

あゆみ保育園 講演会

# 就学に向けて 集団生活で必要なスキル

0歳から始まる集団生活を見据えた育ちのポイント

2026.2.5

あそびりぼー場！  
かとうみく（小児理学療法士）



# 1

## PROFILE





かとう みく

# 加藤 未来

あそびりぼ一場！代表／小児理学療法士

1982年1月11日生まれ、立川市出身・武蔵村山市在住

2003年に理学療法士国家資格取得

NICUの赤ちゃん～100歳の脳性麻痺の方を対象に

延べ2万人以上の小児領域でのリハビリテーションを経験。

4人兄弟の育児経験より発達グレーの子どもたちの支援体制を整えるべく、2020年よりあそびりぼ一場！として子育て支援を開始。





# 出 会 い の 場 .....

健やかひろば



ふたばっ子ひろば（ねんね）  
つばみっ子ひろば（ヨチヨチ〜）

児童発達支援



個別療育（ちいろば教室）  
運動あそび教室

紡ぐカフェ  
（お口育てセミナー）



抱っこ紐・ヨガ・アート体験・  
足育

保育園巡回



武蔵村山市・瑞穂町・小平市

こども病院



医ケア児レスパイト  
緊急一時保護  
哺乳障害等の管理入院





# 2

本日の内容





# PROGRAM

.....

