

運動療育について

運動療育のかがやき

管理者 福井 宏昌

ママキラ会開催にあたってのお願い

- ・この会で知り得た個人情報に関わる内容は、秘密厳守でお願いいたします。
 - ・お互いにプライバシーを尊重して頂き、気持ち良いお付き合いができるようご配慮お願いいたします。
 - ・皆さんが気持ちよくお話できるように心がけましょう。
 - ・一人でお話が長くなり過ぎないようにお願いいたします。
 - ・政治・宗教・営利活動等をご遠慮ください。
 - ・無理に話さないといけないということはありません。
- 聞だけの参加でも結構ですのでお気軽にご参加下さい。

ICE BREAK

1. 数集まり

2. 共通点探し

障がいの特性

- 動因の低下

動因とは：目的行動を引き起こす力、駆り立てる力・動機（モチベーション）

一次性動因

- ・ 生得的に持っている欲求
- ・ お腹が空いた、喉が渴いた、寒い、暑いなど赤ちゃんの生理的欲求

二次性動因

- ・ 生後、経験によって学習される欲求
- ・ 社会性の発達との関係が深く、知的障がいでは低下するといわれる
- ・ お友達と同じようにお箸でご飯を食べたい、上手に絵を書きたいなど

姿勢・運動の特性

- 姿勢筋緊張の低さ
- 姿勢保持能力の低さ
- 抗重力活動などの基本的運動発達の遅れ
- 座位での発達の遅れ
- 上肢での広い範囲でのリーチ（到達）活動の低下
- 感覚器官が有効に機能しにくく、認知面の発達にも影響を及ぼす
- 手の探索活動、操作活動の経験不足など

外界への動因が低下しやすく、そのことが全般的な感覚-運動経験の不足となり

全般的な運動発達の遅れにつながりやすい

発達障がい・知的障がいのある子どもに見られる特性

- 多動や寡動、衝動性、注意の転導性など行動面の特性
- 感覚刺激に対する敏感さや鈍感さなど感覚刺激の受け取り方の特性
- 姿勢・バランスの課題
- 上・下肢や体幹、身体の左右を協調させる協調運動の問題
- 手先の器用さ（巧緻性）の問題
- 対人コミュニケーションの問題
- 認知機能の偏り

