

<h1 style="margin: 0;">月案</h1> <h2 style="margin: 0;">2019年</h2> <h2 style="margin: 0;">12月</h2>	社会福祉法人 一越会 ぱれっと ～Aグループ～	〒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>◎朝の流れを身につけましょう。</p> <p>朝起きて、着替え、排尿をしたら、冷水で顔や手足を洗います。習慣にすることで、自律神経に良い刺激を与え、気分をよくさせます。</p> <p>◎家族の役割を果たそう。</p> <p>(年末の大掃除、家事の手伝い等)</p> <p>◎冬休み期間も生活リズムを整えましょう。</p>	<p>◎抗重力筋を育てる。</p> <p>・ジャンプ(その場で跳ぶ、手を挙げて跳ぶ、縄・タオルを回して跳ぶ)</p> <p>◎肩、腕を大きく使う運動</p> <p>・縄、タオル回し ・縄跳び</p>
	認識・微細活動
	<p>◎スケジュールを作り、確認して行動する。</p> <p>(グループで話し合い、決める)</p> <p>◎年賀状制作(切る、貼る、塗る等)</p>

	今月の予定	活動時間	連絡事項
7日	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャンプ、縄跳び ・みんなのフェスタ 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・年賀状制作をします。汚れても良い服装の準備をお願いします。 ・みんなのフェスタを観覧します。お迎えは福祉会館へお願いします。
14日	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャンプ、縄跳び ・年賀状制作 ・プール 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・年賀状制作をします。汚れても良い服装の準備をお願いします。 ・路線バスで行きます。(お迎えは大渡温水プールへお願いします) 療育手帳・交通費(100円)・ロッカー代(20円) お弁当・水筒・プール道具一式の準備をお願い致します。
21日	<p>英語で遊ぼう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年賀状制作、投函 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・午前は英語で遊ぼうの予定です。 ・午後切手を購入し、投函します。63円の準備をお願いします。
27日	<ul style="list-style-type: none"> ・外掃除 <p>お楽しみ会</p>	9:00～15:00 (12:30～15:00)	<p>午前中に外の掃除をします。防寒具、マスク、着替えの準備をお願いします。</p> <p>※金曜日登会でないお子さんは12:30～参加できます。</p>
28日	<ul style="list-style-type: none"> ・大掃除 	9:00～13:00	<p>大掃除で着用するマスク、着替えの準備をお願いします。</p>

全体へのお知らせ	
<p>☆12月7日(土)みんなのフェスタ</p> <p>場所:総合福祉会館 多目的ホール(前橋市日吉町二丁目17-1)</p> <p>集合時間・場所や出演時間は決まり次第ご連絡致します。</p> <p>ひとこしスクールバンドと一緒に楽器演奏「テキィーラ」「ブラジル」を予定しています。(ダンスの内容は考え中。)</p> <p>☆12月7日(土)はなかよしネットワークのクリスマス会です。</p> <p>場所:第2コミュニティセンター 3階ホール(前橋市朝日町三丁目36-17)</p> <p>時間:15時30分～17時頃まで</p> <p>内容:たこっ茶による出し物 ミニコンサート 等</p> <p>☆来年も子どもたちが作った年賀状を出します。</p> <p>・喪中の方はぱれっと職員までお知らせください。</p> <p>☆動作法の日程は12月24日(火)になります。</p>	<p>☆12月27日(金)はお楽しみ会です。</p> <p>金曜日登会ではないお子さんも参加できます。</p> <p><活動時間></p> <p>金曜日登会の方【9:00～15:00】、登会日以外の方【12:30～15:00】</p> <p>☆12月24日(火)～1月6日(月)は冬休み</p> <p>12月24日より冬休みに入ります。指導時間は9時～15時になります。</p> <p>冬休み中の出欠席・活動の詳細に関しては、別紙にて確認・記入をお願いします。</p> <p>ドリーム弁当をご注文される方はお早めに注文をお願いします。1食600円になります。代金は当日現金で持たせて下さい。ドリームの窓口で支払います。</p> <p>持ち物 : 着替え、タオル、水筒、帽子、弁当、リュック使用です。</p> <p>※欠席の際には必ずご連絡をお願い致します。</p> <p>☆12月29日(日)～1月3日(金)は年末年始休みです。</p>

