

■2018年 第10回協会主催BGTP(インストラクター養成講座)

日程：2018年2月10日(土)～2月14日(水)
 ＊この講座は宿泊講座です。(初日は午後より開始予定)
 会場：湘南OVA(葉山)大会議室
 〒240-0107 神奈川県横須賀市湘南国際村1丁目2-6
 講師：たむらゆうこ 白木原雪乃 亀田せんじゅ
 受講条件：本講座受講前に「ブレインジム」と「インデプス」のケーススタディの提出、及び面談を事前にうける事

■2017年「ブレインジムデイ記録集」が完成しました!



インストラクターの方々の実践に基づく有意義な発表をいただき、記録集として40ページの小冊子にまとめることができました。ご希望の方は事務局までお申し込みください。

「Brain Gymday®2017記録集」 販売価格1,080円(税込)
 ＊送料別途

■PACEポスター(チラシ)の販売



PACEポスターについては、従来は事務局へ申請後、審査を得るようなプロジェクトやイベントに限ってお譲りしてきましたが、今後は皆さまにさまざまな場面でお気軽にご利用いただけるよう、販売の形を取らせていただくことになりました。

販売単位 PACEポスター(1セット20枚) 価格432円/1セット(税込)
 ＊インストラクターのみ購入可能。セット販売のみ。

【申し込み】 事務局 jimukyoku@edu-k.jp



携帯電話と電磁波

カリフォルニア州公衆衛生局は、携帯電話の電磁波が人体に及ぼす影響から、その使用を可能な限り控えるようにとの見解を発表したそうです。

https://www.gizmodo.jp/2017/12/108684.html

電氣的な汚染から生じるネガティブな効果を相殺する方法として、ウェイン・クックのフックアップがブレインジム手引書で紹介されています。携帯電話を使ったあとは、クックのフックアップをすると良いかもしれませんね。

それはともかく、携帯電話と電磁波の関係ですが、私が調べたところでは1997年頃から問題視され始めたようです。ちなみに、携帯電話の普及が本格的に始まったのが1994年で、この時点では人口普及率は約1.4%、1997年には約30%の普及率になります。

そして普及率が70%に達した2002年には、携帯電話機に対して比吸収率の基準値が規定されました。比吸収率(SAR)は人体が電波にさらされることによって単位質量の

●<えでゆとし>は、知っているとちょっとお得な豆知識コーナーです

組織に単位時間に吸収されるエネルギー量のこと、携帯電話機は局所SARが基準値である2W/kgを満たすことが義務づけられています。

局所SARは質量10g当たりの組織に6分間に吸収されるエネルギー量の時間平均のことで、W/kgの単位で表されます。携帯電話会社のホームページで各機種別の局所SAR値を確認することができます。この基準値は、使用者の年齢や身体の高さに関係なく十分に安全な値として設定されており、国際的にもこの基準値が採用されているそうです。

だからといって、絶対に安全とは限らないのですが…。電磁波は目に見えないからわかりにくい、わかりにくいから情報を鵜呑みにしてさらにわかりにくくなる。こんなことの繰り返しのような気がします。

ということで、次回から電磁波について考えてみたいと思います。

天田 武志 (神奈川県)



えでゆけ vol.20

Edu-k Journal

Winter 2018

BRAIN GYM JAPAN 季刊(年4回発行) 発行:NPO法人日本教育キネシオロジー協会 東京都千代田区平河町2-11-10 パークウエスト301 電話03-6272-6037 企画・制作:K1スタッフ

2018

新しい年によせて

NPO法人日本教育キネシオロジー協会 理事長 たむら ゆうこ

新しい年が明けました。平成の年号での年越しは、あと残すところ一度のみようです。時間のように途切れることなく続くものに区切りをつけるとき、私たちは普段はあまり意識していないことを考えてみたり、今までとは違う行動に切り替えたりするのかもしれませんが。

年が改まる時、それは昨日の続きの今日ではなく、何か変化の「きっかけ」になるのかも、などと思ながら、ポール・デニソン博士の「ブレインジムと私」を読んでいたところ、下記の文章に出会いました。

『価値のある人生とは、プロセスであり、大なる個人の挑戦であり、自分が選択するカリキュラムであると言えるのかもしれませんが。私たちは体験し、学習し、成長するために、この世に生まれてきたのです。この体験し、学習し、成長するという人生

の目的に向かって、私たちは正直で信頼できる行動を起こすのです。信頼できない行動は、この目的を打ち消してしまいます。正直に行動するために、私たちはありのままの自分を知り、自分の人生に責任を持ち、自分の行動力を評価することができ、他人が同じようにする権利を尊重しなければなりません。現在の教育システムは、これとは反対のことをしています。つまり、生き残るためには、自分たちの天性を否定することが必要なのだと、子ども達に思わせているのです。』

