

# サポートルームだより

2024年10月2日 No.6  
町田市立南成瀬小学校  
サポートルーム拠点校  
校長 吉成 美紀  
サポートルーム担当

ようやく暑さが和らぎ、秋らしくなってきました。9月から入級した子供たちも、サポートルームでの流れに慣れ、少しずつ笑顔が増えてきました。

秋は「スポーツの秋」、「読書の秋」などと表現されるように、気候的にも過ごしやすく、いろいろなことに取り組みやすい時期です。挑戦して、うまくいくと次の行動につながります。お子さんの「やってみたい!」と思う気持ちに寄り添いながら、少しずつ、レベルアップを図っていきます。

## 今後の主な予定

10月15日(火)	サポートルーム個人面談期間始
29日(火)	サポートルーム個人面談期間終
25日(金)	両校ともに指導なし(南成瀬小全校遠足のため)
30日(水)	両校ともに指導なし(南成瀬小交流イベントのため)
11月14日(木)	中学校サポートルーム説明会(AM 南成瀬小にて)
22日(金)	サポートルーム授業参観始
28日(木)	サポートルーム授業参観終
12月 6日(金)	サポートルーム2学期指導終 (月曜日のグループのみ、16日(月)まで指導します)

## おねがい

学校行事とサポートルームの指導が重なった場合は、学校行事を優先して構いません。重なった場合は、どちらに出席するか在籍学級又はサポートルームの連絡帳でお知らせください。

学校行事のため時間割や予定がいつもと変わり、不安を感じることや、落ち着かなくなることが増える時期です。予定の変更を「雨が降ったらできないかもしれないよ。」のように、前もって予告しておくなどして、見通しをもたせ、不安を減らせるような声かけをお願いします。

## お家でできる、感覚統合あそび

人は得られる情報のうち、約80%を視覚から得ていると言われています。そのため、見る力を養っていくことが非常に重要になります。そのことは9月号でお伝えしたところです。ただ、見る力だけを養っても、学習の基礎となる力にはつながりません。まず、学習の土台となる感覚を養うことが必要となります。(学習の土台となる「感覚統合」について、昨年の12月号でご紹介したところです。)とくに、触覚・前庭覚(バランスや回転)・固有覚(力かげんや体の大きさをつかむ力)を育てることが大切と言われています。

今月号ではスポーツの秋・食欲の秋にちなみ、感覚統合運動になる遊びをいくつかご紹介します。

### 手押しずもう(視覚・触覚・固有覚・前庭覚)

床にテープなどで足を置く場所を示し、両手を合わせて押し合う遊びです。

足が床から離れたり、バランスを崩したりしたほうが負けです。力加減を調整する力につながります。

### キャッチボール(視覚・触覚・固有覚・前庭覚)

苦手な子は、風船やビーチボールのような柔らかいボールを使うとよいです。まずは近い距離から、だんだんと距離を遠くしていきます。下投げで、山なりに投げると取りやすく、ビジョントレーニングにもつながります。相手意識をもつこともでき、おすすめです。

### えんぴつ転がし(触覚・固有覚・前庭覚)

じゅうたんや布団、芝生でできる運動あそびです。両腕を上に乗っすぐに伸ばすことが、まっすぐ転がるコツです。ゆるい坂を下ったり、上ったりするのも面白いです。

### スライム作り(触覚)

せんたくのり(PVA成分)をお湯で溶いたものと、ホウ砂を水で溶いた液を混ぜて作ります。ドラッグストアで材料は入手可能です。100円均一ショップでキットも売られています。絵の具で色を付けたり、ビーズや、ラメを混ぜたりして作るのも楽しいです。ぺたぺたした感覚は、触覚を刺激し、ストレスを緩和することにもつながります。

### 白玉だんご作り(視覚・触覚・固有覚)

「白玉粉」を使うのがコツです。(「上新粉」では、煮てもパサパサなお団子になります。)粉をこねて、手で丸めるときに、力かげんや、大きさを比べる力も身に付きます。作ったお団子は、きな粉で食べるもよし。みたらしにしてもよし。お味噌汁の具にしてもおいしいです。

他にも、けん玉、お手玉、竹とんぼ、将棋くずし、おはじきなど、昔遊びには感覚統合につながるものが多いです。ぜひ、お子さんと一緒に遊んでみてください。