進路指導部だより

令和８年度
第３号

進路指導では、生徒一人ひとりが卒業後に自分らしく、「自立と社会参加」を果たしていくことを目指しています。進路と聞くと「就労（自立して働くこと）」をイメージされがちですが、大切なのは「どのような生活を送りたいか」「地域の中でどう自分らしく過ごしていきたいか」ということです。学校での毎日の生活や授業等で学んでいることは、すべて卒業後の「地域での暮らし」「働くこと」「豊かな日中活動」につながっています。今回は、卒業後の豊かな生活を実現するために、本校が大切にしている視点とＡ部門小学部の取り組みについてご紹介します。

【対人技能（人とかかわる力）】

表情や視線、身振り、言葉など自分なりのコミュニケーションで思いを表し、相手に受け止めてもらう経験を大切にしています。「うれしい」「嫌だ」「手伝ってほしい」といった気持ちやサインを伝えたり、自分で選んだりすることが、周囲の人と関わりながら安心して自分らしく暮らすことにつながります。

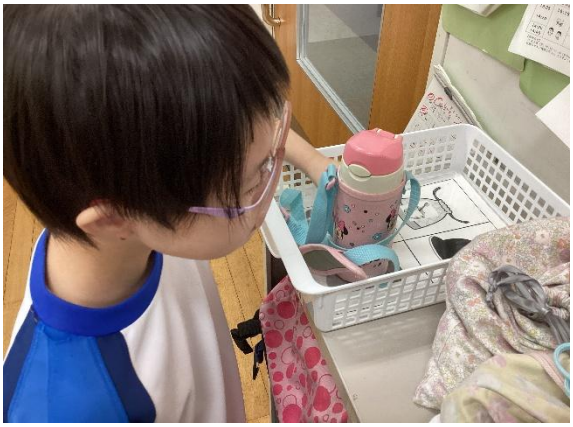


気持ちの表出	連絡・報告・他者への意識
	
小学部5年生、自立活動（つくつくタイム）のコミュニケーショングループでは、気持ちを表情で表現し、相手に伝える力を育むため、表情を作る「福笑い」のような活動に取り組んでいます。作った表情を言語化したり真似たりしながら、気持ちの伝え方を学んでいます。	小学部 ６ 年生では、教室を入退室する際の「失礼します」などの挨拶のマナーを学ぶとともに、「〇〇へ行ってきます。」「戻りました。」などの連絡･報告を習慣化できるよう取り組んでいます。日々の生活の中で継続していくことで、少しずつ意識が定着してきました。

【日常生活管理（暮らしを整える力）】

身近な物やその置き場所に気付いて整理整頓を行う経験は、生活の見通しや安心感につながります。また、掃除では一人一人に合った方法や必要な支援を受け入れながら、身の回りを整える活動を行い、心地よく過ごす経験を重ねています。



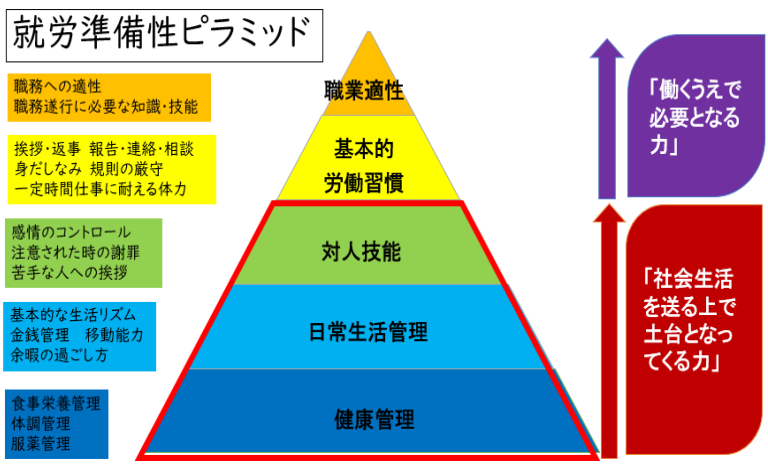
整理整頓	身の回りの掃除
	
整理整頓について学習しました。かごの中のイラストを確認しながら、水筒、歯磨きセット、紅白帽、給食セットを置くようにしています。身の回りを整理整頓して気持ちよく生活できるようにしています。	生活科「きれいにしよう」の単元で、机の拭き方、箒やちりとりの使い方、床雑巾のかけ方を学びました。学んだことにより、毎日の掃除の時間の意欲が高まりました。

【健康管理（体調を整える力）】

自分に合った方法で手洗いに取り組むことで、病気の予防や清潔さ、心地よさにつながります。また、食事サポートにも取り組み、食べる楽しさを感じることも大切にしています。健康な土台があることで、安心できる生活につながっていきます。

手洗い	食事
	
『手洗いの歌』や手洗い手順表を見ながら、しっかりと洗うことの習慣化を目指して支援しています。食事の前、外遊びや掃除の後など、一日の活動の中で必要に応じて行う機会を設けています。	苦手な食材も少しずつ食べて味に慣れ、健康な体作りができるように支援しています。手を添えて姿勢を正して食べることなど、マナー面にも気を付けています。

今回ご紹介した「対人技能」「日常生活管理」「健康管理」については、右図の「就労準備性ピラミッド（働き続けるために必要な力）」の土台部分を支える項目です。この図は、就労を目指す人だけが必要な力を表しているのではなく、自分なりの自立や社会参加を目指すためには、実態に応じて必要な経験を積み重ねていくことが大事になってきます。今後も学校と家庭で連携を取りながら取り組んでいきたいと思います。



《新規事業所紹介》

★ももの き ［重度心身障がい児・者通所支援事業所］
つくば市要元弥平太 151―1　☎029-828-7235

★BUCKY WORKS ［就労継続支援 B 型事業所］
つくば市吾妻2丁目4−1 ディールつくば 207　☎029-897-368

★SB ナーシングつくば要 ［生活介護事業所］
つくば市要 223―1 ☎029-896-9595

★ONEGAME ［e スポーツ×就労継続支援B型事業所］
土浦市小岩田西1丁目1−1張替ビル2F　☎080-4626-1188

★ユースタイルホームつくば ［グループホーム・ショートステイ］ ※12月開所予定
つくば市上郷1713―3 ☎050-1720-1166



ショートステイの部屋



トイレ



お風呂（機械浴タイプあり）



窓（制限ストッパー付き、強化ガラス）