「全少」を日本一研究する指導者による提案

ZENSHOに挑戦しよう！

第87回

養正館館長 渡辺貴斗

ウチの子、もしかして発達障害？（その３）

★極端に不器用

小学生の頃、クラスに２～３名、極端に運動が不器用な同級生がいませんでしたか？ ドッヂボールのときボールが捕れない、ボールを遠くに投げても真下に落ちる、また、縄跳びがぜんぜん跳べない、肩に力が入って力んできぎこちない動きをする、蝶々結びができない、授業中極端に姿勢が悪い、すぐに転ぶ、50 m走を後傾しながらドタドタ走る、など。このように極端に運動が苦手な人は、発達性協調運動障害の可能性があります。

テレビで「運動神経悪い芸人」を観たことがありませんか？ イメージとしては、あんな感じです。芸人の皆さんは、笑いを取るために誇張してやっているので、どこまで本当か分かりませんが、〝スキップできない女子アナ〟は、かなり本当っぽいですね。

自閉症やADHDの子供たちの半数は、発達性協調運動障害（極端な不器用さ）を併せ持つことがわかっています。みなさんの道場にいる発達障害、もしくは発達障害が疑わしい子どもたちは、体の動きもぎこちないことが多くないですか？ 皆さんの道場で、以下のような生徒さんを見かけたことはありませんか？

《道場での発達性協調運動障害あるある》

①ラダートレーニングをすると、極端にゆっくりだったり、枠からはずれたところを無視して走る
→ 目と足の協調

②１年たっても、ヘイアン二段を覚えられない（覚えても動きがぎこちない）
→ 目、足、手などの複合的な協調

③刻み突きをする時、「左足と左手を前に出して」と言うと、必ず右足を出す。見本を見せながら10回丁寧に説明しても、10回とも右足を出してしまう。さらに、「この足だよ」と左足をたたいて刺激しても、その直後に右足を出してしまう
→ 手と足の協調

④左に構えて右足で外回し蹴りをする時、何度やっても掬(すく)い蹴りになってしまう（左構えのまま蹴るので、前蹴りのようになってしまう）
→ 上半身と下半身の協調

⑤休憩時間にボール投げをして遊ぶ時、ボールを遠くへ投げられない。投げても真下に落ちる
→ 上半身と下半身の協調

⑥ボールをキャッチできず落とす
→ 目と足と手の協調（ボールを追う目・ボールの落下地点に予(あらかじ)め動く足・ボールをつかむ手）

⑦組手の前後フットワークをさせると、両足同時に床に付けることができず、シーソーのように片足ずつドタドタ置いてしまう
→ 両足の協調

⑧一定のリズムを刻むとき、各部位のタイミングと

リズムが合わないので、すぐに止まってしまう
→　複合的な部位の協調（組手のフットワーク、縄跳びなど）

★協調運動とは？

発達性協調運動障害を持つお子さんは、子どもたち全体の８％前後と言われています。８％と言いますと、12 人に１人の確率です。皆さんの道場にも、12 人に１人位の割合で、極端に動きが不器用な子がいませんか？　この子たちは、知的レベルも普通で、身体機能にも問題ありません。ただ、体の部位間の協調運動に困難さが見られます。

協調運動とは、複数の体の部位を協力させて行う運動です。例えば、右利きの場合、消しゴムで文字を消すとき、左手で紙をしっかり押さえて消しますね。発達性協調運動障害の子は、左手と右手が協調しないので、紙を破ってしまいます。私が小学５年生のときのクラスメートのＤ君は、答案用紙をいつもビリビリに破っていたのを覚えています。

また、定規で直線を引くとき、左手でしっかり定規を押さえて、右手で鉛筆を持って定規に合わせて線を引きますが、発達性協調運動障害の子は、左手でしっかり定規を押さえることができないので、定規が動いてしまい直線になりません。

これら２例は手と手の協調ですが、手と足、目と手、目と足などいろいろな部位を協力させて私たちは体を動かしています。

前述の①～⑧において、「→」以降に書いてある部位の協調が、それぞれの動きにおいてうまくいっていません（実際はもっと複雑に、複数の部位が協調していると考えられます）。

★どうやって改善する？

発達性協調運動障害を改善することを目的とした、さまざまな療育が考えられています。例えば、プロジェクションマッピングを応用した「トレキング」という、ゲーム性を取り入れた運動療育システムが開発されています。また、サーキット形式でさまざまな運動を取り入れ、体幹や下肢の機能を高め、徐々に課題の難易度を上げ、スモールステップで成功体験を積めるようにした方法で、平均台歩行や片足立ちが出来、転ばずに走れるようになるなどの改善が見られた、という報告もあります（福﨑、須山、重松：九州理学療法士学術大会 2021）。よって、トレーニングで改善がみられることが分かっていますので、あきらめないでください。

指導者のみなさん、「お前、どんくさいな」とは思っても、決して口には出さないであげてください。彼らは、不真面目なわけではなく、本当に一生懸命にやっているのです。「気合を入れろっー！」とか言われても、そういう問題ではないのです。

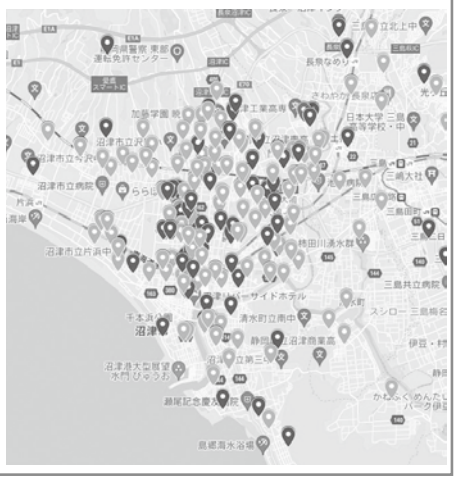
PROFILE
■渡辺貴斗　TAKATO WATANABE

1968 年４月 20 日生まれ。７歳から父である館長から空手の手ほどきを受ける。児童心理学や成功哲学を研究して子どもたちの「心をつくる」指導法に切り替え、2013 年５名、2014 年・2015 年７名、2016 年５名、2017 年９名、2018 年・2019 年５名を全少入賞させ、一道場での全国最多入賞を連続で記録する。道場経営でも、一道場で 350 名を超える大躍進を続ける。

空手道場 養正館／静岡県沼津市本田町 11-12

Column　どうやって道場生 350名に増やしたか？　その 35

■弱者の戦略８
差別化（地域・営業方法２）

引き続き、弱者が勝つための戦略を考えていきます。まず、道場生がどの地域から来ているか把握しましょう。地図上にすべての道場生をプロットしていくと、道場から近いのにほとんど生徒のいない空白エリア、かなり遠いのに案外大勢来てくれている地域などが一目瞭然となり、属性や傾向が把握できます。これらから、チラシを配布するエリアを考えたりするのです。無料でかつ１分以内でできる方法をご紹介します。図は実際の養正館の道場生分布図です（個人情報保護のため、ズームアウトしたデータを掲載）。

① Google マップを開く
②左上の≡をクリック
③マイプレイスをクリック
④マイマップをクリック
⑤地図名「道場生マップ」、レイヤー「道場生一覧」と入力
⑥インポートをクリック
⑦ Excel 形式もしくは CSV 形式のファイルをドラッグ＆ドロップ
⑧「目印を配置する列」で「住所」を選択
⑨「マーカーのタイトルとして使用する列」で「性別」などを選択
⑩マッピング完了（図を参照）
※ Excel 名簿を作るとき、住所、性別などの項目を作っておきます。