

めばえ通信

通巻 295号
平成29年10月27日
発行/こども発達センターめばえ

一緒にいること

みなさんは、『自閉症の僕が飛びはねる理由』という本をご存知でしょうか？著者は東田直樹（ひがしだ なおき）さんと言います。知的に遅れがなく、会話が成立しにくい自閉スペクトラム症の方で、パソコンや文字盤を使いながら周囲とコミュニケーションをとり、何冊もの本を出版されています。昨年テレビ出演もされていましたね。同名の本はすでに出版されていますが、今回、学生向けに分かりやすくなる形の文庫本として出版されていましたので、御紹介します。

「どうしてこだわるのですか？」という質問には、「好きでやっているわけではないのですが、やらないといってもたってもいられないのです。自分がこだわっていることをやると、少しだけ落ち着きます。人の迷惑にならないこだわりであれば、そっと見守って下さい。こだわりは永遠に続くことはありません。」と答えています。また、「大きな声は何故でるのですか？」という質問には、「落ち着くために自分の声をききたいときもありますが、コントロールできない声というのは自分が話したくて喋っているのではなく、その時見たものや思いだしたことに對する反射のようにでてしまうのです。止めることは難しく、無理に止めようとすると自分で自分の首を絞めるくらい苦しくなるのです。」と答えています。

これまでも特性を持っている方達から様々な情報が発信されていますが、ここまで自分の気持ちをはっきりと分かりやすく伝えて下さっている本は初めてではないかと思えます。物事の捉え方の違いや感覚の違いが鮮明に伝わってきます。

“自閉症の人の心の中を僕なりに説明することで、少しでもみんなの助けになることができれば幸せです（巻頭言より）”という思いで書かれているこの本を通して、お子さんや周りにいる友達に気持ちに触れてみてはいかがでしょうか？全部で58ある質問とその答えを読み終わると、世界がパッと広がります。見え方や感じ方は違うけれど、今、ここに一緒にいる…当たり前なのに改めて大きくうなずけた私でした。本に関心があるようでしたら、いつでも声を掛けて下さいね。

世界が広がりますよ！

こども発達センターめばえ 所長 岡本あや

つながる遊び

戸外に出るのに心地よい季節となり、めばえでも散歩に出掛ける機会が増えてきました。最初は短い距離から、だんだんと距離を伸ばし、目的地の公園では疲れも忘れてたくさん体を動かして遊び、楽しみながら体力作りをしています。

少し時期外れのお話になりますが、今年の夏も、めばえでは園庭におかれたプールから、毎日賑やかな声が聞こえてきました。みんな楽しみがあると俄然やる気が出て、いつもはのんびりしている子が、我先にと着替えを頑張る姿がたくさん見られました。そこで、『着脱』について少し考えていきたいと思います。



1歳7カ月頃 大人の援助を借りながら着替えをしようとするようになります。

自分でやろうと思っても、頭をなかなか通すことが出来ずに、かんしゃくを起してしまうことも。そこで必要なことは、自分で着替えをしやすい服を選ぶことが大切です。Tシャツなら襟ぐりが大きく開いた物や伸縮性のある物、ズボンはウエストがゴムでゆとりのある物等。

2歳頃 “自分でやれる”という気持ちが育ち、身の回りのことを自分からやってみようという意欲が高まります。

脱ぐ時は、①効き手で逆の袖を引っ張り腕を抜き、②もう片方の袖を引っ張り腕を抜き、③頭を抜くといったように子どもに合わせたやり方を統一してあげると良いですね。

大人が手伝おうとすると、逆に『自分で!!』と手を払いのける等、身辺自立の芽が育ってきます。時間がかかったり、上手くはできませんが、自分でやろうという気持ちを大切に可能な限り見守ってあげましょう。

2歳7カ月頃 何とか一人で着替えが出来るようになります。

ボタン等にも興味を示し、自分でやってみようとする姿が見られます。少しずつ自分でできるように、初めから手伝って最後の部分を子どもが出来るようにすると達成感につながります。最初は大きなボタンから。最後のひと押しをやらせて、「できたね!!」で、だんだん子どもがやる部分を増やしていきましょう。前後の間違えをすることがあるかもしれませんが。前後が分かりやすいイラストの物を選んであげると良いですね。

