



5 月 希路だより



げつ	か	すい	もく	きん	ど
			1 うんどう/せいかつ	2 おえかき (スモック) /おんがく	3 やすみ おやすみ
5 おやすみ	6 おやすみ	7 おえかき (スモック) /おんがく	8 かんしよく/かだい	9 うんどう/せいかつ	10 おやすみ
12 うんどう/せいかつ	13 かんしよく/かだい	14 かんしよく/かだい	15 おえかき (スモック)/おんがく	16 おえかき (スモック)/おんがく	17 うんどうあそび
19 かんしよく/かだい	20 おえかき (スモック) /おんがく	21 うんどう/せいかつ	22 たんじょうびかい/るーる	23 おそとあそび/ふれあい	24 おやすみ
26 ひなくんれん/るーる	27 早降園 13:05 うんどうあそび	28 おえかき (スモック) /おんがく	29 かんしよく/かだい	30 かんしよく/かだい	31 おやこえんがいりょういく

※活動内容は、諸事情により変更になる場合がございますので、予めご了承ください。

※おえかきあそびや感触あそびの際は汚れる可能性がございますので、スモック、または汚れても可能な服装の準備をお願い致します。

(専門職来所日)

《松本公認心理師》：8日(木)、13日(火)、26日(月)、27日(火)

《仮上言語聴覚士》：1日(木)、7日(水)、8日(木)、13日(火)、14日(水)、15日(木)、19日(月)
20日(火)、21日(水)、23日(金)、28日(水)、29日(木)

《樋口理学療法士》：12日(月)、19日(月)

職員会議に伴う時間の変更

5月27日火曜日

職員会議の為、上記の日程については、今年度より1日のみ約25分早く降園する(13:05に希路出発)こととなりますので、お間違えのないようにお願いします。また、幼稚園・保育園への送迎を利用されている方については、保護者より早降園になることをお伝えください。また、当日のキャンセル連絡につきましては、8時15分までの変更受付となります。8時15分以降のご連絡については、昼食代をご負担して頂くこととなりますので、ご注意下さい。



～子どもの身長と足の長さ、体型について～

こんにちは。理学療法士の樋口です。みなさんは、“今の子どもは背が高い、足が長い”という話を聞いたことがあるでしょうか。確かに大柄な子どもが増えている印象を受けますが、じつは、日本の子どもの平均身長は17歳の全国平均値で見ると、最も高かった時（2000年代初頭）よりも平均で3ミリ縮んでいます。ほぼ停滞していると言ってもいいくらいですが、中身をみると座高は伸びているのに足の長さは縮んでいるという現象が起きています。17歳では、足の長さは最も長かった頃（1995～1998年）よりも平均で1センチ短くなっているのです。つまり、今の子どもたちは、親の世代よりも胴長短足化が進んでいるということになります。

身長には伸びる時期があり、0歳から1歳までの1年間で1.5倍伸び（およそ50センチから75センチへ）、4歳で生まれた頃の約2倍の1メートルに達します。そこから緩やかに伸びながら、思春期のスパークに繋がっていくのです。思春期の前半に胴体が伸び、後半に足が長くなっていくとされているのですが、最近の子どもたちは思春期後半の足の長さが伸びる期間が短くなっているようです。その原因として、スマートフォンやゲームなどの電子機器の使用により、座っている時間が長いこと、就寝時刻が遅くなってしまふことなどが考えられています。今やこれらの電子機器は生活に欠かせないものですが、身体の成長のためにも子どもたちと一緒に使う時間を決めながら、身体を動かす時間や睡眠時間は確保していきたいところです。

一方で、体型については、食事の偏りや間食、運動不足により、肥満と言われる子どもの増加や、性別関係なく体型を気にし、平均的な体重でありながらも、もっと痩せたいという子どもが多いことが気になります。痩せ願望は小学生の低学年から芽生えてくると言われていますが、これは身体の成長に対する知識が不十分なうちに、社会の風潮や周囲の大人の価値観を取り入れてしまうことも影響していますので、大人が意識的に教えていく必要があります。療育の中でも食事・睡眠・運動のバランスが大切であることを学べるようサポートしていきたいと思います。今年度も宜しくお願いいたします。



理学療法士
樋口 聖士



～お知らせ・お願い～

（キャンセルについて）

- ・コドモンにて当日にキャンセルされる場合は、午前8時30分までにご連絡をお願いします。また8時30分以降の連絡になられる場合は、8時45分までに電話連絡をお願いします。8時45分以降の連絡になりますと食事代をご負担いただきますのでご了承ください。また、土曜日の食事のキャンセルにつきましては、前開所日の14:00までとなります。それ以降は、食事代(297円)が発生いたしますのでご了承ください。

（お願い・お知らせ）

- 書類や薬をお子さまの鞆の中に入れられる際は、コドモンにてその旨のご連絡をお願いします。
- 希路へオムツの返却を行う際は、「希路」とオムツに記載をお願いします。
- 持ち物に記名をお願いします。記名が無い場合は、こちらで記名させていただきますので、ご理解ご協力の程よろしくお願いします。