① 我が子に願う事

考えてみよう

② 成長の個人差

なぜ苦手さが出てくるの？

③ 土台作りのご紹介

0歳からできること

④ 今できること

「座る」を分解して考えよう

⑤ ご質問より

指しゃぶりについて







我が子に願う事



# 就学に向けて

集団生活の中で

身につけておきたいことって何だろう？

こんな子になって欲しいな





# 3歳児以降に多い相談内容



## ● 集中力に関すること

一斉指示を聞いていない・お話し中の立ち歩き・**座って  
いられない**・遊びこめない

## ● 気持ち（行動）の切り替え

謝ることができない・集団に入れない（不安）・癇癪・  
怒り泣き

## ● 不器用さに関すること

はさみ・運筆・お箸

運動がぎこちない

運動が嫌い・新しいことは苦手・あそびが広がらない



**そもそも  
なぜ苦手さ（個人差）が出てくるのか？**

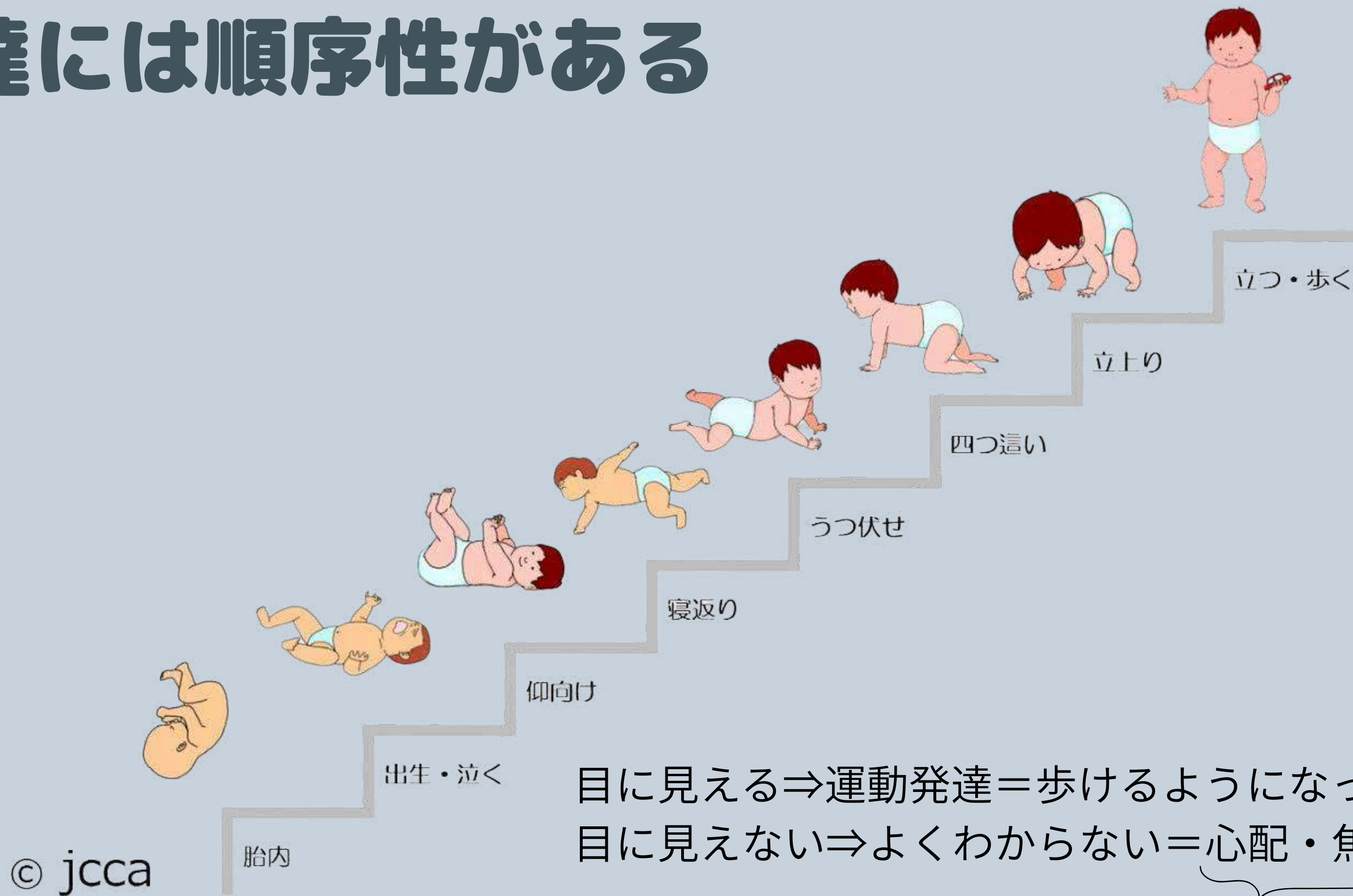




成長の個人差



# 発達には順序性がある



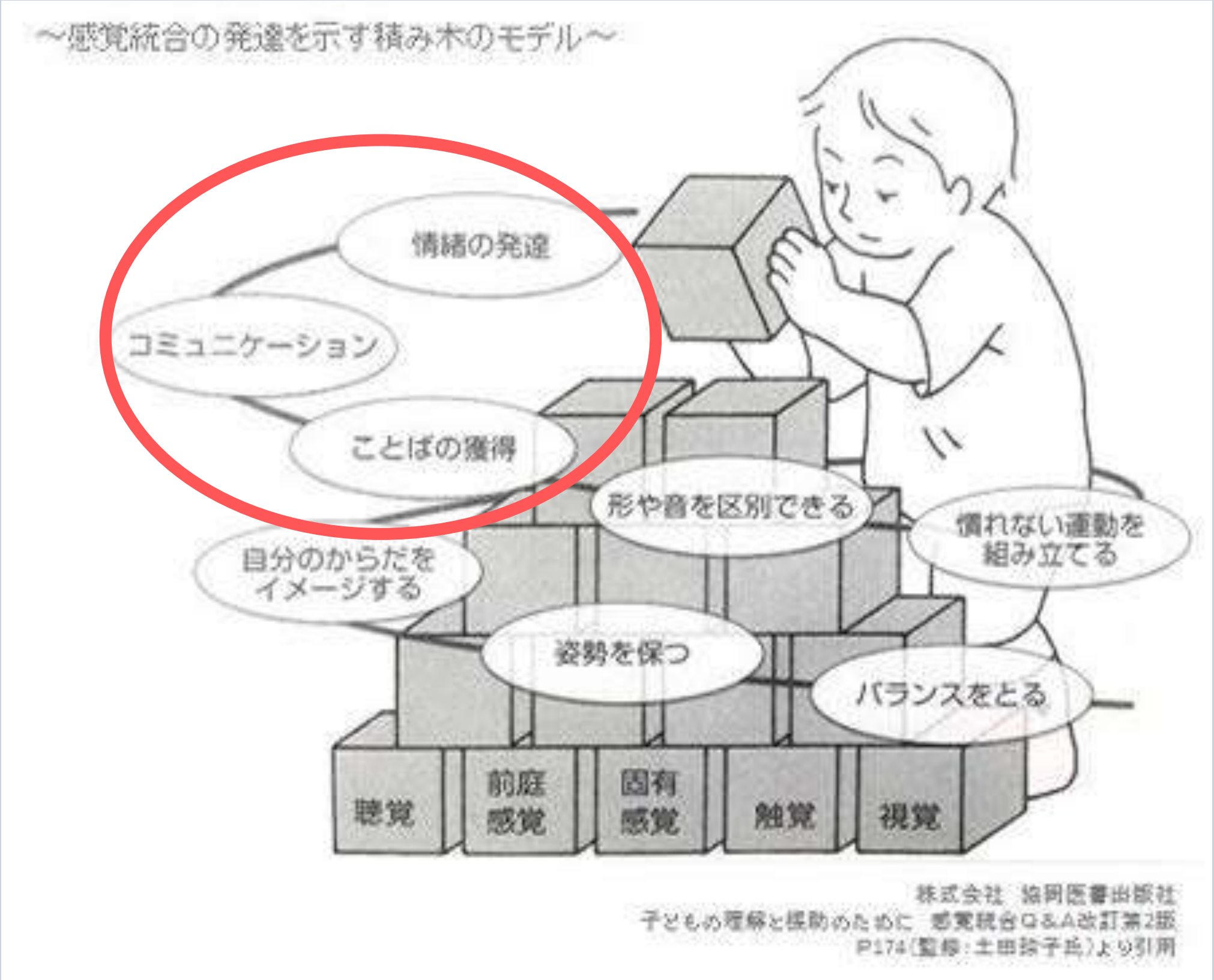
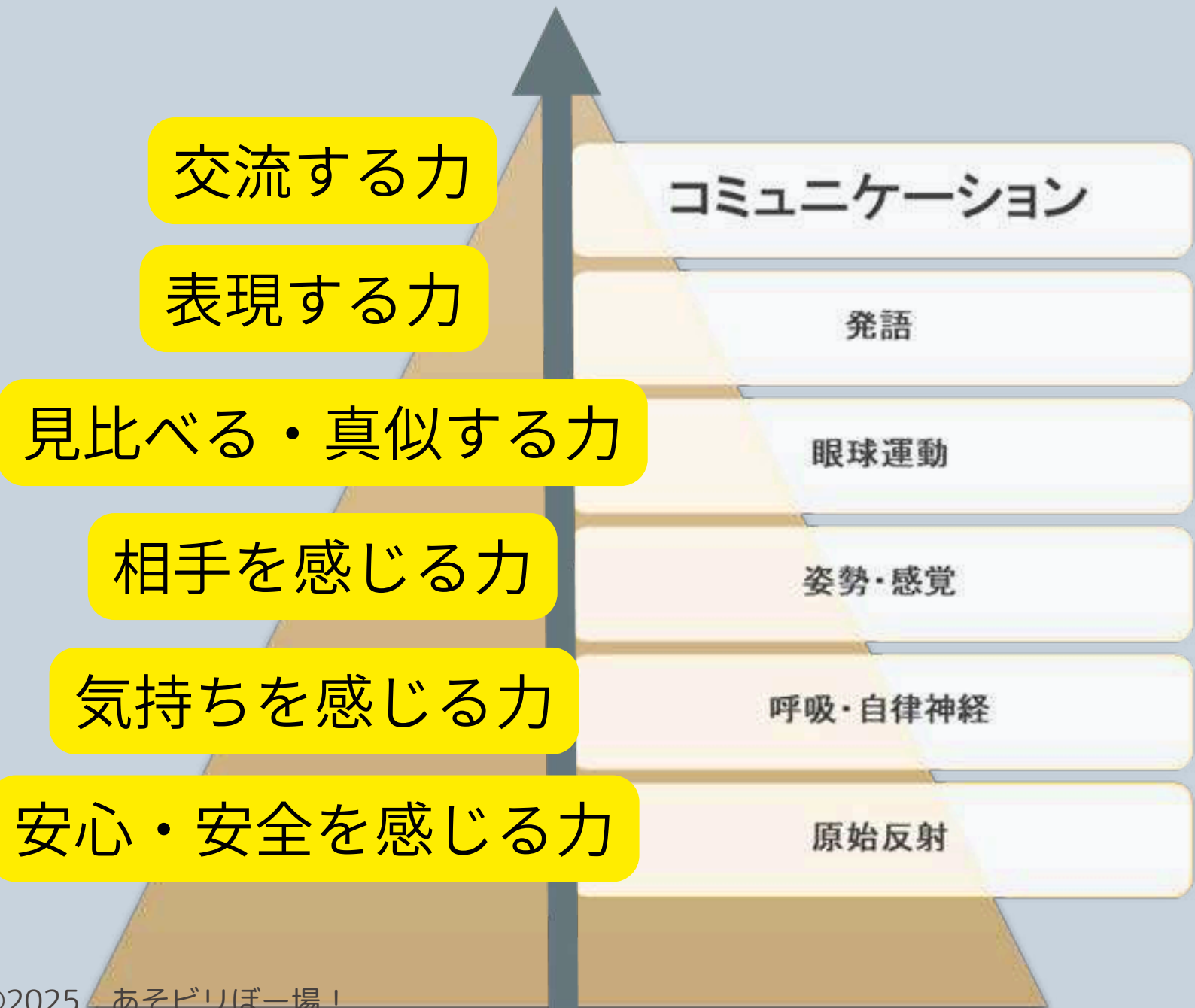
目に見える⇒運動発達＝歩けるようになって一区切り  
目に見えない⇒よくわからない＝心配・焦り・不安

