

# キャリア教育通信

群馬県立館林特別支援学校  
令和2年7月16日  
第 6 号  
進 路 指 導 部

## ◎家庭でできるお手伝いリスト2

岩手県立総合教育センター「特別支援学校（知的）キャリア教育推進ガイドブック 実践・資料編」より

子ども達にできる家のお手伝いをピックアップしました(120 コ)。家族の一員として、その子のできる仕事や役割を家庭の中にしっかりと位置付けることが勤労観の育成には大切です。お手伝いのポイントは、子どもにやりきらせることと、ほめる(認める)ことです。最初は手を添えたり、見本を示したりながら、徐々に確実にできるようにしていきます。丁寧にやさしく何度でも教えてあげて下さい。

|     |                                                                                                                                                                  |                       |                                                                                                                        |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 洗濯  | 洗濯物を洗濯かごに入れる<br>ポケットの中のものを取り出す<br>洗剤を入れる<br>洗濯機のスイッチを入れる<br>洗濯物をほす<br>洗濯物を取り入れる<br>ハンカチやタオルをたたむ<br>服をたたむ<br>きれいになった洗濯物を仕分けする<br>洗濯物を引き出し等にしまう                    | 掃除                    | 家電(テレビ)等にハンディモップをかける<br>人形や小物等を飾る(並べる)<br>ほうきで掃く<br>ちりとりでゴミを集める<br>モップで拭く・掃除機をかける<br>そうきんがけをする<br>玄関掃除をする<br>風呂掃除をする   |
| 買い物 | 商品をカートやかごに入れる<br>カートを押したり、かごを持つ<br>指示された商品をもってくる<br>レジに並び<br>お金を渡す<br>おつりをもらう<br>買った商品をふくろに入れる<br>買った商品を車や家まで運ぶ<br>買った商品を仕分けして片付ける<br>一人で指示された品物を買ってくる           | 家の外の<br>手<br>伝<br>い   | 庭先や玄関前を掃く<br>家庭の草むしりをする<br>枯れ草や落ち葉を掃除する<br>雪かきをする 花壇に水をやる<br>畑の草取りをする<br>畑に肥料をまく・畑の石をひろう<br>野菜等の収穫を手伝う<br>農作業を手伝う      |
| 掃除  | ゴミをひろってゴミ箱に入れる<br>ゴミ箱のゴミをゴミ袋にまとめる<br>ゴミを分別する<br>空き缶をつぶす<br>本を本棚に入れる<br>本棚の本をきれいに並べる<br>ビデオやCD等をケースに入れる<br>ビデオやCDを棚に並べる<br>棚やテーブルのうえをふく<br>窓をふく<br>物を決められたところにしまう | 弟<br>妹<br>の<br>世<br>話 | 一緒にあそぶ<br>泣いたら親を呼ぶ<br>着替えを手伝う<br>絵本を読んであげる<br>ビデオ等をセットしてあげる<br>一緒におもちゃを片付ける<br>おやつを渡して一緒に食べる                           |
|     |                                                                                                                                                                  | そ<br>の<br>他           | 回覧板をまわす<br>地域の活動に参加する(清掃・ボランティア)<br>家族の肩をたたいたり、もんだりしてあげる<br>電話を取り次ぐ<br>留守番をする<br>家業を手伝う<br>洗車を手伝う<br>靴磨きをする<br>ゴミ出しをする |

今から、夏休みにでも1つからでも取り組んでみてください♪