

## オペラ LABO 支援プログラムの公表

音楽・アート・クッキングに特化した療育を行い、年1回の発表会に向けて、オペラ LABO オリジナルオペラを指導員と児童全員で創り上げ発表している。(歌、演技、演奏、小道具作り、大道具作り等)  
協調性・創造性・意欲・発信力・表現力・集中力・発想力・達成感・社会性などさまざまな効果が得られ、児童の成長を促すイベントを行っている。

指導員は オペラ歌手、ピアニスト、バイオリニスト、海外で活躍されている画家、教員免許や保育士、福祉士、調理師免許などの有資格者。  
未就学児～高校生までの児童のそれぞれの能力に合わせた音楽の個人指導の療育もあるので 入所から長く続けて利用している方が多い。また、アート・料理・オペラ・ボードゲーム・昔ながらの遊び・遠足・畑体験などのグループ活動を通じて楽しく自然にコミュニケーション能力を育てている。

一年に一度発表会や展示会をすることで、自信に繋がり生活意欲も出てきている。終了後は毎回大きな成長の飛躍が見られる。

### 1. 健康・生活

#### 【音楽】

- ・ オペラの発声法による深い呼吸を行うことで代謝を良くし、肺機能を高め、歌う時に必要な横隔膜などのインナーマッスルや付随する腹筋、脊柱起立筋、骨盤底筋などに働きかけ、子どもらしい元気な声で表現できることを目的とし、心も身体も健康を保つように導く療育。
- ・ 歌を歌うことや楽器を演奏することで、腹筋や背筋を使って美しい姿勢を保つ。
- ・ ダンスや劇などの楽しいパフォーマンスに挑戦して、目を見て明るく自然に挨拶できるようになる。

#### 【アート】

- ・好きなことを自由に表現できる時間を持ち、創造力を養い、心の健康を保つ。
- ・自分で準備、後片付けを習慣化することで、整理整頓ができるように声かけをする。

### 【クッキング】

- ・ 身体は食から作られているという概念の元、身体によい食材や栄養について学び、クッキングを楽しむことで食べ物の好き嫌いをなくす。
- ・ 作ったものを感謝していただく心を養う。

### 【その他】

- ・ 手洗いうがいを習慣づけ、連絡帳を自分で既定の場所に置き、靴を揃えて靴箱に入れる、持ち物を自分のロッカーに入れる、おやつの前は、手を合わせて「いただきます」を必ず言うなど、生活のルールを守れるよう指導員が声かけをする。

## 2. 運動・感覚

### 【音楽】

- ・ 感性を養う。
- ・ 楽しく歌い、お腹から声を出す訓練により、自然に体幹トレーニングができ、腹筋や背筋など様々な筋肉の筋力 up をはかる。
- ・ 舌力をつける。
- ・ 美しい音楽を聴いたり、ソルフェージュによる聴覚トレーニングをしたりすることで、美しい音を感じ取る力をつける。

### 【アート】

- ・ 感性を養う。
- ・ さまざまな画材や素材を自由に選び、いろいろな色で表現し、色彩感覚や視覚機能を養う。
- ・ 遠足や外遊びなど、野外活動を体験し、アートで感じたことを表現してもらう。

### 【クッキング】

- ・ 五感の刺激、感性を養う。
- ・ 包丁など調理器具の使い方を丁寧に学び、指先を器用に使えるように訓練する。
- ・ 嗅覚や食感を養う。

#### 【その他】

- ・ 自然体験や畑体験で虫などの生き物に触れ、植物を観察することで、優しい気持ちを養い、感受性を高める。
- ・ 畑で苗植えや収穫を手伝うことで、土からのエネルギーを感じ取り、自然体験のさまざまな感覚機能を養う。

### 3. 認知・行動

#### 4.

#### 【音楽】

- ・ 集中力をつける
- ・ 発表することで自信を持ち、次への活力へと繋げる。
- ・ 全体活動のオペラの中で、みんなで演技をし、ダンスをしながら歌うことで、一体化する喜びを知る。

#### 【アート】

- ・ 好きなことに没頭できる時間の中で、心が満足し、落ち着いた行動が取れるようになる。
- ・ 興味の幅を広げ自主性を高める。

#### 【クッキング】

- ・ 家でのお手伝いのきっかけや、将来の自立のサポートとなる。

### 5. 言語・コミュニケーション

#### 【音楽】

- ・ 5カ国語による簡単な挨拶を覚え発音することで、語学に興味を持つようになる。
- ・ 苦手な発音は、お腹から発声することで発音しやすくなる。
- ・ オペラの表現により日頃の会話も美しく発音できるように、また、できるだけ美しい言葉で表現できるように導く。
- ・ 日本の古歌で、美しい言葉を学ぶ。
- ・

#### 【アート】

- ・ 仲間との会話によりコミュニケーションを楽しむ。

#### 【クッキング】

- ・ 年上の児童が年下の児童に、使い方を教えることで、学年の違う子どもたちの良いコミュニケーションの場となる。

#### 【その他】

- ・ ボードゲームやごっこ遊びなどの自由遊びで、児童同士の楽しいコミュニケーションの場を持つ。

・

### 6. 人間関係・社会性

#### 【音楽】

- ・ みんなで創り上げるオペラ活動で、協力し合う楽しさを味わう。
- ・ 得意なことを見つけ披露することで自己肯定感を高くするとともに、発表を聴いて拍手し合い、お互いの存在を高め合う。

#### 【アート】

- ・ アートにする画材を外で見つけるイベントでは、他人の迷惑にならないような外でのマナーを学び社会性を身につける。
- ・ 道具を共有することで、協調性を学ぶ。

#### 【クッキング】

- ・ 年齢の違う児童の交流により、自我欲を抑え協調性を学ぶ。

#### 【その他】

- ・ 近くの公園遊び、お買い物、少し遠出の遠足などを体験し、社会性を学ぶ機会を設ける。
- ・ さまざまなボードゲームや、勝ち負けのないオンアロールカード遊びで、協調性を学ぶ。
- ・ 街のお掃除、神社でのご奉仕やその他、人の役に立つことをすることの気持ちよさを体験するイベントを行う。
- ・ 日本の美しい所作を身に着ける。華道や茶道のイベントをとり入れている。