

平成11年度 家庭教育子育て支援推進事業

# いわて、子ばんざい

小学校に入学する子どもを持つ親のために



岩手県教育委員会

## もくじ

はじめに

- 1 社会は変わっても
- 2 作っていますか 家族のルール
- 3 ピッカピカの一年生
- 4 ギャングエイジの頃
- 5 早寝早起き これこそ大事
- 6 良い食習慣でしょうぶな体
- 7 大好き おいしい朝ごはん
- 8 モリモリ、ゴックン!! 食べるの大好き
- 9 学校では、どんなことを学ぶの？
- 10 家族そろって「学習モード」
- 11 手足にこそ つけたい力
- 12 失敗は成功のもと
- 13 親子の距離を縮める工夫
- 14 子どもの目の高さを大切に
- 15 つかず離れずの子育てを
- 16 いっぱいほめて やる気アップ
- 17 先生ともっと話してみませんか
- 18 PTA活動から生まれるもの
- 19 「いわてっ子ばんざい」をビデオでもどうぞ
- 20 すこやかダイヤル 電話相談





## はじめに

小学校に入学しようとするこの時期は、親の庇護から離れ、自分の力で活動をはじめめる大切な時期です。この時期の子どもたちの成長にとって、家庭や学校、地域社会で出会うさまざまな体験が人間形成の貴重な糧となります。生活のすべての場が子どもの人間形成の場となるわけです。特に家庭は、家族とのふれあいの中で人間としての基本を学ぶ場として重要です。

しかし、近年、家庭を取り巻く社会状況が著しく変化する中で、家庭の役割も子育てのあり方についても変化が生じてきました。子育てをめぐる情報が錯綜する中で、子育てについて不安を抱いたり、自信を無くしている親も少なくありません。また、子どもに対する親の関心も、まだまだ知的な教育面に偏りがちで、豊かな人間性を育むことがなおざりになっている感もあります。このような状況の中、家庭の役割や子育てについて、子どもを持つ親だけではなく、大人が皆、真剣に考えなければならない時期にきていることは否めない事実です。県教育委員会では子どもを持つ親のために家庭教育子育て支援を推進するために、家庭教育資料の発行、テレビ放送、子育て電話相談をはじめとし、さまざまな事業を展開しております。

この冊子は、家庭教育子育て支援事業の一環として作成したもので、心身の発達状況、食生活、学習、体験活動の重要性等、これから小学校生活を送ろうとする子どもを持つ親として知っておきたい事柄をいろいろな角度から取り上げたものです。子どもの発達を正しく理解して子育てにあたるための資料として、ご活用いただければ幸いです。

おわりに、本冊子の作成にあたり、執筆と編集に御協力いただきました作成委員の皆様にご心からお礼申し上げます。

平成11年12月

岩手県立生涯学習推進センター  
所長 山本 詔夫

# 1

## 社会は変わっても

家の中に子どもはせいぜい一人か二人。祖父母が同居していない家庭も珍しくなくなりました。隣り近所に遊び仲間がいなくなり、大人たちも近所の子どもに関心を寄せなくなりました。人づきあいが少ないと、子どもの社会性も育ちにくいものです。

一年生になったら、まずは作りたいのが友だちです。黙っていても友だちはできません。友だちをいっぱい作るには、友だちとさまざまなかかわりを持っていかなければなりません。その時、最も必要なのが、友だちそれぞれが違う人間だと受け入れる心です。それが社会性なのです。

社会性は小さい時から多くの人々とのつきあいを通して身につきます。今からでも遅くはありません。さあ、玄関のドアを大きく開いて子

どもとともに近所の人たちとの交流を楽しみましょう。これが、社会性を身につける第一歩です。

さて、子どもが外の世界で活動するようになれば、楽しい経験だけを味わうとは限りません。疲れたり、傷ついたりすることもあります。その時、帰る場所は家族の温かいふところ。これは、大人だって、子どもだって同じです。

「あなたがいるから幸せ。」という気持ちを子どもにしっかりと伝えておきましょう。子どもを丸ごと受けとめてやってください。これが親の愛情です。その愛情に支えられて、子どもはまた、外に飛び出すことができるのです。

「親の愛情をしっかりと感じとらせる。社会性を身につけさせる。」、今も昔も変わらぬ家庭の働きです。



ワンポイント  
アドバイス

わが子が、地域の人たちからいっぱい声をかけてもらえるような、人間関係を作り出すのも親の大事な役目です。

# 2

## 作っていますか、 家族のルール

子どもたちは、家庭の中でルールを守ることを通して、人との関係のあり方や社会のルールの大切さを学んでいきます。ルールを守る力が身についていれば、集団の中でもまごつくことはありません。みんなと楽しい学校生活を送ることができます。

