

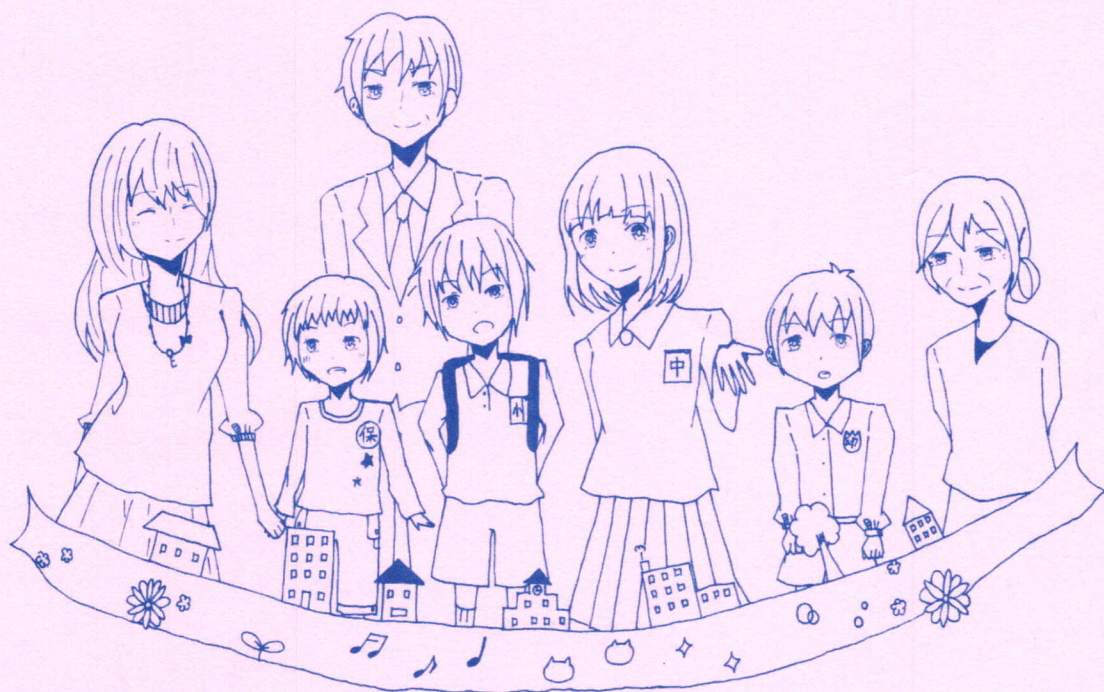
# 岡輝版・子育て法

「0歳から15歳までの育ちを支えて」

—家庭・学校園・地域社会が協働で、自立する子どもを育てよう—

## 基礎・基本一覧

(第2回改訂版)



岡山市岡南保育園・岡山市立岡南幼稚園  
岡山市清輝保育園・岡山市立清輝小学校  
岡山市立岡南小学校・岡山市立岡輝中学校

# 目次

1	はじめに「輝く子どもたちをめざして」 .....	2
2	この冊子の使い方 .....	4
3	めざす子ども像 .....	5
4	学力をつける0～15歳のための家庭学習 .....	5
5	しつけの基本的な考え方 .....	6
6	乳・幼児期 .....	9
	・「子育てって楽しいよ」	
	・質問や疑問一覧	
	・「保護者からの働きかけ」「めざす子ども像」	
	「学校園からの働きかけ」	
	・「Q & A」	
	・「0歳からの歩み」	
7	小学校期 .....	46
	・質問や疑問一覧	
	・「保護者からの働きかけ」「めざす子ども像」	
	「学校園からの働きかけ」	
	・「Q & A」	
8	中学校期 .....	67
	・質問や疑問一覧	
	・「保護者からの働きかけ」「めざす子ども像」	
	「学校園からの働きかけ」	
	・「Q & A」	
9	家庭教育講座 .....	94
10	おわりに .....	100

引用・参考文献一覧  
子育て相談機関一覧

# 1 はじめに

## 「輝く子どもたちををめざして」

岡輝中学校区の「生活四原則」・「学習四原則」を知っていますか？

□生活四原則

- ①早寝
- ②早起き
- ③朝食
- ④ウンチ

□学習四原則

- ①時間を守ろう
- ②忘れ物をしない
- ③自分の考えを相手に伝えよう
- ④人の話を聞こう

### 岡輝中学校区の二本の柱

☆学区でつながれ、地域協働学校 ☆みんなでつながれ、協同学習

岡輝学区6校園では、「学びの協同体」という理念のもと、岡輝学区の子どもたちを0歳の乳幼児から中学校卒業時の15歳まで一貫した方針で、保護者・地域の方々・学校園の教職員が一体となって育てていきたいという願いから、「岡輝版・子育て法」を平成13年12月に作成しました。その後、保護者の中から「乳幼児の子育てについて細かく記述してほしい」との意見が数多く出され、平成16年2月に改訂され、岡輝学区6校園の入園・入学時に保護者の方々に配布しています。

しかし、「岡輝版・子育て法」も、しっかり活用され、残り少なくなってきました。10年を経て、社会状況も変化し、それにもなつて、岡輝学区の子どもたちの実態も変わってきました。携帯電話・スマートフォン等のトラブルも問題になってきています。使い方についても載せたいという意見が出され、再度見直し、改訂することにしました。

改訂にあたっては6校園の保護者役員とともに子どもの生活実態調査を行い、その結果を踏まえて、現在の岡輝学区の実態にあった手引き書になるよう見直しました。

平成26年9月に調査を行った結果、当然のことながら前回同様、家庭・地域・学校のかかわりが、子どもの行動や考え方に大きく影響していることが明らかになりました。また、さらに新たな課題も出てきました。

#### 岡輝学区の子どもたちの実態

- ・ 就学前の子どもをもつ保護者は、子育てがよく分からず、約半数の方が不安を抱えている。
- ・ 生活が大人の生活に左右されている。
- ・ テレビ・DVDの視聴時間が、学年が上がるごとに急増する。
- ・ 携帯電話・スマートフォン等の親子の約束に対する認識の差が大きい。
- ・ 就寝時刻・睡眠時間・起床時刻・朝食時間・登校時刻とは、密接に関連している。
- ・ 家族と社会の出来事について、話し合うことがない家庭が約4割ある。
- ・ 家庭のしつけに「優しさと厳しさ」の調和が取りにくい。 など

こうした実態を受けて、改訂の方針を前回同様、次のように立てました。

- (1) 岡輝中学校区6校園が「めざす子ども像」および「身に付けたい基本的生活習慣」を押さえ、その育成のために「学校園からの働きかけ」と「保護者からの働きかけ」の基本を示したことから、それぞれの時期の特に育てたい視点（下記）を明記した前「岡輝版・子育て法」のあり方は、引き継いでいく。

《乳幼児期》	《小学校期》	《中学校期》
○基本的生活習慣	○基本的生活習慣	○基本的生活習慣
○遊 び	○家庭学習・自主学習	○家庭学習・自主学習
○ことば	○協同学習（人間関係）	○協同学習（人間関係）
○感性	○信頼関係づくり	○進路
○学び合い（人間関係）		○信頼関係づくり

- (2) 岡輝中学校区の子ども・保護者・地域の方々の実態に合った内容とする。
- ・乳幼児期の子育て法を充実する。
  - ・就学前から小学校の学習へスムーズに移行できるように保護者のかかわり方を入れる。
- (3) 読みやすく、分かりやすい記述に心がける。
- ・Q&Aの部分を充実させる。
  - ・家庭教育講座として「ほめる」「しかる」「きたえる」を入れる。
  - ・保護者の視点や先輩方の経験を盛り込む。

前回平成16年の改訂版作成のメンバーには、6校園の教職員に加え、できるだけ多くの保護者や地域の方々、学識経験者に参加していただきました。各立場からの意見を大事にすると同時に、お互いが「子育ての大切さ、難しさ、連携の重要性」を自覚し、家庭・地域・学校の人間関係をさらに深めていくポイントを考えました。

今回平成27年の改訂版では、時代の変化に合わせて生活も変わってきているので、ネットやスマホなど、今日的な課題を踏まえて、一部改訂しました。

前回改訂のはじめにのことばをそのままお贈りします。

この冊子が、日常生活の多くの場で話題になり、それぞれの取組が、一層充実したものになることを期待しています。

子どもは生まれながらに、自分で「育つ力」をもっているといわれています。しかし、放任しておいては、育ちの方向を誤ることになります。育てる保護者には相当の根気・忍耐と努力などが必要であり、子どもによって保護者も育てられます。

「子育て」は「育つ、育てる、育ち合う」というすばらしい成果をもたらすものです。みんなでこの冊子を充実させながら、子どもたち一人一人の望ましい成長を私たちの喜びとし、それぞれの立場で手を取り合って励んでいきたいものです。

岡山市岡南保育園・岡山市立岡南幼稚園  
岡山市清輝保育園・岡山市立清輝小学校  
岡山市立岡南小学校・岡山市立岡輝中学校

## 2 この冊子の使い方

### <乳幼児期のお子さんのために>

乳幼児期の子育てに不安をおもちの方は約50%いらっしゃいます。お子さまがこれからどのように育っていくのか見通しがないと大変不安なものです。この冊子は15歳までの育ちを表にまとめています。特に乳幼児期のお子さまについて、子どもの育ちに必要な保護者の手助けや園や学校に入る時までに必要なことを、わかりやすくまとめています。

### <先輩の子育ての知恵を学ぶために>

この冊子は、子育てについてのベテランの保育士、教師、子育てを済まされた先輩の保護者の方が、さまざまな経験から知恵をしばって内容をまとめたので、聞きたい悩みや知りたい内容が盛り込まれていると思います。

また、忙しくてじっくり内容を読むことができない方には、ポイントをしばって箇条書きにしています。お伝えしたいことはそこにまとめています。箇条書きのところだけを読んでいただいても十分内容を理解していただけるように工夫しております。

### <子どもに確かな学力を身につけさせるために>

この冊子のねらいは、0歳から15歳までの子育てを見通していただき、適切な子どもへのかかわりを適切な時期に行おうというものです。平成15年に学区の子どもすべてについての実態調査を行って、今、必要な子育ては何かを探り、その内容を盛り込みました。

そして、作成にかかわった保護者、保育士、教師、学者、地域の方々は、しっかりとした基本的生活習慣と学習習慣を身につけなくて確かな学力は身につかないという考え方に基づいて、この冊子を作成しています。また、乳幼児期の遊びや人間関係（親子の関係や友達との関係）は、その子のその後の学びの深さや広がり、学習意欲にも影響が出てきます。じっくりと乳幼児期の段階から読んでいただくと、よくわかると思います。

### <地域で子どもを育てるために>

「最近の子どもは」とマスコミでとりあげられるような子ども達に対しては、もっと小さい頃から社会に対する善悪の判断を身につけさせないといけないという意見はあっても、どうしていくのかという具体策はありませんでした。

また、もしもそのような子ども達にもっと同世代の友達や世代を越えた人間関係があったら、事件を引き起こしたでしょうか。もっと自分を認めてくれる人が大勢いたら、事件を引き起こすことはなかったのかもしれませんが。では、どうやってたくさん人間関係をつくっていくのでしょうか。

そこで、学区の子ども達の実態調査をもとに、必要な内容を検討しつつ、その具体化を図りました。目の前の子ども達が今どのような育ちをしているのか、大人として、どうかかわっていけば良いのかを具体化したものがこの冊子です。

どうか、子どもを身近な存在として、大切に育てていただきたいと思います。

### 3 めざす子ども像

岡輝学区では、めざす子ども像を次のように決めて、各校園で取り組むようにしています。

自ら学び、自ら考える力と  
仲間とともに支え合い生活する力を身に付け、  
社会に貢献する子ども

自ら学び自ら考える力・・・・・・・・・・ A 自分を高める子ども  
仲間とともに支え合い生活する力・・・・・・・・ B 共に生きる子ども  
社会に貢献する・・・・・・・・・・ C 人の役に立つ子ども

学区で育てる子ども像は、

- A 自分を高める
- B 共に生きる
- C 人の役に立つ

の3つの柱から実現していきます。各学校・園では、A、B、Cの柱に基づく教育目標を立てて、実践しています。

### 4 学力をつける0～15歳のための家庭学習

- (1) 乳幼児への働きかけ・・・子どもは身近な大人に言葉を語りかけてもらい、言葉を習得する時期

乳幼児

- ・保護者のあたたかい愛情をもった言葉がけをする。  
→情緒の安定につながる。
- ・一緒に体験し、楽しみながら言葉がけをする。
- ・短い時間でも継続して絵本などを見ながら語りかける。

幼児期

- ・保護者の言葉が手本になるよう“ていねいに、ゆっくりと”言葉をかける。
- ・同世代の子どもとの交流や読み聞かせを大切にする。

↓

- ・体験をともなった言葉の習得につながる。  
(人の心の美しさを感じ、共感する感性も育つ。)

↓

- ・「なぜ、なに」の問いに対して、「どうしてかな？」と受け入れて、一緒に考えようとする姿勢が、好奇心を育てる。
- ・習い事はできるようになるか、ならないかではなく、良いものに触れる良い体験や機会であるととらえる。

- (2) 小学校低学年

- ・家庭学習の習慣づくり  
(ここでこれからの学ぶ姿勢がつくられる。)  
・・・勉強することが楽しいという気持ちをつくる。
- ・子どもと一緒にする。  
大人が勉強する子どものそばにいて、はげましの声をかける。

### 家庭学習習慣づくりのポイント

- ① 子どもは大人をまねる。  
身近な大人（特に尊敬している人）が本を読んだり、仕事に打ち込んだりする姿を見せる。
  - ② 落ち着いて勉強できる環境をつくる。  
同じ時間に、静かな場所で、例外なく毎日する。  
すぐに学習に取りかかる。（準備、計画、整理）  
時間がきたらやめる。後のお楽しみ時間を奪わない。
- ・家庭学習時間のめやす 学年×10分
  - ・「見て見て、聞いてを大切に」  
子どもの話を聞くことで、子どもの具体的な思考の訓練になる。
  - ・丁寧に読んだり書いたりすることを繰り返す。
  - ・宿題プラスその子に合うものを無理なく。

#### (3) 小学校中学年

- ・一度に学習内容が増える。  
具体的な考え方から抽象的な考え方ができるようになってくる。
- ・一人でできるようになってくるが、子どもがきちんとやっているか確認する。

#### (4) 小学校高学年

- ・抽象的な学習内容がぐっと増えてくる。  
小4までの学習を積み上げていると問題なく学習が進む。
- ・高学年以上は、本人の気づきと努力。  
必要性を感じた時や「なるほど」と思った時、本人はがんばる。

#### (5) 中学校

- ・復習（宿題）を中心に行う。期限を守って提出できるようにする。
- ・自主学習ノートを利用して、苦手なこと、ドリル的（計算・漢字・英単語・重要語句）の練習を行う。
- ・家庭学習でわからないことを、友達に聴けるようにまとめておく。

## 5 しつけの基本的な考え方

しつけるとは、「習慣化」させていくことです。子どもにかかわる大人たちが、生きていく上で大事だと考えているものを身につけさせていくことでもあります。子どもが将来どんな大人になってほしいかを頭に描きながら、一人一人に合った接し方をしていきたいものです。

しつけは、乳幼児から成人まで積み上げていくことが大切で、低年齢の時期に必要なことをしつけられていない子は、大きくなってきちんと身につけられるようになるまでには、何倍も時間がかかってしまいます。スタートの乳幼児期から少しずつ身につけていきたいものです。

まず、子どもをしつけるには大きな原則があります。

- ① 根気よく、わかるように教える。
- ② 大人が手本を示す。
- ③ 例外はなるべく認めない。
- ④ 認めてほめる。

この①から④は大原則ですが、発達段階に応じてその内容や方法を変えていかなければなりません。



次に発達段階別にしつけのポイントを見ましょう。

### 保育園・幼稚園期

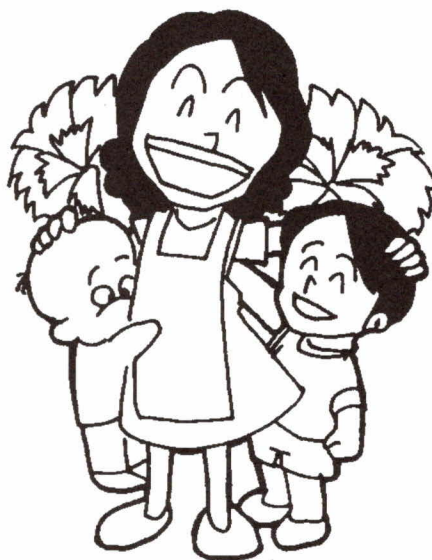
- ① 幼児期に身につけなければならない一つ一つのことについて、なぜそうするのかを理解できるように知らせる。
- ② 大人と一緒にしながらやり方を知らせていく。
- ③ 子どもが自分からしようとする気持ちを大切にす。
- ④ 子どもを見守り、自分でしようとする気持ちをほめる。

### 小学校期

- ① 「なぜ?」「どうして?」を子どもと一緒に考えて約束を作る。
- ② わが子に守らせたいルールは、大人が率先して守る努力をする。
- ③ ある程度子どもに任せて、困っていたら助け舟を出す。
- ④ 長い目で見守り、よくできている時には必ずほめる。

### 中学校期

- ① 将来、自立することを前提に、頑張る力だけでなく、人に頼る大切さを伝える。
- ② 大人の矛盾(むじゅん)を鋭く見抜く力がついてくるので、子どもと思ってごまかすようなことをせずに、一人の人格者として尊重し筋を通して話をする。
- ③ 自分と社会とのかかわりや公共性を考えさせる。
- ④ 自己主張が強くなるので、ある程度プライドを尊重しながら話を聞き、親としての想いを伝える。





# 乳幼児期

# 子育てを楽しもう！

うちの子、なかなか泣き止まなくて・・・

言う事をきかなくて困っちゃう。早く大きくなれないかな・・・

自分の時間がもてなくてストレスたまっちゃう



先輩お母さんより

ちょっと思い出してみてもいいよ。わが子がおなかの中にいた時のこと、初めて胎動を感じた時のこと、産まれた瞬間のことを。その頃のことをなつかしむように、今大変だと思っていることも、いつかなつかしく思い出す日が来ますよ。過ぎ去った日はもう戻って来ないのよ。せっかく子育てをしているんだもの。楽しまないともったいないですよ。

そこで・・・

※ほんのちょっと心にゆとりをもちましょう。

※一人で悩まないで、子育て仲間を作りましょう。

子どもの成長には親の温かいまなざしやかかわり、たっぷりの愛情が必要です。

この冊子には、子どもの発育状況、悩みや不安を解決するためのアドバイス、先輩お母さんたちの体験談などがつまっています。

さあ、ページをめくってみましょう。

# 乳幼児期編Q & A

## 【基本的生活習慣】

Q 1 「基本的生活習慣」とは、どういうことですか？（p.26）

Q 2 「基本的生活習慣」を身につけさせるには、  
どのようにしたらいいのでしょうか？（p.26）



Q 3 乳幼児期のしつけが大切なのはわかりますが、毎日忙しくてなかなか  
できません。しつけのポイントを教えてください。（p.27）

## 【食 事】

Q 4 朝ごはんを食べてくれません。（p.29）



Q 5 簡単な朝食メニューを教えてください。（p.29）



Q 6 嫌いなものは食べようとしません。無理に食べさせなくてもいいですか？  
（p.29）

## 【睡 眠】

Q 7 夜、なかなか寝てくれません。どうすれば寝てくれるでしょうか？  
（p.32）



## 【排 泄】

Q 8 入学前の子どもですが、ほとんど毎晩のようにおねしょをします。  
（p.33）

Q 9 おしめはいつ頃までしているのですか？（p.34）



【手伝い・役割】

Q10 子どもに手伝いをさせることは、なぜ大切なのですか？（p.34）

Q11 子どもの手伝い、時間がかかるんですよね・・・。（p.35）

Q12 遊んだ後、使っぱなし、片づけません。（p.36）



【テレビ・ゲーム】

Q13 忙しいので、テレビやDVD、ゲームに子守りをさせてしまっています・・・。（p.37）



【兄弟・友達】

Q14 家では、ささいなことで、しょっちゅう兄弟げんかをしています。（p.38）

Q15 園であったことを聞いても、「うん」「いいや」などそっけない返事ばかりします。（p.39）



【感 性】

Q16 やさしい心を育てるには、どうしたらよいですか？（p.40）

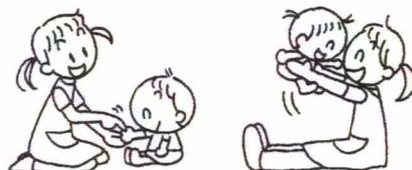
Q17 小学校に入学前なのですが、字が書けません。心配です。（p.41）

【親子の関わり】


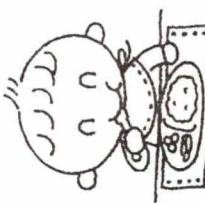

Q18 絵本を読む時間が作れません。（p.42）



Q19 毎日毎日忙しくてなかなか子どもと話したり、一緒に遊んだりできません。悩んでいます。（p.43）



## 保育園 3才未満（0歳・1歳・2歳児）

保護者からの働きかけ ⇒	めざす子ども像（目標）	⇒ 保育園からの働きかけ
<p><b>* 基本的生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 衛生的で安全な環境作りをする。</li> <li>□ 子どもに合わせた生活リズムを重視して、規則正しい生活ができるようにする。</li> <li>□ 個々の子どもの甘えたいという気持ちを受けとめる。</li> </ul> <p>《食事》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 母乳やミルクは抱っこしてほほえみながら飲ませる。</li> <li>□ 離乳食は段階を追って進め、できるだけ手作りものを食べさせる。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>（初期）ゴックン期：5～6ヶ月 …舌でつぶす時期・ペースト状の状態                      （中期）もぐもぐ期：7～8ヶ月 …指で軽く押さえてつぶれる状態                      （後期）カミカミ期：9～12ヶ月 …大人の物より少し柔らかい状態</p> </div> <p>《離乳食の段階》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 好き嫌いなく、食べられるように、調理の仕方を工夫する。</li> </ul> <p>《排泄》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ おしめが濡れていたらすぐに替える。</li> <li>□ おしめが濡れていなければ、おまるや便所に誘ってみる。</li> </ul>	<p><b>* 基本的生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 大人の愛情をしっかりと受け、安定した状態で過ごす。</li> <li>□ 整った生活リズムの中で機嫌よく過ごす。</li> <li>□ まわりのことに興味を持ち、模倣したり、一緒にしたりしようとする。</li> </ul> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 好き嫌いをしないで、何でも自分で食べようとする。</li> <li>□ 食事のあいさつをする。</li> </ul> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div>	<p>⇒ 保育園からの働きかけ</p> <p><b>* 基本的生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ しっかりと抱いたり、一対一でのかわりの中で情緒の安定を図る。</li> <li>□ 保育士との個人的な触れ合いの中で自分でしようとする気持ちの芽生えを養いながら基本的生活習慣が身につくようにする</li> <li style="padding-left: 20px;">（食事・排泄・睡眠・着脱）</li> <li>□ 保護者との連絡を密にし、子どもにとって今、何が大切かを話し合う。</li> <li>□ 保育士と一緒にかわってあげながら、できたことをしっかりと誉め、自分でしようとする気持ちを持たせる。</li> <li>□ 一人一人の食事の様子を把握し、「おいしいね」「モグ、モグ、カミカミしてね」など声を掛け、しっかりとかわりかんで食事ができるようにする。</li> <li>□ 毎日の繰り返しの中で、自然にしくさや言葉であいさつができるようにする。</li> </ul> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 一人一人の排泄感覚を把握し、無理のないように便器やおまるに誘うようにする。</li> <li>□ 尿意、便意を知らせたり、パンツに出たことを知らせた時には、しっかりとほめるようにする。</li> </ul>