3歳頃 着替えがほぼ自分でできる様になり、服をたたんで片付けるようになります。

ズボン等は立って履くことが出来るようにもなってきます。前後の間違いも、声かけで直せるようになってきます。

個人差はもちろんありますが、大まかに着脱の流れがあります。とはいえ、なかなか着脱の自立につながらないと、感じている方もいるのではないかと思います。

どうして出来ないのかなと考えてみると…

- ・声を掛けられていることへの理解が難しいのかな
- ・周りの環境がざわざわして、着替えに集中できないのかな
- ・服の圧迫感が苦手なのかな
- ・服の素材が苦手なのかな
- ・バランス感覚が苦手なのかな（体を支えながら着るのは難しいな）
- ・どこに何を通したらいいのか分からないのかな（どこがぼくの頭？どこが手？）
- ・手先の感覚過敏で、手先使いが不器用なのかな

等、色々なことが考えられます。こういった要因を考えてあげることで、その子に対する援助のヒントが見えてくるかと思います。

今月は『体育の日』があるということで楽しく体を動かしながら、家庭でできる身体感覚を養う遊びを紹介し、着脱につながる遊びを考えていきたいと思います。

★トンネルくぐり

段ボールをいくつか用意して底を開け、つなげてトンネルを作りくぐります。



四つ這いの移動は、肩周りだけではなく、体幹の筋肉にも働きかけます。この動きにより、肩と手首、肘が連動する感覚をつかみやすくなったり、手のひらの感覚刺激にも慣れていきます。トンネル内は刺激が少ないため、どのように体が動いているか、感覚に集中出来るようになります。

遊びを通し、自分の身体のイメージが付き、頭や手を通すことがスムーズになったり、手の感覚過敏の減少が手先使いにつながったり、ズボンを立てて履くための体幹が養われたり、遊びを通して色々な生活の場面につながっていきます。

今回は、家庭で出来る簡単な遊びを紹介しましたが、公園の滑り台で遊ぶことでも、手に力を入れて登ったり、足を踏ん張って登ったり、立った状態から座って滑ることで体重移動のバランスをとったり、さまざまな体使いの要素が含まれます。また、道具がなくても、体に直に触れ合って遊ぶスキンシップ遊びでも色々な姿勢をとることで、自分の身体を支えたり、自分の姿勢を感じたりすることができます。

体育の日には健康な体作りはもちろんですが、人とつながることの大切な要素もあります。大人のリフレッシュも兼ね、親子で楽しく体を使った遊びができると良いですね。

こども発達センターめばえ 長谷山紀子



日中も涼しく感じる日が多くなり、すっかり秋めいてきました。朝晩寒くなると風邪を引きやすくなりますので、体調管理に気を付けていきましょう。“食欲の秋！”秋は、栄養が豊富な食べ物がたくさんあります。旬の食べ物はもちろん、いろいろな食べ物をバランスよく食べて病気に罹りにくい体づくりを心がけていきましょう。



お祭りの頃には熱を出していた子が何人か見られましたが、今ではみんな元気いっぱいの笑顔で登園しています。これからの時期は、空気が乾燥してくるのでインフルエンザや風邪等の感染症に気をつけていきたいですね。10月に入り、医療機関でインフルエンザ予防接種が始まりました。今季は流行が早く9月から学年・学級閉鎖が全国で相次いでいます。早めの接種をお勧めします。めばえは集団生活の場ですので自分を守るだけでなく、一緒にいる友達みんなを守る意味でも効果は大きいと思います。インフルエンザに対しては、ワクチンで発症・重症化を予防するのに加え、普段から手洗い・うがい・咳エチケットを心掛けることが重要です。また、手すり・ドアノブ・エレベーターのボタンなど公共の物を触った手で口や鼻をいじらないように気をつけるのも大事です。予防接種の済んだ方はクラスの職員にお知らせ下さい。

*体調や卵アレルギー等で受けられないこともありますので、かかりつけ医に相談してください。

出席停止の期間

インフルエンザと診断された場合は、出席停止扱いとなります。現在、学校保健法により、「発症した後（発熱の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ、解熱して2日（幼児は3日）を経過するまでとする」と決まっています。

乳幼児(保育園・幼稚園など) インフルエンザ発熱期間と出席開始日の目安									
発熱期間	第0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
2日間	👤	👤	👤	👤	👤	👤	出席可能		
3日間	👤	👤	👤	👤	👤	👤	出席可能		
4日間	👤	👤	👤	👤	👤	👤	出席可能	出席可能	
5日間	👤	👤	👤	👤	👤	👤	出席可能	出席可能	出席可能
6日間	👤	👤	👤	👤	👤	👤	出席可能	出席可能	出席可能