特性のあり方は
1人1人異なる

子どもへの支援

- 課題指向型の支援（トップダウンアプローチ）

- ＊子どもが「今、何に困っているのか」「何が上手くいっていないのか」に着目し、その困りごとを解決する為の支援

- ＊どうすれば、その困りごとが解決するのかを考え、環境調整や子ども自身の能力の向上を目指す関わりを行う。

- 問題指向型の支援（ボトムアップアプローチ）

- ＊子どもの運動機能や感覚統合の発達について、同年代の標準的な発達段階と比較し、発達が未熟な部分に対して発達を促す関わりを行い、できることの土台を育てる。

- ＊運動療育、感覚統合療法など

「感覚」への理解をふまえる

子どもの発達に大切な感覚

視覚

聴覚

味覚

嗅覚

触覚

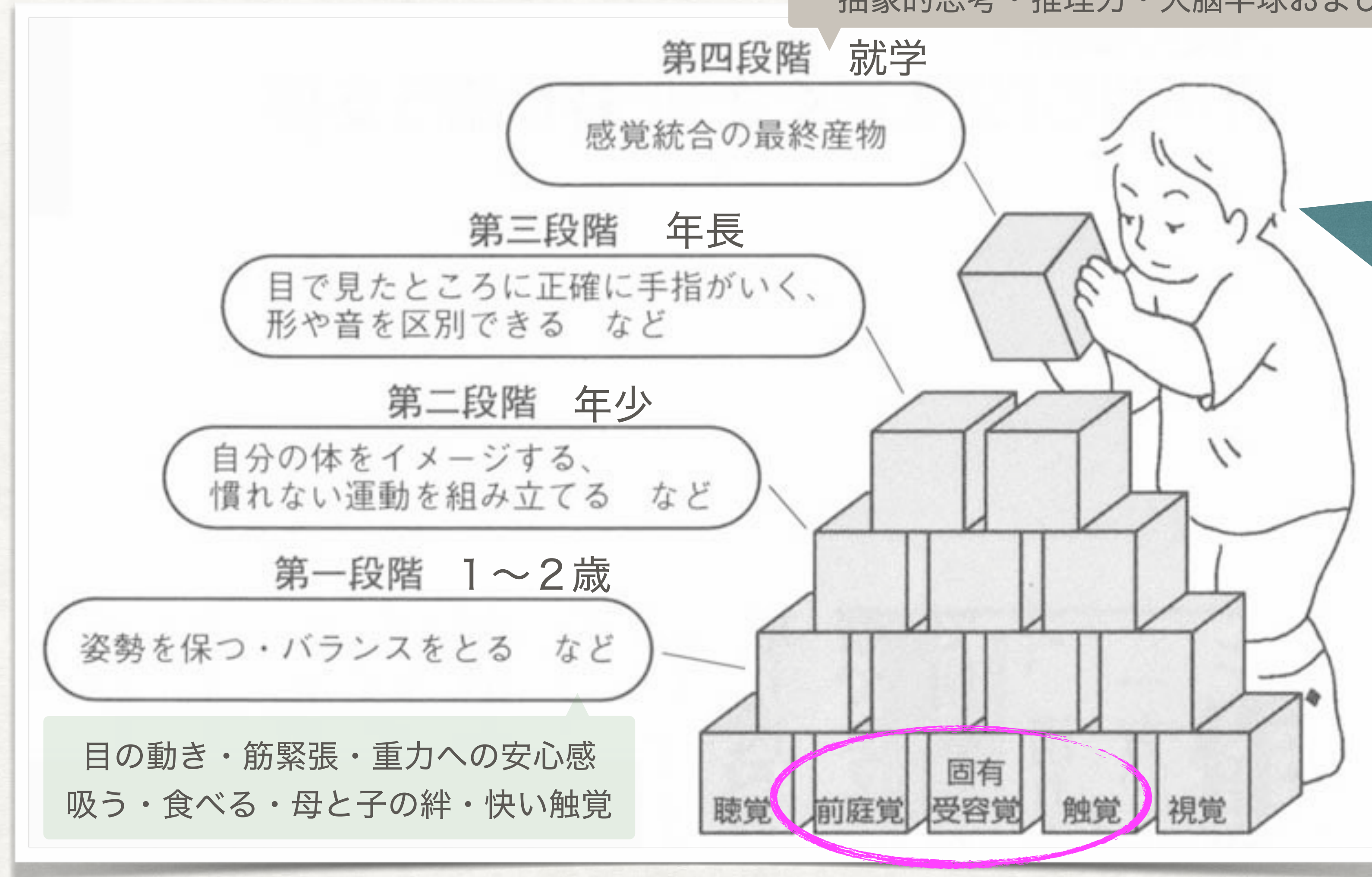
前庭覚

固有覚



子どもの発達過程（感覚統合理論の視点から）

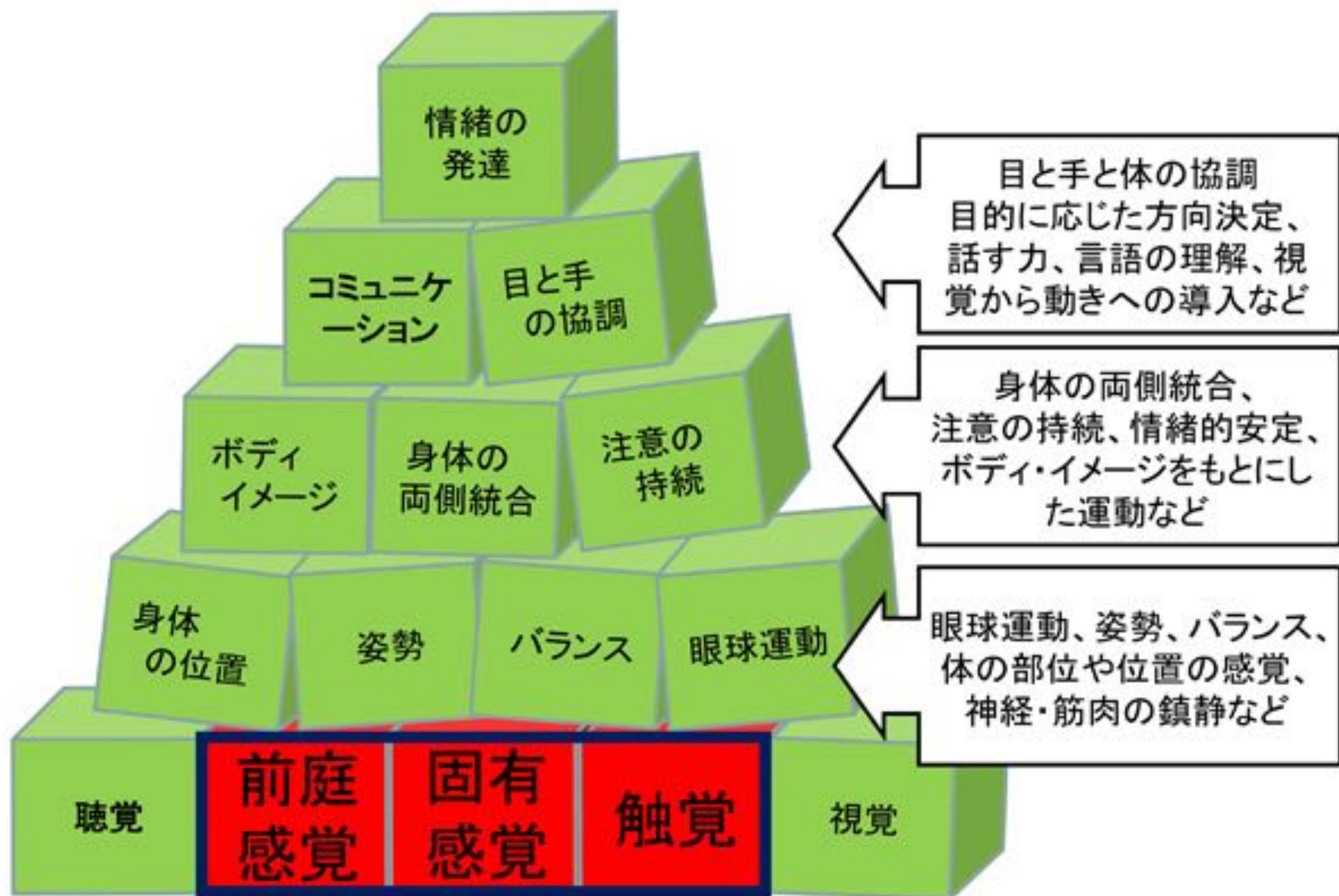
集中力・自尊心・自己抑制・自信・教科学習能力
抽象的思考・推理力・大脳半球および身体両側の特殊化



すべて
あそびを通して
経験され
獲得されます



身体を整えること（感覚統合）によって出来ること



感覚（5感と2感）とは？

5感・・・「視覚」「聴覚」「嗅覚」「味覚」「触覚」

2感・・・＊「固有受容覚」

筋肉や関節に感じる感覚（Ex.見えない部分のボタンかけ）

体の位置や動く時の力の入れ方【加減】を理解する感覚

（発達の役割：運動の調整、身体図式、情動の調整、覚醒の調整）

＊「前庭覚」：三半規管に感じる感覚。自分の頭の位置を感じる、体のバランスを取る、姿勢を保つ、動く時のスピードを理解する感覚。

（発達の役割：抗重力機能の発達、3次元における自分の位置関係でわかる身体図式、眼球運動の調整、重力に対する安心感、覚醒のコントロール）

この2つの感覚がうまく働かないと・・・

座る・立つ・歩く・走るといった日常動作がスムーズにできない。

落ち着きがなく、多動に見える。動きが少なく見える。

WORK 前庭覚（空間認知）を感じよう

- I：ペアになってもらい、Aさんはお手玉を後ろから投げます
- II：Bさんは、椅子に浅く腰掛け、顎を後ろに反らしてキャッチ
- III：足を広げ、股覗きの体制でキャッチ

