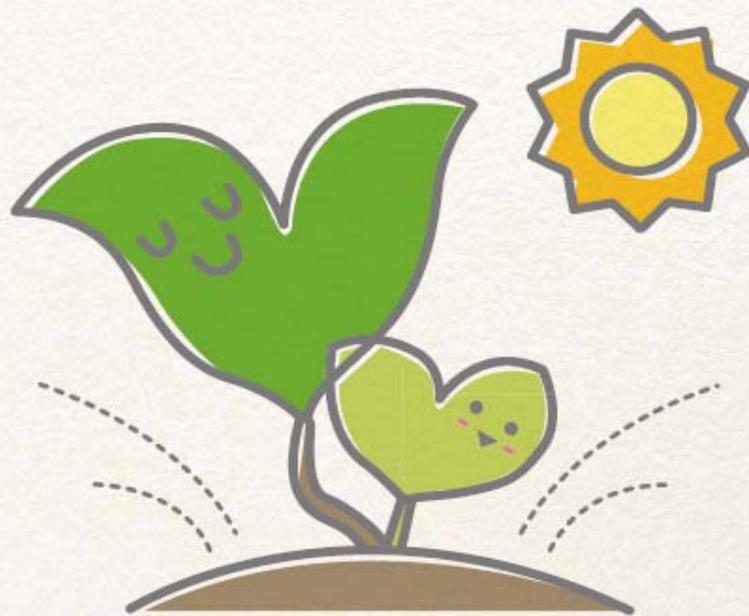


新小学1年生の保護者の方へ

親学ノート

—子どもを育て、自分を育てる—



静岡県教育委員会社会教育課

ひらがな版

「おやがくのーと」

「子どもをそだて、じぶんをそだてる」

「このえは、たいようのひかりをあびて、よりそう大きいめと小さいめ
＝よりそうおやと子どもが、いっしょにせいちょうしていくようすをあらわしています」

—子どもを育て、自分を育てる—



「3つの芽」

「よいこと」を 教えましょう。

●子どもは、りっぱな社会の一員
です。よいことを遊んでできる、
みんなに信頼されるお子さん
にしましょう。

ごはんを いっしょに 食べましょう。

●家族そろって「早寝・早起
き・朝ごはん」につとめま
しょう。

親子のコミュ ニケーションを とりましょう。

●子育ての基本は、お子さんとのコ
ミュニケーションです。いろいろなく
らしの場面で、いろいろな方法で、コ
ミュニケーションをとりましょう。

子どもをそだて、じぶんをそだてるには

『よいこと』をおしえましょう」

「ごはんをいっしょにたべましょう」

「おやこのコミュニケーションをとりましょう」

のみつつがだいじです

< 「よいこと」を^{おし}教えましょう >

1. ^{おや} ^い ^{かた} ^{しめ} 親の生き方を示しましょう

Q 1. なぜ？

^{おや} ^{かんが} ^{かた} ^い ^{かた} 親の考 え方や生き方が、^{子ども} ^{じんせい} ^{おお} ^{えいきょう} ^{あた} 子どもの人生に大きな影響 を与えるからです。

Q 2. ^{しめ} どのように示したらよいのでしょうか？

^{にんげん} ^{ひとりひとり} ^{そんざい} 人間は、一人一人がすばらしい存在であることを、^{つた} 子どもに伝えましよう。

^{りょうしん} ^{したが} ^{しゃかい} ^{どりよく} ^い ^{かた} ^{しめ} 良心に従い、よりよい社会のために努力する生き方を示しましょう。

おやの生きかたをみせましょう。

おやのかんがえていることや、おやのせいかつを子どもはみています。それが子どものせいちょうに大きくえいきょうします。

にんげんはみんな、すばらしいそんざいであることを子どもにおしえましょう。

よいことをして、しゃかいのためになるような生きかたをしましょう。

☆ 子どもは、おやのいうことはきかなくても、おやのすることはする、といいます。ことばで子どもにはなすこともたいせつですが、おやがよいことをすれば、子どもはそれをまねします。

☆ 子どもに「あなたはわたしの、せかいでいちばんだいじな子ども」ということを、いつもいましょう。子どもは、じぶんがおやにあいされていることをしれば、じぶんをたいせつにするようになり、正しくせいちょうします。そして、じぶんをたいせつにするようになれば、ほかの人のこともたいせつにするようになります。

