

7月 セルフだより

夏が近づくこの季節。蒸し暑い日が続いていますが、お子さんたちは汗をいっぱいかきながらも元気いっぱい活動に取り組んでいます。七夕や水遊び等、この季節ならではの遊びを中心に取り入れていきたいと思えます。暑さから疲れも溜まりやすいので、「しっかり食べる」、「しっかり寝る」、「しっかり休憩」を意識して過ごせるといいですね。水分補給もお忘れなくお願いします。



7月の活動

月	火	水	木	金	土
		1 運動あそび 	2 屋外あそび 	3 製作あそび 	4 クッキング
6 運動あそび 	7 課題あそび 	8 製作あそび 	9 音楽あそび 	10 運動あそび 	11 課題あそび
13 クッキング 	14 クッキング 	15 課題あそび 	16 運動あそび 	17 感触あそび 	18 運動あそび
20 お休み (海の日)	21 音楽あそび 	22 運動あそび 	23 感触あそび 	24 課題あそび/避難訓練 	25 製作あそび
27 感触あそび 	28 製作あそび 	29 音楽あそび 	30 課題あそび 	31 屋外あそび 	

< 専門職来園日 >

- 臨床発達心理士 ……2日(木)、7日(火)、11日(土)、16日(木)、24日(金)、30日(木)
- 理学療法士 ……1日(水)、6日(月)、18日(土)、22日(水)、28日(火)
- 言語聴覚士(AMのみ) ……10日(金)、15日(水)、24日(金)、28日(火)



< 今月のあそび >

- 感触あそび ……7階のソラニワで水遊びに取り組み、水の感触や形状を楽しめるようにします。
- クッキング ……焼きそば作りに取り組みます。様々な食材に触れたり、友だちと一緒に作ったり、食べたりすることを楽しめるようにします。
- 課題あそび ……買い物ごっこに取り組みます。物の名前や「ください」「どうぞ」のやりとり等についての認識を高められるようにします。

「こどもの肩こり？」

各地の赤ちゃん教室や保育園で相談を受けるなかで、頸(くび)や肩回りの硬い乳児をみかけることが多くあります。

最近では生後10ヶ月なのに、40歳くらいの肩こりかと思えるほどの硬さを持ったケースがありました。聞き取りをしていくと、首すわりの不十分な時期から抱っこひもで長時間縦抱きをしていたとのことでした。

あまりにも早い時期から縦抱きを行うと、「偽頸定(ぎけいてい)」と呼ばれる現象が起こります。これは縦抱きの状態で重い頭部を支えきれず、首が後ろに反ってしまい、そのまま固まってしまうというものです。

偽頸定を経験した子どもさんには以下のような特徴が指摘されています。

- ・食物や水分の飲み込みが下手
- ・手元を見にくく、視線を落とすにくい
- ・手先が不器用
- ・感情コントロールが難しく、かんしゃくを起こしやすい

また、抱っこひもの種類や赤ちゃんの身体の大きさにもよるのですが、対面抱きで視界が遮られると、両眼で立体的に見る機能の発達や視力に影響が出やすいとも言われます。

「周りを見渡せず、見上げた先のお母さんの視線はスマホを向いていた…」

街中でよくみかける光景です。コミュニケーションや対人関係の基礎となる時期の過ごし方は大切にしていきたいものです。

先ほどの10ヶ月の赤ちゃんは、首や肩、身体のほぐしかたをお母さんに覚えてもらったところ、かんしゃくも少なくなったとのこと。

皆さんの周りで思い当たる節があれば、相談してください。



理学療法士 福山章



おひせ

1 水あそびについて

7月より、感触あそびの一環として、ソラニワで水あそびに取り組みます。内容としては、水鉄砲や洗面器などの道具を使った内容が主になります。

○必要な物:水着または濡れても良いシャツ・ズボン、肌着、パンツ、バスタオル、サンダル
持たせ忘れないよう、ご準備お願い致します。



2 ご利用キャンセルについて

ご利用のキャンセルについては、できるだけ前日までにご連絡いただきますようお願い致します。

また、体調不良等により、急遽キャンセル場合にも、活動開始1時間前までにご連絡いただきますよう、ご協力をお願い致します。

3 保護者職員懇親会について

6月の父の会へのご参加、ありがとうございました。様々なお話しができ、貴重な時間となりました。また、7月11日(土)に母の会を予定しています。ご都合のつかれる方、ぜひご参加下さい。

4 水分補給について

熱中症や脱水症等が心配される季節となりました。セルクでも活動中にしっかりと水分補給や室温調整を行いたいと思います。活動と一緒に参加される保護者の方につきましては、適宜水分補給をしていただいで構いませんので、ご準備下さい。

熱中症 予防



熱中症は、ちょっとした注意で防ぐことができます。普段から心掛けて欲しいポイントをご紹介します。

- ① 体調を整える。…睡眠不足や風邪気味等、体調の悪い時には外出は控えましょう。
- ② 服装に注意する。…通気性の良い服を着て、外出時には、帽子をかぶりましょう。
- ③ こまめに水分を摂る。…「喉が渇いた」と感じる前に、定期的に水分を摂りましょう。また、冷たすぎるものは避け、塩分も一緒に摂るように心がけましょう。
- ④ 年齢も考慮に入れる。…体内の機能が发育途中の子どもは熱中症になりやすいということを意識して予防に努めましょう。