

令和4年度

グループホーム  
支援サービス計画書

共同生活援助事業所 中台育心園

〒311-2213

茨城県鹿嶋市大字中字烏山 431-20

TEL 0299-69-2222

FAX 0299-69-2237



### 1. 【支援の目的】

グループホームでの生活を望む知的障害者(以下「利用者」という。)を対象に、地域の中で自立した共同の日常生活が営めるよう、入浴や排泄及び食事等の援助、相談その他日常生活上の支援、日中活動に係わる事業所等との連絡調整等を適切に行うことを支援の目的とします。

### 2. 【支援の基本方針】

- ① 利用者の心身の状況やその置かれている環境、要望等を的確に把握し、それに応じた個別支援計画を策定し、規律ある生活習慣の確立と近隣住民との調和のとれた生活を送れるようにします。
- ② 利用者の意思及び人格を尊重し、信頼・公平・愛情を持って住みよい家庭的な環境づくりに努め、利用者に生活の意欲と自信を持たせます。
- ③ 利用者の日中活動等の支援並びに問題への対応、余暇活動の支援、その他社会生活を営む上で必要な支援を行い、地域生活の自立を補います。
- ④ 地域との関わりを保ち、市町村、障害福祉サービス事業者、その他の保険医療サービス又は福祉サービスを提供するものとの密接な連携に努めます。

### 3. 【支援目標】

- ① 協 力……みんなと力を合わせ、仲良く生活できるようになりましょう。
- ② 忍 耐……どんなことでも最後までやり通すことができるようになりましょう。
- ③ 自 立……社会に役立つ人になりましょう。

### 4. 【サービスの内容】

◇ 生活支援…日中活動を除いた生活全般を生活支援の領域とし、以下の(1)～(13)の支援を利用者の日課及び支援カリキュラムに沿って行います。

利用者個々の支援は、個別支援計画書を作成し、支援目標と方法を定め、利用するサービス内容等の説明をし同意を得た上で、基本的に「できること・できるであろうこと」は自分で毎日行い、他利用者と共同の生活が送れるよう、見守りの姿勢で支援します。

(1) 食事の提供 [朝食・夕食]	(8) 家族との連携
(2) 入浴 [週3回以上]	(9) 余暇活動の援助
(3) 身辺処理の支援	(10) 預かり金等管理サービス
(4) 日常生活上の支援	(11) 代行サービス
(5) 健康管理	(12) 付き添いサービス
(6) 相談及び援助	(13) その他、地域生活を送る上で通常必要となるもの
(7) 日中活動に係わる事業所等との連絡調整	

◇ 日 課…利用者の要望や日中活動(職場など)の事情を十分に考慮しながら、他利用者との共同生活や地域住民との調和のとれた生活が送れるよう、利用者個々の日課に沿って、規律ある生活習慣を維持し、自立に向けた支援を行います。

[日課の留意事項]

- ① 余暇支援、中台育心園の行事参加、健康診断、避難訓練等がある場合には、日課を変更することがあります。
- ② 自然災害(地震・竜巻・大雨・洪水・雷など)やその他の非常災害(家事・不審訪問者など)、感染症の発症や流行時においては、日課を適切な期日まで休止することがあります。
- ③ 利用者の職場等の勤務時間に応じて、個別に日課を組むことがあります。

◎ [一日の流れの目安]

時	曜	土	日	月	火	水	木	金
6:00		起床・整容・清掃など						
7:00		朝食準備・朝食・後片付けなど 移 動						
9:30		余暇など		(障害福祉サービス、就労など)				
15:30			移 動					
18:00		洗濯・清掃・夕食の準備など						
19:00		夕食・後片付けなど						
		入浴			入浴		入浴	
		自由時間						
22:00		就 寝						

5. 【支援カリキュラム】

利用者が、共同生活及び地域生活を営む上で必要な事柄(余暇支援、健康支援含む)を習得するために、月毎の支援カリキュラムを作成し、内容に沿って総合的に働きかけ、実践を重ねながら生活知識と望ましい生活態度を育むことをねらいとしています。

