

体あそび

体あそびは、笑顔で歌いながら、スキンシップを楽しみます。くすぐり方や触り方が強すぎたり弱すぎたりしないか、お子さんの表情や視線を確認しながら行います。お子さんにとって心地いいくすぐり方や、触り方をみつけていきましょう！

*くすぐられることが苦手なお子さんもいますので、体をさるなど、別のやり方に変えてもOKです！

お子さんと楽しむこと、リラックスすることがポイントです！

きゅうり

きゅうりができた きゅうりができた きゅうりができた さあ食べよ

(全身を手のひらでなでる)

塩ふってハッパハッ 塩ふってハッパハッ 塩ふってハッパハッ ハッパハッ

(塩をまぶすように全身を指先でたたく)

板ずりキュッキュキュ 板ずりキュッキュキュ 板ずりキュッキュキュ キュッキュッキュ

(全身を手のひらでべったりとなでる)

トントン切ってね トントン切ってね トントン切ってね さあ食べよ

(体から足に向けて手の包丁でトントンたたく)

ぱっちん いただきまーす

(食べるまねをしてくすぐる)



「きゅうり」は、手のひらや指の腹でべったりとお子さんの体に触れてあげると、お子さんも心地よく楽しめます。また、くすぐる時は、表情や声色などで“いくぞー”という期待できる間と、雰囲気を作るとより楽しめます！

絵本



イメージ絵です

『だるまさんが』

かがくいひろし さく / ブロンズ新社

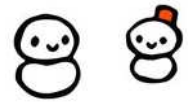
だるまさんが体を揺らしながら、つぶれたり、伸びたり...かわいく動く絵本です。年齢問わず発達センターのみんなで楽しんでいる絵本です。

リズムをつけながら読み、お子さんに合わせて間を置く(次のページに期待を持たせたり、お子さんが真似して言う間をとるなど)と、お子さんもより本の世界に入ることができます。

また、絵本の中のだるまさんと同じ動作を一緒に楽しんでくださいね！



保健担当より



これから冬にかけて、ノロウイルスやインフルエンザなど、感染力の強い疾患が流行する時期になってきます。たくさんの方が集まる場所に外出する際には、お子さんの体調に十分ご注意ください。

乳幼児期の生活リズムについて

乳幼児期は、心とからだの発達の基礎をつくる大切な時期です。乳幼児期の生活リズムは「食事」「遊び」「睡眠」の3つの柱から構成されています。この3つの柱は全て成長に必要なもので、からだの成長、こころの成長、運動機能の成長を促していきます。

< 食事 >



朝食はからだが活動するための準備を行います。朝食を食べることによって、寝ている間に低下した体温が上昇し、排便を促します。

そして、食事を大人と一緒にとることにより、食事の楽しさや、マナーも身につけることができます。

< 睡眠 >

早寝早起きの習慣をつけて、十分な睡眠をとることは、子どもの健やかな成長と生活のリズムを確立していくために大切です。朝の光を浴びることによって脳の生体リズムがリセットされ、からだを動かすホルモンが分泌されます。

また、夜の睡眠は、からだの成長を促したり、脳の働きを高めるホルモンを分泌させます。早寝、早起きには大人の協力が必要です。できるだけ9時頃には寝られるようにしましょう。



< 遊び >

遊びは健康な心身の発達を促します。からだを動かしたり、親子での触れ合いを通して



子どもの愛着形成が促され、大人も子どもの成長にさらに喜びを感じることができます。

また、外でからだを動かすことは、体力の向上や免疫力のアップにつながります。

生活リズムを身につけることは大切ですが、一生懸命になりすぎて、無理をしてしまうのではなく、できることから少しずつ行っていくことが大切です。お子さんの成長を楽しみながら行っていきましょう。



平成24年度 センターまつり報告

10月20日(土)午後1:00~4:00 子ども発達センター2回目の「センターまつり」を開催しました。当日はお天気もよく、来場者は232人でした。遊びに来てくれた皆様、ご協力いただきました関係機関・ボランティアの皆様、ありがとうございました。



<ホールイベント>

- ・みんなで踊ろう! 「ゆりーとダンス」
- ・パネルシアター, ヘビダンス他
(駒沢女子短期大学児童文化部)
- ・リトルステップ (おやじバンド演奏)
- ・職員による出し物 「月夜の晩に」



