



2020年が始まり1ヶ月。新しい年の幕開けはいかがでしたか？
暖かいお正月でしたね。お餅、たくさん食べましたか？わたしは
町田・小田急デパートの地下でお菓子の福袋を5つ買いました(笑)！
いくつになってもこれだけは止められない。だから太る(笑)今年こそ
お菓子の食べ過ぎに注意せねば…。年末年始、ママたちにとって
は、休めない長い長い苦痛の日々ですよ。

入学・進学を控えているママたちは希望半分、不安半分といった
ところでしょうか？学年・クラスが変わり担任の先生が変わるだけで
も心配ですよ。不安はため込まず、すぐに相談して下さいね。

1月13日に保護者会を開催し、13名のママが参加して下さいまし
た。幼稚園・学校がお休みの日の開催で申し訳ありませんでした。
高学年ママたちの参加が多く、主に中学校との連携の難しさ、高校
の選び方、思春期特有の難しさ等々の話で盛り上がりしました。
以前も通信に書きましたが、中学校はホントにいろいろな意味で
難しいです。ホルモンバランスの変化による体調不良、気持ちの落ち
着かずイライラする、周り自分との温度差を感じコミュニケーションが上
手く取れない、あらゆる面で自信をなくしがちです。わたしは、中学は
必ずしも行かなくても大丈夫！本人が自分を肯定し自分なりの過ごし
方ができるようサポートしたいと思っています。

でも、高校は将来の自分と密接に繋がる基盤の時期です。楽し
く充実した学校生活を過ごして欲しいのです。本人に一番合った高校
を選択することが大切。そのためには事前の情報収集、見学、学
校側との事前面談も必要です。先輩ママからの情報も大切です。保
護者会等を通し機会を作りたいと思います。

お子さんが小さいママたちにとっては高校なんてまだまだ先のことで

も、その子に合った幼稚園・保育園選び、その子が楽しめるような療育先
選びはもう始まっていますよね。その子の特性を理解し受け入れ、その
子が楽しめる力を発揮できそうな場所を探すことが大切で、ママたち
の使命なのかなと感じています。先日、児童発達支援で初めてお会い
したお母さまから「ホントに良い療育に出会えて良かったです。この子が
心から楽しめています。」と嬉しいお話をお聞きしました。その子の笑
い声を聞いてわたしも思わず笑っちゃいました。と、いうか笑いのツボが
一緒(笑)！

2月17日(月)には児童発達支援に通うママたちの保護者会を開催し
ます。託児も行いますので、ぜひご参加下さい。年長さんのママたちの
参加も大歓迎です。日頃の子育てで嬉しかったこと、しんどいこと、た
まにストレス全部はき出していただけると良いなあと思います。お
子さんの様子が急激に変化する場合があります。成長を感じる変化
は嬉しいことですが、急に行動が荒れたり、口調が乱暴になったり
、泣くことが増えたり、うつうつと沈み込む…などの変化はしょつち
う現れます。それを見ているママたちはホントに辛く、どうしてあげたら
良いのか悩み、その心配をお子さんに向けてしまうことも多々あるでしょう。
そんな時はどうも遠慮なくホットラインをご利用くださいね。

1月13日(月)からの1週間、久しぶりにお子さんやママたちと過ごさ
せて頂きました。この2ヶ月のお子さんの成長は素晴らしいと感じ
ました。2月は保護者会のある17日(月)から22日(土)の1週間相模原に
います。相談、面談の希望がありましたら、できれば事前に連絡をお
願ひします。☺️即予定に組み込みます。

11月から始まった「さんむ ままのりあ」でも、「ありのままの自分を認め、
受け入れ、自分を好きになり自信をつけていく」ことを療育のさまざまな
場面でお子さんにもママにも伝えていきます。自分の子が一番可愛い！と
自信を持って言えるよう、子育てを楽しんで欲しいと願っています。

これからインフルエンザや風邪の流行る季節ですね。休める時には
ゆっくり休養して下さいね。

裏に2月の予定があります☺️

2月の予定

✿ 2月17日(月) 10:00~12:00

児童発達支援グループ保護者会

☆託児あります☆

参加希望の方は職員までお知らせ下さい♡

✿ 2月17日(月)から22日(土)まで

ひでみ先生が相模原にいます!



ままのりあ

〒252-0324
相模原市南区相武台7-21-5
電話 046-244-4537
FAX 046-244-4538