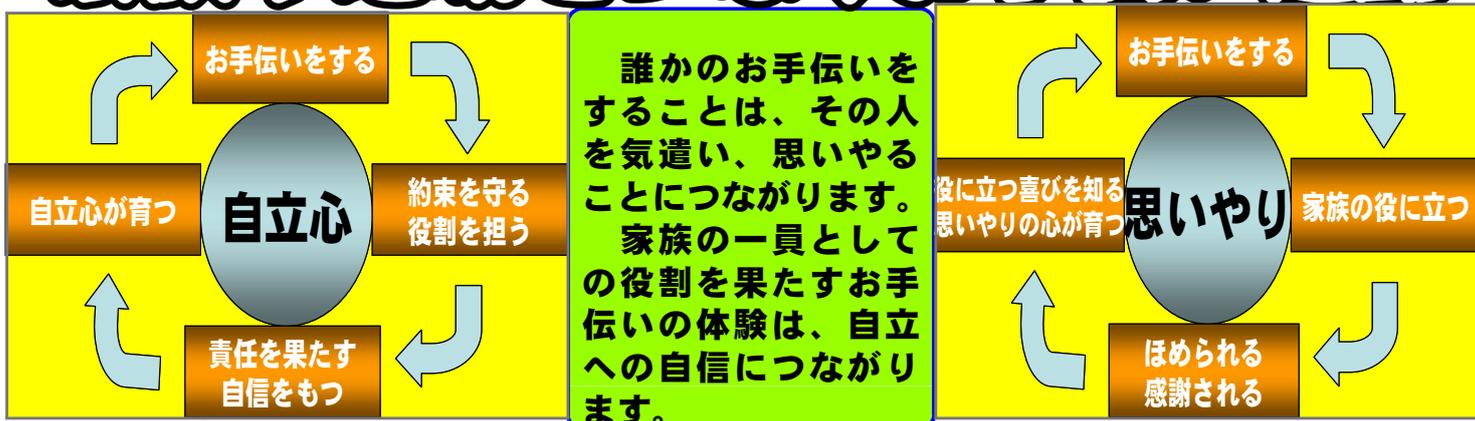


家族や地域をつなぐお手伝い運動



誰かのお手伝いをする人は、その人を気遣い、思いやることにつながります。家族の一員としての役割を果たすお手伝いの体験は、自立への自信につながります。

お手伝い なるほど アドバイス

段階	発達段階とお手伝い	やり始めるお手伝い例	ワンポイントアドバイス
幼児期 3〜5歳	□お手伝い開始期□ ○安全・安心で、簡単なお手伝いから覚え始める。	<ul style="list-style-type: none"> カーテンを開けたり閉めたりする おもちゃの整理 簡単な洗濯物たたみ くつをそろえる 	☆身の回りのことを子ども自身がやり遂げることができる実感を体得させる。 ・生活リズム（早寝、早起き、食生活）を定着させる中で、できることをみつけさせる。
小1・2年生	□お手伝いチャレンジ期□ ○家族といっしょに楽しみながらできるお手伝いが増え始める。	<ul style="list-style-type: none"> 食後の食器運び テーブル拭き(食事の前後) お膳並べ 洗濯物たたみ、収納 玄関そうじ 	☆やる気を育て、子どもの自発性を伸ばす。 ・親が手本を示し、一緒にやってみる。 ・笑顔でほめ、認める。 ・「自分でする」習慣を身に付けさせる。
小3・4年生	□お手伝い発達期□ ○簡単な家事を一人でやり始める。	<ul style="list-style-type: none"> ごはんをよそう 食器拭き そうじ機かけ お風呂掃除 	☆規範意識を育てる。 ・様々な体験や活動に挑戦させ認め、ほめ、方向を示す。 ・親の行動を通して、よりよいお手本を示す。 ・親子で小さな実践を積み重ねる。
小学校 5・6年生	□家事分担移行期□ ○家族の一員として家事分担の役割をもち始める。	<ul style="list-style-type: none"> ごはん炊きやみそ汁づくり 親と一緒に火を使う調理 ひとりでおつかい ゴミ出し(リサイクル分別) 	☆自分が必要とされていると感じる気持ち(自己有用感)を育てる。 ・家族の一員としての役割をもたせることで「自分は家族の中でなくてはならない大切な存在である」と感じさせる。 ・様々な経験を積ませることで「自分は自分なりにやっている力がある」と感じさせる。
中学校 1〜3年生	□家分担・地域貢献期□ ○家事の一部を任せ始める。 ○社会の一員として、地域に目を向け活動に参加し始める。	<ul style="list-style-type: none"> 一食分の食事をつくる。 1日親体験(家庭内の仕事をできる限り自分でやってみる体験日の設定) ボランティア活動(クリーンアップ、除雪) 自分の弁当を準備する。 	☆自分のことが好き、自分は生きている価値があると思う気持ち(自己肯定感)を育てる。 ・「自分は大切な存在である」と実感できる機会をつくる。 ・他者との比較ではなく、子どもの長所を育てる。