

ひまわりからの メッセージ

50号
2015.5.11
西濃園城
災障に支援
ひまわり
発行人：中野にみ子

時代の 行く末



大学時代、同じ下宿ですした仲間、会があつて、先月、上洛しました。会った瞬間に、何十年もの時を経て、まるで昨日まで一緒にいたかのように打ちとけ、夜明けまで話が尽きませんでした。下宿での様々ないたずら事件や、お金がなくて白米と漬物で空腹をしのいだこと、各々の実家から送られてくる食べ物に皆が集まってまたたく間に平らげたことなど、貧しいがうこそこの連帯感がありました。

大学を卒業して、私は所沢にある国立施設の職員になりました。「厚生教官」と辞令にはありました。アメリカの施設を模して造られた国の施設ですから、広大な敷地に建てられ、周りには雑木林が広がっていました。当時の

施設は国立といえども貧しく、子どもたちの衣類は寄贈された物も多く利用させていたものでした。下宿の友人たちも協力をしてくれて、後で自分の着る服がなかったという後日談も聞き、笑い話になったことでした。

今、世の中は大きく変わって物があり余る時代になりました。障がいがあるからという理由で親元を離れて生活する子は殆どなくなりましたが世の中には虐待やネグレクト、いじめ、親の手による殺害事件などのニュースがあともたちません。

昨今は、朝食を食べてこない子、スナック菓子に頼る子など、食生活の乱れも氣になりますし、仲間同士の遊びを知らない子もふえ、ゲームやスマホ依存も社会問題化しています。

この時代、私たちは大人として何ができるのでしょうか。

私たちは自分の楽しみや、自分の仕事や、自分自身のことと優先させすぎでないでしょうか。子どもたちと、きちんと向き合っているでしょうか。今、大人たち一人ひとりが真剣に子どもたちの将来を考えるべき時代に来ているのではないかと思っています。

目で見る機能とは

～困っている子に

気づくために～



先日、オフトメトリストの谷口先生にお目にかかった折に、「中野先生から高学年の生徒さんを紹介されますが、かなり本人が大変だったろうなと思うケースが多いですね」と言われ、心が痛みました。学習障害とか学業不振と思われ、本人の努力不足だと言われつつけてきた子どもたちが、視機能に問題もかかえて困っていたとしたら？ 私達の認識が欠けていたことで、子どもたちも追い込んでいたとしたら……と。

私の三人目の孫は仮死がありました。短かい時間でしたが、仮死が目の機能に関係してくるということも聞き知っていましたので、乳児期から物ととらえる力はどうか、追視はできるか等々、気にかけてきました。が、寝返りが遅れ、立位、歩行も進みませんでした。月齢が進むにつれて両方の瞳の動きが明らかにちがってきました。小児眼科にか

かり、眼鏡を作りました。道ですれ違う老齢のご婦人たちに「かわいそうに……」と声をかけられることも多くあったようですが、少しずつ視機能も育ってきて、歩けるようになり、五歳になった今は、近くでの両眼視は可能になってきたようです。

目で見るということとは、視力だけの問題ではありません。けれども眼科のお医者の中には、まだまだ理解されていないことも多く、英語圏の国に比べてビジョントレーニングが遅れているのが日本の現実のようです。

今月は、北出勝也さんの著作「学ぶことが大好きになるビジョントレーニング」の中より、視機能について紹介してみたいと思います。（出版：図書文化社）

私たちは多くの情報を目から得ていますが、他の人と比べることができないので、自分の見えにくさには気づかないものです。子どもたちも、本が読めない、漢字がうまく書けないのが目で見る機能のせいだとは思っていないし、周りもそう思っていないので、「もっと努力しないからでしょ」とか、「何故できないの？」と言われて、自信をなくしてしまっている子が少なくないでしょう。

視覚機能というのは、「見ることを活用するための総合能力のこと」で、大きく分けて二つの機能があります。一つは視覚情報を脳に入力する機能で、視力、眼球運動、両眼のチームワークなどのことをさします。もう一つは、視覚情報も脳で処理する機能で、視覚空間情報を認知してイメージする機能や自分の体や体の動きをイメージすることさします。

