

# ひまわりからの

## メッセージ

15号

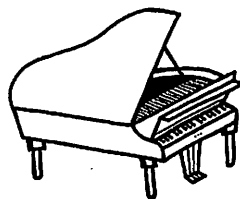
2012. 6. 12.

西濃園域  
発達障がい支援センター  
ひまわり

発行人: 中野にみ子

### 音楽を

#### 心の支えに



小学校の頃から登校しぶりのあったMさんが、久しぶりに訪ねてきてくれました。すっかり少年らしくなって、口数の少ない彼が、学園のホールのピアノを見て目を輝かせました。「弾ける？」とたずねると、鍵盤に向かって弾き始めました。左手の和音が違うとすぐに弾き直し、嬉しそうに自分の音の世界にひたっていました。

Mさんのピアノを聴きながら、遠い昔にジュリエット・アルビン女史のチェロを真近で聴いた日を思い出しました。

「音楽療法」が日本ではまだ耳新しかった時代でしたがアルビン女史のチェロは私の心に静かに豊かに染み入り、音楽は心を癒やしてくれるものであることを実感させてくれました。もう四十年以上も前のことです。

私の父は四十歳を過ぎて授かった一人娘が自分たちの死後の心のなぐさめにしてくれれば……と、ピアノを習わせてくれました。十二年間も習いながら音楽大学に進まなかった私でしたが、夏になると国立音大くにたちに出かけて、リトミックやソルフェージュ、即興演奏などを学びました。そして、その縁で音楽療法にもアルビン女史にも出会ったのです。

けれども私は、音楽療法士にはなりません。自分自身の音楽の力が余りにも貧しいことを知っていたからです。

Mさんに触発されて、久しぶりにピアノに向かいました。シヨパンやモーツアルトの世界とは程遠くなってしまったけれども、遠い昔の両親の思いは、確かにありがたかったと今にして思いました。

私は音楽が好きでたまらないという人間ではありませんが、Mさんにとって、今、音楽はよろこびであり、とても大切なものなのでしょう。いつまでもピアノの前から離れようとしないうちにMさんでしたが、これからきっと前向きに歩んでいくに違いない、いや、そうなってほしいと思つたことでした。

# 作業療法って？

## 感覚統合の考えかた



五月二十六日に、保育士さんや教員対象の「感覚統合」の講習会を開き、百二十名もの参加者がありました。講師は、関ヶ原病院の作業療法士の山口清明先生にお願いをしました。

お母さんの中には、「息子も作業療法に通っています」という方も多いと思いますが、もしかしたら、誰かに勧められたとか、余り分からないままに通っていらつしゃる方も多いのではないのでしょうか？

作業療法の「作業」は、仕事という意味ではなく、人が生まれから死ぬまでに行う行動の全てをさします。それがうまく行えるように手助けしていくのが作業療法士（OT）と言われる人たちです。病院に勤め、医師からの指示でリハビリテーションを担当する専門家です。

作業療法の分野としては、①精神障がい ②身体障

がい ③発達障がい（小児）④老年期障がいなどがあり、病院によっても対象とする分野が各々ちがっています。西濃圏域では、揖斐厚生病院、関ヶ原病院、西養濃厚生病院が小児を対象とする分野をおいています。

作業療法の効果として、リラクセス、不安の軽減、感情のコントロール、注意力・集中力、学習効果、人とのコミュニケーション、集団での対人関係、生活技能等々があげられますが、小児の場合には、「感覚統合療法」が主流であらうと思います。

では、感覚統合って何でしょうか？

アメリカのエアーズさんという女性の作業療法士が学習障害の子どもたちに効果的であると発表し、ホールパー、ハンモック、スクーターボードなどといった感覚統合に効果的とされる遊具が日本に入ってきて、爆発的に広まりました。療育施設には、遊具が備えられ、その遊具を使って遊ぶことで感覚統合になるのだといった風潮も生まれました。

しかし、本当にそうでしょうか？少し考えをまとめてみようと思います。

ます。「感覚」と聞くと、皆さんは何も思い浮かべられるでしょうか？ 私には、五感と言われる、視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚を思い浮かべました。

