

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> <ul style="list-style-type: none"> ・早寝、早起き ・学校が休みの日、卒業式、修了式後でも変わらぬ起床、就寝を心掛け、体内時計を身に付けましょう。 ・起床・・・自律起床を促すため、朝決まった時間にカーテンを開ける、換気をする等で自分で起き、同じ時間に起きる習慣を身に付けましょう。 ・就寝・・・就寝前のテレビやゲームでの光刺激、口うるささなどのストレスを避けましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 直立と直立状二足歩行 <ul style="list-style-type: none"> ・歩行(30分歩こう) ・腹筋・背筋・四つ這いバランス ◎ 肩、腕を大きく使う運動 <ul style="list-style-type: none"> ・腕立て姿勢保持(腕立て伏せ) ・綱引き ・バトミントン
	認識・微細活動
	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 学習・認識 ・話し合いで活動を決めよう。 ・1日の活動内容を振り返ろう。 ・丁寧に文字を書こう。 ◎ 微細・作業 ・裁縫(雑巾を縫う。)・制作

	今月の予定	活動時間	連絡事項
6日	<ul style="list-style-type: none"> ・絵手紙教室 ・戸外活動 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・汗拭きタオル、体温調節できる服の準備をお願い致します。
13日	<ul style="list-style-type: none"> ・室内活動・制作 ・戸外活動 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・汗拭きタオル、体温調節できる服の準備をお願い致します。
20日	<ul style="list-style-type: none"> ・室内活動・制作 ・戸外活動 	9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> ・汗拭きタオル、体温調節できる服の準備をお願い致します。
27日	終了・修了式① (動作法勉強会)	9:00～13:00	<ul style="list-style-type: none"> ・お弁当持参でお願い致します。 ・13時降会のご協力をお願い致します。

全体へのお知らせ	
<p>☆春休みの活動時間について</p> <p>3月29日より春休みの活動時間になります。</p> <p>活動時間に関しては9:00～15:00までの活動になります。</p> <p>春休み出欠席に関しましては、毎月お配りしているカレンダーに記入をお願い致します。※市町村や学校により、春休みの期間が違う方は職員までお声掛け下さい。(卒業式を含む)</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。 ※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。代金は当日現金を財布に入れ持たせて下さい。ドリームの窓口で支払います。(お金のやり取りの支援の為、600円以上、100円以外の硬貨も持たせていただくと幸いです)</p> <p>☆令和3年度事業説明会は中止いたします。</p> <p>・感染防止の為、事業説明会は中止いたします。別紙のお知らせのご確認をお願い致します。また、事業説明の資料を後日お配りいたします。そちらをご確認いただき、わからない点等ございましたら、ご連絡下さい。</p>	<p>☆修了式・終了式について</p> <p>・2日目に分けて修了・終了式を行います。</p> <p>○日時 ①・・・3月27日(土)※土曜登会の方対象 ②・・・3月31日(水)※平日登会の方対象</p> <p>○時間 9:00 ～ 13:00 ※お弁当持参でお願い致します。</p> <p>※平日、土曜日登会両日登会している方につきましては、どちらか1日のみ参加のご協力をお願い致します。(希望日は職員までお願い致します。)</p> <p>☆4月1日(木)は新学期準備のためお休みのご協力をお願い致します。</p>