支援カリキュラムは、関係諸機関との連絡調整や偶発的な出来事、利用者の疾病の悪化等により、事前に知らせることなくその内容の一部又は全部を変更することがあります。

6. 【年間行事予定について】

年間行事は、下記の通りです。地域行事やバックアップ施設「中台育心園」の行事があります。

月	行 事 予 定 表	
	中 台 育 心 園 行 事	地 域 行 事
4	お 花 見	誕 生 会
5		
6		
7		
8	夏 ま つ り	
9		
10		
11	勤 労 感 謝 祭	
12	ク リ ス マ ス 会	
1	新 年 会	
2		
3	ふ れ あ い 会	
		大野住民体育祭、鹿嶋まつり(みんなの広場) 大野ふれあいまつり、G・H連絡協議会地区行事
		大野今昔かるた大会
		鹿嶋市合同販売会

[留意事項]

- ・地域行事は、中台育心園利用者との調整上、参加できない場合があります。
- ・利用者の希望による、個人又は小グループでの外出や外泊は、行事として取り上げていません。  
(例：旅行、スポーツ観戦、映画鑑賞、カラオケ等)
- ・新型コロナウイルス等の感染症の感染状況により、行事の中止や延期、又は規模を縮小して実施する場合があります。

# 支援カリキュラム

4月	単元	明るい生活	目標	☆共同生活の決まりを守り、規則正しい生活をおくりましょう。
生活単元の内容			余暇	
<p>1. 共同生活の係分担を決めよう。</p> <p>▽ホームの日課や決まりを話し合っ、生活の係を決めよう。</p> <p>▽地域のきまりについても確認し、協力しよう。 (例:ゴミの選別や当番、市の一斉清掃など)</p> <p>▽清掃の仕方を覚えよう。</p>			<p>▽中台行事「お花見」</p> <p>▽買い物、外食など</p> <p>▽希望外出・外泊</p> <p>▽誕生会</p>	
<p>2. 共同生活の基本的な習慣を身に付けよう。</p> <p>▽決まった時間に起床しよう。</p> <p>▽係分担の仕事は、時間に遅れずに毎日続けよう。</p> <p>▽共用設備や備品の取り扱いについて話し合おう。 (共用設備:台所・居間・玄関・便所・浴室・テレビ・クーラー等)</p> <p>3. 明るく生活しよう。</p> <p>▽挨拶・返事は、はっきりとしよう。</p> <p>▽友達とは仲良く生活しよう。</p> <p>▽共用物を使用したら、元の場所にきれいに片付けよう。</p> <p>4. 仕事場等への交通手段の利用を覚えよう。</p> <p>▽利用する車両等の時刻と経路を覚えよう。</p> <p>▽歩く順路、緊急時の連絡方法についても決めておこう。</p> <p>▽主なスーパーや病院、理容店等の場所も覚えよう。</p>			<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類の清潔</p> <p>▽布団の乾燥・日光消毒</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽健康診断 (胸部X線検査、血液検査)</p> <p>▽血圧・検尿</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)など</p>	
<p>5. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽月々の小遣いを決め、お金は計画的に使おう。 (生活費を優先に)</p>			<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>バランスのとれた食事</p> <p>▽役割分担を決めよう。</p> <p>▽簡単な調理を覚えよう。</p> <p>ご飯を炊く、味噌汁をつくる</p>	

