

子どもと向き合う5つのポイント

手をとめて話を聞こう

○ **子どもの顔を見ながら話を聞こう！**

子どもが求めているのは「家族のみんなが楽しく過ごす」こと。夫婦、親子の間での会話を増やし、家族の絆を深めることで子どもの心に安心感が生まれます。

○ **家族一緒に食事をしよう！**

日々の会話を増やすために、できるだけ一緒に食事をし、その日にあったことを話し合い、家族のコミュニケーションを楽しみましょう。

○ **家族の一員としてお手伝いをさせよう！**

子どもに、家族の一員として家事などの役割を与えることは、責任感を養うと同時に、家族との精神的なつながりを強めます。



youtakano

しっかりほめて叱ろう

○ **良いことはほめる、悪いことは叱る！**

「自分の子だけ良ければいい」という考え方（自子主義）はやめ、間違ったことは愛情を持って本気で叱り、良いことはしっかりほめましょう。

○ **家庭のルールを話し合おう！**

家庭のルールは、社会のルール。子どもが社会に出てから恥ずかしい思いをしないためにも、家庭のルールをしっかり話し合い、子どもとともにルールを守りましょう。

○ **子どもの手本となる親になりましょう！**

子どもにルールやマナーを教えるのは、まず親が尊敬される存在でなければなりません。普段の自らの行いを振り返り、子どもに信頼される親になりましょう。



youtakano

早寝早起きでリズムを作ろう

○ **早寝 早起き 朝ごはん！**

早起きし朝食をとることで、身体にエネルギーを補給し、集中力ややる気を発揮させ、一日の身体リズムを整えることができます。

○ **昼間は外遊びをしっかりと！**

遊びは子どもの成長にとっても大切。感覚や運動能力、想像力などを養います。様々な外遊びを通して、身体を動かす楽しさを伝えましょう。

○ **テレビやゲームは時間を決めて！**

テレビやゲームにのめり込みすぎると、外での遊びや自然体験など、子どもにとって大切な体験機会を逃してしまいます。親子で話し合い、家庭のルールを決めましょう。



youtakano

思春期・・・広い心で受けとめよう



○子どものサインを見逃さない！

心の問題を抱えたとき、様々なサインとなって現れてきます。表面だけ見ないで、心の問題が背景にないか考えましょう。医師や学校の先生にも相談してみましょ。

○子どもへの理解を深めよう！

思春期とは、身体の成長に心の成長が追いつかず、だれもが不安定になりやすい時期です。まず、「思春期」について親がしっかりと理解を深めましょ。

○子どもの力を信じよう！

子どもが自分で考え勇気をもって行動し達成感を味わう、また失敗から学ぶなど、子どもの成長の芽を摘み取らないように見守りましょ。

様々な体験をさせよう

○地域の行事に参加してみよう！

地域の伝統行事や公民館行事などに参加し、地域の大人とふれあうことを通して、豊かな心やふるさとを愛する心が育まれます。



○本は子どもの心を成長させる！

読書は、想像力や考える習慣を身につけ、豊かな感性や知的好奇心を育むことができます。また良い本との出会いは自分の将来を考える上での道標となります。

○自然の中は、学びがたくさん！

自然の中での感動体験や達成感は、心の幅を広げ探求心を育てます。家族で山や海に出かけたり、時には地域の体験活動に子どもだけで参加させましょ。

家庭での生活をふりかえってみましょ。

家庭生活チェックシート

①家族であいさつを交わしていますか？

②学校での出来事を話していますか？

③家族の一員として家庭での役割がありますか？

⑩毎日、家庭学習に取り組んでいますか？

⑪学習の準備はきちんとできていますか？

⑫読書をする習慣が身についていますか？

④学校の決まりを守っていますか？

⑤社会のルールやマナーを守っていますか？

⑥周りのことを考えて行動していますか？

⑬地域の行事に進んで参加していますか？

⑭地域の方々にあいさつしていますか？

⑮いろいろな活動に進んで取り組んでいますか？

⑦早寝早起きをしていますか？

⑧毎日朝食を食べていますか？

⑨ゲームやネットのルールを決めて守っていますか？