



相談支援つうしん



県立湘南養護学校
支援連携部 相談支援係
令和4年10月14日(金)
第5号



「成長したがゆえに課題が見えてくる 続き」

「秋だよなあ」と野菜売り場で栗や里芋、柿を見て感じますが、肌感覚では、「夏？冬？秋はどこに行ったの？」と思うほど気温の変化が大きい時期ですね。体調管理が難しいです。

さて、前回の続きで言葉の役割についてお伝えします。

【言葉の三つの役割】

言葉は「伝えること（伝達）」「それを使って考えること（思考）」「行動を調整すること」の役割があり、「言葉が分かりかけている段階」の子どもたちは、「手で触ってわかる」「見てわかる」力があるので、次の活動がイメージできる手がかりの用意をして、イメージできるようにやって見せることが有効であることもお伝えしました。

日々学校での課題学習等や日常生活の中では「目の前になくて見えないものをイメージさせる学習」の積み重ねによって、イメージ化できる言葉が増えてきます。すると状況の理解や未来の予測ができるようになり、そのことは言葉の働きの三つ目である「行動を調整すること」へとつながっていきます。

「行動を調整すること」とは、社会生活をしていくうえで、「待っていてと言われたから我慢する。」「イライラしたけど、叩かない」、「遅れないように準備をする」などという大切な振る舞いのことです。

【概念について】

さて、「目の前になくて見えないものをイメージさせる」には、「概念」が分かるための素地を作る練習が必要です。



概念にはいくつかのタイプがあります。

- ① 違いを見つける（差異化）⇒ 「丸と四角」は違う
- ② 同じを見つける（一般化）⇒ 「角が4つあれば四角形」
- ③ 同じをまとめる（類型化）⇒ 「きゅうり、だいこん、たまねぎ」はすべて“野菜”



物事をとらえるためには2つ以上のものの「違い」に気づく力が必要です。これはすべての概念の土台となる大切な力です。ものの違いに気がつくということは、色や形、文字などの区別がつく土台ができたということです。学校の学習の中で、赤と黄色のスプーンやフォークを分ける活動などを練習や、動物と食べ物のミニチュアを分ける、見えない属性による分類（用途など）の練習などする、おうちでのお手伝いなどをする 것도概念の土台をつくる活動になります。

【言葉がわかりかけた段階の子どもに対して大人が注意をすること】

- 言葉だけの説明は、周囲の状況へのイメージが不足しやすく不安感が高まりやすくなります。
- いたずらや注目行動などに大げさに反応しないようにしましょう（目の前のことから視点をずらせないので行動がエスカレートしたり、誤学習にもつながりやすいです）。さりげなく気をそ

らせて別の行動へ誘い、別の活動で好ましい行動をしたらほめるようにしても良いですね。

●強い口調や大きな声、怖い表情・しぐさなど本人が怖がるような働きかけは、感情が強く働いてしまい、正しい判断する脳が上手く働かなくなり混乱することが予想されます。大人は、一度深呼吸して、具体物やカードなど本人が分かるものを用意して、小さな声で関わってみてください。

- * お子さんについて、気になること・困っていることなどございましたら、教育相談チラシをご利用ください。ご相談は、支援連携部（相談担当・専門職）がお受けします。
お気軽にお問い合わせください。



【ちょっと休憩】私の家族…その8

「母のイライラ」についてお話しします。



この3連休で妹と一緒に母の住む老人ホームに会いに行きました。前回会いに行ったときは、「ご飯が美味しくない… 隣の人の〇〇が気になる…」と色々不平不満を言っていました。夏の外出もできなかったのでイライラがたまっていたと思いますが。。ちなみにここのホームはお食事が美味しく、月1回の外食（日本ばし大增のお弁当）も美味しくなかったと話していたので、「垂鉛不足？」も含めて医療相談をしてもらっています。

さて、前回のこともあったので、今回は母とおしゃべりしながら写真を見て昔話をしたり、良い香りのハンドクリームを塗ってハンドマッサージをしました。そして、退出時間に合わせて、敷地内の紅葉を見に行き、鎌倉の実家にあった金木犀の木の話をしてから別れました。秋にきまってとてもいい香りがする金木犀は、我が家の秋の風物詩でした。ちょっとしたことですが、その日の母は、ネガティブな発言は少なかったように思いました（良かった良かった）。



昔の写真を見ながらお話をすると認知症の進行を抑え、ストレスを解消し、幸福感を得るといった効果があると言われてます。また、ハンドマッサージはリラックスを促し、痛みやストレスを癒す効果があると言われてます。

人の皮膚は「露出した脳」、あるいは「第3の脳」といわれていて、脳と皮膚は同じ外胚葉という場所から作られています。皮膚に触れることで、快適な触覚刺激が起きると、脳の中ではオキシトシンという神経伝達物質が分泌されます。そして、副交感神経が優位にはたらくようになり、人は心身ともにリラックスし、ストレスを軽減させると言われています。最近の研究では、心臓にもオキシトシンの受容体が豊富に存在していることが分かり、オキシトシンによって血圧や心拍も下がりストレスから心臓を守る働きもあることが発表されています。

さらにオキシトシンは、脳内ではセロトニンの分泌を活性化させて、不安や興奮した状態から、元の安定した心の状態に戻すはたらきをしてくれるようです。

ハンドマッサージだけでなく、セルフハグ（自分で自分を抱きしめる）でもこの効果は同様にあると言われてます。イライラしたり不安に思ったり元気が出ない時などちょっとためしてみてください。

帰り道、妹とそんな話をしながら喫茶店で香りのいいお茶をしてから帰りました。自分の中で「せっかく会いに行ったのに…」という思いが重くのしかかることがあります。お互いイライラしないですむ方法があるとありがたいですね。だけど、イライラしちゃう。だって、親子だからね。

文責 橋爪