



えでゆけインフォメーション



2014年8月10日 第2回 ブレインジムデイ開催

脳の学校代表 加藤俊徳医師/医学博士 特別講演

詳細は協会HPにて随時お知らせいたします。

海外講師による特別講座

●講師:セシリア・コースター
(Cecilia Koester, M.Ed)

ブレインジム170

特別支援教育に関わる人たちのためのブレインジム
(Brain Gym for Special Education Providers)
教育キネシオロジー財団認定講座【4日間講座】
2014年9月13日(土)~16日(火)
横浜市内にて開催予定

※ブレインジム170の受講に際し、事前にブレインジム101の講座を受ける必要はありません。

●講師:キャロル・アン・エリックソン

動きの探索・レベル1 (Movement Exploration 1)

教育キネシオロジー財団認定講座【4日間講座】
2014年10月25日(土)~28日(火)
横浜市内にて開催予定

動きの探索・レベル2 (Movement Exploration 2)

教育キネシオロジー財団認定講座【4日間講座】
2014年10月31日(金)~11月3日(月・祝)
横浜市内にて開催予定

ブレインジムインストラクター養成講座(BGTP)

2014年12月13日(土)~17日(水) 神奈川県開催予定

NPO法人日本教育キネシオロジー協会2014年度総会

2014年6月4日午後5時30分より 協会事務所

ブレインジム170を受講して

高木けい USA

セシリアのワークショップはアメリカでも人気で20名程の参加者との4日間は瞬間に過ぎて行った。色鉛筆でマニュアルに3次元の色をぬり分けていくことでブレインジムの3次元が自然と頭に入る。ブレインジムとビルディング・ブロック・アクティビティ(講座で学ぶエクササイズ)の具体的な使い方がこのワークショップに詰まっている。又、ワークショップには、学習に困難を持ったり、障がいを持っている子どもがゲストとして招かれた。そのゲストに対し、セシリアがプロセスを説明しながら、その子にどのように接しつつ必要な次元とアクティビティを取り入れ、短時間でバランス調整をするのかを見れた事は醍醐味だった。

クラスはブレインジムのインストラクターだけでなく誰でも参加することができるのでとつき易く実践的である。またインストラクターである私にとっては、セシリアの現場経験から生まれた独自の解釈が新鮮であり、ブレインジムの幅そのものを広げてくれる有意義なワークショップだった。



NPO法人日本教育キネシオロジー協会
ブレインジムに関するお問合せはこちらまで

<http://www.edu-k.jp>
jimukyoku@edu-k.jp

学びへの扉

<http://www.edu-k.jp>

えでゆけ

Edu-k Journal

vol.05

April 2014

BRAIN GYM JAPAN 季刊(年4回発行) 発行:NPO法人日本教育キネシオロジー協会 東京都千代田区平河町2-11-10 パークウエスト301 電話03-6272-6037 企画・制作:SKIスタッフ

「未来のために」ブレインジムができること

スクールプロジェクトの あゆみとこれから



NPO法人日本教育キネシオロジー協会
スクールプロジェクト担当理事
堀 弘子(公立小学校特別支援教育非常勤講師)

子ども達の健全な成長を支援するスクールプロジェクトは日本教育キネシオロジー協会の中でも大きな柱のひとつです。

積み上げてきた実績

一番最初の大きなプロジェクトは、平成20年に札幌の中学校で道徳の授業として実施したブレインジム体験会です。2学年の生徒107名に向けて「なりたいたい自分になるためのブレインジム体験」がテーマでした。その翌年は、横浜市小学校特別支援教育研究会夏季実技研修会での



先生方に向けての体験会でした。何らかの学びの壁を抱えて個別な手立てが必要な子どもたちのために、各校には個別支援学級が設置されています。この研修会は、主に、その学級を受け持つ先生方に向けての体験会でした。183名の先生が集まった体育館で、協会理事の神田インストラクターが指導者となり、6名のインストラクターが補助に回りました。先生方ご自身に心と体の変化を感じてもらい、児童にどんな手立てが必要なのか、を体験していただく会となりました。この試みは平成22年・23年にも継続して行われました。

