

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

あそビリぼー場！  
かとうみく（小児理学療法士）



# 1

PROFILE



かとう  
みく

# 加藤 未来

あそビリぼー場！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年よりあそビリぼー場！として子育て支援を開始。



# 出会いの場

.....

健やかひろば

児童発達支援

紡ぐカフェ  
(お口育てセミナー)

保育園巡回

こども病院

ふたばっ子ひろば(ねんね)  
つぼみっ子ひろば(ヨチヨチ~)

個別療育(ちいろば教室)  
運動あそび教室

抱っこ紐・ヨガ・アート体験・  
足育

武蔵村山市・瑞穂町・小平市

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 ..... ③ 土台作りのご紹介

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？

④ 今できること

0歳からできること

⑤ ご質問より

「座る」を分解して考えよう

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<sup>と</sup>

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・集団に入れないと不安・癪癩・怒り泣き

## ● 不器用さに関するこ<sup>と</sup>

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

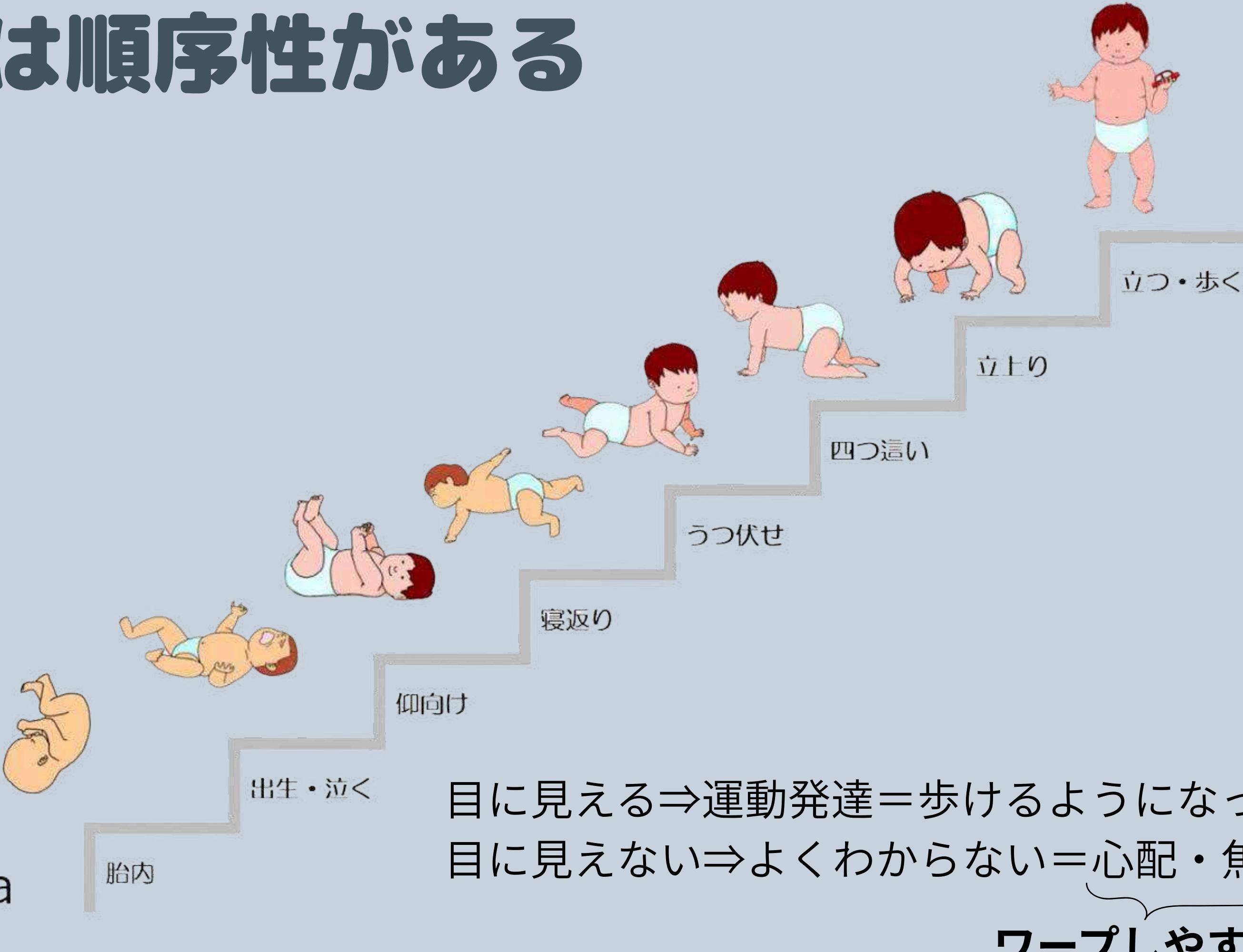
そもそも  
なぜ苦手さ（個人差）が出てくるのか？



成長の個人差



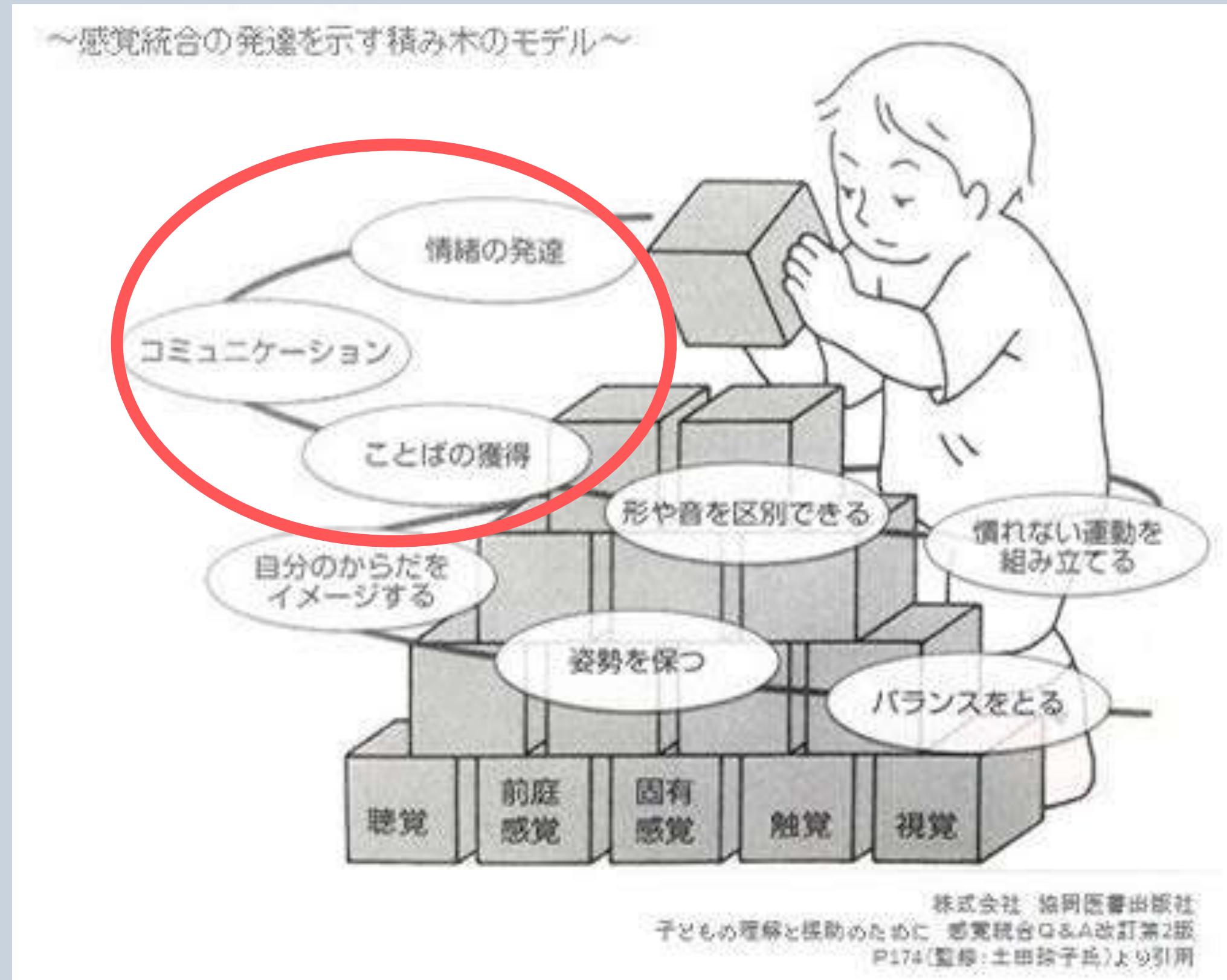
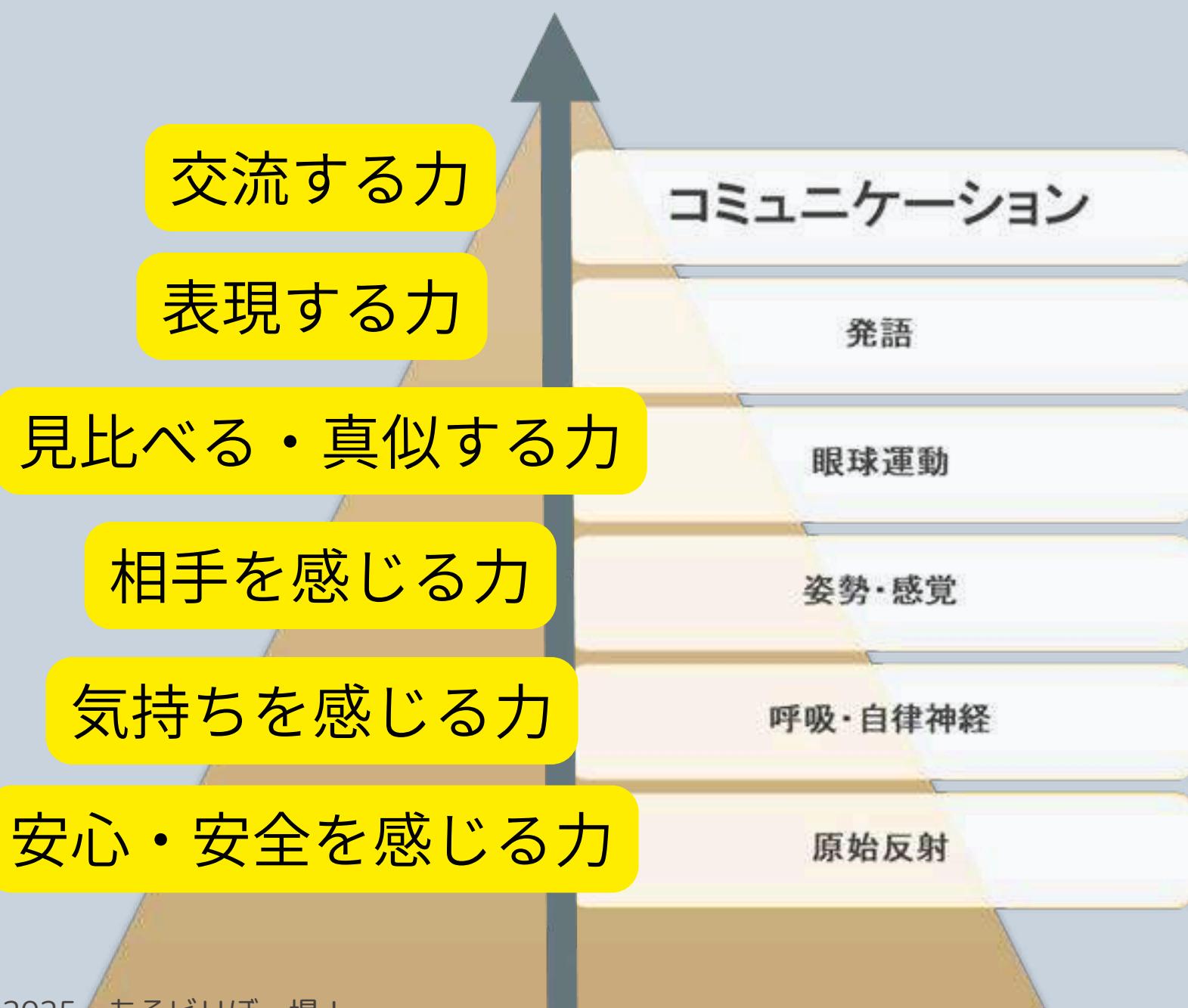
# 発達には順序性がある



