

# 自立活動だより

紀北支援学校自立活動部

令和5年10月発行

10月の自立活動だよりは、セクション3からのお届けです。

セクション3は自立活動の『人間関係の形成』『コミュニケーション』の2つの区分を中心に学習を進めています。ゲームで人とのやりとりのルールを学んだり、発声やカード、ICT機器等を使いながら、相手に気持ちを伝えることを学んだりしています。今年度「発音を明瞭にするために自宅でできることはありませんか」という相談が多かったので、発音に大きな役割を担っている「舌や口の周りの動き」「呼吸のコントロール」「音韻意識」にアプローチできる遊び等を紹介したいと思います。

## ○発音に関わるアプローチ

「舌と口の周りの動き」…舌を上下左右、前後にスムーズに動かす。また、あごや舌先の動き。

- 舐める
  - ・棒付きのキャンディやソフトクリームをペロペロ舐める
  - ・スプーンのジャムやクリームを舐め取る
  - ・チューチューアイスを吸いながら食べる
  - ・口の周り（特に上唇全体）を舐める 他

- あごの動き・「あんあんあん…」といいながら連続で開閉（無理しない）

- 遊び
  - ・にらめっこ
  - ・あっかんぺー
  - ・ロじゃんけん

\*ふんわり丸い「ホットケーキのような平たい舌」ができると good!

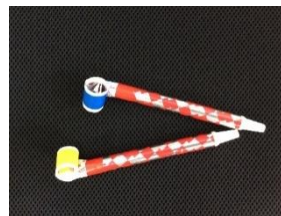


変顔マッチ

「呼吸のコントロール」…息を吐く、吸う。

- 遊び
  - ・吹く楽器
  - ・風車
  - ・シャボン玉などストローを吹く
  - ・「あー」や「いー」等どっちが長く言えるかの競争\*
  - ・大きなシャボン玉作り\*

\*長い単語や、文を話すときに必要な息の使い方につながります。



吹き戻し笛

「音韻意識」(おんいんいしき)…単語(言葉)がいくつの音できているかわかる。

音の聞き分け・入れ替えができる。

- 遊び
  - ・グリコじゃんけん(勝った人が、グーはグリコ、チョキはチョコレイト、パーはパイナップル)と言いながら一段ずつ上がる階段遊び)

- ・さかさことば
- ・たぬきことば(り〇ご→りんご)

- ・はじめに〇のつく言葉なんだ?などのクイズ

\*音韻意識は発音の下支えになるそうです。

自宅でできるメリットは、落ち着ける環境で、安心できる相手と、いつでも無理なく取り組めることです。少しずつ続けることが大切ですが、毎日続けるためには「楽しみ」であることも一つの条件かと思えます。おやつのおいしさや食べ方を少し変えてみる、ドライブの合間にやりとりするなど素敵なタイミングを見つけてやってみてください。その場が楽しいコミュニケーションの機会になれば、より一層「伝えたい」という気持ちと相まって育ちに繋がるのではないかと思います。

「発声が明瞭になること」に続いて「もう少し発音を増やしたいが、どんな発音を次に練習したらよいですか?」という質問も受けました。人はどのようにことばが発達していくのか、順を追ってみたいと思います。子どもによってもちろん発達の個人差はありますが、おおよその目安として参考にしてください。

## ○ことばの発達の推移

- ① 生後2か月頃  
泣き声以外に、「アー」「うー」やご機嫌なときに喉を鳴らすような音(クーイング)を出し、それに併せて大人が話しかけると、それに反応するように声を出します。  
↓
- ② 話しかけたりあやしたりすると、それに応えるように「満面の笑み」を見せます。  
「ははは」と声を出して笑うことで発音の練習になり、次の喃語に繋がっていきます。  
↓
- ③ 発音が増え、泣く、唸る、叫ぶ等で、発声のメカニズムを発達させていきます。過渡期の喃語といわれる「あーあーあー」のような音は連続していても、「子音+母音(あいうえお)」の音はまだ不明瞭な喃語が表れます。  
↓
- ④ 「ばばば」「ままま」(子音+母音)のように同じ音を繰り返す基準喃語が出てきます。特にお母さんなど身近な人がそばにいる時に、周囲の言語刺激を受けて更におしゃべりしているかのように声を出している様子が見られます。  
↓
- ⑤ 音声模倣が始まり、「ええー」「あ〜あ」等の声を聞いてそれらしく真似します。  
↓
- ⑥ 「パパ」「ママ」「わんわん」等初語(初めての言葉)が聞かれるようになります。喃語に近い発音や身近なものの名前などよく聞いていることばから出てきます。この頃になると約10数語程話すようになります。  
↓
- ⑦ 300語程話すようになり、「ブー、いく」「ママ、ちょーだい」等二語文で話すようになります。二語文は50~100語以上の言葉をはなすようになると出現するといわれています。  
↓
- ⑧ 1000語程話すようになり、助詞が使われ始めます。三語文はこの頃からです。

## ○早く獲得する音群とゆっくり獲得する音群

早く獲得する音群	パ行 パ行、マ行、タ行、ダ行 ナ行、カ行、ガ行、「ワ」
ゆっくり獲得する音群	サ行、ザ行、ラ行、「ツ」 「ハ・ホ・ヘ」「ヒ」ヒヤ行

早く獲得する音は、唇を閉じて作られる音です(常に口を開いている子には難しいですが)、その後、舌先の動きの巧緻性や舌が平らな状態で維持できること等が必要な音が獲得されていきます。

ことばは全体発達の一部です。例えば、舌先の動きだけでなく全身的な運動が発音にも繋がるそうです。

また「伝えたい」「話がしたい」という相手がいることはもちろん、経験したことと言葉が繋がったり、頭の中にその物や状況がイメージされたりしていることで、生きた言葉が育っていくと思います。

