

夏休みだからこそ、できること…



厳しい暑さから一転して蒸し暑さが続く今日この頃ですが、皆様お変わりありませんか。ところで、夏休みも半分が過ぎようとしていますが、十分に活動できているでしょうか。特別なことではなく、私たちが普段何気なしに行っているレジャー（余暇活動）の中に感覚統合の考えを取り入れることで、子どもたちの発達をさらに促すことができます。まだあまり活動できていないという方は、是非チャレンジしてみませんか。

【コラム20】 自然の中でもっと遊んでみましょう！！

○アスレチックに行こう！



近くの公園でいいです。滑り台（前庭刺激）に梯子登り（固有受容覚）、つり橋でバランス遊び、網トンネルでちょっと複雑な運動遊び  等、様々な要素がいっぱいです。今の時期は暑くてちょっと苦手という方は、涼しい時間帯に出かけてみてはどうでしょうか。

○果物・野菜を収穫しよう！

観光農園でぶどう狩りに、梨狩り等収穫を楽しんでみませんか。脚立に登り、手を伸ばしはさみで切り取る、手でもぎ取るなんてどうですか？ バランスよく体を保ちながら  手先を使う力  を促します。家庭菜園のミニトマトやきゅうりもいいですね。季節の味覚を味わいながら一石二鳥！

○山に行こう！



山登りは全身の筋肉を使う遊び（固有受容覚を刺激する遊び）です。動きたくてしかたがない、力をもてあましているお子さんにお勧めです。山道はいろんな足場や道があり、バランス力や体の使い方も促してくれます。

○海に行こう！



プールとは違って、濡れた砂、乾いた砂、海草などいろいろな感触が楽しめます。体を砂に埋めると、全身の触覚を使って遊ぶことになります。波にうたれる遊びは強い圧迫感を全身で感じることができます。

○スパハウスに行こう！

最近流行のスパハウスには、いろいろな刺激があります。泡が勢いよく出てくるジャクジーは全身を刺激してくれるし、打たせ湯はしっかりとした圧迫感を味わうことができます。お風呂から上がった後は、パイプレーターのマッサージ機へどうぞ。保護者の方がはまってしまいかもしれませんね。



参考文献；感覚統合風ホームプログラムハンドブック 監修 太田篤志

お願い (JSI-R) 検査

以前相談会でお願いした検査ですが、まだの方は提出をよろしくお願いします。この検査は感覚刺激の受け取り方の傾向を調べ、その傾向が行動にどう現れているかを捉えるものです。行動の優劣を測定するものではありません。ふよう教室や家庭・学校での指導に生かしていけたらと考えています。結果については後日個別にお伝えします。



【にこにこ相談会】

9月は第2回目の全体での会を予定しています。テーマは「お手伝い」についてです。何気なくしている活動を感覚統合的な視点で考えてみましょう。自分のお子さんに合った活動を一緒に探しましょう。