



11月ころころ通信

食育・偏食講演会（児童発達支援）を終えて

9月に児童発達支援の保護者さんを対象に、はりま栄養サポートセンター代表の杉本明子氏をお招きして実施しました。たくさんの保護者さんにご参加いただき、ありがとうございました。職員にも学びの多い講演会となりました。

“衣・食・住”という言葉に表されるように、人にとって生きていくうえで最も重要なものです。特に食事は、命に直結する一番大切なものだと思います。食の乱れは健康の乱れ。親としてわが子の食には十分気を付けたいものです。

とはいえ、好き嫌いがあり親の思うとおりにバランスの取れた食事ができる子は少ないと思います。頭を抱えてしまうことも多いでしょう。何を隠そう我が家の4歳になったばかりのプリンセスも、葉物の野菜はほとんど食べません。

何かを食べないのであれば、代用になるものが食べられるとよいと思います。前述のプリンセスは葉物はあまり食べませんが、オクラやキュウリ、根菜などは好きなのでよく食べてくれます。

ところが、「これしか食べない」となると話は別です。お米しか食べない、パンしか食べない、ヨーグルトしか食べない、マクドナルドのポテトしか食べない、お菓子しか食べない……。とても必要な栄養を摂取できているとは言えませんよね。

私が小学生のころくらいまでは、学校や幼稚園の先生が好き嫌いをしないように指導したうえで、給食をある程度食べられるまで残って食べさせられたものです。しかし、現代社会ではそんな指導は認められません。無理強いをして食べさせるなどもってのほかです。そんなことをしてしまったら今は不適切な関わりといわれ、体罰と言われてしまうケースも少なくありません。なので、どんぐりの里では試行錯誤しながらしっかりと給食が食べられるように、各職員それぞれが支援方法に工夫を凝らしています。

昔は、家で好き嫌いをしても、学校や園でバランスの取れた食事を食べさせてくれるという風な考え方が少なからずありました。ところが、今はそうはいきません。従って、家庭でしっかりと食べるものは食べないといけません。

過去に出会った子では、低栄養で毎月入院している子もいましたし、小学生で後天性の糖尿病になってしまったというケースも聞いたことがあります。前者の場合は、いかなる理由であれ、ドクターから家庭内虐待を疑われるケースがあります。万が一でも、こうなってしまった後に「子どもの特性」という言葉だけで片づけられるものではありませんよね。

ともあれ、しっかりとした食習慣を身に着けられるように、しっかり家庭での食育を実践していきましょう。

～お願い～

食に関するアンケートへの回答をお願いします。栄養士会では、障がい児や障がい者を支援する施設などで、栄養士が支援できる体制の確立を目指して活動をされています。

プログラム予定表

日付	曜日	児童発達支援事業	放課後デイサービス		タイムケア	
		プログラム	プログラム	時間	プログラム	時間
1	水	ほそえ先生とあそぼう	ハロウィンパーティー	放課後～17:30	コスモスの制作	放課後～17:30
2	木	感触あそび	ハロウィンパーティー	放課後～17:30	コスモスの制作	放課後～17:30
3	金	どんぐりの日・砥峰高原へいこう		8:00～15:00		
4	土					
5	日					
6	月	歩育	どんぐり埋蔵金探し	放課後～17:30	紅葉狩り	放課後～17:30
7	火	避難訓練／言語聴覚療法	どんぐり埋蔵金探し	放課後～17:30	紅葉狩り	放課後～17:30
8	水	からだあそび	どんぐり埋蔵金探し	放課後～17:30	紅葉狩り	放課後～17:30
9	木	たつの公園にいこう	どんぐり埋蔵金探し	放課後～17:30	紅葉狩り	放課後～17:30
10	金	パンやへいこう	どんぐり埋蔵金探し	放課後～17:30	紅葉狩り	放課後～17:30
11	土				おでんで温まろう！	10:00～16:00
12	日					
13	月	からだあそび	どんぐりライザップ～アジア3次予選～	放課後～17:30	映画館ごっこ	放課後～17:30
14	火	ドレミランド／言語聴覚療法	どんぐりライザップ～アジア4次予選～	放課後～17:30	映画館ごっこ	放課後～17:30
15	水	創作	どんぐりライザップ～アジア5次予選～	放課後～17:30	映画館ごっこ	放課後～17:30
16	木	ボールあそび	どんぐりライザップ～アジア6次予選～	放課後～17:30	映画館ごっこ	放課後～17:30
17	金	ほそえ先生とあそぼう	どんぐりライザップ～アジア7次予選～	放課後～17:30	映画館ごっこ	放課後～17:30
18	土	土曜保育	樽さんのサッカー教室	9:00～11:45		
19	日					
20	月	お誕生日会	秋の制作～いろいろな顔大集合～	放課後～17:30	ボール遊び	放課後～17:30
21	火	公園／言語聴覚療法	秋の制作～いろいろな顔大集合～	放課後～17:30	ボール遊び	放課後～17:30
22	水	感触あそび	秋の制作～いろいろな顔大集合～	放課後～17:30	ボール遊び	放課後～17:30
23	木					
24	金	歩育	秋の制作～いろいろな顔大集合～	放課後～17:30	ボール遊び	放課後～17:30
25	土					
26	日					
27	月	ボールあそび	コサッカダンス★スタジオ	放課後～17:30	壁面作り	放課後～17:30
28	火	クッキング／言語聴覚療法	コサッカダンス★スタジオ	放課後～17:30	壁面作り	放課後～17:30
29	水	ドレミランド	コサッカダンス★スタジオ	放課後～17:30	壁面作り	放課後～17:30
30	木	創作	コサッカダンス★スタジオ	放課後～17:30	壁面作り	放課後～17:30

