

とおりゃんせ通信

NPO法人あかねの和 2月号
令和5年2月10日発行



立春をすぎ、木々たちは春を迎える準備を始め、少しずつ「芽」が膨らんできています。
さあ、春はもうそこまでやってきています。
天気の良い日には、外に出てゆっくりと歩いて春を探しに行きませんか？



ボディイメージを培う3つの感覚

～part1 触覚～

こどもが自分の身体の状態を認識する『ボディイメージ』は、**運動や姿勢の発達とともにコミュニケーションの土台**となります。

皮膚は“露出した脳”と言われるほど、たくさんの情報を受け取っており、触れられることで、自分の身体へ意識を向けることができるようになります。

触れることで発達につながる部位



①口のまわり
食べる力を育む



②手のひら
手の使い方を学ぶ



③足の裏
立った時のバランス
感覚を養う

日頃から“触れる”感覚に慣れておくことが大切！そこでおすすめなのが**マッサージ**♪

<マッサージのPoint！>

- 少しずつ圧をかけましょう！
- 「点」ではなく「面」で触れましょう！
- 嫌がる部位はよりゆっくり少しずつ圧をかけ、多めにマッサージをしましょう！