

つなぐ



諫早市立大草小学校
特別支援教育
コーディネーターだより
H30.12.14 No.28
文責 林田

😊 感じ方の違い 😊

1日の最低気温が10℃を下回るようになり、風の冷たさが身に染みるこの頃です。この「寒さ」をはじめとする様々な「感覚」は、人によって感じ方の程度が異なります。同じ気温でも、「重ね着をしても我慢できないくらい寒い」と感じる人がいるかと思えば、「肌着とシャツ1枚でも平気」な人もいます。

「感覚」とは、「体から脳、脳から体への情報の流れ」のことを指します。「体の外から入ってきた刺激を脳で情報として受け止め、処理すること」です。

感覚にはいくつかありますが、実感しやすいものは「五感」と呼ばれる視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚です。これら5つの感覚は、日常生活の中で自覚しやすいものです。

しかし、中には、自覚しにくい感覚もあります。「触覚」と「固有覚」「前庭覚」と呼ばれる感覚です。これらの感覚にトラブルがあると、生活上の困難が生じやすいと言われています。



こんな人も…

【触覚】：皮膚の表面で感じる感覚

自ら触る時と、触られて感じる2つの働きがあります。この感覚にトラブルがあると、次のような困ったことが起きます。

触覚過敏（過剰に反応する）の子



歯みがきや耳掃除、爪切り、顔を拭く…などの接触を嫌い、乳幼児期には「育てにくい子」ととらえられる。

「落とし物をしたことを教えよう」と肩をたたいたら、そのことが理解できずに、「たたかれた」と思い込み、教えようとした相手をたたいてしまう。



なぜ、肩をたたくんだ！

全般的に感じ方が鈍い子

感覚情報が不足するため、自分から物にふれて情報を補おうとする。指やハンカチなど身近にあるものを口に入れる、ヌルヌルしたものを積極的にさわるなどの行動が見られる。



【固有覚】：体の深い部分で感じる感覚。筋肉・関節の感覚。

- 運動覚…ボールを投げる時などに、手足などの各部位の動きを感じる働き
- 位置覚…ポーズをとるときなどに、手足など各部位の位置関係を感じる働き
- 重量覚…物を持った時に、体に加わっている重さを感じる働き
- 抵抗覚…手で押されているときなどに、体に加わっている抵抗を感じる働き

固有覚にトラブルがあると、動作が雑な子に見えます。例えば、細かな動作が雑になる子は、あやとりや折り紙などが難しくなります。また、大きな動きがぎこちない子は、体操や球技、踊りなどが不自然な動きになったり、人や物にぶつかったり、転んだりしやすくなります。



次号では、今回ご紹介した感覚の成長を促す、家庭でもできる感覚遊びや運動遊びについてご紹介いたします。



【前庭覚】：「平衡感覚」「バランス感覚」とも呼ばれる。重力・直線・回転の3つの加速度を感じ取っている。揺れる、回るなどの動きをした時に、耳の奥にある三半規管や耳石器で加速度を感知し、脳に情報を送る。

この前庭覚にトラブルがあると、バランスがとれないため、姿勢や動作が不安定になり、危なっかしい行動やだらしない様子が見られます。いずれも本人の気持ちの問題ではありません。この他、眼の動きが悪くなり、追視（動く物を目で追う）、注視（所定の物をじっと見る）が苦手だったり、揺れを極端に怖がったりします。



—参考文献—

「発達障害の子の感覚遊び
運動遊び」
木村順：監修
講談社