



からーれキッズ川鶴だより

1月号

令和7年1月9日発行

新年、あけましておめでとうございます

本年もどうぞよろしくお願ひいたします

少し長い年末年始のお休みは、いかがでしたか。
生活習慣が乱れて免疫力の低下から、人と集まる機会もあり、感染症などのリスクもありましたね。

まずは、感染症にかかるないように基本的な対策を行い、もし、ご家族の誰かが感染症てしまったら、家族内で感染が広がらないような基本的な対策を行いましょう。また、空気の乾燥から、喉の痛みや咳の症状がでているお子様も多くいるのでこまめな水分補給や加湿などの乾燥対策もしていただき、静電気による出火から火事も多い為、十分注意していきましょう。

今年も、お子様とご家族にとって、幸多き年になりますように
心からお祈り申し上げます♪

認定 NPO 法人カラーレ

多機能型・保育所等訪問支援事業所



からーれキッズ川鶴

TEL/ Fax 049-299-8710

1月の予定

- | | |
|---------|-----------------------|
| ★リトミック | 13日(火)・29日(木) |
| ★英会話 | 15日(木)・27日(火) |
| ★バトン・チア | 1月実施なし
2・3月に振り替え予定 |

認知行動療法とは

物事には様々な見方があることに気づかせ、本人の認知を変えていく心理療法です。まず、望ましくない言動を叱って減らすのではなく、望ましい言動を褒めて増やすことが基本となる『積極的行動支援』の考え方であり、心や行動の問題を改善するためには最適な方法です。

制止する必要がある時は、短い言葉ではっきり言います。そして見通しをもたせたり、改善案を提示します。おしつけず、本人が自分で考え、選択して実行するようなかたちで提案します。目標はあまり設定せず、ほんの少しにして、頻繁に評価します。目標に達したら、ごほうび（褒める）をもらえるようにします。これを『トークンシステム』といいます。達成感は続けるための大きな励みになることでしょう。

次月号では、『不安』について解説します。



クリスマス製作・おやつ



お餅つき・絵馬製作



凧作り・かるた遊び