

# 月案

2019年

3月号

社会福祉法人 一越会

ぱれっとA

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

TEL027-260-6888 Fax027-235-5801

代表 中原 映子

http://www.hitokoshi.org

E-mail : info@hitokoshi.org

## 今月のねらい

- 生体の生活リズムを整える。
- ◎質の良い眠りを整えるためには
- ①毎日の生活にメリハリを持つ
  - ②日中の活動を楽しむ
  - ③ほっとする時間や一人でいる時間、一緒に向かい合う時間の保証
  - ④自分の意思を相手に伝え、理解をしているか
  - ⑤寝付く前の時間を穏やかに過ごす。
- ◎思い出旅行を楽しもう

## 今月の運動

- ◎抗重力筋を育てる。(直立と直立状二足歩行の確立)
- ・腹筋、背筋
  - ・腕立て
  - ・縄跳び
- ◎肩、腕を大きく使う運動
- ・綱引き
  - ・バドミントン、ドッチボール等

## 今月の学習 / 微細・作業

- ◎学習・認識
- 書く(感想、履歴書、メモ等)、読む
- ◎微細・作業
- 道具の使用(制作)

## 《今月の予定》

| 日     | 活動内容                 |
|-------|----------------------|
| 1(金)  | 制作                   |
| 2(土)  | 卒業組 旅行予定             |
| 3(日)  |                      |
| 4(月)  | 書く、読む                |
| 5(火)  | 体力づくり サンアビ体育館        |
| 6(水)  | 音楽 ダンス               |
| 7(木)  | 軽スポーツ サンアビ体育館        |
| 8(金)  | 制作                   |
| 9(土)  | スケートorボーリング(参加希望者のみ) |
| 10(日) |                      |
| 11(月) | 書く、読む                |
| 12(火) | 体力づくり サンアビ体育館        |
| 13(水) | 音楽 ダンス               |
| 14(木) | 軽スポーツ サンアビ体育館        |
| 15(金) | 制作                   |
| 16(土) | 31年度事業説明会 11:30~     |
| 17(日) |                      |
| 18(月) | 書く、読む                |
| 19(火) | 体力づくり サンアビ体育館        |
| 20(水) | 音楽 ダンス               |
| 21(木) | 春分の日                 |
| 22(金) | 制作                   |
| 23(土) |                      |
| 24(日) |                      |
| 25(月) | 書く、読む                |
| 26(火) | 体力づくり サンアビ体育館        |
| 27(水) | 進級組 旅行予定             |
| 28(木) | 軽スポーツ 室内活動           |
| 29(金) | だんべえ踊り 戸外歩行          |
| 30(土) | 修了式                  |

## 全体へお知らせ

☆卒業生組、進学組に分かれてお楽しみ旅行に行きます。行先につきましては、子ども達の希望を基に決めさせていただきました。旅行の詳細につきましては、各グループごとに別紙にてお知らせいたします。よろしくお願い致します。

◎3月27日(水)から4月5日(金)まで、指導時間が変更になります。指導時間は、9:00~15:00です。登会希望予定の用紙を配布いたします。提出期日までにお願ひします。

※附属に通われている方は、3月18日より春休み予定。

※卒業等により上記以外で春休みになる方は職員まで日程等お知らせお願ひ致します。

### ☆修了式の日程のお知らせ

・日時:時間・・・3月30日(土) 9:00~13:00まで  
修了式を行います。お弁当持参のうえご参加お願ひ致します。

### ☆31年度事業説明会のお知らせ

・日時:時間・・・3月16日(土) 11:30~ 桑の木建物にて  
来年度の契約書等の説明を行います。万障お繰り合わせの上、ご参加お願ひ致します。ご印鑑の準備をお願ひ致します。

### ☆体育館活動について

3月のサンアビ体育館の利用は、以下の通りになります。

3月5日(火)、7日(木)、12日(火)、14日(木)、19日(火)、26(火)

お迎えもサンアビ体育館になります。お間違えの無いよう、よろしくお願ひ致します。(9:00~15:00までの活動の方は集合解散はぱれっ

### ☆ご寄付のお願ひ

ご家庭で使い古したタオル・使っていない新しいタオル等ございましたら、寄付のご協力お願ひ致します。

### ☆保護者会を行います。

日程 : 3月 8日(金)

