



就寝・起床・洗面・歯磨き



就 寝	〔配慮していること〕
<ul style="list-style-type: none"> • 布団にもぐって寝ることが好きです。寝る前にトイレに連れて行けば、途中で起きずに朝まで眠ることができます。 • 夜中に目を覚ました時はトイレに誘ってください。ぐずったときは添い寝で少し背中をさすってあげると落ち着きます。 	
起 床	〔配慮していること〕
<ul style="list-style-type: none"> • いつも朝7時に起こしています。起こすまで寝ていると思うので、身体を軽く揺すって『起きるよ』と声をかけています。 • 早朝にひとりで目が覚めた場合は、体調が良くないときが多いので、可能であれば体温を測ってみてください。 	
洗面・歯磨き	〔配慮していること〕
<ul style="list-style-type: none"> • 歯磨き粉はたくさん出してしまうので適量を歯ブラシにのせてください。 • 顔を濡らすことは苦手なので、濡れたタオルで拭いています。濡れタオルを渡すと自分でできます。 	

m e m o

(やまおり)

【作成にあたって】

- サポートブックには大切な個人情報が載っています。作成の最終チェック・管理は保護者が行いましょう。
 - サポートブックは、初めて子どもと接する人に対して、子どものことを知ってもらい、安全に楽しく過ごしてもらうための支援ツールです。持って行く場所や状況に応じて、内容や量を調節しましょう。
 - 子どもの成長に合わせて内容は随時書き直していきましょう。作ったものを残すことで、子どもの成長の過程がわかります。
 - 書かれてある内容が、子どもにとってわかりやすい表現で書かれてあるか、子どもがいやな思いをすることのない内容であるか、チェックしておくことも大切です。
- ※このサポートブックは、ひょうご発達障害者支援センター「クローバー」作成のサポートブック等を参考に作成いたしました。
- ※このサポートブックの商用への転用はご遠慮下さい。