

## 三気の家の理念及び療育方針

- ・設立理念:「社会の中で生きがいを持ち、豊かな人生を送れるように、ひとりの人として生きる力をつける」を設立理念とし「のんき・こんき・げんき」をスローガンに療育を行っています。
- ・療育方針:食事、排泄、衣服の着脱、挨拶などの基本的な生活習慣を確立させます。
- ・コミュニケーション能力を養うため、歩く、座る、見る、真似る、指示に合わせる、言葉の指導などを行います。持続力、適応力、体力をつけるために、リズム体操、集会、戸外活動、製作活動などをおこないます。

## 「ファミリー学習会のお知らせ」

療育の中で立位や正座、椅座位など様々な姿勢をとりながら活動していますが、『姿勢の崩れ』が気になる場面が多くあります。姿勢を保つためには『抗重力筋』といわれる姿勢を保持するための筋肉が、首から背中、お腹、お尻、足と抗重力筋がバランスよく働いて姿勢を保つ事ができています。また姿勢だけでなく、中屈みでの靴の脱ぎ履きやズボンの着脱などの身辺自立の動作にも繋がっていきます。

このような事も踏まえながら、今回は、療育中のリズム運動での姿勢の目的や効用、座位姿勢や生活動作へと繋がるポイントなどを重点的にお話する予定です。家庭でも取り組める簡単なストレッチや運動も交えながらお話できればと思っていますので是非、ご参加下さい。

- ◆テーマ : 「生活に繋がる身体づくりについて」
- ◆日時 : 令和4年1月27日(木)  
AM10:00~11:00
- ◆場所 : 三気の家 2階 プレイルーム  
理学療法士 高木 真紀



## 『地域療育支援事業のお知らせ』

- ◆ハッピークラブ ~ 1月 5日(水)
- ◆ラッキークラブ① ~ 1月 12日(水)
- ◆ラッキークラブ② ~ 1月 19日(水)
- ◆ラッキークラブ③ ~ 1月 26日(水)



※新型コロナウイルス感染拡大防止対策の動向次第で実施内容や中止も考えられます。

各自、上靴とスニーカー（戸外活動の場合もあります）と運動しやすい服装（長ズボン）、水筒、帽子をご持参下さい。

※すべてのクラブの開始時間は午後4時からとなっています。欠席や遅刻の場合は必ずご連絡下さい。



## 『クリスマス会』

12月10日(金)にクリスマス会の催しとして、今年度は北熊本駅から藤崎宮駅まで電車に乗り、熊本市街へお出かけをしました。当日はよく晴れて暖かく、過ごしやすい一日となりました。この日を楽しみにしていた子ども達。市街はクリスマスの飾り付けがされており、イルミネーションやクリスマスツリーに子ども達は目を輝かせていました。沢山あるお菓子の中から、お友達と見せ合いっこしながら決めたり、職員と相談しながら決めたりと、子ども達それぞれに好きな物を選びました。選んだプレゼントを嬉しそうにながめたり、可愛い袋に入ったプレゼントを大事に持つ子ども達の表情はとても誇らしく、可愛らしかったです。昼食も鶴屋や並木坂のカフェで食べたり、鶴屋の屋上でお友達と遊んだりと外出先で楽しく過ごせた良い一日となりました。今回は久しぶりに市街へお出かけが出来、子ども達も電車に乗る事や、お買い物などしっかりと話を聞き、楽しむ事が出来ていました。沢山楽しそうな表情を見せてくれて、職員も嬉しく思いました。



## 『一つ一つの動きに磨きをかけて』

リズム活動で四つ這いや高這い、お舟等の色々な姿勢変換に取り組んでいます。このような動作を更に磨きをかけ取り組む時間を設けています。所作の練習をするように動作時の手足の位置や力加減、動かす方を丁寧に意識して取り組みます。例えば、四つ這いのポーズは正座⇒お尻を上げないで手をそっと前に付く⇒つま先を立てる⇒お尻を上げる⇒脛や足の甲を床に擦りながら進む……等、細分化し取り組んでいます。1つの動作を分析し必要な行程を追加する事や上達具合に応じていくつかの動作を続けて行い、更に滑らかさを狙う事もあります。自分の体と動きに意識を向け、用心している様子や真剣に取り組むまなざしは、集中力、向上心を掻き立てられている様に見え嬉しく思います。



## ありがとうございました！

- \* 動作法訓練会 …森 芳輝先生
- \* 教材、おもちゃ…菅 智宏様
- \* クリスマスのプレゼント、お菓子、パズル…わらびがみ様
- \* ハンドジェル、トイレトペーパー、ティッシュ…岩崎 昭彦様