昨年は都立高校の先生方にも実感していただく機会を持ちました。体験会は小学校・中学校・高校と子どもの発達段階に合わせたプログラムを組みますが、まずは、先生方に体験してもらおうことが大切だと考

えます。

また、大きな体験会としては、11月に実施した北海道の中学校の全校道徳講演会があります。「自分をみつめ、自分を拓く」という演題で心と体のバランスを整えるブレインジムを行いました。土曜学校公開日のこの日、学校の体育館で行った体験会には生徒の保護者や地域の方々にもご参加いただきました。こうして、スクールプロジェクトは全国の要請いただいた所へお伺いして実績を重ねてきました。

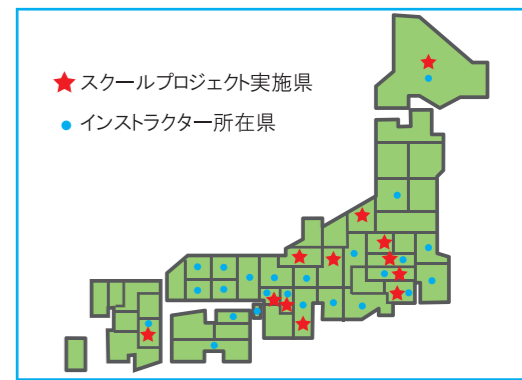
ブレインジムの教育の現場に

スクールプロジェクトは地域で活動しているインストラクターを中心に広がっています。これまで、学校に教育者以外の方が関わるといふことは難しい現実がありました。ですから、最初は、私のように教育現場に慣れている者が同行して、地域のインストラクターにつないでいくやりかたで少しずつ広めてきた活動でした。

これからのスクールプロジェクト担当理事としての願いは、市町村の職員研修事業である初任者研修や特別支援教育研修の講座の中にブレインジムの採用していただきたい、ということ。学校には、今、多くの課題があります。自然や社会の変化とともに、子どもたちや先生方も変容しています。学校で子ども達の教育に携わられている先生方の

心身の健康を自ら調整する方法として、ブレインジムを使っていたきたいのです。

アメリカでは教育界に広く取り入れられているブレインジムですが、日本の教育界ではまだまだ認知されておられません。ブレインジムは体の動きと脳の活性化の関係から体系づけられました。この視点は、私の出会ったことがないものでした。子ども一人ひとりの思考・感情・感覚を調和させることによって、学びを広げ、深めていきます。そして、ブレインジムの続けていくことで、心身ともに健やかになり、新たな自分生まれ変わることができるようになります。今後は、ブレインジムが日本の教育界に根を下ろしていくために、様々な地域のインストラクターへ必要とされるサポートができればと願っております。





ブレインジムをする上で私が大切に思っていること

五十嵐 郁代 (山形)
臨床ソーシャルワーカー

ある病院で「僕はブレインジムなんて嫌いだ！」と言った男の子がいました。ブレインジムインストラクターは、子どもたちが「ブレインジムをするのは楽しいな、これ自分に合っている！」と言うのを目指しているのです。この話を聞くと、とても悲しくなるでしょう。その男の子は、ある教育機関で、クロススクロールができなくて自尊心を傷つけられた体験をしたそうです。医師が上手に誘導してくれて、クロス・スクロールができると、「できたー！」と叫んで、大喜びで帰ったそうです。その後のことはわかりませんが、ブレインジムを教える時には、参加者にブレインジムは強制するものではないことを何度も話す必要があると思いました。また、お母さん自身がブレインジム体験をして効果を実感し、子どもにブレインジムを受けさせたいと考え

