



## 落ち着きがない，字が粗末なのはなぜ？ ～「感覚統合」の話～

冬休み中に，大曲支援学校の高田あづさ先生をお招きして「感覚統合」についての職員研修会を行いました。

「感覚統合」という言葉は聞きなれない言葉です。感覚というと「視覚」「聴覚」「嗅覚」「味覚」「触覚」が思い浮かぶと思いますが，その他にバランスに関わる「平衡感覚」や筋肉や関節の動きを感知して動きや力加減の調整や運動のコントロールをする「固有感覚」があり，それらがバラバラではなくバランスよく連携して機能することを「感覚統合」というのだそうです。脳に入ってくる様々な感覚情報を交通整理する働きがうまく機能しないと，いろいろな調整に不具合が生じやすくなるということです。例えば，「落ち着きがない」「姿勢が悪い」「字が粗末」等々，ひとつひとつは以前から散見されたその子どもの特徴のようにも思えますが，最近はそのような特徴をもった子どもの数が多く，それには「感覚統合」がうまく機能していない場合があるということでした。ですから「感覚統合」の発達を促すことで，それらが改善していく場合もあるようなのです。

その原因として考えられることは，子どもが育っていく環境が昔と違っていることです。外でたっぷり遊ぶ時間が少ないことや，年齢差のある子ども集団で遊ぶ経験がないことなどです。これまではごく普通の「遊び」の中で感覚統合の発達が進んできたはずなのですが，それが最近の子どもたちの生活が変わってきたことで子どもたちの育ちが変化し，結果，脳のアンバランスを調整しながら適切に成長していくことが困難になっているということです。本来なら十分に発達できる素質をもって生まれてきた子どもが，その素質をうまく開花できない生活条件になっている。その結果，上記のような行動を示す子どもの割合が高くなってきているということです。

それぞれの感覚が十分でないと次のような症状が表れやすいということです。

### 触覚が鈍感だと

- ぶつかったりけがをしりしても平気である
- 歯形をつけるほど強く噛むなど自傷的行動をする
- 爪や鉛筆をかむ
- 手に触れたものをすぐ口に入れる
- 食べ物をよく噛まずに飲み込む
- 他人との程よい距離感をつかめず近付きすぎる

### 触覚が敏感だと

- 人に触ることはできるのに，人に触られると嫌がる
- 頭をなでられる，手足を触られるとビクツとする
- 帽子，マスク，靴下を嫌がる
- 爪切りや髪を切られるのが苦手
- 服の素材やえりの具合など，衣服への違和感が強く，服装へのこだわりが強い

### 平衡感覚が鈍感だと

- 姿勢を真っ直ぐ保てない
- 書字が苦手，ノートがとれない
- 頭や体をいつも動かしている
- 目の前で手をヒラヒラさせてずっと見入っている
- 視線を定められず人の目を見て話せない
- 回る遊具やブランコ等が大好きで離れようとしていない

### 平衡感覚が敏感だと

- 乗り物酔いをしやすい
- 文字などの飛ばし読みが多い
- 動く遊具が怖い，嫌い
- 頭を傾けたり身体が傾いたりするのを嫌がる
- 警戒心が強く集中を保てない
- 高いところや足場の不安定なところを怖がる

### 固有感覚が鈍感だと

- 細かな動作が苦手
- 姿勢が悪く，ダラダラして見える
- 力加減が調整できず動作が乱暴
- 文字がうまく書けない
- 何かにぶつかったり転んだりしやすい
- 常に身体に力が入っている or くにやりとしている
- 動きを模倣するダンスなどが苦手
- コツコツと机をたたいて音を出すなど自己刺激的な行動をする

では，「感覚統合」の発達を促すにはどうしたらいいのでしょうか。（次号に続く）