

## ST 通信

第33号

7月になり、ようやく本格的な梅雨に入り、じめじめとした天気が続いております。 晴れた暑い日に限らず、湿度が高いとじっとしていても汗をかき、体力も奪われてしまいます。そのため、この時期は特にこまめな水分補給が大切になります。また、汗をかくと体の塩分も同時に奪われてしまうため、スポーツドリンクや食事で適度に塩分も摂取するようにこころがけましょう。



## ~親子で話そう~

この時期になると、夏休みに向けて楽しみにしていることを話してくれるお友だちがいます。楽しいことは、特に相手に伝えたいという思いが強くなりやすいものです。普段、おこなっている帰りの会などでも、その日の何の活動が楽しかったか子どもたちに質問すると、子どもなりに楽しいと感じたことを伝えてくれます。これから迎える夏休みでは、普段できないことを経験できる機会もあると思います。その中で、子どもたちが"たのしい!"と感じている場面を一緒に共有できると、自然に話すきっかけができたり、言葉で気持ちを伝え合ったりすることができるのではないかと思います。





## **★摂食について社内研修をしました!**

先日、摂食をテーマに社内研修を行いました。凜でも日頃からおやつや昼食場面など、食べる機会がたくさんあるため、適切な食べ方、介助の仕方を知っておくことが求められます。

研修の中で、実際に食べ物を使って、職員同士で介助をし合いました。例えば、口に食べ物が残っている状態で、新たにを口に食べ物を運ばれたらどのように感じるか、また、目をつむった状態で介助されたらどのように感じるかなどを体験してみました。

この体験を通して、介助される側の気持ちをあらためて実感することができ、適切な姿勢や、介助するときの声かけ、丁寧に相手の状況を見極め、ペースを調整するなどの基本的な方法を確認することができました。