て下さっても、くれぐれも子どもに無理強いしないようにとお話しておく必要があります。こちらも、何度話しても話しすぎることはないようです。もうひとつだけ、老婆心ながら、書いておきたいことがあります。共に身体を動かしバランスをとった後、コンサルタントからみて相手の良い変化がはっきりと見てとれた時にも、「全く良くなっていない」と変化を認めない人が、たまにいます。バランス調整を受けた相手の身体感覚が鈍感であったり自己評価が低いと、コンサルタントの自己評価を下げてしまうことが起ります。



●エチオピア北部ダナキルの子どもたち

このことを知っておくことがコンサルタントが無力感に陥らないために大切なことです。

身体を扱う事は深層のこころを扱うということ。ブレインジムエクササイズを進めるタイミングを間違わず、教育的配慮を忘れず、丁寧な対応の中で、良いつながりを築き、心の底から笑ってバランスをとることで、相手と共にいつも身体を軽やかに、前向きであることを目指したいと思います。



●地球のどこに行っても子どもは学ぶことが大好きです。

●<えでゆとく>は、知っているとちょっとお得な豆知識コーナーです

【突発性難聴になると片耳が聞こえにくくなるため、正常な耳ばかりを使い難聴の耳は使わなくなってしまいます。そうすると、難聴の耳から入力を受けている脳の部位も活動を低下させてしまいます。脳は使われないとその機能がどんどん衰えます。そこで、本研究では突発性難聴患者の正常な耳を耳栓で塞ぎ聞こえにくくしたうえで、難聴になった耳には音楽をたくさん聞かせることで、難聴の耳とそれに対応する脳部位の神経活動の活性化を試みました(病側耳集中音響療法)。その結果、通常のステロイド療法に加え病側耳集中音響療法を行った22名の突発性難聴患者の聴力は、ステロイド単独療法の31名の患者に比べて良く回復しました(引用終わり)】

突発性難聴に対しては薬物療法を行い静かに過ごすことが推奨されているようですが、聞こえにくくなった耳を積極的に使うことが機能の回復のためには有効だということが明らかになりました。脳も使われないと機能が失われてしまいます。脳を使うということは身体を動かすことです。脳は閉じた組織なので、“身体の動き”を通してでしか外界の情報を得られません。外界の情報がなければ脳は活動できませんよね。という訳で、ブレインジムで身体を動かしましょう！



「音楽を用いた新しい突発性難聴の治療法」

天田 武志 (神奈川県)

突発性難聴をご存知ですか？

突発性難聴は急激に聴力が低下する原因不明の疾患で、近年増加傾向にあるそうです。有効な治療法が確立されておらず、現在主流であるステロイド療法の有効性に関してさえも論争中だそうです。さて、その突発性難聴ですが、コロブスの卵とも言えそうなりハビリテーション療法が報告されました。

音楽を用いた新しい突発性難聴の治療法
～脳の可塑性に基づいた新しいリハビリテーション療法。突発性難聴発症後、弱った耳を積極的に活用することで聞こえを改善させる～

<http://www.nips.ac.jp/contents/release/entry/2014/01/br.html>

このシリーズは、インタビュー形式での連載となります。ブレインジムとの出会いや活動を皆さんに熱く語っていただこうと思います。

かげやま のりこさん (鳥根県松江市)

「できる、という感覚を大切にしたい」

■読み書きが苦手な子どものために

かげやまさんがブレインジムを学ぶきっかけになったのは、お子さんがディスレクシアであることを知ったことでした。お子さんが幼稚園の年長さんの頃、絵本を読んであげながら文字を教えていた時に、お子さんの文字の覚え方が「変わっているのでは？」と感じ始めました。いつまでたっても、文字を覚えにくそうな様子に、医師に相談したところ、「発達障がいグレーゾーンではあるけれど、小学校に上がるまでは、ハッキリ診断できない」と言われ、様子を見ることにしたそうです。

