



1月トリアだより



新しい年を迎え、令和 2 年がスタートしました。初詣や帰省の話で子どもたちと盛り上がったり、お正月遊びを楽しんだりしたいと思います。トリアでのお正月遊びや郵便ごっこについてどのようなことをしたのか、是非、ご家庭でお子さんに聞かれてみてください。



1月の活動



月	火	水	木	金
<p>※職員研修に伴う時間変更 ・職員研修の為、<u>1月24日(金)は12時降園</u>にすることとなりましたので、ご理解の程、宜しくお願い致します。(給食は提供します。) ※<u>12月28日(土)~1月3日(金)まで</u>冬期休暇とさせていただきます。</p>		<p>1 休み (冬季休暇)</p>	<p>2 休み (冬季休暇)</p>	<p>3 休み (冬季休暇)</p>
<p>6 お正月遊び 認知・課題</p>	<p>7 お正月遊び 音楽</p>	<p>8 郵便ごっこ 手指</p> <p>スモック</p>	<p>9 郵便ごっこ 運動</p> <p>スモック</p>	<p>10 屋外・手指</p> <p>帽子</p>
<p>13 休み (成人の日)</p>	<p>14 運動 認知・課題</p>	<p>15 感触・ルール</p> <p>スモック</p>	<p>16 屋外・手指</p> <p>帽子</p>	<p>17 もちつき ルール</p> <p>エプロン・三角巾</p>
<p>20 屋外・手指</p> <p>帽子</p>	<p>21 感触・ルール</p> <p>スモック</p>	<p>22 運動 認知・課題</p>	<p>23 壁面制作・音楽</p> <p>スモック 避難訓練(地震・津波)</p>	<p>24 認知・課題</p> <p>※12時降園 (職員研修)</p>
<p>27 制作(鬼のお面) 音楽</p> <p>スモック</p>	<p>28 屋外・手指</p> <p>帽子</p>	<p>29 音楽・絵画</p> <p>スモック</p>	<p>30 誕生会・音楽</p>	<p>31 感触・ルール</p> <p>スモック</p>

※公認心理師、言語聴覚士、理学療法士の来所日については、後日、玄関に掲示させていただきますので、ご確認下さい。



・12月28日(土)～1月3日(金)は冬期休暇とさせていただきます。

- ・13時50分頃より、引き継ぎを開始しています。14時15分までに来所されない場合は、一度ご連絡をさせていただきます。
- ・給食の事前準備の為、キャンセルの場合は当日9時30分までにご連絡下さい。また、10時15分までに登園されない際は、ご連絡させていただきます。
- ・年間を通して、靴(運動靴)での登園をお願いします。屋外に出る機会もありますので、動きやすい靴でお願い致します。
- ・持ち物全てに記名をし、持たせて下さい。(記名が不鮮明な物については、書き直しをお願い致します。)
- ・着替えた衣類を入れる袋に名前を書いて、必ず持たせて下さい。(スーパーのビニール袋等で構いません。)
- ・下着(パンツ)の貸し出しがあった際は、未使用の物を返却して頂きますよう、よろしくお願い致します。



幸せを感じる(心を癒す)コミュニケーション

言語聴覚士 二宮佳美

新しい年が、皆さんにとって、幸多き年でありますようにお祈り申し上げます。

さて、「幸せ」(癒し)を感じるとは、どういうことなのでしょう？

脳科学的に言うと、オキシトシンというホルモンが出ている状態の様です。

どういうときに幸せ(癒しの)ホルモン「オキシトシン」が出ているかということ、以下の様になります。

「スキンシップをとっている時」「心を開いて楽しんでいる時」「人を信頼する時」「感情を素直に表せる時」「親切にするとき」「感動する時」「思いやる時」等々だそうです。

ポイントは、①人と心温まる関わりを持つ事②五感に心地よい刺激を与える事だそうです。

具体的にどのような行動をすればよいかというと、「相手の目を見て気持ちのよいあいさつをする」「ありがとうとことばにする(感謝する)」「ハイタッチやハグ、マッサージなどをする」「本音で会話をし共感する」「だれかと食事をする」「グループで目標を達成する(信頼し、互いに応援し、褒めあう)」「贈り物をする(親切にする)」などが挙げられるそうです。

このような事であれば、日常生活の中で、それぞれに出来る方法で幸せ(癒し)ホルモンを出すことは出来そうですね。

療育の中でも、人と幸せな(癒しのある)関わりをとれる様に支援して行けたらと思います。