《睡眠》

- ぐっすり眠れるように環境作りをする。
- 子どもに必要な睡眠時間。

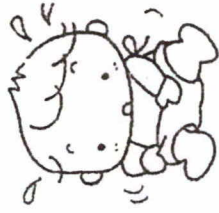
《一日の睡眠時間（朝寝、昼寝、夕寝、夜の睡眠時間を全部プラスしたもの）》

月齢	睡眠時間	月齢	睡眠時間
3～5ヶ月	17時間	9～11ヶ月	13時間
6～8ヶ月	15時間	1歳～	12時間



- 落ち着いた雰囲気の中で十分に眠る。

- 個々の子どもに適した寝かせ方、接し方をし、十分に眠れるようにする。



《着脱》

- 子どもが自分でパンツの上げ下げや、靴を脱ごうとしている姿を見守る。少しでもできたら声をかけてほめる。

- 着脱の時、自分で手を入れようとしたり、足を出そうとしたりする。
- ボタンやスナップに興味をもち、自分でしようとす。

\* 遊び

- 寝返り、はう、伝い歩きなど、成長にそった動きができるようにする。
- テレビやビデオに頼らず、優しく語り掛けたり、子どもの声に応答したりしていくようにする。

\* 遊び

- しっかりと体を動かして遊ぶ。
- 好きな玩具や遊具、自然物に自分からかわわりしつかり遊ぶ。



- 一緒に絵本を見ながら、子どもの指差しや疑問に答えたり、話の内容と一緒に楽しんだりする。
- いろいろな場所で、同年齢や異年齢の子どもや大人と接する機会をもつようにする。

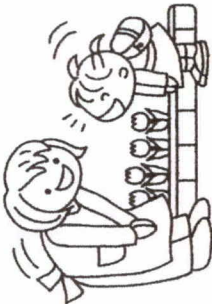
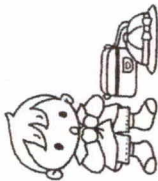
- 言葉で自分の感情や思いを表す。
- 自分の経験や絵本を見て感じた、きれい、かわい、こわいなどの感情をしぐさや言葉で表現する。



\* 遊び

- 個々の子どもの成長段階をしっかりと把握し遊びを工夫しながら、歩行の完成と跳ぶ、登る、くぐるなどの活動へと誘い運動面の発達を促す。
- 探索活動をしっかりとさせ、いろいろな物に対する興味を育てていく。
- いじる、つまむ、丸める等の活動ができる遊びを工夫し、手や指先の発達を促す。
- 遊びの中で保育士が仲立ちとなって、言葉のやりとりを楽しむようにする。
- 生活の中で必要な言葉やあいさつを繰り返し知らせていく。
- 子どもの発見や驚きに共感しながら、感じる心や優しい心が育つようにする。

# 保 育 園 ・ 幼 稚 園 ( 3 歳 ・ 4 歳 )

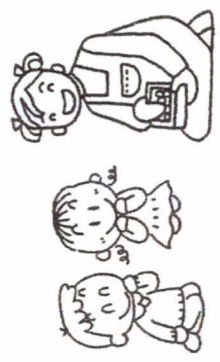
保護者からの働きかけ ⇒	めざす子ども像 (目標)	⇐ 学校園からの働きかけ
<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 食事 (時間、内容、態度)、睡眠 (早寝、早起き) などきまり良い生活リズムを家族みんなで整える。</li> <li><input type="checkbox"/> 清潔になることの心地よさを感じることができるよう、こまめに気を配る。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活習慣は保護者とともにしながら繰り返し知らせ、一人でできるように励まし、できた時にはしっかりとほめる。</li> <li><input type="checkbox"/> 一人で頑張っている時やしようとしている時はゆとりを待つ。</li> <li><input type="checkbox"/> 家族の一員として役に立っている喜びがもてるように手伝いをさせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者自身が積極的にあいさつをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 調理の仕方や切り方や盛り付けなどを工夫し、偏食をなくす。</li> </ul> <p><b>* 遊び</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 戸外でしっかりと遊ばせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 近所の同年齢、異年齢の子どもと遊ばせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもの気づきや発見を大切に受け止める。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもが興味をもって試したり工夫したりしている姿を見守る。また、子どもが自分で試せるように時間を確保する。</li> <li><input type="checkbox"/> 失敗した時は、なぜそうなったのか子どもにも気づかせ、励まし、次への意欲へつなげる。</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭の中で約束事を決め、守らせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもの疑問に答えたり、一緒に考えたりする。</li> </ul>	 <p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 元気に楽しく生活し、遊ぶ。</li> <li><input type="checkbox"/> 基本的な生活習慣や態度を身につける。 (あいさつ、食事、排泄、着脱、睡眠、衛生、健康、安全)</li> <li><input type="checkbox"/> 片づけ、手伝いなどを自分からする。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活のリズムがわかり、見通しをもつて行動する。</li> </ul> <p><b>* 遊び</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 身体を十分に動かして遊ぶ。</li> <li><input type="checkbox"/> のびのびと自分を出し切って遊ぶ。</li> <li><input type="checkbox"/> いろいろなものに興味や関心をもち、夢中になって取り組む。</li> <li><input type="checkbox"/> 自分なりのめあてをもち、考えたり試したり工夫したりしながら遊ぶ。</li> <li><input type="checkbox"/> 「夢」や「希望」をもつことができ、</li> </ul>	<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 着脱、食事、睡眠、清潔など毎日の繰り返しの中で年齢に応じた方法、マナーなどを知らせていく。</li> <li><input type="checkbox"/> できるよくなったことや頑張っている姿を認めたり、ほめたりする。</li> <li><input type="checkbox"/> 必要に応じて、見守ったり励ましたりする。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活の流れと時間との関係に気づかせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 規則正しい生活の大切さを知らせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 食事、睡眠、清潔などの大切さを機会あるごとに知らせ、関心をもてるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> 集団の一員として役に立つ喜びがもてるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> みんなで片づけに取り組み、きれいになった気持ちよさを味わわせたり、自分たちの生活の場を自分たちで整えようという気持ちをもたせたりする。</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <p><b>* 遊び</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> できないことや少し難しいことにも挑戦しようとする姿を認め、できた時には一緒に喜び、自信へつなげる。</li> <li><input type="checkbox"/> 幼児の発想やアイデアを遊びや生活の中に生かし、意欲や創造力、行動力を養う。</li> <li><input type="checkbox"/> 園外保育や地域行事への参加を通し、いろいろな人と触れ合う経験や豊かな体験ができるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> いろいろな材料や用具・遊具を用意し、考えたり試したり工夫したりしながら遊べるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> 当番や清掃など園生活に必要な活動を取り入れ、役に立つ喜びが味わえるようにする。</li> </ul>

・ 5 歳 )

- 文字や英語、数などは生活や遊びの中で興味や関心をもてるようにする。
- 安全面には特に気をつける。

\* ことば

- 子どもの気持ちを受け止めながら、ゆっくり話を聞く。
- 親子で絵本や物語に親しむ。
- 大人自身が言葉を豊かにしたり、使い方に気を付けたりする。



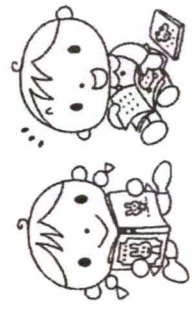
\* 感性

- 見る、気づく、感じる、動きかける力が育つように、自然の中に出かけたり、自然物で遊んだりする。
- 動植物の世話を親子で一緒にする。
- 子どもの気づきをしっかりと受け止める。
- 大人自身がいろいろなことに気づいたり感動したりする心をもつ。

- 文字や数量に対して関心をもつ。
- 小動物や草花に触れて遊ぶ。

\* ことば

- 自分の思いを言葉で伝える。
- 友達（人）の話を聞く。
- 絵本に親しむ。



\* 感性

- 物事に対して感じる心をもつ。  
(美しい、不思議だ、かわいい、おかしいなどを感じる)
- いろいろな表現を楽しむ。  
(音楽リズム、造形、身体、言語)

- 個々の発達過程や子どもの興味に応じた運動や遊びを工夫する。
- 文字や数、図形に関心をもたせる遊びや環境作りをする。
- 安全管理をすることともに、自分の身を自分で守ろうとする気持ちをもてるように指導する。

\* ことば

- 一人一人がゆっくり話ができる機会を設けたり、子どもの話を受容したりして、自分の思いを言葉で伝えられるようにする。
- 落ち着いて話し合う時間を設け、友達や先生の話をじっくりと聞くことができるようにする。
- 読み聞かせやお話などを多く取り入れる。
- 幼児が自分で自由に絵本を見ることができると絵本コーナーを設ける。
- 家庭に絵本の貸し出しを行い、親子で絵本に親しんでもらうようにする。

\* 感性

- 自然と触れ合う中で、幼児が五感を通して気づいたり、発見したりしたことを、ともに驚いたり、受け止めたりしていく。
- 子ども達と一緒に四季折々の植物を育てたり、生き物の世話をしたりして、感じる心ややさしさが育つようにする。



\* 学び合い（人間関係）

- けんかや喧嘩なことがない限り見守る。必要があれば公平な立場でアドバイスする。双方の思いを聞き、相手の気持ちにも気付けさせる。
- 周りの状況を考え、少しでも我慢できた時はしっかりとほめる。
- して良いことと悪いことの基本的な区別を教える。
- 身の周りの人にいたわりや思いやりの気持ちをもち、この大切さを知らせる。
- わが子以外の子どもにも目を向けて良さを認める。
- ボランティアや地域活動に参加して、心を合わせて一緒に取り組む。
- 保護者同士がつながりを持ち、地域で子どもを育てようという気持ちをもつ。



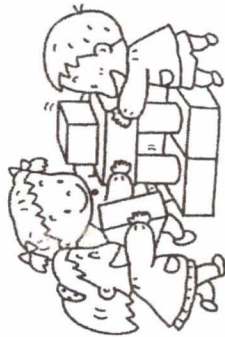
\* 学び合い（人間関係）

- 友達と一緒に楽しく遊んだり、力を合わせたりする。
- 遊びや生活の中にルールがあることを知り、守る。
- 「ずるい」「おかしい」など不当に思うことを言葉で表す。
- して良いことと悪いことがわかる。
- 周りの状況を考え、少しずつ自分の気持ちを抑えたり我慢したりする。
- 人の良いところを気づく。
- 人の気持ちに気づく。
- 困っている人の手助けしたり人の役に立つことをしたりする。



\* 学び合い（人間関係）

- 友達とのかかわり方やルールの必要性を遊びの中で知らせる。
- 対立やかっこの場面を大切に、自分の思いを表現させたり相手の思いや考えに気づかせたりする。
- 友達と協力する喜びが味わえる活動を取り入れる。
- 一人一人の個性や良さが友達の中で生かせるようにする。
- いろいろな子どもたちの良さが見える参観の仕方を工夫する。
- 保護者同士、保護者と地域とのつながりがもてるように工夫する。

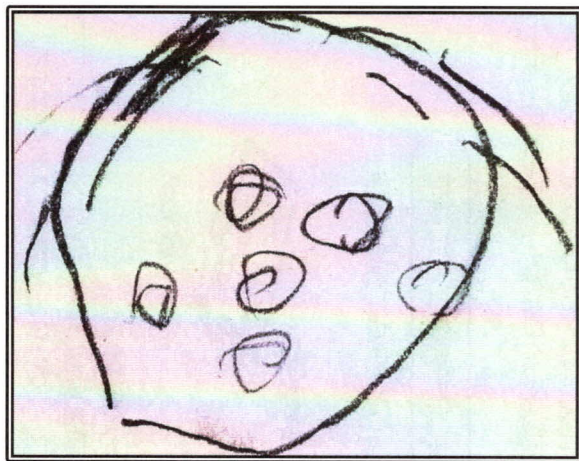
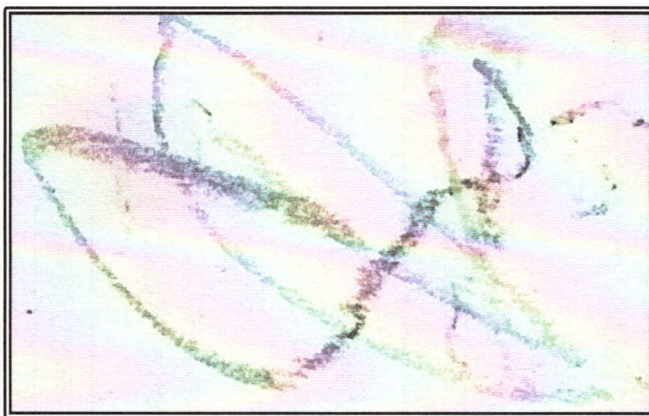


\* 園児と保護者と教師との信頼関係づくり

- 一人一人を見守り受け入れ、スキンシップや触れ合いを十分もたながら、情緒の安定を図り、信頼関係を築く。
- 遊んでいる姿や頑張る姿を保護者にも伝える。また、発達や成長を保護者と一緒に喜び合う。
- 先生は子どもの手本になるように努める。

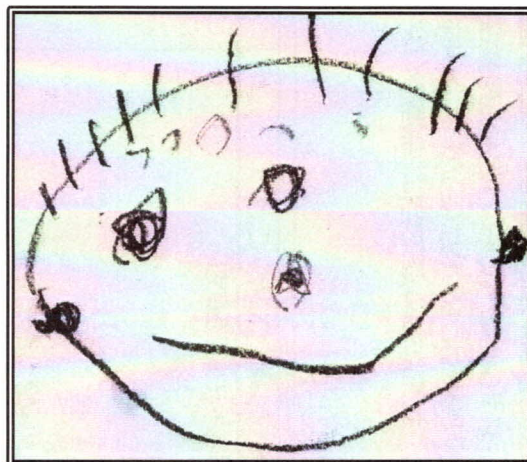
1歳7ヶ月児 男児

「アア、プー」と  
おしゃべりしながら  
描きました。



2歳児8ヶ月 男児  
「顔よ、顔」と指差し  
知らせてくれました。


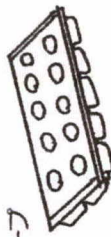
3歳3ヶ月児 男児  
大好きな友だちを「描いたよ！」


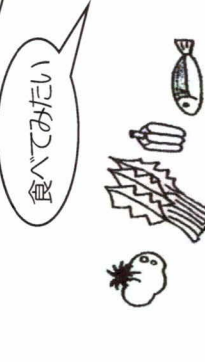

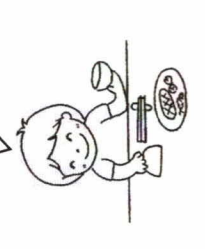
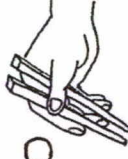
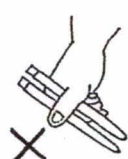


## 基本的生活習慣の〈食事〉〈排泄〉〈着脱〉と〈言葉〉について

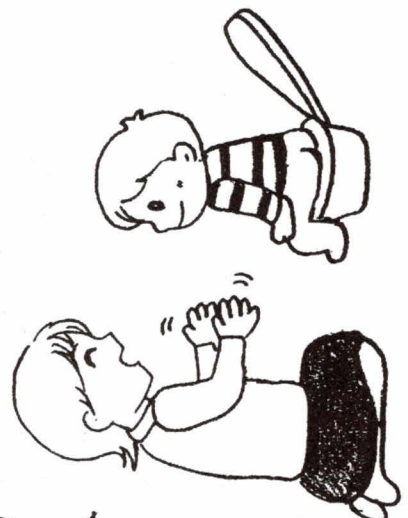
ここでは、P12～P16の表の中から、子どもの発達に沿って、身につけて欲しいことと、大人のかかわり方のヒントをあげてみます。しかし、「1歳で必ず離乳完了」といったように、必ずその年齢で身につけなければならないというものではありません。一人の子どもが発達していく道筋の「目安」を挙げています。一人一人の子どもの発達、状態、家庭の事情などに応じて、子どもにも保護者の方にも無理なく身につけていくようにしてください。

### 〈食事について〉

月 齢	身につけたいこと	大人のかかわり方・気をつけたいこと
0ヶ月～	○ 母乳・ミルクを飲む。	○ ゆったりと抱いた状態で語りかけながら飲ませましょう。 母親のやさしい顔、やさしい声、肌のぬくもりを感じることができず。 ↓ 子どもの気持ちが悪く着き、やさしい心が育ちます。
5～6ヶ月	○ 離乳開始 (乳児の発達、母乳の分泌量により開始時期は幾分違います)	○ 離乳食は、うすいお粥（おかゆを炊いた上澄み）から始めましょう。 ○ 市販の離乳食に頼るのではなく、上手に利用し手作りのものを食べさせましょう。  <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>野菜スープ</p>  <p>うす味</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>卵パック</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>いろいろな食品を与え</p> </div> </div> <p>ちよっとの工夫で簡単離乳食</p>
		<p>〈ワンポイントアドバイス〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜スープを多めに作り、小分けにしてラップで包む。たまごパックを半分に取り、きれいに洗って小分けにした野菜スープを並べ、冷凍庫に入れ保存する。</li> <li>野菜や豆腐と一緒に冷凍の野菜スープを鍋に入れるだけで、離乳食の一品ができてあがり。ちよっとの工夫で簡単作りです。</li> </ul> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">離乳食の間も母乳やミルクを飲ませましょう。</p>

<p>12 ~ 15 ヶ月 2歳~ 2歳半</p>	<p>○ 離乳食完了 → 普通食へ</p> <p>○ 箸を使って食事をする。</p>	<p>○ 固い食品や繊維の多い食品は、子どもの噛む力に合わせて切り方を工夫しましょう。</p> <p>○ 子どもの発達に応じて箸を持たせてみましょう。 <b>箸を持たせる目安</b> 親指と人さし指で ものがつかめる</p> <p>クシハス、鉛筆を親指と人 さし指で支えられる。</p>
<p>3歳以上</p>	<p>○ 嫌いな物も少しずつ食べる。 ○ 食事の準備・片づけを手伝う。 ○ 箸の正しい持ち方に慣れ、こぼさずに 食べる。</p>	<p>○ 嫌いな物を食べるように強要するのではなく、食べてみようという気持ちを起こさせるように工夫しましょう。 〈例えば〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族で楽しく食べましょう。</li> <li>・インスタント食品を控えて、色々な材料を使って調理しましょう。</li> <li>・調理をする材料の色、形に関心をもたせましょう。</li> </ul> <p>・簡単な食事の手伝いを させましょう。</p>
<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>うん</p>  <p>嫌いな物も よく食べたね</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>食べてみたい</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>今夜は何にしようかな いろんな色の野菜があるね</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>お手伝いは楽しいよ</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">(買い物に行く時には、野菜・魚類などの 形・色・大きさに関心をもたせましょう)</p>		
<p>○ 親もともに食事をしながら、箸の持ち方を教えたり、こぼれた物を一緒に拾ったりして次第に身につけるようにしましょう。 (上手に箸が持てますか)</p> <div style="text-align: center;">   </div> <p>○ 親もともに食事をしながら、箸の持ち方を教えたり、こぼれた物を一緒に拾ったりして次第に身につけるようにしましょう。</p>		

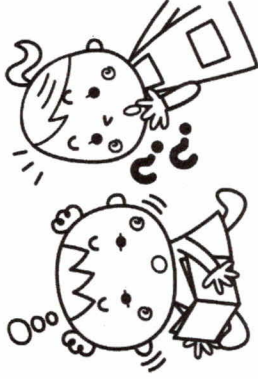
<排泄について>

月 齢	身につけたいこと	大人のかかわり方・気をつけたいこと
1~4ヶ月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ おむつかぬれている時泣き、替えてもらうと泣き止む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 尿や便が出た時は「気持ち悪かったね」「きれいにしてあげようね」などの声をかけ、まめにおしめを交換するようにししよう。</li> </ul>
7ヶ月~ 1歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ おまる、便器に座ることに慣れる。</li> <li>○ おまる、便器での排泄に興味をもつ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 座れるようになったら、<u>トイレトレーニング</u>を始めよう。 &lt;トイレトレーニングポイントアドバイス&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>・ おむつ交換時におまる、便器に座らせ「シーシ」などの声をかけましよう。</li> <li>・ 排泄できなくても、気軽におまる、便器におまる、便器に誘い座らせましよう。</li> <li>・ おまる、便器で上手に排泄できた時には「出た、出た」「よかったね」「すごいね」などとほめてあげましよう。</li> </ul> </li> </ul>
9ヶ月~ 1歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 言葉や動作で排泄を知らせたり、誘われておまるや便器で排泄をする。</li> </ul>	<p>※ 排泄の自立が早いかなどは、どうかではなく、 トイレトレーニングやおむつ交換時に しっかり声をかけ、かかわってあげる ことが大切です。</p>
1歳7ヶ月 ~2歳		<p>シーシでたね</p> 
2歳~	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ パンツで一日過ごす。</li> <li>○ 毎日、排便をする。</li> </ul>	<p>できるだけ毎朝、排便をするようにしましよう</p> <p>※ 毎朝、排便をするためには</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 早起きをしましよう。</li> <li>・ 朝食をしっかりとりましよう。</li> <li>・ 毎朝、トイレに行く習慣をつけましよう。</li> </ul>

※ 便秘をすると



注意力・記憶力がにぶ  
くなります。

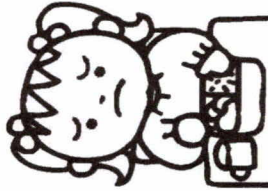


顔がむくんだり、眠く  
なったりします。

3歳以上

- 自分一人で用便をする。  
(お尻も拭く)
- 我慢しないでトイレに行き、汚さない  
ように使う。
- 異なった場所や便器でも用便がで  
きる。

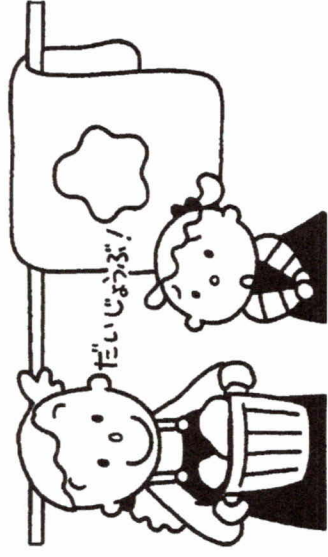
無口・食欲がさがり・  
けいれんをおこすこと  
もあります。



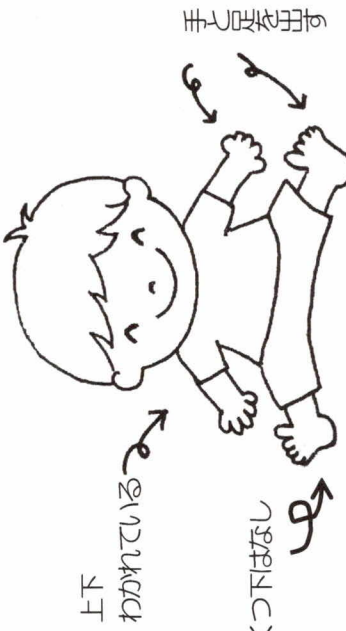

慢性になると、自律神  
経をより弱め、学習力  
を弱めます。



- 自分一人できだしたら見守ってあげましょう。
- ・ 失敗したり、上手に後始末ができないことがあっても、叱らないで励ましてあげましょう。
- ・ スポンやパンツを上げ下ろししやすい物にしましょう。



<衣服の着脱について>

月 齢	身につけたいこと	大人のかかわり方・気をつけたいこと
5~6ヶ月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 薄着で過ごす。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 動くのに楽な服を着せましょう。</li> </ul>
11ヶ月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 手伝ってもらいながら、着脱時に手や足を動かす。</li> </ul>	
1歳2ヶ月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 靴下やパンツなど簡単な衣服は自分で脱ごうとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 子どもが着脱に興味をもてるような言葉をかけましょう。</li> </ul>
2歳~	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ パンツや靴などを自分ではこうとする。</li> <li>○ 手伝ってもらって簡単な着脱をする。</li> </ul>	

3歳以上

- 表裏を知り、表返しができるようになる。
- 前後が分かり、一人で着脱をする。
- 上着のボタンやスナップができる。
- 帽子をかぶったり、左右に気をつけて靴を履いたりする。
- 脱いだ服をたたむことができる。

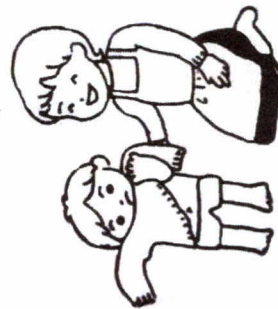
- 自分で衣服の着脱をしているところを見守り、正しくできていない時は、手を取って教えながら励ましてあげよう。自分でできたことをしっかりほめて、自信をもたせてあげましょう。

(一人でできにくいところは手伝ってあげましょう)

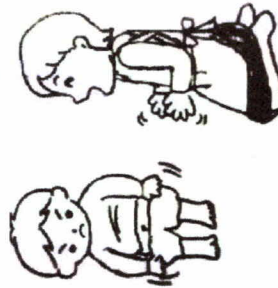
(励ましながら見守ってあげましょう)