1F



<ゲームコーナー>
・パンチボールすくい
いろいろな道具を使っ
てすきました。



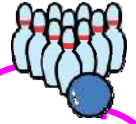
<リユースコーナー>
スクッピー友の会によ
る, 子ども用品の交換
会が行われました。

<スヌーズレン>
静かな音楽を聴きな
がら, 光や柔らかい
感触の中, リラック
スするお部屋。





2F

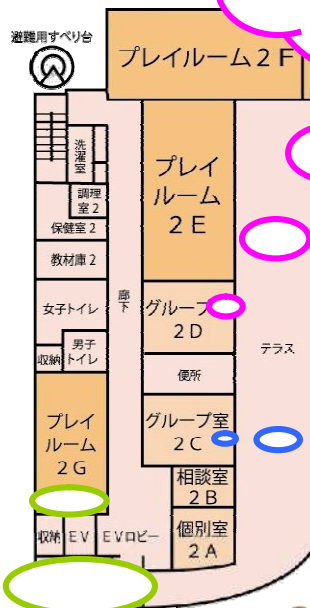


<ゲームコーナー>

- ・的あて(2F)
的にあたるかドキドキしました。
- ・ボーリング(2D)
景品を選ぶのも楽しめました。



パウンドケーキ



休憩室&作品展示
子ども達の作品を
展示しました。



ストラップ・
カレンダーなど



<販売>

- ・調布市知的障害者援護施設就労移行支援事業所「すまいる分室」：パンの販売
- ・NPO 法人調布心身障害児・者親の会「びいす」：
パウンドケーキ, 飲み物, 革製品の販売
- ・NPO 法人わかばの会「わかば第一事業所」：
自主製品の販売





子ども発達センター 保護者の活動紹介



スクッピー友の会

この会は、通園・発達支援グループ・個別で子ども発達センターに通われている方、現在お子さんは小学生になったけれど発達センターに通っていた方のほか、相談のみで利用している方も会員になることができます。

今年も10月20日のセンターまつりでは、スクッピー友の会では「リユースコーナー」を出店いたしました。品物を提供して下さった、たくさんの方 ありがとうございます<(_ _)>
準備では、卒園児のママが多く参加していましたので、小学校の情報満載でしたよ 来年もまた、お手伝いの募集と提供品のお願いをいたしますので、よろしくお願ひいたします！

また年に数回、「おしゃべり会」などを開催しています。館内の掲示板を、ぜひチェックしてくださいね！

NPO法人調布心身障害児・者親の会

親の会は、調布市子ども発達センター（旧あゆみ学園）の前身である「あゆみ教室」をつくった会です。現在会員数340余名。成人・肢体不自由・中高生・小学生・未就学児のグループがあります。（年会費2,000円）

こぐまグループ

0～6歳の未就学児で、身体の障害の方から、手帳を持っていないけれど療育が必要なお子さんをお育てのママたちでつくるグループです。

日々の生活や療育、就園・就学に役立つ勉強会や懇談会を実施しています。

子ども発達センター利用者の方にもたくさん会員がいらっしやいます。

みんなのサポートネット

親の会会員の先輩ママによる就学に関する勉強会や懇談会、専門家による学習会、講演会などを行っています。

小学生から成人の方までの先輩お母さんが書いた「就園・就学の体験談」のほか、調布市の学校や福祉サービス情報を冊子にしたものを、懇談会や勉強会で非会員の方への販売（1部100円）もしています。

懇談会のご案内

12月14日（金）10：00～14：00

場 所：調布市民プラザあくろす 和室
（国領駅北口 コクティ3F）

参加費：会員，無料 非会員100円

* 非会員の方も歓迎！お子さんと一緒に参加してみませんか？

今後の予定

身体面で配慮が必要な方向け

「先輩ママとの懇談会」

2月16日（土）13：30～15：30

場 所：子ども発達センター 1Fホール
参加費：無料

親の会に関するチラシは、子ども発達センター各階の掲示板や1階エレベータ横、3F交流室に置かせていただいています。非会員の方も参加できる懇談会や学習会もありますので、興味のある内容がありましたら是非参加してみてください。



