

自分で選び、決め、最後までがんばる経験を！

子どもたちは普段から自分が好きなことを選んだり決めたり、やりたいことを考えたりする経験を積んでいるでしょうか。自分で決めて行動できる卒業生達は、ちょっとした失敗にもへこたれず、自分でできない部分は自分からどんどん頼ってアパートやグループホームでの生活をエンジョイしています♪



ここ十数年くらででしょうか、福祉サービスはどんどん充実し安全安心な生活を幼児期から過ごすことができるようになってきました。反面、子ども自身が考えて行動する場面は少なくなり、休み時間に何をするのか、校外学習で何を食べ、買うのかといったことでさえ、自分ではなかなか決められない、自分の希望や考えを表せない生徒が増えているような気がします。

“自分で考え、選び、決めて、働く、遊ぶ、行動する” 高等部になると、将来どういう生活をしたいのか、そのために何をすれば良いのか、自分で考え決め、行動しなければいけません。卒業後には大人として扱われ、福祉サービス利用時を含め、何事も自分で考えて選び、決め、その結果を受け入れる（責任をもつ）ことになるのです。

誰かが決め、やってくれる生活ほど楽なことはありません。がこの先もずっと、何でも親が決めてあげることはできません。親亡き後は必ず来ます。日々、安全安心な生活。待っていれば良い生活を送ることに慣れてしまって、常に待っている…。

親亡き後、社会人として自分で生活していくためには、小学部段階から自分のことを自分で決められる機会をあえてつくり、子ども自身で考え、選び、行動する経験を積み重ねられる日々を送ってほしいと願っています。ほめて認めて伸ばすのはもちろんですが、小さな失敗も認め乗り越える経験も保証してあげたいと思います。



自分のことを自分で決め行動する場面をつくる

⇒ いいなりになるのは違います。適切に決定するための助言はします。自分で決めた実感が大切です。

一人で取り組む時間を保証する

⇒ 手伝っても良いが、最後まではやらない。小さな失敗をあえてさせ、乗り越えるのも良い経験です。

できないときには自分から依頼できる

⇒ どうしてもできなかつたら頼って良いことも教える。親が先回りせず、きちんとお願いさせましょう。

自己決定には自己責任が伴うと教える

⇒ 少しの失敗も良い経験。途中で手出しせずやり遂げるのをじっと待ちましょう。

例えばこんなことから(はじめの一步)・・・

外食時のメニューを決めたら、それだけ食べる。食べ始めて親や兄弟と交換したりもらったりしない。「ほしい！」と言うからと親の分も食べさせず、自分の分を食べたら終わりだと教える（大人も同じように振る舞う）。



⇒ 「こんなことくらい・・・」と思えるようなちょっとした場面が良いチャンスです。毎日の食事でも、自分の好きなものを親の皿からとったり、逆に嫌いな物を親の皿に勝手に入れたりしてくる子どもは、学校で教師に同じようにします。自分の食事を食べたらおしまい。自分以外からもらってよいという意識は消してあげましょう。“好きなものを本人が好きなだけ食べさせる！”では我慢できない大人になってしまいます。食事は自分で決めて行動(我慢も)できる子に育てる第一歩ですよ♪

*裏へ続く

明日につなげるためのチェック！「お金のやりくり」

知的障害のある人は、生活の身近な金銭トラブルに巻き込まれやすいというデータがあります。卒業後、スマホ関係（支払い、課金）や訪問販売（羽毛布団等）、通信販売（食品の定期購入 等）で相談を受けたことがあります。他県では通勤途中で優しい呼び込み？と知り合い、それまで貯めていた給料や年金など合計1000万以上、飲食店で支払わされた例もあります。

卒業後、金銭管理に心配があれば、社会福祉協議会やグループホーム等では金銭管理をサポートしてくれます（一部有料）。が、日常的な買い物や生活費の支払い等、できる部分を増やしておきたいものです。今どこまでできますか。①～⑤までチェックしてみましょう。



- ①毎月の小遣いやお年玉を自分で管理し、残額を考えながら使ったり貯めたりできる。
一人で交通機関やお店やレストランを利用し、金額を考えて注文したり適切に支払ったりできる。
- ②毎月の小遣いの範囲内で買い物ができる。お年玉等を貯金する意味が分かる。小遣い帳を一人でつけられる。
コンビニやよく行くお店等、慣れたところには一人で外出し買い物することができる。
- ③毎月の小遣いで好きなものを買うことができる。少し見守れば（助ければ）一人でレジでの支払いができる。
金種が分かり、金額より大きいお金を支払うことができる。自分のお金を貯めたい、無駄につかいたくないといった気持ちがある（親に買ってもらえば小遣いは残せる！といった考え）。
- ④欲しい物を手に入れるためには、お金が必要だと分かっている。
自動販売機やお店で支払い、おつりを受け取ることができる。小遣いは、必要なときに必要な金額を渡しているので普段はお金を持っていない。
- ⑤買い物する際に、お金を払う必要があることが分からない。お金を意識したことがない。
親がすべて支払っている。小遣いをあげていない。自分の財布を持っていない。
バスに乗ったとき支払い前にお金を落としてしまう（自分で持っていられない）。等



在学中に財布管理(小遣いのやりくり)を覚えよう！



お金の意識はとても大切です。話せなくとも計算できなくとも、自分で買い物したり、バスや電車で外出したりする卒業生はたくさんいます。数を数えられなくとも、お菓子なら多い方や大きい方を選んだりできることに似ているのかもしれませんが。買い物したい、出かけたいという気持ちがあり、その経験を積み重ねることのできるようになっていきます。



「自分の財布を持ってない」「親が小遣いを渡していない」「必要な物だけ親が買って渡している」「小遣いを欲しいと言わないから・・・」「本人が困っていないから・・・」等というご家庭が多いように思います。個人面談等の機会に確認すると「うちの子は無駄遣いするから！」と。でも、その小遣い額は月500円とか1,000円でした。

小遣いの範囲内での無駄遣いって何でしょうか？小遣いは子どものお金です。全てお菓子を買ってもOK。もらってすぐに全てつかってもOKです。そして、「自分がつかったからお金がないんだ・・・」「次の小遣い日まで我慢・・・」「財布を忘れた！買えない！！」「財布（お金）を落とした！」という失敗や後悔も貴重な経験です。こういった経験は実感を持ったものですから、本人の中に確実に積み重なり、卒業後の生活（お金を稼ぐ、つかう、貯めるの意識）につながっていきます。

親としては「同じ物ばかり買ってムダだなー」と思うでしょう。でもグッと我慢です！小遣いは給料を上手にやりくりするための学習教材です。最初は、金種や計算ができませんから、簡単な場面で少額からです。そして、家族のサポートもよろしくお願いします。



こんなことから(ゼロからの一步)・・・

- ①自動販売機でジュースを選ぶ（親は徐々に離れて、一人で買えるように）
- ②財布からお金を出して入れる（落としたら自分で拾う）
- ③ジュースを取り出す（自分で取り出せるように）
- ④フタを開けて飲む（開けられなかったら「開けてください」と頼む）
- ⑤缶やペットボトルを分別して捨てる（こういう意識も小さなときから）
洗って捨てる、ラベルを剥がす、キャップを集める 等もできると素敵です。