5月	単 元	日常の礼儀	目 標	☆基本的な日常の礼儀作法を身につけましよう。
生活単元の内容			余 暇	
<p>1. お母さんや家族の人達の仕事を理解し、感謝の気持ちを持つとう。</p> <p>▽お母さんや家族の人達の仕事(家事含む)を考え、自分の日課と比べてみよう。</p> <p>▽4月に立てた自分たちの役割や仕事が最後までしっかりと行われているか反省しよう。</p> <p>▽お母さんや家族の人達に感謝の気持ちを言葉や手紙等で表してみよう。</p>			<p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出など</p>	
<p>2. グループ内での礼儀</p> <p>▽友達や世話人に対する日常の礼儀は忘れずに行おう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「おはようございます」「おやすみなさい」等の基本的な挨拶。</li> <li>・丁寧な言葉づかいを心掛けよう。</li> <li>・階段の上がり下がり、戸の開け閉めは静かに。</li> </ul> <p>▽わからないときは、聞くようにしよう。(相談しよう)</p> <p>▽身だしなみは、いつもきれいにしよう。</p> <p>3. 地域の人達への礼儀</p> <p>▽挨拶は丁寧にしよう。</p> <p>▽会釈の仕方も覚えておこう。</p> <p>▽近隣住民との連絡の取り方(回覧板等)を覚えよう。</p> <p>4. 衣替えの準備をしよう。</p> <p>▽厚手の長袖は、衣装ケース等に片付けよう。 (防虫対策も行う)</p> <p>▽不要な衣類は、処分しよう。</p> <p>5. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽お金は、計画的に使おう。</p>			<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類の清潔</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
			食 事	
			<p>▽献立をたてよう。</p> <p>バランスのとれた食事</p> <p>▽正しい配膳</p> <p>▽後片付け(下膳)の仕方</p> <p>洗い方、油の始末、ゴミの分別に留意して</p>	

6月	単元	梅雨の衛生	目標	☆梅雨にかかりやすい病気を知り、健康で過ごせるようにしましょう。
生活単元の内容			余暇	
<p>1. 歯をきれいにみがきましょう。</p> <p>▽「虫歯予防デー」を知り、歯を大切にすることを考えよう。</p> <p>▽正しい歯の磨き方を覚えよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(難しい場合は、電動歯ブラシの利用も考える)</p> <p>▽口臭を無くし、人に嫌な感じを与えないようにしよう。</p> <p>▽虫歯のある人は、治療を受けよう。</p>			<p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出など</p>	
<p>2. 伝染病の予防をしよう。</p> <p>▽梅雨時の伝染病とその予防の方法を知ろう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(細菌、カビなど)</p> <p>▽台所の衛生。(生ゴミの始末と調理器具類の消毒・乾燥の仕方を徹底しよう)</p> <p>▽手洗い、うがいをしっかりと行おう。</p> <p>▽生水は、たくさん飲まないように注意しよう。</p> <p>▽白癬菌の予防、治療もしっかり行おう。</p>			<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽虫歯の予防、治療</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類の乾燥、清潔</p> <p>▽飲食物の注意</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽ハエ、ゴキブリ等の駆除</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽歯科検診</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
<p>3. 身の回りの清潔に心掛けよう。</p> <p>▽洗濯物は、しっかりと乾いてから畳んで片付けよう。</p> <p>▽手足の爪は、きれいに切っておこう。(定期的な点検)</p> <p>▽タオルは、毎日交換しよう。</p> <p>▽髪をきれいにしておこう。(定期的な理容)</p> <p>▽トイレは、常に清潔に。(使用後のマナー)</p>			<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>生ものに気を付けて</p> <p>▽梅雨時の生水に気を付けよう。</p> <p>▽落ち着いた BGM で和やかな雰囲気を出してみよう。</p>	
<p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽無駄遣いをしていないかどうか考えよう。</p>				