視覚機能は通常は六歳位までで土台ができて上がりといわれていますが、改善は大人になってもからでも可能であるとのことですから、中学生になってから気づかれたとしても、あきらめずにトレーニングしていくといいと思います。

昔の子どもの遊びの中には、眼と体を使うものがたくさんありました。広い所で追いかけるをしたり、ボールあそびをしたり、おはじきやけん玉、お手玉、羽根つき、ビー玉あやとり等々、どれも目と体を使うあそびです。積み木やブロックなど視空間認知のトレーニングにもなる遊びともいえます。



視覚機能のチェックと背景の問題

北出さんの着書にあるチェックリストと背景として考えられるものを記述してみます。

①音読の時、行をとばす、同じ所を何度も読む、途中でわからなくなる。

②読むとき、非常に時間がかかる。

③読むとき、大きく頭や体を動かす。

④近くを見る時頭を斜めにして見る。

しやりに目をこする。

⑤板書に時間がかかる。

⑥文字がマスからはみ出す。

読めないくらい形が整わない

⑦筆算で桁を揃えられず位がずれる。

⑧投げられたボールをうまく受け取れない(眼球運動)

⑨はさみで直線上や曲線上がうまく切れない。

(手先の器用性、目標をしつかりと与える力とも関連)

⑩作業や話を聞く時など集中して見られず、たえず視線を動かす。(注意、集中の問題と関連する)

眼球をスムーズに動かせない。

両眼のチームワークに問題がある。

眼球運動と手の動きの協調

⑪書くことが苦手。漢字がなかなか覚えられない。

鏡文字になったり、似たような漢字をまちがえる。

(文字の形、上下左右の方向性の理解、線のまじわり方の理解、イメージする力などに弱さ)

⑫図形の問題が苦手を書くのが苦手な図形がある。

(図形の形の認識、イメージする力の弱さ、三角、ひし形を書けない場合、斜め方向の形の理解の難しさ)

⑬計算はできるが文章題は難しく答が出せない。

(文章の意味を読み取って出来事をイメージするのが難しい)

⑭ダンスや体操でまねをして体を動かすのが苦手

(自分の体の動きをイメージするのが難しい)

⑮見たものや人物、ものの形などを描くのが苦手

(外の世界を抽象化してイメージするのが難しい)

⑯靴など生活の中でまちがえる。

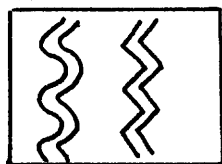
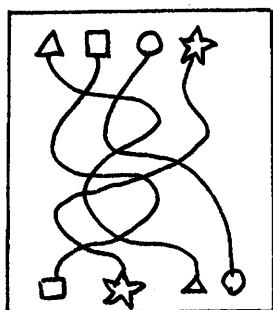
(体の右半身と左半身があることの理解)

※①～⑩は、入力機能とかかわる問題で、⑪～⑯は、処理機能とかかわる問題である。

①～⑩にYESの答があった場合には、追従性眼球運動(対象をゆっくりと目で追う)、跳躍性眼球運動(必要が場所にバツバツと素早く眼球を動かす)、両眼のチームワーク(両眼の方向をそろえて見る)などのトレーニングを行い、⑪～⑯にYESがあった場合には、視空間認知のトレーニングやボディイメージトレーニングに取り組むことになります。

△追従性眼球運動トレーニング△

これは、眼と手を一緒に使って線や物をたどる課題が中心となります。線迷路など、線がつながれた同じ物を、最初は指でなぞり、できたら、目だけ動かして(首は動かさない)次に往復といった具合です。線がなぞりも、線と線の間をなぞったり、図形の外をなぞったり、鉛筆の先をしっかりと見えます。



