




# はもれび通信



**歯と口の健康週間(6月4日～6月10日)**  
 6(む)4(し)と読めることから、6月4日は虫歯予防デーに制定され、一週間は歯と口の健康週間となっています。改めてよく噛んで食べることを意識したり、丁寧な歯磨きを促したりしながら虫歯にならないように、お口の健康を気遣ってみてください！

## 5月の活動の様子

### 児童発達支援

#### おべんとうバス

おべんとうバスの絵本を読んでから、自分でお弁当を作るごっこ遊びを行いました。レタスを一枚だけちぎったり、炊飯器から折り紙を取り出しておにぎりを作ったり、ミニトマトを収穫したり、スパゲッティをフォークで巻き取ったり、ハンバーグをフライ返しで運んだり、ボールプールから卵を見つけて玉子焼きを作ったりなどたくさんの工程の中で、食具の操作や指先の練習等を行いながら、オリジナルのお弁当を作りました！完成品は本物さながらで、美味しそうにできました😊



#### おにぎらず

自分が食べれる量のご飯をよそい、好きな具材を挟んで作りました。自分で考えて、選び、作って、食べるということを体験することができました！みんなで外で食べて、とってもいい笑顔を見ることができました😊



#### 運動のテスト

前は去年の秋頃に実施しており、約半年間での成長を見ることができました。走る、跳ぶ、踏ん張るなどの基礎的な動作やボールの扱い方を見るテストで、改めて得意不得意を確認できたので、今後の支援に活かしていきます！



## 放課後等デイサービス

### 体カテスト

新体力テストの各動作の練習を兼ねて測定会を行いました！体の柔軟性や瞬発力、持久力、協調性などが年齢平均と比較して、どのくらいなのかということを知ることができました。各動作で、どのようにしたらもっといい記録になるかということと一緒に考えたり、実践してみたりして練習をすることで、記録が伸びると嬉しそうにしていました😊おうちでも柔軟体操や軽い運動をする機会は作ることができるのでぜひ実践してください。運動不足にならないように心がけましょう！



### 焼きおにぎり

自分で好きな具を中に入れて、三角おにぎりを握る練習を行いました。どのくらいの力加減で、どのように握るとききれいな形を作ることができるのか、いろいろ挑戦してみることができました！できたおにぎりをホットプレートで焼いて、焼き目をつけることで香ばしい焼きおにぎりが出てきて、みんなとても美味しそうに頬張っていました😊お弁当を作るときに、お手伝いとしておにぎりを握るなど、コミュニケーションの一環としてぜひ一緒に料理をしてみたいと思います！



## 保育所等訪問支援事業



幼稚園の体育活動や制作、片付けの手順の確認を行い、身体の誘導の仕方や声の掛け方を確認しました。通所支援の様子から食具の操作や、トイレの自立に向けて先生方にお伝えしました。別のお子さんでは、事前に支援者会議を実施してから、関係機関と近況報告を行い、対応方法について相談しました。徐々に運動会の練習が始まり、集団競技や個人競技で力が発揮できるように様子を確認しました。

## はもれびコラム

### ～理学療法士【身体を支えるには】～

お子さんが、しゃがめなかったり、躓いて転んだりする事ありませんか？赤ちゃんの時に、腹這いや四つ這いの期間が少ないと、股関節を使う機会が少なくなり、筋肉の力が十分に育たず、身体を支えきれない、ふらつく等の影響が出ます。今回はお家で出来る、股関節周りの筋肉を強くするための運動をお伝えします！

#### ワニ歩き

うつ伏せのまま、手と足を使って前に進む動き



- ポイント**
- 手を反らさず、お腹を床につけたまま進む
  - 手と足を交互に動かす
  - 全身の協調性や体幹の安定性を育てる運動

#### クマ歩き

手と足をついて、四つん這いの姿勢で前に進む動き



- ポイント**
- 手と足をしっかり床につける
  - お尻を高くして、体を安定させる
  - 手と足を交互に出して、リズムよく進む
  - 体を支える力やバランス感覚を育てる運動

