

2013年8月4日
BrainGym Day
中野サンプラザ

えでゆけ インフォメーション

「ブレインジムデイ」開催

- 繋がる可能性、未来へ -

- 日時: 2013年8月4日 9:00開場
9:30 開講 ~16:30 終了
- 会場: 中野サンプラザ(定員90名)
- 料金:
 <一般>一日券 ¥10,000
 午前のみ ¥4,000 / 午後のみ ¥6,000
 <NPO法人会員割引>一日券 ¥5,000

※前売り(7月4日迄にお振込み完了の場合)
 <一般>一日券 ¥8,000
 午前のみ ¥3,000 / (午後のみは前売りなし)

(定員に達し次第×切らせていただきます)

予定されている講座内容	講座担当者
スクールプロジェクト PACE体験プログラム	山越さおり/貝塚奈緒美
首が動きやすくなる、腕が挙がりやすくなる、歩きが軽くなるブレインジムエクササイズのコツ	金 雄一 (金接骨院院長)
子どもが自らやりたいくなるブレインジム ~遊びを取り入れたエクササイズの実践~	灰谷 孝 (楳ビジョンパートナー代表)
教育キネシオロジーによるペアレンティング ~ブレインジム&教育キネシオロジーによる 子どもの発達・子育ての知識と技術~	亀田せんじゅ (BRAINGYMHOUSE/ EASER主宰)
ヴィジョンサークル家族を通して観えるもの	白木原雪乃 (ピースリンクカンパニー代表)

●チケットの購入方法は、協会のホームページに申込みフォームが用意されますので、ご記入のうえお申込みください。

ブレインジムデイで スクールプロジェクト PACEをやってみよう!

PACE(ベース)とは 何か新しいことに取り組むときに自分を整えてくれる、4つのブレインジムエクササイズです。ブレインジムデイでは、スクールプロジェクト用にまとめたPACEのプログラムをコンパクトにご紹介します。エクササイズをする前と後の変化に気づいてみましょう。PACEをきっかけにブレインジムの扉を開いてみませんか?



スクールプロジェクト 研修会用 PACEの体験プログラムが完成しました

運動前に準備体操が必要なように、「学習」がスムーズに行われるためには、心と身体の準備が必要です。その準備運動に役立つPACEを体験するプログラムが完成しました。インストラクターの有志が集まり、2時間程度にまとめたものです。学校の先生方の研修会など、教育の現場に関わる方にぜひ体験していただきたい内容になっています。研修等のご予定がありましたら、ブレインジムとPACEを知るきっかけとしてぜひご利用ください。

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

スクールプロジェクトとは

スクールプロジェクトとは、小学校から高校までの教育現場にブレインジムを紹介する活動です。それぞれの現場の要望に合わせて、派遣されるインストラクターが様々な体験を提供しています。児童や生徒への授業、先生方への研修会などがあります。また、福井県養護学校教育研究大会や、神奈川県公立中学校研究発表会では、ブレインジムを導入した研究発表としても取り上げられています。

教育関係者向けのブレインジム体験の機会提供につきましては、お気軽に協会へお問い合わせください。

会員の募集

日本教育キネシオロジー協会は、学習障害を助ける画期的な動きのプログラムとして開発され、30年にわたり世界で使われている「ブレインジム」と「教育キネシオロジー」の考え方に賛同して発足しました。現在は全国のブレインジム・インストラクターを支える活動母体として、ブレインジムを通じて子供の健全な成長・発達と大人の心身の健康増進を支援する活動を展開しています。会員は、会の活動のサポーターであり、海外からの講師の招聘や講座の開催などを支えて下さる、志を同じくする仲間です。ブレインジムと教育キネシオロジーの考え方に賛同、その普及に協力頂ける方であれば、どなたでも会員となれます。

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

学びへの扉

http://www.edu-k.jp

えでゆけ

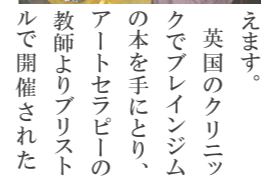
Edu-k Journal

創刊号
April 2013

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:SKスタッフ

『えでゆけ』創刊にあたり 会員間の連携連帯を培う機関紙をめざして

NPO法人 日本教育キネシオロジー協会
理事長 たむら ゆうこ



英国のクリニックでブレインジムの本を手にとり、アートセラピーの教師よりリストで開催された

『えでゆけ』創刊にあたり、一言ご挨拶を申し上げます。協会機関紙「えでゆけ」創刊にあたり、本文を書きながら、ブレインジムとの出会いから現在の理事長の任を担うに至るまでの足早に過ぎた十一年間の歳月の軌跡に思いを馳せました。振り返りますと現在の私の立場は、不思議な巡り合わせの妙に支えられてあるような気がいたします。私は、英国でアートセラピーを学ぶために留学をいたしました。余談ですが、そのアートセラピーは人智学の医学部門が正式に認められたもので、病気や精神的課題に直面した人や自己啓発を求めるとともに芸術創作を通して治療的效果を与えます。英国のクリニックでブレインジムの本を手にとり、アートセラピーの教師よりリストで開催された