7月	単元	暑さに負けない	目標	☆暑い日の身なりや休憩の取り方を覚えよう。
生活単元の内容			余暇	
<p>1. 暑さに負けず、自主的な生活をしよう。</p> <p>▽暑くても規則正しい生活をし、自分のことは最後まで行おう。</p> <p>▽たくさん汗をかいたら衣服を取り替えよう。</p> <p>▽汗拭きは、常に清潔なものを用意しよう。</p>			<p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽七夕飾り</p> <p>▽希望外出など</p>	
<p>2. 夏にかかりやすい病気</p> <p>▽熱中症、日射病、冷房病、寝冷え等について知ろう。</p> <p>▽休憩は、涼しい場所等でとろう。</p> <p>▽適度な水分補給をしよう。(飲み過ぎに注意して)</p> <p>▽外での活動は、帽子をかぶろう。</p> <p>▽寝冷えしない工夫をしよう。</p> <p>3. 有害動物の駆除</p> <p>▽ハエ、ゴキブリ、ネズミ等の駆除をしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 駆除用品等の活用</li> <li>・ 残食の始末、お菓子類の後片付けの確認</li> </ul> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒をしよう。(一年を通じ定期的に)</p> <p>4. 冷房器具の利用に注意しよう。</p> <p>▽クーラーの使い方について話し合おう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 設定温度や時間帯など</li> </ul> <p>▽クーラーばかりでなく、日中は自然換気にも心掛けよう。</p> <p>5. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し、残金を確かめよう。</p> <p>▽無駄遣いをしていないかどうか確かめよう。</p>			<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類、履物の清潔</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽ハエ、ゴキブリ等の駆除</p> <p>▽便所、下水、浴室の消毒</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
			<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>生ものに気を付けて</p> <p>▽食事のマナー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 肘をつかずに食べよう。</li> <li>・ 口を閉じて噛もう。</li> </ul>	

8月	単元	夏まつり 夏帰省	目標 ☆夏まつりに参加し、地域の人達と交流を深めよう。 ☆家族の方と連絡をとり、お盆(夏帰省)の計画を立てよう。
生活単元の内容		余暇	
<p>1. 納涼「夏まつり」に参加しよう。</p> <p>▽中台育心園の地域交流行事「夏まつり」の参加計画を立ててみよう。</p> <p>▽模擬店の利用の仕方やマナーについて考えよう。</p> <p>▽地域の人達と一緒に盆踊りやゲーム等をして楽しもう。</p> <p>▽後片付けも皆と協力して行おう。</p>		<p>▽買い物、外食</p> <p>▽中台行事「夏まつり」</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出</p>	
		保 護	
<p>2. 夏帰省の計画を立てよう。</p> <p>▽家族にお盆帰省を相談してみよう。 (帰省の有無・期間等)</p> <p>▽帰省中の過ごし方や約束事について話し合い、確認しよう。 (規則正しい生活、外出、お手伝い等)</p> <p>▽夏の健康で気を付ける点も確認しよう。</p> <p>▽ホームで生活を送る場合でも、日中の計画を立てて見よう。</p> <p>▽新型コロナウイルス等の感染症の感染状況によっては、帰省を自粛する場合もあることも理解しよう。</p> <p>3. 家庭でも規則正しく生活しよう。</p> <p>▽毎日、定時に起床しよう。</p> <p>▽家の人の手伝いは進んで行おう。</p> <p>▽自分でできることは、毎日続けよう。 (洗濯、清掃など)</p> <p>▽先祖のお墓参りをしよう。 (難しい場合は、ご仏壇)</p> <p>▽夏帰省の反省をしよう。 (できたこと、できなかったこと)</p>		<p>[衛生面の援助]</p> <p>▽炎天下の帽子着用</p> <p>▽寝冷え予防</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類の乾燥、清潔</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽便所、下水、浴室の消毒</p> <p>▽ハエ、ゴキブリ等の駆除</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p> <p>▽熱中症予防</p>	
		食 事	
<p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽無駄遣いをしていないかどうか確かめよう。 (計画的な買い物)</p>		<p>▽献立をたてよう。</p> <p>生ものに注意しよう。</p> <p>▽清潔な食堂</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・卓上は、いつもきれいに。</li> <li>・布巾の消毒、洗濯を忘れずに。</li> </ul>	