2. がまんすることをしつけましょう

Q1. なぜ？

がまんすることが感情かんじょうをコントロールする力ちからや社会性しゃかいせいを発達はったつさせます。

Q2. どのようにしつけたらよいのでしょうか？

家族かぞくがみんなで、わがママをゆるゆるさないことです。

子どもに、がまんすることをおしえましょう。がまんすることをおぼえたこどもは、りっぱな大人になります。がまんすることをおぼえるためには、かぞくみんなでおなじように子どもにおしえること、わがママをゆるさないことが大切です。

- ☆ がまんすることができるようになった子どもは、大きくなってもわるいことはしません。
- ☆ 子どもがほしいものをなんでもあたえることは、子どものためにはなりません。
- ☆ 子どもにがまんをおしえるときは、ふうふでおなじことをおしえましょう。
- ☆ 子どもが、テレビ・パソコン・ゲームにむちゅうにならないように、やめるじかんをまもらせましょう。

3. 社会しゃかいの礼儀れいぎやルールをしつけましょう

Q1. なぜ？

礼儀れいぎやルールをまもまもることが、子どもを社会しゃかいで生かします。

Q2. どのようにしつけたらよいのでしょうか？

大人が手本てほんを示しめしながら教おしえていきましょう。

あなたのすむしゃかいでの、れいぎ、ルールについて、おやがじっさいにれいぎ、ルールをまもることで、子どもにおしえていきしょう。れいぎ、ルールをおぼえた子どもは、大きくなってからしゃかいでかつやくすることができます。

- ☆ みんながあんぜんにたのしくくらししていくために、子どものうちから、しゃかいのれいぎ、ルールをおぼえさせましよう。おとなになるまえに、れいぎ、ルールをおぼえたこどもは、大人になってから、すすんでよいことができます。
- ☆ たくさんの人があつまるばしょにでかけたり、あなたのすむばしょのきんじょのみんなのあつまりにでかけたりすると、子どもがれいぎ、ルールをおぼえるのにやくにたちます。
- ☆ あいさつやことばづかい、かぞくいがいの人へのたいどなど、かぞくみんなできをつけましよう。
- ☆ かぞくみんなで、じぶんたちのやくそく、ルールをつくって、まもるようにしましよう。
- ☆ おやもれいぎ、ルールをまもっていることを、子どもにみせましよう。
- ☆ しゃかいのれいぎ、ルールは、おやがこどもにおしえなければなりません。こどもとよくはなしながら、れいぎ、ルールをおしえましよう。

<ごはんをいっしょに^た食べましよう>

きほんてきせいかつしゅうかん

4. 基本的な生活習慣をしつけましよう

Q1. なぜ？

正しい生活習慣が子どもの心身の健康を守り、社会性を育てます。

Q2. どのようにしつけたらよいのでしょうか？

子どもと共に規則正しい生活を送り、一緒に楽しく会話をしながら食事をしましよう。

- ☆ 朝^{あさ}はやおきをしてごはんをたべる、夜^{よる}ははやくねる、ようふくはきちんときる、手をあらう、うがいを
する、など正しいせいかつをしましょう。正しいせいかつをしないと、子どもはびょうきになったり、
べんきょうができなくなったりします。

しょうがっこうにゆうがく 【小学校 入学にあたって】

① 正しい食習慣^{しょくしゅうかん}を身^みにつけさせる。

- ☆ 一日3かい、おかしなどではない、えいようがあるごはんをたべることはたいせつです。子どもは朝^{あさ}
ごはんをたべないと、しょうがっこうでべんきょうをおぼえられません。
- ☆ ごはんは、なるべくかぞくいっしょにたべましょう。子どもだけでごはんをたべると、好きなものしか
たべないことがあります。
- ☆ 子どもが、けんこうに大きくなるために、つぎのことにきをつけましょう。
- ① かぞくみんなで朝^{あさ}ごはんをたべましたか？
 - ② ごはん、パン、めんをたべましたか？
 - ③ 肉^{にく}、豆^{まめ}、魚^{さかな}、卵^{たまご}、ぎゅうにゅうをたべましたか？
 - ④ やさい、くだもの、いもをたべましたか？
 - ⑤ 海^{かい}そう、ちいさい魚^{さかな}、貝^{かい}をたべましたか？
 - ⑥ 肉^{にく}より、やさいをおおくたべましたか？
 - ⑦ ごはんをたべながら、かぞくでおしゃべりしましたか？

