

子育て支援連絡協議会だより



★4月1日より、ほっとくらぶ(障がい者自立支援センター)は社会福祉協議会の指定管理事業所になりました。

4月よりほっとくらぶは、障がい者(児)のための施設となり、障がい者や家族の交流会、相談支援事業などを行っていきます。開館は月曜日から金曜日の平日、午前9時から午後4時までで、常時相談員もおります。よって、一般の方は利用できなくなりますので、ご了承ください。

★4月1日より、町民福祉課に子育て支援室が設置されました。健診や予防接種、福祉医療や保育園・幼稚園のことなど、母子保健福祉事業に関することを行います。子育て支援連絡協議会の事務局も、子育て支援室になりました。

「子育てワンポイントアドバイス」

第41回 「規則正しい生活と笑顔でヤル気アップ!」 ころの相談員 前田 里美

4月からの新生活にも少し慣れ、GWの休みが続くと「フッと気が抜けてヤル気が出ない。」なんてことはありませんか? そんな時はまず形から変えてみませんか?

まずは『早寝・早起き』『定時に食事』規則正しい生活のリズムを作りましょう。お日様が昇ったら目覚め、沈んだら寝る。現代社会は深夜型になって、ついつい子どもを大人時間に合わせてしまいがちですが、やはり子どもは早く寝かせましょう。「うちの子なかなか寝ないの。」というおうちは朝早く起こして、昼寝をさせる場合も昼過ぎぐらいの早い時間にさせるといいですよ。そうすれば自然と夜も早く眠くなります。それでも寝ないという子は、運動が足りないのでは中しっかり外で遊んだり、散歩を試みましょう。

更に夜10~2時の睡眠は大切に、成長ホルモンが活発に分泌されるので、心身の健康に影響します。大人も同様ですので、お母さんの肌にも重要な時間なんです!!

もう一つの形は、『笑顔』昔から「病は気から」「笑う門には福来る」と言われ、いつも笑顔でいると、病気や悪い事が寄り難いと言われます。私たちには自然治癒力があり、その力が高まっている時にはヤル気脳内物質(ドーパミン)が多く分泌される、自己防衛機能をもつリンパ球も活性化するので、病気になりにくいというわけです。

イヤな時・ヤル気が出ない時もまずはニコニコ笑顔を心掛けて! ほら、あなたの笑顔につられて子どもや周りの人も笑顔になりますヨ☆

* 前田先生は朝日小学校・中学校で相談活動を行っています。

★第17回 「相談事業の説明」

4月号ワンポイントアドバイスの中で、「すくすく相談」「すこやか相談」「のびのび児童相談」について紹介させていただきましたので、それぞれどんな相談かをご紹介します。

○すくすく相談とは?

「言葉の発達が遅いみたい」「吃音(どもり)がある」など、言葉に関する悩みのある18歳未満のお子さんと保護者の方の相談を言語聴覚士が受けます。毎月第3木曜日、予約制です。

○すこやか相談とは?

聖母の家のケースワーカーが、相談を受けます。毎月第4月曜日、予約制です。

○のびのび児童相談とは?

北勢児童相談所からの出張相談です。18歳未満のお子さんの療育手帳の判定や発達検査を行います。

詳細については、町民福祉課子育て支援室までお問い合わせください。(377-5652)

掲 示 板

★ミッキーグループより、ほっとくらぶ前自動販売機の収益金から、ひまわり作業所に30,570円、あさひプチボラ(子育て支援)活動費に30,570円の寄付をいただきました。ありがとうございました。

★毎月11日に、マイカル桑名とジャスコ四日市北店で開催されているイエローレシートキャンペーンへミッキーグループとひまわり作業所が参加しています。お買物されましたら、ミッキーグループとひまわり作業所のボックスレシートを投函してください。ご協力をお願いします。