



# にじいろ通信 No.51

発行:社会福祉法人健翔会 にじいろ  
所在:埼玉県行田市忍 1-11-1  
TEL:048-598-5252 FAX:048-501-6031  
責任者:にじいろ管理者 齋藤真知子  
MAIL:niji-iro@kenshokai.net

「にじいろ」は児童福祉法により、通学している障害児に対し放課後等に日中活動を提供する健翔会の第3号事業所です。

## 新しい生活に慣れて、笑顔がたくさん見られるようになりました♪

### 未就学児童に対する「児童発達支援」を始めました。利用児童募集中です!!

「みんなそうだよね。春だもの・・・」

児童発達支援管理責任者 齋藤 真知子

新緑芽吹く5月は、わくわくして大好きな季節です。しかし一方でざわざわと落ち着かず不安を感じたり、体調不良になる人も多そうです。体調不調の原因は「変化」にあると言われてます。そもそも春は、気温の変化が大きい事や、晴れ雨を繰り返す不安定な天気になります。この気温の変化に対応するために身体は交感神経の働きが優位な状態(緊張状態)が続きやすくなります。この状態により、程度の差はあっても、疲れがたまったり、胃腸の働きが落ちたり、肩や腰が痛くなったり、よく眠れない、などの症状が現れやすくなります。加えて、自分のおかれている環境の変化と、家族の新しい環境の変化により、生活リズムも大きく変化し、知らないうちに、緊張やストレスを感じてしまうそ



5/5 アウトドアでランチ作りを行いました。雨天のため、室内チームと屋外チームに分かれて行いました。それぞれ美味しいカレーが出来ました。



段ボールオリンピックで「ゴルフ」を行いました。ボールパンのノックを利用してピンポン玉を打ちました。狙いを定めてゴー!!難しいけど、何度も挑戦したくなるね。

うです。私も、頭痛に悩まされます。子どもたちも進級進学での環境の変化にそわそわ、ドキドキ、何だか落ち着かないです。あれ?あなたは誰?先生が違うぞ。教室も移動して見慣れない。廊下もトイレも違う場所。下駄箱も・・・靴はどこに片づけるのかな?あー知らない事だらけになったぞ。今年は、早い梅雨のような天気で、暑いし寒いし憂鬱だなー。などなど、戸惑いが想像できます。色んな要素が加わり、やっぱり季節の変わり目は落ち着かないのです。なので、泣いても、ぐずってもいいのです。そんな時は好きな事で気分転換したり、子どもたちのペースで無理しない事です。そんな中でも、子どもたちなりに折り合いをつけているようです。ゆっくり、少しずつ少しずつ。このような経験をしながら、心身ともに成長しているなーと感じられるのもこの季節です。



5/3 大地でミニ運動会に参加しました。うまくボールをリレーしていきました。



5/4 母の日のプレゼントで感謝を込めて石鹸を作りました。気に入ってくれるかな～。



5/4 夏野菜の苗植えを行いました。きゅうりの苗には風よけをつけました。マルチの穴あけや支柱立て、水やりまで体験できました。大きくなってね♪



交通公園に行って自転車を練習しました。乗れるようになったぞー!!

- ★6月のにじいろの主な予定 4日:何の音ゲーム 7日~:父の被プレゼント制作週間
- 11日:理科実験「スライム作り」 19日:にじいろクラブ「親子でパン作り体験」 22日:おしり雑巾競争
- 23日:理科実験「ジャガイモパワー発電」 30日:収穫野菜でおやつ作り
- ★にじいろで欲しいもの レゴブロック ぶら下がり健康器 ホッピング ミニカー 絵本
- ★ありがとうございました 平井様:お菓子