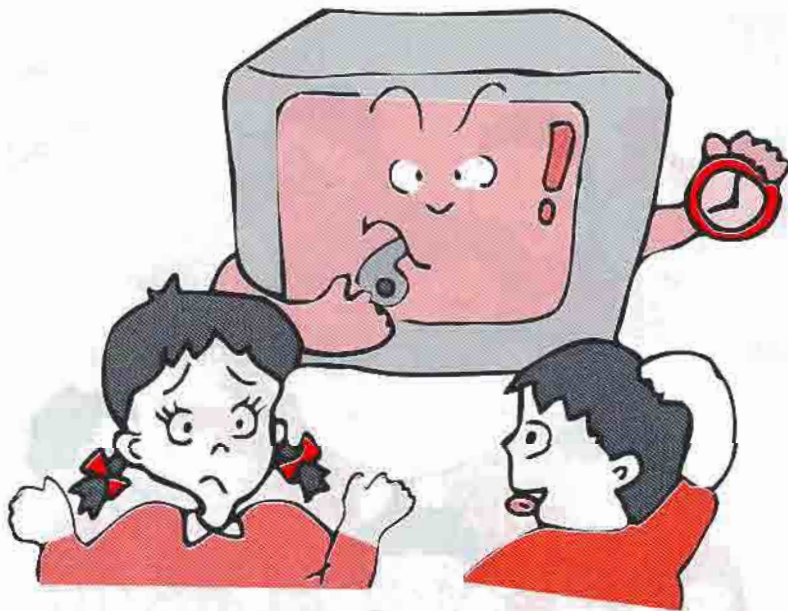
家庭の中には、「挨拶をきちんとする。」とか「起きる時刻や寝る時刻を守る。」などの生活上のルールもあれば、「ほかの人に迷惑をかけるな。」とか「うそをつかない。」などの道徳上のルールもあります。

それでは、それぞれの家庭ではどんなルールを作っていたらよいのでしょうか。ルールづ

くりの前に我が子をどのような人間に育てていきたいかということをお互いに話し合い、子育てのビジョンを持つことが先決です。そうすれば、子どもにこれだけは身につけさせたいと思うことがでてくるはず。それを我が家のルールにしていくのです。

ルールができたなら、お父さんもお母さんもおじいちゃんもおばあちゃんも、家族そろって守ろうとする気持ちが大切です。作りっぱなしでは、意味がありません。

子どもがそのルールをきちんと守ったら、みんなでほめて、励ましてやりましょう。



### ワンポイント アドバイス

ちょっぴりおおげさかなと思うくらいのおほめ方をしてみませんか。小さな子どもたちにとっては、ことばや動作で表現しなければ、なかなか気持ちは伝わらないものです。

## 3

## ピッカピカの一年生

## ～こころの発達～

小学校に入学すると生活の場がずっと広がります。教室や体育館、運動場、そして通学路、すべてが新しい環境です。クラスの友だちや先生、上級生とも出会います。これまで接したことのない環境や人とのふれあいの中で、とまどうことも多くあります。学校のさまざまな規則にだって、はじめて出会います。

もちろん、ほとんどの子どもは自然に新しい環境になじんでいきますが、なじみ方には個人差もあります。その個人差は、性格や体力、家庭環境によっても左右されます。不安感が強かったり、几帳面すぎたり、体力に自信がなく疲れやすい子どもは、学校に慣れるまでの時間がかかる場合が多くあります。時間がかかるのは、

あたりまえ。親としてはあせらないようにすることが大切です。うまくいかないからとあせって、おこっても良い結果は生まれません。どしりと落ち着いて、子どもの様子を観察してください。子どもがうれしいと思っていることをともに喜び、困っているときにはさりげなく支えてやれるような、子どもが安心して戻ることができる場をつくりましょう。心の基地があれば、子どもは外で思う存分、活動できるのです。

一年生は、新しい環境の中で心身ともに疲れています。休養をとらせ、また、次の日、元気に家を飛び出していくことができるよう、家庭では気をくばりたいものです。

ワンポイント  
アドバイス

外で経験したことを何でも話したいのが、この頃の子どもたち。めんどうくさがらずに、しっかりと受けとめてやりましょう。親子関係づくりの第一歩です。

## ～からだの発達～

4月になったら、いよいよ一年生。しかし、体の発達には個人差があります。

背が高い子、低い子、やせている子、太めの子と発育状態ひとつをとってもかなりの違いがあります。また、ちょっと見では男の子か女の子か見分けがつかないこともあります。

体だけでなく、考え方や生活力、運動能力、社会性の発達だって一人ひとり違います。個人差があるのはあたりまえ。子どもたちは、確実に自分のペースで成長しているのです。他の子

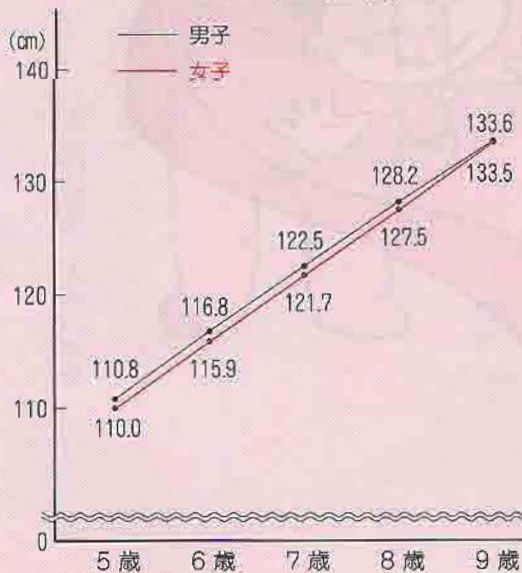
どもと比較してあれやこれやと悩むより、自分の子どもをしっかり見つめて、子育てをすることが大切です。

このころは、おもいっきり体を動かし、遊ぶことが楽しい時期でもあります。どんどん体を動かし、しっかり栄養をとって、十分休み、健康で丈夫な体をつくること。体の発達に個人差はあっても、まずは、何があってもへばらない体力をつけてやりたいものです。