※ 1日のうちで、発熱・解熱をともに認めた場合は、発熱期間とします。

*医師の診察を受け、出席停止の診断・指示を受けた場合は、速やかに園へその旨（出席停止の診断を受けた事・診断名・出席停止期間）を電話等で連絡してください。再登園する日までに園に出向き、「感染症による出席停止のお知らせ」を受け取って病院で必要事項を記入してもらってください。



11月の予定

お知らせ

11月		バス	心理
1	水		
2	木	13時降園	○
3	金	<文化の日>	
4	土		
5	日		
6	月		にん
7	火	★小児科検診	
8	水	★集合写真	
9	木	★合同防災訓練 13時降園	○
10	金		たま
11	土		
12	日	★父親保育参加日 14:30降園	
13	月	★代休	
14	火		
15	水		びい
16	木	13時降園	○
17	金		そら
18	土		
19	日		
20	月		
21	火		
22	水		
23	木	<勤労感謝の日>	
24	金		
25	土		
26	日	東遠まつり	
27	月		
28	火		
29	水		
30	木	★保育参加日 13時降園 (フッ素・施設運営懇談会・誕生会)	×

☆8日(水) 集合写真撮影

なるべくお休みのないようお願いします。当日欠席の場合は顔写真のシールとなります。御了承下さい。

☆9日(木) 合同防災訓練

隣のあいあい学園の皆さんと一緒に、年に一度の合同防災訓練を行います。通常日課の中で行いますので、保護者の参加はありません。

☆今月の保育参加日

12日(日) 父親保育参加日

30日(木) フッ素塗布・施設運営懇談会・誕生会

☆12日(日) 父親保育参加日

詳細は別紙にてお知らせ致します。たくさんのお父さんの御参加をお待ちしております。

※13日(月)は代休になります。

☆18日(土) がんママ忘年会

詳細は保護者会より配布された別紙で御確認下さい。

☆26日(日) 東遠まつり

バザーへの御協力ありがとうございます。当日は楽しい催しもありますので、ぜひ御家族揃ってお越し下さい。

バス停変更のお知らせ

徳育保健センター→生涯学習センター

- 1日(水) 帰りのみ
- 2日(木) 朝のみ
- 7日(火) 朝・帰りともに
- 8日(水) 朝・帰りともに
- 10日(金) 帰りのみ
- 22日(水) 帰りのみ
- 24日(金) 帰りのみ

12月の予定

- 9日(土) お楽しみ会
- 11日(月) 代休
- 14日(木) 保育参加日(誕生会)
- 22日(金) クリスマス会
- 23日(土) 冬休み ~1/4(木)まで

めばえ日記



☆一日お母さん・お父さん先生が始まっています☆

今年度も、めばえを初めて利用された御家族を中心に8月から一日お母さん・お父さん先生がスタートしました。保護者の方が「お母さん先生」や「お父さん先生」になって、子ども達と一日を過ごすという取り組みです。わが子の様子はもちろんのこと、他の子ども達の保育参加日に見る姿とはまた違う一面を見られたり、一緒に関わる機会にもなっています。また子ども達と同じ給食を食べてもらうことで、めばえの給食の栄養面やバランスの取れた美味しい食事を知ってもらっています。午後の時間には、職員とお子さんのめばえでの様子を話したり、御家庭での心配事などを確認する時間も取らせてもらっています。

実際に参加された保護者の方からのアンケートでは「普段の子ども達の姿に近い形でめばえでの様子が見れてよかった」「同じバス停の子からアプローチがあって、一緒に遊べてよかった」「今日参加させて頂いて、皆の様子を見て安心して子どもを預けられると改めて思った」などのお声をもらっています。

これから参加予定の御家族の方はよろしくお願ひします。そして年中、年長の保護者の方でも大歓迎ですので、御希望の日程がございましたら、職員に声を掛けてください。

☆感謝の心

- ・つぼみの会様 (パネルシアター)
- ・永田紀久美様 (タイヤ拭きマット)

ありがとうございました。



《11月のおもちゃ図書館》

掛川キューピーおもちゃ図書館
総合福祉センター3Fで開催
連絡先: 0537-22-1309
11月19日(日)
10:00~15:00

菊川おもちゃ図書館あそぼ
プラザけやきで開催
連絡先: 0537-37-1135
11月11日(土)
10:00~11:30 13:30~16:00

こども発達センターめばえ
〒436-0016 静岡県掛川市板沢 1941-35
TEL) 0537-23-2312 または 0537-61-7090
FAX) 0537-23-0008
E-MAIL) htc.kodomo40@globe.ocn.ne.jp