※1 児童発達支援 集団療育 ・月,火,木,金 (9:30～15:00) ・水 (9:30～13:30)

※2 は、お休みです。(※特別プログラムについては、別途ご案内いたします)

※3 上記プログラムは予定です。天候等により変更する場合があります。

※4 平日の特別支援学校の休校日は、10:00～16:00のご利用が可能です。

プログラム案内

児童発達支援事業の部

2日(木) 22日(水)	感触あそび	<ul style="list-style-type: none"> 参加費：100円 持ち物：着替え、汚れ物を入れるナイロン袋 小麦粉粘土で遊びます。汚れてもいい服で登園してください。
3日(金)	どんぐりの日 砥峰高原へいこう！	<ul style="list-style-type: none"> 持ち物：昼食、帽子、上着、水筒、必要に応じて靴、強い気持ち！ 参加費：500円(高速料金・中車場代として) 放課後等デイサービスと合同の親子参加のプログラムです。砥峰高原にススキを見に行きます。7:30以降に順次登園、実績へのサインとトイレを済ませたご家庭からどんぐりの車に乗り込み、 8:00に出発 します。帰園は15:00頃を想定していますが、交通状況により多少前後します。昼食のご用意をお願いします。 ※現地集合・解散される方は参加費は不要です。
9日(木)	たつの公園へいこう	<ul style="list-style-type: none"> 持ち物：お弁当、水筒、帽子、羽織るもの(動きやすい服装、靴をお願いします) たつの公園まで行き、動物を見たりきれいに紅葉しているところを散策したりします。※雨天の場合は室内プログラムに変更します。
10日(金)	パンやへ行こう	パン屋さんに行き、昼食として食べます。財布に700円を入れて持参し、登園時に職員に手渡ししてください。財布にも記名をお願いします。 ※子どもたち自身でお金やレシートを出し入れしやすい財布を用意してください。
18日(土)	土曜保育	<ul style="list-style-type: none"> 時間：9:30~13:30 持ち物：お弁当、水筒、帽子 天気が良ければ園庭で遊びます。
28日(火)	クッキング	<ul style="list-style-type: none"> 参加費：250円 クッキーを作っておやつとして食べます。

○11月13日(月)~17日(金)“保護者の方向けの参観週間”を設けます

参観可能な時間は登園から11:30頃までです。時間内の出入りは自由です。

希望される方は、予約確定してから希望日を職員までお伝えください。

密を避けるため、13日(月)~17日(金)のいずれか1日でご協力をお願いします。



○11月のからだ教室は6日(月)、14(火)、20日(月)、28日(火)です。

14:00から14:45までの間に行います。からだ教室を利用される日は引き継ぎのため14:45まで

にお迎えをお願いします。利用確定後、言語聴覚療法と同様に日時をお伝えします。

※持ち物全てにわかりやすい場所、大きく名前を書いてください。(ナイロン袋などにも)

