

えでは後々困るのではないか』『年長者として、何か良いアドバイスを与えてあげなければ』などと聴き手側の意識も動いてしまいがちになります。特に相手が子どもや年の離れた年少者の場合には、こうした傾向になり易いかと思います。

話し手としては話の流れや意味あいに合わせて頷きの深さや相槌の音が調整されている、話の要点をタイミングよく確認したり完結にまとめたりしてもらっている、内容の良し悪しに関わらず話したことが受けとめられていると感じられれば、話し手の中にある思いや感情が自然と表現されるかもしれません。

話し手が子どもの場合などは、その人の発達特徴や社会生活体験の少なさによって言葉での表現や理解が難しかったりすることもあります。そうしたときには、短く生活の場でよく使われる容易な言葉を選ぶ、視覚イメージがし易いように具体的・体験的な表現を心掛ける、話が脱線しかけた時などに内容を整理して確認する、言葉以外の方法で交流するといった配慮があるとよいと思います。

## 言葉によらない『ことば』を聴く

人が思いを伝える、あるいは思いを感じ取る方法には「話し言葉」・「書き言葉」・「手話」・「ジェスチャー」のほかに喜怒哀楽の表情、発声（音の長さ・高低・強弱など）や視線（合図やYes、No）による意思交換、鼓動（ドキドキ）や体温（赤面）、絵画によるコミュニケー

ションなどがあるかと思います。

人が不安を感じる時には肩に力が入ったり、まばたきが増えたり、唇が渇いたり、呼吸が早くなったりと何らかのサインとして表現されることがあります。

また、描いてくれた絵や人形などを使って一緒に話したり遊んだりする中で、心のなかの不安や怖れ、喜びや探求心などを伝えてくれることもあります。

以前、聴覚に障がいのある女性の知能検査をさせてもらった時のことです。数を耳で聞いて答えてもらう問題があり、過去の検査では耳が聞こえないためできないとされていましたが、積木で机を叩いて振動を起こして実施させてもらうと、その女性は『うんうん』と笑顔で頷き正確に数を答えてくれたことがありました。

『きく』ということについて紹介してもらいましたが、実際の生活の中では簡単に実践できるものでもないかと思います。それでも、日々の人との関わりの中で意識してもらうことで、人とのコミュニケーションがさらに温かみのあるものになっていくのではないかと思います。



## 今どんな気持ち？ ～心の動きを知ること

通所支援係長 大嶋 小百合

### 感情・感覚のラベリング

#### ～気持ちに名前があることを教えてもらう

子どもは、大人との関わりの中で、自分の感覚や感情を学んでいきます。これは、物の名前を覚えていく過程と同じ。例えば、犬を見て「ワンワンいたね」。大人が子どもにかけた言葉を聞いて、子どもは物に名前があることを認識していきます。

「感覚」や「感情」は目に見えません。目に見えるはっきりした「物」にくらべて、自分の内側にある「感覚」や「感情」に名前があることを学ぶのはなんだか難しそうです。でも、子どもに対して大人がかける言葉は、こ

ちらが先です。例えば、生まれて間もない時期の子どもが泣いている時、大人は「おなかがすいたのかな?」「おむつを替えてほしいのかな?」と、子どもの状態を汲み取ろうとします。そして、おむつを替えた後に「気持ちよかったね」と言葉をかけます。感覚や感情の初期段階です。

もう少し大きくなると、感覚や感情は分化していきます。うまくできて「うれしい」気持ち。思い通りにならなくて「怒る」気持ち。子どもの心が動いたときに、大人がその気持ちを言葉にして伝えることで、子どもは自分の心の動きを理解していきます。

うまく気持ちが伝えられなくて泣けてしまっている子

どもに、大人が「〇〇ちゃんは、〇〇が嫌だったんだよね。〇〇してほしかったんだよね」と言葉をかけると落ち着くことがあります。この時、子どもは「わかってもらえた」と感じるとともに、「自分の気持ちはそういうことだったんだ」と理解することで、落ち着いていくのではないのでしょうか。

