



社会福祉法人 岡山こども協会 障がい児サポート 根っこの広場

あかいわ児童発達支援センター（もみじの家・こぶしの家・かりんの家・てつなぎ・わたぼうし）

〒709-0802 赤磐市桜が丘西 10-2-16

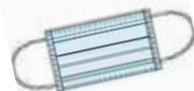
放課後等デイサービス あんずの家

〒709-0721 赤磐市桜が丘東 6-6-704

あんず	こぶし	もみじ
2月	2月	2月
5日・19日(土)開所日	15日(火)避難訓練	18日(金) 避難訓練
15日(火)避難訓練	21日(月)～3月4日(金)個別懇談	19日(土) 主曜親子療育 ※要申込 → 中止
21日(月)～3月4日(金)個別懇談		26日(土) 年長児モニタリング・土曜療育 ※年長児(来年4月より小学生になる子)のみ対象
3月	3月	3月
5日(土)開所日	14日(月)避難訓練	5日(土) 個別懇談・土曜療育 ※4～6月、10～12月生まれの利用児対象
14日(月)避難訓練	23日(水)支援学校修了式	10日(木) 避難訓練
18日(金)赤磐市小学校卒業式	25日(金)卒所式	25日(金) 卒所式 ※もみじ単独通所の年長児対象
25日(金)赤磐市学校修了式	赤磐市内学校修了式	



◎事業所からマスクを借り、ご返却いただく際は、清潔な袋に未使用のマスクを入れて持ってきてください。また、必要な方は替えのマスクの準備もお願いします。



知って Happy!
リフレーミング

あれもいいな、これもいいな・・・
そんなわたしは “優柔不断”

ネガティブな言葉も、視点を変えて見てみましょう

リフレーミング

“他の人の意見を尊重する” “最良の選択を常に考えている”

たくさんの人の意見を聞いたり、たくさん考えたりすることは、きっと自分の視点を広げられることにもつながっていきますね。

編集後記

今月のリフレーミングは、優柔不断の言い換えでした。実は私も優柔不断。届いた原稿を見ながら「ふむふむ、そうか」と嬉しくなりました。子育てや仕事で忙しい毎日ですが、私たち大人も自分自身のプラス面を見つけることはとても大事ですね。

信砂 知恵

かわいい『のに?』『から?』

小学生の娘と百円ショップに買い物に行った時のことです。かわいい柄の3枚入り不織布マスクを見つけたこどもに「かわいいのに高いね」と私が言うと「あのね、お母ちゃん。かわいいから高いんよ」と諭したように言われました。「そういう風に考えたらいいのかわか」と共に、毎月お便りでも紹介しているリフレーミングの考え方を思い出しました。

「椅子に座って集まりに参加できていたけど、最近は座れない」「今までトラブルがなかったのに、友だちと喧嘩が多くて」などと話を聞くことがあります。そんな時、どうしてもできなくなったことや困った行動に目を向けてしまいそうになります。前にできていたことができなくなったのでも、それまであった力が、なくなってしまったのでもなく“周りに興味がでてきた”“友だちに興味がでてきた”などと何か違うことが育っているのかもしれない。

今年度も残り2か月となりました。4月からのいろいろな環境の変化に、今からドキドキしている子も多いように思います。不安になると、こどものできないことや課題ばかりが見えてしまうことがあります。どんなことにも必ずプラスの面があるはず。今伸びようとしているところや育ってきているところに目を向けて、プラスの言葉をかけていけたらなと思っています。

森川 麻美

今月の根っこ



一見、木の根っこのようなごぼう。栄養価の高い野菜です。ごぼうを日常の食材としているのは、日本だけだそうです。おせち料理に入っているごぼうは“細く長く幸せに”という意味が込められているそうです。

誇らしい
美味しいごぼうは
日本の文化



もちつきに挑戦!



お迎え時の一コマ。親子対決～!