(できたときは十分ほめてあげましょう)

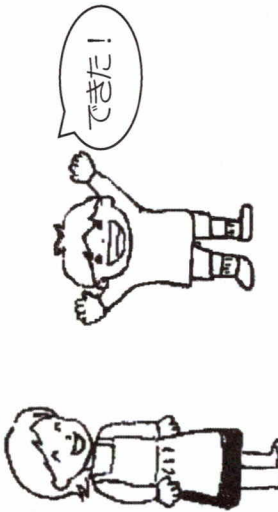
ここはこうするのよ



もう少し

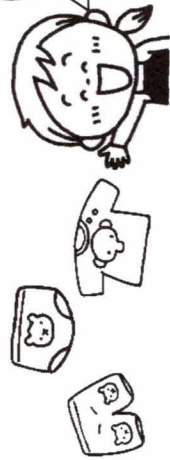


自分で着れたね

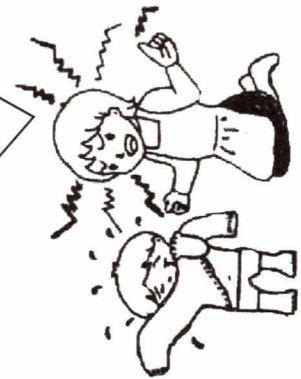


- 衣服の着脱をしたり、脱いだ服をたたんだり、靴をはいたりすることを子どもが自分一人できようとする、初めのうちはとても時間がかかります。毎日の生活の中で、その時間も計算に入れておくことも大切です。<こんなことをしていませんか>

- 前後、裏表の区別がつきやすいように目印があるといいですね。

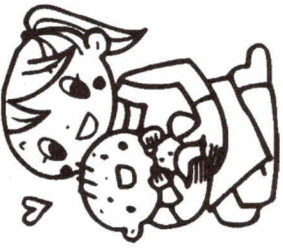
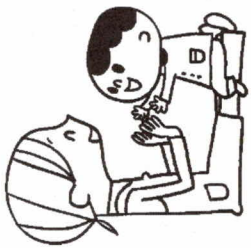
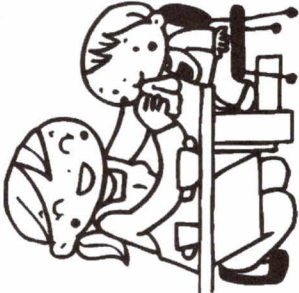



早く、早く、もうお母さんが着せてあげるから





<言葉について>

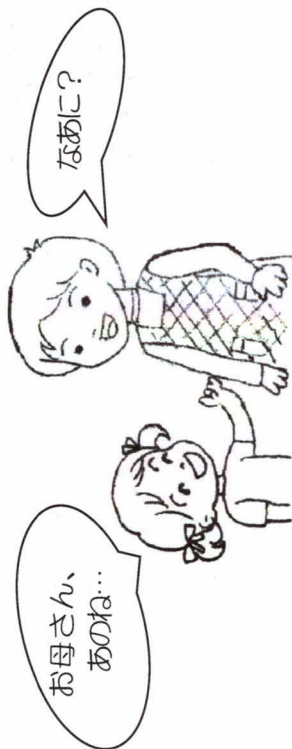
月 齢	身につけたいこと	大人のかかわり方・気をつけたいこと
1カ月半～	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ あやされたり、声をかけられたりすると笑う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 反応がないからというのではなく、新生児の時からしっかりと声をかけてあげましょう。</li> </ul>
2ヶ月～	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 機嫌のよい時は「アー」「ウー」などの声を出す。</li> </ul>	<p>生後1ヶ月半頃から、子どもはあやされると手足を動かしながら微笑を浮かべます。</p> 
4ヶ月～	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「アーア」「ブーブ」「クーク」というような声を出し、なん語が増える。</li> </ul>	
6ヶ月～ 9ヶ月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「ダダ」「ババ」「ブーブ」などの濁音が出たり、唇をふるわせ「ブルル」の音が出る。</li> <li>○ 大人の言葉かけを楽しみながら動作、しぐさをする。</li> </ul>	<p>おとなが話しかけ笑顔をむけましょう。</p> 
9ヶ月～	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 大人の言葉かけを理解し始め、片言を言い始める。</li> </ul>	
1歳7ヶ月～ 2歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 言葉が増えて「ブーブー行った」「ママちようだい」「ワンワンあっち」などの少し長い言葉が言える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 子どもの言葉を大人が解釈して「ご飯が食べたいのね」などと言葉で返してあげましょう。</li> <li>○ 子どもからの声に耳を傾け、反応してあげたり、生活の中で気づいたことなどを話しかけてあげましょう。</li> </ul>
2歳～3歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 呼ばれたら「はい」と返事をする。</li> <li>○ おしゃべりが多くなり、大人や友達と簡単な会話ができる。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 子どもが話す時は、向かい合い本気で聞くように心がけましょう。後姿で聞いたり、いらい減な返事をしている時は、子どもは満足しません。</li> </ul>

**目と目を合わせて、心で聞きましょう**

3歳以上

- 身近な人々の話を聞いたり、簡単な伝言をしたりすることができる。
- 「なぜ」「どうして」などの質問をしたり、自分の経験したことや思ったこと・感じたことを話す。
- 日常生活の適応した場で「あいさつ」ができる。
- 絵本を好きになる。

- 言葉は、「聞くこと」「話すこと」の経験を通して発達します。  
＜身近な大人の言葉を模倣し学ぶことが多いので、正しい言葉、きれいな言葉を使うように心がけましょう＞  
＜話しかけてきた子どもたちの顔を見て聞いてあげましょう＞



ほんのわずかな時間でも、何もしないで子どもたちの顔を見て、話し合いましょう。

＜親も一緒にあいさつをしましょう＞  
こんにちは

おはよう・こんにちは・こんばんは・ありがとう・ごめんなさい  
いってきます・だいま・おかえりなさい・さようなら・おやすみなさい  
かして・いいよ など

＜人を傷つける言葉についても教えてあげましょう＞

＜絵本を読んであげましょう＞

- ・ 親子の触れ合いができます。
- ・ いろいろなことを考えたり、感じたりして、豊かな心が育ちます。
- ・ 良いこと悪いことを知るきっかけになります。
- ・ 文字、絵への関心が深まったり、言葉が豊かになったりする。



Q 1 「基本的な生活習慣」とは、どういうことですか？

A

食事、排泄、着脱、睡眠など、毎日の生活に必要な習慣をいいます。たとえば、挨拶をする、手を洗う、着替える、決まった時刻に起きる、決まった時刻に食事をする、といったことです。

初めは手を借りていても声をかけることによって自分でできるようになり、それらが自然におこなえるよう身につけていくことです。

それらができるようになることが自信となり、小学校生活の学力や友達作りの基礎となります。



Q 2 「基本的な生活習慣」を身につけさせるには、どのようにしたらいいのでしょうか？

A

① 大人が手本を見せましょう。

- ・まねをすることから始まり、身につけていきます。

② 根気よく働きかけましょう。

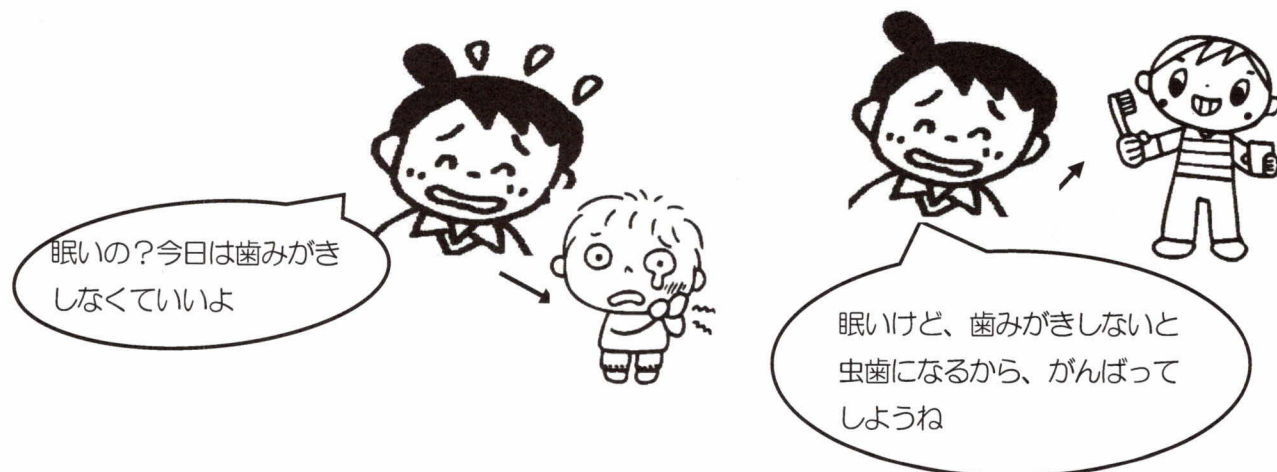
- ・同じ動作の繰り返しによって、自然とその行動ができるようになります。
- ・子どもなりになぜそうなるのか、そうしたほうが良いのかを知らせることも大切です。

③ いつも一貫した態度で取り組みましょう。

- ・例外を認めず、毎日取り組みましょう。

④ 認めてほめましょう。

- ・『歯をみがく』『残さずにごはんを食べる』など、当たり前の子どもの姿を見逃さずほめてあげましょう。



小さい時からのしつけは将来の自立につながり、生きていく力を育てる上でとても大切なことです。

『子どもが嫌がっているから』『まだ小さいから』『子どもがかわいそうだから』『そのうちできるから』『時間がないから』。これは、親としての本当の優しさ、愛情でしょうか？

でも、がんばりすぎて押しつけにならないように、子どものペースに合わせて子どもと一緒にすすめていきましょう。



Q 3 乳幼児期のしつけが大切なのはわかりますが、毎日忙しくてなかなかできません。しつけのポイントを教えてください。

A

親としてやらなければならないことがたくさんあって、本当に子育てってたいへんです。

まず、子どもの様子を見て、一番身につけたいことを決めましょう。そしてあせらず、毎日の積み重ねを大切にしていきましょう。

しつけのポイント <叱ることとほめること、どちらも大切>

- ① 叱ることよりほめることを多くしましょう。
- ② 「したい」という子どもの気持ちを大切にしましょう。
- ③ 「早く」「いけません」「がんばりなさい」を使いすぎないようにしましょう。
- ④ してはいけないことははっきり教えましょう。

① <叱ること>

叱ることが多いと、子どもは「自分は悪い子なんだ」と思います。  
厳しく叱るより子どもを“励ます”方がいいですよ。



深呼吸して気持ちを落ち着かせて



子どもの話を聞いてみましょう



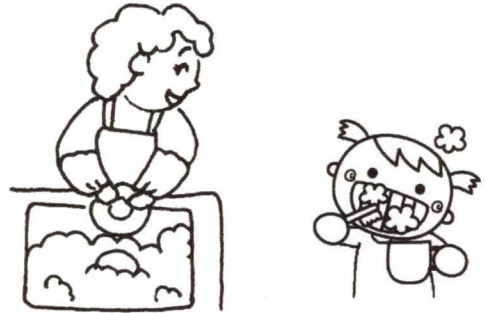
どうしてこんなことになったのか、これからどうすればよいのか一緒に考えましょう。

### <ほめること>

ほめるのって簡単。子どもの良いおこないや、今まで「やれて当然」と見逃していたことを見つけて声をかけていきましょう。そうすると子どもは親が喜ぶ良いおこないを増やしていきます。

(例)

自分から歯磨きが  
できたのね。お母さん  
うれしいわ。



① 0歳から発達していくに従って、「やってみたい」「したい」という気持ちが芽生えてきます。しかし、初めからうまくできないので、つい親が手を貸し過ぎたり、全部してしまったりすることがあります。時間にゆとりがある時は、できるだけ子どもに任せて見守ってあげてください。「やってみたい」「したい」という時期を逃すと子どもはやらしてもらおうことが当然となり、依頼心の強い子になります。

② 例えば、「早くしなさい」という言葉を使い過ぎると、子どもはどんな気持ちをもつでしょう。

「ぼくってそんなにすることが遅いのかなあ。」

「私は一生懸命してるのにお母さんはわかってくれない。」・・・

そこで・・・

子どもが自分からできた時に「早くできたね」と言ってみてはどうでしょう。

(やればできるんだ)とどんどん自信をもつことができるでしょう。

③ 人に迷惑がかかること、危険なことについては、その場ですぐに教えましょう。教える時には、してはいけない理由を分かりやすく話しながら、き然とした態度で子どもに接するようにしましょう。将来子どもが社会に出て生活していく上で、社会のルールを身につけておくことは、とても大切なことです。

今日、あなたは子どもの良いところを、いくつ見つけましたか？  
今日、あなたは子どもを何回ほめましたか？

〇〇〇を、  
がんばったね！！

### <子育ての成功のひけつ>

親の理想に子どもを引き上げるのではなく、目の前の子どものほんのちょっとした良いおこないを見つけてほめましょう。



Q 4 朝ごはんを食べてくれませんか。

A

朝の目覚めから、『おなかがすいた。食べたい』という欲求が起こるまでに30分から1時間かかります。朝食の時間を決め、そこから30分から1時間前に起こすようにしておけば良いということです。ズバリ！早起きが大切です。

朝食でスタートする  
元気な一日



朝食抜きは、車でいえばガソリンを入れないで無理に走らせるようなものです。元気な一日をスタートさせるためには、朝食をしっかりとり、エネルギーを補給することが大切です。

もしも朝ごはんを抜いてしまったら、昼ごはんまで約17～18時間何も食べていないことになります。これは一大事！



※元気に遊ぶためにも朝食は欠かせません。

Q 5 簡単な朝食メニューを教えてください。

A

☆食パンにマーガリンを塗り、スライスチーズとハムをのせ、トースターで焼くだけでもおいしい。牛乳やきゅうり、プチトマトをあわせ、簡単サラダをプラスすると good!!



☆しらすとごまをごはんに混ぜておにぎりにする。味噌汁とプチトマトか果物があるとすてきですね。



**前夜の残り物をアレンジして作る。**

シチューが残ったら

- ◇ シチューの上にとろけるチーズをのせて、トースターで焼くとお手軽グラタンができる。

味噌汁、スープを多めに作り

- ◇ 朝、卵をおとす。または、前日にゆでておいた野菜を入れて具を増やす。

ポテトサラダが残ったら

- ◇ パンにはさみ、ポテトサンドにする。



**【工夫していること】**

- 前日にゆで卵を作ったり、野菜をゆでておく。  
(ほうれん草、小松菜などは冷凍しておく)
- カップスープに前夜ゆでておいた野菜を入れて、具たくさんにする。
- 時間のある時に、ホットケーキミックスにすりおろした人参やブルーベリー（乾燥）を入れて焼き、冷凍しておく。朝、レンジで解凍して食べる。  
お好み焼きも冷凍しておくとうい。

**Q 6 嫌いなものは食べようとしません。無理に食べさせなくてもいいですか？**

A

好きなものならたくさん食べられるからといって、嫌いなものをさけていると栄養がかたよってしまいます。栄養をバランスよくとることは体の発育に欠かせない大切なことです。

- ① 嫌いだからとあきらめないようにしましょう。  
子どものためにと考え、食べさせるための言葉かけや方法を工夫しましょう。



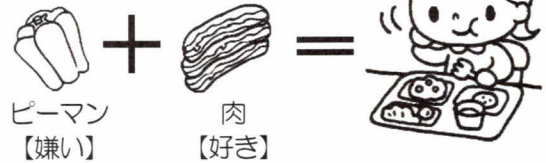
《先輩お母さんの声》

- 間食を控え、おなかがすいたところで、家族で食事をする。
- 大人がおいしそうに食べ、手本を見せる。
- 「これ食べると大きくなるよ。強くなるよ。」と話をし、食べようとする気持ちをもたせる。



② 調理方法を工夫しましょう。

- 細かくきざんでみる。
- 子どもの好きなものと混ぜたり、組み合わせてみる。
- 子どもが喜ぶような盛り付けをする。



《ピーマンの肉づめ》

③ 絵本などを使って子どもに興味をもたせましょう。



〈絵本紹介〉

- 『にんじん』
- 『グリーンマントのピーマンマン』
- 『いっばいやさいさん』
- 『はたけのともだち』

④ 『親が嫌いだから・・・』は親の勝手です。

「私(母親)が牛乳嫌いなので家では飲ませません。」「父親が肉が好きで、家では肉中心で野菜は食べません。」などの声を聞くことがあります。親の好き嫌いで子どもの食生活がかたよらないようにしたいですね。

※離乳食の時からいろいろな食感に慣れさせていくことが大切です。無理やり食べさせるのではなく励ましながらまずは、一口から始めましょう。

《先輩お母さんの体験談》

小さい時は食べていたのに、大きくなるにしたがって食感や匂いを嫌がり、にんじんを食べなくなりました。3歳の娘ですが、「食べなさい」「大きくなれんよ」と言っても、「臭いから」「おいしくない」と言って、いつもにんじんだけお皿の中に残します。

困った…の思いにまず離乳食からやり直しと考えました。そこでハンバーグ、チャーハン、玉子焼きの中にすったにんじんを入れました。また、にんじんとりんごを同量ずつ、フライパンで炒め、ジャムを作りました。何度か同じメニューを出していると、娘が「これおいしいね」と言いました。その時、「にんじんが入ってたんよ」と言って、にんじんを見せると「えー」とびっくりした娘の声に、すぐに「にんじん好きになってよかったね」とほめました。それから少しずつ調理の中でにんじんの形を普通に戻していきました。

食べなければまず離乳食から、の考えは良かったのかどうかわかりませんが、娘は今もにんじんは食べています。





Q 7 夜、なかなか寝てくれません。どうすれば寝てくれるでしょうか？

A

昔から「寝る子は育つ」ということわざがありますが、寝ているあいだに成長ホルモンが多量に分泌されます。

ぐっすり眠れるためには…

- 部屋を暗くし、静かにしましょう。
- 早起きをさせましょう。
- 昼間、しっかり遊ばせましょう。

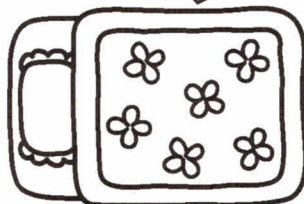


早起き



からはじめ

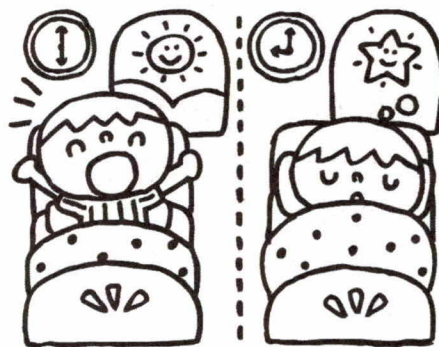
早寝



へと、切り替えていき  
ましょう。

子どもに必要な睡眠時間は、夜の睡眠だけで、9時間20分～10時間30分です。

※親の夜更かしにより、子どもをいつまでも起こしておいたり、睡眠中に大人の声やテレビの音が入ると正常な睡眠リズムが崩れます。



### 《先輩お母さんの体験談》

子どもが寝てからあれこれと用をこなしていましたが、ある時クタクタにくたびれて子どもと一緒に眠り込んでしまいました。すると、自分自身朝早くしかもスッキリ起きられ、それからは少々のことには目をつむってとにかく早寝をするようになりました。子どもも一緒に布団に入ることに安心し、早く寝つくようになりました。朝は用事をしている間に自然と気配を感じ、子どもも自分から起きられるようになりました。

Q 8 入学前の子どもですが、ほとんど毎晩のようにおねしょをします。

A

大きくなりいろいろなことを理解できるようになっても、身体にはまだまだ未発達な部分があります。まだおしっこがはずんでも目が覚めないのでしょう。10歳前後までおねしょが続く子もいると聞きます。「また、今日も・・・」と言葉や態度でプレッシャーを与えないことが大切です。

《先輩お母さんの体験談》

毎日のようにおねしょをする子どもに、寝る前の水分を厳しく制限していました。「お茶」という要求に「寝る前に飲んだらおしっこ出るからダメ」と。それでもおねしょが出るのです。反対に喉の渇きからぐずったり、夜中に目をさましたりしました。3歳健診の時に保健士の方に相談したところ、子どもにとって水分補給は大切。飲まさないのではなく、1杯のところを2分の1杯にするというように量の加減をする。子どもに「おしっこ出るからダメ」という言葉かけは子どもを責めるようになるのでやめ「おやすみなさい」と優しく声をかけてあげるようにしては。とアドバイスを受けました。

洗濯するのは確かに大変です。でも子どもを責めるのもよくないと思いました。時におねしょのない日もあるからいいかなと思うように心がけています。

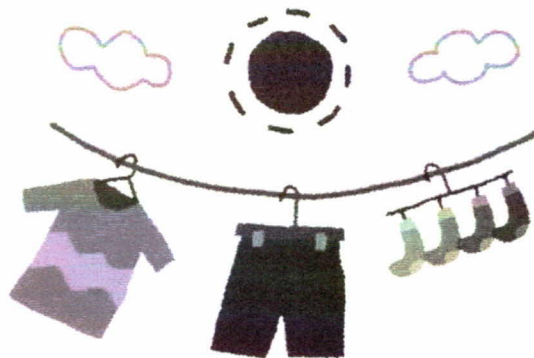
《先輩お母さんの体験談》

うちの子は、小学2年生。8歳になりました。小さい時から、毎日のようにおねしょをしていました。年長組になってもおねしょは治りません。膀胱炎や泌尿器系の病気ではないかと思い病院に行き診察をしてもらいました。異常はありませんでした。医師から「お母さんがあせったらいけませんよ。子どもが一番気にしているんですから」と言われました。

今も、月に4~5回はおねしょをしています。正直、不安やあせりの気持ちもあります。でも小さい時に比べると確かにおねしょの回数は減ってきています。

親としては『寝る前には必ずトイレに行く』という習慣を身につけさせました。後は、気ながに見守ることにしました。

子どもが安心して眠れることが一番ですよね。



Q 9 おしめはいつ頃までしているのですか？

A

3歳児未満のお子さんを対象におこなったアンケートでは『トイレトレーニングを始めた時期は』の問いに1歳から1歳6ヶ月という回答が一番多かったようです。しかし、これはあくまでも目安であって、夜寝る時は、2歳から3歳近くまではなかなかはずせなかったという子どもも多くあるのが現状です。

《先輩お母さんの声》

- 子どもがしっかりと一人座りができだした頃、おしめ交換時におまるに座らせた。
- おまるを子どもが生活する部屋に置き、遊び感覚で座れるようにした。
- トイレに興味を示したところ(1歳2ヶ月～)補助便器を購入し、座らせるようにした。
- 保育園でトイレで排泄したと聞いてから、家でもトイレに誘うようにした。

(1歳4ヶ月～)

※ おしめがとれる、とれない。トイレで排泄できた、できない。ではなく、子どもがしぐさや表情で排泄サインを出した時を見逃さないこと。おまるに座った時、「シーシー出るかな。」など、そばにつき声をかけてあげることが大切です。



Q 10 子どもに手伝いをさせることは、なぜ大切なのでしょうか？

A

自分がしたことに家族が喜んでくれると、役に立っているという喜びを感じ、家族の一員としての意識を深めていきます。

人のために役に立ってうれしいと感じる心が育ちます。また、自分で考えたり工夫したりする力も育ち、自分のことが自分でできるようになります。



Q 11 子どもの手伝い、時間がかかるんですよねえ・・・。

A

子どもは大人がしていることに興味をもち真似をします。

歩き始めた子どもは「〇〇もってきて」「これポイしてきて」などのお手伝いを、とても喜ぶます。幼くても遊びの一つとして手伝いを楽しむことができます。大人がすればすぐできることでも、子どもだと時間がかかるし、完ぺきにはできません。

けれども、「したい」という気持ちを大切に大人も一緒にしたり、「ありがとう」「よくできたね」と感謝の気持ちを伝えたりしましょう。



◎子どもがよくしているお手伝い《アンケート結果より》

- |                                    |                                   |                                 |
|------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 食事の準備・片づけ | <input type="checkbox"/> 食器を洗う・拭く | <input type="checkbox"/> 玩具の片づけ |
| <input type="checkbox"/> 洗濯物をたたむ   | <input type="checkbox"/> お風呂の掃除   | <input type="checkbox"/> 靴洗い    |
| <input type="checkbox"/> 洗濯物を運ぶ    | <input type="checkbox"/> お風呂の湯ため  | <input type="checkbox"/> 床ふき    |
| <input type="checkbox"/> 玄関の靴を整理整頓 | <input type="checkbox"/> 新聞の取り入れ  | <input type="checkbox"/> ペットの世話 |
| <input type="checkbox"/> 下の子の世話 など |                                   |                                 |

