

おくらっくらぶのつぎやき

「ADHD(注意欠如多動症)の支援について」

療育目的で通う放課後等デイサービスを運営している八木佐織さんに今回は「ADHD(注意欠如多動症)の支援について教えてもらいました。」

今回は、注意欠如多動症のある子どもへの支援について書きます。教室や部屋に物が多すぎると気が散ります。15分くらいは集中力が続きますので、集中の後に5分くらいインターバルがとれるといいですね。その時には時間を費やすルールや、やっていいことをあらかじめ子どもと本人と決めておくといいですね。

気持ち落ち着かせるには上下のジャンプ運動やクッションのついた椅子の活用、机の裏に人工芝を貼り付け触って落ち着くなどの方法があります。ジャンプを突然し始めた時には、自ら座った時に座った行動だけを褒めてあげてください。今回はASD自閉症についてです。

0898-52-8106
今治市近見町2丁目1番61号

おくらっくらぶ
一般社団法人 きざはし



街の整形外科医・スポーツ医 三木病院のちよびり豆知識



青野勇紀先生

三木病院の理学療法士で現役選手、さらに日本陸連A級トレーナーの青野勇紀先生に、「マラソンや駅伝などの大会に出場に向けて気をつけること」についてお話を伺いました。

マイタウン(以下マ)... 最近マラソンや駅伝などの練習をしている人を見かけることが増えてきました。練習量が増えることもあって脚を痛める人も増えていきます。違和感や痛みは体の防御反応なので、ほうっておいて治るものではないです。マ...少しの痛みであれば、そのままにしてしまおうか？

青野先生(以下青)... そうですね。練習量が増えることもあって脚を痛める人も増えていきます。違和感や痛みは体の防御反応なので、ほうっておいて治るものではないです。マ...少しの痛みであれば、そのままにしてしまおうか？

Vol.15

2ペア今治から全国へ ねばり励まし勝利を掴む

小学生バドミントン



▲全国大会へ進む4人
左から菅さん、宮田さん、赤松さん、山下さん

第33回全国小学生バドミントン選手権大会 花林さん(西条小5年)で準優勝を果たしました。10ペアが3位に輝きました。

赤松・山下ペアは3位決定戦で、最終1点を争うシーソーゲームを繰り広げ、週6日の猛練習と監督の励ましが功を奏し、3位を守り抜きました。

12月24日から神戸で開催される全国大会へ向け、宮田さんは「2人で力を合わせてベストを尽くしたい」と意気込み、赤松さんは「練習の成果を発揮して1回でも多く勝ちたい」と話しています。

年末年始のお知らせ
12月30日 午前中のみ
12月31日～1月3日 休診
1月4日 通常診療

医療法人 天楽会 三木病院

今治市泉川町1丁目3-45
看護師随時募集中!
0898-32-4680

今治ライオンズクラブ 河津桜の植樹式典開催



▲植樹を行う菅会長ら

令和6年度今治ライオンズクラブによる河津桜の植樹式典が、今治市菅スポーツパークで開催されました。式典には今治市副市長土居忠博さんや株式会社今治 夢スポーツの矢野社長ら、約50人が出席。サッカーにちなんで11本の河津桜と、青と黄色のピオラが植えられる、今治市に寄贈されました。

JA教育ローン 金利優遇キャンペーン

最大金利引下げ 1.5%
年2.0%～年1.5%
受検費用に! 入学資金に! 仕送りに!

タラ平日パス券

本格インドカレー祭り 4種のカレーが700円
インドレストラン タラ
今治市北高下町1-4-33 予約0898-35-5581

介護福祉士実務者研修

新年度開講! 受講生募集!
第1回 4/1(火) 会場 今治地域地産産業振興センター テキスト込
第2回 6/1(日) 受講料 80,000円(税込) 88,000円(税込)

SHIGEMATSU ARCHITECT OFFICE

耐震診断・改修 実績No.1
木造住宅の耐震化 無料相談受付中

つかさのおせち

丸皿オードブル 5人前 ¥12,000(税込) ¥18,000(税込)
新年は、つかさのおせちで福来たる!
つかさの豪華絢爛プレミアムおせち ¥35,000(税込)

便利屋さん

困ったときは便利屋さんへお電話を!
電球の交換 庭木の剪定
重い家具の移動 庭や畑などの草刈り
部屋や不用品の片付け リフォーム
雨漏り修理 古い建物の解体