

むつみだより

平成 28 年 5 月号 No.201
母子生活支援施設 仙台むつみ荘
仙台市青葉区桜ヶ丘三丁目 32-10
Tel:278-0005 Fax:278-0609



事務室より

健康診断(母親のみ)

5/31 (火) 18:30~

検尿カップ・問診票は事前に配布します

茶話会

6/5 (日) 10:00~11:30

詳しくは後日お知らせいたします。

実習生受け入れ

5/16 (月) ~5/28 (土) 仙台白百合短期大学 1 名

5/30 (月) ~6/11 (土) 仙台青葉学院短期大学 2 名

個人面談開始

※4 月にお話していた個人面談を 5 月から行います。今年度は年度を通して行っていきたくと思いますので、時期を見て声をかけさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

入退所のお知らせ

1 世帯退所いたしましたのでお知らせします。

子ども会から

・端午の節句 2 日(月)お茶会

五月病って何？

五月病といえば、新入社員のサラリーマンなどが五月の連休明けの頃に毎日の生活にやる気をなくしてしまう状態を指していましたが、今では、小学生、幼児へと低年齢化が進んでいます。

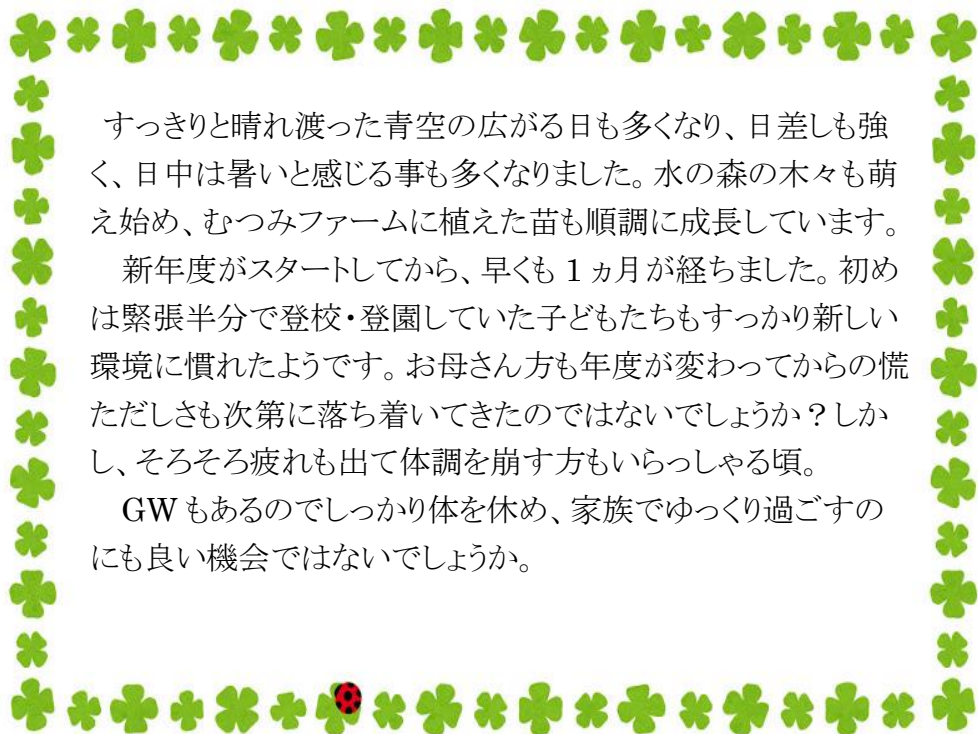
原因としては、新しい環境に適応できず、気持ちが空回りし、ストレス状態になることが挙げられます。そして学校に行きたくなくなったり、朝にはなかなか起きられなくなったりするようです。

もしお子さんがそうなってしまった場合、

- 頑張りすぎなくていいよ、と言ってあげる
- 休みの日には体を動かして汗をかかせる
- 話を聞いてあげる
- バランスのとれた食事を心がける
- スキンシップをとる

ことが大切になってくるそうです。

殆どの場合は一過性ではありますが、重症化する場合があります。お子さんの小さな変化を見逃さないことが大切です。



すっきりと晴れ渡った青空の広がる日も多くなり、日差しも強く、日中は暑いと感じる事も多くなりました。水の森の木々も萌え始め、むつみファームに植えた苗も順調に成長しています。

新年度がスタートしてから、早くも 1 カ月が経ちました。初めは緊張半分で登校・登園していた子どもたちもすっかり新しい環境に慣れたようです。お母さん方も年度が変わってからの慌ただしさも次第に落ち着いてきたのではないのでしょうか？しかし、そろそろ疲れも出て体調を崩す方もいらっしゃる頃。

GW もあるのでしっかり体を休め、家族でゆっくり過ごすのにも良い機会ではないでしょうか。

子ども会

4 月 11 日は今年度初めての子ども会行事、毎年恒例の 1 年生歓迎会のお花見がありました！あいにく風が強く、時折雨がパラついていて、当初予定していた「たきみち公園」ではなく、近所の東公園に場所を変更しました。風も冷たかったので公園で食べる予定だったお団子を集会室で食べ、新 1 年生の為に自己紹介を済ませて出発です。

公園では主に鬼ごっこやブランコをして過ごしました。最初はちょっとぎこちなかった 1 年生も、遊びの中で次第に打ち解け歓声を上げながら走り回る様子が見られました。肝心の桜をそっちのけで遊びに夢中の子ども達に苦笑しながら、職員も負けじと本気です！



さて、4 月からむつみファームもいよいよ本格始動しました！今年は花壇にパンジー、マリーゴールド、百合、いちごの苗が新たに仲間入り。子ども達にも手伝ってもらい、苗を花壇にお引越しです。さらにひまわりとコスモスの種を植えました。きっと季節に応じてキレイな花を咲かせてくれると思います。

今後、畑スペースにきゅうりやミニトマトなどの夏野菜も植える予定です。収穫した野菜は、今年も子ども達を始め、お母さん方にも食べていただきたいと思います。お楽しみに。