小さい頃に大人との関わりが乏しくて、自分の気持ちに意識を向けることが難しいままに思春期になったお子さんが不適応行動を起こした時、支援者の関わりで自分の気持ちを言葉で理解できるようになり落ち着いていく、ということも、実際にあります。

## 感情・感覚のモニタリング

### ～自分の気持ちが自分でわかる

初期の感情の表現手段は「泣く」ことです。身体の動きが発達してくると、相手を叩く、物を投げるといった行動で表現する子どももいます。かんしゃくを起こして、大きな声を出したり暴れたりすると、周りの大人も対応に困ってしまいますね。

心が成長していくと、泣いたり怒ったりすることは少なくなります。これは、自分の気持ちが言葉で整理できるようになり、感情を外に出すのではなく、自分の中で処理できるようになっていくからです。

パニック状態は、自分の心の動きがわからなくて混乱している状態と言えます。何がなんだかわからないから、感情がうまく処理できなくて、泣き叫び攻撃的になってしまう。激しい行動に出るのではなく、動きが止まって固まったようになってしまう子どももいます。

小さいうちは難しいですが、「自分がパニック状態である」ことがわかるようになると、生活がしやすくなると思います。自分の状態を自分で認識できることが、感情をうまくおさめて行動するための第一歩です。

心の中に大きな波が立っている時に、波が立っていることがまずわかること、その波にはどんな名前がついているかわかること、そして、波の源(みなもと)には何かあるのかを考えることができること。自分の状態を客観的にとらえることができれば、次にどう行動すれば良いかを考えていくことができます。

## 心を育てるために～関わりの大切さ

同じ事柄に対しても、人によって受け止め方は様々です。発達にアンバランスがある子どもは、音や光を過敏に感じすぎたり、わずかな違いに気がついたりしすぎることがあります。そのために、こだわったり不安になることが多くなってしまう場合もあります。

子どもと過ごしている時、今どんな気持ちでいるのか、どうしてそうしているのか、一緒になって感じて、考えてみてください。そして、自分が感じたことを言葉にして伝えてあげてください。大人が推測したことが、実際の感覚や感情とは違って、「それは違うよ」という反応が返ってくることもあるかもしれません。でも、正解でなかったとしても、一緒に関わって、考えてくれる大人がいることはとても大切なことです。一緒に関わって考えることで、子どもにとっての正解が、段々と子ども自身にわかっていくからです。

人と人との関わりの中で、心は育っていきます。子どもがよりよく生きていくために、大人と一緒にいる時間を、大切に過ごしていけると良いですね。



## 通園の保健師として思うこと ～重心児の療育に関わって～

通園部保健師 岡田 恵美子

通園には「医療的ケア」を必要とする子どもたちも通っています。「医療的ケア」とは、日常生活に必要とされる医療的な生活援助行為（例えば、呼吸がしんどいので気管切開をして吸引が必要、食べることが困難なので経鼻胃管や胃ろうから注入が必要…など）のことです。生活援助の側面を強調し、純粋な医療行

為とは分けようという考え方です。いろいろな疾患をかかえていても、どんな医療的ケアを必要としていても、どうやったら楽しく、その活動に参加できるかを考え、1日の療育が計画されています。主活動は保育士の工夫と子どもたちの笑顔あふれるものばかりです。

大好きな活動の中でも、シーツブランコなど揺れを

感じる動きは格別です。「ブ〜ランコ、ブ〜ランコ♪」の歌が始まると、期待いっぱいの視線を送ってくれたり、保育士の所まで一所懸命寝返りしようしたり、子どもたちの「やりたい！」サインがたくさん引き出せます。気候のよい時には公園で滑り台やブランコをしたり、園庭で砂場遊びやプール遊びも体験します。

