



朝晩は少し涼しくなり、長かった猛暑も終わりが近づいてきました。厳しい暑さの中、笑顔で送迎して下さった保護者の皆様には感謝の気持ちでいっぱいです。お盆休みにご家族でお出かけをしたり、普段できない体験をして、ますますたくましくなったお子様の姿に目を細める毎日です。季節の変わり目は体調が崩れやすいので、睡眠と栄養をしっかりとってお過ごしください。（折笠）

## 「江東区就学相談申し込み期間の締切が近づいています」



就学相談とは来年度の就学を迎える年長児のお子様を対象に、もっとも適している教育環境を準備するためにお子様の状態を教育的ニーズ、学校や地域の状況、保護者様や専門家の意見を総合して考えていく場です。就学にあたって相談したいとお考えの方は申し込み期限が近くなってきましたので申請忘れのないようご注意ください。江東区以外の方は各自自治体にご確認ください。

電子申請による申し込み：令和5年10月13日（金）申し込み可能時間：24時間

電話による申し込み：令和5年10月13日（金）申し込み可能時間：9時～17時（祝日除く）



Let's Try!!

## ホームエクササイズ 【リズムウォーク】

てらぴあぼけっとの療育プログラムで行っているものに『リズムウォーク』というものがあります。

リズムウォークとは、集団活動として毎回必ず始めに行う活動です。

音楽を流しながら歩いたり走ったりする運動と共に、リーダーの先生の指示を聞いたり行動を見て模倣（真似）をします。



模倣の内容はお子様の年齢等によって工夫しています。小さなお子様には興味を引きやすく、見てわかりやすい動きの大きなものや、音がすることで注意を向けやすい楽器等の道具を使います。

リズムウォークに慣れてきたお子様には、細かい動きを入れたり、速さや大きさを変えて自分の身体をより意識的に動かす動きを取り入れていきます。

そして、模倣をすることでたくさんの協調運動をおこなっています。

**協調運動：** 手と足、目と手など別々に動く機能をまとめてひとつにして動かす運動のこと。  
（例）なわとび・スキップ・ボール遊び等

このようなまとまりのある滑らかな体の動きは、日常生活動作（食事や着替え等）、手作業、運動バランス、姿勢保持等に重要です。



リズムウォークをすると、体に良いことだらけ！！

更に、運動をすると脳が成長して、集中力や記憶力がアップするんだって！！  
だから個別の療育の前にリズムウォークをするんだね。



## 9月の手遊び歌 ♪みっくすじゅーす♪



♪りんご りんご りんごのほっぺ  
ぶどう ぶどう ぶどうのおめめ  
♪いちご いちご いちごのおはな  
おくちは チェリー チュ！  
ぐるぐる ぐるぐる ぐるぐる まぜて ×3  
ミックジュース かんぱーい！！

