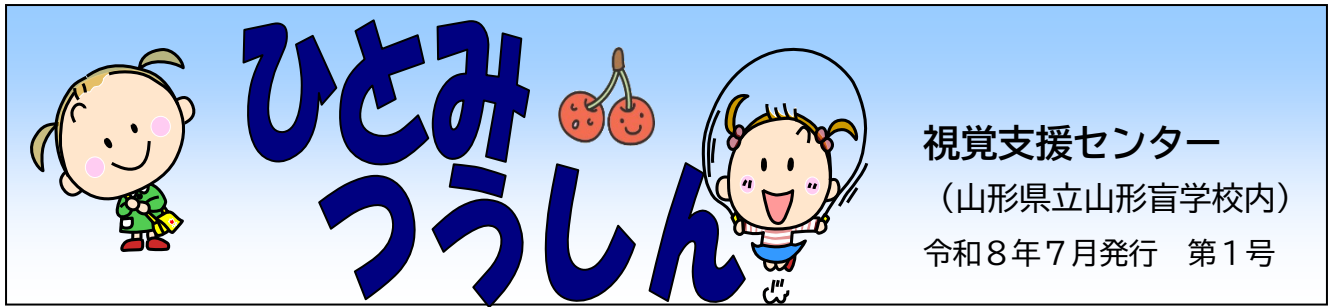




視覚支援センターでは、相談にいらしている方に役立つ情報をお伝えしたいと思い、今年度から再び『ひとみつうしん』を発行することにしました。年2回発行予定です。ぜひ、読んでみてください。

見える？見ている？どうしたら見たくなる？
～目の発達はどうのように～



私たちの認識する情報の約80パーセントが視覚によるものと言われています。私たちが物を見る力は、出生直後から急速に発達し、6～8歳でほとんど大人と同じ見え方になります。片目だけで見るのではなく、両目で物を見る経験を積み重ねていくことで、立体的に物をとらえたり、遠近感をつかんだりすることができるようになります。そうして正しく物を認識することは、脳の発達や心身の成長も促します。

一方で、乳幼児期に物がよく見えていない状態で生活を送った場合、どうなることが考えられるでしょうか？

例えば、ある子どもが、5cmの距離で物がはっきり見える視力だとします。その子どもに50cmの距離で赤いミニボールを見せたとしましょう。一見、赤いミニボールを見ているように見えるかもしれませんが、しかし実際は、ボールではなく、ボールを持っている大人の大きな体の方が分かりやすいので、大人の体を見ているかもしれません。また、大人の「赤いボールだよ」の声が聞こえたその方向をただ向いているだけかもしれません。この場合、赤いボールをしっかりと見ているということにはなりませんね。

その子にとっての見えやすい位置や距離、色などでその物をじっくりと見せない限り、今回のようにその物は周りの景色にまぎれたり、溶け込んでしまったりします。すると、どれどれ？と「よく見ようとする力」が育ちません。このような経験が多くなってしまうと、「よくわからないから面白くないな」「自分の知っているものだけで見たり遊んだりしよう」といったような興味・関心の低下や遊びの偏りにつながります。

では、その子見え方に合ったやり方で赤いミニボールを見せた場合はどうでしょうか。その場合は、「なにそれ、見せて見せて」「触らせて」と顔を近付けたり、手を伸ばしたりするでしょう。この経験を繰り返すと、ボールの色や大きさ変わっても、その他のおもちゃと出会っても、「まずは見てみようかな」「これは面白そうだな」とどんどん興味や関心が広がるようになります。興味や関心が広がると、遊び方の種類が増え、ボール遊びの他にも塗り絵、シール、粘土、風船、身体を使った遊びなどで遊べるようになったり、その中で自分の大好きな遊びが見つかったりします。すると、ぐんと集中力が増えますね。見る力がつき、集中力が増すと、成長して小学校に入った時に、様々な学習で「新しいことを知ることは楽しい！」と前向きに学習することにつながっていきます。

