法として、同じ絵本をそれぞれが持ち、相手と同じ絵を指して物の名前を言う、文字を指しながら一緒に読む、斉唱するなどがあります。練習が進んでくると、相手が今何を見ているのかを気にしたり、ページをのぞき込んで同じものを指さして言うようになったり、どこを読んでいるのか聞いて確認したりすることが増えてきます。(計野ち)



絵本を一緒に読んでいます

ダンス教室 色々な動物になりきる「動物歩き」に取り組んでいます。はじめは恥ずかしさがあった子も、練習を重ねるごとに体を大きく使って表現できるようになり、ぞうは力強く、うさぎは軽やかに、その動物のイメージをすることで力の強弱もつけられるようになりました。7月はスキップやツーステップなど、基本のステップに力を入れて練習していきます。(益田)



うさぎのようにジャンプ！

コンピュータ教室 Powerpointを使って、自己紹介のプレゼンテーションを作成しました。まずは自分の名前や学年、好きなことをタイピングで入力しました。他にも自分の好きなことに関する画像を貼り付けたり、文字の色を変えたりなど、それぞれ工夫することができました。完成した後は、作ったプレゼンをプロジェクターでみんなに見せながら、自己紹介することができました。(大澤)



自己紹介スライドの作成

SST教室 5～6年生のクラスでは、「上手に伝えよう」というゲームを行いました。縦3×横3の9マスの中に書かれた数字や図形などを言葉だけでみんなに伝えて、同じように書いてもらいます。マスの中のどの位置に書くのかを伝えることが難しかったようですが、徐々に「上から○番目」「～のひとつ下」などのキーワードがわかってきて、うまく伝えられるようになってきました。(大澤)



よく聞いて書こう

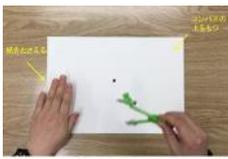


【スクールプログラム・ラーニングプログラム】

幼児 あじさいのきれいな季節になりました。幼児グループは梅雨にちなんだ製作を楽しんでいます。年少児は糊でピンクや水色のかわいい花びらを貼ったあじさいを、年中児ははさみでオレンジや黄色の紙を切って模様にしたかたつむりを、そして、年長児はかえるやかたつむりの絵を描きました。これからも季節を感じる製作を楽しみたいと思います。(本田)

1年生 体育で「ミニトランポリン」を行っています。ジャンプには、全身の筋力のほか、タイミングよく手で反動をつけたり、ひざの屈伸をしたりするスキルが必要です。ジャンプが苦手な子には、最初は少し段差のある所から両足をそろえて飛び降りる練習をします。その際大人が手を持ってあげると安心して取り組みます。授業では「オブラディオブラダ」の曲に合わせて、歩いたり手を挙げてジャンプしたりと、全身を思い切り使って楽しく活動できることを心がけています。(諸橋)

2年生 国語では「かんさつ名人になろう」という単元で、ピンポン玉・積み木・ひまわり・スポンジ・ボール・・・など身近なものを使って、色や形、硬さ、大きさ、においなどを観察しました。一つのものからたくさんを感じ取ることができ、子どもたちは得意げです。身近なものが、何でできているのか、大きさや特徴などを知ることは日常生活に役立つものです。今回の授業が気づきのきっかけになってくれればと思います。(宮下)



コンパスは、円(えん)をじょうずにかく 도구です。
コンパスの使い方



アジサイの制作



リズム打ち

6年生 今年度は、4月からパソコンのタイピング練習を導入しています。タイピング練習のソフトを使い、手袋に書かれた色とキーボードに貼られたシールの色をマッチングさせながら、正しい指使いで入力できるように練習を重ねています。子どもたちは、私語もなく、とても集中して課題に取り組んでおり、教室にはカタカタという入力音だけが響いています。(宮川)

中学生 体育でストレッチや筋力トレーニングに取り組んでいます。教室にヨガマットを敷き、前屈や開脚しての柔軟、ストレッチポールを使って肩や肩甲骨の筋肉をほぐす運動等を行っています。また、体幹トレーニングとして、腕立て伏せや腹筋運動等にも力を入れています。体育が終わる頃にはうっすらと汗をかくなり、全員真剣に取り組んでいます。(宮川)

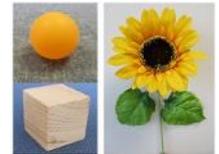
ラーニングプログラム 今年度も、年中児から高校3年生までの多くの子どもたちがラーニングプログラムを受講しています。それぞれの習得状況や次の目標に応じて、個々に合わせた教材を使いながら学習を進めています。教材や学習方法については、スタッフ間で情報を共有したり、アイデアを出し合ったりすることで、より充実したプログラムになるよう努めています。(白井)



雨も降ってきたよ！



ジャンプ！



かんさつ名人になろう

3年生 算数の時間に「円と球」の学習を行っています。授業の冒頭では「円」と「丸」はどう違うのかという話から円や球の定義について学びました。また、コンパスを使用して円を描く練習も行っています。初めてコンパスに触れる子どもも多く、楽しみながら先生と一緒に何度も繰り返し練習をしています。(猪野)

