

# 月案

2023年

3月

社会福祉法人 一越会

系車

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

TEL027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援管理責任者 川野 彩花

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

☆20時前後に就寝しましょう。

20時ごろには寝室に行き、部屋は、豆電球も消して真っ暗な部屋で寝ます。睡眠の質を上げるためには、  
①就寝2時間前までに夕食を取る。(油や高たんぱくな肉類はなるべく控える)  
②就寝20分前に寝床に入りましょう  
③風呂上りはコップ一杯の水を飲みましょう。  
④就寝前のストレスはさける(テレビ、ゲーム、タブレットの機械音や口うるさくしかる等)

## 今月の運動

◎抗重力筋を育てる。(直立と直立二足歩行の獲得)

○1年間のまとめ

○持久走

○固定遊具(ジャングルジム・鉄棒)

◎腕・肩を使った運動

○1年間のまとめ

○固定遊具(ジャングルジム等)

## 今月の認識学習 / 微細活動

◎認識学習

○1年間のまとめ

○絵本や短歌を読む、音読、書写、

○季節の植物、野菜、果物を探しにいこいう

◎微細活動

○1年間のまとめ

○思い出制作

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
2(木)	粗大・微細、認識活動 /
3(金)	粗大・微細、認識活動 / 豆まき
4(土)	
5(日)	
6(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
7(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
8(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
9(木)	粗大・微細、認識活動 /
10(金)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
11(土)	
12(日)	
13(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
14(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
15(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
16(木)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
17(金)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
18(土)	
19(日)	
20(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
21(火)	春分の日
22(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
23(木)	
24(金)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
25(土)	
26(日)	
27(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
28(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
29(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
30(木)	修了、進級式 / お楽しみ会
31(金)	新年度準備のためお休み

## 全体へお知らせ

☆事業所内相談会について

3月の事業所内相談会は

○3月10日(金) 16:30~17:30

○3月11日(土) 14:00~15:00

○3月14日(火) 16:30~17:30

3月のテーマは、『1年間のまとめ』です。

活動の様子等、動画や写真でお見せしたいと思います

☆春休み中の活動時間について

活動時間 9:00~15:00

ヘルプ等申し込まれる方、お早めにご連絡ください。

☆令和5年度事業説明について

・新型コロナウイルス蔓延防止の為、事業内容計画等は配布にてお知らせいたします。ご確認宜しくお願い致します。

☆思い出遠足について

グループ別にて行います。詳細につきましては、後日お知らせいたします。

☆修了式・終了式について

新型コロナウイルスの蔓延防止の為、グループ別に行います。詳細につきましては後日お知らせいたします。

☆3月31日(金)は新学期準備のためお休みのご協力をお願いします。

令和5年度の指導は4月1日(土)からになります。よろしくお願い致します。