以後、一年に二回ほど、ケイさんが英国からオーストラリアに帰国する途中、日本に立ち寄り寄つていただき、ブレインジム101を繰り返して学びました。現在も、ケイさんは協会の指導教官として我々の活動を支えてくださっています。そうした学習経緯のなかで、変化は私よりも周囲の方々から起こりました。教育現場でブレインジムを実践してみた方から、障がいをもつ子ども達に目覚ましい効果が見られたなどの報告がもたらされるようになったのです。「これはなんだろう」という驚きから徐々に学びを深めていた折に、専門職の

方々がアプライドキネシオロジーを家庭で行う方法を勉強されているグループの方々と出会いました。ブレインジムへの関心が広がり、学び続ける人が増えていきました。そういつた状況の中、協会は指導教官であるケイさんからの助言を得て設立されました。ブレインジムは現在、80カ国以上で教えられていると言われていますが「集まれる器である組織がブレインジムインストラクターの誕生前にできたことは、世界の中でも異例なことかもしれません。現在、80名の登録インストラクターを擁する団体へと発展してまいります。

これまでの順調な発展は、登録インストラクターの熱心な活動に支えられています。また、ブレインジムと教育キネシオロジーというプログラムが今の時代に求められている素晴らしいツールであり、それに関わるひとりひとりが喜びを

持つて活動できていることもブレインジムの普及に大きく影響を与えていると思います。当協会は民間団体とはいえ、日本でブレインジムの資格を付与する唯一の機関です。次世代へブレインジムの発展継承させ、教育向上に寄与していく責務があります。そのためには、日々、全国各地でブレインジムの実践と普及活動をされている方々が、共にブレインジムの学びの価値を共有し合い、お互いに連携連帯や信頼関係を深めながら自己研鑽していくことが大切でしょう。

機関紙「えでゆけ」は、その一翼を担う目的で企画された媒体です。この小紙が、教育キネシオロジー及びブレインジムに携わるすべての方々に愛される機関紙となるよう願いつつ、教育キネシオロジーの理念に基づき「ベストを尽くして」参ります。

協会の歩み

- 2006年11月 NPO法人協会設立
- 2007年 1月 国内での協会主催第1回ブレインジムインストラクター育成講座開催、登録インストラクター15名誕生
- 2008年10月 第1回DDPインストラクター育成講座開催
- 2008年11月 スクールプロジェクト、広報プロジェクト始動
- 2009年12月 東京事務所千代田区平河町へ移転
- 2010年 3月 第1回OBOインストラクター育成講座開催
- 2010年 4月 福祉プロジェクト、幼児プロジェクト加わる
- 2010年10月 ブレインジム創始者ポール・デニンソン氏来日インストラクターアップデート講座開催
- 2011年 6月 理事長たむらゆうこ、国内初のインターナショナルファカルティとなる
- 2012年 4月 NPO法人日本教育キネシオロジー協会に名称変更、東京事務所本店移転登記
- 2012年12月 協会主催第4回ブレインジムインストラクター育成講座開催、登録インストラクター通算80名誕生



シリーズ 学びを教えて学びを知る ①

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

●**発達障害は病気ではない**

私の活動の場は精神科診療所です。精神科診療所はここ二十年の間に疾病の治療というより、家族や教育現場での相談役としての役割が大きくなってきました。

従来の病的状態や発達障害に加えて、壊れた家族、育児不安、夫婦不和、などの関わりです。トラウマティック・ストレスやポリーン・ボスが提唱しているような「あいまいな喪失」は数限りなくあります。

人が必ず向き合うことになるトラウマティック・ストレスや喪失体験を扱うことは、人の生き様を扱うことに繋がります。精神科受診を決意するに至った程の辛い状態をもっと改善するにはどうすればよいかを思考錯誤した結果、非言語的なアプローチとして、身体からのアプローチを選択してきました。

