

# 月案

2021年

3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 井上 裕太

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
  - ・学校が休みの日、卒業式、修了式後でも変わらずに起床、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。

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(月)	基礎運動 / 作業
2(火)	段差昇降 / 読む・書く
3(水)	戸外歩行 / 制作
4(木)	音楽活動 / 運動
5(金)	だんべえ / ルールのある活動
6(土)	
7(日)	
8(月)	基礎運動 / 作業
9(火)	荷物運び / 縄を使う(回す・引く・跳ぶ)
10(水)	戸外歩行 / 制作
11(木)	荷物運び / 縄を使う(回す・引く・跳ぶ)
12(金)	だんべえ / 制作
13(土)	
14(日)	
15(月)	段差昇降 / 本読み
16(火)	荷物運び / 投げる、捕る
17(水)	戸外歩行 / しりとり
18(木)	音楽活動 / 運動
19(金)	だんべえ / ルールのある活動
20(土)	
21(日)	
22(月)	基礎運動 / トランプ
23(火)	荷物運び / 投げる、捕る
24(水)	戸外歩行 / 読む・書く
25(木)	音楽活動 / 制作
26(金)	だんべえ / ルールのある活動
27(土)	終了式・修了式①
28(日)	
29(月)	戸外歩行 / 集団活動
30(火)	戸外歩行 / 集団活動
31(水)	終了式・修了式②

## 今月の運動

- ◎ 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)
- ◎ 肩、腕を大きく使う運動
  - ・タオル回し、ぶら下がり
  - ・荷物運び(机・椅子を決まったところまで運ぶ)
  - ・投げる、捕る(転がす→ボーリング、転がしドッジボール・投げる→キャッチボール、ドッジボール)

## 今月の学習 / 微細・作業

- ◎ 学習・認識
  - ・自分の名前、学校名、住所等読む
  - ・書く・感想を考える、話す
  - ・返事をする、挨拶・報告を行う。
- ◎ 微細・作業
  - ・道具を使う
  - ・端を合わせる・畳む
  - ・切る→はさみ、裁断機
  - ・巻く→毛糸を巻き付ける
  - ・結ぶ→リボン結び

## 全体へお知らせ

### ☆ 春休みの活動時間について

3月29日より春休みの活動時間になります。  
 活動時間に関しては9:00～15:00までの活動になります。  
 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。  
 持ち物 : 着替え、タオル、水筒、帽子、弁当、リュック使用です。  
**※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)**

※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)

### ☆ 令和3年度事業説明会を予定しています。

・現在次年度の資料を作成しております。新型コロナウイルスの状況を見ながら、説明会を開催するか、2月中旬にはお知らせできればと思います。よろしくお願い致します。

### ☆ 修了式・終了式について

- ・2日目に分けて修了・終了式を行います。
- 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
- 時間 9:00 ～ 13:00まで ※お弁当持参でお願い致します。

※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。  
 希望日を職員までお願い致します。

☆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します。

# 月案

2021年

3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 井上 裕太

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、早起きの習慣を崩さないようにしましょう。

前の晩遅く寝ても毎朝同じ時間(6時～6時半)に起き、起床時間をリセットします。起床時は短時間でも窓を開けて換気をしましょう。また、寝起きにコップ一杯水を飲みましょう。

・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出来ます。

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(月)	長縄 / 畳む
2(火)	ボール / ひも結び(通し)
3(水)	戸外歩行 / 制作
4(木)	段差昇降 / 音楽活動
5(金)	だんべえ / ルールのある活動
6(土)	
7(日)	
8(月)	段差昇降 / ルールのある活動
9(火)	走る / 制作
10(水)	戸外歩行 / こすり洗い
11(木)	サーキット / 音楽活動
12(金)	だんべえ / 制作
13(土)	
14(日)	
15(月)	縄回し / 制作
16(火)	ボール / つまむ
17(水)	戸外歩行 / ルールのある活動
18(木)	段差昇降 / 音楽活動
19(金)	だんべえ / ルールのある活動
20(土)	
21(日)	
22(月)	段差昇降 / ルールのある活動
23(火)	走る / 制作
24(水)	戸外歩行 / こすり洗い
25(木)	サーキット / 音楽活動
26(金)	だんべえ / 制作
27(土)	終了式・修了式①
28(日)	
29(月)	戸外歩行 / 集団活動
30(火)	戸外歩行 / 集団活動
31(水)	終了式・修了式②

## 今月の運動

- ◎ 直立と直立状二足歩行
  - ・長縄(タイミングを合わせて入る・跳ぶ)
  - ・戸外歩行(坂道、階段など)
  - ・サーキット(登る、くぐる、ジャンプなど)
- ◎ 肩、腕を大きく使う運動
  - ・ボール(キャッチボール、ボール入れ)
  - ・縄、タオル回し(肩、腕、手首を使って回す)

## 今月の学習 / 微細・作業

- |               |                  |
|---------------|------------------|
| ◎ 学習・認識       | ◎ 微細・作業          |
| ・ルールのある活動     | ・制作              |
| カルタ、トランプ、色合わせ | ・こすり洗い(雑巾やタオルなど) |
| ・文字(読み・書き)    | ・つまむ             |
| ・話を聞き、行動に移す。  | (ボタン、紐結び、畳むなど)   |

## 全体へお知らせ

### ☆ 春休みの活動時間について

3月29日より春休みの活動時間になります。  
 活動時間に関しては9:00～15:00までの活動になります。  
 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。  
 持ち物 : 着替え、タオル、水筒、帽子、弁当、リュック使用です。  
**※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)**  
 ※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けると幸いです)

### ☆ 令和3年度事業説明会を予定しています。

・現在次年度の資料を作成しております。新型コロナウイルスの状況を見ながら、説明会を開催するか、2月中旬にはお知らせできればと思います。よろしくお願い致します。

### ☆ 修了式・終了式について

- ・2日目に分けて修了・終了式を行います。
- 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
- 時間 9:00 ～ 13:00まで ※お弁当持参をお願い致します。

**※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。**  
**希望日を職員までお願い致します。**

☆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します。