放課後等デイサービスの部

3日(金)	どんぐりの日 砥峰高原へいこう！	<ul style="list-style-type: none"> 時間：8:00~15:00 参加費：1家族500円(高速料金、駐車代として) 持ち物：昼食、水筒、上着、帽子、おやつ、強い気持ち！ 砥峰高原にススキを見に行きます。 児童発達支援と合同で親子参加のプログラムになります。 ※現地集合・解散される方は参加費は不要です。
18日(土)	樽さんのサッカー教室	<ul style="list-style-type: none"> 時間：9:00~11:45 どんぐりの里2階で行います。
20日(月)~ 24日(金)	秋の製作 ~いろんな顔 大集合~	<ul style="list-style-type: none"> 参加費：100円(※作品用の紙粘土を購入します) 紙粘土と季節の飾りを使って製作をします。

タイムケア

11日(土)	おでんで温まろう！	<ul style="list-style-type: none"> 参加費：500円 持ち物：エプロン、白ご飯(またはおにぎり) 昼食におでん作りをします。冬も間近な寒い時期に、温かいおでんで体も心も温まりましょう！※必要な方は、軽食をご持参ください
--------	-----------	--

○11月は平日に特別支援学校の休校日があります。その日は10時~16時でのご利用が可能です。

※定員やプログラム内容により、利用日の変更やキャンセル待ちをお願いする場合がございます。予めご了承ください。

※感染症など、状況によりプログラムを変更・中止する可能性があります。変更の際は随時お知らせします。ご了承ください。

※参加費は口座引き落としになります。ご不明な点がございましたらどんぐりの里の職員までお声掛けください。

タイムケア通信

福ちゃんの「〇〇な男になりたい！」 Part.1

～小さな事にも気付ける男になりたい！～

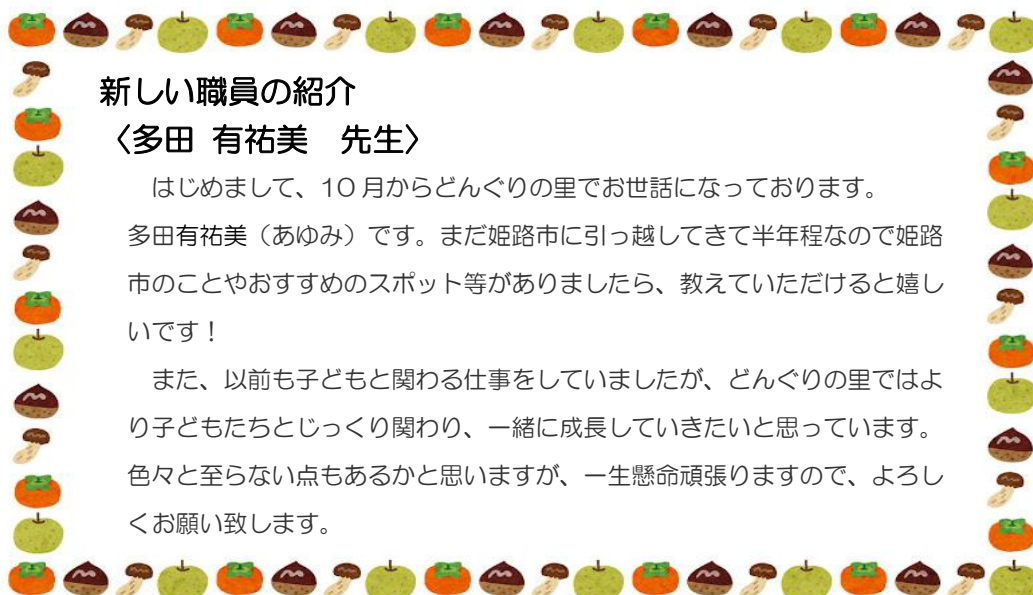
こんにちは、タイムケアの福永です。早いもので、今年も残すところ2か月となりました。私がタイムケアの担当になってから半年以上経っています。（早い…）今回は、私が日々感じたことや思っていることをつらつらと書いていきたいと思います。

ある日、姫路市役所に行った際にエレベーターの清掃をされている二人がおられました。そのお仕事の様子を少し見ていると、一人は障がいを持つ方のような様子でした。

「ここを拭いてください」「こんな風に拭けば綺麗になりますよ」と、指導する側の方はとても丁寧な伝え方をしていました。そして、私は同僚や子どもたちに丁寧な言葉で話すことができているかな？と考えさせられました。（後で分かったことですが、指導している方も障がいを持つ方だったそうです。すげえ～。）

