

平成29年度

兵庫県立視覚特別支援学校

支援部

アイ・あい だより



10月号

文化の秋！ 食欲の秋！

朝晩が涼しくなりました。過ごしやすい反面、日中との気温差が大きいので、どんな服装にするかが難しいですね。体調には十分気をつけていきましょう

そして何より食べ物がおいしい季節に！ 旬の物をいただくことが健康にいいと言われています。ぜひいただきましょう！



就学時健康診断



10月になり、就学時健康診断が行われる時期となりました。不安なことや困ったことなどがありましたら、お気軽にご相談ください。



授業公開・学校説明会

日時：平成29年10月21日（土）9：50～12：40

※高等部生徒募集要項説明会 13：30～14：00

内容：全体会、各学部説明、授業見学、寄宿舎見学、個別相談等

申し込み：10月2日（月）×切り

※説明会のみ申し込みです

☆詳細は本校HPか、プリント「学校説明会(ご案内)」をご覧ください。



文化祭 いよいよ11月3日（金・祝）！

☆ステージ発表 9：30～12：00（体育館）

幼小学部…演劇 中学部…太鼓演奏 高等部…ラジオ劇

音楽部…音楽演奏 トーンチャイム演奏…PTA有志

☆PTA食品販売 12：00～（食堂）

☆展示・物品販売 13：00～15：00（校舎・食堂等）

「歩行」小百科

（歩行訓練士より）

今月は、「運動」についてです。歩行は「運動」です。どんな運動にも、いいフォーム、つまりいい姿勢が大切なように、いい姿勢はいい歩行につながります。

- ・顔がほぼ正面を向き、背筋を伸ばした姿勢がとれる。極端な猫背や側わんは疲れや蛇行のもとにもなります。
- ・つま先ができるだけ進行方向を向く。極端に内や外を向くと、直進歩行が難しくなる。
- ・地面をつま先で蹴り、すり足にならない足運びはつまずきにくい。
- ・足の運びに合わせて、軽く腕が振れるとバランスよく歩ける。

これらの事柄は視覚に障害があると、なかなか自分で気づいたり、矯正したりすることが難しいものです。日ごろから気をつけて観察してタイミングよく教えたり、手取り足取り教えることが必要になります。6月号でも紹介しましたが、まずは自分の身体を知ることです。「ボディイメージ」と言われますが、しっかり身につけてほしい力です。

筋力、体力面も大切です。

- ・目的地までいい姿勢で歩き続けることができる筋力、体力、集中力がある。
- ・緊急時にすぐに止まる反射行動がとれる筋力がある。
- ・白杖を振り続ける、持ち続けることができる。

ご家族で出かける時、便利さを優先して車ばかりを使っていれば、なかなか体力もつきにくいです。大変なことも少なくないと思いますが、できるだけ公共交通機関を利用して「歩く」という運動をさせていきましょう。7月号で紹介した「知識」を習得する絶好の機会にもなります。



ウィンタースクール！

日時：平成29年12月26日（火）13：30～15：20

場所：本校体育館 参加費：100円（保険・ジュース代）

対象者：教育相談の幼児児童生徒、その兄弟・姉妹

持ち物：体育館シューズ、動きやすい服装、飲み物、各自必要なもの

今年も、

いっぱい楽しみましょう～！

