

# 月案

2021年

1月号

社会福祉法人 一越会

ぱれっと

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

Tel.027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援責任者 田端 美紀

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。  
◎日さめよく、早起さが出来るようにしましょ

- ・目覚めよく起きるには自律起床が一番。
- ・まだ無理な方は、①カーテンを開ける。②ま

◎毎朝決まった時間に起きられるようにしましょ。

- ・決まった時間に起床することで、朝の決まった時間に排泄する習慣をつけることにつなげましょ。

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	
2(土)	
3(日)	
4(月)	新年会
5(火)	新年会
6(水)	戸外歩行/ぶら下がり
7(木)	音楽活動/運動
8(金)	だんべえ/製作
9(土)	
10(日)	
11(月)	
12(火)	運動/洗濯
13(水)	戸外歩行/ぶら下がり
14(木)	音楽活動/運動
15(金)	だんべえ/製作
16(土)	
17(日)	
18(月)	運動/製作
19(火)	運動/洗濯
20(水)	戸外歩行/ぶら下がり
21(木)	音楽活動/運動
22(金)	だんべえ/製作
23(土)	
24(日)	
25(月)	運動/製作
26(火)	運動/洗濯
27(水)	戸外歩行/ぶら下がり
28(木)	音楽活動/運動
29(金)	だんべえ/製作
30(土)	
31(日)	

## 今月の運動

- ◎ 直立と直立状二足歩行
  - ・歩行(坂道、階段) ・腹筋、背筋 ・スクワット
- ◎ 肩、腕を大きく使う運動
  - ・ボール(キャッチボール、ドリブル)

## 今月の学習 / 微細・作業

- ◎ 学習・認識
  - ・振り返り
  - ・指示理解
- ◎ 微細・作業
  - ・製作
  - ・道具を使う(アイロン、ミキサー等)
  - ・洗濯(布巾、バンダナ、ハンカチ、靴下)

## 全体へお知らせ

☆冬休み活動時間変更について  
12月28日より冬休み活動時間になります。  
下記の活動時間のご確認をお願い致します。

- ・12月28日(月) … 9:00 ~ 13:00
- ・12月29日(火) ~ 1月3日(日) … 年末年始休み
- ・1月4日(月) … 9:00 ~ 13:00 (新年会)
- ・1月5日(火) … 9:00 ~ 13:00 (新年会)
- ・1月6日(水) … 通常活動予定

※冬休みの期間が違う方は職員までお知らせ下さい。

## ☆お楽しみ会について

毎年、年末助け合い募金で行なっている「お楽しみ会」を、今年度はコロナウィルス感染症に伴い、学校の冬休みの期間が変更になった為、「新年会」を行いたいと思います。3密を避けるため10名ずつ2日に分けて1月4日、5日で実施したいと思います。後日、参加日時のご希望を取らせていただきたいと思います。

## ☆来年度の更新手続きについて

☆保護者会の開催は、コロナ状況が落ち着くまでお休みさせていただきます。活動内容や、ぱれっとでのお子様の様子を知りたい方は職員にお声掛け下さい

※予定変更の場合は、随時お知らせ致します。

# 月案

2021年

1月号

社会福祉法人 一越会

ぱれっと

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

TEL027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援責任者 田端 美紀

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。

◎寝つきを良くしましょう。

・お風呂に入ってから20分以内に  
ふとんへ入りましょう。

・お風呂から上がった後、コップ一杯の  
水を飲みましょう。  
(一日の水分量の目安 体重×80ml )

## 今月の運動

◎ 直立と直立状二足歩行

・歩行(1.5kmを17分30秒) ・杖歩行(200m)

◎ 肩、腕を大きく使う運動

・ストレッチ(腕を上げる、下げる)

## 今月の学習 / 微細・作業

◎ 学習・認識

・文字を書く(住所)

◎ 微細・作業

・制作(機織り)

・靴ひも結び

・はさみの使用

・水を移し替える

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	年始休業日
2(土)	年始休業日
3(日)	年始休業日
4(月)	書き初め / 新年会
5(火)	書き初め / 新年会
6(水)	初詣
7(木)	音楽活動/運動
8(金)	だんべい/制作
9(土)	
10(日)	
11(月)	成人の日
12(火)	文字を書く/水を移し替える
13(水)	戸外歩行/ぶら下がり
14(木)	音楽活動/運動
15(金)	だんべい/制作
16(土)	
17(日)	
18(月)	靴ひも結び/はさみの使用
19(火)	文字を書く/水を移し替える
20(水)	戸外歩行/ぶら下がり
21(木)	音楽活動/運動
22(金)	だんべい/制作
23(土)	
24(日)	
25(月)	靴ひも結び/はさみの使用
26(火)	文字を書く/水を移し替える
27(水)	戸外歩行/ぶら下がり
28(木)	音楽活動/運動
29(金)	だんべい/制作
30(土)	
31(日)	

