

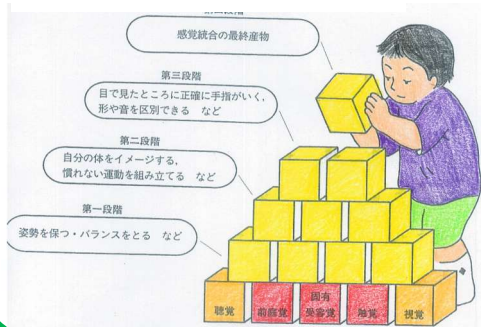


2021年10月25日発

## 感覚統合についてのお話し vol.3

当施設ではこども達を感覚統合理論の視点からも診ています。以前9月号では「感じ方のタイプはどういう種類があるの?」と「感覚統合の発達」といった内容でお伝えさせていただきました。今回は感覚統合の発達の中の「**姿勢の発達**」と「**目と手の協調の発達**」についてご紹介させていただきます。

### ★前回のおさらい★

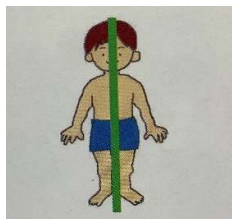


感覚統合では、左の図のように「感覚統合はピラミッドのように発達する」と言われています。土台となる「前庭覚・固有受容覚・触覚・聴覚・視覚」を基礎としてピラミッドを積み上げていくというイメージです。発達の中で感覚のつまずきがあり、積み上げるブロックにゆがみがあると環境への不適応により、経験不足となり不器用さにつながります。その結果失敗体験を積み重ね、自尊心や自信の育ちにくさを招くことがあります。

### ★姿勢の発達★

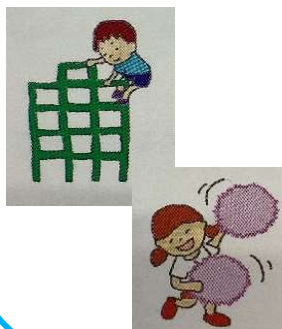
「姿勢」には「抗重力姿勢」と「バランス」の2つの機能があります。抗重力姿勢は腹筋群と背筋群があり、腹筋群は運動を調節する役割（ブレーキ）、背筋群は運動を開始する役割（アクセル）と言われています。この腹筋と背筋がバランスよく発達することで体幹が安定してきます。体の中枢から末梢への発達の法則があるように、体幹が安定することで、姿勢よく座れる・立てる。手足や眼、舌が使いやすくなる。アクセル&ブレーキが成熟してきます。また、乳児期のバランスの発達は①前後方向②左右方向③回旋（捻り）方向の順に発達します。これは、座る・立つ・歩くすべてで共通しています。

#### ○中心軸が定まる



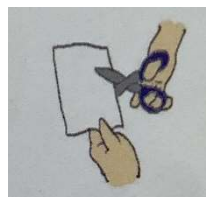
バランスの発達と中心軸が定まることは強い関係があります。「右へ傾いている」「左へ傾いている」といった経験のなかから「中心」を学んでいきます。

#### ○左右の手足の協調



中心軸が定まると、手足を自由に動かせるようになってきます。はじめは、両手・両足を同時に動かしていたのが、徐々に右手と左手が異なる動きができるようになってきます。（左右の手足が協調する）

#### ○ラテラルリティの発達



右手と左手が異なる役割を担った動きができるようになります。これを、ラテラルリティの発達と言います。

#### ラテラルリティとは?

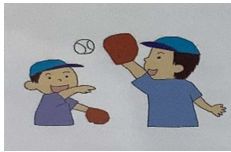
利き手や利き足、利き目が決定してくること。一般的には、右利きの人は左脳が優位で、左利きの人は右脳が優位であるとも言われています。そのため、無理に右利きに強制させない方がいいと考えており、療育の中では自分の使いやすい方の手を自分から使っていけるようにこどもたちを見守るようにしています。

## ★目と手の協調の発達（手足の動きと眼球運動）

目と手の協調の発達が未熟であると、線なぞりではみ出してしまふ。枠の中から名前がはみ出してしまふ。ボールが上手にキャッチできない。球技全般が苦手になりやすいことが考えられます。ボールをキャッチすることを考えてみると、相手が投げたボールの軌道を予測し、ボールの到達地点に手を伸ばしてタイミングよくキャッチする必要があります。手の動きとボールを見ること、タイミングのどれが欠けてもキャッチはできません。目と手の協調の発達は赤ちゃんがおもちゃに手を伸ばすところから始まります。ぶら下がったおもちゃへ手を伸ばして取る経験は空間認知の発達を促すためにも大切なものです。

大人は無意識に目を動かせることで、自分が止まっても動いていても近くのもの、遠くのもの、動いているものに自然と視線を向けることができます。また初めて見た文章もスラスラ読むことができ、近くのものを見て遠くを見ても、すぐにピントが合うようになっています。そして、走りながら動くものを見ることもできます。このような眼球運動は以下の代表的な3つの眼球運動の発達によってできるようになります。

### ○追視



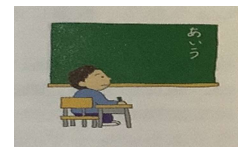
動く物を見失わずに見続けた  
り、並んでいるものを順に目で  
追うことができます。

### ○注視点移行



すばやく視点を他へ移すことが  
できます。主に状況把握や場面認  
知にも役立ちます。

### ○輻輳・開散



近くの物から遠くへ視点を移  
すことができます。板書や楽譜  
を見ながらピアノを弾く等。

## ★お家でできる感覚遊び★

### ☆雑巾がけ☆

雑巾がけは、雑巾が手から離れないように適度な力で押さえつつ、四つん這いになって行きます。四つん這いになって行う「雑巾がけ」は全身運動・有酸素運動です。体幹（体の胴体部分）が鍛えられ、筋力強化の効果を期待できます。スポーツはもちろん、日常生活においても体を効率よく動かすには体幹の強さが必要になってきます。ぜひ、お家でもお子さんと一緒にやってみてください。

#### ☆雑巾がけで養われるもの☆

- ・雑巾を絞る…巧緻性・協調性
- ・視線を上にあげて進む方向と距離を確認する…空間認知と思考力
- ・腰を高く上げて踏ん張る姿勢でバランスをとる…集中力とバランス感覚



出典：加藤寿宏監修「乳幼児期の感覚統合あそび」、クリエイツかもがわ 佐藤和美 他「感覚統合の視点1」、かもがわ出版

※見学・体験の対応行っています。月～金（祝日含む）にお電話ください。

株式会社ライフウェル こども発達支援ステーション宇土

児童発達支援事業所 パレット宇土

放課後等デイサービス キャンパス宇土

〒869-0422 熊本県宇土市入地町 163 番地 1

児童発達支援管理責任者 長谷川 仁

児童発達支援管理責任者 中村 裕美

電話 0964-27-4869



◎ホームページのURL です。見てみてください。