<h1 style="margin: 0;">2019年 月案 12月</h1>	<p>社会福祉法人 一越会 〒371-0016 前橋市城東町3-20-7 TEL027-260-6888 Fax027-235-5801</p> <p>代表 中原 映子 http://www.hitokoshi.org E-mail : info@hitokoshi.org</p>
	<h2 style="margin: 0;">ぱれっとB</h2>

<h3 style="margin: 0;">今月のねらい</h3>	<h3 style="margin: 0;">今月の運動</h3>
<p>生体の生活リズムを整える。</p> <p>◎朝食後に排泄する習慣をつける 就寝後腸の動きが活発になり腸内の不要物が結腸に送られます。朝の空腹時にきちんと朝食を摂ることで胃結腸反射によりS状結腸から直腸に送られ排便しやすくなります。朝食後トイレに入り少し力を入れてだけで排泄できるとひとつの健康の指針になります。</p> <p>天気や気温で自分で着る服を調節しましょう。脱いだり来たり出る服を準備して寒い・暑いと感じたら服装を変えます。</p>	<p>◎抗重力筋を育てる。 ・馬跳び・縄跳び</p> <p>◎肩、腕を大きく使う運動 ・馬跳び・縄回し</p>
	<h3 style="margin: 0;">認識・微細活動</h3>
	<p>◎公共の乗り物に乗る</p> <p>◎制作</p>

	今月の予定	活動時間	連絡事項
7日	<ul style="list-style-type: none"> ・通常活動 ・制作 ・みんなのフェスタ 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・年賀状制作をします。汚れても良い服装の準備をお願いします。 ・みんなのフェスタを観覧します。お迎えは福祉会館へお願いします。
14日	<ul style="list-style-type: none"> ・制作 ・プール 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・年賀状制作をします。汚れても良い服装の準備をお願いします。 ・路線バスで行きます。(お迎えは大渡温水プールへお願いします) 療育手帳・交通費(100円)・ロッカー代(20円) お弁当・水筒・プール道具一式の準備をお願い致します。
21日	<p>英語で遊ぼう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・制作 ・年賀状の投函 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・午前は英語で遊ぼうの予定です。 ・午後切手を購入し、投函します。63円の準備をお願いします。
27日	<ul style="list-style-type: none"> ・外掃除 <p>お楽しみ会</p>	9:00～15:00 (12:30～15:00)	<p>午前中に外の掃除をします。防寒具、マスク、着替えの準備をお願いします。</p> <p>金曜日登会でないお子さんは12:30～参加できます。</p>
28日	<ul style="list-style-type: none"> ・大掃除 	9:00～13:00	<p>大掃除で着用するマスク、着替えの準備をお願いします。</p>

全体へのお知らせ

<p>☆12月7日(土)みんなのフェスタ 場所:総合福祉会館 多目的ホール(前橋市日吉町二丁目17-1) 集合時間・場所や出演時間については決まり次第ご連絡致します。</p> <p>ひとこしクールバンドと一緒に楽器演奏とダンスの発表をします。</p> <p>☆12月7日(土)はなかよしネットワークのクリスマス会です。 場所:第2コミュニティセンター 3階ホール 時間:15時30分～17時頃まで 内容:たこっ茶による出し物 ミニコンサート 等</p> <p>☆来年も子どもたちが作った年賀状を出します。 ・喪中の方はぱれっと職員までお知らせください。</p> <p>☆動作法の日程は12月24日(火)になります。</p>	<p>☆12月27日(金)はお楽しみ会です。 金曜日登会ではないお子さんも参加できます。</p> <p><活動時間> 金曜日登会の方【9:00～15:00】、登会日以外の方【12:30～15:00】</p> <p>☆12月24日(火)～1月6日(月)は冬休み 12月24日より冬休みに入ります。指導時間は9時～15時になります。 冬休み中の出欠席・活動の詳細関しましては、別紙にて確認・記入をお願い致します。</p> <p>ドリーム弁当をご注文される方はお早めに注文をお願い致します。1食600円になります。代金は当日現金で持たせて下さい。ドリームの窓口で支払います。</p> <p>持ち物 : 着替え、タオル、水筒、帽子、弁当、リュック使用です。</p> <p style="color: red;">※欠席の際には必ずご連絡をお願い致します。</p> <p>☆12月29日(日)～1月3日(金)は年末年始休みです。</p>
---	---