## 全体へお知らせ

☆冬休み活動時間変更について

12月28日より冬休み活動時間になります。

下記の活動時間のご確認をお願い致します。

・1月1日(金) ~ 1月3日(日) 年始休み

・1月4日(月) ... 9:00 ~ 13:00 (新年会)

・1月5日(火) ... 9:00 ~ 13:00 (新年会)

・1月6日(水) ... 9:00 ~ 15:00 お弁当持参ください

・1月7日(木) 通常活動

※3学期開始日時が違う方は職員までお知らせ下さい。

☆新年会について

1月4日、5日「ぱれっと新年会」を行います。今回はコロナウイルス感染症予防な点から、全員一緒に出来ない為、2日に分け行います。希望を取り、調整し行います。両日とも参加をご希望の方は、指導員まで、お声掛けください。

新年会では、「書初め」「一年の目標を立てる」「食事会」を行います。当日は汚れてもいい服を持たせてください。食事会では「箸」のみの用意になります。必要な方は各自、ご用意をお願いします。

両日共13時降会になります。ご協力をお願いします。

☆6日(水)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。

防寒着、帽子等の準備をお願い致します。

1月より以下の指導員でぱれっとを行ないます。宜しくお願いします。

児童発達支援管理責任者 井上 裕太

指導員 亀田 亜希

南雲 義大

小林 紅葵

五十嵐 久子

☆保護者会の開催は、コロナ状況が落ち着くまでお休みさせていただきます。活動内容や、ぱれっとでのお子様の様子を知りたい方は職員にお声掛け下さい

※予定変更の場合は、随時お知らせ致します。

# 月案

2021年

1月号

社会福祉法人 一越会

ぱれっと

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

Tel.027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援責任者 田端 美紀

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>・夜の眠りを質の良い睡眠にするために 他者の話を聞き活動することで、からだと頭・心を使って共に共感できる時間を過ごします。 寝つきが良くなると眠りのリズムも良くなります。</p> <p>・家族の一員として家の仕事に取り組もう</p>		<p>◎ 直立と直立状二足歩行 ・腹筋 背筋 四つ這いバランス ・歩行(早歩き、坂道、階段)</p> <p>◎ 肩、腕を大きく使う運動 ・腕上げ ・荷物運び ・綱引き</p>	
《今月の予定》		今月の学習 / 微細・作業	
		◎ 学習・認識 ・カルタ、トランプ ・ルールを守る ・友だちを誘う ・友だちと一緒に参加する	◎ 微細・作業 ・制作…小物入れ (はさみ、のり、定規を使う)
		全体へお知らせ	
		<p>☆冬休み活動時間変更について 12月28日より冬休み活動時間になります。 下記の活動時間のご確認をお願い致します。</p> <p>・1月1日(金) ~ 1月3日(日) 年始休み</p> <p>・1月4日(月) … 9:00 ~ 13:00 (新年会)</p> <p>・1月5日(火) … 9:00 ~ 13:00 (新年会)</p> <p>・1月6日(水) … 9:00 ~ 15:00 お弁当持参ください</p> <p>・1月7日(木) 通常活動</p> <p>※3学期開始日時が違う方は職員までお知らせ下さい。</p>	
		<p>☆新年会について</p> <p>1月4日、5日「ぱれっと新年会」を行います。今回はコロナウイルス感染症予防な点から、全員一緒に出来ない為、2日に分け行います。希望を取り、調整し行います。両日とも参加をご希望の方は、指導員まで、お声掛けください。</p> <p>新年会では、「書初め」「一年の目標を立てる」「食事会」を行います 当日は汚れてもいい服を持たせてください。食事会では「箸」のみの用意になります。必要な方は各自、ご用意をお願いします。</p> <p><b>両日共13時降会になります。</b>ご協力をお願いします。</p>	
		<p>☆6日(水)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。 防寒着、帽子等の準備をお願い致します。</p>	
		<p>1月より以下の指導員でぱれっとを行ないます。宜しくお願いします。</p> <p>児童発達支援管理責任者 井上 裕太 指導員 亀田 亜希 南雲 義大 小林 紅葵 五十嵐 久子</p>	
		<p>☆保護者会の開催は、コロナ状況が落ち着くまでお休みさせていただきます。 活動内容や、ぱれっとでのお子様の様子を知りたい方は職員にお声掛け下さい</p> <p>※予定変更の場合は、随時お知らせ致します。</p>	
日	活動内容		
1(金)	年始休業日		
2(土)	年始休業日		
3(日)	年始休業日		
4(月)	書き初め / 新年会		
5(火)	書き初め / 新年会		
6(水)	初詣		
7(木)	音楽活動(鑑賞) / 運動		
8(金)	だんべえ / 制作		
9(土)			
10(日)			
11(月)	成人の日		
12(火)	四つ這いバランス / 制作		
13(水)	戸外歩行 / ぶら下がり		
14(木)	音楽活動 / 運動		
15(金)	だんべえ / 制作		
16(土)			
17(日)			
18(月)	四つ這いバランス / 制作		
19(火)	荷物運び / トランプ		
20(水)	戸外歩行 / ぶら下がり		
21(木)	音楽活動 / 運動		
22(金)	だんべえ / 制作		
23(土)			
24(日)			
25(月)	荷物運び / カルタ		
26(火)	四つ這いバランス / 制作		
27(水)	戸外歩行 / ぶら下がり		
28(木)	音楽活動 / 運動		
29(金)	だんべえ / 制作		
30(土)			
31(日)			