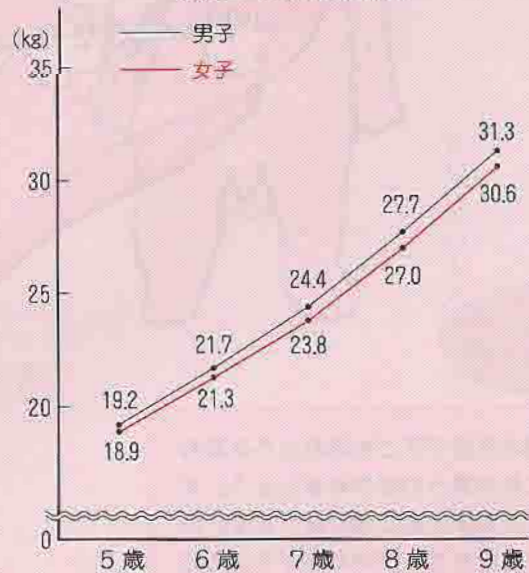


### 発達における平均値

〈身長発育傾向〉



〈体重発育傾向〉



(平成10年度統計結果)

## 4

## ギャングエイジの頃

## ～こころの発達～

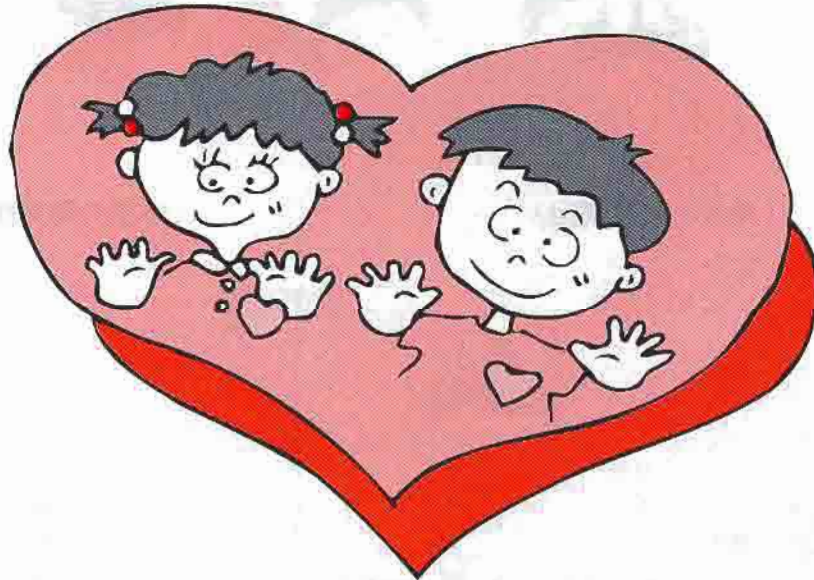
小学校も3・4年生になると友だちとのつきあいが活発になってきます。集団に属して行動することも多くなるので、ギャングエイジと呼ばれたりもします。仲間意識が生まれてくる時期です。

友だちつきあいは、単に数が増えるというだけではなく、年上の子や年下の子、同性と異性など、その対象も広がります。子どもによっては、さまざまな集団に属する場合があります。これは、自分の興味や自分の性格、相手の好き嫌いなどが自分自身にもわかってくるということの現われです。「自我」が芽生えてくる時期なのです。

相手や自分を評価できるようになると、それに従って集団を作っていくとします。ここで

気をつけたいのが、その評価の基準です。この年頃になれば、「勉強ができる、できない。」ということが子どもにもわかってきます。友だちを、ましてや自分を「勉強ができる、できない。」というものさしだけで測ったらいへんです。いろいろなものさしがあるということも教えたいことのひとつです

また、この時期は、それまでの仲間とは違う集団にはいる場合も多くあります。うまく仲間にとけ込めない場合もあるかもしれません。集団に属することを子どもに強制する必要はありませんが、どのようなまとまりをつくっているのか、そして、子どもがどのようにかかわっているのか、アンテナを高くして知っておくことが大事です。

