



いまだコロナウイルスの脅威を感じながらも、気が付けばもう夏がすぐそこまでやってきました。コロナに負けず、みんなで元気に夏を迎えたいですね！



### 自分でできる！やった！できた！



着脱を自分でできることは、基本的な生活習慣(身辺自立)への形成の一つです。発達にも重要な役割があり、子どもたちは手先をたくさん使うことで身体を思い通りに動かすことを学んでいきます。

衣類の着脱の習慣は日々の積み重ねで培われます。園では「自分でやりたい！」という気持ちを大切に、時間がかかることもあります。最後まで自分でできた！という達成感を味わえるよう見守り、支援しています。おうちでもお時間がある時にお子さんの着脱を見守り、頑張っている姿をたくさん褒めてあげてください！

↓園での日々の支援方法を紹介します↓

#### 👕肌着、シャツ👕

肌着、シャツを着るときは服の前後を知らせ、子どもが持ちやすいように手渡します。頭を入れた後に左右の袖を通すよう伝え、脱ぐときは、裏返しにならないように、シャツの襟を持って脱ぐ練習をしています。脱ぐのが難しい子は袖を大人が持ち脱げるようにしています。脱いだ後は丁寧に畳む格好いい姿も見られるようになりました！

#### 👖ズボン👖

前後の正しい向きを確認し、座ってから、ウエスト部分を持ち片方ずつ裾に足を入れるよう伝えています。履いた後は肌着をズボンにしまってみることも大人と一緒に練習中です。

#### 👢靴下・靴👢

靴・靴下共に難しいのは“かかとを入れる”ことです。つま先を入れた後、かかと側を引っ張り履くことを伝えていきます。靴を履く時は「こっちが右足、こっちが左足だね。」と話したり、子どもたちも履き終わると「これでいい？」と確認してくれます。靴はかかと側の紐を引っ張れる子は促し、難しい子にはかかと側に大人が手を入れてかかとはしっかり入るよう伝え、徐々に自分でできるように支援しています。脱ぐときはマジックテープを外してからかかとかかとから脱ぐよう伝えています。靴に関しては自分の足に合ったサイズが履きやすさのポイントなので園用靴のサイズも定期的に確認をお願いします！

園では靴下の脱ぎ着の練習も兼ねて、太いゴムを広げて足首にはめたり外したりする動きを遊びの中で取り入れています。楽しみながら自立して着脱できるようにするといいですね♪



プール遊びなども始まり、着脱場面も益々増えてくるので、これからも自分でやりたい気持ちを大切にしながら支援していきます。脱ぎ着し易いデザインの洋服と靴のサイズの確認をよろしくお願いします！