9月	単元	日常の仕事	目標 ☆自分の役割と責任を果たすことができるようになりましょう。
生活単元の内容		余暇	
<p>1. 生活と仕事の関連を考えよう。</p> <p>▽生計に必要なお金は、どのようにして得られているのか話し合おう。</p> <p>▽自分の仕事(生活上の係分担も含めて)が、きちんとできているかどうか評価してもらおう。</p> <p>▽どんな仕事でも手を抜かず、最後までやり通そう。</p>		<p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出</p> <p>▽地域行事「中野西小学校運動会」</p>	
<p>2. 素直な態度と自主性を身に付けよう。</p> <p>▽相手の顔を見てお話しを聞いたり、返事をする習慣をつけよう。</p> <p>▽日常生活の中で、気づいたことは進んで行おう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(例:ゴミを拾う、玄関が汚れていたら掃く等)</p> <p>▽友達ができないで困っている時は、気持ちよく手伝おう。</p> <p>▽衣替えの準備を自ら少しずつ行ってみよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(冬物にならないように)</p> <p>3. 共有する日用品、備品等の補充、修繕を行おう。</p> <p>▽毎日、皆で使う日用品等を点検してみよう。</p> <p>(箒・洗面器・玄関マット・調理器具・お皿・炊飯器・洗濯機など)</p> <p>▽すぐに購入するのではなく、自分たちで修繕できそうなものは、直してみよう。</p> <p>▽照明スイッチや戸の開閉なども乱雑にせず、丁寧に扱おう。</p>		<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類の調節</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽便所、下水、浴室の消毒</p> <p>▽ハエ、ゴキブリ等の駆除</p> <p>▽衣替え</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽熱中症予防</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
<p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽無駄遣いをしていないかどうか確かめよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(計画的な買い物)</p>		<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>生ものに気を付けよう。</p> <p>▽食事の後片付け</p> <p>・食器は音を立てずに大切に扱おう。</p> <p>・ゴミの分別を守ろう。</p>	

10月	単元	交通安全	目標 ☆交通安全の意味を理解し、歩行が安全にできる習慣を身に付けましょう。
生活単元の内容		余暇	
<p>1. 歩行者の交通安全には、どんな決まりがあるのか調べてみよう。</p> <p>▽歩行者は、道路のどちら側を歩くのか確認しよう。</p> <p>▽信号機の色と意味について確認しよう。</p> <p>▽横断歩道を渡るときの心得。</p> <p>▽市内には、どのような交通標識があるのか調べてみよう。</p>		<p>▽地域行事「みんなの広場」(鹿嶋まつり)、大野地区住民体育祭、GH連絡協議会行事</p> <p>▽希望外出</p> <p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会など</p>	
<p>2. 交通機関利用の心得。</p> <p>▽バスの乗り降りは、順番を守って慌てずにしよう。</p> <p>▽お年寄りやからだの不自由な人には、親切に席を譲る気持ちを持つよう。</p> <p>▽窓から手や顔を出さないようにしよう。</p> <p>▽他のお客さんに迷惑がかからないよう静かにしよう。</p> <p>▽施設の送迎車を利用する際のマナーや決まりを理解しよう。</p>		<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽ハエ、ゴキブリの駆除</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p>	
<p>3. 地域のまつりや行事に参加しよう。</p> <p>▽「みんなの広場」「大野地区住民体育祭」等の参加の有無を決め計画を立てて見よう。</p> <p>▽地域の各種団体、個人の販売所や模擬店などを散策してみよう。</p> <p>▽地域行事の決まりごとを守ろう。</p> <p style="text-align: center;">(ゴミの持ち帰り等)</p> <p>▽機会があれば発表や模擬店販売等に参加し、地域の方々にPRしてみよう。</p>		<p>[健康管理]</p> <p>▽健康診断</p> <p>血液検査、心電図(40歳以上)</p> <p>▽検温(毎朝)</p> <p>▽月例体重測定</p>	
<p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽無駄遣いをしていないかどうか確かめよう。</p> <p>▽赤字が出た場合は、対処方法を相談しよう。</p>		<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>秋の味覚を入れてみよう。</p> <p>▽好き嫌いなく、きれいに食べるよう心掛けよう。</p>	