身体的技法は、身体に閉じ込められたトラウマのエネルギーを解放し、人を前進させ成長させるのに十分な力へと変換してくれます。重力に逆らって二本脚でしっかりと立てる身体は、大きなストレスや哀しみを抱える力やレジリエンスを有力化させます。

トラウマも、対象喪失への喪の作業も、それが不眠やうつ状態を呈していたとしても、病気ではありません。同様に、発達障害も病気ではありません。短期薬物療法が必要なケースもあるでしょう。しかし、状態像

の報告だけからあいまいな診断をし、薬物の効果が不明なまま慢性的に薬物療法を継続するケースが結構見られます。また、最近になって、学校の先生が医療機関受診と薬物療法を勧めるケースが増えているのは驚いています。教育とは何だろうと考えさせられる機会が更に増えてきました。

●**考えさせられる 安易な薬物療法**

そうした状況の中で、我が診療所では、薬物療法を最小限に抑えること、成長している脳や身体を薬やその他の人工産物から守り、それらの持つ潜在力を引き出すことを一つの大きな目標に考えるようになりました。

全体的な視点から人を見つめ、身体を扱いながら言葉を引き出し、遊びもアートも大事にするブレインジムの有効性を実感しています。とはいえ、どのように優れた道具でも使い方によっては、その力が正当に正当に発揮されているとは限りません。

技法は技法でしかないことに常に注意を払いつつ技法を活かすには、セラピスト自身の人間性や知性を磨き、セラピストとして最も適切な態度を考える必要があるでしょう。

創始者デニソンは、注意点を五原則として明文化しました。サポーターとして側に立つ者の姿勢を、この五原則や古き知識人の言葉を引用しながら考えてみたいと思います。

●<くえでゆとく>は、知っているとちょっとお得な豆知識コーナーです



あらためてブレインジムとは何かを考える 人の心の扉を開く言い方とは

案外と戸惑う 適確で簡潔な回答表現

天田 武志 (神奈川)

日本教育キネシオロジー協会のウェブサイトにも協会通信というページがあります。ちょっと面白い内容があったのでご紹介します。

ブレインジムって、なに？
この質問に出合ったとき、あなたは簡潔で率直な回答をしますか。それとも口ごもったり、だらだら話したりしますか。広告では強烈で気の利いた言い回しを聞くと、人はその製品へと気持ちに向くものです。あなたの言葉は扉を開けるでしょうか。時折、この問いをおしゃべりの話題にしてみ、職員、執行部、委員会を代表するEDU-Kのリーダーたちから、その答えを得られるのではないかと思います。ポール・デニソン、ボニー・ハーシー、カリ・コーディ、それにシンディ・ゴールドデイドは、気前よく自分たちが入力した答えを見せてくれました。私も自分なりの答えを作ってみました。

私たちは、皆空欄を埋めるという同じ形式で作業しました。
ブレインジムは()であり、それは()のための()である。
面白いほど幅のある回答でした。内容にのみ集中できるよう回答者の名を伏せてその答えをつぎに書き並べてみます。

- ブレインジムとは、動きが学びとどんな関連があるかというプログラムである。
- ブレインジムとは、年齢を問わずすべての人が脳と身体が最善のコミュニケーションを取れるようにする、動きが主体のプログラムである。
- 学びに関わる身体的能力、個人的な発達(姿勢、バランス、協調など)を扱う、

動きが主体のプログラムである。
●ブレインジムは、学問、理解(力)、創造(力)、自己表現などの場面で自信をもって力を発揮するために、自制心や注意力の持続、敏捷性を含む、学びの身体的技術をすぐに使えるようにするような、動きが主体の学びのプログラムである。



ブレインジムって何ですか？とよく聞かれるのですが、わかりやすい表現で答えるのは意外と難しかったです。私は、『学習に対するストレスを特定し取り除き、その状態を維持するための動きのワーク』と答えています。いかがでしょう。わかりやすいでしょうか？



さらなる研鑽をめざして ブレインジム集いの会 “BrainGym Day” 開催

研究や実践成果を共有し合い共に向上を

交流・親睦の願い込め

NPO法人日本教育キネシオロジー協会では、来る8月4日(日)、中野サンプラザ(東京)でブレインジム集いの会、“ブレインジムデイ”を開催する。

当日は、全国各地から現場でブレインジムの普及に活躍しているインストラクターやブレインジムに関心をもつ人々が多数参集することが予想される。今回のような規模の集いは、協会発足以来、初めての試みで、関係者から大きな関心と期待が寄せられている。

