



2025年5月
印西市立子ども発達センター
たんぽぽ
No.2

先月、前庭覚は重力や回転、加速度(スピード)を感じることができる感覚で、①姿勢の保持や運動に関わる②視界を安定させる③気持ちのコントロールの土台になると説明しました。今回は、前庭覚が働かないとどうなるか説明していきます。



前庭覚がうまく働かないとどうなるの？よくある例は. . .

- ・姿勢が崩れやすくなる
- ・落ち着いてじっとしておくことが苦手
- ・高いところや揺れる遊具が極端に好き、または極端に嫌がる
- ・板書や書写など、文字を書くことが苦手



うまく働かせるにはどうしたらいい？

<前庭覚を感じやすいタイプ>

無理はしない！小さな段差・小さな揺れでも、お子様にとってすごく高く・大きく感じている可能性があるかもしれません。ブランコやそりなど遊具を使用する際は、お子様のペースで合わせてください。また、手足で身体を支える活動を行うと、姿勢が崩れても大丈夫と安心感が育まれ、不安定な場所や高いところも挑戦してみようと思えることは多いです。

<前庭覚を感じにくいタイプ>

前庭覚の刺激を求めるため、動きが多くなりますが、発達を促すためには十分に動かしてあげてください。しかし、自分の身体の状態がどうなっているかわからずに、強い刺激を求めて激しく遊んだり、危険行動をすることがあります。その際は、飛ぶ姿勢を変えたり、揺れる方向を変えたり、止まったりなど、刺激量を調整してあげてください。無理強いせず、お子さんが楽しみながら取り組めるようにお子様の動きに合わせてみてください。



子ども発達センター おひさまでは. . .

様々な吊り具や遊具があります。多様な角度から揺れを刺激することが可能です。座った状態よりも立った方が刺激も多くなったりと姿勢を変えることで刺激量の調整もできます。お子さまたちが、楽しいと感じながら、前庭覚を働かせるようにさまざまな道具を使って遊びを考えていきます！



