



## 静的弛緩誘導法研修会

10月12日(金)にNPO法人ふくろうの家(三重県)の村林雅子理事を講師にお招きし、静的弛緩誘導法の研修会を行いました。県外講師を招いて訪問学級で研修会を行ったのは初めての事です。

村林先生は、学校教員として21年間訪問教育に携われ、そこで静的弛緩誘導法をベースにした「からださん元気ですか体操」を作られました。現在、その体操は全国に広まっています。訪問学級でも2年前からその体操を学習に取り入れています。

午前中の研修会では、先生の経験から訪問教育についての話や、「からださん元気ですか体操」の考え方等をお話いただきました。

午後からは実際にベッドサイドと教場で子どもたちと一緒に「からださん元気ですか体操」を行いながら演習を行いました。個々の児童生徒の身体的な課題について、触れる位置や、日頃困っていること等への具体的な助言をいただきました。体に触れるうちに子どもの体が緩んでいく様子や、いつも眠っている子どもが目を開けて触れられていると感じている様子、気持ちよくなって(リラックスして)眠ってしまう様子、笑顔になる様子を目の当たりにしました。

また、その後は本校からも5名の先生が参加され、演習を交えながら「呼吸」「背中」を中心に講義を受けました。“服に触れる程度の手”を意識しつつ、触れる側の気持ち、触れられる側の気持ちを演習の中で学びました。

1日の中にぎゅっと凝縮された研修でしたが、難しいと懸念される静的弛緩誘導法をわかりやすく、「からださん元気ですか体操」のコンセプトである“誰でもできる”静的弛緩誘導法として伝えてくださり、長年訪問教育をされた先生だからこそわかる、保護者との関係、病院との関係、卒業後を見据えた教育について等、たくさんお話ししてくださいました。私が印象に残っているのは、「訪問教育は教育の原点」という先生の言葉です。とても充実した研修会になりました。

資料や研修会の動画等もありますので、興味のある先生はぜひ声をかけてください。

(文責：佐々木華奈)

