

進路だより

令和6年7月19日（金）
都立青山特別支援学校長
中澤 将人
<第4号> 進路指導部
文責 松本 知加子



7月に入り、とても暑い日が続きました。熱中症の危険が心配される季節です。こまめな水分補給を心がけ、体調に気を付けながら過ごしていきましょう。

6・7月のキャリア目標は「身だしなみ」です。身だしなみを整えることは、見た目の美しさだけでなく、衛生面まで整えます。ぜひ御家庭でも取り組んでみてください。

6・7月のキャリア目標

- ① 顔を洗い、髪、爪を整えよう。
- ② ハンカチを持とう、使おう。
- ③ 正しく靴をはこう。
- ④ シャツの裾を（出す・入れる）整えよう。
- ⑤ ボタンを留めよう。
- ⑥ 鏡を見て、自分で身だしなみを意識しよう。
- ⑦ 季節、年齢、場面に合わせて身だしなみを整えよう。

身だしなみは相手を意識した社会性です。身だしなみを整えることは、周囲への心遣いの表れでもあります。その時々、場所に合わせて意識する身だしなみは、キャリア教育の重要な一つといえます。自分にできることから繰り返し取り組み、実践していきましょう。

子どもの身だしなみを整えていく時、まずは清潔でいられるような習慣を身に付けられると良いようです。朝の洗顔や歯磨き、お風呂でのシャンプーや体洗い等、自分でできることが増えていくよう、夏休み中、御家庭でも少しずつ取り組んでみてください。

また、身なりを整えるということでは、シャツのボタンをとめる、肌着の裾はズボン・スカートの中に入れる、靴をきちんと履くということも大切です。自分で整えることが難しい時には、周りの人に伝えたり、手伝ってもらったりしながら整えていくことも大切です。



長髪はまとめることにより、見た目のさわやかさだけでなく、少し涼しさを感じる、食事の際、髪の毛が口に入りにくくなるなど、多くの利点があります。