11月	単元	勤労の尊さ	目 標 ☆勤労の意義や尊さを知り、健康で働ける(生活できる)ことに感謝できるようになりましょう。
生活単元の内容		余 暇	
<p>1. 働けることの尊さを知ろう。</p> <p>▽健康で働ける生活と病気の生活とを比較し、話し合ってみよう。</p> <p>▽なぜ、働かなければならないのか考えてみよう。</p> <p>▽職場の仕事、日常の役割分担は、生活を送る上で必要であることを理解しよう。</p> <p>▽責任を持って日常の仕事もできているかどうか省みてみよう。</p> <p>2. 「勤労感謝祭」(中台育心園行事)</p> <p>▽働けることに感謝し、勤労感謝祭を皆で楽しくお祝いしよう。</p> <p>▽日頃、お世話になっている方や家族の方などをお招きし絆を深めよう。</p> <p>▽自分の仕事についての作文を書いて発表してみよう。</p> <p>3. 趣味・趣向</p> <p>▽余暇時間の利用の仕方について見直し、自分の楽しい時間を持つよう。</p> <p>▽「芸術の秋」を意識し、絵画や手芸、工作などやってみたくものがあれば挑戦してみよう。</p> <p>▽障害者の文化祭などに、出展するかどうか検討してみよう。</p> <p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽自分の収入と生活にかかる費用を確認し、預金も考慮しながら小遣いの見直しをしてみよう。</p>		<p>▽中台行事「勤労感謝祭」</p> <p>▽地域行事「大野ふれあいまつり」</p> <p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出など</p> <p style="text-align: center;"><b>保 健</b></p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽衣類の調節</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽換気の徹底</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指の消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽内科検診</p> <p>▽インフルエンザ予防接種</p> <p>▽血圧、検尿、検便</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
		食 事	
		<p>▽献立をたてよう。</p> <p>秋の味覚を入れよう。</p> <p>▽良く噛んで食べよう。</p> <p>▽油ものの片付けの仕方を覚えよう。</p>	

12月	単元	火の用心 大掃除	目標	☆火気には、十分注意を払うことができるようになりましょう。
生活単元の内容			余暇	
<p>1. 火災予防を心掛けよう。</p> <p>▽火の必要性と危険性を理解しよう。</p> <p>▽火事の原因を知り、その防止について話し合おう。</p> <p>▽ガスの使用、暖房器具の取り扱い、給油についての決まりごとについて再認識しよう。</p> <p>▽点火・消火、温度の設定、換気等の確認を習慣づけよう。</p> <p>▽避難訓練に参加しよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(避難の仕方、避難場所・連絡等の確認)</p>			<p>▽中台行事「クリスマス会」</p> <p>▽買い物、外食</p> <p>▽希望外出</p> <p>▽誕生会</p>	
			保 健	
<p>2. 居室等の補修と整理整頓をしよう。</p> <p>▽汚れたり、壊れたりしたものを修繕しよう。</p> <p>▽戸棚、押し入れ、下駄箱等の整理整頓も忘れずに行おう。</p> <p>▽自分の持ち物が区別できるよう工夫してみよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(記名など)</p> <p>▽居室や台所、食堂、浴室などの大掃除を行おう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(洗剤や工具類を使用する場合は、注意書きを守ろう)</p>			<p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽衣類の調節</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽室内の暖房と換気</p> <p>▽感冒、凍傷の予防</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p>	
			[健康管理]	
<p>3. 年末・年始の計画を立てよう。</p> <p>▽家族に帰省の相談をしてみよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(帰省の有無、期間、送迎等)</p> <p>▽ホームで生活する場合でも、日中の計画を立てて見よう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(年越し、初詣の予定など)</p> <p>▽職場等の御用納め、仕事始めの日時も確認しておこう。</p> <p>▽お正月の準備をしよう。</p> <p>▽新型コロナウイルス等の感染症の感染状況により、帰省を自粛する場合があることも理解しよう。</p>			<p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
			食 事	
<p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽無駄遣いをしていないかどうか確かめよう。</p> <p style="padding-left: 40px;">(計画的な買い物)</p>			<p>▽献立をたてよう。</p> <p>寒い季節の料理(鍋等)</p> <p>▽クリスマス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆっくりと楽しみながら</li> <li>・暴飲暴食に注意しよう</li> </ul>	