© jcca

# 歩けるようになってからの発達は？

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

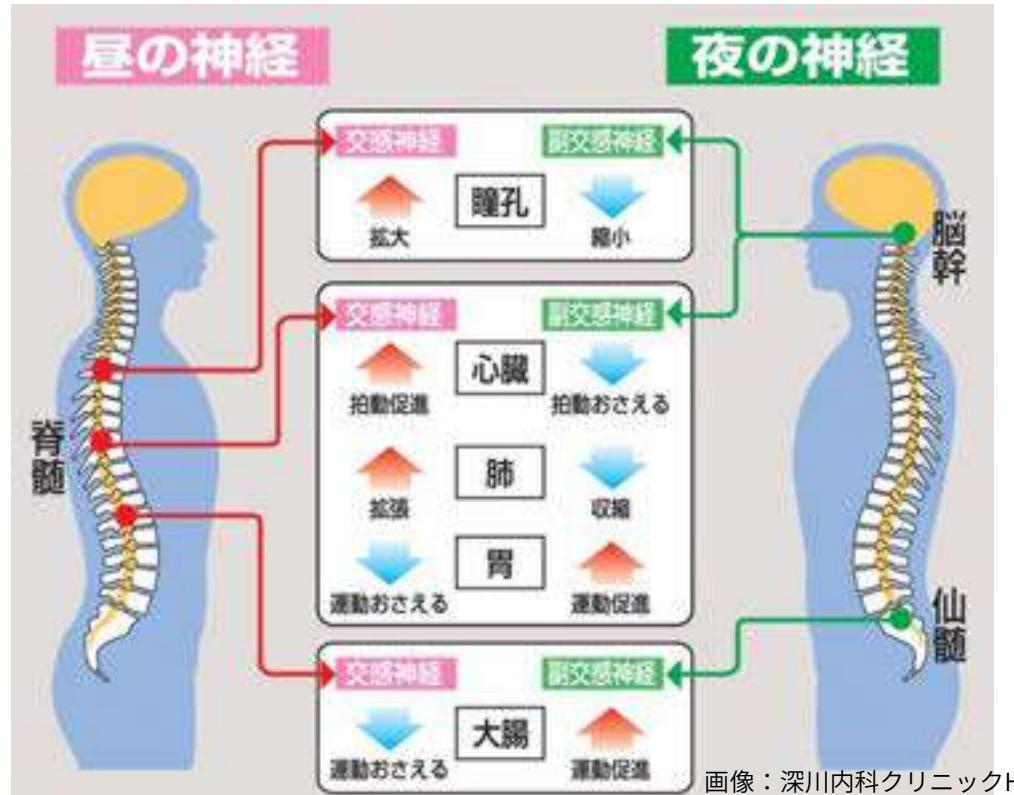
ことばの遅れ

人見知りがない

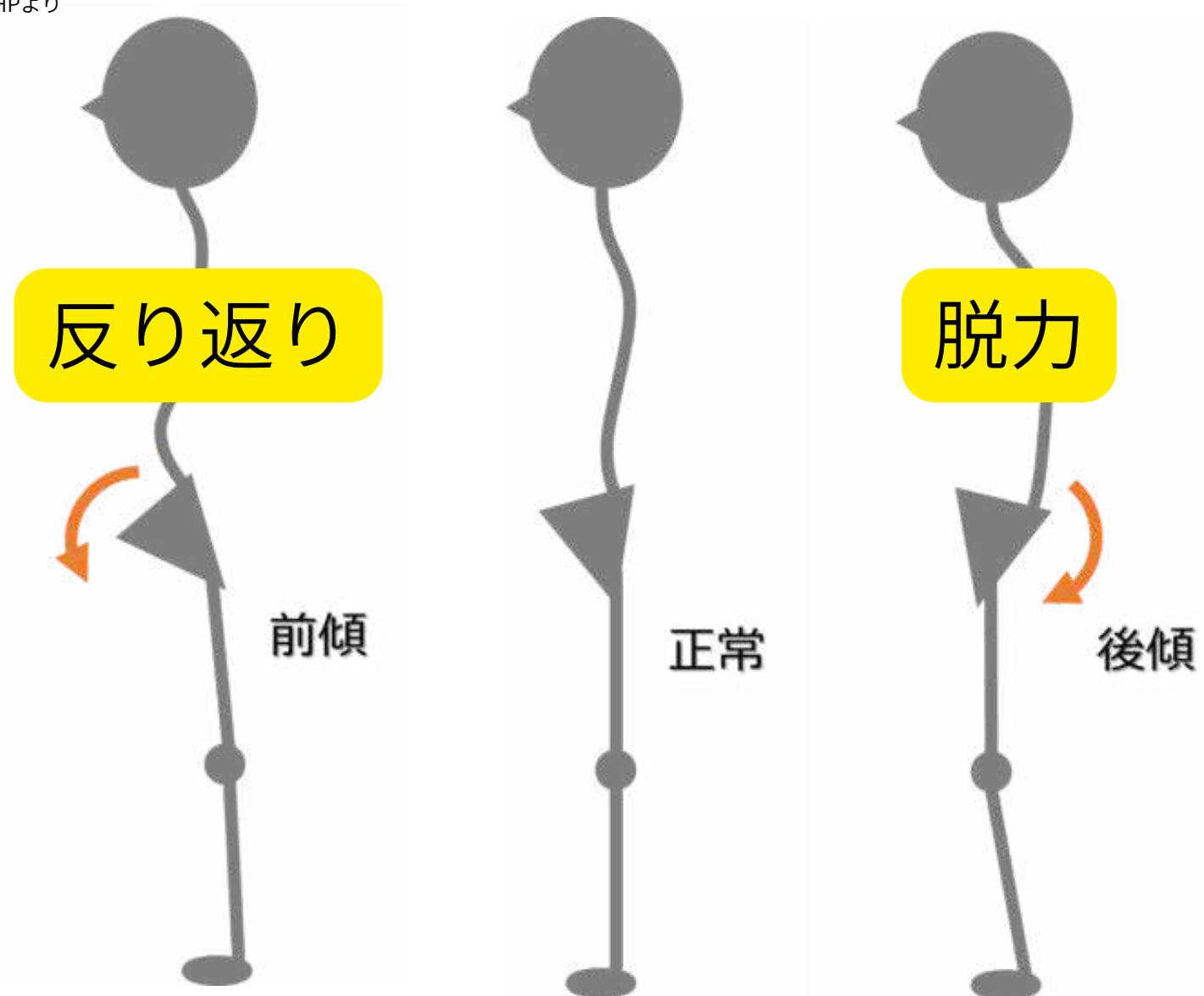
