

ふよう教室だより

鳥取大学附属特別支援学校

2012. 8. 3 (金)

No64

暑さも本番、充実した夏休みを…



最高気温が35度近くにまで達する連日の暑さで、熱中症という言葉が昨年にも増して耳にするようになりました。こまめな水分摂取とエアコンを上手く使って、体調管理にはくれぐれもお気を付けください。

ところで、5月号に**感覚栄養 (sensory diet)** についてお話ししましたが、お子さんの好きな感覚 (好んで遊ぶやくせなど) が見つかったでしょうか? 今回はお子さんの特徴をとらえて具体的な活動を紹介します。



【にこにこ相談会】

全体の研修会を10月に予定しています。テーマは昨年度お話しした**「お手伝い」の続編**です。他の保護者の方のお話も聞けるよい機会です。

【コラム28】 この夏休み中に、家ですぐにできること…

★朝、なかなか目が覚めない、起きてもボーっとしているようなお子さんの場合

★何でもすぐに触って確かめようとするお子さんの場合

【朝の乾布摩擦】がおすすめです。自分で擦れるお子さんは是非自分でさせてあげてください。大人と一緒に“右腕、左腕、右足、左足、首、お腹、背中…”と言いながら真似をして擦ると、自分の身体の動きや**感覚 (身体の位置)**を知るよい機会となります。表面をなでるよりは、少し圧を入れて擦ったほうが良いです。慣れてくると目で確認しなくても**身体の位置がわかる**ようになります。擦るタオルは家にあるものでよいですが、触られることに過敏なお子さんは、柔らかい素材から無理をせず様子を見ながら始めてみましょう。

★いつも走りまわっていて落ち着かない、あるいは回転刺激が非常に好きなお子さんの場合

★くるくる回ることが好きなお子さんの場合

【回転いす、回転盤】落ち着いて活動に取り組みせたい時、事務用の**回転椅子**やテレビ台の**回転盤**に座って、回転刺激を入れることで、落ち着いて次の活動に取り組むことができます。個人差があるので、**回転の速さや継続時間はお子さんの顔色を見ながら加減**してください。できれば、人に回してもらうのではなく、自分で回転することが望ましいです。

※**回転刺激は脳に強い影響を与えます!!** 平気そうに見えても急に顔色が悪くなったり、嘔吐したりすることがありますので、注意して下さい。

★布団やクッションの下に入ることが好きなお子さんの場合

★ちょっと乱暴だったり、力の加減がわかりにくかったりするお子さんの場合

★固い食べ物や、食べ物でないものを噛むことが好きなお子さんの場合

【相撲、押し相撲、綱引きあそび、】是非、お父さんと一緒にしてほしい遊びです。日頃のコミュニケーション不足の解消にもつながります。これらの活動を通して、全身にグッと力が入る感覚を感じ取り、満足することで情緒の安定を図ったり、体験を重ねることで力加減がわかるようになっていきます。

