

サポート通信 No.1

令和8年6月

文責：久保

障がいのある息子を育てて20年。特別支援学級担任及びコーディネーターになって13年目。親として、学校職員として、目指していることがあります。

- ・自分が仕事をすることで「誰かの役に立っている」と自信を持ち、自立した生活を送る大人に育てること
- ・できないことや難しいことは「手伝ってください」「お願いします」と助けを求めることができる大人に育てること
- ・できそうなことには挑戦し、できることには進んで取り組む大人に育てること。

檉小学校の子供たちが将来、自立してより豊かな生活を送れるように、小学生の今必要なことに関して、情報提供をしていきたいと考えています。
(年5回の予定) ご一読していただければ幸いです(^o^)

将来の自立に向けて、小学生の今、身につけておいたほうがよいこと
～【就労準備性ピラミッド】から考える～

① 生活リズムについて考える

【就労準備性ピラミッド】の土台となるのは、健康管理と日常生活管理です。平日だけでなく、夏休みなど長期休みの期間も食事・睡眠のリズムが崩れないように、生活環境を整えてあげましょう。

② 発達段階に合った、お小遣いの管理を

日常生活管理の中に、「収入に応じた生活ができる」「余暇を過ごせる(ストレス対処や休息)」があります。お金を使う際に、必要なものか欲しいものかを考える。優先順位をつけて、お小遣いの範囲内でやりくりする。小学生のうちから、できれば定額制のお小遣いで経験させたいですね。

③ 健康のためにも、徒歩で移動する習慣を

登下校に限らず、遊んだり買い物に出かけたりするときも、近所であれば徒歩で移動するように勧めましょう。交通ルールを守り、安全に移動することも自立への一歩です。

④ 【就労準備性ピラミッド】の最上段以外、今から身につけられます！！

対人スキル(あいさつ・言葉遣い、協調性・共同作業、感情のコントロール、自分の気持ちを伝える、注意されたときの謝罪、苦手な人への対応)や基本的労働習慣(あいさつ・返事、報告・連絡・相談、規則を守る、危険への対処)も、子供たちが日々学んでいることです。

☆ 子供たちに関わる大人は、今の生活が将来の自立に直結していると考え、生活環境・学習環境を整える必要がありますね(^_^)

就労準備性ピラミッド