エレベーターの手すりが綺麗な事なんて、日々の暮らしの中では小さな事ですが、「これはどなたがしてくれているのかな？」と疑問に思うことって、大切なことだなあと感じます。将来、どんぐりを利用している子どもたちが同じように就労して活躍することを考えると、小さな事に気が付く男になりたいなあと思いますね。

そんなことを感じながら、どんぐりの事務所で昼ご飯を食べていると、職員が散髪をしていたことに気がきました。「あっ！散髪されたんですね！」と伝えると、「そうやねん！“2日前”にな！」と… 小さな事に気付ける男には、まだまだ遠いようです…。笑



新しい職員の紹介

〈多田 有祐美 先生〉

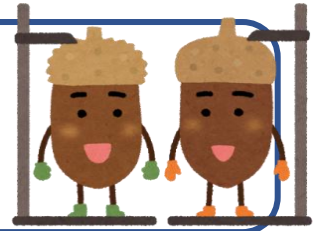
はじめまして、10月からどんぐりの里でお世話になっております。

多田有祐美（あゆみ）です。まだ姫路市に引っ越してきて半年程なので姫路市のことやおすすめのスポット等がありましたら、教えていただくと嬉しいです！

また、以前も子どもと関わる仕事をしていましたが、どんぐりの里ではより子どもたちとじっくり関わり、一緒に成長していきたいと思っています。色々と至らない点もあるかと思いますが、一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。



あつまれ ひろばの森(11月)



日毎に寒気が加わる時節となりました。体調を崩しやすい時でもあります。しっかり栄養を摂って、早寝早起き、うがい、手洗いなど月並みですが基本を習慣づけて体調管理に気を付けましょう。

11月のどんぐりひろばでは「リンゴ狩り」や「ハンバーガー作り」の休日プログラムを準備しております。休日プログラムは楽しみながら、余暇活動のレパートリーを増やしていくことを目的に職員一同頑張っております。



“さつまいもクッキーを作りました！”

10日14日(土) どんぐりの里で実施しました。柔らかくしたさつまいもの皮を自分でむき、粉やバター、砂糖と一緒にナイロン袋に入れ こねてクッキー生地を作りました。やり方を素早くイメージしてさっさと仕上げる子、一つ一つ皮むきを丁寧に、綺麗にできるように気を付けていた子など色々でした。

午後からクッキー生地を型どりしました。好きな型を選んで、集中して取り組んでいる子が多かったです。おやつの中には、自分の作ったクッキーを残さずに食べる子がほとんどでした。

休日も楽しく過ごしながらも学べる機会をどんどん作ってまいります。



ひろばからのお知らせ

※「放課後等デイサービスの評価表」のアンケート、食育に関するアンケートのご協力ありがとうございます。もし、まだ未提出の方がいらっしゃいましたら是非、ご協力をお願いしたいと存じます。

※11月25日(土)の休日プログラムで「避難訓練」を実施いたします。この日のどこかの時間で訓練します。いざという時のために、どこに逃げたらいいのか、普段から意識しておきましょう。

どんぐりひろば 11月の行事予定表



日	曜日	プログラム活動	時間
1	水	レクリエーションクラブ	放課後～17:30
2	木	人形劇クラブ	放課後～17:30
3	金		
4	土	りんご狩りに行こう！	10:00～16:00
5	日		
6	月	図エクラブ	放課後～17:30
7	火	ダンスクラブ	放課後～17:30
8	水	レクリエーションクラブ	放課後～17:30
9	木	人形劇クラブ	放課後～17:30
10	金	運動クラブ	放課後～17:30
11	土		
12	日		
13	月	図エクラブ	放課後～17:30
14	火	ダンスクラブ	放課後～17:30
15	水	レクリエーションクラブ	放課後～17:30
16	木	人形劇クラブ	放課後～17:30
17	金	運動クラブ	放課後～17:30
18	土		
19	日		
20	月	図エクラブ	放課後～17:30
21	火	ダンスクラブ	放課後～17:30
22	水	レクリエーションクラブ	放課後～17:30
23	木		
24	金	運動クラブ	放課後～17:30
25	土	ハンバーガーを作ろう！	10:00～16:00
26	日		
27	月	図エクラブ	放課後～17:30
28	火	ダンスクラブ	放課後～17:30
29	水	レクリエーションクラブ	放課後～17:30
30	木	人形劇クラブ	放課後～17:30