



# フトゥーロ通信

## 2020 年度 3 号

NPO フトゥーロ LD発達相談センターかながわ

〒226-0025 横浜市緑区十日市場町803-2

第一サンワードビル2F

Tel. 045-989-3501

Fax. 045-989-3502

<http://www.futuro.or.jp>

1年間、ご自宅での検温やマスク着用、手洗い・消毒、待合室や廊下の滞在は短時間で など、フトゥーロの感染症対策へ多大なご協力をいただきありがとうございました。まだ先の見通しも立たない状況が続きそうです。4月以降も引き続きご協力をお願い致します。



### 自分の怒りのツボ、相手の怒りのツボ わかっていますか？

フトゥーロ 所長 安住 ゆう子

先日中学生のグループで場面毎の自分の怒りの度合いを5段階で考え、さらにメンバー達の程度を予想する活動をしました。その中でなるほど、と思ったことが二つありました。

**場面：自分が友達のことを手伝ったのに、相手は何のお礼も言ってくれなかった。イライラ指数は？** みなさんならいくつでしょうか。相手との関係性も影響するでしょうが、中学生達の多くは「1」でした。その理由として、「自分はお礼とか言うの苦手だから、その人もそうなんだなと思ってあまり気にならない」「そうそう」とのこと。自分のことを基準にしつつ相手の気持ちを考え寛大になれるのはすごいことですね。

**場面：授業中、騒ぐ子がいて授業が進まない。イライラ指数は？** これは1から5までにちらばりました。5にした子の理由は「成績に影響する!困る!」、1にした子の理由は「やった～勉強しなくてすむ!」でした。この違いお互いが「え?」と少し驚きの様子。人によって嫌なことや怒りのツボが違うこともあることがわかりました。

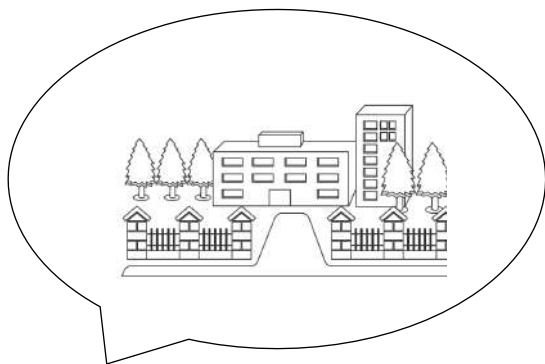
日々大人がイライラして叱ることの理由を子ども達はどの程度理解しているのでしょうか。部屋が汚くても自分は別に気にならないのに何でお母さんはあんなにガミガミ言うんだろう、と思っているかもしれません。そのことの必要性を説明し、どうしたらそれをやれるようにまたはやらないようになれるかを一緒に考えられれば大人のイライラも少しずつ解消されそうですね。説明してもまだピンとこないのであれば、まずは楽しく取り組める方法を試してみましょう。中学生達のように、「苦手なんだな」とわかってあげられればイライラしても仕方がないと思えて、怒りの度合いも減るでしょう。

ちなみに中学生達がそろってイライラ指数を高くしたのは『忘れ物をして先生にみんなの前で叱られた』でした。みんなの前でマイナス面を大々的に言われること、大人も嫌ですね。今年度もまもなく終わりました新年度、生活の切り替えの時期です。新たな気持ちでお互いの怒りのツボ見直してみませんか。

## ことばのコミュニケーションを育む活動

スタッフ 藤村 愛

今回は、小学 2～3 年生のグループで行ったプログラム「ことばでコピーぬり絵」の様子をご紹介します。「ことばでコピーぬり絵」とは、伝言ゲームのような活動です。語彙を増やすことや言語表現力、指示を聞き取る力の向上、質問や確認などの自発的なコミュニケーションの促進をねらいとしています。手順は、次のとおりです。①まず、伝達係のお子さん 1 人が、数か所にだけ色が塗られているイラストを見て、その場所や色を言葉で伝えます。②そして、ぬり絵係のお子さん達は、伝達内容を聞いて、手元のイラストにぬり絵をしていきます。③最後に、ぬり絵の箇所が一致しているか、コピーが無事完了できたのか!? ドキドキしながら答え合わせをします。



