



スマイル子育て便り

釧路市児童発達支援センター 令和5年3月1日発行 No.18



4月から新年度が始まります。進級、クラス替え、入園、入学、引っ越しなどそれぞれに環境の変化を迎え、今までと違うことに不安を感じるお子さんも多いと思います。新年度や新生活を少しでも安心して迎えるために、今のうちから環境を整え、お子さんと一緒に準備をしておきましょう。

新年度は変化がいっぱい…

新しい持ち物

新しいものや使い慣れていないものは、抵抗があるかも…。



新しいクラス・幼稚園・学校など

行ったことがない場所は不安…。



起床時間・曜日の変化

新しい生活リズム(時間)には、すぐには慣れません…。



“不安”を“安心”に ↓ 変えるためには・・・

「どこで」「何を」するのか

- ・行く場所のイラストや写真を見せる。
(学校、通園先、新しいクラスなど)
- ・スケジュールで知らせる。
(①靴を履く ②幼稚園へ行く)
- ・通園先で〇〇をして遊ぶ。
(具体的に何をするのか)



「いつ」するのか

- ・カレンダーに印をつける。
(4月1日に〇〇へ行く)
- ・時計に印をつける。
(短い針が7になったら起きる)
- ・タイマーになったら家を出る。



練習しておくと、より安心です♪

- ・新しい靴を履いて家の前を歩いてみる。
- ・新しい鞆を背負って幼稚園や学校までお散歩する。
- ・起床時間を10分ずつ早くする。
- ・新しいコップやお弁当箱に慣れる。など…

少しでもできたときにほめることで、お子さんの不安な気持ちが和らぎます！



※ 伝え方やほめ方のポイントなど、これまでのスマイル子育てだよりは釧路市HPに掲載しています。

(<http://www.city.kushiro.lg.jp/kosodatekyouiku/kosodate/1005280/1005394/1005403/1007371.html>)

※ 質問や相談がありましたら、気軽に児童発達支援センター職員に声をかけてください。

- ◇ 地域支援相談担当 44-3555
- ◇ 野のはな園 44-1022



スマイル子育てだより
バックナンバーはこちら