

月案

2023年

1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

☆就寝前に入浴をしましょう

入浴は、就寝時間から20分前に上るよう見計らって入りましょう。入浴によって急上昇した体温が風呂から出ると急降下します。元の体温に戻る前の温まっている状態で布団に入ると体温が下がっていくのに伴い寝つきが良くなります。湯冷めをしてしまう前(20分以内)に就眠出来るようにしましょう。

また、入浴をすると体温を下げるために汗をかく上に、睡眠中は脳とからだの代謝を繰り返すため水分が失われます。風呂上りにはコップ一杯の水を飲みましょう。

《今月の予定》

日	活動内容
1(日)	年始休み
2(月)	
3(火)	
4(水)	顔合わせ、目標決め / 初詣
5(木)	粗大・微細、認識活動 / お正月遊び
6(金)	粗大・微細、認識活動 / お正月遊び
7(土)	
8(日)	
9(月)	成人の日
10(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
11(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
12(木)	粗大・微細、認識活動 / プール
13(金)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
14(土)	
15(日)	
16(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
17(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
18(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
19(木)	粗大・微細、認識活動 / プール
20(金)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
21(土)	
22(日)	
23(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
24(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
25(水)	粗大・微細、認識活動 / 歌・楽器
26(木)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
27(金)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
28(土)	
29(日)	
30(月)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動
31(火)	粗大・微細、認識活動 / 集団活動

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)

○持久走

○固定遊具(ジャングルジム、鉄棒、雲梯)

◎腕・肩を使った運動

○ジャングルジム・・・昇り降り、ぶら下がり、引き寄せ

今月の認識学習 / 微細活動

◎認識学習

○絵本や短歌を読む、書写

○2022年の振り返り(楽しかったこと、頑張った事)

2023年の目標を決める、書く

◎微細活動

○お正月遊び『コマを作って遊ぼう』 ※グループ別

○制作

全体へお知らせ

☆2023年もよろしくお願ひ致します。

☆事業所内相談会について

1月の事業所内相談会は

○1月13日(金) 16:30~17:30

○1月14日(土) 14:00~15:00

○1月17日(火) 16:30~17:30

1月のテーマは、『自我とわがまま』です。

☆1月4日(水) 新年の顔合わせと初詣を行ないます。

お賽銭用の小銭をお財布に入れて持たせて下さい。よろしくお願ひ致します。

※平日利用の方、利用日に関わらず参加可能です。

☆1月のプールについて

○1月12日(木) 麻田グループ、門倉グループ

○1月18日(木) 唐澤グループ、吉田グループ

※グループごとで分かれて行きます。よろしくお願ひ致します。

※コロナウィルスの感染状況を見て中止になる場合があります。ご了承ください。

☆お休み中に2022年の振り返りと2023年の目標決めをご家族で相談をお願ひ致します。1月7日(土)の顔合わせの時に発表します。

☆タオルの寄付をお願ひ致します。

☆10月~12月の様子

・夏休み明けからは11月のマラソン大会に向け持久走を頑張りました。

練習の成果を出し切り、全員完走することが出来ました。

・後期から新しく『バナナでチャチャチャ』の楽器演奏が始まりました。