伝達係が「一番左の建物の 2 段目の左の窓を緑で塗ってください」と指示をします。すると、「もう 1 回言ってください!」や「2 段目って真ん中の窓ってこと??」「ん? どういうこと?」など、ぬり絵係から質問やつぶやきが出てきます。そして、伝達係はどう伝えるかスタッフと密談です。そこで話したアドバイスを活かして「まず、絵の真ん中の建物を見てください」そし

て、みんなが見る場所を共通理解できたところで「真ん中の段の窓を見て下さい」、「横に 4 つある窓の一番左を見て下さい」……と短く区切って伝えたり、相手がわかる言葉を使って言い換える、足りない情報を付け加えるといった工夫ができました。

「あ～、そういうことね～!」などの声があちこちから聞こえると、ホッとしたような表情を見せていました。

活動中はやり取りが活発になるよう、下表のような「しつもん・たしかめ」を掲示しました。

### しつもん・たしかめ

- ①もう 1 回 言って ください  
(言ってくれる?)
- ②ゆっくり 言って ください
- ③ ～で いいですか?  
(いいの?)
- ④ ～の ところを  
教えてください  
(教えてくれる?)



また、回数を重ね慣れてきたら、ぬり絵を配るところから答え合わせまでの一連の活動を自分達で行う発展バージョンにもトライしました。この活動が一役買って、お子さん達の緊張感がやわらぎ、自然な感じで会話する場面も増えたり、SOSを出すハードルが下がったように見えるお子さんもいらっしゃいました。ことばのやり取りによる成功体験が増えるよう、引き続き努めたいと思います!

サポートツールのご紹介 ⑩



## 学校での 出し忘れ、持ち帰りを減らそう

宿題をやったのに！ランドセルにも入れたのに！  
「出す」ことを忘れる、あるいは提出することにあまり興味がないお子さんも多いのではないのでしょうか。中学生になると、提出物を期限までに出さないことは今までよりも成績と直結してきます。

新しい習慣を身に付けさせるなら新年度の切り替え時期に始めてみるのはいかがでしょうか？

今回は『準備 OK こどもチェッカー』です。これは大人用、老人用もあるのですが、こどもチェッカー



は学校生活に必要な項目が20枚最初から印刷されています。他に白紙も10枚付いてきます。その中からお子さんに「これはやらないと

困る！」と思う厳選した6つを選んでキーホルダーに貼ります。朝だけ6項目、帰り用に6項目でも、写真のように朝3つ、帰り3つでも保護者の方のアイデア次第です。出したら、あるいはやったら×から○へボタンをスライドして完了。全部青くなればオールクリア！です。スライドは、勝手には動きませんが、幼児さんでも楽に動かせる固さです。目新しい物で注目をひき、難しいことに挑戦しようという気持ちをもつきっかけになればと思います。

サイズ：5.5cm×10cm  
厚さ 0.6cm  
材質：ABS樹脂  
製造：コモライフ(株)  
値段：¥700～¥1,000  
(amazon.jp)



## おねがい



### ● 2021年4月以降の教材・光熱費 変更について

コロナ禍において定期指導では、窓を開けて冷暖房を使用する、指導前・指導後の消毒などで平時よりも諸経費がかかる状態が続いています。これに伴い、教材・光熱費を2021年4月の指導料から1回の指導あたり200円(現在は1回150円)に変更させていただきます。

昨年末の「継続希望アンケート」では「指導料の変更はない予定です」とお伝えしておりましたが、このようなお願い恐縮です。

また、自動送金の手続きをなさっている方は、銀行窓口で金額変更の手続きなどをお願いします。

## 保護者の方と卒業生にうかがいます ~ご本人編~

インタビュー 三島 節子

今回は公立中学校2年生のご本人に ①中学生生活楽しみ度、満足度 ②中学生生活で困っていること ③部活動選びのコツ ④小学6年生への一言 についてインタビューしました。

~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~

フッターには小学校低学年の頃よりグループ指導、サークル活動に通って来ていました。聞き手は元グループの担当です。1年半ぶりの再会でしたので、彼の落ち着いた様子と背が高くなっていることに驚き「久しぶり！」とやや興奮気味に対面したのですが、本人はクールに「元気ですよ」と返してくれました。事前にインタビュー項目をお母様から伝えてもらっていましたので、話すことをまとめて来てくれていたようでした。

