

パートナー
できました

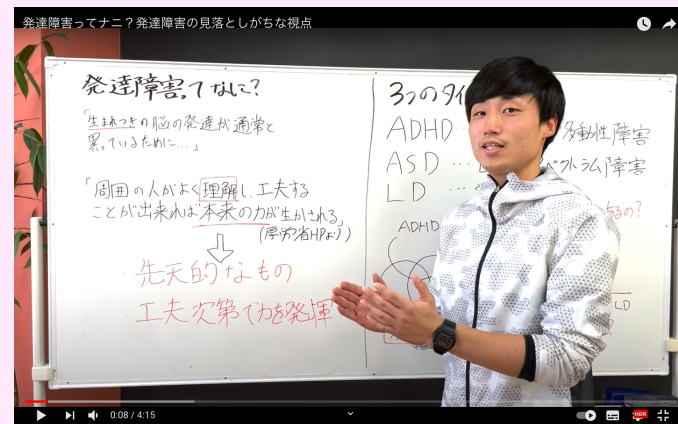
おふとんユタニさん
VOL.3



おふとんユタニさん

youtubeはじめました!

チャンネルはこちら



すっきり会



すっきり会は不登校・行き渋り・五月雨登校の子供を持つ保護者やそんな子供達を応援していただける方のための会です。毎月第2土曜日の午後に集まり、同じ悩みや思いを共有し、お互いにたまったものを吐き出すことにより、次に進める原動力になればいいな。という思いで活動をしています。

LINE



発行：SPACE TWEEDIA

所在地：〒600-8491 京都府京都市下京区鶏鉾町48013階

メール：info@spacetweedia.com

電話：050-7117-1760

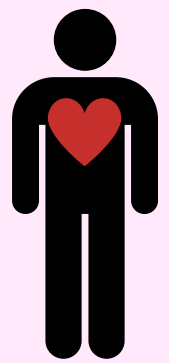
WEBはこちら 



ブレインアクション

私の息子は自閉症、学習障害、うつ病、不登校なんです。そう聞いてあなたはとう感じますか？

世の中は便利になりました。その一方で不便にもなりました。インターネットで「こだわりが強い」と調べてみてください。すぐに自閉症スペクトラムと出てきます。実際には自閉症スペクトラムと診断を受けていてもこだわりがさほど強くない方もいらっしゃいます。便利な世の中において知識や情報の過多が私たちをカテゴリ化してしまうのです。自閉症だから、不登校だから、男性だから女性だからといった偏見がここから生まれてきます。ですが、どれも間違った知識では無い正しい知識です。



脳を内外から変えていく

最大の問題は固定観念です。ブレインアクションは脳を内面(心の面)と外面(身体面)から柔軟にしていきたいと思います。ベースは昔遊びです。1日10分の遊びを続けるだけで脳は活性化され、メンタルが安定したり、できる事がどんどん増えてきます。5感をフルに使い遊びながら、子ども大人も元気になる。メソッドがブレインアクションです。重要なのが楽しむという事。楽しむ事で脳が活性化しより柔軟になっていきます。



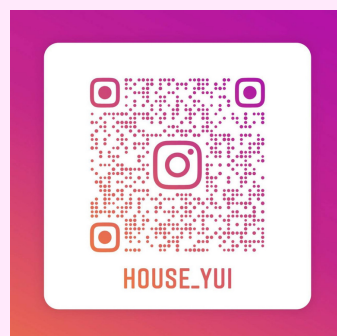
パートナーができました

はうす結様

はうす結を立ち上げた2人には障害や病気を持った子どもがいます。そんな2人が子育てをする中で周りの心ない言葉にそーっと泣いたり、他の子と我が子を比べてしまうのが怖くて子どもの集まる場に行けなかったり、希望や夢を持った子育てができなくて不安に怯えたり、そんな経験の中で何よりも欲しかったのは弱音も本音も言える安心な居場所でした。

「ここに来れば誰かがいる」「ここに来れば誰かが助けてくれる」そんな「みんな違ってみんないい」と心から思える場が「はうす結」です。赤ちゃんからお年寄りの方まで誰でも遊びに来てほしい！

色んな人が出会い、繋がり、様々な体験したり遊んだり学んだり...そんな人と人を結ぶ場「はうす結」を来てくださる皆さんで作っていかれた嬉しいなと思っています。現在ブレインアクションを提供すべくインストラクター研修を行っております。楽しみにお待ちください。



見つめあってみよう

姿勢を正し中央の顔のマークから目を逸らさずに「あ」と「と」まで順番にタッチしてみましょう。

周辺視野 をきたえる

通常視野は左右に200度上下130度の範囲に渡ります。そして、この部分は見えてはいるが脳が認識できていない(認識しにくい)領域になります。周辺視野が狭いと段差のないところで足をつまずいてしまったり、失くし物が多くなってしまうたり、常に落ち着かなかつたりする。このトレーニングをすることにより、周囲の状況の認識できる範囲や度合いが増えるので状況把握能力がアップしたりそれにより落ち着いて行動することができるようになります。脳を癒すことと柔軟性のある思考ができるようになる。よく緊張してしまう方やミスをしてしまうことが多いと感じている方にはぜひおすすめしたいトレーニングです。

