

LINO通信 9月号

令和4年8月27日発行

長かった休みも終わり、この時期になるとお決まりのワードが飛び交います。『昼夜逆転の生活リズムの乱れ』からの『登園・登校渋り』。その解決の糸口のひとつが「早起き」です。なぜ、「早寝早起き」ではなく「早起き」なのか。カーラジオから流れてきた「体内時計のリセット」の解説になるほどと思いました。睡眠のリズムを整えるために最も重要なことは「朝の光を浴びること」だそうです。メラトニンという催眠作用のあるホルモンは朝日を浴びてから14時間後くらいから分泌されるのだそうです。6時に起きて朝日を浴びると午後8時くらいから眠たくなり始めるということです。つまり、早起きすることが早寝延いては生活リズムのリセットにつながるということです。家族みんなで「早起き」を習慣化できるといいですね。 園長 四藏

県外へ出かけられた場合また、県外からの来客があった場合は1週間程度を目処にご利用自粛をお願いいたします。

（要相談）

※玄関前に『ご意見箱』を設置してあります。ご意見ご要望等ございましたら、どうぞお気軽にお寄せください。

※LINO前の道路は駐車禁止の為、近くのコインパーキングをご利用ください。

放課後等デイサービス ☆

今年の夏休みは、「岩屋流水プール」「大坂ボルダリング」「薩摩焼の美山」へ出かけたり、天気の良い日に魚釣りに出かけたりとマスク、消毒を行いながら園外での活動を楽しみました。事業所内では「夏祭り」に向けて皆で景品づくりを行い、展示物の「動物園」も一ヶ月かけて作品を作り上げることができました。動物の胴体を支えられるように一緒に考え、色や表情まで工夫し、昨年よりかなり良い出来栄でした。先月の月間目標の「計画的に学習に取り組もう」では、夏休み入ってすぐに計画を立て、途中で計画通りにいかない事態が生じてもその都度計画の見直しを行い「めんどくさい」、「どうして宿題があるの？」等、不満を言いながらも職員に励まされ、コツコツと最後まで投げ出さず頑張る姿がみられました。

今月は「忘れ物をなくそう」です。夏休みの余韻が残る2学期のスタートは「うっかり」が多くなる時期でもあります。「確認する」ことの大切さを伝え忘れ物が少なくなるよう取り組んでいきたいと思えます。

《活動計画》 月間目標 「忘れ物をなくそう」

月	火	水	木	金	土
			1 ルール遊び	2 運動遊び	3 作って遊ぼう
5 ルール遊び	6 課題遊び	7 感覚遊び	8 運動遊び	9 音楽遊び	10 休み
12 運動遊び	13 ルール遊び	14 課題遊び	15 生活活動	16 課題遊び	17 クッキング
19 敬老の日	20 運動遊び	21 ルール遊び	22 課題遊び	23 秋分の日	24 外出活動
26 課題遊び	27 生活活動	28 避難訓練	29 運動遊び	30 ルール遊び	

《放デイからのお知らせとお願い》

☆靴下とタオル、袋を忘れずに持たせてください。

☆17日はクッキングを行います。エプロン、三角巾を持たせてください。（天候やコロナの影響で活動が変更になることがありますのでご了承ください。）

☆ 児童発達支援 ☆

8月もあっという間に過ぎ、水遊びや夏祭りなど感染予防をしながらも楽しい夏の思い出がたくさんできたようです。涼しい遊びを取り入れ、スライム・色水・石鹸などを使った感覚遊びを行いました。午後クラスでは泡遊びを行い、ゼラチンを混ぜたプルプル石鹸に触れることで冷たい感触やプルプルとした感触を楽しむことができました。石鹸に水を混ぜると徐々に泡が立っていく様子に「アイスみたい！」と見立てて遊んだり、泡立てネットを使って洗面器いっぱい泡を作ったりする姿が見られました。午前クラスでは様々な素材の感触の違いを味わうことを目的に、風船の中にぷよぷよボールや米・小麦粉などを入れ風船スクイズの感覚遊びを行いました。スクイズを握ったり机の上に落としたりして小麦粉のふわとした感触や風船越しにぷよぷよボールの感触を楽しんでいました。

9月は、朝晩に涼しい風が吹いたりセミの鳴き声から鈴虫の鳴き声に変わったりと秋の訪れとともに変化する自然を子どもたちと一緒に楽しみたいと思います。季節の変わり目は気温の変化が大きく、急に体調が崩れることもありますので、引き続き感染防止対策を行いながら体調管理に努めてまいります。

《活動計画》

クラス	月	火	水	木	金
午前				1 やってみよう！	2 感覚遊び
午後				制作遊び	外遊び
午前	5 運動遊び	6 音楽遊び	7	8 キッズママヨガ	9
午後	やってみよう！	ルール遊び	作って遊ぼう！	感覚遊び	運動遊び
午前	12 外遊び	13 感覚遊び	14	15 音楽遊び	16 運動遊び
午後	音楽遊び	クッキング	運動遊び	外遊び	やってみよう！
午前	19	20	21	22 感覚遊び	23
午後	敬老の日	制作遊び	ミュージックセラピー	クッキング	秋分の日
午前	26 運動遊び	27 外遊び	28	29 制作遊び	30
午後	制作遊び	音楽遊び	避難訓練	運動遊び	感覚遊び

《児童発達支援からのお知らせ》

☆9月2日(金)より、通常の時間にもどります。

・午前クラス…10:00～12:30(給食有) ・午後クラス…14:00～16:00(おやつ有)

☆10月26日(第4水曜日)は10:15～園長と語ろう会を開催します。10月初旬に出欠を取りますのでよろしくお願いします。

☆活動は、天候や体調、コロナウイルスの感染状況によって変更になる場合があります。

☆クッキング予定日は、エプロン・三角巾・マスクを袋に入れてご準備ください。

