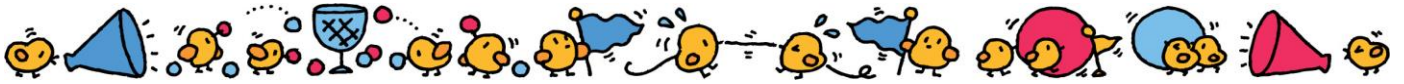




センターだより 10月号

木々の葉の色が変わり始め、秋の訪れも目に見えてわかるようになってきました。少しずつ、気温が落ちてきて、時々吹く風が心地よい今日この頃。センターでも、庭で遊んだり、散歩に出かけたりと、戸外での活動を楽しめるようになってきました。秋ならではの自然に触れる体験ができると良いと考えています。

秋は運動会や地域の行事なども多い季節です。楽しい反面、子どもさん自身が疲れを溜めていることもあります。家庭では休息をとって、ゆっくりと過ごせると良いですね。また、昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、健康面には十分に気をつけましょう。



～ 10月の主な行事～

5日(水)	放課後等デイサービス
8日(土)	福祉祭り
12日(水)	学習会(就園・福祉) 放課後等デイサービス
19日(水)	放課後等デイサービス
26日(水)	放課後等デイサービス

学習会(就園・福祉サービス)

10月12日(水) 午前10時～11時30分

市役所・子育て支援課「就園について」

市役所・社会福祉課

「療育手帳・福祉サービスについて」



市役所の担当の方に、入園までの流れと園生活、福祉サービス等のお話をして頂きます。入園に関しての質問や、個別相談をご希望の方は、担当職員までお知らせください

※コロナ対策を講じて、開催します。



ご注意ください!! 駐車場

指導時間の入れ替わりの時間帯は、駐車場が混雑することがあります。大変ご不便をおかけし、申し訳ありません。駐車場での子どもさんの一人歩きはとても危険です。事故のないよう、ご協力をお願いします。

- ・駐車場では、保護者の方が手を繋ぐなどし、目を離さないようにして一緒に玄関までお入り下さい。
- ・お帰りの時も、子どもさんから目を離さないようにお願いします。駐車場で遊ばないようにしましょう。(保護者の方が一人で子どもさんを車に乗せることが大変な場合は、職員がお手伝いします。)

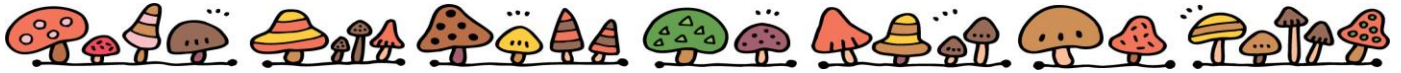
※雨の日は、カーポートに車を入れて、子どもさんの乗せ降ろしをしていただくと、子どもさんが雨に濡れることなく、安心です。是非ご活用ください。(*^^*)



～ みずなみ福祉まつり・親の会バザー ～

今年度の福祉まつりは、10月8日(土)です。(場所は、市民福祉センターハートピアです。福祉施設や団体の活動紹介、体験コーナー等があります。) 親の会も参加し、バザーを行います。バザーコーナーには子どもたちが指導時間に作った、かわいい「ぶどう」の制作をコーナーに飾る予定です。皆さん、ご家族で遊びに来てくださいね。(お店の販売係さんも募集しています!)

※バザー品の子どもの古着や、手作り品は普段からセンター内で販売しています。見るのも楽しいですよ。古着は、保護者室にあります。ご購入される方は、職員まで。(売上金は親の会の活動資金になります。)



食欲の秋・おいしく食べよう



<生活リズムと食事の関係>

- ・食欲が出る為には、しっかり体を動かして睡眠をとり、生活リズムを整えることが大切です。
- ・食事時に、空腹感がしっかり感じられるよう、おやつやジュースなど、間食は適量にしましょう。

<食べ物の形態>

- ・柔らかさ、硬さ、大きさなど、形態が子どもの食べやすいものであるか確認しましょう。(子どもに合っていないと、丸呑みや吸い取り食べになりやすいですよ。)
- ・咀嚼が少なく丸呑みする子どもには、かじりとり食べが有効です。適切な量をかじりとり食べをしていくことで、咀嚼が発達していきます。

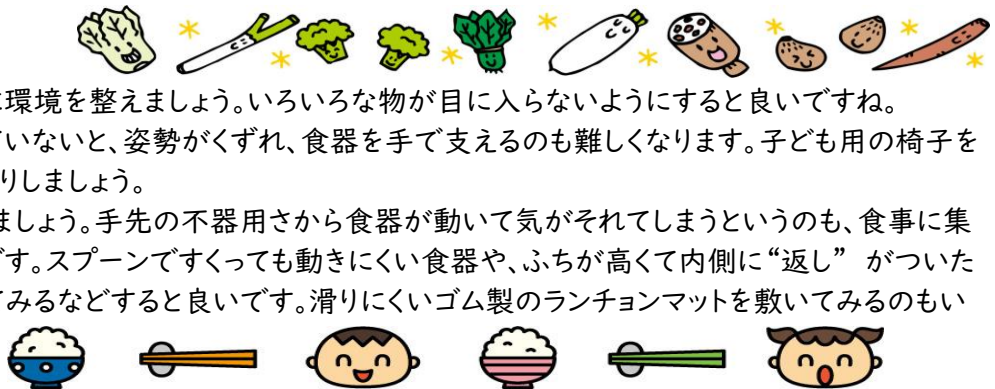


<食べ物の好き嫌い>

- ・匂い、触感、見た目などにより、不快に感じ、食べにくい場合があります。また、苦みや酸味のある物、繊維質の多い食べ物も子どもは食べにくく、避けようとする事が多いです。子どもの感覚を理解したいですね。
 - ・年齢が大きくなると食べられるようになるものもあります。あせらず見守りましょう。
- 子どもが自ら食べてみようとする事が大切です。無理に食べさせなくても大丈夫です。ですが、大人がおいしそうに食べていたり、大好きな大人に促されると、食べてみようとする事ができます。諦めずに誘ってみることも大事ですね。
- ・子ども専用の食器を用意して、食べてほしい食べ物を少量盛り付けてあげましょう。苦手な物を頑張って食べられた時は、よく褒めてあげましょう(*^^*)

<食事の環境>

- ・食事に集中できるように環境を整えましょう。いろいろな物が目に入らないようにすると良いですね。
- ・足がきちんと床についていないと、姿勢がくずれ、食器を手で支えるのも難しくなります。子ども用の椅子を使ったり、高さを調整したりしましょう。
- ・食べやすい食器を使いましょう。手先の不器用さから食器が動いて気がそれてしまうというのも、食事に集中できない理由の一つです。スプーンですくっても動きにくい食器や、ふちが高くて内側に“返し”がついたこぼしにくい食器を使ってみるなどすると良いです。滑りにくいゴム製のランチョンマットを敷いてみるのもいいですね。



落ち着いて食べられるようになると、自己コントロールが育ち、食事以外の場面も落ち着いた行動がしやすくなります。また、咀嚼はことばの発達にも繋がる大切な力です。毎日の生活の中で、少しずつ積み重ねたいですね。そして食事は「楽しく」が基本です(*^^*) 大人も子どもと一緒に、おいしく・楽しく食べましょう!

