

センターだより10月号

9月に入り、寒暖の差がはっきりとしてきました。今年は、雨の降る日も多くあり体調を崩しやすい気候になっています。しっかりと食べて、夏の疲れを吹き飛ばし、体調を整えていきましょう。

今月はみんなが楽しみにしている「親子バス遠足」があります。普段の療育では味わえない体験を親子で楽しむ事が主なねらいです。

家族みんなで、ゆったりと集団体験をする事や、保護者同士や職員との交流等ができる事も、遠足の楽しみの一つになっています。

昨年参加された保護者からは、「バスに乗れて、子どもがとても喜んでいた」「家族、みんなで楽しめた」等の感想をいただきました。

今年は、どんな体験ができるでしょう？家族で是非参加してくださいね。(^-^)



～ 10月の主な行事～

3日(水)	親子遊び
8日(月)	福祉まつり
10日(水)	午前：学習会 午後：放課後等デイサービス
17日(水)	親子遊び
24日(水)	放課後等デイサービス
27日(土)	親子遠足

学習会(就園・福祉サービス)

10日(水) 10時～11時30分

市役所・子育て支援室 「就園について」
市役所・社会福祉課 「療育手帳や福祉サービスについて」

※入園までの流れと園生活、福祉サービス等の話です。
※入園に関しての質問や、個別相談を希望の方は、担任までお知らせください。

～福祉まつり～

地域とのふれあいや連携ができる事を願って、親の会は、子ども服バザーを出店します。
当日は役員さんと職員が、バザーテントにいます。みなさん、顔を出してくださいね。待っています。(^-^)

親子遠足・・・レゴランド

日程：10月27日(土) 8時45分集合 ※この時間には、バスに乗っててください。

9時出発 17時頃解散予定

※市役所駐車場集合、解散となります。 ※申し込み：10月始め頃までをお願いします。

<主な日程> ※詳しい日程等は、後日お知らせします。

*バスの乗車

- ・決められた号車のバスに、家族毎に乗車してください。(号車は、事前にお知らせします。)
- ・行きはビンゴゲーム、帰りはビデオを観ます。

*レゴランド

- ・各家族での行動となります。(職員はランド内を巡回しています。何かありましたら声を掛けてください)

※昼食について ※下見の結果、メイカーズピアからレゴランドでの昼食に変更。ご了承ください。

- ・レゴランド内に、5つのレストランと、各所にフードスタンドがあります。
- ・詳細は、センター玄関に掲示されているパンフレットを見てください。
- ・レゴランド到着後(11時頃)、早めに昼食をとるようにしてください。(12時～13時頃は、混雑します。)



～ 9月のセンター情報 ～



～ チビッ子Jリーガー誕生 ～

サッカーのゴールをめがけて、キック。男の子達は、サッカーゲームが大好きで、やりたくウズウズ・・・。

でも・・・名前を呼ばれるまでは、ガマン・ガマンとしっかりと順番を待つ事ができます。

イスに座ってはいるものの、体が前のめり、やる気満々な表情がとても印象的です。

名前を呼ばれると、「待ってました」と、ボールのところに行き、「バーン」とキック。とっても力強いゴールと、ゴールを決めた後のガッツポーズ。みんなとってもカッコ良かったです。＼(^o^)/

～ なでしこジャパン ～

男の子達のパワフルなゴールを見ても、動じることなく、マイペースにゴール前に登場するマーちゃん&ミーちゃんコンビ。ゴールは、速さやパワーだけでないとばかりに、丁寧にコーナーを狙ったり、蹴り方を工夫する技巧派です。ゴールが決まった後は、女子会トーク。「ディズニーランド」の話から始まり、「〇〇くんが、王子様」等、おしゃべりを楽しんでいました。

仲よし女子会トークのコンビ誕生でした。(°〇°)

～ ねらってボン その1 ～

夏祭りでお馴染みのゲーム。小型クッションのようなビーズの入ったビーンズバッグを、好きなキャラクターの付いた的に入れるゲームです。ボールのようにコロコロしないビーンズバッグ。ピタリと的に入ると、十分楽しんだ子ども達でした。(*^_^*)

～ ねらってボン その2 ～

しっかりと的に入る手応えを感じた子ども達。その次は、好きなキャラクターの的を目標けて投げ込み・・・これまで何となく投げていた子ども達も、好きなキャラクターの的を見る目は、真剣そのもの。成功した時の表情は、みんなとても輝いていました。(^-^)



～ 生活リズムと食事の話 ～

【食生活を充実させ、生活リズムを整えていきましょう。】

☆ 空腹や満腹といった感覚をしっかりと感じる生活習慣。

食欲を感じる為には、規則正しい生活やしっかりとした睡眠リズムを整える事が大切です。

決まった時間に起きる習慣を付けると、睡眠時間も安定し、リズムが整ってきます。

間食は適量を心掛けましょう。 ※スナック菓子やジュースは控えめに・・・(*^_^*)

☆ 着席行動の定着

空腹を感じられるようにして、食べる事に意欲的になるようにしていきましょう。

子ども専用の食器を用意して、食べてほしい食べ物を盛り付けてあげましょう。

※「これだけ食べるまでは、座っている」等の、目途が付きやすくなります。

立ち歩く等、座らなくなったら、思い切って食事を終了しましょう。

※そのままダラダラと食事続けると、「立ち歩いていても良い」という習慣になります。気を付けましょう。

【しっかりと食べる為に、噛む力をつける、舌をたくさん動かしましょう・・・】

☆ 偏食のある子と親が決め付けないようにし、色々な食べ物を食べる。

噛む力が弱くて、食べる物が限られている場合があります。「この子は〇〇しか食べない・・・」と決め付けるのではなく、少量でもいいので、色々な物を味わう事ができるようにしていきましょう。

☆ 奥歯に食べ物をのせ、噛む実感、味を楽しむ。

上手く噛めるようになると、食べ物の味を楽しみ、食事に集中できるようになります。うまく噛めない場合には、奥歯に食べ物をのせてあげてください。(指やスプーンで奥歯に、直接食べ物をのせる。)

噛む感触や要領がつかめると思います。また前歯を使う事も覚えられるように、柔らかめのビスケットなどを前歯で噛む練習をしてみましょう。舌の左右の動きの練習にもなります。

☆ 舌をたくさん動かす → 食べ物を奥歯に持っていけるようになる。発音が明瞭になる。

アメを食べると、すぐ噛んでしまう子どもは、舌がうまく動いていない可能性があります。

ペロペロキャンディやソフトクリームなど、なるべく舌先を使ってなめるようにしたり、アメは噛まないようにして、口の中で転がすといったことをしてみましょう。