しかし、それ以外の感覚として、前庭覚とか、固有受容覚とも言われるものがあることをご存知でしたか？ 私のも最初に聞いた時は、「何それ？」と思いました。でも、前庭覚というのはバランスや重力、線加速度に関係している感覚で固有受容覚は筋肉を使う時や関節の曲げ伸ばしに関係していると言えば、少し納得できるのではないだろうか。

前庭覚は地球の重力に適応し、空間の中で自分の体がどちらの方向に向かっているのか、自分の体がどこにいるのかを感じるとる役割を果たしている。耳の奥の内耳の前庭というところで生じます。不規則な強い揺れを感じると気持ちが悪くなったりするのもこの感覚が関係しています。固有受容覚は、深部感覚とか運動覚とも呼ばれます。触覚の受容器（センサー）が体の表面近くにあるのに対して固有受容覚のセンサーは筋肉、腱の中や関節の周囲などにあつて、体の内部の情報を脳に伝える役目を果たして

います。例えば、静かに立っている時でも足の裏や膝、股関節などから、体重のかけ方や力の入れ具合などの情報が送られますし、重い物を持つ時でも、どの位の力を出せばいいのか、筋肉や腱から脳へ情報が送られます。また全身の動きばかりでなく、例えば見えない部分のボタンかけでも、視覚に頼らずに指を動かす筋肉や関節からの情報によって見なくてもボタンがかけられるわけです。

この固有受容覚は、意識されないものですが、私たちが様々な行動をしていく時に重要な感覚であることはわかっていただけたのではないだろうか？

感覚統合の基礎になる感覚は、触覚と前庭覚、固有受容覚であると考えられ、そういった感覚を統合し組織化していくのは、当然脳のはたらきということになります。（もちろん視覚・聴覚も大切です）

赤ちゃんの発達を考えてみましょう。ママに抱かれ、心地よく感じるのは触覚です。もちろんママの声を聞き、真近でママの顔を見て、快・不快の感情をもっていくます。最初は首もすわっていませんが、次第に重力にやからって手足を動かすようになって、空間と自分の体の関係が

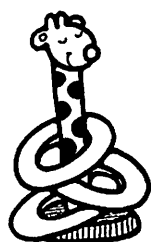
わかるようになってきます。そして寝返ったりハイハイができるようになってくると、体の地図(身体図式)といって自分の手足や胸、頭がどこにあり、どのように動くかというイメージが正確にわかるようになってきます。家の中を自由に動き回れるようになり、空間における自分の位置や、物と自分との関係や距離などがわかるようになってきます。姿勢やバランスが育ってきて、どのように手を伸ばせば、おもちやに手が届くのか、どの様にすれば倒れないかなども分かってくる。運動企画(運動の組み立て)も上手になってきます。立ち上がったリ、歩いたりすること、「上」「前」などの方向の認知も育ってくるでしょう。

赤ちゃんよりも二歳児、二歳児よりも四歳児の方がよりスムーズな動きができるのは、実は脳の中で感覚統合が進んでいくからなのです。

幼児期には、遊びを通して育っていくのですが、小さい時から触覚過敏があったり、聴覚や視覚で図と地の関係(背景から必要なものを見たり聞いたりする)がうまくいかない場合など、感覚統合のむづかしさが推測されます。

砂あそびや製作でのりを使うことなどが苦手(触覚)大きい音や掃除機やエアータオルが怖い(聴覚)つま先歩きばかりしている、重い物を持つのが苦手(固有受容覚)回転あそびが大好きでいつもグルグル回っている(前庭覚)というような子どもの姿や、重力不安といって、足が地面からはなれることを怖がる姿など、感覚統合に問題がある場合があります。

では、嫌なことにも慣れさせなくては……と考えて、泣いてもやらせればいいのかというと、そうではありませんね。フランクを怖がる子やジャンクジムを怖がる子に無理にやらせれば、不安からますます嫌いになってしまいます。どうしたら、やる気になせられるか、どうしたら不安にならずにできるかを考えないとだめですね。もしかしたら、姿勢を保ったりバランスをとったりする遊びの方が必要かもしれません。保育士さんであれば、「くができません」ととらえるのではなく、何故かなあ……と子どものようすから考え直してみてもいいですね。