ワープしやすい



# 歩けるようになってからの発達は何？

教育/社会性/しつけ  
こうした発達の土台の先にある





# 育児の悩みあるある話



● 抱っこじゃないと寝ない

床に寝かせた瞬間起きてしまう **背中スイッチ**

● 横抱きが嫌い

なんだか背中が突っ張って抱きづらい **新生児から  
縦抱き**

● 泣かない = 育てやすい？

● 見た目が大事？

一人で飲んでくれること

一人で寝てくれること

一人で遊んでくれること

**育児グッズの  
進化**

見た目が可愛い？人気がある？おしゃれ？



# 赤ちゃんの困り事

寝つきの悪さ

中途覚醒

よだれ

多動

イヤイヤ

強い人見知り

便秘・過食・丸のみ食べ

受け身（動かない）

ボーっとしている

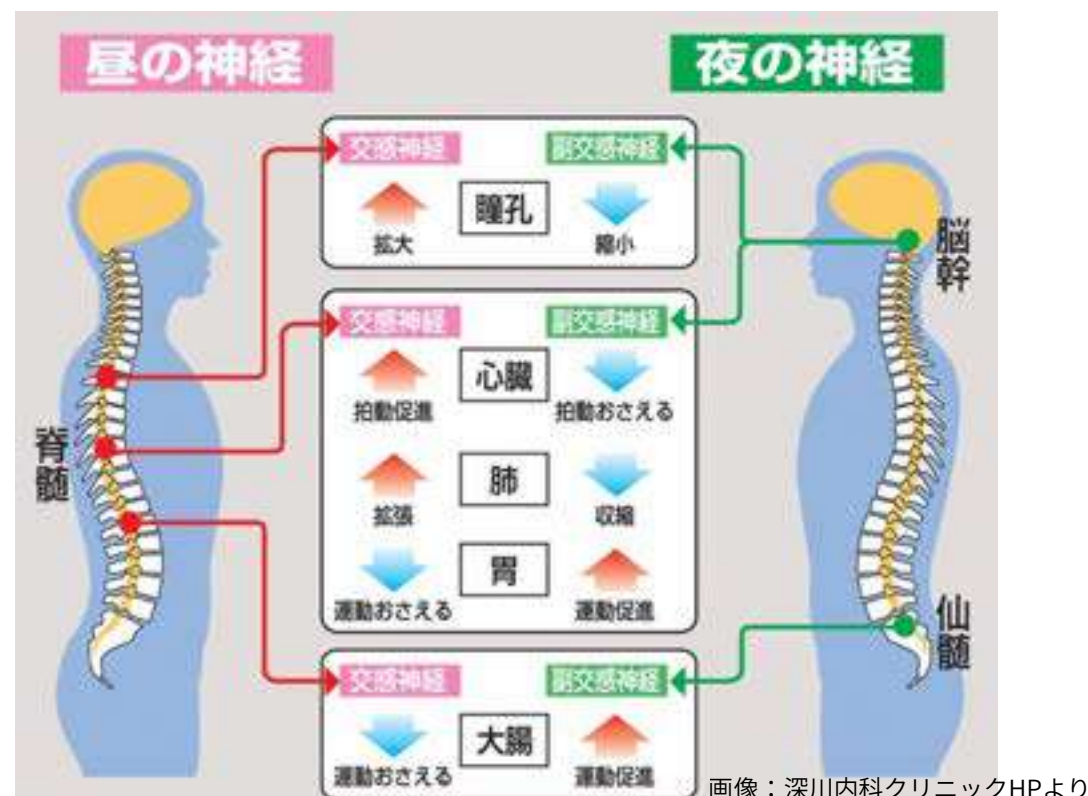
表情が少ない

ことばの遅れ

人見知りがない

少食

オムツがはずれない



# 姿勢と自律神経の関係

骨盤前傾



吸う息が多くなる



交感神経が優位になる



興奮



過緊張状態

反り返り



前傾



正常

脱力



後傾

