



巡回相談スタッフの紹介

- ①氏名 ②役職
- ③出身地 ④趣味
- ⑤メッセージ

- ①菅原 慎逸 (すがはら しんいち)
- ②主任
- ③千葉県
- ④ドラマ視聴
- ⑤立場は変わりましたが、今年度も引き続き、バックアップさせていただきたいと思います。

- ①藤井 貴絵 (ふじい きえ)
- ②心理相談員
- ③埼玉県
- ④神社で森林浴 温泉 海をみる ☀
- ⑤新しい気持ち・視点をもって先生方と一緒に子ども達の支援・幸せについて考えていきたいです。

- ①荒川 明日 (あらかわ はるひ)
- ②心理相談員
- ③静岡県
- ④カメラ、岩盤浴
- ⑤フレッシュな視点からお子さんの支援を考えていきたいと思います。

- ①浜野 翔太 (はまの しょうた)
- ②言語聴覚士
- ③埼玉県
- ④映画鑑賞、ゲーム、漫画
- ⑤言葉や学習支援、行動などについて、先生方とご相談できればと思います。

- ①頼母木 直人 (たのもぎ なおひと)
- ②主査
- ③静岡県
- ④フットサル、子どもとポケモン Go
- ⑤12年ぶりに巡回相談に帰ってきました。どうぞよろしくお願いいたします。

- ①市川 真帆 (いちかわ まほ)
- ②心理相談員
- ③東京都
- ④ドラマを見る、山に登る (♥)
- ⑤先生方と、ともに話しながら、その子の理解を深め、支援のヒントを見つけていきたいです。

- ①佐藤 知香 (さとう ちか)
- ②心理相談員
- ③静岡県
- ④美味しいパン屋巡り、散歩
- ⑤お子さんがよりよく生活を送れるよう、その子に合ったサポートを考えていきたいです。

- ①小川 萌 (おがわ めぐみ)
- ②心理相談員
- ③東京都
- ④カフェ巡り
- ⑤その子に合った、学校やご家庭でできる支援について、一緒に考えていきたいです。

- ①蔵元 百朋 (くらもと もとも)
- ②作業療法士
- ③東京都
- ④料理、裁縫、ラジオを聴く
- ⑤一人ひとりがその子らしく過ごせる方法を作業療法の視点も交えて考えていきたいです。



巡回相談では、特別な支援が必要と思われるお子さんについて、授業観察や聞き取りを通して特性を見立て、先生方と支援の方向性を考えていきます。障害の判定や就学・進学先を決めるためのものではありません。児童・生徒の支援に関してはさまざまな手段・資源がありますが、その一つとしてご活用ください。

お申込みは、校内委員会で決定の上、保護者の同意を得て、「巡回相談申込書」を作成し、専用封筒で教育センター巡回相談担当まで、交換便で送付してください。

(Tel 664-1615)

ほっと通信

発行：八王子市教育委員会

教育指導課（教育センター）巡回相談チーム

八王子市散田町 2-37-1 TEL664-1615

（八王子市教育センター内）



日頃より巡回相談チームの活動にご協力いただき、ありがとうございます。いまだに新型コロナウイルスのリスクや不安が消えない生活が続いていますが、子どもたちのより良い学校生活や学びのために、今年度も巡回相談チームは心理士・作業療法士・言語聴覚士の三職種で協力しながら、学校をサポートさせていただきます。訪問をお待たせしてしまうことがあるかもしれませんが、先生方と一緒に様々な支援策を検討していければと思っています。よろしくお願いします。

今年度の教育指導課（教育センター）巡回相談チームの職員は以下の通りです。

- | | |
|----------------------------|---------------------------------------|
| ○主査（市職員） | 頼母木 直人 |
| ○主任（市職員） | 菅原 慎逸 |
| ○心理相談員（会計年度任用職員） | 市川 真帆 ・ 藤井 貴絵 ・ 佐藤 知香
荒川 明日 ・ 小川 萌 |
| ○特別支援専門相談員（作業療法士／会計年度任用職員） | 蔵元 百朋 |
| （言語聴覚士／会計年度任用職員） | 浜野 翔太 |



さまざまな視点でとらえてみよう！

巡回相談チームには、心理相談員、作業療法士、言語聴覚士といった専門職が在籍しております。巡回相談では、児童・生徒の状態に応じて専門職がチームを組み、それぞれの専門的な視点から見立てを行い、支援の手立てを総合的に考えていきます。

今回の「ほっと通信」では、心理相談員から「こころと体のセルフケア」について、作業療法士からは『「感覚」の視点』について、そして言語聴覚士からは「困り感を軽減する道具」について、ご紹介いたします。先生方が児童・生徒の支援に取り組まれる際の一助になれば嬉しいです。

言語聴覚士より

支援を必要とする児童・生徒は、様々な困り感を抱えています。今回は、主に学習場面での困り感を軽減できそうなグッズをご紹介します。これらの道具は、誰にでも適しているというわけではありませんが、個々に合った使いやすいものを使用することで、苦手意識を和らげることに繋がります。

他にも色々なサポートグッズがありますので、必要に応じて探してみてください。

鉛筆の持ち方を補助・練習するグッズ

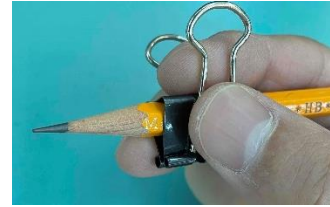
力がうまく入らない子にオススメ!