《先輩お母さんの体験談》

長男が風呂掃除を手伝ってくれたのは、3歳の時からでした。毎日ではありませんが、「ぼくも」と言っは一緒にたわしでこすったり水を流したりしていました。4歳になったある日、下の子が病気でぐずり家事が思うようにできなかった時「風呂掃除してくれる？」と頼むと、「いいよ」と言ってくれました。「一人で大丈夫かな？」と不安もありましたが、ありがたいという気持ちの方が強く、任せることにしました。カチンカチンというたわしの音と水の音。

「できたよ！」の声『きれいになったん？』と言いたい気持ちをグーと押さえ「ありがとう。これでみんなお風呂に入れるね。」と言ったのです。

それから風呂掃除は長男の役割になりました。



Q 12 遊んだ後、使っぱなし、片づけません。

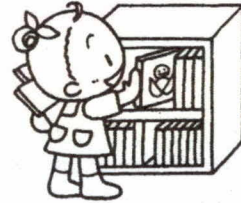
A

身の回りの整理整頓ができるよう習慣づけることは、とても大事なことです。つい怒ってしまいがちですが、繰り返し何度でも片づけの大切さを伝えましょう。

☆片づけやすいポイント

① 環境を整えましょう。

- 市販のカラーボックス（3段・5段）に紙箱をセットして、段ごとに整理して入れるようにする。引き出しにシールを貼ったり仕切りをしたりするなど、ちょっとした工夫を子どもと一緒にすると自分から進んで片づける。（手作りの袋なども利用しても良い）
- 子どもの目線より下に、片づけの場所を作る。
- 玩具の入っていた箱は、捨てないで活用すると元にあった所に片付けられる。



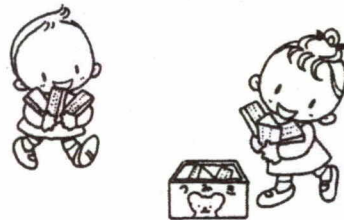
② 一緒に片づけましょう。

- 親や兄弟と一緒に「どっちがたくさん早く片づけられるかな？」と競争する。
- 小さい子は園で歌っている『片づけの歌』を、「おかたづけ～おかたづけ～♪」と歌いながら一緒に片づける。



③ 子どもの姿をほめましょう。

- 自分から片づけをしている時は、しっかりほめる。
- 片づけが終わった時に、「次に使う時、すぐに使えるね」！きれいになったね」などと声をかける。



④ 約束をする。

- 遊び終わった玩具は、片づけてから次の玩具を出す。
- 子どもが「～がない」と言ってきた時、「決めた所に片づけようね」と声をかけ、片づけの大切さを知らせる。

Q 13 忙しいので、テレビやDVDに子守りをさせてしまっています・・・。

A

テレビやDVDを見せてる間に、『家事をやってしまおう!』という気持ちは分かります。けれども、頼りすぎてついつい長時間見せていませんか？

テレビ、DVDの

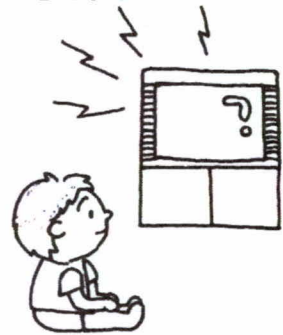
プラス面

- ・ 興味ある物を見せてくれたり、何度も繰り返し見ることができる。
- ・ 楽しませてくれる。

マイナス面

一方的に与えられる映像と音で受け身の状態が続くことにより

- ・ 自分で実際に経験し、感じとり、学ぶことができにくい。
- ・ 自分の思いを言葉や態度で表現することが苦手になる。
- ・ 視力低下へとつながることがある。



おとなしくしているから、家事ができるからと何時間も見せたりすることなく、

① 時間を決める

② 見る場所（距離）を決める などの約束は大切です。

常にテレビがついた生活をしていると、それが習慣となってなかなか消すことができません。

勇気を出してテレビ・DVDのスイッチを消してみませんか。

◎テレビ・DVDを消して、こんなことをしています。《アンケート結果より》

- ブロックや積み木で遊ぶ。○ままごとをする。○保育園・幼稚園ごっこをする。
- 廃材を使って、切ったり、セロテープではって遊ぶ。○トランプ・かるたで遊ぶ。
- 夕食作りや配膳、片づけの手伝いをする。○保育園・幼稚園の出来事を話す。

《先輩お母さんの体験談》

子どもは母親のそばが好き

食事作りの時、危ないからと台所に柵をしているお家があると思います。私は、子どもが小さい時から台所を遊び場の一つととらえ、食事作りの時は私のそばにいました。

そして、台所にあるタッパーや買物で買ってきたカリーの箱やいろいろな箱を自由に持たせました。子どもは、それを並べたり、積み上げたりして遊んでいました。時々、私と視線が合いニッコリ。「上手にできたね」とほめると満足して遊びだします。そばにすることが安心なんですね。

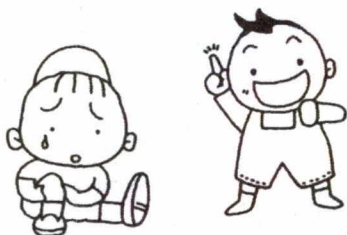


Q 14 家では、ささいなことで、しょっちゅう兄弟げんかをします。

A

すぐにやめさせるのではなく、様子を見守ることが大切です。  
ただし、危険を伴う時はすぐに止めて、気持ちを落ち着かせましょう。  
相手の痛みやつらい思いをわかり合えるまで知らせましょう。

☆危険をともなう時  
人の心を傷つけた時 ……………



- すぐに止めて落ち着かせる。その後でお互いの話を聞いて解決していく。
- 相手の痛みや思いを知らせていく。

☆どちらかが不満を持っている時 ……………



- お互いの話を聞く。
- 相手の気持ちを知り、相手の立場に立って考えられるように話を進めていく。  
『大きいんだから』『小さいんだから』と言わない。

☆お互いが納得して  
解決したと思われる時 ……………



- そのけんかの原因について、口出しせずあたたかく見守る。
- 後になって「どっちが悪かったの?」「どうなったん?」など聞かない。  
そのけんかについてははられないようにする。

※けんかをすることでいろいろな考え方があることや、自分の意見が通らないこともあることに気づきます。  
その中で、人とのかかわり方を学び、社会性が身につきます。けんかをすることも必要な経験です。



Q 15 園であったことを聞いても、「うん」「いいや」などそっけない返事ばかりします。

A

親は子どものことについて何でも知ってほしいと思いますよね。親が聞きたいという気持ちと、子どもが話したいという気持ちが一一致する時は、どんな時なのでしょうね。

<お母さん、あなたはどのタイプですか？>

① 聞きすぎお母さん

「それからどうしたの」「それで・・・」「どうして・・・」「なぜしゃべらないの」などと、聞かないでいられない。

② ながら聞きお母さん

食事の用意をしながら、あるいはテレビを見ながら「そうなの」「それでどうしたの？」などと子どもの話を聞く。

③ あとで聞きお母さん

何かしている時、子どもが「お母さん」と呼びかけると「ちょっとあとにしてね」と思わず答えてしまう。

④ じっくり聞きお母さん

「お母さん」と呼びかけられると、仕事の手を休めたり、テレビを見るのをやめたりして、子どもの方に顔と体を向ける。

我が家の工夫

(例1)

私はどんな時でも、子どもが「お母さん」と言ってきたら、まず、「なあに」と答えるようにしています。そうすると、何でも気軽に言ってくれるようになりました。

(例2)

私はフルタイムで働いていて忙しく、子どもと一緒にいる時間があまりありません。そんな私ですが『夕食の時は子どもの話を聞こう!』と自分で決めています。今では、その時間を親子で楽しみにするようになりました。

(例3)

子どもがなかなか話をしてくれないので、私自身がその日に体験したことや感じたことや考えたことなどを、子どもに話すようにしました。そのうちに子どもも自分から話をしてくれるようになりました。

※「じっくり聞きお母さん」になりましょうね。

※子どもが自然に話したくなるような、感動体験を増やしましょうね。



Q 16 やさしい心を育てるには、どうしたらよいですか？

A

「感じる心」を育てることから始めましょう。

「感じる心」を育てるためには・・・

- 子どもは、毎日の生活の中でいろいろなことを感じ、それを自分なりに表現しています。子どもが感じたことを一緒に感じたり、受け止めたりしましょう。
- 小動物の死、失敗経験、人とのかかわりの中で思い通りにならない体験などの悲しい、淋しい、辛いことも感じる心を育てる大切な経験です。それらを乗り越えていくことができるように、子どもの気持ちに寄り添い、助けてあげましょう。
- 大人は毎日忙しく、いろいろなことに会ってもあまり感じなかったり、たとえ感じて表さなかったりしがちです。ちょっとゆとりをもって、周りを見てください。今まで気づかなかったことに気づくことができるでしょう。そして、感じたことを子どもに伝えていくようにしましょう。

(例)



「感じる心」は、子どもがこれからの人生を生きていく上で、いろいろなことの基本となるものです。

- 基本的な生活習慣・・・「片づけをしたら気持ちいいな。」と感じることで身につけていきます。
- 人とのかかわり・・・「〇〇ちゃん、悲しそう。どうしたのかな」と相手の気持ちを感じることで思いやりの気持ちが育ちます。
- 学習への取り組み・・・「不思議？なぜだろう」「もっと知りたい」と感じることは学ぶ意欲へつながっていきます。
- ことば・・・「きれい」「うれしい」「くやしい」などと感じたことは自然にことばとして出てきます。ことばが豊かになります。

※「やさしい心」を育てるには、生まれた時、いえお腹の中に命が誕生した時から、たっぷりの愛情をそそいでください。愛されていると感じることのできる子どもは、誰にでも愛情をもってかかわることができます。

Q 17 小学校に入学前なのですが、字が書けません。心配です。

A

小学校の先生にお聞きしたところ、「入学までには自分の名前が読めて書ける方が良いでしょう。」ということでした。

字を無理に教えるよりも、遊びや生活の中で文字にかかわることができるように工夫してみましょう。また、数にも関心をもてるようにしてみましょう。

(例)

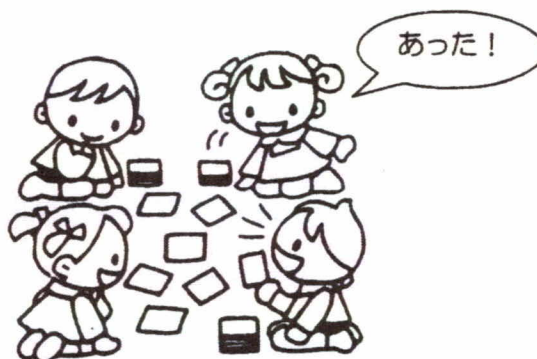
かるた遊びをする中で

「あ はどこにあるかな」

「あった」

取れた子も取れなかった子も

字を一生懸命、目で追っています。



「今日のおやつはなあに」

「今日はビスケットが3個よ」

「1、2、3 これだけね」

自分で数えながらおやつを取ります。



※文字や数も含めて、子どもは小学校に入学するといろいろなことを学んでいきます。「勉強って、楽しい!」と子どもが思ってくれることを誰しも願うことでしょう。

その基礎として、文字や数を覚えるよりも幼児期にもっと大切なことがあります。

それは、子どもが自分から「おやつ」「変だぞ」「もっと知りたい」などと、いろいろなことに興味や関心をもつことです。

そのために大人ができることは

○遊びをしっかりとさせ、自分で体験することを増やし、五感（見る、聞く、におう、味わう、触れる）を刺激すること。

○子どもが発見した驚きや疑問に共感し、自分で考えたり試したりすることができるように助けること。

「学ぶ」ということは、乳幼児期から始まっています。

乳幼児期の「学び」を大切にしましょう!

Q 18 絵本を読む時間が作れません。

A

家事を優先してしまうと子どもとのかかわりが後まわしになって、なかなか思うように、時間が作れませんね。アンケート結果の中から、どんな工夫をされているか、ヒントをもらいましょう。

我が家の工夫「絵本を読み聞かせる時間」

- 寝る前に読む。
- 早めに家事を済ませて、夕食後に読む時間を作っている。
- 子どもが「読んで」と言った時に読む。
- 保育園・幼稚園から絵本を借りてきた時に読む。
- 休みの日などゆっくりできる時に読む。
- 図書館に行って読む。



子どもは絵本の読み聞かせを通して、お家の方のぬくもりや愛情を感じることができます。また、想像力や表現力が豊かになります。

<読み聞かせをするにあたっては>

☆子どもと一緒に笑ったり驚いたりなど、ともに感じながら、心を込めて読んであげましょう。

☆たとえひらかなか読めるようになっても、子どもが望む間は、読んであげましょう。

我が家の場合

---

---

---

---

---

---

---

Q 19 毎日毎日忙しくてなかなか子どもと話をしたり、一緒に遊んだりできません。悩んでいます。

A

ふーっ! と肩の力を抜いて・・・話をしなきゃ、遊んであげなきゃ、あれもこれも・・・ではくたびれてしまいます。特別に時間を作ろうとせず、毎日を振り返ってふれあえる時間を見つけてみましょう。

たとえばお風呂タイム

1・2・3・4・・・と一緒に数を数えるだけでも子どもにとってはうれしいものです。手で水鉄砲を作ってお湯のかけ合い、シャボン玉遊びなど。

**我が家の工夫「親子遊び」**

- 手をつないだり体に触れたり、抱っこやおんぶをしたりなど、スキンシップをする。
- 歌を一緒に歌う。
- 園への行き帰りにいろいろな会話を楽しむ。
- 手遊びやジャンケン遊びをする。

親子で一緒にしてみてね。手遊び「げんこつやまのたぬきさん」

① ♪げんこつやまの  
たぬきさん



げんこつを  
上下交互に  
うちつける

③ ♪ねんねして



⑤ ♪おんぶして



② ♪おっぴのんで



④ ♪だっこして



⑥ ♪またあした



最後の「た」で  
ジャンケンを  
する

♪ = ♪

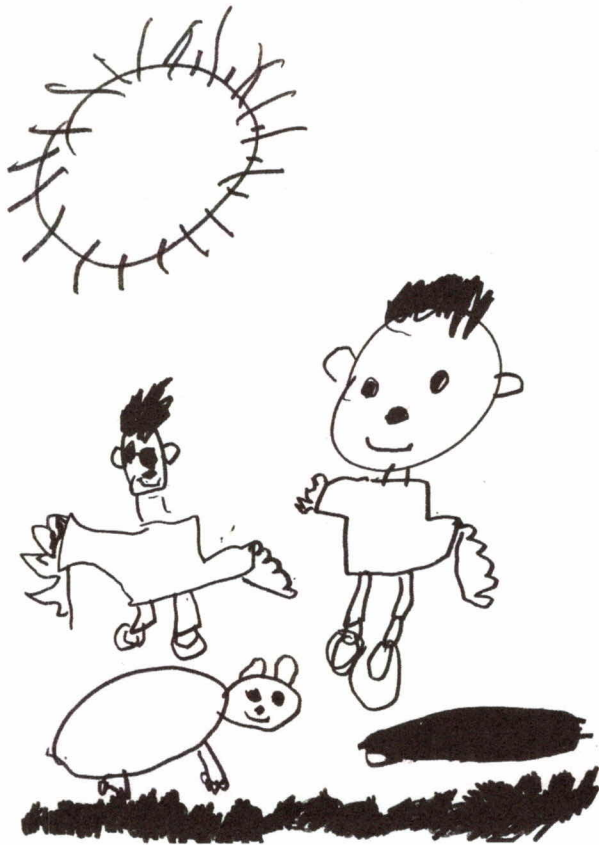
げんこつやまのたぬきさん 作者不詳

げんこつやまの たぬきさん

おっぴのんで ねんねして

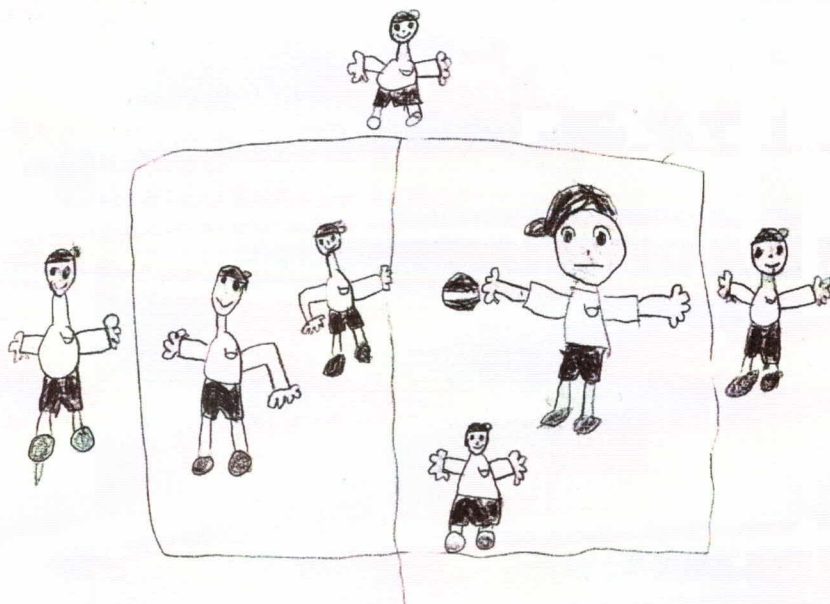
だっこして おんぶして またあした

※ まだまだたくさんあります。保育園・幼稚園・児童センターへお気軽にお尋ねください。



4歳児 男児  
「うさぎさんと遊んだよ」

5歳児 男児  
「みんなでドッジボール」



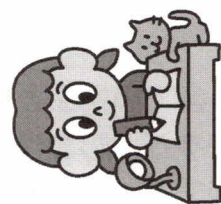
# 小学校期

## 小学校編Q&A

- Q 1 一言で小学生といっても、小学校期は1年生から6年生まで年齢の幅が広いのですが、しつけの仕方について段階に応じて何かコツのようなものはありますか？（P. 49）
- Q 2 子どもが「朝ごはんなんか食べなくても平気だ。」と言って朝食を食べないのですが、本当に大丈夫なんでしょうか？朝食はどうして大切なのですか？（P. 51）
- Q 3 わが家では一日中テレビがついています。テレビの悪影響について聞いたたびに心配になってきます。テレビを長時間見ないようにするにはどうすればいいのでしょうか？（P. 53）
- Q 4 **家庭学習**はどうすれば一人できちんとできますか？（P. 55）
- Q 5 小学生の高学年になり、反抗的です。自分の気持ちや意志を言葉で伝えてくれません。家族との会話も少なくなって心配しています。（P. 57）
- Q 6 「いじめ」「不登校」…など他人事には思えません。「うちの子どもも…」と考えると、とっても不安なのですが、どうしたらいいのでしょうか？（P. 59）
- Q 7 「自転車に乗って友達の家に行きたい」と言います。事故にあわないか心配です。どんなことに注意したらよいのですか？（P. 60）
- Q 8 「ケータイ・スマホ」がほしいと言います。ケータイ・スマホは危ないという話も聞くのでどうしようか迷っています。どうしたらよいですか？（P. 62）
- Q 9 小・中学校では、「協同学習（学び合い学習）」をしていると聞きました。どんなことをしているのですか？（P. 64）

# 小学校

保護者からの働きかけ ⇒	めざす子ども像 (目標)	← 学校園からの働きかけ
<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 食事 (時間・内容・態度)、睡眠 (早寝・早起き) など、きまりよい生活リズムをみんなと整えようとする。</li> <li><input type="checkbox"/> テレビ・ゲーム漬けにしない。(時間を決め、家族も守る。)</li> <li><input type="checkbox"/> 連絡帳のチェックから、学校の様子を知らず。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもの成長に応じて手伝いをさせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもとの対話・会話を多くし、ていねいな言葉で受け答えをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 善悪の判断をきちんと教える。</li> <li><input type="checkbox"/> お金の使い方を教える。</li> <li><input type="checkbox"/> 約束を守る経験を積み重ねさせる。</li> </ul>	<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 時間を守ることができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 掃除ができる。</li> <li><input type="checkbox"/> あいさつができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 金銭や物を大切にすることができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 片づけができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 正しい言葉づかいができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 人の話を最後まで聞くことができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 目先のことや周りの状況に惑われないで自分で善悪を判断して行動することができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 公共のマナーを守ることができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 元気で学校に登校することができる。</li> </ul>	<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 家庭との連絡を密にして、宿題・準備物をきちんと整えられるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活ががんばりカード等で励ます。</li> <li><input type="checkbox"/> 教室環境を整える。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活目標を見直し、意識化を図る。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活四原則 (早寝・早起き・朝ごはん・うんち) の徹底をお願いする。</li> </ul>
<p><b>* 家庭学習・自主学習</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 宿題・準備に関心をもつ。</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭学習の習慣をつける。(時間・場所・あせらない・あせらせない)</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭学習ができる環境を整える。</li> <li><input type="checkbox"/> 小さな成長・がんばりを認め、ほめる。</li> <li><input type="checkbox"/> 家族ぐるみで読書の時間を作り、楽しさを感じあう。</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者も一緒に本を読んだり、仕事をしたりするなど、そば(近く)にいる時間を作る。</li> <li><input type="checkbox"/> 探求心をもって行動する保護者の後ろ姿を示す。</li> <li><input type="checkbox"/> 賞としてお金や物を与えずぎない。</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭での反復学習の成果をほめる。</li> </ul>	<p><b>* 家庭学習・自主学習</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 不必要なものを片付け、机の上を整理整頓し学習する。</li> <li><input type="checkbox"/> 机について、集中して学習ができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 宿題を必ずすることができ。</li> <li><input type="checkbox"/> ノートの文字をていねいに書くことができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 自分の課題にねばり強く取り組むことができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭学習の手引きを利用して、自主学習に取り組むことができる。</li> </ul>	<p><b>* 家庭学習・自主学習</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 朝読書等、読書の習慣づけをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭学習の手引きを配布するとともに、家庭・自主学習で取り組むように促す。</li> <li><input type="checkbox"/> 自主学習の仕方 (何をどのようにしたらよいか) を教え、家庭で取り組めるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> 自主学習ノートの利用の仕方が工夫できるようにする。</li> </ul>
<p><b>* 協同学習 (学び合い学習)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 学校の問題に関心を持ち、解決に向けて話し合う。</li> </ul>	<p><b>* 協同学習 (学び合い学習)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 机をつけることができる。</li> </ul>	<p><b>* 協同学習 (学び合い学習)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 「分からない」「教えて」「大丈夫」が言える安心感のある授業づくりをする。</li> </ul>





- 我が子以外の子どもにも目を向けて良さを見つかる。
- 友達と学び合っているか（コミュニケーションが取れているか）話題にする。
- 学校で、他の子と協力したり、助け合ったり、声をかけ合ったりしているかどうか、家庭での話題にする。
- 学校、地域に対して協力的な発言、姿勢を子どもに示す。

**\*親子の信頼関係づくり**

- 一人の人間として接する。
- 何でも話せる雰囲気づくりをする。
- 我が子の良さを受け止め、その良さを教える。
- 親子での遊びやスキンシップを大切にす。
- 子どもの話をよく聞き、誠実に答える。
- 保護者の考えをよく分かるように話し、一方的に押しつけない。
- 子どもが発しているSOSのサインを見逃さない。
- 保護者の体験談・人生観を話す。
- 結果だけでなく、その過程でのがんばりを認める。
- 保護者は、子どもの手本になるように努める。

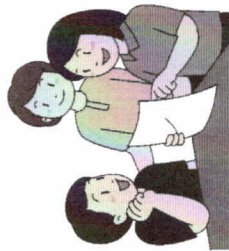
- 分からないことが「分からない」と言うことができる。
- 困ったときは「どうするの、教えて」と自分からたずねることができる。
- 相手の目を見て話を聴くことができる。
- 自分の考えをもち、人の意見とそれを比べながら聴くことができる。
- 柔らかく、優しく相手に伝わるように話すことができる。
- 自信をもって自分の考えを表現することができる。
- 課題に対してペアやグループで交流しながら夢中になって学ぶことができる。
- 友だちの失敗を笑わない。
- 友だちと助け合い、自分の良さや友だちの良さに気づくことができる。
- 楽しかったことや困ったことを素直に話すことができる。
- 生活の場面で起きた問題について、友だちと一緒に考えて、解決しようとすることができる。