骨盤後傾



吐く息が多くなる



副交感神経が優位になる



リラックス



元気がなくなる









運動の障害



後ろ重心の歩き方



# ポイントは「付き合い方」

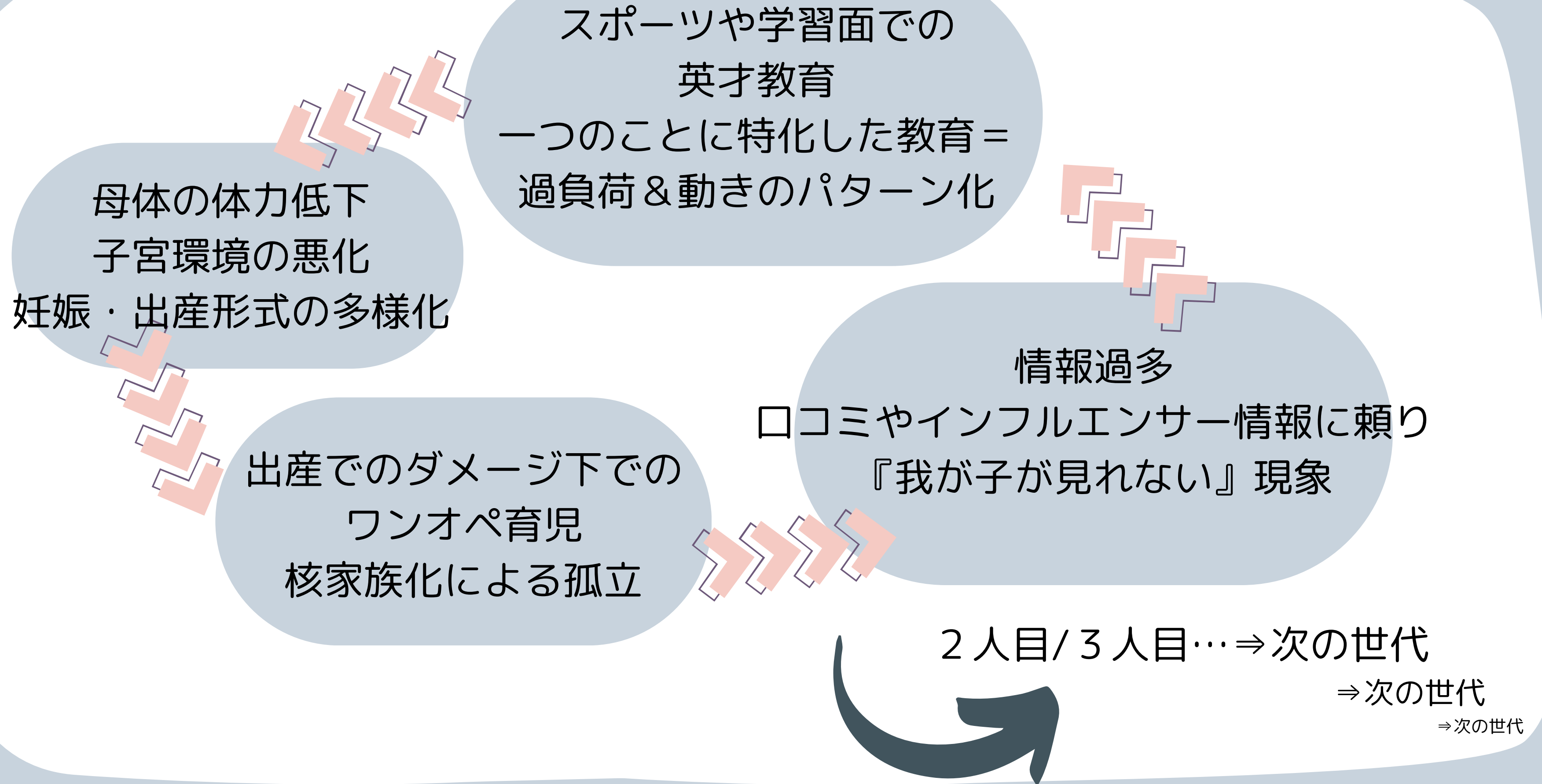


愛着





# 現代の子育て





土 台 作 り の ご 紹 介



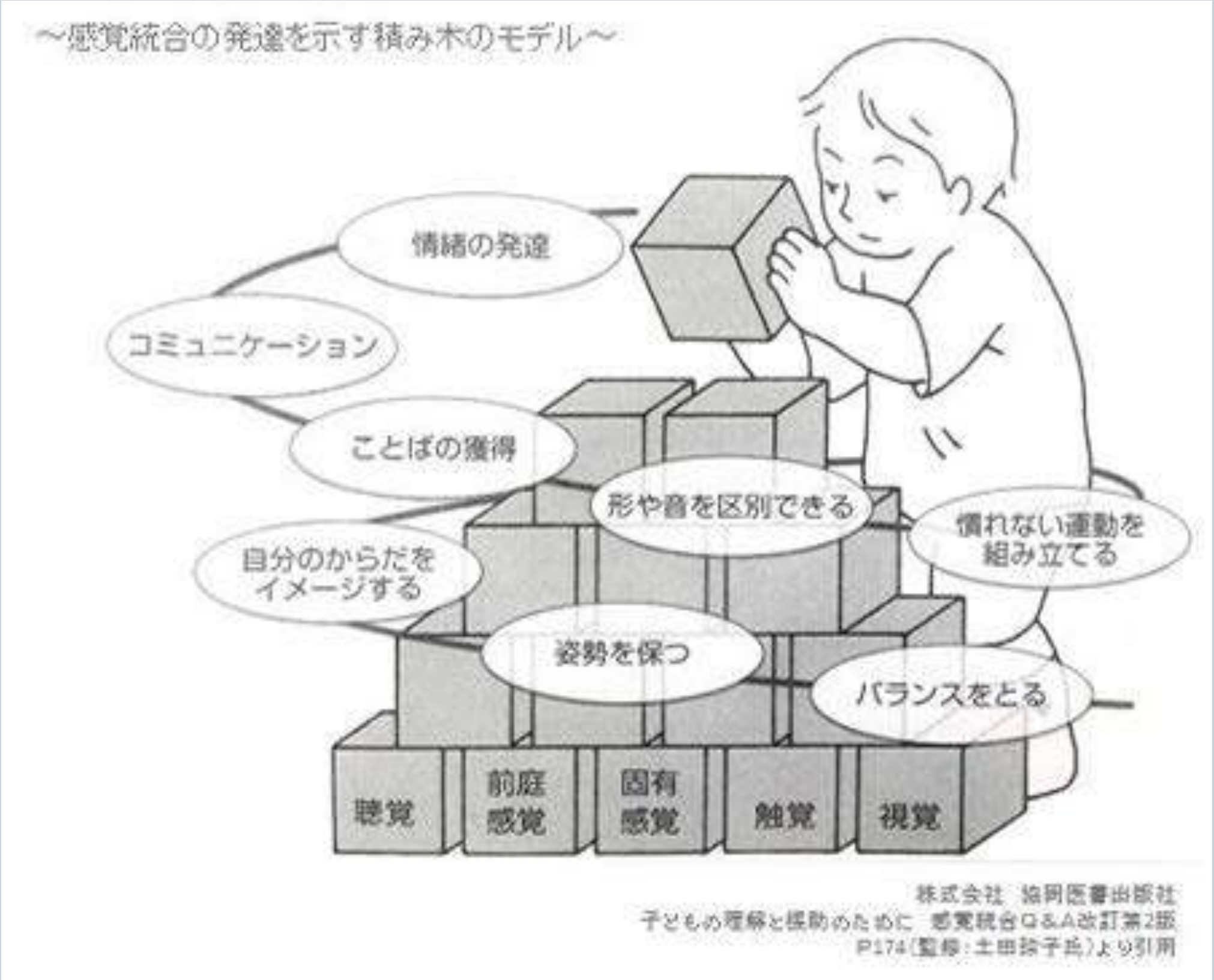
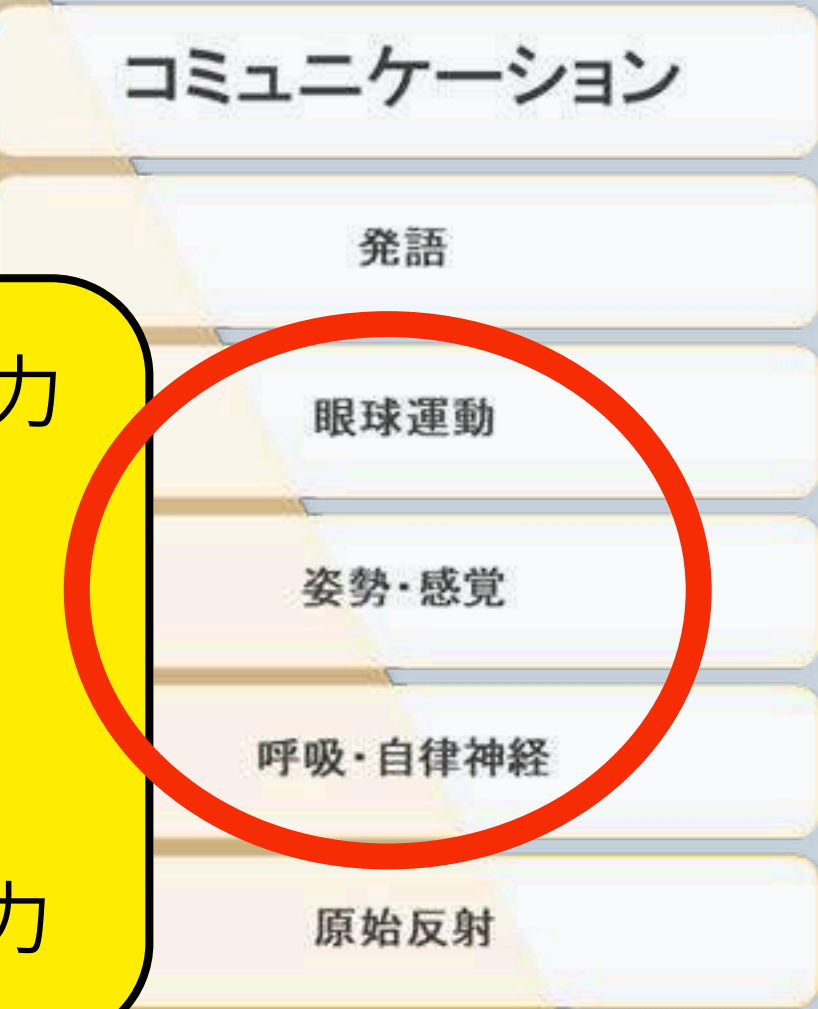