音楽遊びも好きな活動の1つです。音楽が始まると泣き止んだり、集中する子どもたちも多いです。楽器を触りたくて手をのぼしたり、音色に聞き入ったり、振動を感じたり、リラックスしたり…様々な表情を見せてくれるので、好きな刺激、苦手な刺激をしっかり受け取ります。

これらの遊びを支えるために通園の保健師は子どもたちの健康状態を整える大切な役割があります。普段の呼吸、筋緊張、顔色、表情、声、体温などをしっかり把握し、「いつもと違う」ちょっとした変化を見逃さないように心がけています。



吸引という同じ手技も1人1人のタイミングがあります。注入という手技もお友だちと一緒に給食の雰囲気や匂いを感じながら行います。ケアに医療の視点はもちろん重要ですが、通園の中で行うケアは治療ではなくて好きな遊びを十分に体験してもらうための助けだと思っています。

療育に関わりながら、常に保育士と体調と活動との調整を行うことで、子どもたちにも、家族にも安心感をもってもらえていると感じています。

働きかけに対する反応がわかりにくいことも多いので、子育てに手ごたえを感じにくい家族もいます。遊びを一緒にする中で見せてくれる子どもの様々なサインをとらえ伝えていきながら、家族の気づきを促し、成長を喜び、子育てを楽しいと感じてもらえるように支えていきたいと思っています。

### 北部地域療育センターをご利用されている皆様へ



令和5年度に民間移管します  
北部地域療育センターは

#### ★移管までのスケジュール(予定)

令和3年度  
移管先法人の公募及び決定

令和4年度  
移管先法人への運営引継ぎ

令和5年度  
法人への移管



#### Q & A

事業内容は何か変わりますか？

▶原則として現状の事業内容を引き継ぎますので、今まで通りサービスをご利用いただけます。

職員はどうなりますか？

▶法人の職員に交代となります。移管前年度に法人職員と一緒に事業を進め、引き継いでいきます。

令和2年12月時点

北部地域療育センターは令和5年度に民間移管する予定です。

詳しくは名古屋子ども青少年局子ども福祉課  
☎(052) 972-4641まで。



# 「療育グループ」とは…

- ・小人数グループの親子教室で、おおむね週1回です。
- ・プログラムの中でお子さんの発達を促すとともに、個々のお子さんに合った子育てをスタッフと一緒に考えていく場です。
- ・保護者同士の交流を目的とした話し合いの機会もあります。

\*地域療育センターでの発達相談・総合診断の結果により、保護者の方と話し合った上で利用を決定します。

## おひさま教室

療育センター通園部・保育所・幼稚園に入る前のお子さん対象です。

お子さんの発達や年齢に応じていろいろなグループがあり、お子さんに適したグループをご案内します。

- \*専門スタッフによる保護者向け学習会があります。
- \*月1回程度、給食の提供があります。

### ちょっとお知らせ

「朝の会」のイメージ動画が、ホームページでご覧いただけます。

### プログラムの例

- 10:00 行進・体操・親子あそび  
朝の会(呼名・手遊び等)
- 10:30 主活動
- 11:00 おやつ
- 11:30 帰りの会(絵本等)

## あおぞら教室

主に保育所や幼稚園に通っているお子さんが対象です。

3～5歳児の年齢別のグループです。

- \*スタッフが園の様子を見に行く巡回訪問や担任の先生の療育グループ参観等、園生活の支援もしています。

### プログラムの例

- 14:30 親子あそび  
始まりの会(挨拶・カード合わせ等)
- 15:00 課題
- 15:30 おやつ
- 16:00 帰りの会(絵本等)



## 名古屋市北部地域療育センター ホームページ



### 名古屋市北部地域療育センターだより 第15号

発行 2021年1月

編集・発行 名古屋市北部地域療育センター

〒451-0083

名古屋市西区新福寺町2丁目6番地の5

TEL (052) 522-5277

FAX (052) 522-5279