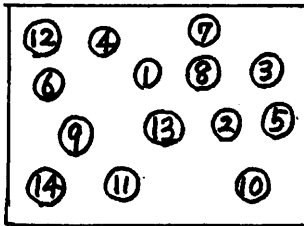
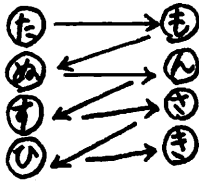
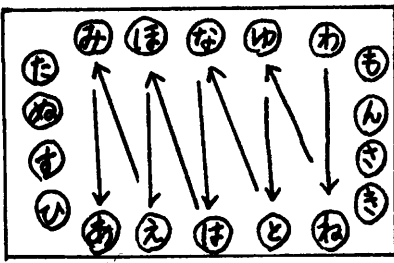
こうがってくるボールを手でキャッチしたり、コップやお玉でキャッチするのもトレーニングの一つですし、お手玉を片手で投げて反対の手でキャッチするのも遊びとして使えます。

へ跳躍性眼球運動トレーニング

これは、ある一点から別の一点までジャンプするように、目をすばやく動かすトレーニングです。

自分の指先を左右、上下、斜めなどパツと目を移して見ます。メトロノームに合わせて行うのもいいですね。

又、数字やひらがなも、タテ読みしたり、ヨコ読みをしたりすること、文字をランダムに書いておいて、文字探しをしたり、単語をさがしたりすることもできます。

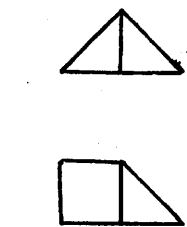


小さい数から順に……

へ両眼のチームワークトレーニングへ
両眼は、遠くの物を見る時は両眼の位置は平行になり、近くを見る時は両眼の向きの角度は鋭角になります。正面から見て寄り目になり、対象が一つに見えるようになればいいのですが、これはなかなか難しく、まずは、指先を少しずつ顔に近づけて眼を寄せていくところから練習をしていきます。

へ視空間認知のトレーニングへ

視空間認知の力は、形のある物を見て、触れて、動かし、また見るといふ繰り返して育っていくもので、初期のトレーニングは、見本の形を見て、さわってみて、見本の形を再現するということを繰り返すということになります。本では、テングラムパズルを使っていますが、厚紙などで三角や四角の形を作っておいて、見本と同じ形を構成してみるところから始めてはいかがでしょう。



目で見ながら同じ形を作っていくことが出来るようになったら、今度は一定時間見て、記憶して再現してみるといったことにも挑戦していけ

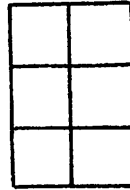
るでしょう。

記憶することができるようになったら頭の中で図形を反転させて再現するというイメージトレーニングもやっていくと、図形や物づくりなど、生活の様々な場面で活用できるはずです。

私は子どもたちの発達に応じてマス目を変えながら記憶あそびもやっています。



↓
マスの
どの動物が
いたでしょう。



子ども達が楽しんでできる工夫があると思います。

へボティイメージトレーニング

体の動きがぎこちない、運動が苦手、細かい作業が苦手という人の場合、自分の体もどの様に動かすのか、頭の中でイメージできていないことが多いのです。自分の体の左右、上下が認識できると外界の上下左右の認識も正しくできないことになります。

まず体を安定させること、バランスがとれることができません。

のかどうか。次に細かな動きですが、体の細部がよくわからない子には、「右足を動かそうね」と触って教えていくことも必要でしょう。

向き合ってモデルを見て真似ることが難しいのであれば、大きい鏡の前で大人と同じ向きで始めてみると思います。バレエ教室のように……。

さて、少しは参考になったでしょうか？、学習面や体操などの運動面、細かな作業に困り感のある子の中には目で見える機能の困難さを抱えながら、本人の努力不足だと言われ、自信をなくしている子がたくさんいます。

子どもたちの困っている原因を早くつきとめて、学習の基礎の部分を楽しみながらトレーニングができるといいなあと思います。

にだし、乱視、斜視などのある場合、眼科で診てもらって眼鏡など調整を行ってからビジョントレーニングを始めることは、忘れないで下さいね。

お知らせ



六月の例会は、十五日(第三)です。間違えないで下さいね!!