ワンポイント  
アドバイス

親の尺度で子どもの友だちをあれやこれや言うのはやめましょう。どの子にもよいところがあります。いろいろな友だちがいた方が子どもの世界が広がります。



## ～からだの発達～

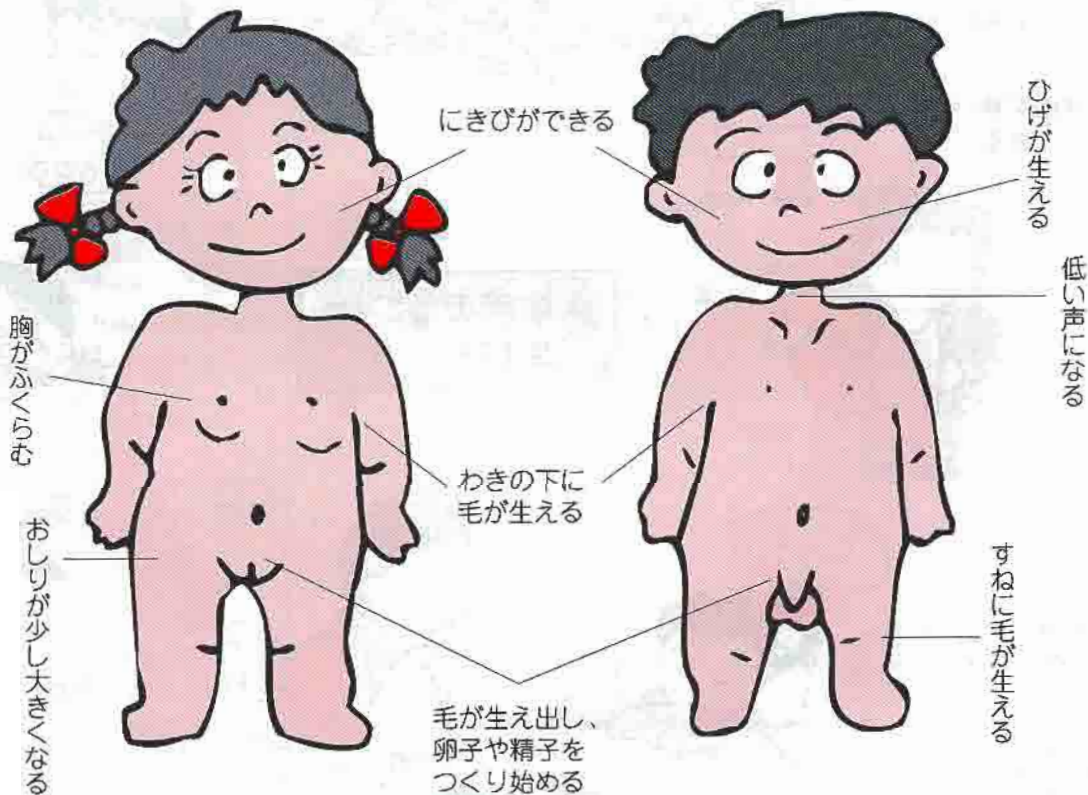
小学校3・4年生の頃になると、体の発達に男女差もでてきます。

身長でみていくと、平均すれば小学校3年生までは男子の方が背が高く、4年生ぐらいで男子も女子もだいたい同じになり、5年生になると女子の方が高くなっていきます。

また、女子は体つきにも変化が現れます。3年生にもなると胸が少しずつふくらんだり、丸みをおびた体になったりする子どももでてきます。初潮がおとすれ、お母さんになるための準備

も始まります。近年、この変化は低年齢化してきています。一方、男子は大人になるための準備が女子より遅れてやってきます。

発育に個人差が見られるようになるのも小学校3・4年生のころです。子ども自身も友だちと比べ、不安に感じるような心の変化もでてきます。体の成長と心の成長にアンバランスを生じがちなこの時期の子どもを温かく見守り、悩みを聞いてやることが大切です。



# 5

## 早寝早起き、これこそ大事

集団生活で、最も必要なのは基本的な生活習慣が身につけていることです。

「食事」「睡眠」「排泄」「衣服の着脱」「手洗い」などの習慣は、どの子どもにとっても大切です。その中でも、早寝早起きを身につけさせることが大事です。早く起きれば朝ごはんもきちんと食べることができます。食べれば、活動するエネルギーも生まれます。つまり、生活のリズムができてくるのです。

ところが、夜ふかしをしたり、親の都合で夜遅くまで子どもを連れ歩いたりすると、朝、すっきり起きることができないので、翌日の生活リズムに乱れが生じます。それが、身体の調子をくずすもとにもなります。

大人に合わせた生活リズムではなく、子どもに合った生活リズムをつくっていくことが大切です。

早起きの習慣がついている。  
(午前6時～6時半ぐらい)

朝ごはんを必ず食べる習慣がついている。

汚れた手を洗い、うがいをする習慣がついている。

一人で洋服を着たり脱いだりできる。

入学前のしつけ  
・習慣チェック

早寝の習慣がついている。  
(午後8時～8時半ぐらい)

顔を洗い、朝食後、歯を磨く習慣がついている。

ワンポイントアドバイス

小学校1・2年生の子どもにとって、十分な睡眠時間は、約10時間といわれています。「子どもが寝る時刻」のめやすを家族で決めてみませんか。

朝、トイレに行き、排便をするようにしている。

# 6

## 良い食習慣で じょうぶな体


















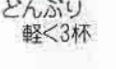






入学と同時に学校を中心とした生活リズムが生まれます。さらに給食によって1日の食生活も学校の影響を受けるようになります。ですから、1日2回の家での食事と給食をトータルして、栄養のバランスを見ていく必要があります。そのためには、学校給食の献立表に目を通すことも大事です。

1日に必要な量の目安は、図に示したとおりですが、各家庭において目安どおりに摂られているかどうかは疑問です。脂肪や塩分、糖分の摂り過ぎ、カルシウムやビタミン不足など、子

どもたちの食生活は乱れがち。それに伴い、生活習慣病の予備群も増えつつあります。その予防という点からも、米飯を中心とした和食は理想的です。

食事量だけではなく、食品の組み合わせについても自分で考えられるよう、働きかけをする必要があります。「食は育つものである。」と同時に「育てるもの」でもあります。何のことはありません。食事の手伝いをさせながら、子どもに語りかけをしてやればよいのです。

