

フトゥーロ通信

2022年度 2号



NPO フトゥーロ LD発達相談センターかながわ

〒226-0025 横浜市緑区十日市場町803-2

第一サンワードビル2F

Tel. 045-989-3501

Fax. 045-989-3502

<http://www.futuro.or.jp>

秋の訪れを感じる時期になりました。フトゥーロでは引き続き、コロナ感染対策を徹底しつつ、指導を行ってまいります。保護者の方もご協力のほどどうぞよろしくお願いいたします。



とっさに出したいことば

フトゥーロ 所長 安住 ゆう子



ある夕方のことです。仕事を終え、十日市場駅の階段を下っていました。少し先に2歳を少し過ぎたくらいの女の子とお母さんも階段を下りていました。女の子はまだ大きそうな長靴を履いて、手を引かれながらとことこ歩いていて、かわいらしいなと眺めながら通り越しました。

「間もなく電車が到着します～」のアナウンス。私は小走りに階段を降り電車に滑り込みました。あの親子は？と振り向いてみると、何とか間に合ったようです。しかし急いで乗り込んだ時にホームと電車の隙間にポコンと長靴が落ちてしまいました！「あっ、お母さんはなんて言うんだろう」と、ちょっとドキドキしました。その時、そのお母さんはとてもゆったりと、「あら、落ちちゃったね・・・」そして「駅員さんに教えてあげないとね、電車に挟まって事故になったら大変だからね」と。とても落ち着いた口調でした。もちろん女の子はわざとやったわけではないから叱ってもしようがないことです。でももし自分だったらここまで冷静に言えたかな

と思いました。

私たちは想定外なことがあると心が揺れます。うれしいサプライズならわくわくですが、（うれしいことも、予想外だと不快に感じる人もいますね。）期待外れなこと、見通しが立たないことだとイライラしたり、不安になります。ご自分やお子さんは気持ちの揺れ幅は小さいタイプですか、それとも大きいタイプでしょうか。揺れの大きいタイプの人はそのことで疲れすぎないように、また周囲を嫌な気分させないように習慣が作れるとよいですね。「こんなこともあるさ」「次があるさ」「なんとかなるさ」「だいじょうぶ、だいじょうぶ」「ドンマイ」など、深呼吸とともに落ち着きワードを決めておくのもよいかもしれませんね。

先のお母さんのように「あ～あ！」ではなく、「あら・・・」とふんわりと言えるといいですよ。そんなことを考えながら帰路につきました。

お家で実践！①

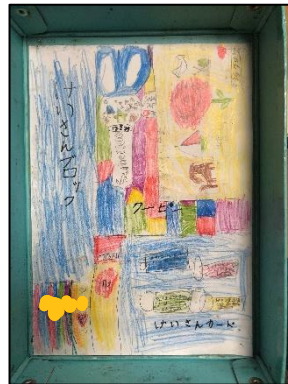
お道具箱の工夫～娘の得意な絵を活かしてもどしやすいお道具箱に変身！

2年生の夏休みのことです。娘のお道具箱を見る機会がありました。それはそれは・・・短くなった「クレヨン」は紙の部分をめくらず無理やり使っている、折れていてもそのまま、箱の四隅が壊れている、「セロハンテープ」はテープが既に無いのに補充していない、「算数ブロック」は紛失、「計算カード」の外側のビニール袋は、ハサミのような亀裂あり、落書きあり・・・とにかく、全てのものがぐちゃぐちゃ、といった状態でした。どうしよう！と思った時、娘は小さい頃から絵や文字で視覚的にインプットをすることが得意なことを思い出し、お道具箱も同じようにすれば綺麗に出来るのでは？と期待して、どこに片づけるか、一緒に絵にしようと話を持ち掛けてみました。

まず、お道具箱のものを全て出し、箱の落書きを消し、四隅をテープで補強。クーピーやクレヨンは削ったり、持ち手の紙を切って汚れを拭いて、綺麗にしました。次に、どういう風に入れると綺麗かと、道具のポジションを一緒に考えながら決め、それを絵に描くことにしました。親も本気で取り組んでいたもので、横について、道具の縁取りは鉛筆で書いてあげ、交代。どの色にする？とおしゃべりしながら、本物そっくりになるように作りました。仕上がっていく様子に満足した娘は「次はこの色、次はこの部分」とウキウキしながら制作。これなら、綺麗に片付けられそうと、本人も片付けの様子を想像しながら、取り組んでいました。