**\*まわりの大人との関係づくり**

- 保護者・教師そして大人の良さや素晴らしさを見つけることができる。
- 自分を支えてくれている人がわかり、感謝することができる。
- 自分の気持ちを素直に伝えることができる。



- 授業のめあてや課題を明確に示し、目標を持って取り組めるようにする。
  - 一人一人を大切にし、生かせる場づくりをする。
  - ペア・グループ学習の充実を図る。
- ↓
- 学び合い学習の場を増やす。
  - 行事を通して、仲間と協力して達成した満足感や充実感を味わわせる。
  - 成功体験・失敗体験から学び、今後に生かせる経験の積み重ねをさせる。
  - 人のために役立つ喜びについての意識づけをする。



**\*児童と教師の信頼関係**

- 努力の積み重ねや小さな進歩をとらえてほめる。
- 休み時間に児童とふれあう場をもつ。
- 子どもの悩みに誠実に答え、適切なアドバイスをする。
- ていねいな言葉づかいをする、時間を守るなど、教師は子どもの手本になるように努める。

## 保護者からの働きかけ

### Q&A

#### \*基本的な生活習慣

**Q 1** 一言で小学生といっても、小学校期は1年生から6年生まで年齢の幅が広いのですが、しつけの仕方について段階に応じて何かコツのようなものはありますか？

**A**

- ① しつけの仕方についての原則は、前述（P. 6）のとおり。
- ② 男女で、基本的な生活習慣が身につくのに早い遅いの違いが見られることを知っておく。
- ③ 学年が上がるにつれてきちんとできるようになる習慣と、逆にできなくなっていく習慣があることを知っておく。

#### 小学校段階の全般的な傾向

- 生活習慣全般について、女子よりも男子の方が習慣を身につけるのが遅れているという傾向が見られます。
- 「きちんとする」「ルールに従う」「がまんする」といった内容の生活習慣については、学年が進むにしたがって、逆にできなくなっていくという傾向があります。



#### どんなことがちゃんとできなくなるの？

- ・ 具体的には、「整頓・そうじ」「信号を守る」「休日に規則正しく生活する」「食事前におやつを食べない」「TVゲームをする時間の約束を守る」などに現れます。

#### できていたことができなくなるの？

- ・ 「これまでも十分できていなかったことがますます乱れていく」ということなのです。

### 1・2・3年生の児童の傾向

- ・ 「衣・食・排泄・睡眠」などの基本的な生活習慣に問題を抱えている児童が、まだかなりいます。

#### どうすればいいの？

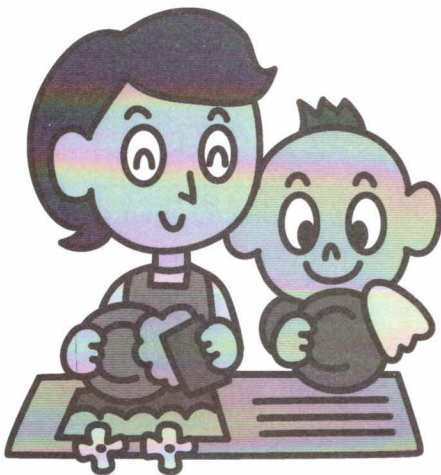
- ・ このことには個人差も加わりますから、お子さんが他のお子さんより遅れているのではないかとと思われる場合でも、決して比べたり非難したりしないで、いっしょにする・少しずつ手を離すということが大切です。

### 4・5・6年生の児童の傾向

- ・ 「衣・食・排泄・睡眠」などのことについてはだいたいのことは自力でできるようになり、生活習慣の大切さについて頭では理解できているのが一般的です。しかし、前に述べたとおり「きちんとする」「ルールに従う」「がまんする」といった内容の生活習慣がだんだんルーズになる傾向があります。

#### どうすればいいの？

- ・ 「大切であることはわかっているのに、ちゃんとできない」のは、我々大人と同じです。大人がまずちゃんとしましょう。
- ・ できるだけ学年が小さい間にきちんとできるようにしておくこと、そして、ことあるたびに何度も繰り返し説き続けることが大切です。



## \*朝食

Q 2 子どもが「朝ごはんなんか食べなくても平気だ。」と言って、朝食を食べないのですが、本当に大丈夫なのでしょう？朝食はどうして大切なのですか？

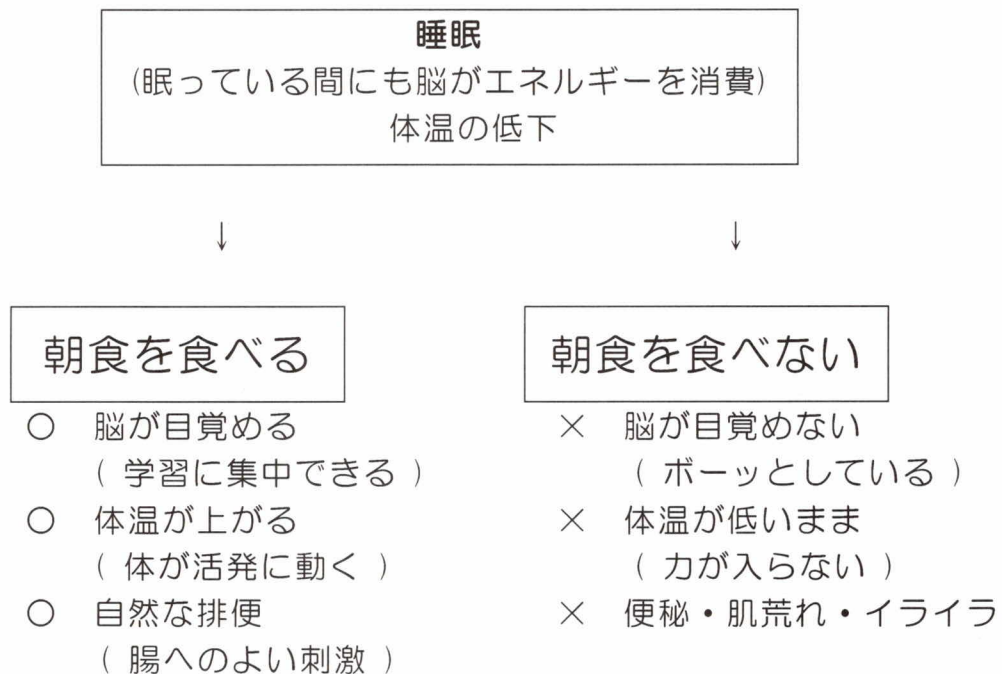
A

- ① 朝食で摂取した栄養が「脳」を働かせるエネルギーになります。
- ② 朝食が、睡眠によって下がっている体温を上げてくれます。
- ③ 朝の「排便」の習慣をつけるのに大きな働きをします。

近頃、朝食を食べない人が増えてきているようです。

岡輝中学校区でも、「園児・児童・生徒の2割以上の子どもたちが朝食を食べないことがある」、というデータが出ています。

小学校の給食は、だいたい午後12時40分ごろに食べ始めます。朝食を食べずに登校した子どもは、前日の夕方から約18時間も何も食べていないことになります。



「どうしても朝は食欲がない」「食べる時間的余裕がない」こんなことに心当たりはありませんか？

### 朝食に関するワンポイントアドバイス

<アドバイス1> 朝食をおいしく食べるために

- ・「寝る前に食べない」
- ・「早寝をして、朝食を食べる30分前には起きて体を目覚めさせる」

<アドバイス2> 朝食に必要なものは

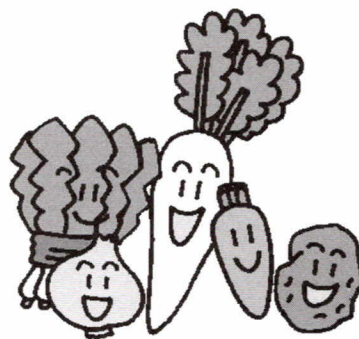
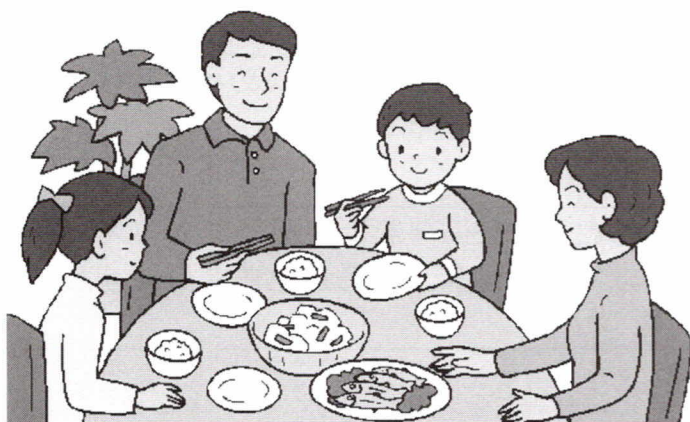
- ・朝食には、「たんぱく質」「穀類」「野菜」「水分」などの種類と、ある程度の量が必要です。

<アドバイス3> 朝食を全く食べていない場合

- ・まず、少しでも食べる習慣づくりをしましょう。そして、質や量を増やしていくようにしましょう。

<アドバイス4> 朝食の栄養バランスが良くない場合

- ・何かひとつずつプラスしていくようにしましょう。



## \* テレビ

Q 3 わが家では一日中、テレビがついています。テレビの悪影響について聞くたびに心配になってきます。テレビを長時間見ないようにするにはどうすればいいのでしょうか？

### A

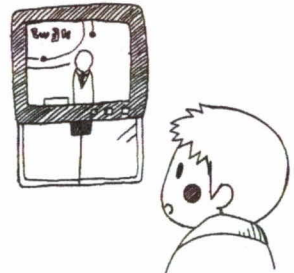
テレビと上手に付き合うには、テレビの良い所と悪い所を知っておくことが大切です。

#### プラス面

- ① ニュースやドラマ、スポーツ番組をよく見る子どもは国際理解力が高いというデータが出ています。
- ② テレビを見ながら、社会問題を親子で話し合うことは社会性を伸ばすよい機会になります。
- ③ 見ているテレビを話題にして友達どうしのコミュニケーションも広がるという良さもあります。

#### マイナス面

- ① テレビ・ビデオ・テレビゲームだけにのめり込むと、人間関係をつくる力や他人を思いやる心が育たない。
- ② 仮想と現実の区別がつかなくなる。



#### 我が家の工夫

～我が家のルールを作る～

(例1)

どの番組が見たいか、1日に何時間見るか、話し合っ  
て決める。  
子どもだけでなく、親もだ  
だら見ないようにする。

(例2)

わが家では、ゲームは長い時間すると、いかに悪影響があるかを教え、キッチンタイマーで時間を決めて守らせています。ズルズルすることもあります  
が、比較的效果があります。

～ちょっとしたきっかけでも～

(例3)

夏休みに学校から配られたテレビの視聴時間を記入する用紙をきっかけに、テレビをつけている時間が半分以下になりました。テレビを見なくなって読書をする時間がずいぶん増えました。ちょっとしたきっかけで改善できるのでは？

(例4)

岡輝学区の読書週間に合わせて、親子で本を読みました。お互いの本を交換したり、お互いが読んだ本の感想を言い合ったりしていると、気がつけば、テレビが消えている時間が多くなっていました。

我が家の場合

---

---

---

---

---

---

---



## \*家庭学習

### Q 4 家庭学習はどうすれば一人できちんとできますか？

A

- ① 小学校の低学年が最も大切な時期。
  - ・ 低学年で学習習慣を身につけないと、大きくなってからは身に付かない。
  - ・ 学力不振も低学年から始まっている。
- ② 毎日、同じ時刻に静かな場所(机)で学習することを繰り返させる。
- ③ すぐに学習を始めさせ、終わるまで学習以外のことをさせない。
- ④ 決められた時間内に終わられるように努力させ、学習後の楽しみを奪わない。

#### Q4-1 低学年の時期にはどれくらいの時間勉強すればいいのですか？

A

1 年 生	2 年 生
家庭学習の時間のめやす = 10分×「学年」	
学習時間のめやす = 10分	学習時間のめやす = 20分
習慣化のためのポイント ① いったん勉強を始めたら、勉強以外のことをさせない。 (テレビを消す。おやつを食べながらも×。) ② 自分の机があるのであれば、必ず机についてさせる。	

#### Q4-2 低学年ではどんなことを勉強すればいいのですか？

A

1 年 生	2 年 生
<input checked="" type="radio"/> 宿題 <input type="radio"/> 足し算・引き算の計算カード (時々時間を計ってみる) <input type="radio"/> 国語の本読み (声を出して)	<input checked="" type="radio"/> 宿題 <input type="radio"/> 漢字練習 <input type="radio"/> 掛け算九九 <input type="radio"/> 自主学習としての漢字ドリルや 計算ドリル

◎=必ずすること ○=繰り返してする方が効果のあがること

丁寧に読んだり書いたりすることを習慣化したいものです。



Q4-3 低学年では宿題への取り組み以外に大切なことがありますか？

A

- 「時間割」と「持っていく物」の準備をきちんとする。  
(鉛筆は、削ったものを4～6本準備しておく)
- テレビの視聴時間やTVゲームをする時間が長くないようにする。
- お家の人の本の読み聞かせをしてあげる。
- 朝ご飯をきちんと食べる。
- 自分の机を自分で整頓する。

※ いずれも、初めはお家の人と一緒にしてあげることが基本です。いずれ、少しずつ自立していきますから、一人でできたときにしっかりほめることが、子どもの自立を助けることにつながります。

Q4-4 仕事の都合で子どもの宿題に付き合っただけでやれないのですが、どうすればいいですか？

A

そばにいてあげられる場合	そばにいてあげられない場合
<ul style="list-style-type: none"><li>○ 理解の度合いやつまずきを確かめる。</li><li>○ ほめる・励ます・アドバイスをします。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 「お便りノート」で宿題を確かめる。</li><li>○ 「宿題ノート」を見て、きちんとしているか・困っている様子はないかを確認、がんばりを認めたり様子に応じたアドバイスをしたりする。</li></ul>

※ 早い段階で子どもの宿題から目を離してしまうと、「宿題をしない」「いいかげんな取り組みをする」「うそをつく」といった好ましくない習慣が身についてしまうおそれがあります。

Q4-5 我が子の時間がかかる姿や全然わかっていない姿を見ると、イライラしたり腹が立ったりするのですが・・・

A 子どもができなくて困っている時に、お家の人や感情にまかせて「なんでこんな簡単なことがわからんの！」「あんたバカかな！」などの言葉をあびせるのは最もよくないかわり方です。子どもが意欲をなくし、自信を失ってしまいます。

このようなことが続くと、子どもは「できないことを隠す」「わかったふりをする」ようになります。できなくて困っている時に必要な関わりは、「よくがんばっているね。」とスキンシップで安心感を与えたり、「むずかしいの？」「一緒に考えようか？」など寄り添いの言葉をかけたりすることです。子どもさんと向かい合って、どこでつまずいているのかをさぐり解決への糸がかりを具体的にアドバイスができるといいですね。

## \* 家族との会話について

Q 5 小学生の高学年になり、反抗的です。自分の気持ちや意志を言葉で伝えてくれません。家族との会話も少なくなって心配しています。

A

- ① 「今はそういう時期だから」と大きな気持ちで。
- ② 家族以外に話せているのなら大丈夫。
- ③ 会話以外のコミュニケーションの取り方を工夫してみてください！

「反抗期がきたら赤飯を炊け」という言葉があるように、自立への通過点と考えてみてはいかがでしょうか。「今は、そういう時期だから・・・。」と大きく構えていてください。小さなことをしつこく聞くと、かえって反発が強くなります。親の方にも忍耐が必要ですが、必要があれば話しかけてくるので、気長に待ってあげてください。

しかし、家族だけでなく、誰にも何も話をしないということでは、心配ですよね。子どもさんの様子をしっかり見ていて、仲の良い友達や学校の先生などと話ができているのであれば大丈夫です。

それでも、心配な時は「どんな歌手が好きか？」とか「何に熱中しているか？」など、比較的答えやすい話題で話しかけてみたらいかがですか。また、親子で交換ノートをしてみると、口では伝えにくいことでも、文字にすると素直な気持ちで書けることもあります。

家庭内でいろいろなことを手紙でやりとりしたら、コミュニケーションもとれます。



### 我が家の工夫

(例1)

反抗期は成長過程のひとつとして必ずあるものだと思います。この時期は必要以上に干渉しないで、親の目で子どもの様子だけはしっかり見るのが良いのでは……。手はかけすぎず、気にかけるのが良いと思います。

(例2)

わが家の娘も高学年になり、今までのように何もかも詳しく話してはくれなくなりました。でも、時々、娘と走りに出かけると、家では話しにくい事も共通の趣味を通して色々と話してくれます。まずは、子どもの興味がある事に関心をもってみてはどうですか？それに時々気分を変えて散歩などしてみてはどうですか？面と向かって話すより話しやすいですよ。

(例3)

- あいさつは必ず聞こえるように返してもらう。
- 子どもの興味のある話から始める。
- 子どもに相談するように話を持ちかけて、そこから話を広げる。

私自身、親が絶対だ！！とは思っていません。上からではなく、子どもと対等に話をするように心がけています。年上の経験をアドバイスしながら、子どもにも教えてもらい一緒に考えていく頼りない親です。

(例4)

夕方まで働いていた時にメモ書きに手紙みたいなものを書いて机の上に置いておきました。嬉しかったみたいです。ノートを使って毎日手紙みたいに文通をしてみたらどうでしょうか？

我が家の場合

---

---

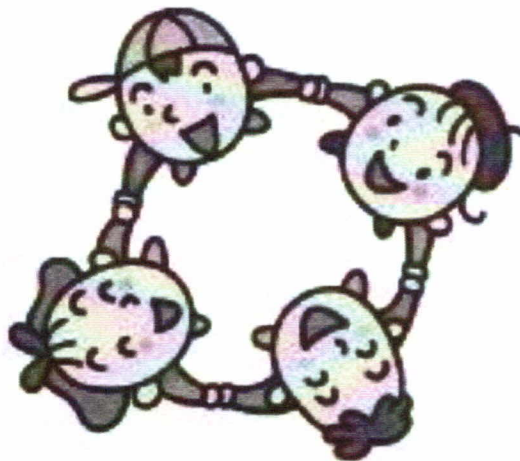
---

---

---

---

---



## \* SOSについて

Q 6 「いじめ」「不登校」・・・など他人事には思えません。  
「うちの子どもも・・・」と考えると、とっても不安なのですが、どうしたらいいのでしょうか？

A

- ① 子どもは必ずSOSのサインを発します。
- ② SOSのサインは身体的なサインとなって表れます。
- ③ どんな小さなサインでも見逃さないで！

いじめや不登校につながる悩みなど、子どもが心の問題をかかえた時、子ども達はSOSのサインを必ず発しているのです。

しかし、子ども達はうまく言葉では伝えることができず、多くの場合で身体的なサインとなって表れます。

### <SOSのサインの例>

#### 身体に表れるサイン

お腹が痛い めまい 頭が痛い 熱が上がる 体がだるい など

#### 行動に表れるサイン

過食や拒食 ねむれない 勉強ができない 生活習慣の乱れ  
イライラする など

普段の子どもの様子と比べて「アレ?! へんだな?」「アレ?! 最近元気がないな?」とサインに気がついた時、病気だと心配するだけでなく、心の問題が背景にないか考えましょう。

#### 心当たりがあれば・・・

○家族でじっくりと話し合いをする。

家族との間に作られた心のきずなは、思春期の子どもに心の揺れを乗り越える力を与えてくれます。

○子どもと話をする糸口を大切にする。

いくら心配をしても、子どものことを全て知りたいという思いは、逆に子どもにとっては苦痛になる場合があります。ふだんから、子どもが話しかけてきた時、「あとでね」などと言わないで、まず、耳を傾けてみましょう。

小さなSOSをためて、子どもが身動きできなくなるのを見るのはつらいですよ。子どもが繰り返し、不満や悲しみをためて、心を固く閉ざしてしまう前に、効果的なかかわりができるようにしましょう。

そして、しばらくは普段より注意深く、子どもの様子を見てあげてくださいね。

## \*交通安全（自転車の乗り方）

Q 7 自転車に乗って友達の家に行きたいと言います。事故にあわないか心配です。どんなことに注意したらよいのですか？

A

便利な自転車ですが、ルールを守らないと大きな事故につながります。自転車は車の仲間です。自転車安全利用5則を守って、安全に乗りましょう。「自転車だから・・・と軽はずみな行動が、死傷者を出す重大な事故を引き起こしています。自転車は普通に走ると時速20～30kmに達し、法律的には車両（軽車両）と扱われ、交通ルールを守らないと交通違反になります。違反して事故を起こすと、自転車利用者も責任を問われます。」このことを学年に応じて、分かりやすく説明してあげるとよいでしょう。

### 岡山県自転車安全利用5則

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を通行
3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る
  - \* 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
  - \* 夜間はライトを点灯
  - \* 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
  - \* 運転中の携帯電話・傘さし運転の禁止
5. 子どもはヘルメットを着用

補足1 自転車は、車道が原則ですが、13歳未満の小学生の場合、自転車で歩道を通ることができます。歩道では、車道よりを通り、歩いている人のじゃまをしないように、いつでも止まれる速さでゆっくり走ります。歩道に「自転車マーク」があるときは、そこを通ります。



補足2 自転車に乗るとき、子どもにはヘルメットをかぶらせましょう。万が一の交通事故のとき、子どもの命を守ってくれます。ヘルメットを着用させるのは保護者の努力義務になっています。（道路交通法：第63条の10）

補足3 交通事故のとき、子どもが被害者になるばかりではありません。自転車どうしの事故や、自転車と歩行者との事故で加害者になってしまうこともあります。交通ルールを守らず走っていたり、スピードを出して走っていたりして、歩行者や自転車と衝突事故を起こしてしまったときには、高額な賠償責任を負うことになります。また、「日ごろから子どもにきちんと自転車の乗り方を指導していたかどうか」という保護者の監督責任も問われることになります。

自転車は  
車の仲間です

# 岡山県自転車安全利用5則を守りましょう!

**① 自転車は、車道が原則、歩道は例外**

罰則 3月以下の懲役または5万円以下の罰金

**② 車道は左側を通行**

罰則 3月以下の懲役または5万円以下の罰金

**③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行**

罰則 2万円以下の罰金または料料

**④ 安全ルールを守る**

- 飲酒運転の禁止
 

罰則 5年以下の懲役または100万円以下の罰金
- 二人乗りの禁止
 

罰則 5万円以下の罰金
- 並進の禁止
 

罰則 2万円以下の罰金または料料

**● 夜間はライトを点灯**

罰則 5万円以下の罰金

**⑤ 子どもはヘルメットを着用**

児童・幼児の保護責任者は、児童・幼児に乗車用ヘルメットをかぶらせるようにしましょう。

**● 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認**

一時停止がある場所では必ず停止線まで戻りましょう

罰則 3月以下の懲役または5万円以下の罰金

**● 運転中の携帯電話・傘さし運転の禁止**

罰則 5万円以下の罰金

自転車の乗り方にも様々なルールがあり、ルールを破れば罰則(懲役または罰金等)が適用されることになります。

交通安全ルールを守って安全に走りましょう

おかやまけんけい ももくん

## 自転車も加害者に…!?

自転車の交通違反による事故は、刑事上の責任だけでなく、民事上の高額賠償責任をとられるケースが増えています。  
自転車加害事故で9,500万円の賠償命令が…

## \*ケータイ・スマホ

Q 8 「ケータイ・スマホ」がほしいと言います。ケータイ・スマホは危ないという話も聞くのでどうしようか迷っています。どうしたらよいですか？

A

子どもがケータイ・スマホをほしいと言っても、持つことによるリスクを考えるときっぱりと断ることが望ましいです。小学校期には、スマートフォンに時間を費やすよりも、自然に触れたり実際に人と会話したりすることなどを通して身に着けたい力がたくさんあります。

それでも、まだ迷われる場合には、以下を参考に考えてみましょう。

- ① まずは、親が知っておこう！ケータイ・スマホの危険。
- ② 今、本当にスマートフォンが必要か？ フィルタリングを設定しましょう。
- ③ 渡す場合は、お子さんと話し合っ、ルールを決めましょう。

