

寄宿舎の一日

寄宿舎では小学部から高等部までの児童生徒が、5棟（男子は4棟、女子は1棟）に分かれて生活しています。寄宿舎生がどのような一日を過ごしているのかを紹介します。



下校

寄宿舎は学校と同じ敷地にあります。学校の玄関を出て、友達や担任の先生と寄宿舎へ帰ります。下校すると、寄宿舎指導員に、家庭・学校・寄宿舎で共有している連絡ノートを渡します。



余暇活動

下校後は着替えや検温、洗濯物の取り込みなどを行います。その後は、余暇活動の時間です。校庭や体育館、多目的室などでカラオケ、野球、パソコン、工作、音楽鑑賞、宿題など、自分の好きな活動を思いっきり楽しみます。



夕食

食事は、寄宿舎の食堂で食べます。栄養士は、栄養バランスを考慮したり、寄宿舎生のリクエストを取り入れたりして献立を立てています。食堂の隣に厨房があるので、温かい食事を食べることができます。配膳や片付けは、当番の寄宿舎生を中心に行います。



入浴

歯みがきをした後に、入浴をします。友達や指導員に、一日の出来事を話したり、悩み事を相談したりして、心も体もリラックスできる時間です。毎日、適切な手順で体や髪を洗うことで、一人で上手に行えるようになります。



洗濯

入浴の後は、浴室や脱衣室、洗面所の清掃をします。

その後、洗濯をします。汚れの強い物は、洗濯板を使って手洗い洗濯をしてから、洗濯機で洗います。洗濯物は自分の角ハンガーに干します。



おやつ

棟の休息室に集まり、おやつを食べながら、和やかなひとときを過ごします。

週に一度の棟集会では、予定の確認をしたり、「あいさつをしよう」というような目標を考えたりします。



余暇活動

宿題に取り組んだり、テレビを観たり、疲れた日は早めに休んだりと思いつきの時間を過ごします。

他の棟に遊びに行き、友達とゲームをすることもあります。水曜日は多目的室に集まり、カラオケや卓球などを楽しむ交流会があります。



就寝

布団を敷いて、シーツを掛けて、就寝の準備をします。明日も健康に過ごせるように、しっかりと睡眠を取ります。



起床

寄宿舍生のリクエストした曲が、起床の音楽として毎朝放送されます。気持ち良く目覚めた後は、布団を畳み、自分のロッカーに片づけます。



身支度

着替える際には、その日の気温や天候によって衣類を調整します。顔を洗ったり、寝ぐせを直したり、髭を剃ったりして、身支度を整えます。



清掃

自分の部屋や廊下などの担当する場所を、掃除機やモップを使用して、清掃します。身の回りをきれいに整えて、気持ち良く生活できるようにしています。



ティータイム

掃除を終えると、テレビを観たり、音楽を聴いたり、お茶を飲んだり、自由に過ごします。棟に巡視に来た舎監に、お茶を出すこともあります。

舎監は、教員が順番に担当します。寄宿舍生は、舎監と一緒に食事をすることや話をすることを楽しみにしています。



ラジオ体操

天気の良い日には、寄宿舍の中庭でラジオ体操をします。各棟の代表の寄宿舍生は前に出て、体操を行います。朝日を浴びて、体のリズムを整えます。



朝食

食堂で朝食を食べます。清掃やラジオ体操などをして朝から体を動かしているため、しっかりと食べることができます。

メニューの紹介や食事の挨拶は、寄宿舍生が順番に担当します。



登校準備

歯磨きをした後、制服に着替えて、登校の準備をします。制服の衿は整っているか、シャツの裾が出ていないかなどを確認して、身だしなみを整えます。

天気の良い日には、洗濯物や布団を外に干します。



登校

昨日から今朝までの間の体調や、生活の様子を記載した連絡ノートを指導員から受け取ります。元気に挨拶をして、友達や指導員と一緒に登校します。