

支援だより

家庭でできる支援 ～お手伝い～

お手伝いは家庭でできる優れた支援、指導方法の一つです。なぜならお手伝いは具体的で、繰り返してできるので目に見えた効果が得られやすく、誰かのために役立つという他者に向けての行動だからです。

身体を使ったお手伝い①～粗大運動～

体全体を大きく動かすことを粗大運動といいます。人が何か動いて活動するためには基本となる動きです。体の動きがぎこちない子ども、腕力や筋肉をつけたい子ども、また、体を動かすことが好きな子どもに向いています。

ex. お風呂掃除
荷物運び
新聞の整理
窓ふき
ぞうきんがけ、台ふき



身体を使ったお手伝い②

～微細運動、目と手の協応、視覚認知～

微細運動とは手先の細かい動きや力加減を調節させて行う動きです。目と手の協応とは必要な箇所を目で見ながら、必要な手の動きをしなやかに行うことです。視覚認知とは見えている物の形、向きに注目してみる力です。いずれも身支度や作業、絵や文字を書くために必要な能力です。

ex. お米とぎ
食材を混ぜる
テーブルセッティング
洗濯物を干す、たたむ
お米とぎ



ワーキングメモリーを意識したお手伝い

ワーキングメモリーとは、言われたことを瞬時に覚えておいたり、一度覚えたことを必要に応じて思い出したりすることです。

ex. 家の中で物を持ってくる
複数のものを買ってくる



コミュニケーション能力を育てるお手伝い

コミュニケーションを必要とするお手伝いは相手しだいでアレンジが必要なのでお手伝いの上級編です。

ex. 回覧板を回す
TVの天気予報の内容を伝える
対面式の店での買い物
エレベーターでボタンを押す



計画・段取りを練習するお手伝い

物事がスムーズにいくような順番を考える、その時の状況に応じて時間配分や優先順位を考えるなど、計画を立て判断して物事を進めることは非常に高度な能力が必要です。お手伝いとして意識させることで他の人の活動や日常の自分の行動に関心をもてるようになります。

ex. タイムキーパー
外出計画を立てる



他者の役に立つことで自己肯定感も育まれます。楽しみながらできるお手伝いをしてもらいましょう。その後「ありがとう」の感謝の言葉を忘れないようにしましょう。