### ①中学生生活楽しみ度、満足度

楽しみ度は90%だそうです。90%と高い理由として、友達が増えたことと、気が合う先生がたくさんいることを挙げてくれました。保護者が地元の公立中を選んだ理由の一つに「息子を良く知っている友達が多くいるから安心」ということがありましたが、本人曰く「中学校には他の小学校からの子が5割いる。僕はどちらかという他の小学校の子と友達になっているんだよ！」とのことでした。親の心配どこへやらですね。嬉しい誤算です。「中学校では教科によって先生が変わるのが面白い。中には苦手な先生もいるけど……好きな先生もいっぱいいる」。関わる先生が増えるのは中学校の特徴です。

### ②中学生生活で困っていること

中学生生活の満足度は75%。マイナス25%の理由は「校則に不満。茶髪にしてみたいのにできない」とのこと。おしゃれに目覚めたのかな? お年頃なのでしょう。幸いなことに今のところ、困っていることはないそうです。

### ③部活動選びのコツ

部活は水泳部とのことですが、コロナ感染防止のために活動中止だそうです。部活選びに関しては「どうしても言いたいことがある」とのこと、熱く語ってくれました。「新入生対象の部活紹介は良いことしか言わないので鵜呑みにしない方がいい。仮入部の時に先輩に「こ

の部どうですか? 厳しくないですか」と聞いたり、別の部の先輩に「水泳部ってどうですか?」と聞いたりして情報を集めて総合的に判断するのがいいと思う。顧問の先生がどんな人かも大事。僕は厳しすぎる部(顧問)はちょっと合わないなと思って、一番入りたかった部は自分には厳しすぎると思ったので断念した。情報収集と併せて、自分のやりたいことと適性を見極めた方がいい。ぼくはまず「運動部」に入りたかった。でも、球技は苦手だから論外。そして、集めた情報と組み合わせ「水泳部」に決めた。まあまあゆるい部だけど、それなりに満足している。部活は学校生活満足度に影響するので、やりたいからという理由だけで決めてはいけない」と、非常に論理的に説明してくれました。

### ④小学6年生への一言

「中学校に入ったら授業を真面目に受けること。発表してノートを取り復習をやっておけば定期試験はそんなにあわてなくても大丈夫」だそうです。発表するのが苦手な子へのアドバイスをお願いしたところ「中学生にもなって人の発言を笑うような人はいないから、勇気をもって言ってみたらいいと思うよ」とのことでした。

将来の夢は好きな英語を活かして高校で留学すること。その先は起業家になることだそうです。起業家になりたい理由は、自分は両親から「マイペースなタイプ」と言われていて、なんとなく自分でもそうかな~と思っているので、周りに合わせるより自分のやりたいことをやる方が向いているのではないかと! ということのようにでした。

今回、後輩のためになるなら、と貴重な夏休みを使って来室してくれました。意欲的に楽しく中学校生活を送っているようです。ただ楽しんでいただけでなく、こんな時どうしたらいいかと自分で考え行動している様子が話から伝わってきました。学校生活が順調なことの一つにお父さんやお母さんの水面下のサポートがあることを伝えたところ、神妙に いていました。次回は留学編、その次は起業編の話をして来てくれることを楽しみにしています! ありがとうございます。

今回は未来を変える実行機能力の練習をします。みなさんはいつも同じ失敗をしてしまうことってありませんか？「この前と同じ失敗だ。やれやれ……」とがっかりする前に、ちょっと立ち止まって考えてみましょう。映画を巻き戻して自分の行動を見直す方法で失敗を防ぐ方法を考えます。ドラえもんの秘密道具で例えると「おくれカメラ」を使う感じです！今、あなたは駅の改札で切符がないことに気づきあせっています。切符を買った所から思い出しましょう。切符を買った後、その切符をどうしましたか？手に持ちましたね。電車が来ました。電車好きのあなたは電車が何系かすごく気になって気持ちが電車に奪われてしまったようです。無意識に切符を〇〇に入れましたね。そして、十日市場の改札で切符をすぐ