距離感やタイミング（空間認知）の難しさを感じられましたか？
この困難さが高い所から飛び降りたり、勢い良くぶつかったり、
転びやすさにつながっています。

WORK 固有受容覚を感じよう

I：ペアになりAさんは、手を組んで目をつむります。

Bさんは、指を軽く押してあげます。

Aさんは何指を押されたか当ててください。

II：今度、Aさんは手を組んでから捻って、もう1回。

III：足の指でもやってみてください。

気づかない所でも人は、視覚に頼りきっています。

しかし、この固有受容覚は感覚統合にととても大事な役割をしています。

固有受容覚は、トレーニング次第で拡大します。

（イチローは、バットの先までが手）

触覚の発達の役割

- ・ 防衛機能

痛覚は危険から身を守るのに必要



- ・ 判別機能

道具を使う時
手指の触覚は大切



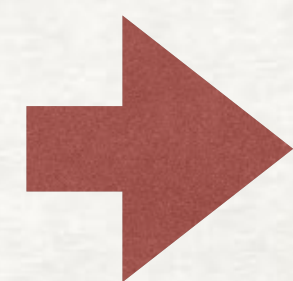
- ・ 触覚的外界探索
原始的 識別的

- ・ 覚醒の調整

- ・ 身体感覚
空間的定位 身体図式

- ・ 心地よさ・情緒的安定・愛着・対人交流の基盤

- ・ 情緒の安定・信頼関係



手づかみ食べ、砂場遊び、粘土などの
触経験は、とても大事！

覚醒を調整する感覚刺激の例

	前庭感覚	触覚	視覚	聴覚	嗅覚・味覚
UP	速い 高い 不規則	フワーツと 痛み 瞬間的	明るい 速い動き	高い音 速いスピード 金属音	酸味 辛味 ミント 柑橘系
DOWN	ゆっくり 低い 規則的	人肌 触圧覚 持続的	薄暗い ゆっくり 薄い色	低い音 単調 柔らかい音	甘み バニラ 墨

身体図式の発達

- 自分のからだは、どんな形でどのように動いていて、どのように止まっているのか・・・
- その都度、目で見て確認しなくても、分かる自分のからだ
- 思いどおりに自分のからだを乗りこなすために大切な能力



感覚統合とは

- 感覚統合は、すべての人に自動的に起こっている。
- それを私達は当然のことのように思い、普段意識していない。
- 脳がたくさんの感覚情報を取り入れ、組織化し1つの統合された全体的経験とすることを感覚統合という
- 感覚統合が上手くいっていると、適応反応が起こる。
※適応反応：その時々状況に応じた立ち居振る舞い

ある日常のシーン

聴覚

「ガシャン！」

視覚

「あっケーブルだ！」

前庭覚（バランス）

「おととと・・・」

触覚（つま先）

「コツンとあたった感じ」

固有受容覚

「ひっかかった感じ」



- 適応反応：
 - 片付ける
 - 助けを求める etc
- 適応反応でない例：
 - 泣く
 - そのままやり過ごす
 - パニックになる
 - 人のせいにする
 - モノにあたる etc

・ 感覚に偏りがあると ・ ・

感覚	鈍感	過敏
視覚	動いている物を目で追いかける 捕まえることが苦手	周囲の物をあちこち見てしまい 気が散りやすい
聴覚	人の声の聞き取りが苦手 呼んでも振り向かないことがある	大きな音・特定の音が苦手
嗅覚		「くさい」とよく訴える
味覚		極端な偏食がある
触覚	怪我をしても痛がらない なんでも手で触る	触れられることを嫌がる 粘土・泥・砂遊びなどを嫌がる 歯磨き・爪切りを嫌がる

