



# てんとんだより

児童発達支援  
放課後等デイサービス  
てんとん♪ 1くみ・2くみ

令和3年12月21日  
NO.21

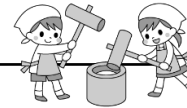
寒さも日に日に厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。療育室内はクリスマス飾りにあたたかな笑顔が溢れています。今年もあと少しとなりました。1年間てんとんへのご理解ご協力ありがとうございました。スタッフ一同より、一層気を引き締めてまいります。よろしくお祈りします。 施設長 峯野



## お餅つき



12月4日にお餅つきを行いました。杵と臼を使ってみんなで「ぺったん」と声を合わせてお餅をついたり、1人ずつお餅つき体験もしました。初めて体験する子ども達もおり、みんなウキウキ・わくわくでした。お餅をついた後は、みんなで丸めました。「丸にならない」と苦戦する子は、おともだちに教えてもらい一生懸命に作りました。みんなで出来立てのお餅を食べ少し早いお正月を楽しみました。



## 1くみ

部屋飾りや合奏の練習をしたり「universal」の曲に合わせて創作ダンスをしたりと、とても意欲的に取り組んでいます。自由遊びでは、お皿のおもちゃを転がす遊びを考えたり、想像力が豊かでした。時間があれば公園に行き、鬼ごっこで盛り上がっています。



## 2くみ

寒くなってきましたが、公園まで歩いて出かけています。交通公園では、2チームに分かれてリレーをしたり、全員で『だるまさんがころんだ』で大盛り上がり!! 島から落ちたらサメに襲われる想定で逃げ回りました。元気いっぱいの子供たちは寒さも吹き飛ばす勢いです。来年もいっぱいあそぼうね。

## おしえてくまてん



### タンパク質って?

タンパク質は様々な脳内ホルモンの源です。

- ①体を覚醒させるドーパミン
- ②ポジティブ思考へ導くセロトミン
- ③リラックス作用のある GABA
- ④思考力をアップさせるノルアドレナミン
- ⑤良質な睡眠をサポートするメラトニン

体も心も成長過程にある子どもたちには、大人の2倍のタンパク質が必要です。精神面も安定するので、タンパク質をより摂取するようにしましょう。



## フラワーアレンジメント



今回はクリスマスリースを作りました。特別なボンドを使い、もみの木に見立てた緑の草を使い、1つずつ集中して貼っていきました。子どもたちの集中力はすごく、先生の話をしっかり聞きながら慣れた手つきで個性豊かな作品を作りました。

出来た後は、お友だちと見せ合いをして楽しんでいました。