# 歩けるようになってからの発達は何？

教育/社会性/しつけ  
こうした発達の土台の先にある

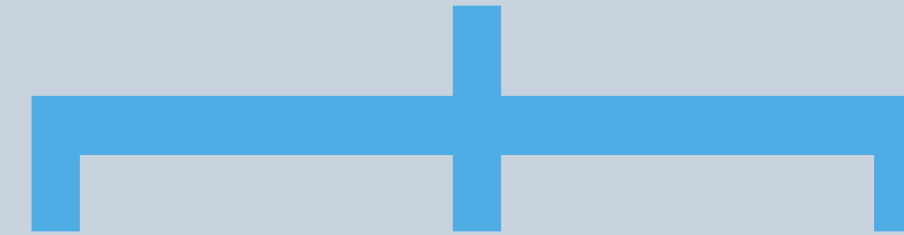
交流する力  
表現する力

見比べる・真似する力  
相手を感じる力  
気持ちを感じる力  
安心・安全を感じる力





# 武蔵村山市の子育てひろば事業 健やかひろば



あそびりぼ一場！  
ふたばっ子ひろば  
つばみっ子ひろば

NPO法人 いつひよ  
親子コミュニティひろば

NPO法人 こどもと  
みんなのひろば

- ・ 予約不要
- ・ 無料
- ・ 理学療法士／助産師が運営
- ・ 個別相談可

理学療法士のいる  
**健やかひろば**  
＊あそびりぼ一場！

**予約不要**  
会場 武蔵村山市民総合センターうさぎルーム  
ふたばっ子 第2月曜  
つばみっ子 第4月曜  
(月によって変動あり)  
※スケジュールは  
市報・インスタで確認できます

**ふたばっ子ひろば**  
あんよ前のちいさな赤ちゃん向け  
ふれあいあそびが中心のじかん  
お話し付き・個別相談可  
開っこの仕方や赤ちゃんの触れ方。開わり方など  
より育児に役立つ遊びを行います。

**つばみっ子ひろば**  
よちよちあんよ～の赤ちゃん向け  
動きのある遊びが中心のじかん  
お話し付き・個別相談可  
こどもの成長に欠かせない。感覚あそびや運動の  
様々を遊ぶ遊びを行います。

**スタッフ**  
※理学療法士 こんどうめぐみ  
双子を含む3姉妹の母  
得意なこと)  
抱っこやタッチのこと。産後のママのこと  
ママのこころのケア  
※理学療法士 かとうみく  
高校生～小学生の4兄弟の母  
得意なこと)  
赤ちゃんの発達全般。抱えること・食べるこ  
と・寝ること等、育児の中の「困った」  
の理由を紐解くこと

**STEP UP**  
運動あそび あそびりぼ一場！  
子どもたちのココロとカラダの育成教室

**たんぽぽクラス**  
準備中  
※参加費無料！

**わたげクラス**  
第3土曜 午前  
※参加費無料！(お菓子とお茶付)

**小学生クラス**  
第2日曜 午前  
伊つくりじゅくりコース  
第4日曜 午前  
元気あそびコース

**お問合わせ**  
メール：asobiriboooooba@gmail.com





抱っこ紐





# 姿勢・足育で



巻き爪



親指浮指



小指覆指



小指浮指



偏平足



かがみ指



開帳足

足のトラブル





今 で き る こ と



# 「座ってられない」の解決方法



## ①感じる力・調整が弱い場合

**静止が難しい or 動いていた方が集中できる**

⇒お手伝いを通して「役に立った！」のポジションへ。

⇒リトミック、ケンケンパ、だるまさんが転んだなどで「切り替え力」を育てるあそび

⇒感覚あそび

## ②複数タスクが苦手な場合

**そもそも座っていることが大変**

⇒滑り止めマット・座りを安定させるクッション・ずっこけ防止パッドを使用する

## ③周りの状況に気づきにくい場合

⇒イラストやスケジュールの提示、運動あそび、生活リズム再確認





ご質問より



# 爪を噛んでしまおう（指しゃぶり）のはなぜ？

## ①感じる力・調整が弱い場合

⇒指をしゃぶることで、自分を真っすぐに保とうとする調整のクセ  
（安定する感覚が欲しい）

※ 2歳頃を過ぎてくると  
自分の苦手さを自覚してくる場合もある

## ②複数タスクが苦手な場合

⇒不器用さを補填する行動  
（力が入ってしまったり両手が同時に動いてしまうための抑制）

## ③周りの状況に気づきにくい場合

⇒集中力を高めるための手段、顔や頭を安定させるための手段

全てに当てはまるのは  
「安心・安全」を感じるための手段



# POINT

- ① 集団生活に必要なスキルは0～1歳の発達で積み上げる
- ② 子どもたちの育ちは環境に大きく影響を受けている
- ③ 子どもたちの行動は気づきのチャンス

『あれ?』の直感には必ず理由あり。  
今の困りごとより、昨日までの育ちを振り返る！



# CONTACT

✉ [asobiriboooooba@gmail.com](mailto:asobiriboooooba@gmail.com)





Thank you