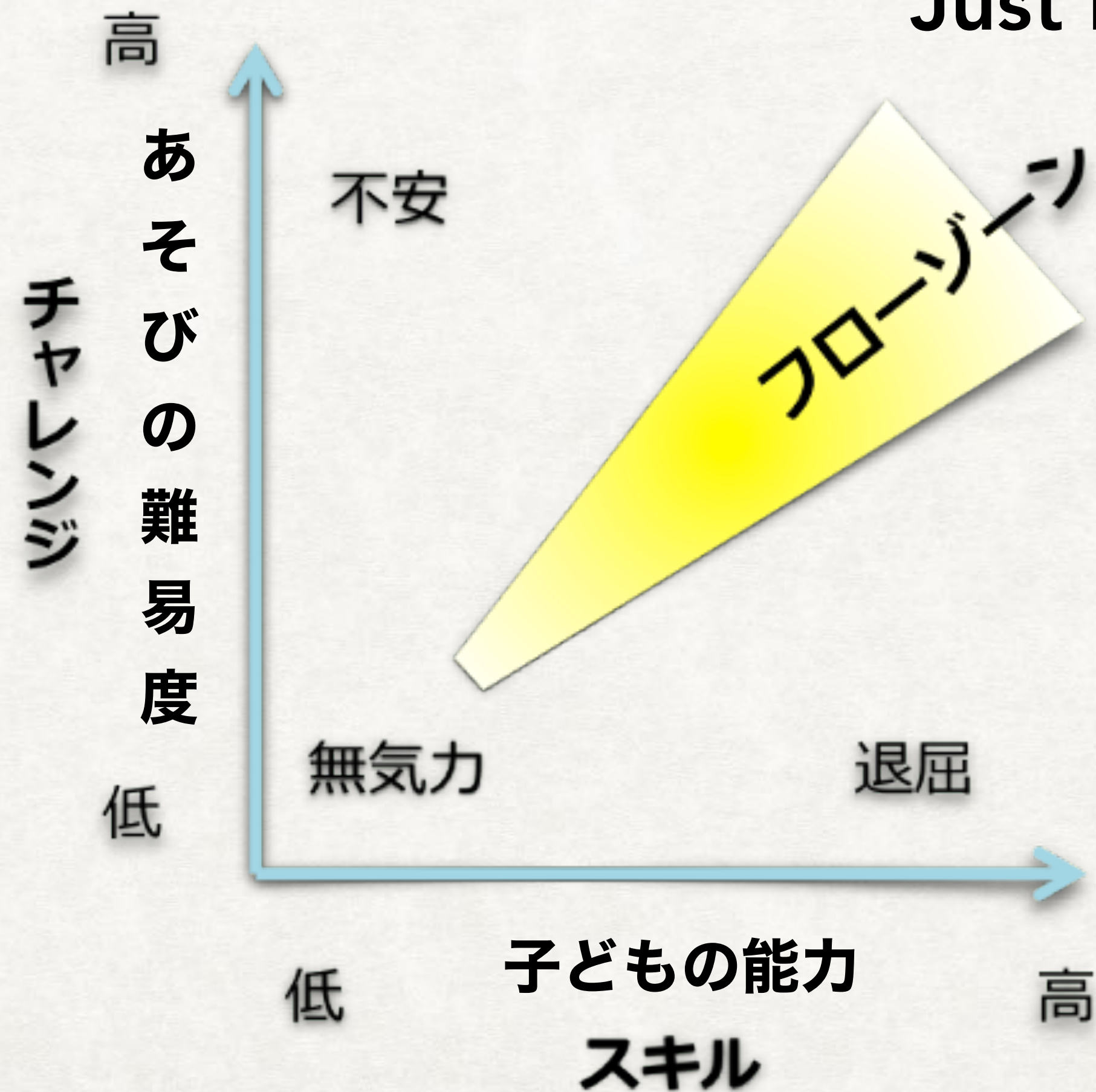
感覚	鈍感	敏感
固有覚	必要以上に力を入れて遊ぶ 不必要な時に跳びはねたりする つま先立ちで歩いている 物をそっと持つ・扱うことが苦手 Ex.バナナ・クレヨン等を握りつぶしてしまう 小さい子を撫でようとして叩いてしまう	肘や膝など関節にうまく力が入らない (体がグニャグニャしている印象) しっかりと力を入れて物を持てない
前庭覚	回転する物を見つめることが多い 頭を振る・体を揺る行動が多い Ex.いくら動いても満足しない ブランコ等が大好きで飽きずに乗っている 高い所が平気で怖がらない よく転ぶ	滑り台や階段を下りるのを怖がる バランスを崩しやすい、転びやすい 姿勢が崩れやすい