少食

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



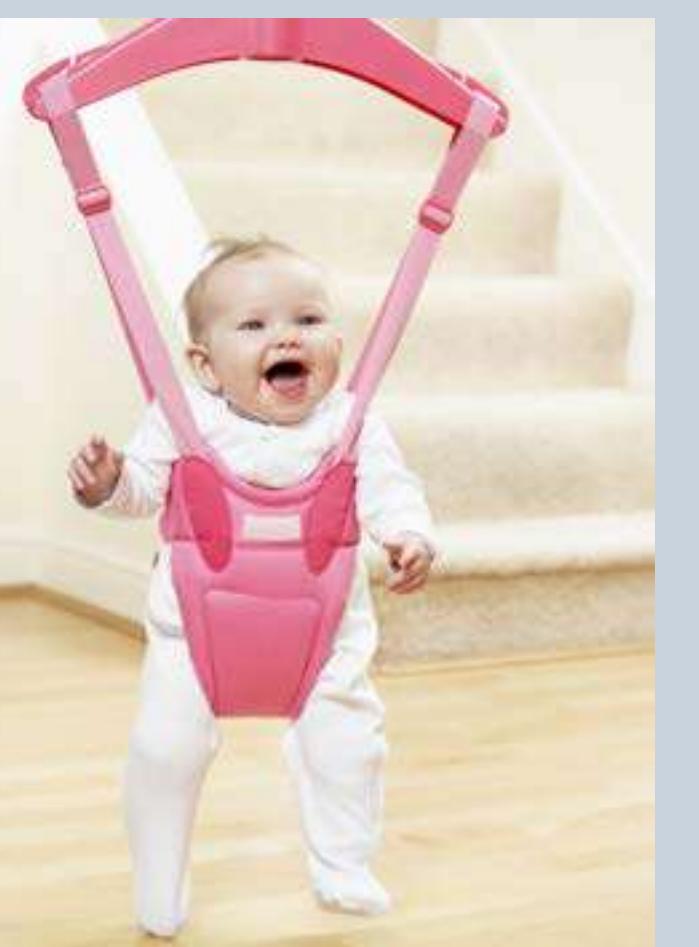
骨盤後傾  
↓  
吐く息が多くなる  
↓  
副交感神経が優位になる  
↓  
リラックス  
↓  
元気がなくなる