1月	単元	冬の暮らし	目標 ☆冬を健康に過ごすための基礎的な知識を身につけましょう。
生活単元の内容		余暇	
<p>1. 新年を迎えての自覚を高めよう。</p> <p>▽新年の挨拶を交わそう。</p> <p>▽新年の希望や目標を発表し、自覚を新たにしよう。</p> <p>▽新年会の計画を立てよう。</p> <p style="text-align: center;">(参加の有無、日程、交通など)</p> <p>▽成人としての権利と義務について身近な事柄で話し合おう。</p>		<p>▽中台行事(新年会)</p> <p>▽地域行事「大野今昔かるた大会」</p> <p>▽初詣(鹿島神宮)</p> <p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p>	
<p>2. 冬の暮らし(健康への配慮)。</p> <p>▽冬にかかりやすい病気や怪我の怖さを知ろう。</p> <p>(インフルエンザ、ノロウィルス、低温火傷、あかぎれ等)</p> <p>▽冬の病気の予防をしっかりと行おう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手洗い、うがいの励行</li> <li>・マスクの使用</li> <li>・暖房のとり方(温度、換気等)</li> <li>・暖かい服装(肌着、毛糸の服、フリース等)</li> <li>・室内、ドアノブ、手指などの消毒</li> <li>・ハンドクリーム等の活用</li> <li>・服薬(しもやけ等)</li> </ul> <p>3. 冬の暮らし(火災予防の徹底)</p> <p>▽ストーブ点火・消火の確認、電源のオン・オフの確認、ガス漏れの確認、暖房器具の正しい使い方、温度設定の確認。</p> <p>▽一酸化炭素中毒の予防も心掛けよう(定期的な換気)</p> <p>▽外出や就寝の際は、火の元の確認を徹底し習慣化しよう。</p>		<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽衣類の調節</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽布団の乾燥</p> <p>▽室内の暖房と換気</p> <p>▽感冒、凍傷の予防</p> <p>▽感染症の予防</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・マスク着用</li> <li>・手指消毒</li> </ul> <p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>	
<p>4. 小遣いは、毎日記入(確認)し残金を確かめよう。</p> <p>▽計画的にお金を使っているかどうか確認しよう。</p>		<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>お正月の料理をいれてみよう。</p> <p>▽温かいうちに食べよう。</p> <p>▽良く噛んで、慌てないで食べよう。(お餅に注意)</p>	