時間 : 18時 ~

場所 : ぱれっとにて 宜しくお願ひ致します。

# 月案

2019年  
3月号

社会福祉法人 一越会  
ぱれっとB

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7  
TEL027-260-6888 Fax027-235-5801  
代表 中原 映子  
http://www.hitokoshi.org  
E-mail: info@hitokoshi.org

| 今月のねらい   | 今月の運動  |
|--|--|
| <p>生体の生活リズムを整える。</p> <p>◎質の良い眠りを整えるためには</p> <p>①毎日の生活にメリハリを持つ</p> <p>②日中の活動を楽しむ</p> <p>③ほっとする時間や一人でいる時間、一緒に向かい合う時間の保証</p> <p>④自分の意思を相手に伝え、理解をしているか</p> <p>⑤寝付く前の時間を穏やかに過ごす。</p> <p>◎思い出旅行を楽しもう</p> | <p>◎抗重力筋を育てる。(直立と直立状二足歩行の確立)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・腹筋、背筋、スクワット</li> <li>・踏み台昇降、ジャンプ(縄跳び)、持久走</li> </ul> <p>◎肩、腕を大きく使う運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・腕立て(姿勢保持)、バスケットボール、バドミントン</li> </ul> |
|  | 今月の学習 / 微細・作業  |
|  | <p>◎学習・認識</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お金の学習、ルールの理解など</li> </ul> <p>◎微細・作業</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・道具の使用(文房具・日用品・洗濯器具など)</li> <li>・製作</li> </ul>  |

| 《今月の予定》 |                              |
|---------|------------------------------|
| 日       | 活動内容                         |
| 1(金)    | だんべえ踊り                       |
| 2(土)    | 卒業組 旅行予定                     |
| 3(日)    |                              |
| 4(月)    | 学習(道具の使用)                    |
| 5(火)    | 体力づくり(ジョギング)                 |
| 6(水)    | 音楽(打楽器)                      |
| 7(木)    | 軽スポーツ(バドミントン) <u>サンアビ体育館</u> |
| 8(金)    | だんべえ踊り                       |
| 9(土)    | スケートorボーリング(参加希望者のみ)         |
| 10(日)   |                              |
| 11(月)   | 学習(道具の使用)                    |
| 12(火)   | 体力づくり(ジョギング)                 |
| 13(水)   | 音楽(打楽器)                      |
| 14(木)   | 軽スポーツ(バドミントン) <u>サンアビ体育館</u> |
| 15(金)   | だんべえ踊り                       |
| 16(土)   | 31年度事業説明会 11:30～             |
| 17(日)   |                              |
| 18(月)   | 学習(道具の使用)                    |
| 19(火)   | 体力づくり(ジョギング)                 |
| 20(水)   | 音楽(打楽器)                      |
| 21(木)   | 春分の日                         |
| 22(金)   | だんべえ踊り                       |
| 23(土)   |                              |
| 24(日)   |                              |
| 25(月)   | 学習(道具の使用)                    |
| 26(火)   | 体力づくり(ジョギング)                 |
| 27(水)   | 進級組 旅行予定                     |
| 28(木)   | 室内活動                         |
| 29(金)   | 戸外歩行・だんべえ踊り                  |
| 30(土)   | 修了式                          |
| 31(日)   |                              |

| 全体へお知らせ  |
|--|
| <p>☆卒業生組、進学組に分かれてお楽しみ旅行に行きます。行先につきましては、子ども達の希望を基に決めさせていただきました。旅行の詳細につきましては、各グループごとに別紙にてお知らせいたします。よろしくお願い致します。</p> <p>◎3月27日(水)から4月5日(金)まで、指導時間が変更になります。指導時間は、9:00～15:00です。登会希望予定の用紙を配布いたします。提出期日までにお願ひします。</p> <p>※附属に通われている方は、3月18日より春休み予定。<br/>※卒業等により上記以外で春休みになる方は職員まで日程等お知らせお願ひ致します。</p> <p>☆修了式の日程のお知らせ<br/>・日時:時間・・・3月30日(土) 9:00～13:00まで<br/>修了式を行います。お弁当持参のうえご参加お願ひ致します。</p> <p>☆31年度事業説明会のお知らせ<br/>・日時:時間・・・3月16日(土) 11:30～ 桑の木建物にて<br/>来年度の契約書等の説明を行います。万障お繰り合わせの上、ご参加お願ひ致します。ご印鑑の準備をお願ひ致します。</p> <p>☆毎週火曜日、7日・14日の木曜日はサンアビ体育館での活動となります。7日と14日についてはお迎えを体育館の方へお願ひ致します。また、28日はぱれっとにて集合・解散となりますのでよろしくお願い致します。午前より登会の方に関しては、ぱれっと集合・解散となりますのでよろしくお願い致します。</p> <p>☆ご寄付のお願ひ<br/>ご家庭で使い古したタオル・使っていない新しいタオル等ございましたら、寄付のご協力お願ひ致します。</p> <p>☆保護者会を行います。<br/>日程 : 3月 8日(金)<br/>時間 : 18時～<br/>場所 : ぱれっとにて 宜しくお願ひ致します。</p> |

