
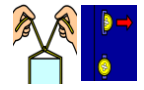


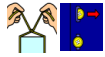














# 11月 セルフだより

色とりどりの落ち葉やドングリなど、秋の自然は子どもたちにとって宝の山。屋外あそびでは身近な自然に触れて楽しみたいと思います。昼夜の寒暖の差もあるので体調の変化に気をつけながら楽しく活動に取り組みたいと思います。

★11月の活動★

月	火	水	木	金	土
公認心理師来所日～8日(金)、14日(木)、16日(土)、18日(月) 言語聴覚士来所日～1日(金)、5日(火)、7日(木)、9日(土)、11日(月)、13日(水)、 15日(金)、19日(火)、21日(木)、25日(月)、29日(金)、30日(土) 理学療法士来所日～12日(火)PM、27日(水)AM				1 運動あそび 	2 手指あそび 
4 振替休日  振替休日	5 課題あそび 	6 午前:運動あそび  午後:手指あそび 	7 絵画あそび  持ち物:スモック	8 屋外あそび  持ち物:帽子	9 課題あそび 
11 運動あそび 	12 感触あそび  持ち物:スモック	13 クッキング  持ち物:エプロン、三角巾、マスク	14 クッキング  持ち物:エプロン、三角巾、マスク	15 絵画あそび  持ち物:スモック	16 運動あそび 
18 音楽あそび 	19 屋外あそび  持ち物:帽子	20 制作あそび (勤労感謝の日)  持ち物:スモック	21 制作あそび (勤労感謝の日)  持ち物:スモック	22 消防署見学 	23 勤労感謝の日 
25 感触あそび  持ち物:スモック	26 避難訓練(防犯) 音楽あそび 	27 絵画あそび  持ち物:スモック	28 午前:運動あそび  午後:手指あそび 	29 課題あそび 	30 感触あそび  持ち物:スモック

## ☆今月の活動☆

手指あそび…ボタン留めやピース通し、紐結びの活動に取り組みます。遊びながら楽しく手先の使い方を身に付け、日常の場面でもスムーズにできる場面が増えるようにします。

感触あそび…寒天やスライムの感触を楽しみます。感触や状態の変化を言語化しながら、友だちと一緒にその楽しみを共有できるようにします。



## ◎脳の発達とスマホ

皆さん、スマホやタブレットといったデジタル機器とのつきあい方について、家族で話し合い、子どもさんとの間にルールを作るなどしているでしょうか。

7月の南日本新聞に掲載された「2歳児問題を考える」という寄稿（鹿児島医療・社会・倫理研究会代表世話人 増田彰則先生；心療内科医 増田クリニック院長）の中で、ゲームやスマホ依存の低年齢化が進み、2018年の調査時点で、2歳児の4割がスマホを使用し、2～5歳児の約10%余りが依存傾向にあると書かれていました。ことばにも身の回りのことにも興味・関心が広がる2歳頃に強い人工の光刺激と画像刺激を無防備に与えると脳の発達に悪影響を与える可能性があり、イライラや、寝つきの悪さ、ぐずりが多くなる傾向にあること、また神経回路の基礎ができる3歳頃までに、スマホやテレビを長時間見ること、言語能力の遅れや注意力の問題が起こる可能性もあること、さらには過度な刺激で脳が興奮することを覚えて他の遊びに関心を示さなくなり、癩癩（かんしゃく）を起こしやすく、神経過敏になりやすくなるという傾向も指摘されており、私は少なからずショックを受けました。

もともと脳というのは大人であっても一度に複数の情報を処理することが苦手であり、スマホなどの膨大な刺激と情報を処理することは脳を疲労させ、自覚の有無に関わらず脳の疲労はQOL（生活の質）の低下を招く要因にもなります。デジタル機器だけでなく、いつ何時でも過剰な光や音などの刺激があふれる現代にあっては、大人の脳はもちろん、まだ自分に必要な刺激を取捨選択できない子どもの脳（乳幼児だけでなく）にとっては、かなりの負担になることを知っておく必要があります。

もちろん私もスマホもタブレットも使います。ユーチューブも見ます。障がいのある方々へのその有用性と利便性も理解しており、活用も試みます。小学生からプログラミング授業が始まるとなれば、慣れるのは早いにこしたことはないと思ってしまうかもしれません。AI時代に向けて、私たちがデジタル機器に触れる時間は増えることはあっても減ることはなさそうです。だからこそ、その付き合い方を考える時期に来ているように思います。（永山理香）



### 1 登園について

**午前は10時15分、午後は15時15分(土曜日は14時15分)までの登園をお願いします。午前は10時20分、午後は15時20分(土曜日は14時20分)を過ぎましたら、利用確認の為、電話確認をさせていただきますのでご了承ください。**

### 2 ホームページ掲載について

社会福祉法人 落穂会のホームページ(<http://www.asahigaoKagaku.jp/>)におたよりを掲載しています。活動の様子等も掲載していますので、ご確認ください。

### 3 キャンセルの際のおやつ代実費負担について

**午前9時30分、午後14時30分(土曜日は13時30分)を過ぎますと、実費負担金(60円)が発生しますので、キャンセルの連絡は登園時間30分前までにお願いします。**