小学校2年生前期の個人面談では、整理整頓ができていないと言われましたが、2年生後期の面談では、お道具箱がいつも綺麗な状態になり、身の回りが綺麗になったと担任の先生にも褒めて頂きました。3年生になっても、お道具箱の状態は綺麗に保たれ、娘本人も「お道具箱を綺麗に片づけられるようになった。」と言っています。

スタッフより：お母様のひらめきに拍手です。そして、お母様の本気度やお子さんが楽しくウキウキしながら作っている様子が目に浮かびます。カラー写真はHPのフトゥーロ通信バックナンバー（掲載予定）で見ることができます。素敵なお道具箱をぜひ、ご覧ください。



絵の上に物を置いて、整理整頓。時間が経っても綺麗に保たれています！

フォーリーサウンド—アニメーション動画に合わせた効果音作り—

スタッフ 古畑 僚



今回は、小学三年生～五年生の6人グループで行った、フォーリーサウンド(アニメーション動画制作)の実践をご紹介します。フォーリーサウンドとは、映画やドラマで、撮影された時に録音された音と置き換えるために、登場人物の行動や周囲の環境音(足音、衣擦れ、ドアの音など)を別で録音した音、のことで、これを仕事とする人のことをフォーリーアーティスト、と呼ぶそうです。この効果音は、映像で使われる素材とは全く異なるものを使用して制作されることも多く、例えば海の音は小豆を大きな箱に入れて揺らしたり、馬のひづめの音は空き缶をリズムカルに打ち当てるなどして再現することができます。現在ではフォーリーアーティストも予め制作されたデジタル音を映像に当てはめていく事が多いようですが、アナログに音作りをする方法も残っているようです。そこで今回はフォーリーアーティストになりきり、予め制作された無音のアニメーション動画(プレーメンの音楽隊)にフォーリーサウンドと台詞を吹き込むという形で動画制作を行いました。フォーリーサウンドと台詞の録音は、ペアに分かれ、iPadを使ってお互いの音を録音する形で取り組みました。音を出す素材はある程度、スタッフが準備していましたが、子どもたちのアイデアで、急遽素材を追加して使用することもありました。A君とBさんは鳥の羽音や車の走行音を再現しました。最初、録音のタイミングが合わず、何度か録りなおしをしましたが、途中でA君が「(録音のタイミングの)カウントを出します!」と提案し、「3!2!、、、!」と

指を使って映画監督さながらに合図を出し、Bさんがタイミングをつかみやすいようにサポートしていました。また、ロバの蹄の音や雷の音、動物達が強盗と闘うシーンの音を担当したC君とD君は、大きなタライや細かい積み木等を使って豪快に音を作っていました。学年が上のC君はD君がタライの中で積み木をかき回している時、「手、大丈夫?」と気遣いながら取り組んでくれました。EさんとF君はお休みの関係で1人ずつでしたが、試行錯誤しながら風や木々の揺れる音を再現し、「〇〇を使ってみたらどうかな」と主体的に考え、一度成功した後もさらにより音がとれるよう、再チャレンジしながら取り組みました。完成した動画は、同じ時間帯に活動している別グループとの交流会で発表しました。直前の練習は緊張からか台詞を言う順番に戸惑ったり、声をそろえるタイミングがずれることもありましたが、本番は100点満点の大成功!子どもたちの発想の豊かさ、決めるところは決める!というたくましさを感じられた活動になりました。



制作にはスタッフも一部、加わりました。写真は、スタッフがワイングラスの割れる音をレゴブロックで再現しているシーンです。



今回は、幼児期に個別指導、グループ指導と経て、昨年今年とホームカミングサマースクールに参加をしてくれたお子さん（以下、Aちゃん）で幼児期フトウロでおこなったことが現在どのように活かされているのか、お母さんにインタビューさせていただきました。