② 生活時間^{せいかつじかん}を規則^{きそく}正しくさせる。

- ☆ おやが、夜^{よる}はやくねて、朝^{あさ}はやくおきましょう。
- ☆ ねむるじかんのすくない子どもは、びょうきになりやすく、大きくなれません。朝^{あさ}はやくおきないこ
どもは、しょうがっこうにいくのがおそくなって、べんきょうをおぼえられません。
- ☆ こどもが、テレビやゲームばかりにむちゅうにならないように、やめるじかんをまもらせましょう。

③ 家庭学習^{かていがくしゅう}を習慣^{しゅうかん}づけるためにサポートする。

- ☆ 子どもはいえでべんきょうしていると、あたらしいことをおぼえるのが、たのしくなります。

④ ^み身なりを^{ととの}整えさせる。

☆ 子どもがひとりで、ふくをぬいだりきたりできるようにおしえましょう。

⑤ ^{もの}物の^{せいりせい}整理整とんや^{あとしまつ}後始末をさせる。

☆ 子どもが、ものをだいじにするよう、おしえましょう。

☆ 子どもが、じぶんでつけたものは、じぶんでかたづけるようおしえましょう。

☆ 子どもと、ものをだいじにする、ものをかたづけるというやくそくをしましょう。

^{おやこ}<親子のコミュニケーションをとりましょう>

5. ^{あそ}子どもと^{じりつ}遊び、^{うなが}自立を促しましょう

Q1. なぜ？

子どもとの^{あそ}遊びが、子どもの^{じりつ}自立を^{うなが}促します。

Q2. どのように^{あそ}遊んだらよいのでしょうか？

^{おやこ}親子でふれあいと^{たいけん}体験をしましょう。^{おやこ}親子で本に^{した}親しみましょう。

☆ 子どもはあそぶことで、体のちからがつき、けんこうになります。また、あそぶことで、よいところをもってまわりの人となかよくすることができます。

☆ 子どもといっしょにあそびながら、たくさんおしゃべりしましょう。

☆ 子どもと、本をいっしょによみましょう。

☆ 子どもに、おはなしをしましょう。子どもは、ほかの人のおはなしを、しっかりきくことができるようになります。

6. お手伝いをしつけましょう

Q1. なぜ？

お手伝いをする^{てつだ}ことで人間関係^{にんげんかんけい}が深^{ふか}まり、自分^{じぶん}が役^{やく}に立^たっているという
気持^{きも}ちが湧^わいてきます。

Q2. どのようにしつけたらよいのでしょうか？

家庭^{かてい}や地域^{ちいき}で親子^{おやこ}一^{いっ}緒^{しょ}に活動^{かつどう}に取^とり組^くみ、うまくできなくてもほめてあげ^あげま^ましょう。

☆ 子どもは、しよくじをつくること、そうじ、せんたくなどをてつだうことで、やりかたをおぼえます。そうすると大人になって、じぶんでしよくじをつくること、そうじ、せんたくができるようになります。

☆ いろいろなことをてつだう子どもは、大きくなってよいひとになります。

☆ あなたのすむばしょで、そのばしょにすむ人があつまってするそうじ、まつりなどには、おやこでいっしょにさんかしましょう。

できていますか？親が教えるマナー10 デン

- 1 一日の始まりは「おはよう」から
- 2 食事の時は「いただきます」「ごちそうさま」
- 3 家の出入りは「行ってきます」「ただいま」
- 4 履き物をそろえる
- 5 約束事を守る
- 6 ものを大切に使う
- 7 お手伝いを一日ひとつ
- 8 悪いことをしたら「ごめんなさい」
- 9 感謝の一言「ありがとう」
- 10 一日の終わりは「おやすみなさい」



おやほどもに、日本の10のれいぎをおしえましよう

- 1 朝^{あさ}おきたら「おはよう」といいます。
- 2 しょくじのまえに「いただきます」しょくじがおわったら「ごちそうさま」といいます。
- 3 家^{いえ}を出るときには「行ってきます」いえにかえたら「ただいま」といいます。
- 4 くつをぬいたら、そろえます。
- 5 やくそくをまもります。
- 6 ものをたいせつにします。
- 7 しょくじのしたく、そうじ、せんたくなどおやのすることを、一日一回てつだいましよう。
- 8 わるいことをしたら「ごめんなさい」といいます。
- 9 ほかにの人に、なにかもらったり、なにかしてもらったら、「ありがとう」といいます。
- 10 夜^{よる}ねるときには「おやすみなさい」といいます。

<おわりに>

あなたは、ただしくこどもをそだてることで、もっとよいひとになれます。がんばってください。