守山市 発達支援センターだより

令和７年度 11 月号

令和７年 11 月 10 日発行
守山市発達支援センター（発達支援課）
守山市下之郷３丁目２番５号　すこやかセンター内
Tel：077-582-1158　Fax：077-581-1628

一気に冷え込み、朝晩はアウターが欠かせない季節になりました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。

さて、今号の発達支援センターだよりでは、『「発達障害を知ろう」講演会の開催』のご案内と、コラム『感覚の視点から活動を考えてみよう!』をお届けします。

「発達障害を知ろう」講演会の開催

子どもたちとゲーム・ネット・スマホ
～デジタル機器との付き合い方を考える～

講師：吉川 徹さん
（愛知県西三河福祉相談センター 児童専門監）
日時：令和７年 12 月６日（土） 午後2時から午後4時まで
場所：守山市民ホール 小ホール

子どものころから身近にあるゲーム・ネット・スマホの使い方など生活で工夫できることや依存症について、お話いただきます。

申し込み期間・申し込み方法

10 月 20 日（月）から 11 月 28 日（金）まで、申し込みを受け付けます。右記 QR コードよりお申し込みいただくか、発達支援課にお電話ください。

たくさんの方のご参加をお待ちしております。

感覚の視点から活動を考えてみよう！

❖そもそも『感覚』とは？

人はさまざまな感覚を感じています。目に見えるもの、耳で聞こえるものなど、外から入ってくる情報はもちろん、自分の動きや空腹感など身体の中からの情報も感覚の一種です。感覚と聞いた時に思い浮かぶのは「視覚」「聴覚」「嗅覚」「味覚」「触覚」の五感ではないでしょうか。この他に、あまり知られていないけれどとても大切な感覚として「固有覚」と「前庭覚」があります。

五感は比較的実感しやすい感覚です。一方で、一部の「触覚」、「固有覚」、「前庭覚」は実感しにくく、これらの感覚にまつわるトラブルがあると、気持ちや理屈では解決できない問題が生じて、対応する大人も本人自身も混乱しやすくなります。

固有覚

■自分の身体各部の位置や動き、力の入れ具合などを感じる
■固有覚が働いていると…
　全身の動きが把握、コントロールできる
■固有覚にトラブルがあると…
　こまかな動作が雑、大きな動きがぎこちない etc.
　➡動作が雑で丁寧さが足りない子だと思われがち

前庭覚

■揺れ、傾き、重力、回転などの加速度を感じる
■前庭覚が働いていると…
　体勢が崩れたり、転んだりしないようにバランスがとれる
■前庭覚にトラブルがあると…
　姿勢が維持できない、落ち着きがなくなる etc.
　➡危なっかしく、だらしない子だと思われがち

❖感覚と仲良くなろう

自分の身体をうまく使いこなせなくなっている子ども達は、前述の固有覚や前庭覚、触覚などの感覚の使い方が崩れていたり、ゆがんでいたりするかもしれません。「感覚の使い方」に着目し、「感覚が上手に使いこなせる」ようになれば、「運動」だけでなく「動作や行動」の崩れを立て直すことができたり、まとまりが出てきたりすることも考えられます。

❖いつもの遊びも感覚の視点で見てみると…

バランスボール

身体のどの部分にどのくらいの力を入れれば姿勢が保てるか探る活動になります。
座った姿勢での身体の軸を育てるのに役立ち、机上の活動に集中しやすくなります。

だるまさんがころんだ

合図や指示に合わせて動く–止まる、この繰り返しを楽しむ遊びです。
ピタッと動きを止め、よろめかないよう姿勢を保つには、前庭覚、固有覚、視覚などを総動員する必要があります。大人や友達と一緒に行うことで、他者の動きなど状況を意識する力につながります。

平均台

台の幅と足の位置を把握してバランスを保つ力を育てます。
前庭覚に苦手さがあるお子さんは少し高い場所に登るだけでも怖さを感じることがあり、高さには工夫が必要です。また、落ち着いて動くことが苦手なお子さんの場合は、ゆっくりした足運びを意識できるよう、大人が手をつないだり、声掛けしたりしてみましょう。

トランポリン

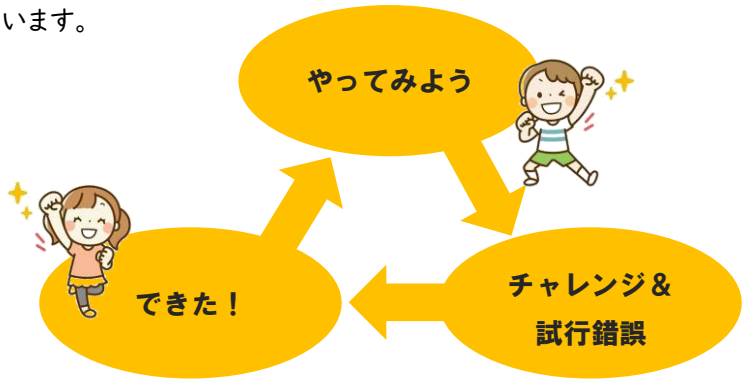
姿勢のバランスを保つ前庭覚と姿勢を保持する固有覚の発達を促す遊びです。

大人が手をつなぐなどして勢いをコントロールすることでより強い刺激が入りやすくなります。大人が一緒に飛ぶことで不規則な揺れが入り、より難易度があがります。跳びながら大人の手にハイタッチするなどアレンジを加えると、ハイタッチする手を目で追うといった目の動きを育てます。

❖夢中になって遊んでいるうちに感覚が育つ

さまざまな遊びの中で、子ども達は「感覚の使い方」を実感していきます。かつては、外遊びなどで感覚を使うことが当たり前でしたが、今は外遊びの機会が減り、遊びに工夫が必要になっています。

「感覚」を養う遊びや活動を考える時には、子どもにとって“楽しく”“ちょうどよいチャレンジとなる活動”を設定することが大切です。子どもが興味をもち、適度に集中して取り組める活動が“ちょうどよいチャレンジとなる活動”であり、この加減はすぐには見つかりません。大人は活動に対する子どもの取り組み方や表情などを観察しながら、試行錯誤して“ちょうどよいチャレンジとなる活動”を探していく必要があります。



そして、“ちょうどよいチャレンジとなる活動”に子どもが自ら取り組み“成功した時の達成感”を繰り返し得ることが、子ども達が「感覚」と仲良くなるために、最も大切なことです。訓練のように“させる”活動よりも、子ども自身が“やってみたい！”と思える活動を提供していくことで、子どもも大人も無理なく「感覚」と仲良くなれるとよいですね。

参考文献
『発達障害の子の感覚遊び・運動遊び』
監修・木村順（講談社）
『子ども理解からはじめる感覚統合遊び』
監修・加藤寿宏（クリエイツかもがわ）

左記の文献は、子どもの好きな感覚・苦手な感覚などのアセスメント、アセスメントに基づく活動の立案などの参考になる書籍です。
ぜひ、一度ご覧ください。