子どもの能力とあそびの内容のつりあい

フロー理論概略

面白さ・楽しさは
Just right challenge

成功体験
スモールステップ



感覚統合の視点を取り入れたあそびのポイント

- 必要な栄養分（感覚刺激）の種類と量を見極めること
- 栄養（感覚刺激）たっぷりの食事を消化（統合）しやすく調理しておくこと
- 思わず食べたくなる（遊びたくなる）ような工夫をすること
- 食べさせて（経験させて）あげるのではなく、“自分で”食べる（経験する）ように促していくこと
- 無理やり食べさせ（経験させ）ないこと
- きちんと消化した（統合した）か確認しておくこと（適応反応）

発達障がい・知的障がいのある 子どもへの支援の実際

行動の特性に対する支援

- 多動や寡動、衝動性、注意の転導性など子どもの行動の特性は、環境の相互作用により適応行動に影響する。
- 環境に働きかけることで子どもの適応行動の変化を促すことも可能
- 行動の変化により、子どもの「できる」経験を増やす

支援例

- 覚醒が低く、ぼんやりしていたり、なかなか物事に集中できない時
⇒ウォーミングアップの活動により、覚醒レベルを適度に調整し、次の活動に備える

支援例

- 覚醒状態が高く（過覚醒）多動や衝動性が認められると考えられる場合
⇒適度な覚醒レベルに調整するための工夫をする。
 - 刺激が少ない空間に移動する
 - 子どもが好きな感触に触れる
 - 好きな絵本などを見る
 - 触圧覚を感じる（抱きしめられるような感覚）
 - カーテンを閉める、照明を落とす、間接照明にする
 - 大人は、ゆったりとした低めの声で話しかける

感覚刺激の受け取り方の特性に対する支援のポイント

- ・ 鈍感タイプ→本人の好む感覚を満足するように入れる

Ex. ☆運動遊びや触感を楽しむ遊びで適切に感覚を取り込む

- ☆飛び跳ねたり体を揺すったりし続ける子→筋肉や関節を押す、軽く叩く
強めに撫でてギュッと力を入れるなど外側から感覚を入れる
- ☆視覚・聴覚が鈍感→個別に目を合わせたり体を触ったりして話しかける

敏感さがある子どもに対する支援のポイント

- ・ 敏感タイプ→☆苦手な感覚刺激をできるだけ取り除くor軽減する

Ex. ・ 棚を布で覆い隠す、ついたて等で仕切る、大人の声や動きを制限する

- ・ 服のタグやのり等特定の感触に敏感→タグを切り取る、スティックのりにする

☆子ども自身が感覚刺激をコントロールできること

- ・ 主体的な体験であること

☆無理に慣れさせようと思わないこと

- ・ 安心して体験できること

☆受け入れられものから丁寧に段階づけすること

- ・ 高さ、安定性、スピード、素材など

☆認知的側面への配慮も大切にすること

- ・ 見通しを持てること、知的好奇心を満たすことなど

2 感に敏感さのある子どもに対する支援のポイント

2 感に敏感な子ども：動きたがらず、体の力を抜いて
ゴロゴロしていることが多い

→安心できる感覚を見極め遊びを設定し
自分から遊び出すのを待ってみる

※ゴロゴロしているのも遊びと捉えて見守るなど安心することで
過敏さを軽減させる視点も大切

触覚の敏感さへのあそび支援

- 子ども自身への支援
 - ・ 生活の中でできるだけ多くの触覚経験を
 - ・ 楽しいあそびの中で経験することが大切
 - ・ 自ら触れる経験から始める
 - ・ 触圧覚や固有受容覚刺激を合わせて用いる



