



厳しい暑さも少しずつ和らぎ、朝夕には爽やかな風が感じられるようになってきました。秋は、子どもたちがいろいろなことを経験しながら、楽しみを広げていける季節ですね。

ぽけっとでは、10月に「電車体験」、11月に「親子バス遠足」を予定しています。いつもとは違う場所へ出かけ、みんなで一緒に活動する中で、順番を待ったり、周りの人を意識したり、公共の場での過ごし方を知ったりと、さまざまな経験ができればと思っています。初めてのことにドキドキすることもあるかもしれませんが、「やってみたら楽しかった!」「できた!」という経験が、子どもたちの自信につながっていくことを願っています。子どもたちの笑顔や新しい発見を楽しみにしながら、一緒に秋の体験を楽しみたいと思います。



～ 10月の主な行事～

3日(土)	みずなみ福祉まつり
7日(水)	放課後等デイサービス
14日(水)	放課後等デイサービス
21日(水)	ペアレントトレーニング学習会 放課後等デイサービス
28日(水)	ペアレントトレーニング
30日(金)	ことばの相談

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3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、バザー、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。

皆さん、ご家族で遊びに来てくださいね。

※10月15日(木)に多治見看護専門学校の学生さんが実習に入ります。ご協力をお願いします。

親の会・親子バス遠足(レゴランド)のおしらせ

今年度も親子バス遠足を計画しました。行先は、昨年も大好評だった「レゴランド」です。遠足は、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。家族みんなが集団行動を体験する事や、保護者同士、子ども同士の交流等ができる良い機会にもなります。

昨年度の遠足の感想では、「初めて親子でバスに乗る経験ができた。」「親子で行事に参加する自信がもてるようになった。」等の感想がありました。是非、ご家族でご参加下さい。

日時: 11月28日(土) 8時45分集合(9時出発) ⇒ レゴランド ⇒ 17時頃帰着・解散予定
※市役所駐車場集合、解散となります。 ※詳しい日程等は、後日お知らせします。



電車体験学習 のお知らせ

指導時間を利用して、電車体験学習を行います。指導曜日・時間ごとのグループで出かけます。
駅や電車内、お店など、公共場面でのマナーを知ったり、友だちと一緒に楽しく行動する経験をします。

期間は、10月19日(月)～10月23日(金)の1週間です。

※年少以上の学年の子どもさんを対象としています。

※集合は「ぼけっと」、お迎えは「瑞浪駅」となります。ご注意ください。

※集合時間も普段の指導開始時間と異なりますので、ご確認をお願いします。

※恵那駅周辺でおやつを買って食べます。一人 200 円を持たせてください。

※職員と子どもで出かけますので、保護者の付き添いは必要ありません。(ぼけっと内でお待ちいただくことができます。)



食欲の秋・楽しみながら食べる力を育てましょう

毎日の食事は、子どもの成長にとって大切な時間です。「なかなか食べない」「好き嫌が多い」「丸飲みしてしまう」など、食事の悩みもいろいろありますね。
無理なく、楽しく食べるためのポイントをご紹介します。



1. まずは生活リズムから

よく遊び、しっかり眠ると、自然とお腹もすいてきます。食事とおやつの時間を整え、「お腹がすいた!」と感ぜられるリズムをつくっていきましょう。おやつやジュースの間食は、食事に影響しないよう適量を心がけましょう。

2. 「食べやすさ」を大切に

食べ物の硬さや大きさは、子どもの発達や食べる力に合わせてあげましょう。丸飲みが多い子には、自分でかじり取る経験がおすすです。子どもが自分で食べ物をかじり取る経験を重ねることで、口をしっかりと動かして噛む力が育っていきます。

3. 苦手なものは「見るだけ」でも OK♪

匂い、食感、見た目などが苦手で、食べることに抵抗を感じる子もいます。そんなときは、『見る → 触る → 匂いをかぐ → 舐めてみる → 一口食べてみる』など、できるところから少しずつ経験してみましょう。「今日は食べられなかったけど、触れたね!」「お皿にのせられたね!」そんな小さな一歩も大切な成長です。(*^-^*)

4. 食べる姿勢もチェックしてみましょう

足が床や足台についていると、体が安定して食べやすくなります。椅子や足台を使って、「座りやすい・手が動かしやすい」姿勢をつくってあげましょう。テレビなどを消して、周りの刺激を少なくすることも、食事に集中しやすくなる工夫のひとつです。

5. 「できた!」を見つけて褒めましょう

「全部食べられたね!」だけでなく、「自分で持てたね」「かじれたね」「よく噛めたね」「触れたね」など、その子なりの頑張りやできたことを見つけて具体的に認めていきましょう。「できた!」という嬉しい経験が、次に繋がります。

食事は楽しく・・・

食べることは、毎日の積み重ねです。焦らず、その子のペースを大切にしましょう。「食べさせる」よりも「食べてみようかな」と思える環境づくりを。大人も子どもと一緒に、「おいしいね」「楽しいね」と食卓を囲む時間を大切にしていきたいですね (*^-^*)

