

風邪に注意です！



朝晩めっきりと冷え込んで、秋から冬へと寒さが一足ずつ近づいてくる気配を感じる今日この頃です。こんな時期は、風邪を引いたり体調を崩したりしやすいので、手洗い・うがいの習慣を心がけましょう。体温調節が難しいお子さんや、気温の変化に応じて衣服を調節するのが難しいお子さんもいます。重ね着ができ、脱ぎ着しやすい衣服を準備してあげてください。その日の天候や体調に応じて服装を調節していく練習をしていきましょう。毎日の積み重ねが大切です。自立に向けての一步の始まりですね。

さて、前回の『にこにこ相談会』の保護者研修会はいかがでしたか。時間が足りなくて、せっかくの保護者同士の情報交換の時間が少なくなってしまいましたすみませんでした。少しですが、貴重なお話を紹介させていただきます。

『日常生活の中での感覚統合～必要な刺激や運動を取り入れる～』 お手伝い

Mさん(小2) ベたべたした物の感触が苦手です。手だけでなく口も…。でも、研修会の話聞いて、**お米研ぎは手につかず、過敏でも取り組みやすい**と書かれていたので、挑戦してみようと思いました。*是非、試してみてください。過敏の人にとっては、受け身ではなく、“自分から触る”ということが何よりも大切です。



Hさん(小3) **食器の片付け**をしてくれます。自分の物だけでなく、言わなくても、おじいさんやおばあさんの分も片付けてくれます。***バランス力や目と手を同時に使う力を高めるのにとても良いです。是非続けてください。**



Aさん(小4) 畑に出て、**リアカーに荷物を載せて運ぶ**手伝いをしてくれます。畑に出ることがとても好きです。初めは、**敵**など足下が不安定でバランスをとることが難しかったのですが、今では普通に歩くことができるようになりました。***とてもよい活動をされていますね！筋肉や関節の力をつけることはもちろん、重さの感覚をつかむことで力の調節もできるようになります。そして、何よりもバランス力です。不安定な場所なので、より強くバランス力が培われます！！**

◆昨年は、小学部の掃除について紹介させて頂きましたが、**今回は高等部の作業班(環境整備班)**について紹介させていただきます。環境整備班は**週に4時間**、校内の窓ふきや洗面台の清掃を行っています。★窓ふき①バケツに水をくんで運ぶ、タオルを絞る・拭く(バランス、腕力、中間姿勢、指先の力、母指対立、握力、両手の操作) ②ワイパーで水分をとる。(道具の操作、目と手の協応、力の調節)★洗面台清掃①スポンジでこする(触覚、握力、力の調節、中間姿勢) ②ぞうきんで床を拭く(中間姿勢、足の筋力)

これらを継続して取り組むことで、清掃手順だけでなく様々な力がつきますが、何よりも、学校がきれい

になることで生徒のやる気が増します。作業を通して**役立ち感、満足感・達成感、責任を持って働く**ということにつながっていきます。また、生徒は職業としての清掃活動を意識し、小さな汚れも見逃さないという気持ちで取り組んで頑張っています。