大切なのは、早期からの取り組みです。私たちと一緒に見え方について考え、お子さんの見る力を育てていきましょう。



おすすめの遊び



できることがどんどん増える幼児期こそ、遊びの種類、量を増やすことめざしましょう。見えない、見えにくいお子さんは、手の発達が遅れがちです。手や指は「発達の段階」を踏んで成長していきます。手は使って遊べば遊んだだけ、使い方が上手になります。その遊びはたくさんの種類があると、手や指の様々な面が発達します。ですから、近くにいる大人が、見えやすい距離ではっきりと見せて、一緒に楽しみながら、遊びます。最初からできなくてもいいのです。少しずつ気長に遊びを続け、できる喜びや楽しさを味わわせてあげてください。そのことが、成長への近道です。

☆手遊び ♪おなかがすいたよ グーグーグー☆



「♪おなかがすいたよ、グーグーグー 髪の毛伸びたらチョコチョコチョコキ ほこりをはたいてパーパーパー ジャンケンポンでグーチョコキパー ジャンケンポン！」歌詞に合わせて、手の形を「グー」「チョコキ」「パー」にして遊びます。「グー」は簡単で、すぐに覚えます。ここからがポイントです。「パー」は、形はできているようでも、指先までまっすぐに広げられないお子さんが多いです。「チョコキ」は指をどのようにして形作るのかわからないお子さんが多く、2本の指はまっすぐに伸びるように、曲げて押さえている3本の指はどう押さえるとよいか教えます。これらを、お子さんの手を取りながら少しずつ繰り返し教えます。最初はゆっくりの歌に合わせて、できるようになってきたら、歌のスピードを速くして…緩急つけるとより楽しいかもしれませんね。さあ、始めましょう。

☆洗濯ばさみゲーム☆



動く定規を眼で追いながら、よく見て、定規の動きに合わせて「今だ！」と思った瞬間に力加減をして定規に洗濯ばさみをつけるので、目のトレーニングになります。成功したかがすぐにわかるので、子どもは繰り返しやりたくなり、楽しめるゲームだと思います。

1 動く定規を眼で追う

大人が30cmくらいの定規の両端を持ち、子どもの目の前(手が十分届くくらいの距離)を、左右にゆっくり動かす。子どもはその定規の動きを眼で追う。(頭は動かさず、眼だけで動きを追うのがポイント)

2 動く定規に洗濯ばさみをつける

スタートの合図で、動く定規を眼で追いながら、定規に洗濯ばさみをつける。1分間でできるだけ多くの洗濯ばさみをつける。慣れてきたら定規をいろいろな方向に動かす。繰り返すうちに、洗濯ばさみを開閉する力の加減が上手になったり、「今だ！」と思う

※見えやすいように色のついた定規を使ったり、マスキングテープを貼って目立たせたりしてもよいです。

※定規の数字の部分にいろいろなシールを貼って「〇〇のシールのところに洗濯ばさみをつけて」と伝え、難易度も増して、より楽しみながらできるお子さんもうらっしゃると思います。

引用・参考資料：北出勝也監修「発達の気になる子のビジョントレーニング」ナツメ社

☆紙コップロケットを作ろう☆



何かものをつくる遊びは、よく見ながら手を使うので、目のトレーニングになります。また、できあがったものを一つ準備して見せると、完成形がわかり、作りたくなる子が多いです。

【材料】

紙コップ(2個) 輪ゴム ペン はさみ のり

【作り方】

1 1個の紙コップに4か所切り込みを入れる。この時、切り込みを入れる部分にマジックで線を書いておくと、どこを切るのかがわかりやすい！！もう1個の紙コップはそのまま使用する。

2 輪ゴム2本を準備しクロスさせながら引っぱって、8の字型にする。

3 2本つなげた輪ゴムを紙コップの切り込み部分につける。

※輪ゴムがついた紙コップを上にして、下の紙コップを土台にしなが押し下ると輪ゴムの力で紙コップがロケットみたいに上に飛び上がります。紙コップにカラーペンや折り紙・シールを使って装飾してみましょう。