まるでママに抱かれている感覚  
ほどよい重みが赤ちゃんの感覚を刺激し、  
いた気持ち導いてくれます。安心感に包まれて、ぐっすり深い眠りへ。



## 流行の便利グッズ





運動の阻害



後ろ重心の歩き方



運動経験の不足



首力ックン

## ポイントは「付き合い方」



愛着



興奮性



姿勢の阻害

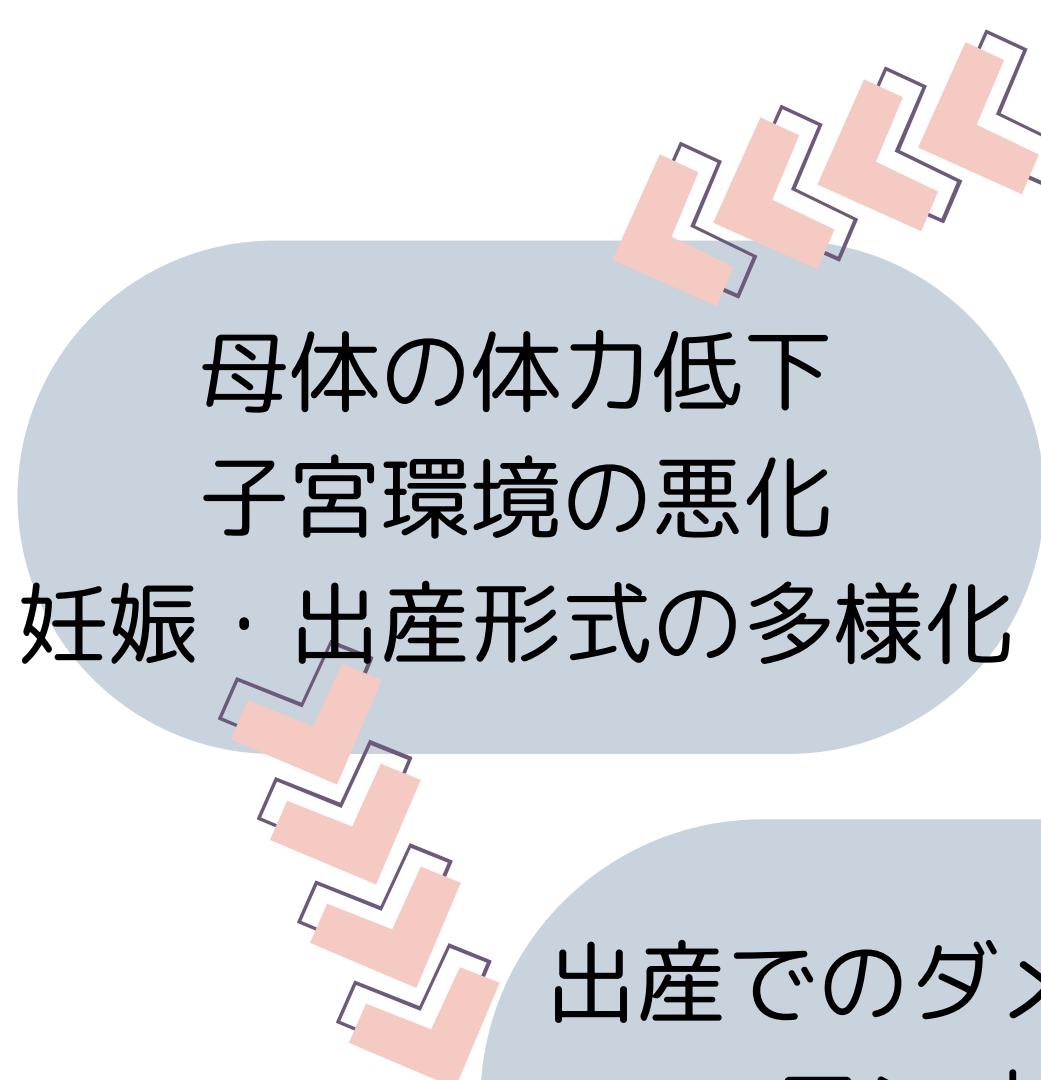


興味の持続↓

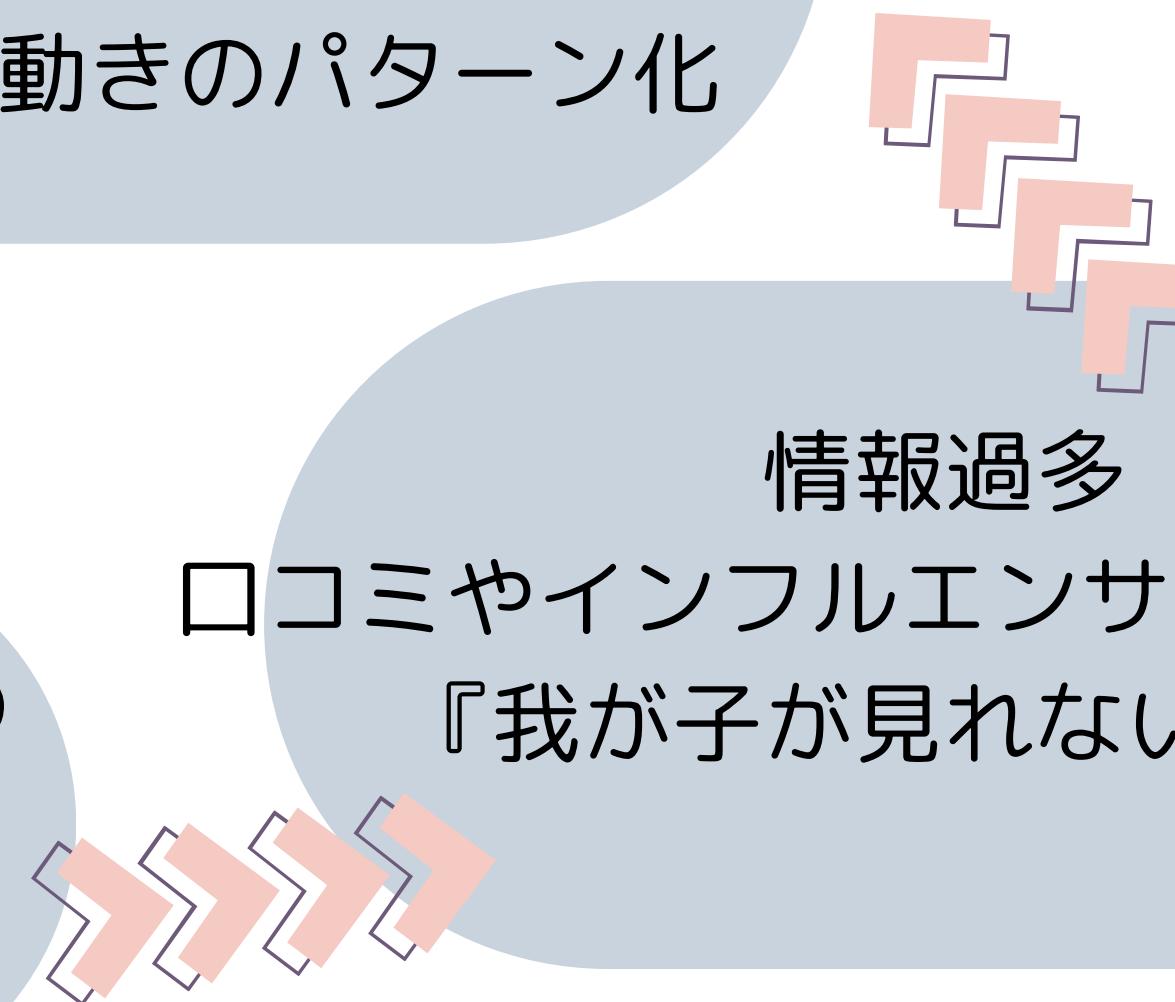


丸のみ食べ

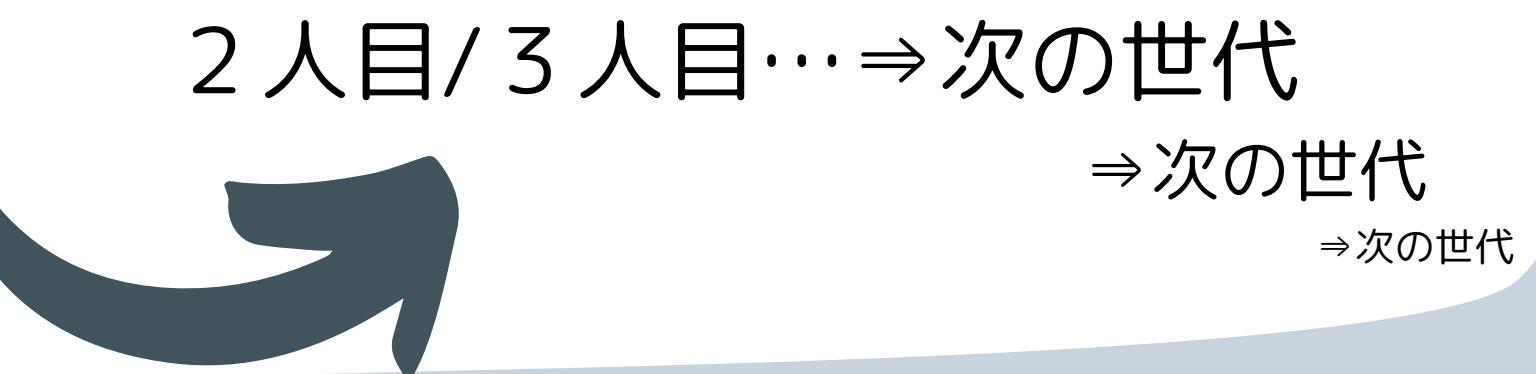
# 現代の子育て



スポーツや学習面での  
