

センターだより

きゅと!

令和8年度6月号

四天王寺悲田院 児童発達支援センター

子どもたちの目標

- 「規則的な生活と元気な体づくり」
- 「意欲的にいろいろなあそびを楽しむ」
- 「自分のことは自分でする」
- 「家族以外の人と過ごすことができ、友達と仲良くできる」
- 「知らない所でもなじむことができる」
- 「気持ちや感性を適切に表現でき、落ち着いて行動できる」
- 「自分の意志を伝え、他人の意志を受け止められる」



6月の予定

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| 6日(土) 休園 | 17日(水) 太子講 10:00~ |
| 8日(月) 運営協議会 12:00~ | 19日(金) 保護者学習会(進路①) |
| 12日(金) 保護者学習会(言語聴覚士) | 27日(土) 運動親子保育A(そら・ほし・ゆき) |
| 13日(土) 休園 ※園庭開放有 | 29日(月) 避難訓練 保育棟 10:20~ |



お知らせ

○保護者学習会のお知らせ ※週2回登園の保護者様もご参加されます。

●言語聴覚士のおはなし

【日時】6/12(金) 13:00~14:00

【場所】高齢棟孝養殿 ※場所をご存知ない方は、クラス担任にお尋ねください

今回の保護者学習会は、新入園児対象の学習会ですが、昨年度に参加されていない方や、再度参加されたい方もご参加頂くことができます。クラス担任にお申し出ください。

●進路のおはなし①(担当:保育職員)

【日時】6/19(金) 13:00~14:00 【場所】保育棟ホール

※詳細につきましては、5/7に配信しました「保護者学習会のお知らせ」をご確認ください。

○実習生が来ます クラスに入りましたらよろしくお願いたします。

6/1(月)~7/2(木) 四天王寺大学(社会福祉士) 1名

○尿検査があります



6/8(月)、6/10(水)、6/19(金)の3日間のうちいずれか1日にご提出ください。詳細は、コドモンにて配信しておりますので、そちらをご確認ください。回収日のお間違えないようお願いいたします。

○外遊びについて(虫よけスプレー・虫さされ時の軟膏)

虫よけスプレー・虫さされ時の軟膏は、センターで用意している物をお子さまに使用させていただきます。スプレー・軟膏の塗布を希望されない場合はクラス職員までお申し出ください。

また、個人のをセンターに持ち込むことはできません。個人の虫よけスプレーを使用される場合は、登園前に塗布して頂きますようお願いいたします。



○バス時刻表について

5月中旬にバス停の発着時刻調査を実施し、現在予定到着時刻の確認・調整中です。

時刻変更の有無につきましては、6月運営協議会にて報告させていただく予定としております。



また、保護者の皆さまに再度お願いがございます。登園当日の朝、自力での登園に変更される方は8:45までにコドモン又は、お電話にてご連絡頂きますようお願いいたします。



「だっこの魔法」

心理 高木 いずみ

入園から2カ月が経ちました。もうすっかりセンターでの生活にも慣れて楽しく過ごしてくれている様子をいつもほほえましく見させてもらっています。

さて、みなさんは1日のうちお子さんをどのくらい“だっこ”していますか？実は、“だっこ”は単なる愛情表現以上の不思議な力を秘めています。今回は、科学的な視点も交えながら、抱っこがもたらす心身への効果についてお話ししてみたいと思います。

◎「オキシトシン」の魔法

だっこをして肌が触れ合うと、私たちの脳内では「オキシトシン」というホルモンが分泌されます。別名「幸せホルモン」や「絆のホルモン」とも呼ばれるこの物質が親子の心に魔法のような効果を発揮します。

子どもへの効果： 脳の中には、不安や恐怖を感じる「扁桃体（へんとうたい）」という部位があります。子どもが不安を感じたとき、この扁桃体はフル稼働してアラートを鳴らします。抱っこによってオキシトシンが分泌されると、この扁桃体の活動を直接的に抑制します。「不安になる（ストレス）」→「抱っこされる（オキシトシン放出）」→「安心する」というサイクルが繰り返されることで、脳は「困っても助けがあるから大丈夫」という予測回路を作り上げます。これが「心の安全基地」を作り上げるのです。

科学的なメリット： オキシトシンはストレスホルモンであるコルチゾールの分泌を抑え、自律神経を整えてくれます。体がリラックスモード（副交感神経優位）になることで、胃腸の消化吸収や成長ホルモンの分泌が促され、子どもの健やかな「体の成長」を支えます。さらに、ストレスが減ることで免疫細胞が活発になり、「免疫力アップ」にも一役買っているのです。つまり抱っこは、心だけでなく、健康な体づくりの基盤も整える大切なスキンシップといえるのです。

◎「幸せ」になるのは、子どもだけじゃない

「子どもが泣き止まないから、仕方なく抱っこする」……そんな日もありますよね。でも、ちょっとだけ思い出してみてください。抱きしめた後、不思議と自分の肩の力が抜けた経験はありませんか？

実は、オキシトシンは抱っこしている親の側にも同じように分泌されています。

育児の疲れを癒やす： 抱っこをすることで、親自身の血圧が安定し、幸福感が高まります。「今日も一日大変だったけど、この子のために頑張ろう」と思えるのは、このホルモンのおかげかもしれません。

◎「抱き癖」なんて気にしなくて大丈夫

ひと昔前は「抱き癖がつく」なんて言われたこともありましたが、現代の育児では、**求められたとき（自分が求めるとき）にたっぷり抱きしめること**の大切さが強調されています。

特別な準備はいりません。家事の手を少し止めて、あるいは寝る前のひとときに、30秒間だけお子さんをぎゅっと抱きしめてみてください。そしてしばらく満たされていく感じを充分に感じてみて下さい。きっとだっこの魔法を実感できると思います。