

「大阪での体験会」

2018年6月、約10年の歳月を経て、大阪へ伺いました。私は北国うまれなので、学生時代から、大阪の方々のエネルギーには敬意を表していました。大学4年間も運動部に所属していましたが、試合の時の精神力の強さが思い起こされてきます。スクールプロジェクトの始まりの頃に伺って以来の大阪でした。

今回は、大阪市小学校特別支援教育担任者会全体会での記念講演という依頼をいただきました。特別支援教育と言っても意味が広いのですが、この度は、特別支援学級担任の先生方の研究会総会での記念講演という役割でした。

私は2007年より、公立小学校特別支援教育非常勤講師として勤務していましたが、関わる児童は、一般学級に在籍している児童が対象でした。基本的な児童への配慮や指導は変わりませんが、特別支援学級に在籍している児童への指導は、より専門

的な指導と教育技術が必要となります。また、現職の時も普通免許状でしたので、一般学級担任として勤務してきた経験しかありません。

そこで、午前中には学校で児童と

関わり、午後は、特別支援教育担任者会へ参加されている先生方に、少しでもリラックスしていただけるようにとプログラムを大きく変更しました。

事前の準備とは、大きく異なっていましたので、パソコンの準備をお願いした先生には、多大なご苦労をおかけしてしまいました。感謝の一言です。

このような記念講演にもかかわらず、参加された先生方の真摯に向き合つ

てくださったエネルギーに支えられて、紆余曲折の話も聞いていただく事ができたことは、私の貴重な財産となりました。

今回のご依頼は、担任者会会長の、坂本貴子先生からいただきました。先生は、以前に、ブレインジムを体験

堀 弘子（神奈川県）

され、ご自身の変容から、ブレインジムの力を認識されたと伺いました。人それぞれに個人差がありますので、一様にはなりません。大切なのは、ご自身とむきあうことでしょうか。

会の最後には、研修会の感想やご意見を書いていただきました。百名以上の先生方が参加されていたのですが、ブレインジムをご存知の先生は一人もいらっしゃいませんでした。

そして、「具体的な動きの実践をもっと教えてほしい。」「明確な理論に基づいた上にシンプルな動きを感じ的、体感的にできるのが良い」等のご意見もいただき、私自身も更なる学びの場となりました。



動くことが学習の入り口を開てくれる

「日本でブレインジムに出会って」

私は、7年間、算数に苦労する子ども達の教師として厚木基地に住んでいました。

3人の子どもがいますが、2番目の子どもは自閉症スペクトラム障害で言葉が限られています。滞在中には、働きかけの方法や動きがどのように学習に影響を与えるかについて、できる限り学ぶ時間をとりました。自分の子どもと生徒達の両方に益があるからです。

日本に着任した当時、私は「動きが算数を意味あるものにする」というタイトルの本を執筆中でしたので、いろいろな調べものをしていました。動きが学習の重要な構成要素である理由を理論的に理解したかったからです。そのなかで、ブレインジムというものに何度も出会いました。

その後、リズミックムーブメントトレーニングというものにも。この5年前の出会いが、今の私に繋がっています。



リサ・アン・デ・ガルシア（アメリカ）

子ども達と一緒にワークできるのは特典です。なぜなら、子ども達こそが、私たちに教えてくれる最高の教師だからです。子どもにより、再パターン化やバランス調整への反応、レイジー・エイトの描き方がどんなに違うのか？を見てきました。けっして多くはないですが、何人かはブレインジムの原則を生活に取り入れています。ほとんどはスポーツにおいてです。

学校生活の別の分野において、たとえPACEだけであっても、幸運なのは、ブレインジムを使うことを奨励する教師を担任に持つ生徒でしょう。動搖した時や学習準備のためにフック・アップを用い、読書の前には本の上でレイジー・エイトをすることを知っている生徒もいます。子ども達には同級生が一番影響を与えるようです。ですから、ブレインジムが教室の行動様式となった場合が最も効果があります。

次ページに英語原文掲載しています。

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。

『ブレインジムに出会い見つけたライフワーク』

内田 雅恵さん（千葉県）

お応えすべく、仲間達と支援者としての学びも深めながら、これからもお一人おひとりに大切に向き合い、相談者の方がご自身の持っている『力』に気づき笑顔になる事を応援する活動にしたいと考えています。

Q) 将来の展望は？

生きづらさを抱える方、お子様の発達の事でお悩みの親子、不登校のお子様やご家族…今、立ち止まっていらっしゃる方の選択肢の一つとして、ブレインジムのようなアプローチが認知される世の中を実現すべく、学校や行政などの繋がりを深め、どなたでも気軽に手に取れるような活動の広がりを目指したいです！

ブレインジムに出会えた事で私の人生は一変しました。一生続けていきたいライフワークを見つける事ができた今、自分の人生や周りがどうなっていくのか…平坦な道のりではないかと思いますが、ワクワクする事を忘れず、これからも学び成長したいと考えています。



Q) 内田さんのブレインジムとの出会いは？

2015年の夏、10年ぶりに再会したブレインジムインストラクターの安部知世さん（発達支援ほほえみ代表）にPACEを教えていただいた事がきっかけです。

「まずは続けてみて！」と言われ半信半疑で毎日PACEをしていると「あれ？何だか調子がいい？」と思う事が増え、ブレインジムという未知の世界に引き込まれていきました。

その頃の私は、三人の男の子に囲まれ、イライラ・ガミガミ育児に自問自答を繰り返す日々…。

ブレインジムは、そんな私に、子ども達の笑顔と母としての自信を取り戻すきっかけを届けてくれました。

また、同じタイミングでBBAs やリズミックムーブメントにも出会い、劇的に変化していく我が子や友人の子ども達を目の当たりにしながら、子育てに悩みを抱える方々にこのアプローチを伝えたい！と考えるようになり、一念発起！！ブレインジムインストラクターになる事を決意し、今に至ります。

Q) 現在はどんな活動をされているのでしょうか？

千葉県千葉市で「まくはりママの家」という発達支援を目的とした施設を運営しています。

「親子を支える活動がしたい！」という思いに賛同してくれた、友人の小児科医（向後敏昭先生）や、ブレインジムを使って笑顔になる事ができた仲間達の協力を得て、毎日セッションや講座、イベント活動に奮闘しています。最近では大人の発達障害を抱える方のご依頼を受ける事も増え、幅広いニーズに

Movement opens the door to learning

「Finding BG in Japan」

I have been living in Japan for the last 7 years as a teacher of struggling math students at Atsugi Naval Air Force Base. I also am a mother of 3, my second having Autism Spectrum Disorder with limited language. During my time here, I have spent much time learning everything I could about intervention strategies and how movement influences learning, for both the benefit of my students and children. When I first arrived, I had started writing my book, Movement Makes Math Meaningful, and had begun my research because I wanted to understand the rationale of why movement was an important component of learning. During my research, I kept bumping up into Brain Gym® and also found Rhythmic Movement Training along the way. It was 5 years ago when I started on the journey I am on today.

Lisa Ann de Garcia (U.S.A)

It has been an honor to be able to work with children, as they are our best teachers. I have seen how different ones react to patterning, drawing lazy 8's, and different balances. Some, though not many, have taken on Brain Gym® principals into their personal lives, mostly for sports. Some lucky students have had teachers who have encouraged the use of Brain Gym®, even if just PACE, in other parts of their school day. Some know to get right into Hook-ups when upset or needing to prepare for learning, and others know to use lazy 8's on their book before starting to read. Peers tend to have the biggest influence on children, so when Brain Gym® becomes a part of the classroom culture, it has the biggest impact.