みんなで綱あげ! 高くまであがれ～



根っこを育てる
みんなの広場

こぶしの家

『冷たい水に負けないぞ』

手洗いキャラバンで、ハンドソープをしっかりと泡立てて洗うことを伝えました。終わった後、Aさんが職員の側に来て「ごめんね、ほく、お家に帰った時は水だけで洗っていました」と一言。自分のことを振り返ったAさんがとても素敵です。冬の手洗いは、水が冷たくてさっと済ませたくなりますね。しかし、自分の身体を守るため、丁寧な手洗いを継続して伝えたいと思います。

堀 玲子



お正月明けには書き初めをしました。思いを込めた書は、とんとで焼き上げ、皆で一年の健康と幸せを祈りました。獅子舞も登場して、がぶりと神ついで？もらいました。



あんずの家

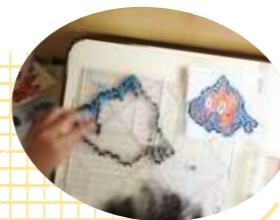
『一緒に遊ぼう』

7月のねっこのひろばに書いたドッジボールの様子を覚えておられますか？以前はあんずの家のこどもたちだけでしていたドッジボールに、今はこどもセンターの子も一緒に参加して楽しむことができます。名前を呼び合い、「入れて」「いいよ」と、お互いを意識しあってかかわる姿をみて嬉しく思います。すぐには難しくても、職員を介しながらゆっくり関係を築けていけるようにしたいです。

西尾 亜也子



アイロンビーズで大作を完成させたBさん。完成までには紆余曲折ありましたが、完成した時の顔は自信に満ち溢れていました。



生きる力を育もう

ホームページ



ホームページ



もみじの家

『おなかいっぱい食べよう』

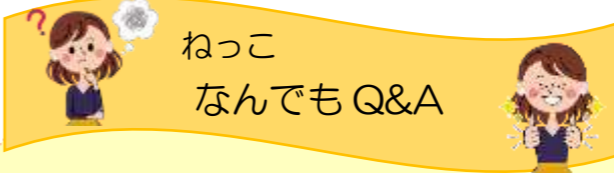
生きていくうえで、食事は欠かせないこと。「これ〇〇ちゃんが好きなメニューだ」「今日は全部食べてくれるかな」といろいろな気持ちでこどもたちと一緒に食べています。“偏食気味で栄養が”と心配なことも多いと思いますが、まずは「これ食べたい」「あぁ、お腹いっぱい」という満足感を感じながら食事ができればと思っています。

大下 鎮佳



とんどをしていた時の事

お飾りをはやしていた時に、煙が経ちました。それを見て…Cさんは「ぼくの口からも出ると」。寒さで吐く息が白かったのを煙と同じと感じたようです。



Q:うがいができません。やろうとはしますが「ベー」と声だけで、水は飲んでしまって吐き出せていません。どのように伝えたらいいですか？

A
うがいの前に…



鼻呼吸ができますか？

口を閉じた状態で鼻だけで呼吸することが難しいと、口の中に水をためた状態はとても苦しいので拒否することがあります。うがいは、呼吸と口の動きを複雑に使う運動ですが、感染症予防に大切です。お子さんの様子を確認しながらすすめましょう。



ブクブクうがい

口の中に水を入れてためておく練習をしましょう。ためられるようになったら、水を含んだ状態で頬や舌を動かしていきます。



口をしっかり閉じられるかを確認しましょう。普段から口が空いていると、口の中に水をためることができません。まずは、ラッパやシャボン玉、拭き戻しなどのあそびで口周囲の筋肉を鍛えましょう。

ガラガラうがい

水がない状態で上を向いて口を開け、「ガラガラ」とのどを鳴らす練習をします。その後少しずつ水を入れていきます。上を向きすぎるとむせてしまうので注意しましょう。



鏡の前で行い、口の中にたまった水を確認したり、大人が口の中に水をためて、こどもに見せたりすることで、口の中に水をためるということを確認できるよいでしょう。

