

狭山市ことばの教室だより

令和3年4月14日
狭山市立入間川東小学校
ことばの教室
TEL 04-2952-3118



スマイル



お子様のご入学・ご進級おめでとうございます

新学期が始まって一週間が経ちました。新しい生活スタイルの中で学校生活も変化したことがあったかと思います。お子さんの新年度のスタートはいかがだったでしょうか。

来週から、ことばの教室の指導も始まります。ことばの教室は、「子供たちが自分らしく過ごせる場所」「お家の方と一緒に安心して通える場所」でありたいと考えています。そして、子供たち一人一人が、自分の課題の解決に向けて、前向きに取り組めるよう、支えていきたいと思います。本年度も宮岡と林の二名で担当させていただきます。どうぞ、よろしくお願いいたします。

【行事予定】

4月

14日(水) 保護者会
19日(月) 指導開始
27日(火) 専門研修
埼玉特別支援教育
研究協議会



5月

6日(木) 新1年生通級開始
8日(土) 在籍校訪問



*担当者の出張等により、指導ができない場合があります。児童のノートに貼るカレンダーで、その都度お知らせします。振替ができれば、提案させていただきます。

年間予定

【グループ学習】

7月12日(月) 吃音・難聴
10月18日(月) 吃音
12月13日(月) 吃音・構音・難聴
2月 3日(木) 吃音保護者学習会
3月14日(月) 吃音・難聴

*変更することもあります。

【専門研修】

4月27日(火) 難聴指導
10月11日(月) 吃音指導
11月 4日(木) 構音指導
1月と2月 構音・吃音他



【担当者紹介】

お子さんと1対1で、じっくりと関わることのできる「ことばの教室」は、とてもステキな所だなと感じています。一人一人のよさを少しでも多く引き出すことができるよう、がんばりたいと思います。よろしくお願いいたします。 宮岡智子

昨年度に引き続き、ことばの教室に通うお子さん達と一緒に学習できることを嬉しく思います。一人一人が自分らしく、楽しく通うことができるようがんばりたいと思います。よろしくお願いいたします。 林 純子

心を整え体も元気に！
～幸せ三大ホルモンのお話～



私たちの体内では、いろいろな働きを持つ「ホルモン」（神経伝達物質）が作られており、血液によって全身に運ばれています。ストレスや痛みを和らげたり、幸福感をもたらしたりするものは「幸せホルモン」と呼ばれるそうです。「幸せホルモン」を増やして、元気に生活したいですね！増やすことのできる、オススメ行動を紹介します。



こころの安定
セロトニン

オススメ行動！

- ☆起きたらすぐおひさまの光を浴びる。
- ☆一定のリズムで体を動かす。
- ☆1日3分瞑想する。

☆脳と腸は密接なつながりがあるので、**腸内環境が整う**ことも有効です！



オススメ行動！

- ☆**目標達成の後のご褒美がある。**

大きな目標である必要はなく、「片づけができたら、好きな遊びをする。」とか「宿題をやったら、好きなおやつを食べる。」などでもいいです！



やる気アップ！
ドーパミン

オススメ行動！

- ☆**分泌のカギは、「スキンシップ」**

手をつなぐ、抱き合う、など、近しい間柄の人とのスキンシップは、より高い効果が期待できるそうです。肌触りのよい服やタオルもいいそうです。また、誰かを助けたり、物を分け与えたりするなど人に優しくする行動もオススメです。



やさしい気持ち
オキシトシン