### 1日に摂りたい量の目安(低学年)

たん白質を多く含むもの	カルシウムを多く含むもの	ビタミンA・C・繊維を多く含むもの	ビタミンC・繊維を多く含むもの	糖質を多く含むもの	脂肪を多く含むもの
<b>肉類</b> 40g  とりさきみ小1本  <b>卵類</b> 40g  Sサイズ1ケ  <b>魚介類</b> 40g  切身1/2切  <b>豆類</b> 50g 	<b>乳類</b> 200g  MILK 牛乳1本 または  無糖ヨーグルト140cc または  ベーチーズ1ケ のどれか…  <b>小魚類</b> 5g  しらす干し や桜えび  <b>海藻類</b> 5g 	<b>色のこい野菜</b> よりどりみどりで100g   にんじん小1ケ   ほうれん草の葉1枚   ピーマン1ケ	<b>色のうすい野菜</b> よりどりみどりで200g   たまねぎ小1ケ   きゃべつ葉1枚   きゅうり1本  <b>果物</b> 150g  りんご中1/2ケ	<b>穀類</b> ごはんなら600g   どんぶり軽く3杯  <b>芋類</b> 50g  じゃがいも1/2ケ  <b>砂糖</b> 5g  小さじ1  <b>その他豆類</b> 5g   <b>調味嗜好品</b> 50g ソースやしょうゆ、ケチャップ etc 	<b>油脂類</b> 15g   <b>種実類</b> 3g ごま小さじ1 

※あくまでも目安です。小さい子・大きい子・動く子・静かな子、それぞれ若干違います。

(厚生省 第5次改定 日本人の栄養所要量 区分別食品構成表 区分3より)

### ワンポイントアドバイス

「ごはんの量を少なくして、その分だけおかずやおやつにまわそうか。」と考える人もいるかもしれませんが、バランスが大切です。おかずやおやつを食べ過ぎには注意しましょう。

# 7

## 大好き、 おいしい朝ごはん

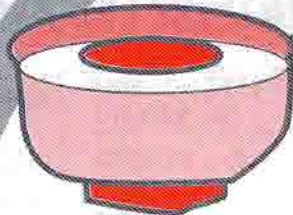
最近、朝ごはんをとらずに登校する子どもが増えてきています。朝寝坊をして食べる時間や食欲がないといった子ども。朝ごはんを食べさせるよりも寝かせておいた方がよいという親。朝ごはん抜きはあたりまえという習慣。朝食抜きの理由はさまざまです。

何はともあれ、朝は一日の始まり。朝食抜き

では、イライラするだけでなく、集中力や理解力も低下します。また、栄養素の不足により、体の成長や健康面にも影響を及ぼします。パワー全開の学校生活と健康な体づくりのためにもバランスのとれた朝食は大事です。

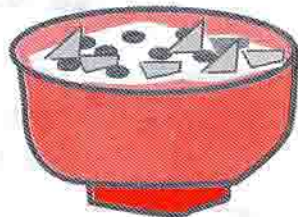
前の日に「洗う、切る、下茹でする」などの工夫をすれば、朝食の準備が楽になります。

### お手軽朝食メニュー



#### 野菜たっぷり卵雑炊

残りごはん  
野菜をたっぷり…  
コンソメで味を整え  
卵をポーン!!

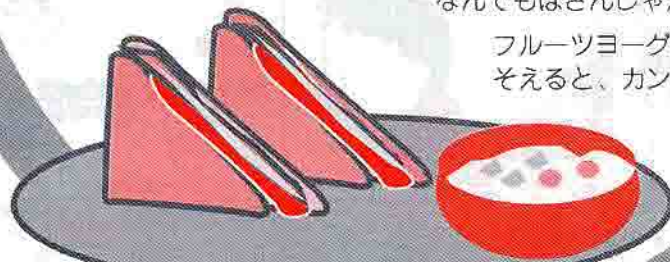


#### 納豆丼

あっつあつのごはんに  
納豆ときざんだほうれん草、  
チーズ、しらす干をトッピング

#### サンドウィッチ

ハム、ベーコン、ゆで卵  
なんでもはさんじゃえ  
フルーツヨーグルト和えも  
そえると、カンペキ!



ワンポイント  
アドバイス

子どもには、早寝早起きの習慣をつけましょう。ゆとりをもって、朝の食卓に向かわせれば、食も進みます。

# 8

## モリモリ、ゴックン!! 食べるの大好き

給食の時間は、子どもにとっては大きな楽しみ！でも、入学して間もない頃は、限られた時間内で食べることがたいへんだと感じる子どももいるでしょう。食べ物に好き嫌いがあれば、なおさらのこと。給食がいやで学校にも行きたくないなんていわれたら、さあ、たいへん。

給食でつまづかないためにも、それぞれの家庭で、食事についてもう一度見直してみませんか。

### ポイント1

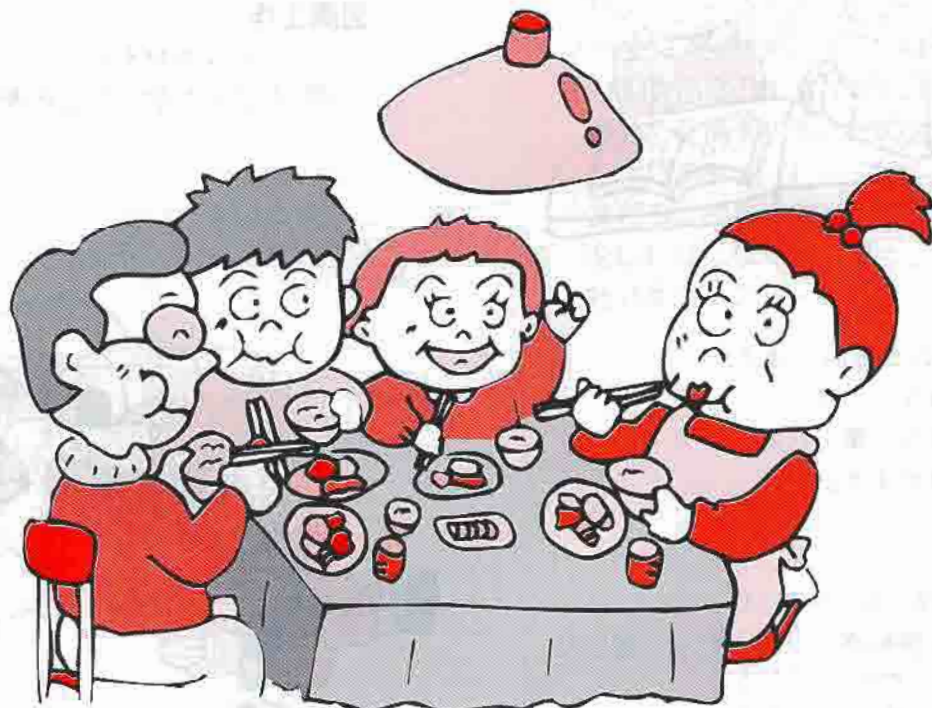
「早く食べなさい、残さないで」と言う前に、食べられる量だけを盛り付けてみませんか。ペロッと食べたらほめるのが一番。嫌いなものだって、ちよっぴりでもはしをつけたらおおげさにほめてやりましょう。  
だんだんに量はふやせばいいのですから。