姿勢バランスの発達

豊かな前庭感覚・固有受容感覚を含むあそび



姿勢バランスの発達

豊かな前庭感覚・固有受容感覚を含むあそび



日常生活の中での触経験

- 自然に触れる：木、樹皮、木の葉、木の実、草、土、砂、石、花、トゲ、水、氷、雪、霜、風 etc



- 生き物に触れる：動物、昆虫 etc



- 食材に触れる：野菜、果物、米、豆、肉、魚 etc



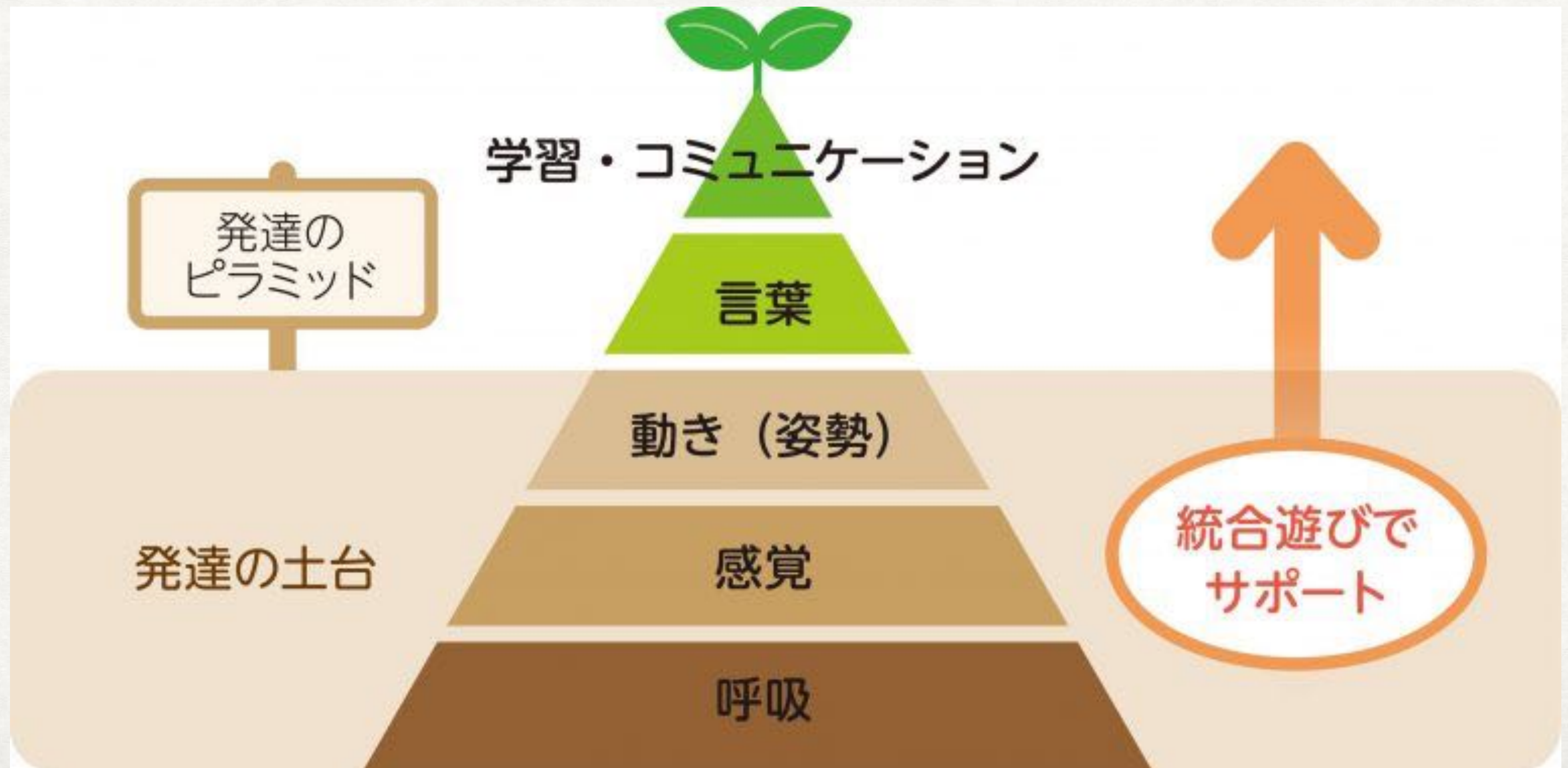
さまざまな能力の発達を促すおもちゃあそび



子どもの健やかな育ちと環境

