

## 排泄相談、実施します

本校職員の堀切（日本コンチネンス協会員排泄ケア専門員）が、皆さんの相談に応じます！  
「おもらしを減らしたい」「どんなおむつやパットが良いのかな…」等、排泄にかかわる相談なら何でも！  
日頃気になっていることを聞いてみませんか？事前に相談内容、相談希望日をお知らせ下さい。

- 相談日 水曜日と金曜日の6校時  
小学部：14：10～14：55  
中学部・高等部：14：20～15：10

○講師 堀切ひろみ 日本コンチネンス協会会員（排泄ケア専門員）

ご希望の方は担任まで  
お知らせください



## 食具の紹介～学校でお試しすることができます～

- 色々なスプーン…シリコンスプーンは、口当たりが優しいので金属の感触が苦手な子におすすめです。  
ネックが曲げられるスプーンなどもあり、手の動きに制限のある子でも、すくった物を落とさず口に運ぶことができます。
- グリップ…スプーンやフォークに（歯ブラシや鉛筆にも）つけて使用します。手軽に握りやすくなります。
- カットコップ…カットコップを使用することで、頭をそらずに無理のない姿勢で飲むことができます。  
中身が見え、口に入る量や唇の動きも見やすいです。



## ふれあい体操 Q&A

4月、5月に自立活動研修会「からだ」が行われました。そこで「ふれあいリラックス体操」の理論と実技の研修を実施したところ、職員からいくつか質問がありましたので、ご紹介します。

Q1 ふれあい体操は車椅子に乗ったままやっても良い？

<ANS> 車いすから降りて、身体の間隙を埋めて(クッションやバスタオル等)、  
快の状態にして床で行ってください。

Q2 うとうとしている状態や寝ている状態で行っても効果はあるの？

<ANS> ふれあい体操に期待できる効果は様々ですが、「血液の巡りを良くし、  
身体全体の細胞の活性化を図る。」という点でから、取り組んでもよいと  
考えます。

