



自分で作ったサンドwichをもって公園へ！ (Sun)

## お知らせ

### NEWS

#### ■ 感染症情報

11月はインフルエンザが猛威を振るい、当社の一部事業所でも数日間、営業を停止する状況となりました。その節は大変ご迷惑をおかけいたしました。

インフルエンザはピークを越えつつあるものの、A型に代わってB型が出始めているとの情報もあります。

引き続き、うがい・手洗いの励行や十分な睡眠・栄養の確保とともに、日々の体調確認をお願いいたします。

発熱や咳などの体調不良がみられる場合には、サービスのご利用を中止させていただく場合があります。感染拡大を防止するため、ご理解とご協力のほどよろしくお願ひいたします。

#### ■ グループワークでケース検討

Sunおよびサンジュニアを中心に、「ASD児童のケース検討」を実施しました。まず、外部講習を受講したスタッフによる伝達講習を行い、その後、その内容を基にグループワーク形式で検討を進めました。

多様な職員の視点が集まることで、支援の方向性や今後取り組むべき課題がより明確になりました。

これからも、質の高い支援につなげるため、この取り組みを定期的に継続して実施してまいります。



## 良い一年は振り返りから始まる！

気がつけば、もう12月。そう感じている方も多いのではないかでしょうか。振り返ってみると1年は本当にあっという間ですね。

12月は、1年を振り返り来年の目標や計画を考える大切な時期です。今年うまくいったことは引き続き磨き、思うようにいかなかったことは改善する。まさにPDCAを回すタイミングと言えます。

この1年を丁寧に振り返り、新しい年がさらに良い年となるよう、しっかり準備を進めていきましょう！

## セラピストコラム

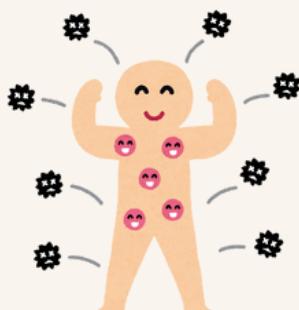
### COLUMN

#### ■ ウィルスに負けないからだづくり

今年は例年より早く感染症の流行が始まっており、子どもたちはもちろん自分自身の体調管理も気になる季節になりました。感覚の特性上疲れやすいことが多い子どもたちは、この時期にこそ体を守る免疫機能と運動が助けになります。

そもそも免疫とは、ウィルスを体に入れない「外側のバリア」の役割(=皮ふや粘膜、鼻水など)と、体に入った敵を見つけて戦う「内側のバリア」の役割(=白血球など)があります。この免疫機能のバランスを整えてくれるのが睡眠や食事、生活リズム、運動です。運動をすることによって、免疫細胞が体のすみすみまで巡りやすくなり、早く敵を発見できるようになります。

感染症が増えるこの季節は寒くなるので、なかなか外でいっぱい遊ぶのも大変ですよね。室内で短時間にできて、過度に疲れない運動が最適です。例えばヨガやストレッチなどのゆっくり大きく動く運動や、片脚立ちなどのバランス運動があります。ヨガなどは YouTube にもたくさん掲載されているので、好みにあった運動を選んでみてください！運動をしつつ体調を守り、メンタルを安定させることで、元気に冬を過ごせるようサポートしていきます。





## ■ 「食べる」を通じて学ぶこと

児童発達支援・放課後等デイサービス サンジュニア



食べることが大好きなお子さんたち。野菜は得意ではないお子さんも多いですが、好きなものに対する意欲は満々！

おやつや昼食の調理実習では、普段座っているのが難しいお子さんも長い時間椅子に座っていることができます。調理の過程を体験することで食への関心を深め、自分で作って食べる経験をすることで自信と自立心を育めたらと思い活動に取り入れています。意欲を持って取り組めるようお子さんたちの好きなメニューを設定していますので「おかわり！」「最高に美味しい😊」の声が飛び交います。また食事中の様子を見ていると、早食いのお子さんや咀嚼をあまりせずに丸呑みになってしまうお子さん、食べこぼしの多いお子さんなど、それぞれの課題に気付きます。食べ物を上手に取り込んで咀嚼し飲み込む、簡単なことのようですが難しいお子さんが多く、言語発達にも影響しています。

指先が未発達なお子さんにとっては、食具の使い方の練習の場になります。楽しく食事をしながら、療育的な視点でアプローチしていけたらと考えています。これからクリスマス、お正月と美味しい物がたくさん食卓に並ぶ季節です。みんなで笑って美味しく食べることは、心を満たし、良好なコミュニケーションとなりますね。

