

LINO通信 9月号

令和8年 8月 21日

長かった休みも残りわずか、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

☆ 放課後等デイサービス ☆

8月の放課後等デイサービスでは、岩屋公園で楽しく遊んだり、夏祭りの準備にみんなで協力して取り組んだり、充実した時間を過ごすことができました。夏休み中は、暑さによる体調不良が見られることもありましたが、「少し体調がよくないから運動を控えよう」「水分を取らないと」など、自分の体調を考えて行動する姿も見られ、子どもたちは無事に夏休みを過ごしています。一方で、最近は鞆棚の整理整頓が十分にできておらず、忘れ物が増えている様子も見られます。楽しかった夏休みも残りわずかとなり、もうすぐ 2 学期が始まります。提出物なども増える時期だからこそ、身の回りを整理し、必要な物を確認してからバッグに入れる習慣を身につけられるよう引き続き支援していきます。

《活動計画》

月	火	水	木	金	土
	1 長期休み最終日 ルール遊び	2 課題遊び	3 保護者交流会 音楽遊び	4 運動遊び	5 外出活動
7 運動遊び	8 感覚遊び	9 ルール遊び	10 課題遊び	11 生活活動	12 休み
14 課題遊び	15 運動遊び	16 感覚遊び	17 ルール遊び	18 避難訓練	19 クッキング
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 運動遊び	25 ルール遊び	26 制作活動
28 ルール遊び	29 課題遊び	30 運動遊び			

《放課後等デイサービスからのお知らせとお願い》

☆靴下とフェイスタオル(汗拭き用、足拭き用)、袋を忘れずに持たせてください。
☆汗をかく季節です。必要に応じて着替えもご準備いただくようお願いします。
☆活動しやすい服装(ズボン・スパッツなど)で来てください。(スカートは裾を踏んだり、下着が見えたりするので、お控え下さい。パーカーもフードが危険な場面が見受けられますので、お控え下さい。)
☆月初めに実績表を回収しております。早めの押印にご協力お願い致します。

☆児童発達支援・放課後等デイサービス共通☆

☆欠席の際は、可能な限り欠席理由の詳細もお知らせください。ご協力をお願いします。
例:「発熱 38.0℃、咳鼻水の為、欠席します。」 例:「本人は元気です。家族の都合の為、欠席します。」
☆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
☆風邪薬等、LINO での服薬が必要な場合は服薬依頼書の提出をお願いします。ご自宅にない場合はご連絡ください。
☆来所時に保護者証をご持参いただきますようお願いいたします。
☆当事業所では、一日のスケジュールの中に 5 領域(「健康・生活」、「運動・感覚」、「認知・行動」、「言語・コミュニケーション」、「人間関係・社会性」)の支援プログラムを取り入れております。
☆お子さまの利用曜日、追加、キャンセル等、利用に関する連絡は保護者の方より学校・園への連絡をお願いします。
☆9月3日(木)10時～12時、下荒田の LINO にて家族支援プログラムの一環として、保護者交流会を行います。
事前申し込み等の必要はありませんのでお気軽にご参加ください。次回開催は 11 月 7 日(土)です。

☆ 児童発達支援 ☆

夏の暑さにも負けず、毎日元気な子どもたち。8月末にある LINO 夏祭りに向けて準備を頑張っています。午前クラスは、キャラクターをモチーフにした提灯やお面、魚のガーランドを作りました。馴染みのあるキャラクターに笑顔を見せながら、パーツを貼る際には「目はここ」「口はここ」と貼る場所を言葉にしながら進めることができました。午後クラスは、LINO2 の友だちと共同制作で、夏祭りのテーマ「海の世界」にちなみ、大きなジンベイザメを作りました。カラーセロファンを 1 列ずつ綺麗に貼る子や、大まかに貼ってから隙間を埋めていく子など、それぞれの個性や特徴がよく表れていました。それぞれが貼ったパーツを組み合わせると大きな 1 枚に仕上げると、「大きい!」「いいね!」と声を弾ませて喜ぶ様子が見られました。今後も、季節にちなんだ活動を取り入れ、子どもたちの興味・関心の幅を広げられるよう支援していきます。

《活動計画》

クラス	月	火	水	木	金
午前		1 音楽遊び	2 音楽遊び	3 やってみよう	4 運動遊び
午後		やってみよう			
午前	7 クッキング	8 制作遊び	9 イマジネーション・ムーブメント	10 感覚遊び	11 やってみよう
午後					ルール遊び
午前	14 制作遊び	15 運動遊び	16 やってみよう	17 外出遊び	18 避難訓練
午後		クッキング		運動遊び	
午前	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 運動遊び	25 制作遊び
午後				音楽遊び	やってみよう
午前	28 ルール遊び	29 ルール遊び	30 外出遊び		
午後		感覚遊び			

《児童発達支援からのお知らせ》

☆毎回、水筒・タオル・着替え一式を持たせてください。
※外遊びの日は帽子・汗拭きタオル・着替えを必ずご準備ください。
☆9月2日から午後クラスの療育時間が14:00～16:00の通常通りに戻ります。送迎のご協力ありがとうございました。
☆10月31日(土)に親子で参加できる芋掘りの活動を予定しています。雨天時は 11 月 7 日(土)です。後日、お知らせを配布いたします。