今、できる事をしてあげたいと思ったかげやまさんは以前から知っていたブレインジムに望みをつなぎました。お子さんをセッションに連れていくのではなく、自分で学びに行ったことが、ブレインジムのインストラクターへの道となったそうです。

■自分自身と向き合うと子どもも変わる

子育てをする中で子どもときちんと向き合ってきたつもりでも、自分の子どもがディスレクシアと言われて読み書きの難しさを感じ、どう伸ばしたらいいのか不安になったそうです。発達の本を読み調べ、ことばや知識をつける事も一緒にしながら、子どもさんは学力は伸びているものやはり得意・不得意の差が大きく、時折、不安を感じながらも頑張っていました。

そんな中、ブレインジム101を受けてとても気持ちが落ち着き、元気になり、改めて自分が落ち着くことが子どもにとっていいことだと気づきました。

しかしながら、お子さんにブレインジムを始めたころは、「どこが苦手なのか、どこから始めればいいのか」が分からず、半年ほど試行錯誤したといいます。

ところが、ある時点で「どこが問題か」がカチッと分かったとたん、1カ月で読み書きが上達し、IQは一気に13ほど上がりました。点の連続だった知識が、つながって線になって、急に読んだり書いたりできるようになったのです。

かげやまさんは、この経験から、子ども達が「あそび」を通して、「集中力」「コミュニケーション」「生きる力」の基礎づくりをする『塾』をつくらうと考え、昨年より『できる塾』をスタートしました。今年2月からは教室スタイルで、「ブレインジムで姿勢バッチリ 気持ち明るく」をテーマに、子どもクラスと大人クラスが新規開講し、元気な声が響いています。

■「できた」経験が能力を伸ばす

「与えられたものでなく、必要なことに自分で気づく力を身に付けることは、伝えたいことのひとつです。いずれのクラスでもその環境づくりには、気を配ります」とかげやまさんは言います。

「できる塾」では、子どもに、興味を持って取り組んでもらえるよう、楽しい遊びとしてブレインジムを取り入れて「生きる力」の基礎地をつくっています。その中で、「子どもが自発的に行動しやすい環境づくり」で、子どもたちの「できてうれしい」を積み重ねていくそうです。

その一方で、母親の立場から、「子どもの将来を思い、その子の『できていて欲しいこと』は何かを考えて、塾でもその一端を担いたい。」とかげやまさんは言います。そして、「お母さんたちを元気にしたい」と続けます。「お母さんが『大丈夫よ』と言ってあげられる環境であれば、子どもは安心して能力を伸ばせます」。



私の本棚★



『脳の強化書』

加藤俊徳著 あさ出版 1365円(税込)

今期ブレインジムデイで講演予定の加藤博士の著書のひとつです。

「脳の強化書」を読んで 楠の木学園 神田誠一郎

脳の事を楽しく学んで、近しく感じられるようになりたい！と思いながら読みました。まず「脳番地」という言葉が目につきました。番地がわかれば具体的に地図がイメージできるようになるなあ、という連想が湧きました。読み始めると最初のところで「脳の癖」という一節があり、誰もが持っている第一の癖は「脳は褒められると喜ぶぞ！」というものでした。一貫してポジティブでアクティブそしてエネルギー溢れる文体で、ブレインジムに関わっている私はなんだか自分のやっていたことを認めてもらっているような気がしてきました。

記憶の脳番地は大脳新皮質のいわば船底の辺りにあって、精神活動の土台になっているということや思考や創造の中核が前頭前野を中心に広がっていることは、人間を未来に進めるための必然だとか、小脳は脳幹と前後して並んで人の生きる基本の動きを微調整してくれているなど、三時間ほど読み終わりましたが、ピフォーアフターに驚かされました。脳にググッと親しみを感じている自分がいました。脳地図とか機能局在ではピンとこない私も脳番地！なら身近に感じられました。ちょっと時間がある時には、ブレインジムインストラクターにはお勧めの本だと思いました。