#### クモ歩き

手と足を使ってお尻を持ち上げ、四つん這いの逆の姿勢で進む動き



- ポイント**
- お尻をしっかり持ち上げる
  - 手と足で体を支えて進む
  - 手と足を交互に出して、リズムよく進む
  - 体幹やバランスを鍛える運動

# 6月

# そらぼし通信



## 放課後等デイサービス

### ★母の日のお手紙づくり★

母の日が近かったので、お母さんへいつもありがとうの気持ちを込めてお手紙を書きました。お手紙を書く前に、『お母さん紹介カード』を書き、お母さんの好きなところや素敵なおところ、普段してくれていることを思い出しました。チェック式のワークシートを使用したので、直接言葉にすることが恥ずかしいお子さんも、たくさんチェックをつけてくれました！また、便箋に書くときは、チェックを付けた項目を参考に文章を作りました。お母さんへの気持ちがこもったお手紙を書けました！



### ★お弁当クッキング★

GW特別企画として、お弁当クッキングを行いました。1週目に買い物に行き、2週目にみんなで作って食べました！お弁当の具材は、おにぎり・卵焼き・ウィンナー・きゅうりのつゆもので、グループに分かれて具材を作り、最後にお弁当箱に詰めました。作ったことがある人もない人も、レシピを確認しながら丁寧に作りました！食べる時は、室内にシートを敷いてピクニック風に😊自分たちで作ってみんなで食べるとより美味しく感じました♪また、普段は苦手な食べ物もお友だちが作ったからと挑戦したり、お友だちにおいしいよと伝えたりと素敵なお様子も見られました！



### ★避難訓練★

非常時に安全に行動することができるよう、そらぼしでも避難訓練を行っています。学校で取り組んでいるお子さんが多く、習ったことを思い出しながら取り組んでくれました。避難訓練の前には、『防災クイズ』も行い、自然災害が起こったときのために必要な準備や、とるべき行動を確認しました。一人一人、理由もつけながら、考えることができました☆



### ★自分の“ストレス”ってなんだろう？★

昨年度に引き続き、ストレスに関する活動を行っています。今回は、自分がストレスを感じる出来事を見出すため、出来事カードを【ぜんぜんOK!】、【まだマシ】、【ぜったいや!】の3つに分けてもらいました。「これは嫌だけど、まあ我慢できるか...」、「こんなこと起こらないから大丈夫!」などと、よく考えてワークシートに貼っていました！最後はお互いに見せ合って、『人それぞれ違う』ということに気づきました。



## 児童発達支援

今月は『キネティックサンド』を使った遊びを紹介します！キネティックサンドは、普通の砂より固まりやすく、手につきにくくなっています。そのため、手にくっつく感触が苦手なお子さんでも比較的触りやすいです！

キネティックサンドは触った感触を楽しむことはもちろん、型を使って何かを構成したり、砂を何かに見立てたり、宝探しをしながら沢山触ったりなど様々な遊び方ができます。加えて、砂や道具を共有することで、他者との場の共有や物の貸し借りを経験することもできます！そらぼしに来ているお子さんの間でも大人気な遊びです♪



## 個別療育

『自分は人からどう見えているか』をテーマに、今月は姿勢や髪型に焦点を当てて活動しました。姿勢については、机と目の距離を測るアイテムを使ったり、風船を机とお腹で挟んだりしながら作業しました。普段猫背になることが多いお子さんも、良い姿勢をキープできました☆また、帰る前には、鏡を見ながら髪の毛をブローして、分け目を整えました！良い姿勢や綺麗な髪を褒めてもらって恥ずかしそうにしながらも嬉しそうでした😊

自分の姿は自分では見えないので、意識して整えることがなかなか難しいですが、良い状態のときに褒めたり認めたりすることで、人から見られている意識やモチベーションが育っていきます！



## 7月の開所日カレンダー ※網掛けされている日は、休所日となります。

2026年7月						
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

13日と27日はお休みです。