ホームカミングサマーと再会

ホームカミングは幼児期にフトウロに指導に来ていただいた現在1～2年生のお子さんを対象におこないます。夏休みのたった1日90分という短い時間ではありますが、Aちゃんが参加したグループでは学校ビンゴ、工作、おやつ、ゲーム、振り返りなどを行い、久しぶりに再会したお友達と楽しく過ごしました。再会して顔を合わせたら、手を挙げてお互いに挨拶！なんて素敵なシーンもありました。久しぶりでも幼児期の指導と同じ教室、同じ担当、似たような物の配置や進め方にし、緊張が強かったお子さん達が参加しやすいようにしました。

幼児期の指導

幼児期のAちゃんは援助要請や自分が困った時にヘルプを出すことが苦手、注目されることもあまり好きではありませんでした。また途中で作業を切り上げることも不得手で、頑張りすぎて疲れてしまう面もありました。一方で、手先は器用で工作、折り紙、間違い探し、卓上ゲーム、クイズなど楽しめることも沢山ありました。そこで幼児期の指導では、気持ちをリラックスさせる色々なことに取り組みました。特に自分のお気に入りのアイテムを見つけるために、ふわふわ、むにむに、つるつるなど様々な手触りを試したり、『わたしの好きなもの、苦手なもの』、『今のわたしの気持ち』、『困っ

た時のヘルプカード』を多様なシーンで活用、注目を浴びるシーンでの段階的な取り組み又は注目を軽減して活動に参加するなどを指導で取り組みました。Aちゃんは特にむにむにするものが気に入ったようでした。

小学校に入学して

Aちゃんは1年生の時は不安でいっぱいだったそうで、時々息抜きのお休みをしながら心を整えていたようです。また新学期やクラス替えは緊張と頑張りすぎ、注目されることで頭痛、吐き気を伴うこともあったそうです。そんな中、一年生の初めから通っていた通級で教えてもらった職員室の入り方、保健室での体調の伝え方はとても役に立ったそうです。

Aちゃんの成長

お母さんはたくさんの成長をAちゃんに感じたとそうです。とくに、困ったことを伝えられるようになり、今では保健室の先生に愚痴を言えるまでになったようです（笑）。またゲームで負けたり、全部やりたいことができなくても妥協すること、タイマーが鳴ったら次のことへの切り替えることや、これが終わったらお風呂に入るなど、見通しをたてて行動することが少しずつできるようになり、以前よりも切り替えが上手になったそうです。お助けアイテムは、むにむにから今では本がリラックスになっているようです。お母さんは情緒面など、まだまだ心配もあるとのことですが、何より保護者の方が一番Aちゃんを理解し本人のペースで学校や習い事を調整しながらやっているとのこと。Aちゃんらしく成長しているのではないのでしょうか。今後のAちゃんも楽しみですね。

おうちでチャレンジ 身体を支える力をつけよう②

第2回の今回は椅子座位に向けて腰を起こす力やバランスをとる力を育てていきます。食事や勉強の場面など、椅子に座る場面はとて多くあります。猫背、背もたれに寄り掛かる、椅子から滑り落ちるなどなど気になる姿勢の崩れはたくさんあると思います。「背筋を伸ばしなさい」とついつい言いがちですが、実は、良い姿勢を保つには、“腰”がポイントです。固めの椅子に座り、腰の注目ポイント、「骨盤を立てること」を体験してみてください。

お尻に注意を向けると、猫背になったとき、お尻の後ろの方に重心があることがわかります（仙骨座り）。背もたれに寄りかかって背筋を伸ばすと、重心を変えないとお尻がずるずる前に移動します。また、寄りかからずに背筋を伸ばした姿勢を保とうとすると背中が曲がってとても努力がいることがわかります。では、骨盤を立てるとどうでしょうか。お尻を触ったときにゴリゴリとあたる骨、坐骨側に重心を傾けてみましょう。猫背のまま重心を変えると前のめりになり、バランスを取ろうとして身体が引き上げられ、自然と背筋が伸びてきたのではないのでしょうか。これが、骨盤が立っている状態です（坐骨座り）。骨盤の位置でだいぶ姿勢を保つ力の使い方も違ったのではないのでしょうか。ということで、今回は腰に注目して運動していきましょう。ただし、反り腰にならないように気をつけてください。お尻を触ったときに坐骨が完全に浮いていると反り腰ですので、少しお腹を引っ込めてあげてください。

