

西部療育センターだより	2025年 1月号	福岡市社会福祉事業団 福岡市立西部療育センター TEL883-7161
-------------	--------------	--



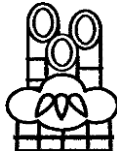
明けましておめでとうございます！！

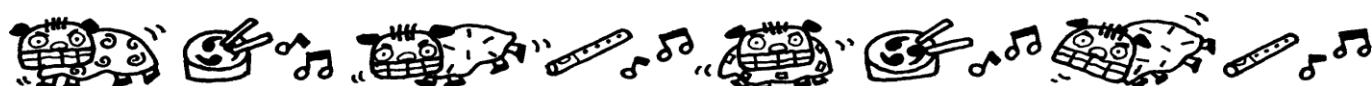
2025年のスタートです。今年は、「巳年」の中でも「乙巳（きのとみ）」と言われていて、「発展と再生を意味し、努力が実を結ぶ勢いのある成長の年」となると言われているそうです。そのため自分がずっと目標にしていたことをより一層頑張ると実りやすくなっていく年だそうです。皆さんは、今年の目標は立てましたか？

子どもたちがいきいきと生活し、のびのびと遊び、きらきらと自分を表現できるよう、西部療育センターは活気づく一年となりますよう、職員一同努めてまいります。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

園長 増山 暁


＜1月の月間予定＞


のびのび園 (くま・うさぎ・こあら・きりん ぞう・りす)	のびのび園 (ぺんぎん・らいおん・ぱんだ)	きらきら園 (ひよこ・はと)
6日(月) 保育開始 短縮保育 (13:30 降園) 7日(火) 短縮保育 (13:30 降園) 17日(金) 誕生会(1月) 20日(月) クラス懇談・保護者会 21日(火) 避難訓練 28日(火) 内科健診 31日(金) 豆まき 	6日(月) 保育開始 (ぱんだ) 短縮保育 13:30 降園 7日(火) ぱんだ短縮保育 13:30 降園 8日(水) 保育開始(らいおん・ぺんぎん) 17日(金) 誕生会 (1月) 20日(月) 保護者会 21日(火) 避難訓練 27日(月) 一年のまとめ面談 31日(金) 豆まき	8日(水) 保育開始 21日(火) 避難訓練  



乾布摩擦

少しずつ寒さが厳しくなってきました。じっとしていると、手先・足先が冷えてきて、かぜをひいてしまうことも。そんなときには、乾布摩擦はどうでしょう？ 肢体不自由児クラスでは、冬に限らず年間を通して保育の中で乾布摩擦を行っています。

洋服を脱いで、「♪しゅっしゅっしゅ〜と手を磨こう」と歌いながら手や足、おなかや背中など全身をさすってもらおうと、リラックスしていい表情を見せるお子さんも多いです。身体の先から心臓に向かってさすってもらうことで、血行を促進して体温が上がり、免疫力もアップします。洋服の上からさすだけでも効果があるそうですよ！

忙しい毎日ではありますが、手足が冷えている時や寝る前などちょっとした時間にしてみてはどうでしょうか。親子ともに身体も心もポカポカ温め、寒い冬を乗り越えましょう！

保育士 鳥羽 慶子

