



# フレンズジム通信

## 6月の戸外活動

### 保護者懇談会について

#### ♪7月にフレンズジム2店舗合同の 保護者懇談会を開催いたします♪

出来るだけ多くの保護者様にご参加いただけますよう、日程や内容の詳細を検討中です。昨年度は8月開催のみでしたが、今年度は冬にも開催予定です。もっと保護者様同士で情報交換が出来たり、学び合えるような会にしていきたいと思っております。

※日程及び内容の詳細は6月上旬にご案内いたします。  
皆様のご参加を心よりお待ちしております！！

6月にも畑の夏野菜の様子や公園でのびのびと身体を動かして来るぞ！っと気合だけは十分なフレンズジムのスタッフです。しかし時期は梅雨・・・もしもご利用日に雨天となった場合は室内での活動となります。楽しみにしている子どもも多いのですが、次月へ持ち越しとさせていただきます。また、子どもたちが受け止めやすいよう、「雨降ったら中止だよ！」の残念な見通しの伝え方でなく、「晴れたら戸外活動行こう！」とプラスの見通しで声かけをしていこうと思います。

なお、晴れれば日差しは強く、どんどん気温も上がる時期です。「帽子」のご用意をお願いします。

### みんな大好きサーキット

フレンズジムでは、児童発達支援(未就学児)、放課後等デイサービス(小中学生)両方のクラスで毎回サーキットを取り入れています。しょうがいぶつ競争のように、平均台を渡る、フープの中を通る、マットの上で前転するなど毎回、3~4つの動きが入っています。身体づくり以外にもサーキットを取り入れているのには下記の理由があります。

- ① 大人の見本を見て同じ動きをする(模倣する力を養う)
- ② 目で見たとおりに合わせて自分の身体を動かす(ビジョントレーニングや新規の環境への適応力を養う)
- ③ 難しい場面で、大人に手伝ってほしいことを伝える(コミュニケーション力を伸ばす)

少しずつ内容に変化を加えてお子さんたちが遊びながら、さまざまな感覚を伸ばせればと思いますスタッフで案を出しあっています。公園の中にある段差を利用して落ちないように渡ることも立派なサーキット！ご家庭ではどのようなサーキット活動に取り組まれているでしょうか。ぜひ、スタッフに教えてくださいね。

### 目指せ！着替えマスター！！

活動中の室内は子どもたちの熱気もあって、少し動けば大人でも汗がじわじわと出てくるようになり、運動を行った後はどの子も汗をかいています。着替えが苦手な子どもも多いのですが、やっぱり乾いた服や下着に着替えた方がスッキリするし、おやつの際に汗が冷えてしまうこともありません。これからの時期は薄着になって着替えが少し楽になりますので、着替え上手になるチャンスです！！

着替えの繰り返しは普段の生活に欠かせない動作の一つですが、運動面の発達にも密接に関わってきます。右手と左手を別々に動かす練習や、自分の身体の各部位を触ることでボディイメージを養ったり、左右や前後の学習にもなります。毎回洗濯物が増えてしまいますが、がんばった証として受け止めていただければ幸いです。

※持ち物には必ずご記名をお願いいたします。