

地域包括支援センター いきいき日栄だより



教育の現場から



交流活動く親子、それぞ
れの思いの共有に向けて

12月号で臨床心理士の活動状況について紹介しましたが、今回はその中でも特に教育相談の一端として行っている交流活動について詳しく紹介します。学校には学習や友達関係、自分自身のこと、家族のことなど、さまざまな理由で不安や悩みを抱えている子どもたちがいます。不安や悩みは誰にでもあるものですが、その渦中にいると「こんなことで悩むのは自分だけ」「自分はおかしいんじゃないか」などと思いつみ、深刻な状況に追い詰められる場合があります。

また、現代の子どもたちは人間関係が希薄な環境で育つため、「コミュニケーション能力が育ちにくい」といわれています。これにより、相手を信頼して本音で話すことができず、孤立して問題が未解決のままになる場合もあります。



会では、このようにさまざまな理由で支援を必要とする子どもたちを対象とした交流活動を実施しています。昨年度から開催している「親子サマースクール」では、効率よく作業することや器具などを安全に使用すること、みんなで楽しく会食することなどを目的として、調理や科学教室、レクリエーションなどを行っています。

また、サマースクールでは親同士が懇談する時間を設けています。子どもの年齢や学校は違っても共通の悩みがあるので、それぞれの家庭での対応の仕方を聞いたり、情報交換したりして、参考になることも多いようです。

この交流活動を通して、親子ともも仲間ができるので、「一人じゃない」という安心感を持ったり、親子とももの良い所に気付いたりするなどの成果がみられています。まだ試行的に実践している段階ですが、内容を充実させて継続的に取り組んでいく予定です。

原稿：学校教育課



元気なころから介護予防①～自分の生活機能を確保しよう～

生活機能という言葉を知っていますか。これは、人間が生活する上で必要な能力のことです。身体(特に足腰)の筋力や口の機能、物事を判断する力はもちろん、心の安定や近所の方との交流なども生活機能であるといわれています。

介護を受けないようにするために、病気の予防や治療はもちろん、自分の生活機能の現状を知って、機能が低下しないようにすることが重要です。

市では、介護保険のサービスを受けていない65歳以上の方を対象に、

生活機能を自分で確認できる「基本チェックリスト」を、市の健診時や郵送などで配布しています。平成21年度は、対象者の約4割に当たる8,587名の方が、この「基本チェックリスト」でチェックを行い、自分の生活機能を確保しました。その結果、約2割の方に生活機能の低下が見られました。

また市では、生活機能に低下が見られる方を対象に「はつらつ教室」を開催し、機能低下を防ぐための学習(転倒予防体操や頭の体操など)を行っています。平成21年度に対象となった方は54名で、そのうち93名の方が教室に参加しました。

市では引き続き「基本チェックリスト」を配布しますので、お手元に届いたら、ぜひチェックを行ってください。

いつまでも自分らしく元気に暮らせるように、日ごろの健康管理と、年1回の「基本チェックリスト」で自分の生活機能を確保し、介護予防を心掛けましょう。

くわしくは：地域包括支援センター
☎(21)21137

遊びのあひろば



※特に記載のないものは申込みの必要はありません。
地域子育て支援センターの催し

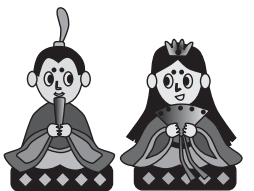
◎子育て健康相談 by 保健師
く確かめて ホッと安心 健やか子育て
とき 3月3日(木) 午前10時30分～11時30分

※4月からは、毎月第3水曜日、午前9時30分～10時30分と11時15分～正午の時間帯になります。
◎ひなまつり
くゆかいなコンサート
とき 3月2日(水) 午前10時30分～11時30分
定員 100組(先着順)
申込期限 3月1日(火)

◎ママのミニ学習会「からだ編」
く生活リズム、おいしい・楽しい離乳食&食事、
とき 3月7日(月) 午後1時45分～3時45分
申込期限 3月4日(金)
※お子さんをお預かりします。
◎親子ふれあい歌あそびをしよう!
とき 3月16日(水) 午前10時45分～11時30分
ところ・申込先・くわしくは
地域子育て支援センター ☎(22)2299



日光親子ふれあいひろばの催し



◎「鉢石宿のおひなさま」めぐり
とき 3月2日(水) 午前10時30分集合
集合場所 市営上鉢石パーキング

※天気が悪い場合、ふれあいひろばでお話し会や手あそび、パネルシアターなどを行います。
ところ・申込先・くわしくは
日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)
☎(54)3001

鬼怒川親子ふれあいひろばの催し

◎オペニオンリーダーによるひだまりサロン
「アロママッサージ」
とき 3月16日(水) 午前10時～正午
参加費 50円
持ち物 タオル
※素足になれる服装でお越しください。

鬼怒川親子ふれあいひろば(藤原保健センター内)
☎(76)0881

そのほかの催し

◎こここひろば
親子の自由あそびや情報交換の場として開設しています。また、園児との交流や子育て相談にも応じます。なお、3月の開催はありません。

- 落合児童館 ☎(27)0058
- 豊岡児童館 ☎(21)7488
- 塩野児童館 ☎(26)8937