# 月案

2019年

3月号

社会福祉法人 一越会

ぱれっと C

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

TEL027-260-6888 Fax027-235-5801

代表 中原 映子

http://www.hitokoshi.org

E-mail : info@hitokoshi.org

## 今月のねらい

生体の生活リズムを整える。

◎質の良い眠りを整えるためには

- ①毎日の生活にメリハリを持つ
- ②日中の活動を楽しむ
- ③ほっとする時間や一人での時間、一緒に向かい合う時間の保証
- ④自分の意思を相手に伝え、理解をしているか
- ⑤寝付く前の時間を穏やかに過ごす。

◎思い出旅行を楽しもう

## 今月の運動

◎抗重力筋を育てる。(直立と直立状二足歩行の確立)

- ・腹筋、背筋
- ・縄跳び・ジャンプ
- ・ジョギング
- ・床這運動

◎肩、腕を大きく使う運動

- ・キャッチボール

## 今月の学習 / 作業

◎学習・認識

- ・買い物学習

◎微細・作業

- ・道具の使用(文房具・清掃等)
- ・卒業制作
- ・洗濯ばさみ(手の巧緻性)

## 《今月の予定》

| 日     | 活動内容              |
|-------|-------------------|
| 1(金)  | ボタン・ビーズ通し/だんべえおどり |
| 2(土)  | 卒業組 旅行予定          |
| 3(日)  |                   |
| 4(月)  | 読み・書き/学習          |
| 5(火)  | サンアビリティーズ         |
| 6(水)  | 音楽(打楽器)/ダンス       |
| 7(木)  | サンアビリティーズ         |
| 8(金)  | 買い物学習/だんべえおどり     |
| 9(土)  |                   |
| 10(日) |                   |
| 11(月) | 読み・書き/学習          |
| 12(火) | サンアビリティーズ         |
| 13(水) | 音楽(打楽器)/ダンス       |
| 14(木) | サンアビリティーズ         |
| 15(金) | ボタン・ビーズ通し/だんべえおどり |
| 16(土) | 31年度事業説明会 11:30～  |
| 17(日) |                   |
| 18(月) | 読み・書き/学習          |
| 19(火) | 卒業制作              |
| 20(水) | 音楽(打楽器)/ダンス       |
| 21(木) | 春分の日              |
| 22(金) | 買い物学習/だんべえおどり     |
| 23(土) |                   |
| 24(日) |                   |
| 25(月) | 読み・書き/学習          |
| 26(火) | 戸外歩行(3キロコース:県庁方面) |
| 27(水) | 音楽(打楽器)/ダンス       |
| 28(木) | 戸外歩行(5キロコース:前橋公園) |
| 29(金) | 買い物学習/だんべえおどり     |
| 30(土) | 修了式               |
| 31(日) |                   |

## 全体へお知らせ

☆卒業生組、進学組に分かれてお楽しみ旅行に行きます。行先につきましては、子ども達の希望を基に決めさせていただきました。旅行の詳細につきましては、各グループごとに別紙にてお知らせいたします。よろしくお願い致します。

◎3月27日(水)から4月5日(金)まで、指導時間が変更になります。指導時間は、9:00～15:00です。登会希望予定の用紙を配布いたします。提出期日までにお願ひします。

※附属に通われている方は、3月18日より春休み予定。

※卒業等により上記以外で春休みになる方は職員まで日程等お知らせお願ひ致します。

### ☆修了式の日程のお知らせ

・日時:時間・・・3月30日(土) 9:00～13:00まで  
修了式を行います。お弁当持参のうえご参加お願ひ致します。

### ☆31年度事業説明会のお知らせ

・日時:時間・・・3月16日(土) 11:30～ 桑の木建物にて  
来年度の契約書等の説明を行います。万障お繰り合わせの上、ご参加お願ひ致します。ご印鑑の準備をお願ひ致します。

### ☆ご寄付のお願い

ご家庭で使い古したタオル・使っていない新しいタオル等ございましたら、寄付のご協力お願ひ致します。

### ☆保護者会を行います。

日程 : 3月 8日(金)  
時間 : 18時 ～  
場所 : ぱれっと にて 宜しくお願ひ致します。