

発達支援センター通信

◆野洲市発達支援センター TEL587-0033、FAX587-2004

広報「やす」:2026年5月号掲載

ようじき てつだ とく 幼児期から「お手伝い」に取り組むこと

お手伝いとは、一般的には自分以外の誰かが行っている仕事や役割の一部を補ったり助けたりすることですが、お手伝いを通して子どもたちは多くのことを学ぶことができます。家庭内でお手伝いをすると、家族にほめられ、感謝されます。認められる経験は「自分は家族の一員である」という自信につながり、チャレンジする原動力になります。

またお手伝いには様々な動きや機能が必要です。例えば、洗濯ばさみをはずすには、手指の細かい動きが必要ですし、洗濯物をたたむには、形をとらえる力や決まった手続きをくり返す力が必要になります。そして一定の期間でも、お手伝いを続けることができれば、それは継続する力となり、将来の仕事を続けながら自立した生活を送ることにもつながります。

では、どのようなお手伝いから取り組みればよいのでしょうか。ポイントは、簡単ですぐにできることです。おすすめの例として、「荷物ははこぶ」ことがあります。お買い物の時の荷物や自宅に届いた宅配便など、荷物ははこぶ機会は多く、取り組みやすいお手伝いの一つです。はこぶ動作はバランス感覚も使いながら、手や全身で荷物を支える力を使うことになります。目的の場所まではこぶので、集中力も必要になります。他にも「お箸をならべる」お手伝いもおすすめです。お箸がきちんとそろっているか、同じ本数ずつ置かれているかなど、注意深く見る必要があります。指先を細かく動かす練習にもなりますし、「2本ずつ」と物を使って数を学ぶ機会にもなります。

これ以外にも、お料理や洗濯など、私たちの生活の中にはたくさんのお手伝いがあり、経験を通じて培うことができる力は無限大です。そして、何より大切なのは、お手伝いをした時に、「ありがとう」「助かったよ」と感謝される経験をすることです。人の役に立った経験が自信や意欲の向上につながります。ぜひ、お休みの日などにできそうなお手伝いをご家族で相談し、取り組んでみてはいかがでしょうか？