

ア

ラ

ク

通信

イ

ッ

第90号

2023年2月16日(木)発行

発行：一般社団法人 療育楽家

アイラック・アイラックやまと

編集：松本 奈央

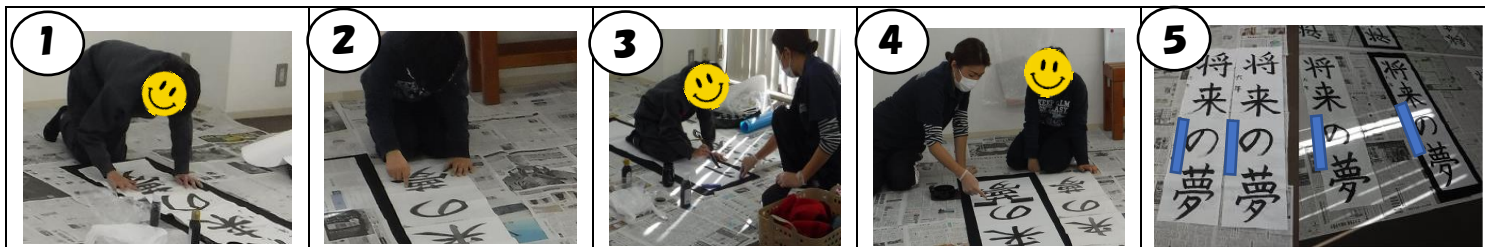
イベント報告 ～書き初め教室～

新年最初の療育日となる1月4日、今年も『書き初め教室』をアイラック（さがみ野）、アイラックやまとの両事業所にて実施しました。アイラック（さがみ野）は8名、アイラックやまとは2名のご参加をいただきました。

療育として書道や書き初めを行う意義については、「空間認知」、「短期記憶」、「姿勢保持」、「自己コントロール」の力などなど、これまでのアイラック通信にて様々な視点からご説明させていただきましたが、ここでは、「運動企画」という力に着目して、イベントのご様子をご報告いたします。

書き初めをする際に、とっても大切な能力のひとつ、『運動企画』という力について…

運動企画の力とは、その言葉の通り、「運動」を「企画」する能力です。私たち人間は普段やり慣れていない動き（＝運動）をする際、いきなり滑らかに動くことはできず、一旦頭の中で「こう動いてこう動いて…」と計画を立てますよね。最初の計画は大まかな物ですが、それをもとに反復（リハーサル）する中で、「どの筋肉や関節を」「どちらの方向に」「どのぐらいの力で」「どのタイミングで」とより細かく正確な計画が頭の中に出来上がっていきます。そして、次第にその計画は意識の中に上らなくなり、無意識に自然に（＝滑らかに）身体が動くようになります。書き初めは、文字自体は書いたことのある字だったとしても、運動は普段やり慣れていない動き。床の上で、いつもと違う姿勢で、いつもより大きく、つまり手先だけではなく肘や肩、もしかしたら腰までも連動させて、全身を総動員させて書く必要があるのです。だから、全身の運動企画の力がとても大切になります！



- ① まずは体勢を決めます。四つん這いがいいかな。正座がいいかな。それぞれのメリットやデメリットを比べつつ、選んでいきます。
- ② 体勢が決まったら見本を指でなぞって練習します。普段は椅子に座って肘を固定したら、あとは手首の細かい動きだけで達成できる書字（硬筆）も、書き初めのサイズだとそうはいきません。必要となる全身のおおまかな動き方を覚えるために、まずは指でなぞります。その過程の中で大まかな字の大きさや形も捉えていきます。そして次にやるのが濡いた筆で見本をなぞるリハーサル。指なぞりと違って今度は繊細な力加減で筆先のコントロールまでしなければなりません。肩や肘など大きな動きだけでなく手の指関節の細かい動きまで、全てがタイミングよく連動して初めて、きれいな字が書けます。
- ③ さあ本番。リハーサルした動きを思い出して、スムーズに、なめらかに書いていきます。
- ④ 1枚書いたらスタッフにアドバイスをもらい、また次の計画を立てます。
- ⑤ 完成！！最もよく計画通りに動けて、きれいに書けたのはどれかな？選んで、学校の宿題の提出用にしよう。

