

## ●生活体験④

## 入浴

16 平和と公正を  
すべての人に

## 概要

公衆浴場のマナーを学ぶとともに、一緒に入浴する人とのコミュニケーションを深めることができます

## 人数

・20名まで

## 対象

・誰でも

## 実施期間

・通年

## 所要時間

・事前：1時間  
・当日：1時間～



## 活動場所

・浴室及び脱衣所

## 指導のねらい

- ・マナーの大切さを知り、日常生活全般に役立てることができる
- ・裸の付き合いで、心のふれあいが生まれる

## 活動のながれおよび留意点

## 【事前学習】

- ① 家庭での入浴の仕方を振り返る  
※別紙「入浴調査票」を活用
- ② 入浴のマナーを知る

## 【当日】

- ① 脱衣所で上履きを脱いで並べ、棚に荷物を入れる
- ② 袋から着替える衣服を出し、脱いだ衣服を袋に入れて棚に置く
- ③ タオルを持って浴室へ移動し、カランの前に洗い桶や腰掛けを用意する
- ④ シャワーのお湯を浴び、タオル、ボディソープやシャンプーを使って体を洗う
- ⑤ タオルを洗って絞り、洗い桶や腰掛けを片付けてから浴槽に入る。※この際にタオルを浴槽に浸さない
- ⑥ 浴槽から出てタオルで体を拭き、脱衣所へ移動する
- ⑦ 衣服を着て、忘れ物の確認をしてから脱衣所を出る

## 準備物品

- 【山の家で貸出可能なもの】
- ・ボディソープ、リンスインシャンプー
- 【団体で準備するもの】
- ・タオル、ドライヤー

## 備考

※別途、1人用のシャワー室が終日利用可能

## 入浴調査票

組 番 名前: \_\_\_\_\_

各こう目のがい当するマスに○印をつける。

	こう目	だいたい できる	あまり できない	わからない	備考
準備	着がえなどを自分で用意できる				
	ぬいだ衣服をたたむ、整理できる				
入浴	あ ら い 方	シャワーの湯を適当な温度に調節できる			
		こしかけにすわって体をあらえる			
		力を入れてあらえる			
		体に湯をかけられる			
		頭に湯をかぶることができる			
		タオルに石けんをつけられる			
		タオルをあらえる			
	体 を あ ら う	タオルをしぼれる			
		うでをあらえる			
		首をあらえる			
		わきの下をあらえる			
		はらをあらえる			
		せなかをあらえる			
		またをあらえる			
		足をあらえる			
		かみをあらえる			
	入 る	体についたあわをあらい流せる			
		シャンプーをあらい流せる			
	着 が え	かたまで湯につかっていられる			
静かに湯につかっていられる					
立ったままでタオルで体をふくことができる					
そ の 他	よごれた下着と新しい下着の区別がつく				
	立ったままで服を着られる				
	水をせつやくして使える				
	シャンプーなどをせつやくして使える				