あゆみ父母会（通園事業）

子ども発達センター通園事業あゆみ父母会は、月に1，2回各行事の準備、話し合いをしています。役員未経験の8人なので毎回悪戦苦闘しながら、チームワーク良く活動しています。

今は、これから行われる子どもの集い、就学勉強会、卒園式に向けて準備しています。

みなさん、今後ともよろしくお願ひいたします。



おやじの会

“おやじの会”は、センターを卒園されたお父さんと現在利用のお父さんとの情報交換や交流の場として、毎回数人の新しいメンバーを迎えることができ、回を追うごとに盛り上がってきました。

2月にも、“おやじの会”を予定しています。「まだ、参加したことない！」というお父さん方、どなたでもご参加をお待ちしております。次回、おやじの会の詳しいことが決まりましたら、施設内に掲示いたしますので、よろしくお願ひします。

おやじバンド「リトルステップス」

センター祭りで演奏していただきました。

心地良いゆったりとした曲から、みんなで歌えるアニメの歌まで、おやじバンドの生演奏に大人も子どもも、うっとり聞き入っていました。初めてバンド演奏を聴くという子もいたと思います。メンバーの皆さん、ありがとうございました。

“おやじ駅伝部”

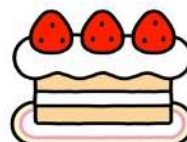
調布市駅伝大会に出場します！！



1月は調布市駅伝大会です。おやじの会から毎年選手を募り参加している「あゆみ・おやじ」チームですが、今回は3チーム出場予定です。

「走るのが好き、得意！」というお父さんから、「日頃の運動不足解消のため」というお父さんまで楽しんでいきます。

「おやじの会」「おやじバンド」「おやじ駅伝部」随時メンバー募集中です。興味や質問等がありましたら、是非職員にお声をかけてください。





お知らせ



* ご存知ですか？ “i-ファイル” をご活用ください *



“i-ファイル”は、発達に遅れや偏りがあり、個別的な支援を必要とするお子さんが継続的な支援を受けることを目的に作成されました。

“i-ファイル”の「i」には、「individual（個別の、個人の）」や「identity（個性・主体性）」、「愛」という意味が込められています。

“i-ファイル”は、お子さんたちの健やかな成長のために、保護者と様々な機関が連携・協力して支援できるよう、お子さんの様子や、これまでに受けてきた支援の内容などが書き込めるようになっています。就園時・就学時などの書類作成の際に“i-ファイル”にまとめておくと記入するとき役立ちます。またファイリングの書類ポケットも挟めるので、支援のまとめシート・保健・医療シートなど一緒に保存できます。

《配付場所》

発達センターの事務室で配布しています。声をかけてくださいね！
他にも、教育相談所（教育会館6階）や子ども政策課（市役所3階）、障害福祉課（市役所2階）でも配布しています。

《ダウンロードもできます》

調布市のホームページ・子ども発達センターより用紙のダウンロードができます。必要な用紙だけ選んで印刷できます。



相談事業の紹介

子ども発達センターは、18歳未満のお子さんをもつ保護者からの相談機関です。就学前にセンターを利用していただいていたお子さんだけでなく、利用していないお子さんも就学後のご相談に応じています。お子さんの発達について、不安や心配がありましたらお気軽にご相談ください。

【TEL：042-486-1190】代表

【TEL：042-486-3200】相談受付専用

* 「相談支援事業」 *

18歳までのお子さんについて、保護者の相談に応じると共に、障害児通所支援や障害福祉サービスを利用する際に必要となる、『サービス等利用計画』の作成や見直しを行います。

* 緊急一時養護事業・リフレッシュ支援事業 *

ご家族の病気や用事のため療育が困難な時（緊急一時養護事業）、また、ご家族の休息などの必要に応じて（リフレッシュ支援事業）、お子さんを一時的にお預かりしています。

編集後記

今号は、お家での時間を楽しんでいただければと思い、手あそびなどの特集を企画してみました。年の瀬のひととき楽しんでいただければうれしいです。

この一年、皆様のご理解・ご協力をいただきありがとうございました。また来年もどうぞよろしくお願いたします。

