

行事が増え、集団生活の機会が多くなるこの時期。お子さんの小さなサインを見逃さず、安心できる環境で心のエネルギーをしっかりチャージできるよう、一緒にサポートしていきましょう。

節分が過ぎ、少しずつ春の訪れを感じる季節となりました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか？

先日、お子さんと外出プログラムに行った際、とても素敵な言葉を耳にしました。そのお子さんは、外出がとても楽しくて「帰りたくない！」と言うほど夢中になっていました。そして、お土産について「いつ使うの？」と尋ねると、こんな答えが返ってきました。

「学校ですごく頑張った日の夜や、嫌なことがあった日の夜に、今日の楽しかったことを思い出しながら使うんだ！」

この言葉に私はとても感激しました。楽しかった思い出を大切にしておき、気持ちが悪くなったときに自分で自分のご機嫌をとる。これは社会生活を送るうえでとても大切なスキルですね。

発達の特徴があるお子さんや小さいお子さんの中には、自分の気持ちを上手に切り替える方法を探している子も多いです。そんな時にヒントになるのが、『集中して遊べるモノ』です。お子さんが夢中になれることは何ですか？ 気持ちを切り替えてリフレッシュできることは？ いろいろな経験を通して、お子さんが集中できるものや楽しいと感じることを増やし、気持ちを切り替える手段を身につけていけたら素敵ですね。

そして、もし学校や園で集中することが難しくなったり、ぼーっとしている様子が見られたら、それは「心身が疲れている」サインかもしれません！ そんな時は、思い切って1週間ほど休んでみるのもひとつの方法です。心と体をゆっくり休めることで、次に頑張るためのパワーが充電されるはず。

特別企画: Q and A コーナー

まのりあへ通う、ご家族から日々寄せられる質問に答えていきます！

Q. イベントって何のためにやっているのですか？

→ A. イベントの目的は、相手との関わり方や集団でのルール、マナーを経験し、「できた！」という達成感を味わうことで自己肯定感を育みます。また、楽しさや興味を持った学習の機会の提供や実際の社会参加(イベント)の練習になるように、内容を設定しています。楽しく学びましょう！

Q. サポートブックって必要ですか？ 何のために作るのですか？

→ A. サポートブックは、お子さんのことを周囲に理解してもらい、適切なサポートを受けるための『かけ橋』となるものです。お子さんの得意なことや苦手なこと、好きなことや不安に感じることを、そのサポート方法などを文字でまとめることで、お子さんが安心して自分らしく過ごせるようにサポートブックです。まのりあでは、読みたい！と思えば作るサポートブック作りに取り組んでいます。3月は、オンラインでポイントも解説予定です！

Q. 我が子が、不登校(1ヶ月以上登校なし)や不登校になりそうなんです。

→ A. 不安なお気持ち、お察しします。親としてお子さんのことを心配するのは当然です。その場合は、ぜひ、お電話や相談会をご利用下さい。(LINEも可) 対策として、①お子さんの気持ちをしっかり受け止めることが大切です。②無理に登校させない。学校に行かせなければと焦る親の気持ちはとてもよく分かります。しかし、無理に登校させるのは逆効果！<sup>33</sup> 休ませ、家庭が安心でき、親は自分の不安を楽に出来る存在になれると理想的です。

お下書き  
おはせし  
分はこお?  
困らてら、  
ご相談下さい  
(F)

日	月	火	水	木	金	土
3月						1
②	3	4	5	6	7	8
⑨	10	11	12	13	14	15
⑬	17	18	19	⑳ 通常グループ 祝日 イベント	21	22
⑳	24	25	26	27 イベント有 ※見送10時グループ お休み	28	29 通常グループ
㉓	31 通常グループ	○相談随時受付中! 直接職員・TEL・LINE etc. ○4月1日より通常営業中 ☺				

※ 20日(木)の通常グループ・個別はお休みです  
27日(木)の見送グループはイベントの為お休みです

♡...親子あそび 10:00~11:00 **無料**

対象年齢 0才~6才くらいです。利用者さん以外の方も利用できますので、何か相談したいことがありましたらお気軽に遊びに来てくださいね☺

✎...大人の勉強会(オンライン) 10:00~11:00

サポートブック作りの第2段。参加希望の方には事前に資料お渡しするので、オンラインで相談しながら書いてみよう!



祝日イベント ロマンسカーにのって  
でかけよう!

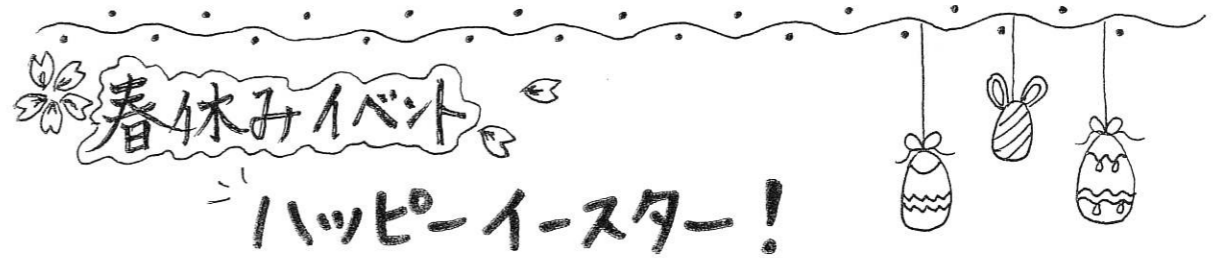
日時: 3月20日(木) 定員6名!!

9:30 相武台前駅 集合  
14:30 : 改散

かまぼこの手づくり  
体験もするよ☺

(ロマンスカーの状況により変更になる  
場合もあります)

✿ひとりで電車に乗れる方のみ、ひとり参加OKです!  
費用・詳細スケジュールはチラシにてお知らせします☺



春休みイベント

ニッパッピーイースター!

日時: 3月27日(木) 11:00~13:00

春休みの特別企画 ☺ うれしいランチ付 ☺  
きょうだい見さんも一緒にどうぞ♪

ままのりあの中にかくれた たまごを見つけよう!!  
中身は何かは!? お楽しみに☺

※この日の放デイグループは通常どおりです

・各イベントには定員がありますので  
希望される方はお早めにどうぞ☺  
・イベントでの駐車券の配布は  
ありません。ご了承ください☺

ままのりあ

〒252-0324  
相模原市南区相武台1-21-5  
電話(代表) 046-244-4537  
電話(教会内) 046-211-9485  
FAX 046-244-4538