4年生 図工の授業では、折り紙を使ってアジサイの制作をしました。作った花をバランスよく配置するのに苦戦している様子でしたが、みんな集中して作業に取り組み、最後にはとてもきれいなアジサイを仕上げることができました。今後も、季節や学習単元に関連付けた製作を通して、手先の操作性の向上を図っていききたいと思います。(柳澤)

5年生 四分音符、八分音符、二分音符、四分休符を組み合わせた8小節程度のリズム打ちを音楽の時間に行っています。「リズムスティック」を使用しているため、手拍子で行うより音が大きくなり、その分間違えないように緊張しながら活動に参加する子どもたちの姿が見られました。今後、少しずつ速いテンポの曲にも挑戦していききたいと思います。(藤本)



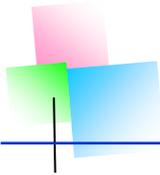
正しい指使いで



ストレッチポールを使った運動



カードを使った学習



自閉症と文化の違い

新型コロナウイルスの影響も未だ残る中、武蔵野東学園の皆様にはいかがお過ごしでしょうか。ウィルスに関する不安だけでなく、学校が休校や自宅学習・オンライン学習になったり、保護者の方々の勤務体系が変わったり、公共の場所での過ごし方に関するルールやマナーが急激に変わったりと、日常生活の様々な側面に大きな変化が生じています。こういった現状は、自閉など発達障害を抱える方々や保護者の皆様に大きな負担やストレスを与えていると、イギリスの報道機関でも大きく取り上げられています。学園も教育センターも徐々に通常に戻ってきているとは伺っていますが、皆様が無事に過ごされていることをお祈りします。

さて、今回のコラムでは、前回の話に引き続き、自閉症と世間との関わりについて、もう少し考えて見たいと思います。私は現在、ロンドンの大学で子どもの発達や自閉症について教えていますが、様々な国から来ている学生たちの話を聞くと、自閉症当事者や家族、支援者の抱える「問題」は、国によって

大きく異なります。例えば、いわゆる「発展途上国」で医療や教育制度が整っていない場合には、そもそも診断や療育へのアクセスがその国にはほとんど存在しない、という困難さがあります。また、そういった国ではそもそも診断がほとんど行われないうえ、自閉症の存在について世間でほとんど知られていない、または大きく誤解されている、ということも多くあります。これらの地域では、いかにして安価な診断や療育の仕組みを作り、また自閉症や発達障害についての理解を広げるかということが、大きな課題となっています。

また、子どもの育ちや個人と世間の関わりに関する文化の違いが、自閉症の理解や支援の方向性を変えたりすることもあります。例えば、「みんなと同じであること」「社会や家族の一員であること」が重要視される文化圏では、子どもを「普通」に近づけることに重点が置かれ、発達障害を抱える子どもに負担をかけたりもします。一方、そういった社会では家族や周囲との「助け合い」が生まれやすく、発

千住 淳 (ロンドン大学バークベック校教授)

達障害を抱える方々が親族や地域での「役割」を得て溶け込んでいる、という事例を聞くこともあります。



こういった文化圏では、主に個人主義のアメリカや西ヨーロッパで始まった、個人の権利や自立、多様性の受け入れなどを主張するニューロダイバーシティ運動は、共感を得られにくかったそうです。

自閉症などの発達障害が個人の特性と社会との関わりから生まれるのであれば、当事者の脳機能やこころの働き、行動特徴の理解だけでなく、それぞれの個人が暮らす国や地域、文化圏での社会制度や社会的要請の特徴についても理解することが、より意味のある、生活に寄り添った支援の開発に不可欠であるようにも思われます。理想としては、自閉症当事者や支援者の国際交流を深めることで、それぞれの国や社会の「縛り」や「強み」を客観的に捉え、支援の方向性に役立てていければ良いなあと思っているのですが、実現には色々とハードルが多く、試行錯誤しているところ です。

このコラムは4回シリーズでお届けしています。

セミナーのご案内

【第1回】 11月26日(木)10時~12時

「学び方の異なる子どもの理解と支援」

— 読みのつまずきの早期把握・早期支援 —

海津 亜希子(国立特別支援教育総合研究所)

【第2回】 2021年2月19日(金)10時~12時

「小学生以上のコミュニケーション支援」

小林 マヤ(聖隷クリストファー大学 言語聴覚士)

武蔵野東教育センター

〒180-0012 武蔵野市緑町2-1-10

電話 0422-53-8585 FAX 0422-53-8595

Email: education-center@musashino-higashi.org

ホームページをご覧ください

<http://www.musashino-higashi.org>

保護者勉強会のご案内

教育センターのスタッフがお話しします。

【第1回】 9月17日(木)10時~12時

【第2回】 2021年1月28日(木)10時~12時