自立活動の部屋　～かがやき★自立活動通信～

NO.２

令和６年７月２６日

埼玉県立草加かがやき特別支援学校　自立活動専任

明日から夏休みが始まります。今年も猛暑日が続いていますね。体調の変化を上手に伝えることが難しいお子さんも多いかと思いますので、こまめに水分をとる、エアコン等を活用するなど、健康に気をつけてお過ごしください。第２号はお家の中で家族で楽しめるゲーム特集です。猛暑の中、お家の中で過ごすことも多くなると思います。YouTube やタブレットでのゲームも楽しいですが、是非実際に物を触って手や身体を動かして考え、一緒に遊ぶ人と笑い合ってコミュニケーションを取る時間も大切にしてくださいね。夏休み明け、笑顔で元気にお会いしましょう！

はぁって言うゲーム

相手の表情を見て何の「はぁ」を表しているのかを当てるゲームです。当たっても当たらなくても楽しい、みんなが笑顔になれるゲームです。大人もコミュニケーション力が試されます！

ジェンガ

積んだジェンガを順番に抜いて重ねていくゲーム。崩れたら負けです。手指の使い方、目の使い方、力の加減の勉強にもつながります。
並べて「ドミノ」として使っても盛り上がります。

ツイスター

左右の手足をルーレットの指示の色に合わせて動かすゲーム。指示を聞く力・伝える力、身体の使い方、ボディーイメージの向上にも。本気でやると疲れます（笑）
指バージョンもあります！

黒ひげ危機一髪

順番に剣を刺していき、黒ひげをとばすおなじみのゲーム。飛ばした人を勝ちにしても負けにしても OK。学校では、色指定の為のサイコロを使うこともあります！指示を聞く力、見る力、手指の使い方、色の勉強にもつながります。

スピードカップス＆リングディング

出たカードの色順に合わせて、カップを並べるゲーム。出来た人はベルを鳴らします。この「チーン」はまります！カードの指示通りにゴムを指にはめるリングディングは手指の使い方、ボディーイメージ向上にも。

クラッシュアイスゲーム

ルーレットの指示に合わせて氷を落としていきます。そーっと叩かないと、周りの氷も一緒に崩れてペンギンさんがドボーン。すぐに勝負がつくのも良いところ。力の調整、手指の使い方、目の使い方の勉強にもつながります。

今回は学校にある教材の中から市販品を中心に、自立活動の中でもよく使用されるゲームを、自立活動の視点も含めてご紹介しました。（一部私物を含みます）簡単なゲームは、勝敗で怒ってしまうお子さんにも、「ゲームそのものが楽しかった」「負けてもまたやればいいや」の経験を重ねる機会にもなります。その為には「楽しい！」が大切。一緒に遊ぶ人に合わせてルールを少し簡単にする、わかりやすくするなどの工夫で、ご家族、ご兄弟、ご親戚、色々な人と楽しい時間を共有してくださいね。

オリンピック・パラリンピックとピクトグラム

前回の東京オリンピックから３年が経ち、今年はフランスでパリオリンピックが開催されます。各種目を表す「ピクトグラム」が本格的に使われたのは１９６４年の東京オリンピックだそうですが、今回のパリではこのピクトグラムが大きく変わっています。今までの人をモチーフにしたものではなく、競技で使われる道具や場所を表した「紋章」のようなものになっています。

ピクトグラムは多様な言語や文化を持つ人々が事前に学習しなくてもすぐに意味がわかるようにデザインされた記号です。

校内では、授業や予定を伝える際に文字に合わせてシンボルイラストがよく使われています。小学部・中学部では、同じ系統のイラスト（一部変更）、高等部ではお子さんに合わせて文字のみや少し抽象的なシンボルを使っています。「イラストで伝えるなんて幼い？」「文字がわかるのに？」ですが、私たちも、トイレマークに象徴されるように、シンボルやイラストがあるとパッと見てわかり、助かりますね。「わかること」は安心と主体的な生活につながります。「みんなにわかりやすい」を大切にしていきたいですね。

全校職員で摂食研修を行いました

５月２０日に外部専門家で本校に来ていただいている作業療法士の小川恵美子先生を講師に「安全な給食のための摂食・嚥下」の研修を行いました。１～２ヵ月の哺乳期から離乳食を食べるようになる乳児期の唇や舌の使い方の発達を、実際におせんべいやヨーグルトを食べて体験しながら研修しました。

本校のお子さん達の中にも、まだ口の動きが成長途中のケースや食べ方を誤学習してしまっているケースがみられることがあります。

一見、問題なく食べているように見えても、早食いのお子さん等、舌の使い方が上手ではない場合もあります。小川先生から提案されたチェック項目をご紹介します。

夏休みはいつもよりもゆっくり食事がとれることも多いと思います。ぜひこの機会にお家での食べ方もチェックしてみてくださいね。

- □ 姿勢は問題ないですか？
- □ 食形態は合っていますか？
- □ ５分以内に食べ終わっていませんか？　→よく噛まずに飲み込んでいるかも？
- □ 本人が上手に処理できる一口量になっていますか？
- □ 食べ物は上唇で取り込めていますか？
- □ 口の左右に食べ物を送っていますか？
- □ 口を閉じて飲み込めていますか？
- □ 飲み込んだ後に口の中に食べ物が残っていませんか？

詳しく知りたい方は担任を通して自立活動専任にお声がけください。