

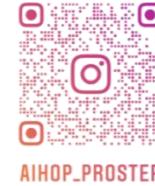
# あいほっぴだより

PRO-STEP 株式会社 あいほっぴ

群馬県太田市宝町 711-1 スカイブルー1F

電話:070-4487-4429

メール:[aihop@ace.ocn.ne.jp](mailto:aihop@ace.ocn.ne.jp)



# 10月 October

『食欲の秋』『スポーツの秋』『読書の秋』『芸術の秋』など、『〇〇の秋』という言葉がたくさんありますね。子どもたちにとって今年の秋は『どんな秋』になるでしょうか。ぜひ聞いてみようと思います。

今月は子どもたちも楽しみにしているハロウィンパーティーがあります。秋のイベントを全力で楽しめるよう、手洗いうがいを徹底し、体調管理に十分気を付けて行きます。

10月10日は『目の愛護デー』です。10/10を横にすると『眉毛』と『目』に見えることから10月10日とされています。暗いところでテレビを見たり、悪い姿勢で絵本を読んだりして過ごすと、視力の低下に繋がります。現代はスマホやパソコン等のデジタル機器とは切っても切り離せない時代となり、目も疲れやすくなっています。目は取り換えることができない『一生モノ』、普段から目を大切にする習慣をつけていきましょう。

～お世話になりました!～

この度、10月末で退職することになりました。今年度の卒業生たちを見送りたかったのですが…残念です。  
至らないところ多かったです。保護者の皆様と子どもたちのおかげで、とても楽しく働くことが出来ました。  
本当にありがとうございました。

金井 美咲

## リトミックがもたらす効果のお話

リズムに合わせて楽しく心も身体も発達



リトミックはスイスの作曲家・音楽教師だったエミール・ジャックニダルクローズが考案した教育法です。  
音楽に合わせて体を動かすこと、身体や音楽的な感覚だけでなく、集中力、想像力など、様々な発達を促すことを目的としています。

### ●リトミックの三本柱

**『リズム』**  
音楽を聴いて音の強弱や高低などに合わせて体を動かすこと、聴覚や集中力、自発性、表現力などに働きかけたり、リズム感覚を身に付けたりする。  
・ゆっくりな音楽は歩く、早い音楽は走る  
・楽しそうな音楽を聴いて自分の思う楽しい動きを表現する など

**『ソルフェージュ』**  
ドレミの音階で歌うことで音の認知を身に着ける。すぐに難しい場合は「リズム」で身に付けた音楽と体の動きを合わせる感覚から練習する。  
・ドレミの音の高低に合わせて、お腹・肩・頭と、体の低い位置から触っていくことで音階の感覚を身に付ける

**『即興』**  
見えたものや音楽に合わせて即興で演奏したり動いたり表現することで「リズム」「ソルフェージュ」で身に付けたことを發揮する。  
・人の動きに合わせて楽器を鳴らす  
・動物をイメージして好きな楽器を鳴らすなど

### ●リトミックの3つのメリット

**① 集中力がつく**  
音楽に耳を澄ましながら音に合わせて体を動かすという「聴いて動く」動作を繰り返すことによって、1つの物事に対する集中力が付くと考えられています。集中力はリトミックにおいて最も重要な視される力です。

**② 表現力が豊かになる**  
リトミックでは、音楽を聴いて自分なりに表現する場面がたくさんあります。「どんなふうに表現したらいいのか」何度も考えて表現するうちに、多様な表現方法を体得していくことが期待されます。

**③ 社会性・協調性が身に付く**  
他社と動きを合わせたり、同じタイミングで行動したりすることで、集団で活動する難しさ・楽しさを体感でき、そうした中でコミュニケーション能力の向上を促します。

### ●まとめ

リトミックは音楽的な能力の向上だけでなく、筋肉の発達や想像力の向上も期待できます。さらに、集団でリトミック活動をする中で、他の子の表現を感じること、集団でのルールを身に付けることで、社会性の発達を促すとされています。

発達にも個人差があるように、効果にも個人差があります。焦らず、まずは音楽に親しみをもって、表現することを楽しむことが大切です。



今月の歌

もみじ 虫の声 真っ赤な秋



## 大切なお知らせ

児童発達支援あいほっぴ並びに あいすてっぷでは、営業時間中に震度5弱以上の地震が発生した場合におきまして、連絡が取れなくなるケースが想定されるため、送迎を利用するお子様を含め、事業所までお迎えをお願いいたします。  
また、連絡が取れなくなった場合には「災害伝言ダイヤル」を使用いたします。

①「171」をダイヤル

②「2」をプッシュ

③ 事業所の電話番号を入力 あいほっぴ→「070-4487-4429」

状況に応じてお子様の安全確保を第一に考慮しつつ、開所(送迎含む)の可否を判断してまいります。  
ご理解・ご協力をよろしくお願ひいたします。



- ・水筒は紐付きで毎日持たせてください。(中身は水、お茶、スポーツドリンクでお願いします。)
- ・昼食後の歯磨き指導を行っています。歯ブラシ・コップ・歯磨き粉の準備をお願いします。
- ・紛失等防ぐため、全ての持ち物に名前の記入をお願いします。(靴、洋服、オムツ、お弁当箱、リュック等)
- ・使用済みのオムツを入れるビニール袋の持参をお願いします。
- ・爪をこまめに切ってください。怪我含め、衛生面の為よろしくお願いします。
- ・事前に園の行事や家庭の事情等でお休みが分かっている場合は、早めに連絡をしてください。

●あいほっぴ・あいすてっぷご利用者ご家族様

相談窓口を開設しております。日々の不安や疑問に感じる事などございましたら、遠慮なくご連絡下さい。  
070-4487-4429 (管理者 佐藤) お問い合わせ時間 8:30~17:00