『価値ある人生とは?』『ありのままの自分とは?』というような問いには、成人して社会に出てからも向き合うことがあるでしょう。また、新年を迎えたときに、改めて考えてみるのもふさわしく思いました。元々ブレインジムは、学校で使える

一連のエクササイズとして考案された、体を動かすプログラムです。単なる体操とも思われがちですが、人生の目的に向かって行動を起こすため「自分」を整える方法も含まれます。

平成30年、節目の年といわれる今年。人生の目的に向かって行動を起こすために、より身近な日々の手段としてブレインジムを活用していただけるよう、協会も活動を推進して参ります。

ブレインジムと教育キネシオロジーの考え方や具体的な手法は、資格を持ったインストラクターの活動により、講座形式で教えられていますので、協会HPより講座開催情報をご覧ください。

皆さまの更なるご健勝とご活躍を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

当協会ブレインジムオフィシャルサイトができました!



このたび、『ブレインジム』に特化した、ブレインジムオフィシャルサイトを新設しました。『ブレインジム』というものをより理解していただけるよう、さまざまなエクササイズや参考書籍の紹介など有益な情報が満載です。皆さまの活動の中で、『ブレインジム』をご案内する際には是非ご活用ください。

【協会ブレインジムオフィシャルサイト】 <http://braingym.jp>



「スクールプロジェクトの始まり」

2007年1月、協会主催第一回ブレインジムインストラクター養成講座を受講。14名の仲間と共に協会登録インストラクターとなつての10年は、公立小学校でのブレインジム実践の日々でした。

長い間、公立小学校学級担任としての経験がある私は、学校でのブレインジム実践という、自分の役割を明確にして、特別支援教育非常勤講師として勤務を始めました。

それは、この世に生を受け、人生を歩んでいく子ども達が携えている資質に想いを馳せて、自らが自信をもって進んでいけるような、手立ての実践の日々でした。

この実践の中で、ブレインジムは大きな力となりました。

一番勤務が長い学校は10年間でしたので、校長先生も替わられました。私を採用して下さった初代の校長先生からは、次のようなお言葉をいただきました。

継続して、3年間、児童の様子を観察された先生の貴重なご意見なので、一部を紹介いたします。

「子どもが変わっていく姿を目の前にして、その本物さに感動させられました。残念ながら、私自身はブレインジムの実践者にはなることができませんでしたが、質の良いものは子どもを変える力があるという確信は、今も私の日々の実践の根底になっております。」

先生には、2010年、ポール・デニソン博士が来日された折りに、協会事務所で対談をしていただきました。

その内容は、協会パンフレットに紹介されています。

また、スクールプロジェクト担当理事としても、全国の依頼があった学校へ伺いました。

学校の実態把握や事前打ち合わせ不足等のために、反省点が数多く思いついてきました。

当時、日本の教育現場では、ほとんど

堀 弘子 (神奈川県)

認知されていないブレインジムの、体験してもらう事が大きな目的でした。

今、振り返りますと、知識や技は未熟ながら、エネルギーの塊で動いていた感じがします。当時の私には、現在の協会登録インストラクター数と他分野に渡る活動は、予想を超えることでした。

ケイ・マックキャロルさんが初来日された時に、楠の木学園で体験したブレインジム。体育系の私には実感できなかったのですが、今では一日の始まりはペースからです。

学校では、頭と心と体の体操として、子ども達に伝え実践しています。



セシリア・ケスター講師の講座が開催されました



BG170を受講して

私は横浜にある病院の小児科相談室で、不登校や発達に遅れのあるお子さんの支援をしています。その中で、心理面での支援ばかりでなく身体アプローチの必要性を感じ、ブレインジムの学びを始めました。BG170は昨年引き続き再受講でしたが、一つ一つの学びが新鮮で、自分でも驚くほど集中して楽しんで講座に参加することができたように思います。これもブレインジムの効果なのでしょう。



さらに幸いなことに、今回は私自身のクライアントさん(以下CL)をゲストにお招きし、セシリア講師のセッションを見学させていただくことができました。

竹田 知子 (神奈川県)

その中で、3次元のレンズを通してCLをアセスメントし、「こうしろ、ああしろ」と指示をするのではなく、BBAsの動きに戻って適切な刺激を入れることで、自然な学びや気づきを待つ、ということを実際に体験させていただきました。ご本人も親御さんも、これまで気づくことができなかった新たな可能性を見出すことができたようで、とても幸せそうな笑顔で帰られました。