① ケータイ・スマホは、便利だけれど危険をとまなう道具です。

- ・犯罪に巻き込まれる危険・・・「防犯機能」はそれほど役に立たない。
- ・交通事故にあう危険、起こす危険・・・周りが見えなくなる路上でのケータイ。
- ・ネットでだまされる危険・・・ネットでは悪意をもった人がたくさんいる。
- ・ネットで加害者になる危険・・・相手が見えないと不注意で自分が加害者に
- ・ネットで知り合いができたときの危険・・・本当は どんな人？
- ・写真にまつわる危険・・・撮ってもいいの？公開してもいいの？
- ・友人とのトラブルになる危険・・・友達関係がギクシャク
- ・ケータイ依存症の危険・・・頼りすぎて自分はいつまでも子どものまま  
～岡山県人権推進委員・就実大学講師 筒井 愛知さん 作成文書より抜粋～

ケータイ・スマホを持っている児童が、ネットやゲーム等がやめられず、睡眠時間や学習時間が減り、日常生活や学習面への影響がうかがえるという調査結果も出ています。(『スマートフォン等の利用に関する実態調査の結果について』岡山県教育庁義務教育課生徒指導推進室)

また、身近な人間関係や友達関係でトラブルが起き、学校での生活に悪い影響が及ぶ場合もあります。

このような危険に子ども達が出会うかもしれないということを、親は十分に知っておく必要があります。

② 今は、ケータイ・スマホを買い与える段階なのかどうかを、冷静に判断しましょう。お子さんが、約束を守ることができ、善悪を判断する力がつくまでは与えないほうがよいでしょう。

お子さんとの連絡をとる道具として必要であれば、最低限の機能のついた見守り携帯など、最適なものは何かをリサーチすることも大切です。

そのうえで必要だと判断されたのであれば、ルールを決め、マナーを伝えましょう。また、フィルタリングを設定して、接続させたくないサイトにアクセスできないようにする必要があります。

ケータイ・スマホは、あくまで大人の道具として、条件を付けて貸していると考えましょう。

- ③ ルールは親子で何度も話し合い、納得して決めることが大切です。一例を挙げてみます。

- 【うちのルール】「みな持っている」に対して「よそはよそ、うちのうち」
- 【時間のルール】夜〇時まで（夜〇時になったら、居間の置き場所に置いて寝室に持ち込まない）
- 【場所のルール】自分の部屋で使わない。
- 【状況のルール】食事中は使わない。
- 【利用量のルール】一日〇時間以内。毎月〇円以内。
- 【利用内容（情報発信）のルール】  
メールは親とだけ／誰とでも日記やブログで発信する／しない  
「友達との内緒話はネットではしない」など
- 【チェックのルール】履歴はチェックする／しない  
利用明細はチェックする／しない
- 【代替案のルール】家の電話はどんどん使わせる。  
居間に置いたPCでネットを体験させる。  
より安全な案を提供することも大切  
～筒井愛知さん作成文書より抜粋～

小学校高学年くらいから、ケータイ・スマホを持つ児童が増える傾向がありますが、家庭での見守りのもとに、正しい使い方が身につくようにしたいものです。

**県全体で3つの取組を進めていきます！**

- 保護者が午後9時以降はスマホを預かりましょう。
  - ゲームも午後9時までとしましょう。
  - 学校でスマホとのつきあい方などについて考える場を設けましょう。
- 『スマートフォン・ゲーム等の夜間使用制限について』岡山県教育委員会

家庭とともに、学校でもケータイ・スマホの使い方、マナーについて考える場が増えてきています。子ども達の健やかな成長のために、周りの大人ができる限りの見守りをしていきましょう。

小学校期には、自然と触れ合うことを通して豊かな心や正しい感覚を育て、実際に人と触れ合うことでコミュニケーションの力も身につけていくことが大切です。季節を感じられる体験をしたり、一緒に絵本を読んだり・・・子どもと共に同じ時間を共有できるといいですね。



## \* 学習

Q 9 小・中学校では、「協同学習（学び合い学習）」をしていると聞きました。どんなことをしているのですか？

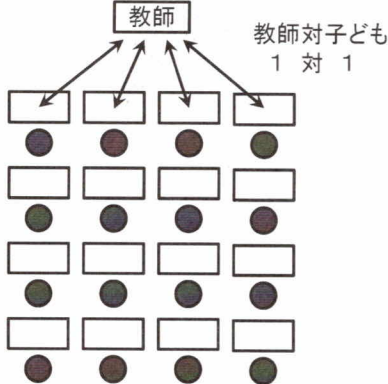
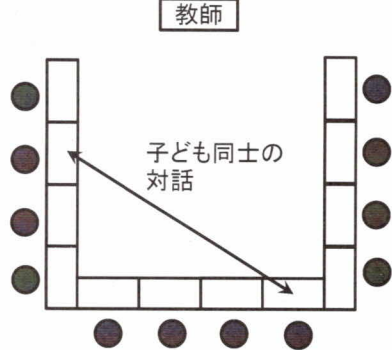
A

中学校区の学校園が「協同学習を通して、つながる力を育む」を統一テーマに設定して、授業・保育を行っています。

「すべての子どもの学びを保障する」ために、協同学習を取り入れ、すべての子どもが教室に居場所があり、安心して学ぶことができるようにしたいと考えています。そのため、協同学習では、ペアやグループの友達と一緒に学び合い、考えを交流する中で深めていきます。

授業を通して「聴き合う関係」から「学び合う関係」をつかっていき、人とつながり生きる力を身に付けた子どもの育成を目指しています。

これまでの授業と協同学習（学び合い学習）を比べると、次のような違いがあります。

	これまでの授業 (一斉授業)	協同学習 (学び合い学習)
教室環境	従来型教室での一斉授業 	コの字型教室での学び合い 
雰囲気	「はい、はい。」と大きな声で手を挙げ、活発な発表がある授業です。	友達のことはじっくりと聴いて学びます。落ち着いた雰囲気の中で、静かな挙手、うなずき、つぶやきがあります。
教師と子どもの関係	教師が主役で、教師が一方的に教える授業です。教師が黒板の前に立ち、黒板を使って説明をしています。子どもには、教師の教える内容を記憶する力が求められます。	子どもが主役で、子ども同士が学び合う授業です。子どもが意見を交流して考えを広げ、考えを深めていきます。子どもには、思考力、判断力、表現力が求められます。

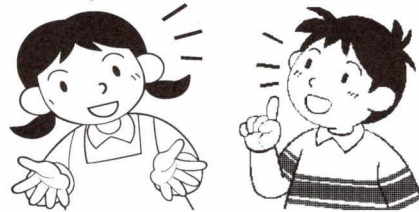
協同学習（学び合い学習）では、教師は聴き役で、教えるのではなく、子どもの「学び」を援助します。

教卓は子どもと同じ机を使い、子どもと同じ視線の高さで、子どもの発言を聴きます。また、落ち着いた声のトーンで声の大きさを抑え、柔らかな口調で話し、聴き合うことができる雰囲気をつくっています。

## 子どもの姿

「ねえ、ここどうするの？」  
「分からない。」  
「教えて。」  
「どう思う？」  
「どういうこと？」

わかった、できた。  
はじめは分からなかったけど、友達に教えてもらって分かるようになった。  
自分の意見をみんなが聞いてくれた。  
友達の意見を聴いて自分の考えが確かになった。聴いてよかった。



また、各学校園は、学びの基本となる岡輝学区「学習4原則」を身につけさせることにも力を入れています。

- ① 時間を守る
- ② 忘れ物をしない
- ③ 先生や友達の話を聞く
- ④ 自分の考えを伝える



# 中学校期



新入生、3年授業見学（4月）



シニアスクールと交流給食（6・10月）



公開授業（各学期1回）



ふれあい講座（1年）



人権学習「みどりの林檎」（2学期）



職場体験（2年）





## 中学校編Q & A

- Q 1 中学生の「しつけ」のポイントは何ですか？（p.72）
- Q 2 「公共のマナー」を身につけるにはどうすればよいのですか？（p.73）
- Q 3 中学生に「家庭の仕事」の手伝いをさせるにはどんな方法がありますか？（p.74）
- Q 4 学習環境を整えさせるにはどうしたらよいのでしょうか？（p.75）
- Q 5 保護者が「学校、地域に対して協力的な発言、姿勢」をもつことにはどのような意味がありますか？（p.76）
- Q 6 学校での他の子とのかかわりはどうして大切なのですか？（p.77）
- Q 7 子どもの進路について保護者はどのようなことに気をつければよいのですか？（p.78）
- Q 8 「一人の人間として接する」とはどういうことですか？（p.79）
- Q 9 「何でも話せる雰囲気」をつくる工夫にはどのようなものがありますか？（p.80）
- Q 10 子どもの「関わってほしいサインを見逃さない」ために気をつけることはありますか？（p.81）
- Q 11 「やらなければならないことを頑張る」ための動機づけをどのようにすればいいですか？（p.82）

- Q12 「失敗経験の積み重ねを認める」とはどんな意味がありますか？（p.83）
- Q13 子どもが話をしてくれないときに心がけることは何ですか？（p.84）
- Q14 テレビやDVDの影響と各家庭の工夫を教えてください。（p.85）
- Q15 「スマホ・携帯電話」について中学校ではどのように指導をしているのですか？（p.86）
- Q16 「スマホ・携帯電話を買って」と言われた時は・・・。（p.86）
- Q17 「時間を守る」「清掃ができる」「あいさつができる」を強調するのはなぜですか？（p.89）
- Q18 中学校と小学校の学習の違いは何ですか？（p.89）
- Q19 自分から意欲的に学習するようになるためには、どのようにすればよいのですか？（p.90）
- Q20 なぜ「読む」ことを大切にしているのですか？（p.91）
- Q21 なぜ「聴く」ことを岡輝中学校区で大切にしているのですか？  
（p.91）
- Q22 「協同学習」ではどんな力が身につくのですか？（p.92）

# 中学校

保護者からの働きかけ ⇒	めざす子ども像 (目標)	← 学校園からの働きかけ
<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 自分のことは自分でできる子どもにする。</li> <li>□ 生活リズム (食事、睡眠、学習、運動など) を家族みんなが整える。</li> <li>□ 学校や社会の出来事を話題に、考えを話し合う。</li> <li>□ 公共のマナーについて話し合う。</li> <li>□ 家事の手伝いを責任をもって手伝わせる。</li> <li>□ 学習環境 (整理整頓) を整えさせる。</li> <li>□ 栄養を考えた食事を作る。特に朝食を作る。</li> </ul>	<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 時間を守ることができる。</li> <li>□ 規則正しい生活ができる。</li> <li>□ 自他の健康について考えて生活ができる。</li> <li>□ あいさつができる。</li> <li>□ 掃除ができる。</li> <li>□ 公共のマナーを守ることができる。</li> <li>□ 場面に応じた、正しい言葉づかい (敬語) ・身だしなみ (服装) ができる。</li> <li>□ 自分以外の存在を尊重できる。</li> <li>□ 自己責任をもつことができる。</li> </ul>	<p><b>* 基本的な生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 時と場に応じた言葉遣い (敬語) ・服装、ルール・マナーが見つけられるようにする。</li> <li>□ 他人の考えを素直に聞けるようにする。</li> <li>□ 遅刻や授業遅刻がなく、時間を守ることの大切さが身につけられるようにする。</li> <li>□ 当番活動や係活動に責任をもたせる。</li> <li>□ 整理整頓ができるようにする。</li> <li>□ 道徳の授業・学級活動を充実させ、人とのつながりや絆の大切さを体感させる。</li> <li>□ 自己の振り返りをさせる。</li> </ul>
<p><b>* 家庭学習・自主学習</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 家庭学習ができる環境を整える。</li> <li>□ 家庭学習を習慣づけるために、学習時間の確保に協力する。(TV・スマホ (携帯) ・ゲーム等の時間を制限する等)</li> <li>□ 読んだ本を話題に話しをする時間を作る。</li> <li>□ 小さな成長・がんばりを認め、ほめる。</li> <li>□ 保護者も一緒に本を読んだり、仕事をするなどそば (近く) にいる時間を作る。</li> </ul>	<p><b>* 家庭学習・自主学習</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 席について、姿勢を正して学習ができる。</li> <li>□ 不必要なものを片付け、机の上を整理整頓し学習できる。</li> <li>□ 復習 (宿題) を中心に取り組める。</li> <li>□ 文や問題 (課題) を読んで学習ができる。</li> <li>□ 自分の得意不得意を知り、課題克服に向けた復習ができる。</li> <li>□ 自主学習ノート等を利用し、毎日学習する習慣をつける。</li> <li>□ 本 (参考書) ・インターネットなどから必要な情報を採ることができ。</li> <li>□ 分からない問題をチェックし、友達や先生に聴けるように整理できる。</li> </ul>	<p><b>* 家庭学習・自主学習</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 学習に必要な課題や資料を提供し、家庭・自主学習で取り組むように促す。</li> <li>□ 各教科、課題を厳選し、基礎的学習だけでなく発展的学習にも取り組めるようにする。</li> <li>□ 週末課題・週末課題テストを行い基礎的学力の充実に図る。</li> <li>□ 学習計画表を利用し、課題に計画的に取り組めるようにする。</li> <li>□ 朝読書等、読書の習慣づけをする。</li> <li>□ 自主学習ノートの利用の仕方が工夫できるよ</li> </ul>
<p><b>* 協同学習 (学び合い学習)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 学校、地域に対して協力的な発言、姿勢を示す。</li> <li>□ 学校の問題に関心をもち、解決に向けて話し合う。</li> <li>□ 我が子以外の子どもにも目を向け、良さを見つける。</li> <li>□ 友達と学び合っているか (コミュニケーションが取れているか) を話題にする。</li> <li>□ 学校で他の子と協力したり、助け合ったり、声をかけ合ったりしているかどうか、家庭で話題にする。</li> </ul>	<p><b>* 協同学習 (学び合い学習)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 机をつけることができる。</li> <li>□ 授業のめあて・課題を理解し、達成できるように努力することができる。</li> <li>□ 分からないことを聴くことができる。</li> <li>□ 困っていることを聴き、伝えることができる。</li> <li>□ 柔らかく、優しく相手に伝わるように工夫して話すことができる。</li> <li>□ 友達の発表を聴き、自分なりの考えを持つことができる。</li> <li>□ ジャンプ課題でも諦めず、友達と協力して解決しようとする。</li> </ul>	<p><b>* 協同学習 (学び合い学習)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 「分からない」「教えて」「大丈夫」が言える安心感のある授業づくりをする。</li> <li>□ 授業のめあてや課題を明確に示し、目標を持って取り組めるようにする。</li> <li>□ 一人一人の良さを認め、生かす授業や学級づくりをする。(係活動、行事の充実)</li> <li>□ グループ学習の充実を図る。</li> </ul> <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 学び合い学習の場を増やす。</li> <li>□ 地域学習 (総合的な学習、学校行事) で地域の方々とふれあう機会を多くもたせる。</li> </ul>

<p><b>*進路</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 職業（夢・将来）について話し合う。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもの良さを引き出す進路を、共に考える。</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者の生活の苦勞を事実に基づいて教える。</li> <li><input type="checkbox"/> 自己の適性を見つけて出させるようにするためのアドバイスをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者も子どもの適性の発見に努める。</li> </ul> 	<p><b>*進路</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 将来に夢をもって、学習を進めることができ</li> <li><input type="checkbox"/> 将来の第一歩としての進路を考えることができ</li> <li><input type="checkbox"/> いろいろな仕事や社会のしくみに関心をもつことができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 自己の適性をつかむように常に自己を見つめることができる。</li> <li><input type="checkbox"/> 進路選択について、必要な情報を集め、それに向かって適切な準備ができる。</li> </ul> <p><b>*まわりの大人との関係づくり</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 保護者・教師、地域の方々などの想いや願いを感じることができ</li> <li><input type="checkbox"/> 支えてくれる人の気持ちがかかり、素直に感じることができ</li> <li><input type="checkbox"/> 自分の気持ちを素直に伝えることができる。</li> </ul> 	<p><b>*進路</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 夢を叶えた人の情報を与える。</li> <li><input type="checkbox"/> 夢に向かう道筋を考えさせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 自己の適性を見つけて出す場をもつ。教師も個々の生徒の適性発見に努める。</li> <li><input type="checkbox"/> 職業について考えさせる。</li> <li><input type="checkbox"/> 多様な情報を選ぶ方法を教える。</li> <li><input type="checkbox"/> 『高校調べ』『職業調べ』を行う。</li> <li><input type="checkbox"/> 高校体験入学（オープンカレッジ）を積極的に促す。</li> <li><input type="checkbox"/> 段階に応じた進路の情報を流し、自己決定しやすい環境をつくる。</li> <li><input type="checkbox"/> 生涯学習につながる可能性の高い部活（スポーツ・文化活動）の参加を進める。</li> </ul> <p><b>*生徒と教師の信頼関係</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 小さな成長や良さを見つけてほめる。</li> <li><input type="checkbox"/> 休み時間に生徒とふれあう場をもつ。</li> <li><input type="checkbox"/> 悩みを聞き、親身になってアドバイスをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 生徒の考えを受容すると共に、怠惰・甘えには毅然とした態度をとる。</li> <li><input type="checkbox"/> 一人の人間として尊敬を認め生徒に接する。</li> <li><input type="checkbox"/> 教師は生徒の手本になるように努める。</li> </ul> 
<p><b>*進路</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 職業（夢・将来）について話し合う。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもを自ら選んで、生涯を通じて行う学習のこと</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者の生活の苦勞を事実に基づいて教える。</li> <li><input type="checkbox"/> 自己の適性を見つけて出させるようにするためのアドバイスをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者も子どもの適性の発見に努める。</li> </ul> 	<p><b>*親子の信頼関係づくり</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 一人の人間として接する。</li> <li><input type="checkbox"/> 何でも話せる雰囲気づくりをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 我が子の良さを受け止め、その子の良さを教える。</li> <li><input type="checkbox"/> かかわってほしいというサインを見逃さない。</li> <li><input type="checkbox"/> スキンシップをもつ。</li> <li><input type="checkbox"/> 失敗経験の積み重ねやがんばりを認める。</li> <li><input type="checkbox"/> 男女交際のあり方、性にかかわる問題など保護者の体験にもとづいて話を</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもを安心させることができるように真剣にかかわる時間をつくる。</li> <li><input type="checkbox"/> やらなければならぬことの目的や根拠・理由等を伝え、動機づけに努める。</li> <li><input type="checkbox"/> 保護者は子どもの手本になるように努める。</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 保護者が常に学び、よりよくなるよう努める姿を見せる。</p>	<p><input type="checkbox"/> 教師が常に学び、よりよくなるよう努める姿を見せる。</p> <p><input type="checkbox"/> 教師が常に学び、よりよくなるよう努めている姿を見せる。</p>

※ 「生涯学習」とは「生活や職業能力の向上、自己実現を目指して、自発的な意思に基づき、必要に応じて、自己に適した手段・方法を自ら選んで、生涯を通じて行う学習のこと」と言われています。大切なのは「自発的に、手段・方法を選んで行うこと」です。人が生まれてから死ぬまでの間、いわゆる「ゆりかごから墓場まで」の間に行われる「学び」は、すべて「生涯学習」と言えるのです。

例えば、読書をしたり、講演会へ行ったり、演劇を鑑賞したり、スポーツをしたり、ボランティアをしたり、資格を取得したり…など。さらに、子どもが遊びの中で社会のルールを学んでいくことも生涯学習のひとつと言えるでしょう。

また、学校での勉強も、もちろん生涯学習に含まれるのですが、生涯学習の視点からいうと、学校は「生涯にわたって学ぶ意欲を高め、『学び方を学ぶ』ための生涯学習の基礎作りの場」です。



## 保護者からの働きかけ

### Q & A

#### \* 基本的な生活習慣

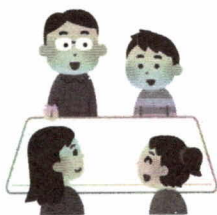
Q 1 中学生の「しつけ」のポイントは何ですか？

A

<ポイント1> 良い行動は「ほめる」、良くない行動は「しかる」

良い行動が見えた時には、しっかりと「良かった」と伝えましょう。良くない行動の時には、できるだけその時に叱りましょう。良いことをした時に、良い気持ちにさせる。良くないことをした時には、良くない気持ちにさせることが原則です。

<ポイント2> 子どもの人格を尊重し、大人が手本を見せる。



中学生になると思春期を迎え、なかなか話をしなくなったり、無愛想になったり、ときには口ごたえするなど関係作りが難しくなってきます。しかし、保護者の背中を子どもはしっかり見ています。保護者自身が一人の大人として、恥ずかしくない行動をとりましょう。そして、一人の人として、家族の一員としてコミュニケーションをとるように心がけましょう。

<ポイント3> 必要なときには、大人が「がまん」してみせる。

がまんを教えることも大切です。また、子どものために大人もがまんしていることを見せることも大切です。たとえば、疲れていても子どものために朝早く起きて弁当をつくるなど、子どもは敏感に感じとっています。

<ポイント4> 挨拶を大切にする。

コミュニケーション・礼儀の基本は挨拶をすることだと思います。気持ちの良い挨拶ができる子どもは、多くの人から声をかけられ、大切に見守られるようになります。多くの人に愛され大切にされていることを実感できるように育てることが一番のしつけになると思います。

## Q2 「公共のマナー」を身につけるにはどうすればよいのですか？

A

### <ポイント1> 感性や美意識を育てる。

特に、公共のマナーが乱れているということが言われています。我々大人も襟を正す必要がありますが、子どもは「公」という意識が薄らいできています。これは、その子の感性や美意識に影響があります。整理整頓された家・部屋、落ちていたゴミを拾うなど身近なところから鍛えていきましょう。



### <ポイント2> 家族・学校以外の人との交流の中で、多くの人と触れあう機会を増やす。

部活動・ボランティア活動・地域の行事などに参加し、多くの社会人（大人）と交流する機会を増やすことが大切です。その中で、自分や相手の立場をよく考える中で行動をとる必要性が生まれ、公共のマナーが自然と身についていくのではないのでしょうか。

### <ポイント3> 日頃の出来事や社会問題について話し合う。

日頃から街で見かけた出来事や出くわしたことを話し合い「一番適切な行動は何か」「どんなきまりがあったのか」考えさせ、「公の意識」づくりをしておくことが大切です。

中学生になると、大人と同等に振る舞いたくなったり、大人社会(政治・教育・文化)を批判的に考えたりするようになります。そこで、大人社会や日常の出来事の中から、子どもの考えや保護者・家族の見方や考え方を話し合うようにしましょう。そうすると子どもは視野が広がり、より良い行動のあり方やより公的な意識の高い生き方を考えるようになります。



### 我が家の場合

---

---

---

---

**Q3 中学生に「家庭の仕事」の手伝いをさせるにはどんな方法がありますか？**

**A**

与えられた仕事に対して責任をもつという意識は、小さい頃からの積み重ねで生まれてきます。その子の将来の職業観もつくられていきます。

そして、刃物の使用、電気の使用や火の使用など、成長に応じてできる仕事の幅が広がることで、自分自身の成長を喜び、自己肯定感が向上していきます。

中学校では、部活動や受験勉強があるからといって、手伝いをしなくなる傾向があります。中学生である前に家族です。やはりいつも家族のための手伝いをさせたいものです。その中で、責任感や家族の意識が育ったり、時間の使い方がうまくなったりします。

中学生になると毎日の手伝いは大変なので、一週間のうち曜日を決めてさせるなど無理のない手伝いから始めてみてはいかがでしょうか。そして、手伝いの後は保護者からの感謝の気持ちを伝えることを忘れないようにしましょう。

**我が家の工夫**

(例1)

面倒がる時もありますが、いつも「一緒にやろう」と言って、仕事をしながら親子の会話を楽しむようにしています。

(例2)

最初は簡単な手伝いをさせるのが良いと思います。例えば食事の時のお茶碗、お箸などの配膳の手伝いをさせるといったことです。後で、「ありがとう、助かったよ」と声をかけることが大事だと思います。手伝いを頼むときにも「～してくれると嬉しいんだけど。」「～してくれると助かるんだけど。」という言葉かけるのも効果的だと思います。

(例3)

面と向かって言うと思春期のせいかわたてにくくなってきたので、留守にするときに手紙で「お願い」と「しておいて欲しいこと」を書いておくと、やってくれる。

(例4)