### ポイント2

食事の場面だけではなく、買い物、調理、盛り付け、後かたづけもいっしょにやってみませんか。料理するにも手がかかることがわかれば、感謝の気持ちもわくでしょう。調理だってできるようになります。食品のバランスも意識するようになれば、しめたもの。

### ポイント3

親の好みで偏った食生活をしていませんか。食べたことがないものが給食に登場したら、口にに入れるまで、相当の勇気が必要です。家庭の食卓でさまざまな食品にであってれば、給食時の心の負担は軽くなるでしょう。



# 9

## 学校では、どんなことを学ぶの？

「今日は、どんな勉強をするの？」「先生、早く勉強しようよ。」一年生の子どもたちは勉強するということに対して大きな期待感を持ち、やる気まんまんで登校してきます。

子どもたちにとって、学校で勉強するということは、幼稚園児や保育園児ではない、まさに「小学生なんだ。」というあかしでもあるので

す。「わかった。」「おもしろいね。」「もっとやりたいな。」などとすぐに反応を示しながら楽しく勉強しているのが一年生の子どもたちです。

学校では、さまざまな学習や活動を通して、自ら学び、考える力を育成し、子どもたちの豊かな人格を形成していきます。

### 小学校1年生の主な学習内容

#### 国語

- ・ ひらがなやカタカナ、漢字（80字）を正しく読んだり、書いたりします。
- ・ できごとの順序をおさえて文に表します。
- ・ 登場人物の気持ちを考えながら文章を読んだり、聞いたことを話したりします。



#### 体育

- ・ 集団での行動を身につけます。
- ・ 鉄棒やマット、とび箱を使った運動、かけっこ、なわやボールを使った遊び、水遊びなどをします。

#### 図画工作

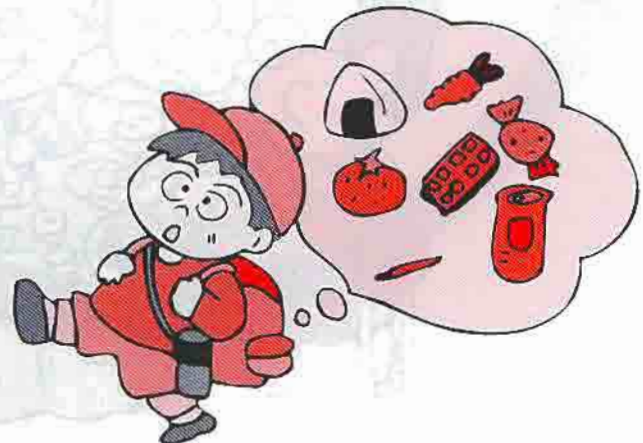
- ・ いろいろな素材を使って工作をします。
- ・ 感じたことや思ったことを絵に表します。

#### 算数

- ・ 100までの数を理解します。
- ・ 加減の計算をします。
- ・ 大きさ、長さ、量の比較をします。
- ・ かたちを覚えます。

#### 音楽

- ・ いろいろな曲を楽しく歌ったり、聴いたりします。
- ・ 鍵盤ハーモニカやリズム楽器を使って、演奏します。



## 生活

- ・具体的な活動や体験を通して、自然や社会と自分とのかかわりを知り、自立の基礎を養います。
- ・学校探検や草花遊び、家族の役割、季節ごとの暮らしなどについて学びます。

## 特別活動

- ・集団の一員としての自覚を高めるための活動をします。学級のためになる仕事を分担するのもその一つです。



## 道徳

- ・人間としてのあり方や生き方の基礎となる価値観について学びます。良いことと悪いことを区別したり、うそをつかないとか、気持ち良いことばづかいをすることもその一つです。

## 学校生活を通して

- ・掃除や給食の配膳などを通して、力をあわせて仕事をする大切さや楽しさを学びます。
- ・友だちと仲良く遊んだり、時にはけんかをしたりしながら、望ましい人間関係や社会生活上のルールを身につけます。



## ワンポイントアドバイス

すべての学習の基礎は、「話を最後までしっかり聞くこと」です。  
お父さんもお母さんも子どもの話にきちんと耳を傾けていますか。まずは、親から手本を示しましょう。

## 10

# 家族そろって 「学習モード」

一年生の一学期は、あっという間に過ぎていきます。夏休みの前には通知表がきます。保育園や幼稚園との違いです。子どもはいたって平気なのに、親はドキドキ。さあ、ここが大事です。ずばり、はじめての通知表はほめましょう。「お母さんの一年生のときより、ずうっといいね。お父さんに似たのかな？」（お父さんは、お母さんに似たなといえはいいでしょう。）これができたら、通知表との出会いはほぼ完璧です。