【タオルはさみ】腰を起こして背筋を伸ばす練習です。①お子さんは、背もたれと背中の間にタオルをはさみ座ります。その時に、お尻も背もたれのそばまで来るように誘導して

ください。また、足底は地面にしっかりつくように雑誌等で調節してください。②大人の方はフェイスタオルの端を引っ張りましょう。子どもはタオルが抜けないように背もたれをぐっと押し続けましょう。座面を手でつかむとバランスがとりやすいです。

【胡坐相撲】腰を起こしてバランスをとる練習です。①お子さんは胡坐座になり、できれば腕組みをしましょう。難しければ、足が離れないように持たせてください。骨盤が立つように、やや前傾姿勢になりましょう。②大人の方が前後左右にゆっくり押します。子どもは倒れないようにバランスを取りましょう。背筋が伸びていても後ろにバランスが崩れる場合は、骨盤が寝ていますので、前傾になるように促して下さい。 ※大人と子どもの役割を変えると楽しくできます。大人は上手に負けてあげてくださいね。

【胸を広げる】肩甲骨の可動域を広げ、胸を開く運動です。①身体をまっすぐに伸ばして座ります。できそうなら坐骨座りをしましょう。②手を肩に乗せ、肩の高さまで腕を上げましょう。③ゆっくりひじを合わせ、5秒すりすりします。④ゆっくりひじを開き、見えないくらいまで遠ざけて5秒我慢します。⑤そのままゆっくり手を身体に沿わせておろし、5秒止まります。

※呼吸をしながら行いましょう。大したことない動きに見えますが、疲れる運動です。

ご不明な点は担当までご質問ください。

親御さんも一緒に楽しく行ってください。

文責：森安裕江



参考資料

- 入学前から始めよう 発達が気になる子の「できる」を増やすからだ遊び（小学館）
- NHK-E ウワサの保護者会

スタッフがつけた！

★子どもたちのキラリ～ン★

数年前のことです。小学1年生の時から月2回の個別指導に通信始めたAくん。お家の方からは、読み書きなどの学習の土台となる内容をご希望とのことでスタートしました。

個別指導を始めた頃のAくんは、文字を書くときに、筆圧が安定せず手首を柔軟に動かすことが苦手な様子でした。Aくんはお家ではゲームをしたりブロックで作品を作ったりするなど好きなことに熱中して楽しんでいるとのことでした。そこでAくんの好きなキャラクターを教えてもらい、その絵の上から半透明の用紙を重ねて鉛筆でなぞることを始めました。その他にAくんは体を動かすことも

好きな様子でしたのでバランスボールを使って体幹を意識した動きや、手首を使ってリボンをクルクルと回す動きなどを机上の活動と並行して続けてきました。また、体や手指を使う経験のために、お家の方のご協力のもと、様々なお手伝いにもチャレンジしてもらいました。Aくんはお手伝いをした毎にもらうシールをためて、好きな絵柄の缶バッチを何個ももらうほどの頑張りようでした。そして2年生になったある日、絵の線なぞりを行ったAくんは、手首を滑らかに使い、程よい筆圧で仕上げていました。私は「すごいね！」と言いながら今までのAくんの頑張り思い出していました。その時のAくんの笑顔は最高のキラリンでした。

(高田由美子)

お知らせ

●靴の着脱について

6月にご案内いたしました、靴の着脱に関するお願いへご協力をいただき、誠にありがとうございます。引き続き指導には、上履きと外履き入れが必要となります。また、外履きは教室までお持ちいただくようお願いいたします。

●避難訓練について

10月から11月にかけて、お子さんやグループの状況に合わせて、避難訓練を実施いたします。詳しい内容につきましては、指導担当者までお問い合わせ下さい。

●継続希望調査用紙について

11月頃を目途に来年度の指導継続希望調査用紙を配布いたしますので、12月中(12月10日予定)にご回答のほど、よろしくようお願いいたします。詳細は追ってご連絡いたします。

フトゥー口通信 2022年度 2号

発行日 2022年9月30日

発行所 NPO フトゥー口 LD 発達相談センターかながわ

〒226-0025 横浜市緑区十日市場町 803-2 第一サンワードビル 2F