ホッとさぽーとだより

神奈川県立伊勢原養護学校
連携支援グループ　地域支援・相談班
令和5年1月発行　No.5

ホッとさぽーと相談会

地域支援相談班では、保護者を対象としたホッとさぽーと相談会を年に2回行っております。今年度ものべ12名の保護者の皆さんからご相談がありました。今後も何かご家庭での困りごと、お悩みがある場合は、お一人で抱え込まず、ぜひお気軽にこの相談会を活用いただければと思います。

さて、今回は「ご家庭での過ごし方」においてぜひ取り組んでいただきたいポイントについてご紹介します。

【自分のこと】

- 着替え
- 歯磨き
- お風呂
- トイレ
- 食事の準備や片付け
- 学校等の準備や片付け

【家のこと】

- 掃除
- 洗濯（洗濯機を回す、干す、畳むなど）
- 料理（調理、食器を洗う、電子レンジや炊飯器を使う）

これらは社会に出たときにぜひ身に付けておきたい大切な力となります。上のように、まずは自分の身の回りのこと、その次に家のことへとステップアップするイメージを持っていただければと思います。自分の食事の支度や片付けなどから危険のない範囲で少しずつできることを増やしていけるとよいですね。そして、何かに取り組めたらそのことをたっぷり褒めて「ありがとう」という言葉をかけてあげてください。そうすると「また、やってみようかな」という気持ちになると思います。

ボランティアさんへのプレゼント

小学部低学年の児童たちが日頃お世話になっている本校のボランティアさんたちに図工の授業で制作した「ゆきのリース」をプレゼントしました。小学部は今年度、ボランティアさんたちと直接お話する機会がなかなか持てなかったため、今回リースを受け取ったボランティアの皆さんからも児童たちからもたくさん笑顔が見られ久しぶりに楽しい交流ができました。

裏面もあります。

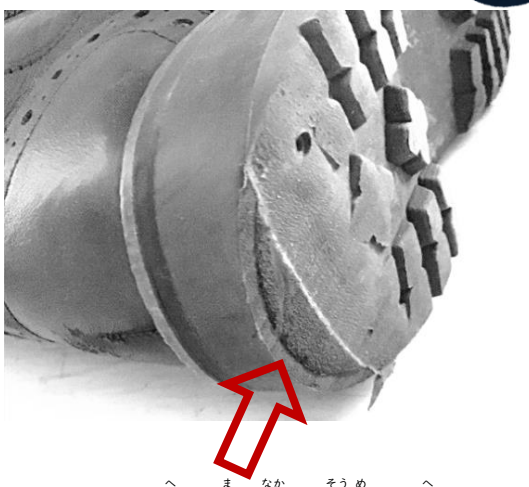
伊勢原市福祉展

1月12日（木）、13日（金）に伊勢原市福祉展が開催され、本校高等部の美術の時間に制作した作品（1学年はダンボールを使用して制作した額縁、2学年は鉛筆で描いた手のイラストとポスター、3学年は半紙の折り染めをして制作したうちわ）、七沢学園訪問部小中学部の生徒が合同で制作した雪の結晶のステンシルを展示させていただきました。

2月25日（土）、26日（日）には、成瀬公民館まつりで分教室の生徒の作品と、高等部作業班の作品を展示させていただく予定です。こちらもぜひ足を運んでみてくださいね！

年度末が近づいてきました。そろそろ子どもたちの靴のチェックをお願いします！

3学期が始まり、そろそろ来年度のことが気になる季節になりました。子どもたちが毎日履いている靴を改めて見直してみませんか？靴の大きさはもちろん、靴の減り方にも気にかけてください。靴は毎日履くことで知らず知らずのうちに一部分が大きく減っていることがあります。かかとが内側や外側に倒れこんでしまうと、歩いた時の負担がそのまま足にかかってしまい、疲れやすくなります。この場合、かかとのしっかりした靴で足を支えられるように靴を選びましょう。



かかとのすり減り（真ん中が2層目まで減っている）

※次回は3月発行予定です。