それぞれのお子さんがとっても集中して取り組む様子が印象的だった今回。数に限りのある半紙に書く緊張感や、普段とらない姿勢を長時間キープし続ける疲労感もあったのでしょうか。「あ～疲れた～」と終了後に胸をなでおろしつつも、満足そうな表情を浮かべるお子さんがいらっしゃいました。一方、提出用の作品は選べたけど、「うーん」と言いながらしばらく完成した作品と対峙するお子さんの姿も。納得のいく作品を完成させ、達成感を感じるのも勿論大切ですが、それと同じくらい「もう少しうまく書きたかった」という気持ちを持つことも、次回への意欲に繋げるためにとっても重要なことですね。今回見えた課題が次に活かれますように。また企画しますので、ぜひご参加下さい！（安福）

新小学1年生のみなさまへ（上限額管理のお知らせ）

小学校入学後に放課後等デイサービスを2事業所以上ご利用いただく方は、「利用者負担上限額管理」が必要になる場合があります。「利用者負担上限額管理」は、放課後等デイサービスの定率負担額が、世帯ごとに決められている上限額を超えないように管理する制度です（ごきょうだいで放課後等デイサービスをご利用の方がいらっしゃる場合は、ごきょうだいで一括での管理となります）。児童発達支援では幼保無償化に伴い原則定率負担額がございませんでしたが（教材費・おやつ代等のみのご負担）、放課後等デイサービスでは定率負担額が発生する（定率負担額+教材費・おやつ代等のご負担）ため、「利用者負担上限額管理」が必要となる可能性がございます。ご家庭の状況により必要の有無は異なりますので、**2事業所以上をご利用される方は、スタッフまでお声掛け下さい。**

現在アイラックの放課後等デイサービスの**み**をご利用の方で、新たに他事業所をご利用開始される方も「利用者負担上限額管理」が必要となる可能性がございます。スタッフまでお声掛けください。



「お母さん・お父さんのための勉強会」についてのお知らせ

今年度の勉強会は2月8日（水）を持ちまして、全て終了となりました。3月は春休み前で下校時間が早いため、勉強会は企画しておりません。1年間たくさんのご参加をいただき、ありがとうございました。来年度も企画いたしますので、ぜひご参加ください！

お正月飾り等のご寄付ありがとうございました！

お正月飾りや水引等を寄付してくださったみなさま、ありがとうございました。多くのご家庭にご協力いただき、大変嬉しく頂戴いたしました。いただいたお正月飾りや水引等は、放課後等デイサービスの通常療育や就労体験（付加療育）での制作材料としてリサイクル・アップサイクルさせていただきます。引き続き募集しておりますので、ご協力いただけますと幸いです。よろしく願いいたします。

<ご利用料 引落のご案内>

引落日	2月27日（月）	
引落先名称	アイラック または アイラックやまと	どちらもご利用いただいている場合は、それぞれ引落させていただきます。
同封する請求書	12月ご利用分	未払分がある方は、未払金額を明記し、今回自動引落させていただき合計金額を記載しております。
同封する領収書	11月ご利用分	1月の引落ができず、2月に合算で引落できた場合は、次月のお便りに領収書を同封いたします。

<2月・3月の予定>

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

※グレーは閉所日となります。

※祝日も開所いたしますが、各月の予定を必ずご確認ください。

※イベントの開催日は、通常療育はお休みになります。イベントの詳細については、後日ご連絡させていただきます。

ダンス・体操発表会の日程の掲載誤りについて

先月号で、ダンス・体操発表会の日程を3月19日（日）と掲載しておりましたが、正しくは**3月12日（日）**となります。訂正し、お詫び申し上げます。