に出せずに慌てているあなたがいいます。買った分のお金をもう一度払わなくななりません。さて、この最悪の未来を変えるには、どの時点で何をどうすれば良かったでしょうか？そうですね。改札に入ったらずぐ切符を自分で決めたいつもの場所、例えば財布の中、鞆の小ポケット、ズボンのポケットにしまうといいのです。このことが習慣化されたらあなたはもう改札で慌てることはありません。『実行機能ワークシート 3-46(未来を変えるには?)』を待合室、3階、4階の廊下に貼ってあります。みんなもチャレンジしてみてね！答えが見つかったら担当の先生に伝えて下さい。アイデアが集まったら廊下に掲示します。



～ゲームの説明します！②～

## Minecraft

～マインクラフト～

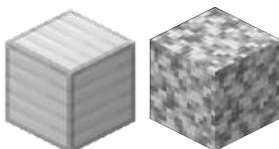


今回取り上げるのはマインクラフトです。リリースは2011年ですが、現在でも人気は根強く、フトゥーロに通っているお子さんでもファンの多いゲームです。

マインクラフトの世界は地面や木々、海や崖などからなりますが、よく見ると、木や崖なども1×1のブロックを積んで出来ていることが分かります。

ゲームスタート直後は、地面や木をひたすらパンチして「土」や「原木」「岩」などの材料を手に入れますが、これらはいずれも1×1のブロックになっています。このブロックを積み上げたりくっつけたりすることで、建物や土地などを自由に作り上げることができ、こうした遊び方からマイクラは「デジタル版の積み木」と呼ばれることもあります。

思い思いの世界を自由に創り出すことができるのが魅力のゲームです。（古畑僚）



遊び方は you tube にも沢山アップされています。例えば、お笑い芸人「よゐこ」が初めてやってみるマイクラ動画です。どう方法で始めるのかどうやって続けるのか、わかります。



スタッフが 찾았다!

## ★子どもたちのキラリ～ン★

Aくんは、4月からフトゥーロのグループに参加し、グループの活動を毎回楽しみに通ってくれます。初めてのことは不安に思ってしまうので、指導では見通しを立てられるよう、どのようなことをするのか流れを説明し、流れがわからなくなっても、ホワイトボードを見れば何をやるかわかるようにしてあります。読むことに対し、苦手意識もあります。

初めのうちは誰でもそうですが、お友達がいないこと、不安なことも沢山あり、前に出て発表するのも声が小さくて聞こえにくかったり、話すスピードが早過ぎてみんなには伝わらなかつたりしました。

少しずつフトゥーロは、どのようなことをす

る所かわかり、お友達もできて、Aくんが自分らしさを発揮できるようになっています。

ある日の個別学習の時間のことです。読むことに対して苦手意識があるので、私がどこを読んでいるのかわかるように、指をさしながら問題の文章を読んでいると、Aくんと一緒に読んでくれています。そして「これは、何かわかる?」と聞くと、「うん!」と元気よく答え、答えを書いてくれました。その日の目標は「プリントをがんばる」でしたが、私が問題を読む時はAくんも一緒に読んでくれ、たくさんプリント問題に取り組みました。

Aくんががんばってるよね。キラリンと輝いているよ!

(スタッフ 山本 陽子)



## お知らせ



### ● 来年度の指導について

来年度も継続して指導に通っていただくご家庭には、再度の申し込みに関する書類一式を3月中に配布します。お子さんの最後の指導日までにご利用ができません場合は郵送で送らせていただきます。

4月以降の指導キャンセルについては 3/15(月)までにお知らせ下さい。それ以降のキャンセルは4月分の指導料を頂戴します。

また 3月末になっても書類がお手元に届かない場合は、お手数ですが下記へ必ずご連絡ください (Tel: 045-989-3501)。

### ● 入金の確認を行っています

年度末につき、定期指導や各種報告書、また今年度は新型コロナウイルスのお休みや振替に伴うご入金やご返金の確認のご連絡を差し上げています。ご不明の点は事務担当者(月、水、木曜 出勤)へお問い合わせ下さい。

児童発達支援での指導にご参加の保護者の方は、3月までの教材費をお支払いいただくこととなります。金額については担当者からお知らせしますので、丁度の現金のご準備をお願いします。

### フトゥーロ通信 2020年度 3号

発行日 2021年3月1日

発行所 NPO フトゥーロ LD発達相談センターかながわ

〒226-0025 横浜市緑区十日市場町 803-2 第一サンワードビル 2F

Tel. 045-989-3501 Fax. 045-989-3502 ホームページ <http://www.futuro.or.jp>