

# 自立にむけて ☆練習しよう☆

文京区学童保育連絡協議会

保育園と違い、小学生になって育成室へ行くようになったら、子ども達は身支度や家の戸締りを自分でして一人で歩いて通うようになります。子ども達も保護者のみなさんも、不安でいっぱいでしょう。子ども達が安心できるよう、早めに練習をはじめて、自立にむけた第一歩を踏み出しましょう。

## 道をおぼえよう

◎家から学校まで、一人で往復する練習をしましょう

春休み中は育成室に行く子どもが少なく、通学路もいつもより人通りがありません。なるべくお友達や近所のお兄ちゃん、お姉ちゃんなど一緒に行き帰りできるといいのですが、一人でも行って帰って来れるよう、練習をしましょう。

できれば事前に通学路の確認をして、曲がり角などでは目印になるようなものを見つけておくとよいでしょう。

慣れるまで何度か親子で往復して、一人でも不安なく通えるようにしましょう。通学路にある子ども110番ステッカーの貼ってあるお店も確認しておきましょう。



## カギの開け閉めできる？

◎自分で家のカギを開閉する練習をしましょう

大人には簡単に思えることが、意外と子どもにはできないものです。まず、カギの開け閉めをさせてみましょう。

一緒に出かけるときに家のカギをかけさせる、カギを持たせてみる、帰宅時にカギを開けさせてみる、というのはいかがでしょうか？

また、小学生になるとカギを持たせるご家庭も多いと思うので、普段からカギの管理についても話をしておくとよいでしょう。首から下げると着替えの時などに外してしまい、なくすことがあります。

伸びるコードのついたキーホルダーなどで、ズボンのベルト通しやカバンにつけて、外から見えない工夫をしましょう。



## 忘れ物ないかな？

◎自分で持ち物をチェックする練習をしましょう

保護者の方がお子さんより先に家をでる、というご家庭も多いでしょう。子ども達は道のりやカギ、家を出る時間など、気にして覚えておかなければいけないことがたくさんあるのに、さらに持ち物まで・・・大変ですね。

特に春休み中はお弁当や薄手の上着を用意したりと、忘れては困る持ち物があります。自分で1つずつ確認しながらカバンに入れる

練習をするとよいでしょう。

『持ち物チェック表』を作ってあげてもいいかもしれません。



## 時間がわかる？

◎時計を見て時間を確認する練習をしましょう

デジタル時計ではなく、アナログ時計で時間が分かるように練習をしましょう。

何時に家を出るのか、帰宅時は何時に育成室を出るのかを自分で確認できるように、初めのうちは時計の絵を書いて壁に貼るのもよいでしょう。春休みなど学校の授業のない日は、育成室の開始時刻が8:15または8:30となるので、それより早く

着かないようにしましょう。お子さんが朝家を出る時間にアラームをセットしておくのも一つの方法です。

(この場合、アラームの止め方も教えた方がいいかもしれません)



## 留守番できるかな？

◎一人で留守番をする練習をしましょう

育成室は保育園と違って18:00までとなるので、保護者の方が帰宅するまでお留守番をする必要があるお子さんもいることでしょう。まずは近所のコンビニに行く間など、短時間から始めて、徐々に慣れさせるとよいでしょう。一人で家にいる間に不安にならないよう、テレビなど見られるようにして

あげるのもいいかもしれません。

宅配等の届け物の際、一人の時はドアを開けないなど家族の方と話し合っておきましょう



## 電話をかけられる？

◎電話をかける練習をしましょう

何か困ったことがあった時など、お子さんが保護者の方に電話をすることがあるかもしれません。公衆電話が減って携帯電話の普及が進んでいますが、親戚の方などに協力していただき、電話をかける練習をしておくともよいでしょう。

また、保護者の方の連絡の取れやすい電話番号(携帯電話など)を、お子さんの分かりやすい所や物に書いておいてあげましょう。