英才教育  
一つのことに特化した教育＝  
過負荷＆動きのパターン化



出産でのダメージ下での  
ワンオペ育児  
核家族化による孤立





土台作りのご紹介



# 歩けるようになってからの発達は？

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

コミュニケーション

発語

眼球運動

姿勢・感覚

呼吸・自律神経

原始反射

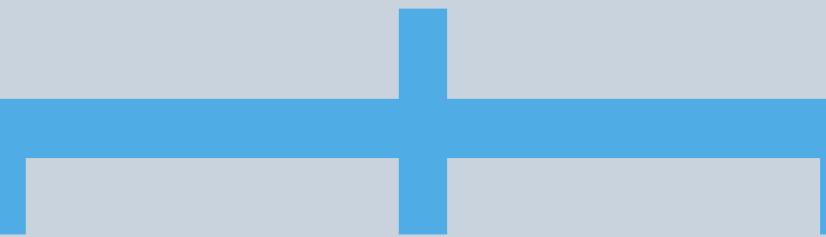
～感覚統合の発達を示す積み木のモデル～



株式会社 協同医書出版社  
子どもの理解と援助のために 感覚統合Q&A改訂第2版  
P174(監修:土田珠子氏)より引用



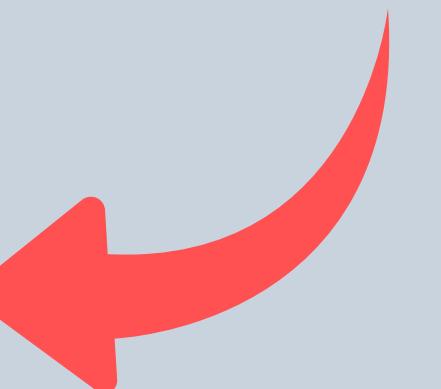
# 武藏村山市の子育てひろば事業 健やかひろば



あそびりぼー場！  
ふたばっ子ひろば  
つぼみっ子ひろば

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



抱っこ紐





足労・足育て



足のトラブル



今できること



# 「座っていられない」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

---

✉ asobiriboooba@gmail.com



# Thank you