ところで、先日の講演会では、保育士さんの参加が圧倒的に多くて、学校の先生方は少数でした。けれども感覚統合に問題のある子は、学校でもっと困っているのです。

「きちんと座りなさい!」「姿勢が悪い!」

「先生の話を聞いて!」「もつとていねいに書こう!」

この様な子どもはたくさんいるはずですが、私は学校の先生方にこそ、感覚統合のことをもっと知っていただきたいと思っています。センターの親の会のお母さん方は、どのように自分のお子さんについて先生方に話されているでしょうか?

感覚統合がうまくいっていないと気づくのは、四ら五歳すぎです。もちろん、それまでも感覚の過敏性といったことで育てにくさを感じておられた場合もあるでしょうが……個人相談などで「授業中、ボートとして話を聞いていません」とか「すぐに集中力がとぎれます」とか「片づけできません、必要なものを見つけないのもむづかしくて、授業中困っています」と、等々の話が出た場合には、単なるしつけの問題や育て方の問題だけではないと考えた方がいいと思います。

小学校で子どもたちが困ることの一つに片づけがあります。では片づけには、どんな力が必要でしょうか?

私たちが家と引越した時のことを思い浮かべてみましょう。最初にスプーンをどこに?とか下着は?などとは考えませんね。まずは大きな家具をどこに置くのかと考えるはずですが、つまり片づけるには、何から始めるかという順番(順序性)がまず必要です。そして空間のどの位置に置くのか、空間の広さの認識も必要です。人は、自分の体の動きや重力の感覚が統合されることで空間を認識し、視覚的にイメージする力がそなわってきます。

片づけができない子は、もしかしたら部屋の中の地図が頭の中にイメージできないので困っているのかもしれない。又、片づけるためには集中力も必要ですから、外の音などにすぐ注意が向いてしまつお子さんの場合は、片づけが最後までできません。一つ二つ片づけたら終りということになるかもしれません。

つまり、片づけるためには、前庭覚や固有受容覚、視覚などの働きがうまく統合される必要があります。実際に物をどんなふうを持った方がいいかという体験が必要

な場合もあるでしょうし、目印となる柵を用意してあげたり、視覚的に柵や部屋の写真をとって貼っておくような視覚情報や順序性を知らせてあげることにも必要かもしれません。集中力の問題を考えると、片づける物の量も考えていかなければならないと思われれます。

授業で必要な物がさがし出せないお子さんに、お母さんが教材毎に色分けのテープをはって見やすくしたということも聞きました。図と地の関係がうまく分からず、物をえらんで取り出せない子の場合は、当然板書の工夫も必要でしょう。

授業中、ボートとしていて話を聞いていない子の場合は覚醒レベルが低くて、脳はまだ眠っている状態かもしれません。私たちが眠気におそわれた時に体や肩、手などを動かしますが、子どもたちにもちよつと手足を動かしてみても脳を目覚めさせてあげること、やってみて下さい。

小学校へ行くと、姿勢の悪い子に多く出会います。その子たちにきちんと座るように言うと、少しはできますがすぐに姿勢がくずれてしまいます。先生方は、不まじめだと思われるようですが、本当は姿勢バランスの初期の

段階が十分に育っていない子どもたちなので、姿勢に集中しようとする、どこかが抜けてしまいます。

このように子どもたちの行動の背景にあるものを探っていくと、今まで「何でできないの?」と叱っていたことも、酷なことだったと思いませんか?

作業療法では、こういった子どもたちの行動の中にある、子どもの困り感を見出し、様々な感覚に働きかけていくのです。感覚統合の考え方は、大脳生理学とも当然深い関係にありますから、私の理解も浅いものですが、一つの方向性を与えてくれるものとして、お母さんや先生方も知っておかれると良いと思います。

センター親の会のお知らせ

七月十日(火) 九時半〜

八月は子どもたちと一緒にの活動です。

八月七日(第一火) 午後二時半〜

出欠お知らせください。