「ブレインジムデイ」を企画した、たむらゆうこ理事長は、本年開催することになった経緯について、「全国で活躍するインストラクターも大勢育ち、この6月にはバリ島で開催される世界大会には、日本から4名の仲間がプレゼンをします。日本で自分たちがやってきたことを、日本のブレインジムとしても発表する段階になった」との認識を示した。

また、「これまで東京地区の勉強会ばかりで、地方の方々にはとても不便な思いをさせていたので、せつかく東京までいらっしゃるのなら、丸一日東京で学んでいただ

きたい」と東京で企画するにいたった背景や趣旨について語った。

協会が設立されて7年。ここで学び育ったインストラクターは、現在80名を越える。年々、認定者も増え、新旧のインストラクター同士が面識を得る機会や交流も少なくなってきた。

そうした現実も考え、今回のイベントには、「それぞれの方が、今後ブレインジムの研究や実践をしていくうえでお互いに交流を深め、情報交換をする有意義な研鑽の場になってほしい」との願いも込められている。

※(詳細は4ページ参照)

シリーズ

ブレインジムと私 ①

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。



体調不調のなかで見た ブレインジムの魅力

戸崎文葉さん (静岡)

「憂いは肺を傷る」とは、中国伝統医学が教える養生訓。とりわけ呼吸を司る肺が命の音楽家にとって、ストレス、緊張感、不安などの憂いは禁物に違いない。良好な状態で歌唱に臨むことは、音楽の重要な要素だ。しかし、二〇一一年十一月、協会認定のインストラクターの資格を、その資格を、取得。

ブレインジム五期生の戸崎文葉さんが、はじめてブレインジムと出会ったのは、一九九五年の夏。「オーストラリアのインスピレーション」にわたる音楽講習会の時でした。勿論、まだその時点では、先生が音楽レッスンの前に受講生に指導する

「憂いは肺を傷る」とは、中国の運動が、歌唱法や発声法に役立つものであることは理解できても、それがどういふものなのか戸崎さんに分かるはずもなかった。

「ブレインジムとは知りませんでした。グローバルレッスンの時にブレインジムの本を見て、はじめてそういうものがあるんだ」と思った程度の認識だったという。レッスンの時に行うブレインジムは、「緊張すると心拍数が上がる性格の私にとっては、体がほぐれて声が出しやすかったことを、今でもはっきりと覚えているという。

しかし、ブレインジムと出会った第一印象は、一定の体感を得られたものの、それはあくまでも漠としたものだった。三年後の一九九八年、戸崎さんは、二年間の音楽留学のために渡英をし、そこで再びブレインジムを再体験することになる。

「歌のレッスンをする前に、先生が生徒にブレインジムのことを話してくれました。緊張感を和らげ、気と体のバランスを整えることは、音楽家に求められる大切な心構えなのかもしれない。」

「そうです。歌は、歌うその人の肉体的や精神状態がとても大切なんです。」

留学されてから再度体験したブレインジムの感想は、いかげんか、と問うと戸崎さんは「しみじみと答えながら、実は「打ち明けてくれた。」

「慣れない英国の文化や生活習慣、言語、日照時間が短かいなどの環境変化やさまざまなストレス、それにその時は風邪を引いて、本当に歌えないという状態でした。」

精神的に落ち込み、身体的に萎えていたのだという。そんな体調不良にあった彼女にとって、ブレインジムは興味を深めるに十分すぎるほどの魅力的なものだったようだ。

本格的にブレインジムに傾注し、「勉強を始めたのはその頃から」だったそう。

現在、戸崎さんは静岡児童合唱団の育成指導や県内の成人合唱団等の指導にあたり、今は現場で教える立場にいる。あらためてブレインジムの効果について尋ねると。

「ブレインジムをするのとはしないのでは異なります。まず、子供たちが健康になりました。例えば、喘息の子も風邪の子も皆元気になりました。子供の緊張感も違います。ブレインジムの効用は、一つだけではなく多面的で、学業面でもよい結果が出ています。」

戸崎さんが音楽指導している年齢層は、三歳から八十代と実に広い。

「年配者の合唱指導では、体操(ブレインジム)が好きだから歌に来るという方も多々いますよ」と苦笑した。

彼女は独身だという。

「結婚され、子供さんを授かったらお子さんにもブレインジムをさせますか」と勿論です。」

筆者の質問にブレインジムを学ぶ楽しさと教える喜びを体験した人だけが持つ自信に満ちた明るい笑い声が続いてきた。