

# は～あと通信



発行：川崎市中央療育センター広報委員会

まだまだ寒い日が続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

寒い時期になりますと、インフルエンザが流行します。手洗いうがいをしっかりと十分な「栄養」と「休養」をとり、予防していきたいですね☆そして、元気に春を迎えましょう♪それでは今月も♡ちっちゃい♡は～あと通信、どうぞご覧ください♪

## センターだより

### ☆今年も人形劇が開催されます☆

開催日：2月25日(土) 15:00～16:00

場 所：川崎市中央療育センター 2Fホール

内 容：人形劇団 ひとみ座による人形劇

演 目：ペープサート「ねずみの嫁入り」 人形劇「さやさやさや」

今年もたくさんのご応募をいただきありがとうございました♪

この冬のお子様との素晴らしい思い出となりますよう職員一同、願っております☆  
心あたたまるお話をどうぞお楽しみください♪

# リハビリテーション部だより



## 【転びやすいお子さんについて】

～PT (理学療法士) より～

本来子どもはよく転ぶものなので、安全な場所で遊ばせていれば大怪我をすることもなく、心配ありませんが、転び具合によっては怪我に繋がることもあり注意が必要です。  
今回は、子どもが転びやすい原因と、転倒を防ぐためにできることについてご紹介します。

### 子どもが転びやすい原因

子どもが転びやすい原因には、以下のような身体の特徴が深く関わっています。  
これらは成長とともに改善される場合がほとんどです。

- 頭が大きい  
ためバランスを取りにくい
- 足が小さい  
ため安定性が悪い
- 足の筋力が弱い
- 眼や耳がまだ十分発達していない



### 子どもの転倒を防ぐには

成長とともに転ぶ回数は減りますが、転倒しないようにするための身体づくりも大切です。  
その具体的な方法をいくつかご紹介します。

#### ○安全に走り回れる場所で遊ばせる

普段から走ったり跳んだりして、思いきり身体を動かして遊ぶことによって、筋力も発達し転びにくくなります。障害物や壊れやすいものなどが無い、安全な場所で思いきり遊ばせてあげましょう。

#### ○裸足で歩く機会をつくる

転びやすい子どもは、足の裏で地面を蹴れていないことがあります。また、足の指でしっかりと地面をつかむことに慣れていない子どもが増えています。ご自宅で、裸足で過ごす時間を作ると足の指が鍛えられ、足の指で地面にへばりつく感覚が養われます。足でしっかりと踏ん張れるようになると転びにくくなります。



#### ○いろいろな場所を歩く

平坦な場所だけではなく、でこぼこした道、芝生などのやわらかい場所、坂道など…いろいろな場所を歩いてみましょう。足裏で変化を感じ取ることやバランス感覚が養われ、つまずきにくなります。

#### ○足に合った靴を選ぶ

足よりも大きいサイズの靴を履くと、靴の中で足が安定せず転びやすくなります。また、小さいサイズの靴では、足指が曲がり、力がうまく入らなくなります。ちょうど良いサイズの靴がない場合には、中敷きなどで調整することができます。シューフィッターのいる靴屋で相談してみてください。



次回はOT(作業療法士)からの予定です。お楽しみに♪



# 通園だより



## 作品介绍

### さくらんぼ組(2歳児クラス)



初めてハサミを使った製作をしました。1回切りをしましたが、みんな上手にハサミを使うことができました。鬼のパンツにあらかじめ両面テープを貼り、その部分に切った画用紙を貼っていきました。2月の節分にちなんだ、かわいらしい鬼たちが沢山でき上がりました。

### れもん組、みかん組(2歳児クラス)、はやぶさ組(肢体クラス)



テーマは「2017 正月!!」ということで、お正月に因んだ物をちぎり絵で表現しました。花紙をちぎる音を聞いたり、握って花紙の感触を味わったりしながら、楽しんで作りました。れもん組は「にわとり」、みかん組は「梅」、はやぶさ組は「だるま」を作り、立体的であたたかみのある作品に仕上がりました。

# 地域支援部だより

## ★ 障害手帳について ★



お子さんの身体の状態や発達の様子から取得できる手帳があります。

- 身体障害者手帳
- 療育手帳
- 精神障害者保健福祉手帳

手帳を取得することで、障害福祉の制度・サービスを利用することや、手当や税の控除を受けることができます（\*）。

手帳の発行は各区役所が窓口となり行政機関が発行します。療育センターでは、手続きの流れを説明したり、手帳の発行にあたり医師の診察等が必要な場合は診察の調整をしたりと、手帳取得のためのお手伝いをしています。「手帳を取得してみようかな…」と思ったらケースワーカーまでご相談ください。

（サービスを利用する際に申請する『受給者証』と障害手帳は異なるものです）

（\*）取得した手帳の種類や等級によって、利用できるサービス・手当・税の控除などが異なります。詳しくは区役所窓口（手帳申請窓口）へお問い合わせください。

1階のお便りラックに  
お持ち帰り用をご用意してあります。  
ぜひご利用ください。