家族の状況を説明し、把握してもらい、家族みんなで協力することの大切さを認識してもらおう。褒めて「頼りにしてるよ」をアピールして頑張ってもらおう。

Q 4 学習環境を整えさせるにはどうしたらよいのでしょうか？

我が家の工夫

(例1)

定期的に友達を家に呼んで、片づけるきっかけを作る。

(例2)

本を立てる、プリントは教科ごとにファイル、小物は箱にまとめるなど、具体的にアドバイスをしたほうが整理整頓できるようになると思います。

(例3)

声かけも大事だが、時々整理整頓を一緒にしてみる。勉強も一緒にしてみる。子どもが勉強していたら大人も何か勉強や仕事をする。

我が家の場合

---

---

---

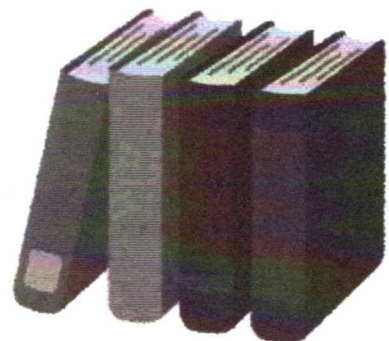
---

---

---

---

---



## \* 学びあい（人間関係）

Q5 保護者が「学校、地域に対して協力的な発言、姿勢」をもつことにはどのような意味がありますか？

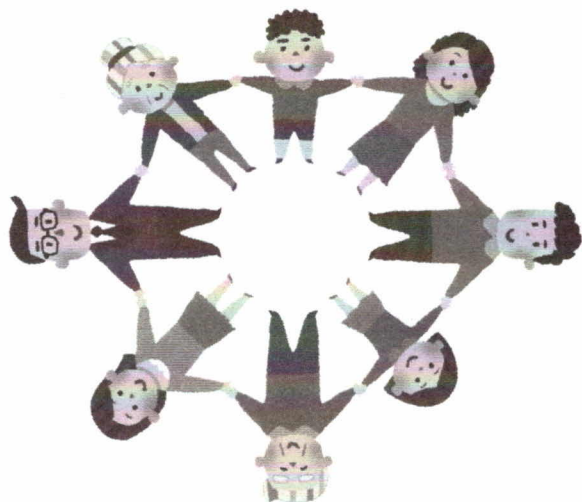
A

<ポイント1> 子どもに協働する力がつき、より良い地域をつくる力がつく。

子どもは、保護者や周囲の大人の背中(後ろ姿)を見て育っていきます。どのような地域社会で育っているかは子どもの育ちに大きく影響します。より良い子育てのためには、地域や学校への協力体制づくりにかかわる必要性があります。どんな地域社会の中で暮らしていくかを論議し、より良い地域を協力してつくることは、保護者と地域の方が中心です。岡輝中学校区では毎年、夏休み中に学区でクリーン作戦を、地域の方、保護者、子ども達と共に行っています。親子の参加も多く、このような親子での参加は子ども達に「より良い地域をつくるために努力している保護者の姿」から「人や地域にかかわることの大切さ」を体験とともに伝えていくことができます。

<ポイント2> 保護者同士が仲間になれば、さまざまな情報を交換することができる。

地域の方や保護者の方同士のネットワークづくりはそれぞれの子育ての取り組みを知ると共に、地域の人々がみんな子どもたちを育てるという意欲を高めるためにも大切です。岡輝中学校区には学校や地域に対して協力してくださる熱心な方が大変多く、学区で文化活動や教育活動が盛んに行われています。こうした機会にはぜひ参加しましょう。多くの方々と話す中で先輩の子育て体験談など、いろいろなアドバイスがいただけるでしょう。



## Q6 学校での他の子とのかかわりはどうして大切なのですか？

A

<ポイント1> 子どもは、他の子どもとの関わりの中で刺激し合い、認められるとやる気が出てきます。

子どもはたくさんの子どもと関係し合って学校生活を送っています。楽しく話し合ったり、助け合ったり、刺激を受け合ったり、認められたりする良い影響の中で、同世代の友達の存在を大切にするようになります。すると、友達のために何かしたい、同じように伸びていきたいと考えて、自分をみつめるようになり自己の力を発揮するのです。思春期の子ども達は、保護者によって友達関係を崩されたり、自分の友達を悪く言われたりすることを極端に嫌がります。自分の子どもも、他人の子どもも分けへだてなく良いところを見つけ、良くないところを指摘する気持ちで接するように心がけ、良い人間関係が結べるように気配りをしましょう。

<ポイント2> 社会に出る前の小さな集団生活で、いろいろな人との関係を作り、協力し合う中で、社会に一員としての自分を鍛えることができます。

子どもが学校生活(学習集団)の中で、他の子どもを協力しているか、声をかけ合っているかなど、どのようなかかわりをしているかをしっかり見るようにすることも大切です。他人と支え合う中で自分という存在が活かされていると実感できれば、自分の力をより伸ばすことができます。相手の気持ちを感じ取る感性を育て、より良い人間関係をつくる力をつけることで、将来、社会の一員として生きていける人間に成長するようにと考えています。

## 我が家ではこんな話をしています

(例1)

学校は一つの社会で、この先、大人になるともっと大変なことに会うことがあるので、今のこの中学時代の友達との関係を大切にするように言っています。相手の個性を尊重し、悪いところばかりに目をやるのではなく、良いところを見つける目を養ってほしいと話をしています。

(例2)

いろいろなタイプの子がいるので、お互いを認め合うことが大事だと話しています。悪口、意地悪、他人の迷惑になることは絶対にしないように伝えています。いじめを受けたり、見たら必ず大人に相談するように言い聞かせています。

## \* 進路

Q7 子どもの進路について保護者はどのようなことに気をつければよいのですか？

A

＜進路を考える時のポイント＞

- ① 生活するには、仕事をしてお金を稼ぐ必要があるなどの苦労があるということを実感として感じとらせるようにする。
- ② 子どもの将来について関心をもち、日頃から子どもの興味や関心をつかみ、子どもの適性発見に努める。
- ③ 子どもが自己決定できるだけの情報をもっているか、その情報をうまく利用できるかを確認する。
- ④ 自己決定したことが達成できるかどうかを考えられるように支援する。不十分なことがあれば、「最小限の助言」をする。

## 我が家ではこんな話をしています

(例1)

自分が将来どんなことをやりたいのか、今から考えるように言っています。しかし、まだ見つかっていないのなら、将来のためにも今の勉強を頑張るように言っています。子供の得意なことにも気づいてやれるように心掛けています。

(例2)

まずは、子ども自身の能力と適性を見分けて本人と話し合うことです。会話を通じて社会の現状とか、あるいは子どもの夢の後押しをすることが良いのかどうか判断します。ですが、一番大切なのは、しっかり話し合うことだと思います。

(例3)

子どもの進路について、つい口を出してしまいがちですが、アドバイスはしても意見を押し付けないように気をつけています。子どもの気持ちに寄り添い一緒に考えるようにしています。

## 我が家の場合

---

---

---

---

## ＊親子の信頼関係

Q8 「一人の人間として接する」とはどういうことですか？

A

＜ポイント1＞ 中学生からは「自分」を主張し始めるので、徐々に自分で考えさせる部分を増やす。

子どもは未熟であっても、それぞれの年齢に応じた自立をするために、かけがえない計り知れない可能性をもつ一人の人間として接することが大切です。小学校までは保護者の言うことに素直だったのに、中学生になると嫌がってみたり、ふてぶてしい態度をとってみたりすることで「自分」を主張し始めます。徐々に自分で考えさせて、冷静に振り返りをさせていきましょう。

＜ポイント2＞ 自己の行動に責任をもつ大変さを、ていねいに教える。

将来、子どもはひとり立ちし、保護者からは独立します。将来のために「自分で選択し、行動に責任をもつ」ということを教える時期です。「こうするとこうなる」ということを示したり、アドバイスしながら自己の行動に責任をもつ大変さを徐々に理解させたりしていきましょう。

その時に保護者としての姿勢は「一人の人格をもつ人間」として受け入れ、見守ることで、少し子どもとの距離をつくっていくのがポイントです。

## 私はこのような思いで接しています

(例1)

子どもだからといって、頭ごなしに注意するのではなく、中学生はもう大人の仲間入りということで、自分で考えた行動が正しいかどうか、大人として見守っていく。子どもの気持ち・想いをしっかり聞いて受け止め、尊重する。

(例2)

親であっても、子どもも一人の立派な人格を持っている存在として、敬意を持って接することだと思います。子どもは親の所有物ではないと思います。





Q9 「何でも話せる雰囲気」をつくる工夫にはどのようなものがありますか？

A

＜ポイントが4つあります。＞

- ① 大前提として、家庭が子どもにとって居心地のよい場所であること。
- ② 子どもの話を良く聞き、その本心をつかむことに努め誠実に答えるようにする。
- ③ 保護者の願いを語るようにし、保護者の考えを押しついたり、おだてたりしない。
- ④ 保護者の体験談を話すようにする。

### 我が家の工夫

(例1)

定期的に家族会議をもつ。

家庭の中でも話し合っ決めて決めることや意見を聞き合うことがあります。家族という中にも話し合うマナー、具体的には話すだけでなく他人の考えをよく聞き理解するという礼儀があることを教えながら、そのようなマナーがあって初めて人間として尊重し合うことができると考えています。

(例2)

兄弟との関係をベースに話をする。

現在は、いろいろなことを話してくれますが、親より兄の方が話しやすいようで、食事の時など兄も交えて会話をすると親からの説教だけにならないような気がします。

(例3)

子どもの友達から情報を得る。

子どもがうっとうしがっても話しかけています。子どもの友人と仲良くなって様子を聞くこともあります。

(例4)

最後まで聴く。

子どもの話をよく聴く。聴く（話す）時間を作る。子どもが何か話しかけてきたときに、途中で口を挟まずにちゃんと最後まで話を聞いてあげることが大切だと思います。子供が興味を持っていることに親も興味を示すことも必要だと思います。

(例5)

いっしょに何かをしながら話す。

家事と一緒に取り組んでいます。手をかけてやり方を教えるようにしています。マッサージをしてもらってスキンシップもはかっています。

### 我が家の場合

---

---

---

---

---

Q10 子どもの「関わってほしいサインを見逃さない」ために気をつけることはありますか？

A

<ポイント1> 中学生は背伸びの時期、不安と寂しさを抱えていることを理解しておく。

中学生の時期には急に偉そうな態度をとってみたり、意地を張ったりして、大人のように背伸びをしたがる時期です。しかし、将来への不安やそれまで一緒だった友達がそれぞれの方向に向かっていく寂しさも抱えています。

<ポイント2> 普段の雰囲気から本気の反抗か、気を引きたいから反抗しているのかをつかむ。

そのような状況の中でも、本気で反抗しているのか、気を引きたいから反抗しているのかを見分ける必要があります。子どもは「関わって欲しい」とは自分の口からは言いません。平常の生活の様子を見守り、少しでも変化が見えたとき、p71の「何でも話せる雰囲気づくり」に努めて、何か信号をキャッチし、何を考えているのか、不安は何かをつかんでいく必要があります。

### 私はこうしています

(例1)

普段の挨拶。特に学校から帰宅した時の雰囲気や声のトーンの変化。話しかけてきたら、たとえ忙しい時間帯であっても、優先的に聴くようにしています。

Q 11 「やらなければならないことを頑張る」ための動機づけをどのようにすればいいですか。

A

<ポイント1> 「やりたくなければ、やらなくてもよい」に流されない。

子ども達を見ると「やりたくなければやらなくてもよい。」という風潮が目立ちます。しかし、「しつけ」の部分や学習等に関しては、ゆずることはできません。社会生活を営む上で必要なことは何としても身につけるべきです。もし、やらなくてもよいとなるとそれは甘えや身勝手な人間を育てることになります。それは個性とは全く違うものです。社会生活をきちんと営み、自分の力を社会に生かしていくことが個性です。子どもはそのことをはき違えて「人と違う行動をすることが自分の個性だ。」と誤ってしまふ傾向があります。また、学習についても、中学3年生の卒業の段階で基礎・基本を習得しておかなければ、社会に出て困る場面を多く経験することになります。

<ポイント2> 必要な時期に、必要なしつけや学習がある。それを逃すと取り戻すことが難しい。

保護者はこのことを踏まえて幼児期からのしつけや学習の意義を説明し、子どもの「楽しいから、好きだからやる」という気持ちから「する必要があるからやる」という気持ちを育てたいものです。世の中にはどうしてもやらなければならないことがあることを理解させることは重要なことです。

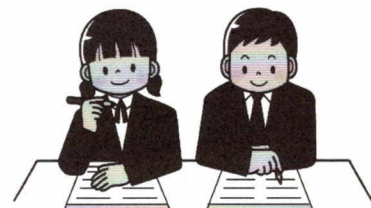
### 私はこうしています

(例1)

苦手だからやらないではなく、今の自分が社会に出ても失敗しないためにも最低限の知識やマナーはしっかり身につけるように言っています。

(例2)

やることの意味を考えること。結局、自分のためになるということをいかに理解させるか。毎日諭す。毎日毎日繰り返し考える（一緒に）。親も日々きちんとした態度を見せる。



Q 12 「失敗経験の積み重ねを認める」とはどんな意味がありますか？

A

<ポイント> 失敗を責めるよりも、失敗の経験から学ぶことを教える。

最近、子どもは大事に育てられ、よく目が行き届く反面、失敗をさせないように育てられています。ですから中学生になると、失敗をおそれて人前に出ることを嫌がったり、自分の自信のないことに手を出さず、無難なところにとどまろうとします。

失敗をしてしまうとパニック状態になったり、極端に失敗を恐れるようになったり、チャレンジする意欲がなくなっていくます。本来、子どもは失敗してもいいからやってみようという意欲があるのが特徴でもあります。大人は、子どもが挑戦して失敗しても責めるのではなく、「その失敗から学んだ」ということを一緒に考えると共に、常に現状に満足せずより高いものを求めるよう援助することが大切です。そうすれば失敗をしてもがんばれる人間に育っていきます。

### 私はこう考えています

(例1)

失敗することも経験。いろんな経験が必要。「失敗も間違いもたくさんしていんだよ。」とすべてを認めて受け止めることで次につなげる。ただし、命に関わることは、失敗してはいけない。

(例2)

「失敗は成功のもと」その時は大変だったり、心に余裕がなければ責めたりするかもしれませんが、ただ、失敗は常に学びであり、成長する過程において必要不可欠なことである。失敗したことは責めずとも、失敗した本人も十分わかっている。だから責めず、なぜ失敗したのか？失敗しないためにどうしたら良いか？を考えることが大切ということを理解する。

(例3)

人は失敗する生き物だということで、一度や二度の失敗で人生は終わりじゃないし、何度でもチャレンジする前向きな気持ちを持つように言っています。

(例4)

失敗をしたということは、何かにチャレンジしたという結果ですから、それだけで価値があります。失敗することにより、嫌な思いや恥ずかしい思いをすることもありますが、それを乗り越える精神的な強さを得ることができると思います。一度目の失敗は大きな経験となることを話すのと同時に、同じ失敗を繰り返さないことの大切さも伝えていきたいです。

### Q13 子どもが話をしてくれない時に心がけることは何ですか？

A

<ポイント1> 大人が時間と心にゆとりをもつようにする。

まずは、今までの話の聞き方を振り返ってみましょう。批判・指示・説教・否定などの応答が中心になっていませんか。会話をしている子どもが十分話ができたと感じるように、時間と心にゆとりをもって、じっくり聞くようにするといいですね。

<ポイント2> 子どもが話をしてくれなくても、無理にしゃべらせようとしたりしない。

保護者は、どうしても「指示」が多くなって、子どもにとっては耳の痛い話を聞かされることになり拒絶するのです。しかし、「拒絶」も子どもの考えの表れです。「拒絶」も受け止めることです。真剣に自分に向き合ってくれている姿勢は子どもに必ず届いています。とまどうことなく誠実に会話をするようにしましょう。

#### 私はこうしています

(例1)

子どもの様子だけは、注意深く見ています。何か不安や悩みを抱えているようなら、こちらから声をかけています。大丈夫そうならばしばらくは、そっと見守っています。

(例2)

少しそっとしておいて、様子を見るようにしています。そして、様子を見ながらもたわいのないことを少しだけ話しかけて見ます。あまりいろいろと話しかけると逆効果になるかもしれないのではないかと考えています。

(例3)

手を止めて、少し暇そうにしてみる。何も話してこない場合でも、見守っているよというようなサインを出します。

#### 我が家の場合

---

---

---

**Q 14 テレビやビデオの影響と各家庭の工夫を教えてください。**

**A**

テレビやビデオ（DVD）を見るとプラス面とマイナス面があります。

**プラス面は**

- ① ドラマ、スポーツ番組等を見ることで、自分自身の興味関心を高め、創造力や向上心などを高めることができる。
- ② 社会問題を親子で話し合い、社会性を育てる良い機会になる。
- ③ ニュースや速報等で、社会現象や情報をいち早く得ることができる。

**マイナス面は**

- ① 番組によっては、自分で考えることが少なくなる。
- ② 過激（暴力・性的表現等）な場面、人をからかって笑うような場面など見ることで、普段の生活との感覚がずれていく。
- ③ 時間等のけじめがつきにくくなり、学習や睡眠等の時間が減る。

**我が家の工夫**

（例 1）

親も子どもが起きている時間はテレビを選んで見るようにしています。

（例 2）

テレビやビデオを一緒に見ることで、意見や感想を互いに話します。「お母さんはこう感じたけれど、あなたはどう思った？」とか子どもの心を知る一つとして。ニュースに対しても低年齢犯罪に対しての意見を話し合うこともたびたびあります。物事の善悪を理解できる人になってもらうためにもよいと考えています。

（例 3）

時間や番組を決めて見るようにしています。自分の部屋にテレビや DVD があると部屋にこもって一人でいつまでも見てしまいそうなので、子ども部屋にはテレビを置かず、リビングで見させるようにしています。

（例 4）

食事の時にはテレビを切るようにしています。

（例 5）

なるべく夕方はニュースをつけています。その日の出来事の良いニュースや悪いニュースについて親子で話し合うようにしています。

## 「スマホ・携帯電話」について

Q15 「スマホ・携帯電話」について中学校ではどのように指導をしているのですか？

A

【岡山県教育委員会より】スマホ・携帯電話は、学校における教育活動に直接必要の無いものであることから、校内への持ち込みを原則として禁止しています。緊急連絡のためなど、やむを得ない理由のある場合は、保護者から申請してもらい、許可をするようにしています。その場合でも、学校内での使用は禁止し、登校後に学校で一時的に預かり下校時に返却するなど、学校での教育活動に支障がないように指導しています。

中学校には公衆電話はありませんが、緊急の場合、担任に言えば学校の電話を借りることができますし、保護者からの連絡は生徒に伝えます。ですから学校では特に必要がありません。

また、情報教育として個人情報、著作権、ネット問題等の指導をしています。

Q16 「スマホ・携帯電話を買って」といわれた時は・・・。

A

購入するという場合は、十分話し合った上でルールをつくるのが大切です。ルールのポイントとなることを紹介します。

<約束ポイント1> このスマートフォンを使うにあたって。

このスマートフォン（携帯電話）は、あなたに渡しますが、私（親）の物です。スマホを使えば利用料金がかかります。そこで、私（親）がこのスマホを使っているあなたの代わりに毎月支払ってあげることになります。ただし、これから話す約束も守って使うことが条件ですよ。

<約束ポイント2> このスマートフォンを使うにあたって。

このスマホには、設定の変更や何かを購入するときを使うパスワードが設定されています。パスワードが必要になったときには必ず相談すること。もちろん、パスワードを知ったからと言って勝手に使ったり黙って変更したりはしないようにね。

<約束ポイント3> 通話について。

これはスマホだけれど、あなたとの連絡用の「携帯電話」としてプレゼントしました。だから、親からの電話は無視しないで必ず出ること。もちろん「電話」なのだから知っている人からかかってきたらきちんと対応しなきゃダメですよ。

<約束ポイント4> 使用時間について。

夜は【 時 分】に、リビングの充電器に戻すこと。固定電話で、「夜分遅くに申し訳ありません」と言わなければならないような時間帯に急用ではない電話やメールはやめましょう。相手の状況や時間を配慮して使える感覚を養えば将来必ず役にたつからね。



<約束ポイント5> 学校生活について。

スマホを学校に持って行ってはダメ。友達と一緒にいるときは、メールではなく、顔を見て話をしなくちゃ。人といろいろな会話をすることで身につくことがいっぱいあるのだから。

<約束ポイント6> コメントや書き込みについて

人を騙したり、バかにしたりするためにこのスマホをプレゼントしたわけではありません。誰かを傷つけるような会話に加わるのもダメ。友達と仲良くすることは大切だけれど、トラブルの渦に巻き込まれるような言動は絶対にしない。相手に面と向かって言えないことは、メールでもSNSでも言わないこと。



<約束ポイント7> サイト閲覧について

フィルタリングの設定で、アダルトや出会い系ほかの危ないサイトへのアクセスはブロックされます。だから、「どうにかしてこっそり見れないか」なんて考えないこと。そういったアプリもダウンロードしないこと。もしも、必要なサイトやアプリがあって困る場合はいつでも相談してね。

<約束ポイント8> 正しい利用について



公共の場では、電源を切るかマナーモードにすること。乗り物の中だけでなくレストランや映画館も、それから、だれかと会話しているときにも気を使いましょう。スマホを持ったせいで「平気で失礼なことをする子」にはならないでね。



＜約束ポイント9＞ ネットの世界の大きさと怖さについて

あなたの、あるいは友達の裸や相手が嫌だなと思うような写真を撮ったり、それを送ったり受け取ったりしないこと。思春期には、性的なことにも興味が出てきたり、ちょっとした悪ふざけもしたい年頃でしょう。でも、万が一にでもそれがネットに流れたら、これからのあなたや友達の人生が台無しになってしまうこともあるのです。ネットの世界はとんでもなく広大でその力はあなたや私たちが想像するよりはるかにパワフルです。一瞬でも流れてしまった写真や風評を完全に消し去るのは不可能だということくれぐれも忘れないでね。

＜約束ポイント10＞ 約束を守れなかったときには

あなたがこの約束を破るような使い方をしたら、このスマホを一時預かります。そして、しっかり話し合しましょう。内容を見直したり、フィルタリングを調整したり、約束を守りながら使えるように工夫しなればよいのです。安全に賢くスマホを使えるようになるために、一緒に学び、考え、取り組みましょう。

**我が家の場合**

(例1)

まずは、家の電話で誰にでも電話対応ができるようになって、高校になったら検討すると伝えています。

(例2)

「高校生になったら考える。」と常に言い続けています。周りの友人が持っている人が多いらしく、かなりがまんすることがつらそうですが、「絶対に持たせない！」強気で対応しています。お小遣いの中でやりくりして、自分で払わせるつもりでもいます。親が支払ってまで持たせるオモチャにはしたくありません。

(例3)

すでに持っていますが、次のルールを破ったら、1ヶ月間取り上げています。  
○学校には持ち込まない。 ○1ヶ月に5000円以上使用しない。  
○午後10時以降メールや電話をしない。  
○遊びからの帰り、午後6時を過ぎる場合の理由を電話で家に入れる。

**我が家の場合**

---

---

---



## めざす子ども像

### Q & A

#### \* 基本的な生活習慣

Q17 「時間を守る」「清掃ができる」「あいさつができる」を強調するのはなぜですか？

A

将来自立して社会生活を営むうえで、必要な基本的な生活習慣だと考えられます。基本的な生活習慣は幼児の頃から身につけることが大切なので、保育園、幼稚園とも連絡を取り、小学校と連携してこの3つの項目は、子ども達に身につけさせるように努めています。

#### \* 学習

Q18 中学校と小学校の学習の違いは何ですか？

A

<ポイント1> 学習のめあてを自分で決め、自ら進んで学習ができるようにする。

中学校では、自分から進んで学習をする態度を身につけさせたいと思っています。保護者や教師がそばについて永久に学習を指導することはできません。中学校を卒業すれば義務教育ではなくなり、高校では自ら進んで学習しないと単位をとれません。社会に出て自分に必要な能力や技能を身につけようとする時には、自分で目標を決めて、計画を立てて行うことが学習を進めていくコツになります。