イージーカラー色鉛筆¹



もちかたくん²



クリップで鉛筆を挟む

使いやすい道具



カラーバールーペ³
文字が大きくなる



みんなのはさみ⁴

握るだけで切れます!



カスタハサミ⁵



サクラクレパス定規⁶

ずれにくい



NUVO リコーダープラス⁷
押さえやすい



くるんパス⁸
回しやすい



ピントスクール⁹

姿勢が崩れにくくなります!

漢字の覚え方



小学全漢字覚えるカード¹⁰
パーツを声に出して覚える



漢字博士¹¹

へんとつくりのカードを組み合わせる



ミチムラ漢字学習カード¹²
部品の組み合わせを唱える

- <出典> 1. <https://www.stabilo.com/jp> 2. <https://www.tombow.com/> 3. <https://kyoei-orions.com/>
4. <https://www.nippon-riki.co.jp/> 5. <http://www.harac.jp/> 6. <https://www.craypas.co.jp/>
7. <https://kcmusic.jp/> 8. <http://www.sonic-s.co.jp/> 9. <https://pin-to.net/>
10. <https://gakken-ep.jp/> 11. <https://shop.okunokaruta.com/> 12. <https://kanji.cloud/>

心理相談員より

コロナ禍での”こころと体のセルフケア”

コロナウイルスによる影響が長引いており、新しい生活様式に慣れてきた半面、疲れが溜まっていることと思います。日々、子ども達の様子に目を向け続けている中で、一度立ち止まり、改めて先生方ご自身の“こころと体”をいたわるることについて考えてみてはいかがでしょうか。

【セルフケア】

ちょっと体の具合が悪いけれど、薬を飲んだり、病院へ行くほどではない—そんな時、先生方はどうされていますか？ 温かくて消化のよい物を食べる、ゆっくりと湯船につかる…このように“自分のできる範囲で自分の面倒を見ること”は、セルフケアの基本となります。体の疲れだけでなく、こころが疲れた時も早めにセルフケアすると、とても効果があるといわれています。

【おすすめの方法】

ご自身が「心地よいこと」を選択することがポイントです♪

- ・体を動かす
- ・腹式呼吸
- ・歌を歌う
- ・音楽を聴く
- ・アロマをかぐ
- ・人に話す
- ・なりたい自分に目を向ける
- ・今の気持ちを書いてみる など

セルフケアの方法は、その日の気分や体調に合わせて選んでいけるとよいです。例えば、眠れなくて体がしんどい、食事をあまりとっていない時などは、無理に体を動かそうとせず、優しくスローな音楽で不安や緊張を和らげたり、息を吐くことを意識して深い呼吸を試みたり…。こころが楽になると体も楽に。体が落ち着くとこころも落ち着いていきます。先生方ご自身の心身を整えることは、子ども達へのよりよい支援につながると思います✿

参考：厚生労働省 こころもメンテしよう

作業療法士より

「感覚」の視点から子どもたちの姿を見てみよう



作業療法士は、主に3つの柱「運動」「感覚」「社会性」でお子さんの姿や行動を見ています。今回はその中の「感覚」について紹介し、お子さんを理解する視点のひとつとして加えて頂けると嬉しいです。

【種類】 作業療法で扱う感覚は7つあります。

視覚



聴覚



臭覚



味覚



触覚



前庭覚



固有覚



体の傾きやスピード
回転を感じる

体の位置や動き
力の入れ具合を感じる

【特徴】

- ①感覚の **入力 ⇒ 情報処理 ⇒ 出力** 。この一連の処理は無意識で行われています。
- ②感覚は同じ刺激でも反応が弱い人、過敏な人、刺激を求める人、刺激を避ける人等、受け取り方は様々で個人差が大きく、目にも見えにくいことが多く、自分の感じ方がスタンダードだと思いがちです。そのため他の人との違いに気付きにくい面があります。
- ③気付かれないことで・・・

食事 運動 睡眠 注意 多動 衝動性 姿勢 不器用 疲労 感情 等々に影響が現れます。

【対応】

お子さんの姿や行動を考える具体的な対応策として「どうすべきか」の前に、状況を理解し「なぜそうせざるをえないのか」の視点で本人に寄り沿った声を掛けることからサポートが始まります。

子どもたちを知り、理解する為に「感覚」の視点に加わることで、本人の努力や我慢、慣れではないサポートの方法が見えてくることを期待します。