親とすれば、入学する前にどの程度読み書きや計算ができればいいのか気になりますね。「お母さん、“れ”という字が書けるようになったんだよ。」と6月になってランドセルを鳴らして上機嫌で帰宅した子がいました。他の子どもと比較して、決して早く覚えたわけではあ

りませんが、書けるようになったという満足感で心はいっぱいです。そこで、ほめれば、子どもの心は「学習モード」に突入です。スタートが早いのも遅いのも個性です。あせて叱って、勉強嫌いにさせたら逆効果。おくての子は、後で伸びる楽しみがあるのです。ゆっくり待ってやりましょう。

ただし、知的好奇心を育む雰囲気や家庭の中に作っていくことが大切です。たまには、テレビを消して、新聞や本をじっくり読んでみませんか。そんな姿を子どもに見せましょう。また、仕入れた情報をもとに子どもときちんとした日本語で語り合しましょう。これで家庭の中も、「学習モード」に変わります。「勉強したの？」「さっさと勉強なさい。」と口うるさく言うより、ずっと効果的です。



## ワンポイント アドバイス

一年生の授業では、じっと机に向かって一人で作業する時間はそんなに多くはありません。家庭でも机にしばらくつけるようなことはさせないで、親子で交互に声を出して本を読むとか、しりとりをしながら字を書くとか、ゲーム感覚で勉強するのもいいですね。



# 11

## 手足にこそ つけたい力

「先生は学力だけで生徒を測る。」とマスコミは、よく言います。しかし、受験期に向けて、偏差値や得点に一喜一憂するのは、マスコミより親の方ではないでしょうか。

現在、日本の学校は欧米先進国に比べると、生活体験を広げるための学習にかなり力を入れています。家庭や社会を支える大人になるために、そして、応用力のある人間になるために生活体験が大事であると考えているからです。

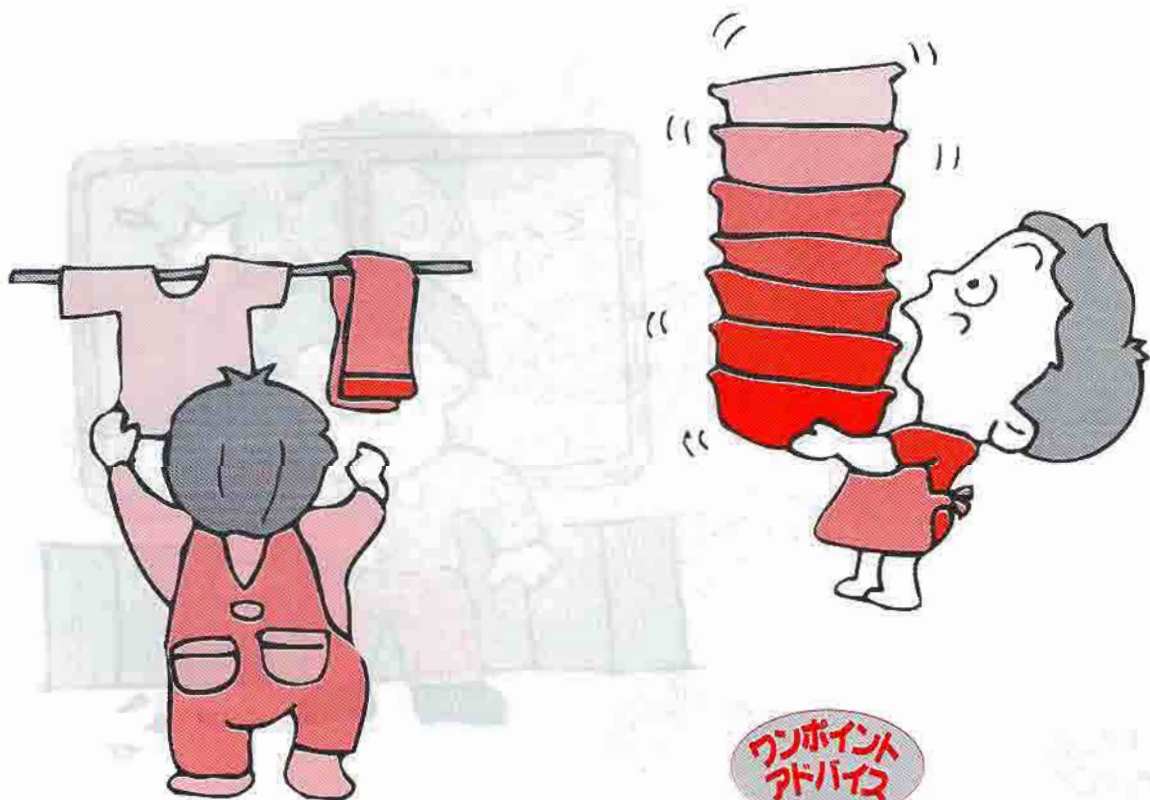
生活習慣と基礎的な生活技術がしっかりと身につくについていけば、勉強だってこなせます。

「ぞうきんがしぼれますか。」「じゃがいもの皮がむけますか。」さあ、今日から家の中の仕事を少しずつさせていきましょう。子どもは親といっしょに仕事をするのはうれしいもので