## ■ 手作りサンドとケルナー公園

放課後等デイサービス Sun (サン)



今月のイベントでは午前中に調理活動、午後は高崎市にあるケルナー公園でのピクニックを行いました。子どもたちは終始とても意欲的で、たくさんの笑顔が見られた一日となりました。

午前中の調理活動では、サンドウィッチをみんなで準備しました。パンに好きな具材をはさんだり、包丁を使うときは順番に声をかけ合ったりと、協力しながら作業を進めていました。中には「缶詰きれいに開けられたよ！」と誇らしげに職員に見せてくれる子や、「これはデザートにしよう」と楽しみにしている子もあり、調理そのものを楽しんでいる様子がとても印象的でした。

午後はケルナー公園へ。子どもたちは「ここ来たことある！」「あの遊具やりたい！」と大喜び。公園の中には、体の使い方を考えながら挑戦できるアスレチックが多く、子どもたちはそれぞれのペースでのびのびと体を動かしていました。

体を動かした後、お待ちかねのピクニックタイム。サンドウィッチを広げると「やっと食べられる！」「おいしい！」と嬉しそうに頬張っていました。自分で作ったものを青空の下で食べた体験は、子どもたちにとって大きな思い出になったのではないかと思います。

今回のイベントでは、「自分で作る体験」「協力する場面」「自然の中で体を動かす時間」がすべてつながり、子どもたちにとって学びの多い一日となりました。今後も、楽しみながら学べる活動を大切に、子どもたちの成長に寄り添っていきたいと思います。

## ■ 避難訓練を実施しました！

就労準備型放課後等デイサービス サン・ワーク 井野



先日、みんなで避難訓練を行いました。今日は消防署の方にも来ていただき、「火事のときはどうしたらいいのか」を一緒に学ぶ時間に

なりました💡

訓練が始まると、子どもたちは職員の話をよく聞きながら、落ち着いて外へ避難することができ、「押さない・走らない・しゃべらない」を意識しながら、みんな上手に動けていました！

そのあとは、消防士さんのお話を聞いたり、消火器を使う体験をしました。はじめての子も多かったですが、消防士さんに教えてもらいながら、しっかりと消火動作にチャレンジする姿が見られました✨



消防士さんが来てくれて訓練をすることで実際の避難の場面をイメージしやすく「もしもの時にどう動くか」をしっかりと学べる時間になりました！

これからも安心して過ごせるよう、定期的に訓練を行っていきます。

INSTAGRAM

## ■ 面接練習も本格化します🔥

就労準備型放課後等デイサービス サン・ワーク 緑町



こんにちは！サンワーク緑町です✿

11月はイベントも盛りだくさんな二学期中盤を迎ましたが、受験生はどこかいつもより緊張感が漂う雰囲気で来所していた様子も見られました。

高校受験組は12月より緑町でも面接練習の強化月間に突入します💪そんな中、応援してくれるかのように卒業生が続々と遊びに来てくれています🌟仕事での話、また専門学校での話など生徒たちにとって何より励みになる姿を見せてもらいました🌟



去年まで一緒に通所していた先輩の卒業後の姿を実際に見るのは、何を語るかよりずっと確実でリアルな情報となり、そして生徒たちも、より将来を身近に捉える機会になります。18歳を迎えてからのスタートラインを自分で感じられるよう、これからもたくさんのお出会いを大切にしていきたいと思います。

INSTAGRAM

## ■ サンキャリアについて

就労移行支援事業所 サンキャリア



就労移行支援事業所サンキャリアは、「その方らしく働く」事をゴールに日々支援させていただいております。

パソコン作業については、初心者向けの基礎的なデータ入力から、上級者向けのプログラミング、CADスキルまで、お一人おひとりのレベルや目標に合わせたトレーニングを提供しています。

作業については、仕分け、封入、データ入力などのプログラムがあります。提携企業でのお仕事体験や、現場で活躍されている方をお招きした講習会も定期的に開催しており、実際の職場をイメージしながら学べる環境が整っています。

多くの方が1年程度で就職という目標を達成されています。

今年は合計11名の方が就職されました。



開所3年目が視野に入ってきた今日この頃、引き続き、お一人おひとりの個性と可能性を大切に、寄り添いながら就労へのステップをサポートしてまいります。