# 月案

2021年

1月号

社会福祉法人 一越会

ぱれっと

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

Tel.027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援責任者 田端 美紀

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。  
・早寝、早起き  
早寝早起き、自律起床の習慣は崩さずに行いましょう。  
・睡眠のリズムを整え、朝、排便する習慣をつけましょう。  
朝、決まった時間にトイレに行くことで排便の習慣を身に付けることができます。

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	年始休業日
2(土)	年始休業日
3(日)	年始休業日
4(月)	書き初め / 新年会
5(火)	書き初め / 新年会
6(水)	初詣
7(木)	音楽活動(鑑賞) / 運動
8(金)	だんべえ / 制作
9(土)	
10(日)	
11(月)	成人の日
12(火)	引っ張る / 制作
13(水)	戸外歩行 / ぶら下がり
14(木)	音楽活動 / 運動
15(金)	だんべえ / 制作
16(土)	
17(日)	
18(月)	引っ張る / 制作
19(火)	靴下を洗う / 歩行
20(水)	戸外歩行 / ぶら下がり
21(木)	音楽活動 / 運動
22(金)	だんべえ / 制作
23(土)	
24(日)	
25(月)	靴下を洗う / 歩行
26(火)	引っ張る / 制作
27(水)	戸外歩行 / ぶら下がり
28(木)	音楽活動 / 運動
29(金)	だんべえ / 制作
30(土)	
31(日)	

## 今月の運動

- ◎ 直立と直立状二足歩行  
・戸外歩行(階段のある道を歩く) ・踏み台昇降運動
- ◎ 肩、腕を大きく使う運動  
・ぶら下がり  
・縄を回す

## 今月の学習 / 微細・作業

- ◎ 学習・認識  
・仲間や指導員の言葉掛けで共に行動する。  
・お互いに声を掛け合い、一緒に活動に取り組む。
- ◎ 微細・作業  
道具を使う。  
・洗濯をする。洗濯ばさみを使う。  
・制作

## 全体へお知らせ

### ☆冬休み活動時間変更について

12月28日より冬休み活動時間になります。  
下記の活動時間のご確認をお願い致します。

- ・1月1日(金) ~ 1月3日(日) 年始休み
- ・1月4日(月) ... 9:00 ~ 13:00 (新年会)
- ・1月5日(火) ... 9:00 ~ 13:00 (新年会)
- ・1月6日(水) ... 9:00 ~ 15:00 お弁当持参ください
- ・1月7日(木) 通常活動

※3学期開始日時が違う方は職員までお知らせ下さい。

### ☆新年会について

1月4日、5日「ぱれっと新年会」を行います。今回はコロナウイルス感染症予防な点から、全員一緒に出来ない為、2日に分け行います。希望を取り、調整し行います。両日とも参加をご希望の方は、指導員まで、お声掛けください。

新年会では、「書初め」「一年の目標を立てる」「食事会」を行います。当日は汚れてもいい服を持たせてください。食事会では「箸」のみの用意になります。必要な方は各自、ご用意をお願いします。

両日共13時降会になります。ご協力をお願いします。

### ☆6日(水)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。

防寒着、帽子等の準備をお願い致します。

1月より以下の指導員でぱれっとを行ないます。宜しくお願いします。

児童発達支援管理責任者 井上 裕太

指導員 亀田 亜希

南雲 義大

小林 紅葵

五十嵐 久子

☆保護者会の開催は、コロナ状況が落ち着くまでお休みさせていただきます。活動内容や、ぱれっとでのお子様の様子を知りたい方は職員にお声掛け下さい

※予定変更の場合は、随時お知らせ致します。