<ポイント2> 自分で学力を分析し、不十分な点は自分で補う。

学校では授業ごとに「これだけは」というねらいを生徒に示し、それができるようになっているか、身につけているかどうかを評価します。もし、身につけていなければ、その生徒に対してさらに指導や学習をくり返し、身につけさせることができるようなシステムをつくっています。評価においても自分の足りない学習は何か、得意な学習は何かははっきり自分でわかるようにしています。ですから、自分の力を正しくつかみ、足りないところを自分で補っていく必要があります。



**Q 19** 自分から意欲的に学習するようになるためには、どのようにすればよいのですか？

**A**

<ポイント1> 学習の目標を自分で決める。

大人でもさせられる仕事ほどおもしろくなく、つまらないものです。しかし、自分で選んで決めた仕事はあきらめずに長続きするものです。学習する時に「〇〇を勉強しなさい。」「〇〇時間勉強しなさい。」では学習は進みません。自分で決めたことはやろうとします。「今日はこれを勉強しよう。」とか「〇時から勉強する。」というように自分の意志で決めさせていきましょう。

<ポイント2> 自分はこれができるという感覚をもたせる。

誰でも「これはできる」と思った時には、力が出ます。幼い頃から「自分はこれができる」と感じる場面が多い子どもほど積極的な学習をしているという統計が出ています。ですから、いかに「やればできる」という思いを積み上げさせるかが鍵になるでしょう。

<ポイント3> 自分の学習を見ていてくれて、ほめてくれたり、励ましてくれたりする人がいる。

誰でも、自分の仕事に対して正しく評価してほしいという気持ちがあります。頑張ったら頑張った分だけほめてくれる人、できなくてつらい時には励ましてくれる人が、家庭では保護者、学校では友達や教師です。一人でも自分の頑張りを見ていてくれる人がいたならば、なんとか自分の力で学習を続けていこうとするものです。

上の条件がそろそろと子どもの学習に対する姿勢は着実に変わっていきます。

### **私はこう思います**

(例1)

自分の将来に目標を持つことが必要だと思います。目標があれば今、自分は何をしなければいけないのかかわかってくると思います。そうすれば、自分から学習することができるようになると思います。

(例2)

目の前にある中間・期末テストの結果を受け止め、高校生になるとはどういうことか、学習する意味、将来の夢がイメージできるよう、材料を提供する。

## Q20 なぜ「読む」ことを大切にしているのですか？

A

<ポイント> 学習の第一歩は、読むことです。

学習する時、課題を把握したり、文章を理解したりするための大切な力は読み取る力です。テレビなどの活用もありますが、いつでもどこでも、また自分の力に合った学習を進めるためにも読み取る力が必要になります。問題を解いたり、プリントでテストをしたりしますが、その問題の意味が読みとれず困っている生徒がかなりいるのが現実です。文意がわからないと判断すると友達のパプリントをのぞき込んで写したり、すぐに答えを見たりして、じっくり問題を考えることができません。そばについて問題の意味を教えると「そういうことか」といって問題を考えるのです。板書しても「漢字ばかりだ」と言って途中から書くのをやめる生徒もいます。読み取るという力は、一朝一夕につくものではありません。本や新聞等の文章を読む機会を増やし、どのような内容であったかを、自分で話をする（人に聞いてもらう）という訓練を根気よく続けていかなければつきません。ご家庭でも、そういった機会を増やすことが大切になります。

## Q21 なぜ「聴く」ことを岡輝中学校区で大切にしているのか？

A

人との関係作りの中で一番大切なものであると考えています。普段の生活でも、自分の考えを伝えるばかりでは、話が一方的になり良好な関係が築きにくく、「聞き上手」という言葉があるように、相手の話や気持ちを「聴く」ということが大切になります。また、学習面でも、質問や課題を聞いていなくては、自分が何をすればいいのかわからなくなり、どんどん学習が遅れていくことになります。また、自分が困っていることをじっと黙って声をかけられるまで黙っていてもなかなか解決しません。すぐに人に聴くことができればいろいろなことの解決が早くなり、また多くの人に助けてもらうことができます。このように、人が人と関わり合っていく中でとても大切なことが「聴く」ということだと考えています。

### 私はこう思います

(例1)

孤立せず、人と関わりながら助け合って生きていくためには、やはり人の話・意見を聴く、耳を傾けるといったことが大事だからだと思います。

(例2)

学習や人間関係でも、相手の話を「聴く」ことが大切だからです。耳と心を傾けて「聴く」ことが必要だと思います。

(例3)

耳と目と心で聴くことでつながりができるから。自分の話を聞いてもらえると、ひとの話も聞けるようになり、話し手も育つと思います。

## Q22 「協同学習」ではどんな力が身につくのですか？

A

<ポイント1> 自分の居場所を作り、コミュニケーション能力を鍛える。

協同学習では、男女混合の3人～4人のグループで学習する場面が多くあります。授業中に新しいことを学んでいく中で、1人では問題が解けなかったり、どう考えていくのか困る場面が必ずあります。そんなときに、グループを組みます。普段の授業から友達と関わり学び合うことで、困って1人になることなく常に友達がそばにいて、自分が安心できる居場所ができると考えています。また、自分から友達に聴いたり、聴かれたときにどこで困っているか相手のことを考え伝えたりしながら学び合うようにしています。また、自分の考えや想いを相手が理解できるように伝えることも必要になります。そういう経験を積んでいくことでコミュニケーション能力が向上すると考えています。この力は、今だけでなく、将来社会に出て仕事をしたり、いろいろな人と関わり合ったりするときに必要不可欠なものだと考えています。岡輝中学校区では、保幼小中と連携して大切な力を鍛えています。

<ポイント2> 学び合うことで、学力を向上させる。

わからない問題を1人で解決することはとても難しいことです。しかし、すぐそばに問題を解決するために助けてくれる人がいると「分からない」「教えて」とすぐに聴くことができ、思考が止まる無駄な時間が少なくなります。そして、大切な基本的なことを丁寧に聴くことができ、基礎学力の向上につながると考えています。また、聴かれたことを相手にわかるように伝えきるということは、とても工夫が必要になります。その工夫が思考力の向上につながっていきます。また、みんなで難しい問題をいろいろと意見を出し合い工夫して解いていく事で、最後まで諦めずに思考し続けることができると考えています。そのような授業を、全ての教科でおこなうことで、高い創造力・思考力・考察力がつくと考えています。

## 私はこう思います

(例1)

「人に助けを求める」と同時に、「人を助けること」ができる学習方法だと思います。「一人にしない」「一人にならない」からこそ勉強以外の生活にも良い影響があると思います。

(例2)

わからない人はもちろん、教える側も理解していないと教えることができない協同学習とは両方にとって勉強・学びに必要な学習であると思います。

(例3)

自分の意見を言える力、自分とは違う考えの人の意見を理解する力、助け合う力を養うことができると思います。

(例4)

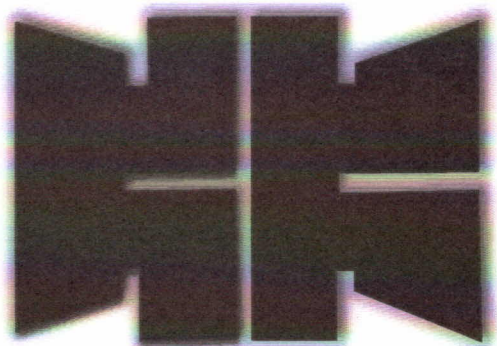
自分一人ではわからないことでも、みんなの意見を聞いたり教えてもらうことにより、そこで立ち止まることがなく次へ進むことができることです。先生に聞くのは恥ずかしくても友達なら気軽に声をかけられるのも良いことだと思います。

岡輝中学校生徒会スローガン

# 岡輝流学び改革

～みんなとつながれ協同学習～

岡輝中学校イメージキャラクター『Kパン』



## 9 家庭教育講座①「ほめる」

だれでも、ほめられるとうれしくて、気分がいい・・・

### ほめられると、すごいパワーが生まれます。

みなさん、知っていますか。ほめられると、ものすごくパワーが生まれることを・・・

だれでもほめられるとすごくうれしくて、気分がいい。おまけに体が熱くなって、やる気が起こります。実は、ほめられると、脳から、やる気を出すホルモンが出て、積極性や活力を生み出すのです。このことは、科学的に証明されています。

#### ほめられると起こる2つの作用



#### まちがったほめ方は子どもの才能をダメにします。

子どもがテストで100点をとって帰ってきた時、100点という点数のことばかりほめていませんか。「今度100点とったら、何か買ってあげる」なんて言っていませんか。これは、まちがったほめ方です。子どもが結果だけにこだわるようになってしまいます。まちがったほめ方は、子どもの能力を伸ばすどころか、才能をだめにする危険があります。

#### そこで、上手なほめ方6ヶ条

##### 1条 結果だけでなく、努力やプロセスをほめる。

その結果にいたるまでのプロセスをほめることによって、子どもはさらに結果に向かってがんばろうという気持ちになります。

##### 2条 ポイントを見つけて、具体的にほめる。

「あなたの〇〇したところがよかった」というように具体的にほめていくことは、相手の心をつかむ絶好のほめ方です。

##### 3条 兄弟（姉妹）の場合は、一緒にほめる。

兄弟（姉妹）が一緒にいる時に、一人だけほめるのはまちがいです。一緒にほめるか、一人だけの時にしましょう。

##### 4条 第三者にたのんで、ほめてもらう。

第三者から「〇〇が、君の△△のことをほめていたよ」と言われると素直に受け止めていることが多いようです。このことをうまく利用するのは、いいことです。

## 5条 失敗した時こそほめる。

一生懸命やって失敗した時にこそ、しっかりとほめましょう。苦しいことがあってこそ、喜びがあるのです。また、自信がつき、失敗を恐れなくなります。いいかげんにしているのにほめると、逆効果でやる気をなくしています。

## 6条 しっかりながら、タイミングよくほめる。

しかることがほめることを活かすことになります。しかってほめることが、子どもたちの能力をひきだすテクニックです。

「もう、これでバッチリ」と言いたいのですが、「いつ」「どこを」「どのように」ほめていいのかわからない人のために、マル秘の「ウラ技」を教えます。

### ほめ上手になるための4つの“ウラ技”

1. 相手がほめて欲しいことを、ほめて欲しい場所で、タイミングよくほめる。
2. 当たり前のことを見直してほめる。
3. 相手の趣味や特技を話題にしながらほめる。
4. 素直に感謝する。

このウラ技を使うには、

日頃から子どもをよく見て、

「照れずに思い切って」

「笑わずに真剣に」

ほめることが大切

「何度も繰り返し」

子どものねむっているパワーが発揮できるように、家族で、地域 みんなで力を合わせて楽しくやりましょう。

引用 「のびのび金川っ子…」福岡県田川市立金川中学校区

### 保護者会・懇談会での話し合いのポイント

1. あなたにとって、ほめられてやる気になる言葉は何でしたか。

---

---

---

2. 我が家の工夫を出し合ってみましょう。

---

---

---

---



## 家庭教育講座②「しかる」

「しかる」と「おこる」は違います。

しかり方ひとつで子どもは変わる

### 正しいしかり方をしていますか？

- 大人のしかる気持ちが子どもたちに伝わっていない。
- どのようにしかっていいのかわからない。
- 7ほめて3しかって・・・というけれど、現実にはしかることが多い。

#### あなたのしかり方はどのタイプ？

##### 感情先行型

子どもの行動にショックを受け、動揺し、感情的にしかってしまう。

##### 人格否定型

行動そのものではなく、だらしのないわね、ダメな子ねと人格を否定する。

##### 責任転嫁型

お父さんに言ってもらうからなど自分以外の権威を使ってしかる。

##### お説教型

正論をくどくど言い続けて、しかり続ける。

ここにあげているしかり方の4タイプは、いずれもまちがったしかり方です。

それぞれのタイプにしかられた時には、子どもたちは心の中で、こうつぶやいています。



##### 感情先行型

そんなに怒らんでもえーが。でも何か言ったら、もっと怒られるからあやまったふりをしときゃええわ。

##### 人格否定型

あーあ、またやってしもーた。ぼくはホントにだらしのないダメな子じゃあ。



人の顔をうかがい、自分から積極的にやらない子になる。

萎縮（いしゅく）し、やる気のない子になる。

### 責任転嫁型

いったいお母さんは、ぼくのしたことをどう思うとんじゃろうか。



人の評判ばかり気にして、しかっている人を信用しなくなってしまう子になる。

### お説教型

あー、もうそんなに言わんでもわかった。いつまでつづくんじゃろう。うるせえなあ。



言っていることが正しいだけに、逃げ道なく、反抗するしかなくなる。

では、しかなければいいのか？

（「しかられること」のプラスの効果について）

突然、キれる子が問題になっていますが、必要な時期に正しくしかられた体験の不足が原因の一つと考えられています。

「しかられること」によって、脳は鍛えられ、あらゆることに対応できる力が育っていくのです。

⇒ **3～15歳までの時期に、正しい「しかり」を受けておく必要があります。**

それでは、どんどんしかればいいのか？

（「しかりすぎること」のマイナスの効果について）

脳の発達が生発的な3歳までのしかり方によって、人格だけでなく脳の発達に大きく影響を与えてしまいます。過剰なしかりを受けた子どもの脳は、神経細胞が発達することを拒否し、上手に感情をコントロールすることができなくなります。

**無感情な子どもが育ちます。**

⇒ **0～15歳までの大切な時期に、まちがったしかり方をし続けると3F行動になりやすい。**

## 3F 行動とは

- |                |        |
|----------------|--------|
| ○ FREEZE（フリーズ） | だまりこむ  |
| ○ FLIGHT（フライト） | 逃げる    |
| ○ FIGHT（ファイト）  | 攻撃的になる |

のような行動が見られるようになる。

正しいしかり方とは

- 1 その場で簡潔に
- 2 自分の言葉で子どもにわかりやすく
- 3 理由とともに
- 4 人格ではなく、行動そのものをしかる

引用 「のびのび金川っ子・・・」福岡県田川市立金川中学校区

# 家庭教育講座③「きたえる」

「ほめる」「しかる」からさらに一歩進んで・・・

## みんなで子どもをきたえましょう。

これまでに「ほめる」「しかる」の講座をとおして、『ほめ方・しかり方』を考えてきました。それでは実際に子育ての場面の中では、それらをどのような点に気をつけて生かしていけばよいのでしょうか。

### 子育てで身につけさせたい力

- ・自ら考え判断し、責任ある行動をする。
- ・目標に向かって最後まで努力する。
- ・人の役に立つ。

こうした力を身につけることは子どもにとって、



#### 人間観

どのような人になろうとするか考える

#### 社会観

社会で働く意味を考える

#### 学習観

何のためにどんなことを学ぶか考える

を育てていくことにつながるものです。

### 目標設定の3つの柱

- 1 短期的目標・・・すぐに実行可能な目標  
(例)一人での着替え、食器洗い、料理食事の準備
- 2 中期的目標・・・一定時間を継続しての目標  
(例)夏休み中のラジオ体操、毎日読書をする。部活動
- 3 長期的目標・・・子ども達が描く将来像  
(例)なりたい職業、持ちたいと思う家庭像、未来の地域の姿

まず、子どもの成長に応じて身近な目標に取り組み、何かをやりとげるために『責任』をもち、『努力』する力を身につけさせましょう。そしてある程度の期間を見通した目標に向かっていく力が身に付いていきます。

『きたえる』キーワード(4×8=32)

- 4・・・信じ合しましょう
- 8・・・話し合しましょう
- 3・・・見守りましょう
- 2・・・ふりかえりましょう

4×8=32(しはさんじゅうに)  
と覚えましょう!

### 信じましょう

子どもが何かをしようとする時、周囲の大人が子どもの能力を信じて、支えてあげることが必要です。失敗してもそれも大事な経験です。子どもの可能性を信じてみませんか。

### 話し合きましょう

大人と話し合うことで、子どもは自分にあった目標を見つけることができます。また、アドバイスをもらうことで、具体的にどのようにがんばればよいかを理解することができます。

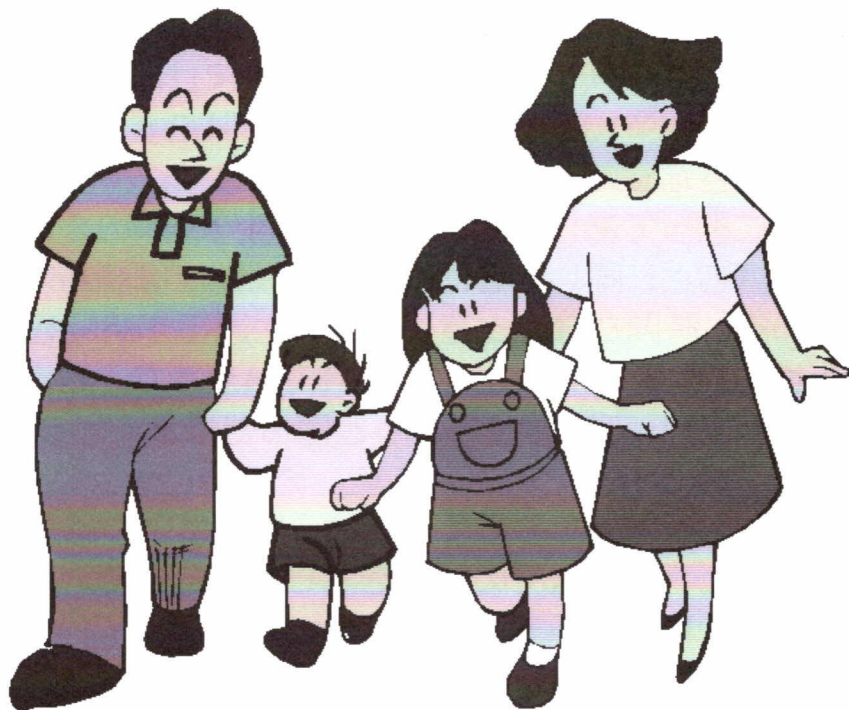
### 見守りましょう

努力しているのについ手助けをしたり、なまけているからといってせき立てたりしたくなります。しかし、努力したことやなまけたことでの結果を理解することも必要です。

### ふりかえりましょう

成功や失敗にかかわらず、子どもと一緒にふりかえりましょう。「〇〇をがんばっていたのがよかったね」「〇〇をしていたのが悪かったんじゃないの」などと、プロセスを具体的にほめたり、しかったりすることが大切です。成功していたならば、次の目標への意欲が出てきますし、失敗していても「次は〇〇をがんばろう」という気持ちをもつことができます。

引用 「のびのび金川っ子Ⅰ・Ⅱ」福岡県田川市立金川中学校区



おわりに

ここ数年のヒット商品を検索してみると、平成23年度は「スマートフォン」平成24年度は「LINE」平成26年度は「格安スマホ」といった携帯電話・スマートフォン関連の名前が続いていました。情報ツールのめざましい発展によって、子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化しています。昨年、岡輝中学校区の小中学校で携帯電話・スマートフォンを持っている児童・生徒を調査したところ、全国平均よりも非常に高い所持率ということがわかりました。そこで、携帯電話・スマートフォンの例のように、平成15年度の「岡輝版・子育て法改訂版」から10年が経過し、ここ数年でも子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化しているため、子育てに不安を抱えておられる保護者の方に冊子をより活用してもらえるように、岡輝版・子育て法を改訂しようということになりました。

しかし、改訂作業を進めていく中で、平成15年度の「岡輝版・子育て法改訂版」の冊子には、時代がいくら変化しようとも、子育てに関してのよりどころとなる所がたくさん書かれていることにも気づかされました。というのは、携帯電話・スマートフォンという情報機器の使い方についても、以前から私たちが親に言われていたこと、「人の悪口は言ってはだめだ」「いじめはしてはいけない」「言いたいことがあったら相手に会って伝えなさい」等、ずっと変わらない大切なものを子どもに教えていけばいいのではないのでしょうか。

子育て真っ最中の保護者の皆さまには子育てを楽しんでほしいと思います。子どもをもつ喜びの1つは、自分では忘れてしまっていた幼児時代、子ども時代を追体験できることかもしれません。「そういえば、私も子どものころはこんな宝物をととても大切にしていた」「水たまりでバシャバシャするのが大好きだった」と思い出したりします。子どもころに好きだった歌を子どもに歌ってあげると、若かった自分の親の姿がよみがえります。子どもは本を読むと、同じ本を何度でも幼児期には読んでくれと要求します。疲れている時、時間がないとき、子どもと過ごす時間を楽しむ余裕はないかもしれませんが、みなさんはどうされていますか。どうされてきたでしょう。

子育てをしているとちょっと困ったなあ！うまいかないなあ！という時が多いのも事実だと思います。その時こそ、この「改訂 岡輝版・子育て法」冊子を開いてみてください。保護者会や懇談会の中でこの冊子を活用していただき、子育ての悩みを話し合うことで、岡輝学区の家庭・地域・学校のつながりがより一層強くなることを願っています。

「岡輝版・子育て法」 改訂班一同

## 引用・参考文献一覧

### 乳幼児期

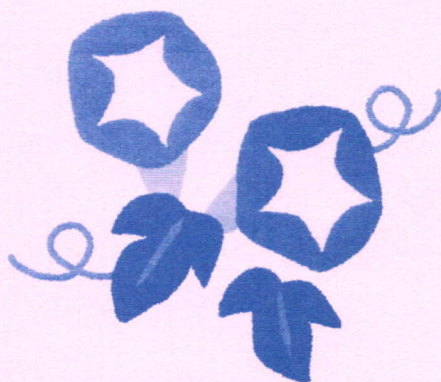
- 「子どもが育つ魔法の言葉」ドロシー・ロールド／レイチャル・ハリス著 PHP研究所
- 「どうすれば子どもはやる気になるのか」すずきダイキチ著 一光社
- 「えほんのせかい こどものせかい」松岡享子著 日本エディタースクール出版部
- 「今 求められる感性とは」遠藤良江著 全国国公立幼稚園園長会 事務局
- 『早く』『いけません』『がんばりなさい』に代わる言葉がけを」星一郎著 PHP研究所
- 「お母さんの聴き方で変わり“子どもの性格・自信”」渋谷昌三著 PHP研究所
- 「向かい合い子育て」河添邦俊監修 ささら書房
- 「子育て, 子育ち, 生活リズム 乳幼児編」佐野勝徳著 エイデル研究所

### 小学校期

- 「子育て教育論」来山武著 日本教育新聞社1993

### 中学校期

- 「自ら学ぶ意欲を育む先生」桜井茂男著 図書文化社1998
- 「のびのび金川っ子Ⅰ・Ⅱ」 福岡県田川市立金川中学校区 1998・2001



#### 『岡輝版・子育て法』のあゆみ

初回作成…平成14年  
第1回改訂…平成16年  
第2回改訂…平成27年

# 子育て相談機関一覧

機関名	電話番号	場所・相談内容等
岡山市教育相談室	086-224-4133	清輝小学校敷地内 長期欠席・不登校の相談
(子ども専用電話)	086-234-0999	
適応指導教室「あおぞら清輝」	086-226-0948	
岡山っ子育て局		
地域こども相談センター	086-803-1824	北区中央福祉事務所内 家庭や子どもに関する相談
こども総合相談所(岡山市児童相談所)	086-803-2525	
発達障害者支援センター(ひか☆りんく)	086-227-3325	岡山市勤労福祉センター1階
ハートフルおかやま 110		
総合相談窓口	086-224-7110	岡山県総合福祉・ボランティア ・NPO 会館「きらめきプラザ」 4階
教育相談室	086-221-7490	
子どもホットライン	086-235-8639	
すこやか育児テレフォン	086-235-8839	
ヤングテレフォンいじめ110番	086-231-3741	
進路相談室	086-224-1121	
こどもの人権110番 (岡山県人権啓発活動ネットワーク協議会)	0120-007-110	岡山地方法務局内
チャイルドライン岡山(NPO法人)	086-233-1731	電話相談
岡山いのちの電話協会(社会福祉法人)	086-245-4343	
清輝児童センター(未就園の子どもに関して)	086-225-6124	

※関係機関につきましては、学校を通じて配布される案内もありますので参考にして下さい。

岡山市清輝保育園	086-223-4017	お住まいの各地区には、 民生委員さん 愛育委員さん 主任児童委員さん などがいらっしゃいます。 各学校園におたずね下さい。
岡山市岡南保育園	086-223-9879	
岡山市立岡南幼稚園	086-223-1051	
岡山市立岡南小学校	086-225-3526	
岡山市立清輝小学校	086-225-4875	
岡山市立岡輝中学校	086-224-0358	