2月	単元	冬の健康 お金	目標 ☆寒さに負けない丈夫な体をつくりましよう。 ☆計画的にお金を使える習慣を身につけましよう。
生活単元の内容			余暇
<p>1. 豆まきをしよう。(節分)</p> <p>▽昔からの季節的な伝統行事に関心を持って、豆まきをしよう。</p> <p>▽「鬼」というのは、何を意味しているのか考えてみよう。</p> <p>▽鬼の面づくりに挑戦してみよう。</p> <p>▽病気や災いが、身にふりかからないようにするにはどうしたら良いのか話し合ってみよう。</p>			<p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出など</p>
			保健
<p>2. 寒さに負けず、丈夫な体をつくろう。</p> <p>▽寒くても、毎日行う生活の仕事(役割等)は、きちんと行おう。</p> <p>▽仕事や日中活動等に遅刻しないようにしよう。</p> <p>▽必要以上の服の重ね着はしないようにしよう。</p> <p>▽暖をとるときは、適切な衣類調節をするようにしよう。</p> <p>▽薬だけに頼らず、自分の体を鍛える習慣を身に付けよう。(毎日の散歩や健康器具の利用など)</p>			<p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽感冒、凍傷の予防</p> <p>▽布団の乾燥</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽室内の暖房と換気</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽感染症の予防</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・マスク着用</li> <li>・手指消毒</li> </ul>
<p>3. お金の価値を知り、大切にしよう。</p> <p>▽「お金の役割」「お金を得るには」などのテーマを決め、話し合おう。</p> <p>▽月々の収入に対し、家賃、食費、医療費、光熱費その他の生活費など小遣いの占める割合を調べてみよう。</p> <p>▽お金を有効に使うことができたかどうか考えてみよう。</p> <p>▽購入した品物は、大切にしよう。</p> <p>▽高価な品物の購入は、家族の人に相談しよう。</p>			<p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)</p>
			食事
<p>4. 小遣い帳は、毎日記入(確認)し、残金を確かめよう。</p> <p>▽計画的にお金を使っているかどうか確認しよう。</p>			<p>▽献立をたてよう。</p> <p>▽体の暖まる食事。</p> <p>▽調味料の工夫をしてみよう。</p> <p>(ゆず、唐辛子、生姜など)</p> <p>▽決まった時間に食べよう。</p>

3月	単 元	一年間の反省	目 標	☆仕事や共同生活の役割分担等ができたかどうか反省し、新しい年度の目標を持ちましょう。
生活単元の内容		余 暇		
<p>1. 春の火災予防週間</p> <p>▽総合避難訓練に参加しよう。</p> <p>▽火災時の心構え、約束事を確認しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 初期消火</li> <li>・ 避難の仕方</li> <li>・ 避難場所</li> <li>・ 煙を吸わない工夫など</li> </ul> <p>▽震災と火災の対応の違いも知っておこう。 (地震は窓や戸を開ける、火災は窓を閉めるなど)</p>		<p>▽中台行事(ふれあい会)</p> <p>▽買い物、外食</p> <p>▽誕生会</p> <p>▽希望外出など</p>		
<p>2. 生活面の反省をしよう。</p> <p>▽一年間を振り返って、目標や計画に基づいてしっかりと生活できたかどうか、自分なりに評価・反省をしてみよう。</p> <p>▽「できたこと」「できなかったこと」を具体的に話してみよう。</p> <p>▽共同生活上の反省点も話し合い、来年度に活かそう。 (約束事、自分の役割、物を大切にできたか等)</p> <p>3. 一年間の小遣い帳を整理してみよう。</p> <p>▽一年間でどのくらい小遣いを使ったのかを調べてみよう。</p> <p>▽一年間の預金はいくらあったのか調べてみよう。</p> <p>▽月々の小遣いの金額が適当であったかどうか考え、新年度の小遣いの額を決めてみよう。</p>		<p style="text-align: center;">保 健</p> <p>[衛生面の援助]</p> <p>▽手洗い、うがいの励行</p> <p>▽感冒、凍傷の予防</p> <p>▽皮膚の清潔、爪切り</p> <p>▽布団の乾燥、日光消毒</p> <p>▽衣類の清潔と調節</p> <p>▽室内の暖房と換気</p> <p>▽便所、下水、浴室等の消毒</p> <p>▽マスク着用</p> <p>▽手指消毒</p> <p>[健康管理]</p> <p>▽月例体重測定</p> <p>▽検温(毎朝)など</p>		
<p>4. 新年度の生活目標を立ててみよう。</p> <p>▽具体的で無理のない、わかりやすい目標を立てて見よう。</p> <p>▽皆に新たな目標を発表し、新年度の心構えを持とう。</p>		<p style="text-align: center;">食 事</p> <p>▽献立をたてよう。</p> <p>冬の味覚を取り入れよう。</p> <p>▽良く噛んで食べよう。</p> <p>▽油ものの片付けの仕方を覚えよう。</p>		