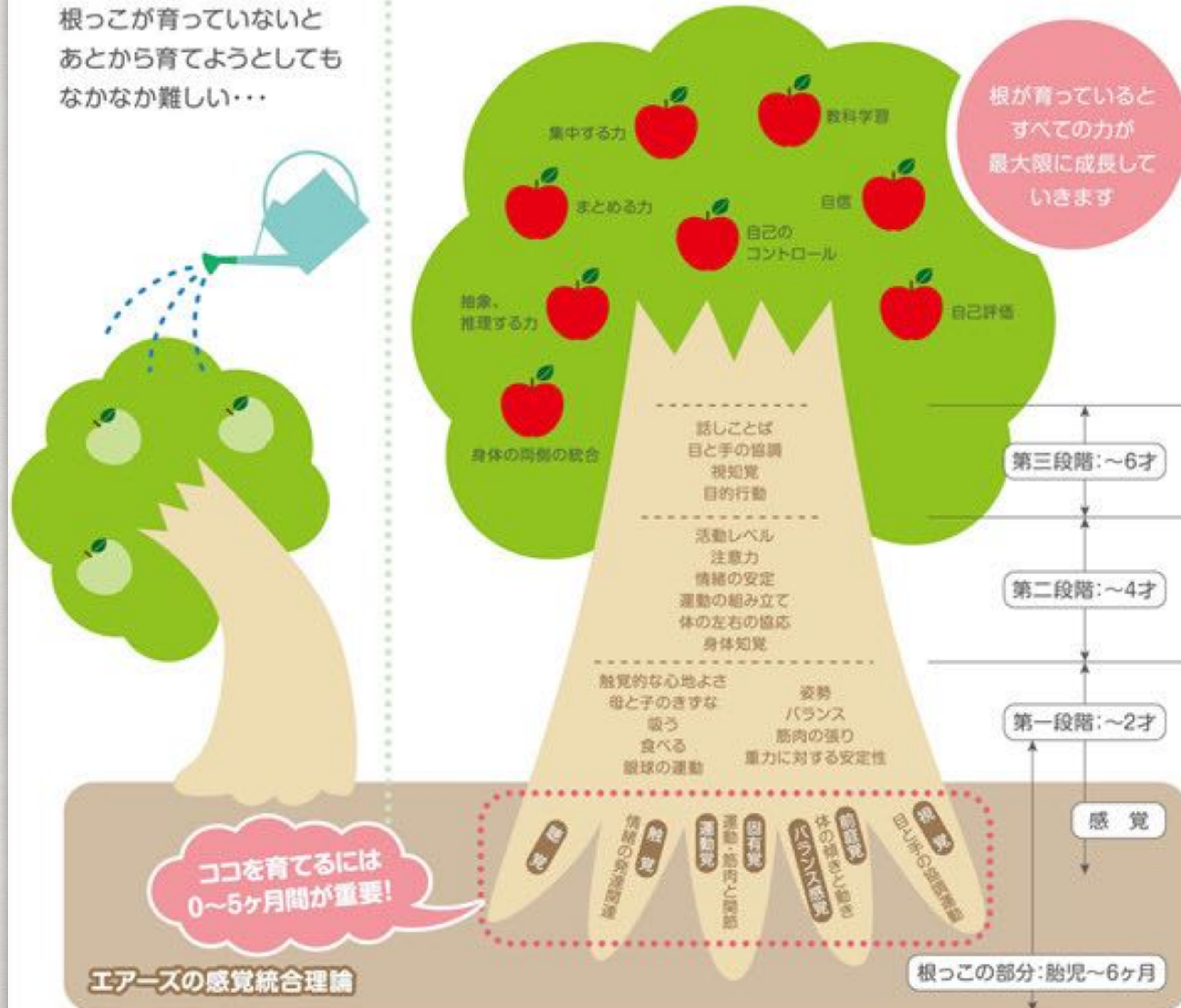
- 内発的な動機
 - ・子どもが自ら「やりたい」と思う気持ちのこと
 - ・好奇心や興味に基いて、何の報酬もないけど心の中から湧き上がる「やってみたい」という気持ち
 - ・全ての子どもは、内発的な動機を持っています。
- 環境
 - ・子どもの動機を満たす環境の大切さ
 - ・豊かな感覚・運動経験を提供できる環境がとても大切

発達のパラミッド



脳の成長を木にたとえると・・・

根っこが育っていないと
あとから育てようとしても
なかなか難しい・・・





みんな違うから輝くんた

— グレイテスト・ショーマン