私は心理士なので「CLの気づきを待つ姿勢」は当たり前のようにできていると思っていました。しかしこれまでの私は、自分が理解できる範囲の限定的なCLだけしか、待つことができていなかったということに、私自身もゲストセッションを通して気づくことができました。このような気づきのすばらしさを体験できる機会を与えていただいたことをとても感謝しています。

この気づきの喜びを持ち帰り、相談に訪れる方々にも伝えていかれるようにしていきたいと思っています。



ブレインジムと私②

このシリーズは、インタビュー形式での連載となります。ブレインジムとの出会いや活動を皆さんに熱く語っていただこうと思います。

『A simple act of caring creates an endless ripple. ~ブレインジムの水の波紋のように~』

ますなが まさみさん (福岡県)

Q) ますながさんのブレインジムとの出会いは?

はじめまして、ますながと申します。九州の福岡で公文の指導をする傍ら、発達支援のサポートをさせていただいています。2010年に公文の教室を立上げ、さまざまなユニークな学びのスタイルを持った子ども達と接する中で、今の子ども達の中にある学びの難しさを痛感し、問題となっているギャップを埋め、学びを楽しくするものがないのかと探し求めていました。私の教室に来る子ども達は、学習に困って保護者に連れてこられるか、あるいは学ぶことが嫌になってから来るのがほとんどです。まずは、学ぶことが好きになることから始めたいと思いました。

そんな時に、ブレインジム101講座が九州であるということを知り、「一生懸命に頑張るのではなく、ベストを尽くせるようになる」という言葉に、私は直感で「これだ!」と思い、受講したのでした。目から鱗が落ちるような衝撃を受けたのを今でも忘れません。

それからもっと知りたいと思い、ブレインジムの学びようになりました。最初は、教室の子ども達のためにと始めた学びですが、学び続ける内に、いつの間にか自分のための学びへと変化しています。今は学び続けることがとても楽しいです。

Q) 現在はどんな活動をされているのでしょうか?

BG170、BG101、DDPの講座、ワークショップ、個人セッション、小学校の特別支援学級へのボランティア活動、自分が受講済みの海外講師の招聘等ブレインジムの広める為の活動をしています。

Q) 将来の展望は?

最近、海外へブレインジムの学びに行くことが増えています。

とても楽しい学びと出会いがあり、学べば学ぶほど自分の知らないことがまだまだたくさんあることに気づかされました。世界にはブレインジムの多角面を学べるものがあり、自分の視野が広がっています。それを日本においてひとりでも多くの必要なひとに知ってもらうため、ブレインジムの学びの窓口を広げる役割を担いたいという思いがいつもあります。

まずは自分が楽しみながら、幸せにつながる最初の学びの雫を落とせたら、それがゆっくりじっくりと水の雫のように、ひとの心に波紋を広げながら伝えていけるのではないかと信じています。

Q) ブレインジムへの思いについてひとこと。

ブレインジムは今の自分のバランスに気づかせてくれる最高の道具です。全ての答えは自分の中にあります。これが誰もが使いたい時に使えるような世の中の常識になると、みんなの人生がカラフルになり、自分のペースで動き遊べながら、自然にみんなの学びを楽しむことができます。そのお手伝いができるよう、まずは自分の周りからと思って活動しております。



セシリア・ケスター講師特別講座 in 盛岡

「支援者として、親として学んだこと」 河本 知恵 (岩手県)

北東北の紅葉が見ごろの11月中旬、岩手県盛岡市で開催されたセシリア・ケスター講師の講座に参加しました。1日目は、エクササイズの体験と、その背景について、2日目は、午前、午後1名ずつのゲストをお迎えしての学びでした。

1日目は理論編として、生後の発達を細分化したうえで、どんな感覚や動きがあるか、また発達を妨げる要因などを学びました。

「なぜこの子は、こんな(困った)行動をするのか」という疑問に対して、丁寧に説明していただきました。

2日目は、実践編として、ゲストの観察ポイント、親へのアプローチについて学びました。

セッションの雰囲気は、温かく、落ち着いて、安全感を感じるものでした。アレンジされたエクササイズが、とても楽しく、ゲストの状態観察をすっかり忘れてしまうという体験もありました。



私は今回、息子とゲストとしても参加しました。親としての学びは、子どもの「学びのスタイル」が、親とスタイルが異なっても、または親の望むスタイルではなかったとしても、『本人の持つ学びのスタイルを信じ、尊重する』ことです。

今回の講座は、講師と参加者の方々との距離が近く、実践報告や意見交換できたことも素晴らしい体験でした。また、子どもの持っている感覚の素晴らしさ、親として子どもを信じることの大切さも学びました。

現在、息子たちと実践していますが、彼らの手厳しい指導を受けながら、日々学んでいる最中です。