



# セルフだより

気持ちよく晴れ渡った青空と共に、夏がやってきました。子どもたちにとってはお楽しみの行事が多いこの季節。しっかりと休息もといながら体調に気を付けつつ、夏ならではの体験を取り入れて元気に楽しく過ごしていきたいと思います。



## ★8月の活動★

月	火	水	木	金	土
☆今月の活動☆ 課題あそび…買い物ごっこをします。店員さんとお客さん役に分かれて、友だち同士でのやりとを楽しみます。 音楽あそび…音に合わせて身体を動かすことや、保護者や友だちとのふれあいを楽しみます。			1 運動あそび 	2 課題あそび 	3 音楽あそび 
5 絵画あそび 持ち物: スモック	6 午前: 運動あそび  午後: 手指あそび 	7 制作あそび 持ち物: スモック	8 音楽あそび 	9 午前: 運動あそび  午後: 手指あそび 	10 水あそび 
12 山の日、振替休日 	13 休み 	14 休み 	15 休み 	16 音楽あそび 	17 絵画あそび 持ち物: スモック
19 午前: 運動あそび  午後: 手指あそび 	20 水あそび 	21 クッキング (かき氷) 持ち物: エフロン、三角巾、マスク	22 クッキング (かき氷) 持ち物: エフロン、三角巾、マスク	23 絵画あそび 持ち物: スモック	24 運動あそび 
26 制作あそび 持ち物: スモック	27 課題あそび 	28 音楽あそび 	29 水あそび 	30 避難訓練(火災) 運動あそび 	31 課題あそび 

公認心理師の来所日 7日(水)、19日(月)、28日(水)、31日(土)

言語聴覚士の来所日 3日(土)、5日(月)、8日(木)、10日(土)、17日(土)、20日(水)、22日(木)、23日(金)、24日(土)、26日(月)、29日(木)、31日(土)

理学療法士の来所日 21日(水)、27日(火)

※8月12日(月)～15日(木)は、夏季休暇とさせていただきます。



わたしが今住んでいる家は、わたしよりも1歳お姉さんという、なんともレトロな建造物です。エレベーターがないので4階まで階段で登り降りです(郵便屋さんや宅配便屋さんには正直ちょっと心が痛いです)。窓の開け閉めは、少々コツがいります。自動給湯ではないので、お湯と水の量を自分で絶妙にコントロールしてちょうどよい湯加減にします。

…と、ここまではまだよいのですが、一番の課題は、水圧が低すぎて、浴室のシャワーは霧雨状態、台所についている湯沸かし器は作動さえしないという…もちろん入居後すぐに仲介業者に問い合わせ、水道屋さんに見てもらいました。結果は「設備の古さによるもので、建て替え以外にはどうしようもできない」とのことでした。

まあなんともトホホな状況なわけですが、実は、わたしはこのおうちがとても気に入っています。交通の便のよさや窓から見える景色といった立地条件もお気に入りポイントの一つではあるのですが、今は、先にお話したトホホな設備も、ちょっと魅力的…と思っているのです。“霧雨”シャワーは、色々と調べ回って発掘した、水圧の高いヘッドに交換し、普通の雨以上の強さは出るようになりました。湯沸かし器は…残念ながら作動不可能なままです。でも、厳寒期にお湯が出ない台所でも、うちがあるのは北海道稚内ではなく鹿児島市中央地区ですので、寒がりなわたしでもなんとかなっています。

むしろレトロなわが家のおかげで、時間もお金も掛けずに運動不足を解消し(←毎日、4階分の階段昇降してますからね!)、快適な住まいづくりのために知恵を絞り、恵まれた気候に感謝する、と、身体・頭・心それぞれを豊かにさせてもらっています。適度な不便さや煩わしさ、それを楽しみ慈しみながら、令和の時代も、できるだけ長く、この昭和なおうちで元気に人生を重ねていけたら…と思っています。(松本 みどり)



## 1 水あそびについて

- ・8月も引き続き、感触あそびの一環として、ソラニワで水あそびを楽しみます。
- ・内容としては、ビニールフェールの周りで、じょうろや洗面器などの道具を使った遊びが主になります。
- ・活動が「水あそび」の日は、濡れても良い洋服・帽子・サンダルで登園して下さい。また、持たせ間違いがないよう、持ち物には名前のご記入をよろしくお願い致します。

○必要な物：着替え(シャツ、スポン、肌着、パンツ等)、バスタオル、サンダル、帽子



## 2 保育所等訪問について

保育所等訪問について、事業所から、ご提案させていただくこともありますが、原則としてご家族からのご依頼を受け、日程調整後、保育所等訪問支援を実施させていただきます。ご希望の方は職員へお知らせ下さい。尚、職員配置の都合等により、支給通りに実施できないこともありますので、ご了承下さい。

## 3 夏の感染症について

咽頭結末熱(フェール熱)、手足口病、ヘルパンギーナは、夏に流行する病気です。暑さで体力が奪われて免疫力が低下すると、病気にかかりやすくなります。日頃から手洗いやうがいをしてしっかり睡眠と食事をとり、汗をかいたらこまめに拭きとったり着替えたりして感染症予防に努めましょう。