す。ほめられれば、ますますやる気がおきます。親だって、子どもがやる気を見せればうれしいものです。（仕上がりは、親がやった方が立派だとは思いますが、そこは、がまん、がまん。）

手仕事を通しておぼえた勘の良さは、何よりの財産です。どんな手順で仕事をこなしていけばいいのかもわかります。この力は学習面でも発揮されます。

こうして育った子どもは、将来どんな職業につこうとも、生活面での心配は、何もいりません。働く意欲があって、自分の身の回りのことができる大人にすること、これが家庭で行う教育の究極の目標です。



### ワンポイント アドバイス

子どもが大人になったときまで、めんどうをみてやることができないことを、肝に銘じて子育てにあたりましょう。

# 12

## 失敗は成功のもと

ロビンソン・クルーソーを知っていますか？彼は、無人島に流れ着き、失敗を繰り返しながら、勇気と知恵を働かせ、一人で生きぬいていった人物です。文明の利器も、相談相手もない状態の中で、自分を信じ、最後まであきらめなかったロビンソン。人間は、もともとロビンソンのような生きるためのチャレンジ精神を持って生まれてきているのです。しかし、現代の大人や子どもを見るとその精神が薄れてきているような気がします。

昔から、「失敗は成功のもと」と言われてきました。困ったときに、「ああでもない、こうでもない。」と考え、失敗をくり返しながら、解決方法を探ってきたのです。ところが、この

ごろ、「ああしなさい、こうしなさい。」と指示する親が増えてきました。指示どおりにすれば、失敗も少なく、効率よく結果が出せます。でも、親の考えだけにしがっていたのでは自分で物事を考えなくなってしまいます。「考えない子ども」にしているのは大人です。子どもたちの中に「指示待ち人間」が増えてきているのはそのためではないでしょうか。

子どもたちに何かをさせたいときには、指示を出す前に時間を与えましょう。心の中で、「ワン・ツー・スリー」と唱え、待ちの姿勢をとりましょう。その間にきっと子どもたちは自分の力で考えるはずですよ。



### ワンポイント アドバイス

うまくいなくても、けっこう。失敗したときにせめたりしないで、ちょっぴり知恵をかしてやる。主役はあくまでも子どもです。

## 13

親子の距離を  
縮める工夫

「親子の会話がありますか？」との小学生への問いに3割の子どもが「ない。」と答え、残りの子どもが「話しはしても、ふたこと、みこと。」と回答したそうです。親子の中での会話不足の様子がうかがえます。

だから、親子で共通の体験をし、共通の話題を持ち、共通の世界を築き、ふれあう喜びを分かち合うことが大切です。小さいうちがチャンスです。

とはいっても、何も特別なことをする必要はありません。「子どもは、風の子、太陽の子」というたとえのように、子どもは外遊びが好きです。まずは、外での活動、自然の中での体験を親子で行うことをおすすめします。

家の周りで凶鑑を片手に草花の名前あてをしてみたり、採った花を押し花にしてみたり、近くの川で雑魚取りをしてみたり、きれいな石集めをしてみてもおもしろいですね。庭で火起こしをして、ごはんを炊いたり、いもを焼いたり、野原で虫をつかまえることだって、楽しい体験です。岩手には、身近なところに自然がいっぱいあります。お金をかけなくても、知恵をすれば何でもできます。子どもにとっては、すべてがおもしろく感じるでしょう。

親子で過ごした楽しいひとときは、わすれがたい記憶として心に残ります。家から飛び出して、家族でさまざまな体験にチャレンジしてみませんか。



ワンポイント  
アドバイス

ガキ大将だったころの知恵を子どもたちに伝授してみませんか。ささいなことだと父親が思っている、子どもにとっては目新しいと感じるものもあるものです。子どもに尊敬のまなざしで見つめられたら最高ですね。

## 14

子どもの目の  
高さを大切に

6歳ごろの子どもたちの目の高さは、ほぼ90センチ。子どもたちは、この高さで一所懸命、物事を見つめ、とらえ、挑戦しながら、体も心もどんどん成長していきます。

はじめに「行動ありき」です。やってみて、わかるのです。子ども同士で活動する中から得ることは、想像以上に多くあります。

ところが、少子化時代を反映してが、今の子どもたちには遊び友だちも不足しがちです。で

すから、大人は意図して子ども同士のふれあいの場を広げていかなければなりません。子どもはそのふれあいの中からさまざまなことを学びます。耐えることも協調することも学びます。これらは、親の過度な保護と干渉の下ではなかなか育たないものです。本当に危険なこと以外は口も手も出さず、陰からそっと見守っていきたいものです。トラブルを恐れず、子どもをどんだん外へ出し、仲間づくりをさせましょう。

ワンポイント  
アドバイス

子どもの頃からいろいろな人々と出会い、ふれあい、ぶつかったり、わかりあったりしながら人間関係のあり方を身につけていかなければなりません。いわゆる「人浴び」が大切になってきます。

## 15

つかず離れずの  
子育てを

親に似ない子どもなんて、ひとりもいません。時代がどんなに変化しても、子どもは身近にいる親を、知らず知らずのうちにお手本にして育ちます。

しかし、いくらお手本だといっても、いつまでも赤ちゃん時代のように四六時中いっしょでは困ります。子どもの成長とともに一定の距離を保っていかなければなりません。

小学校に入学しようとするこの時期には、「つかず離れず」の関係が大切です。干渉しすぎは子どもの自立を弱めますし、逆に放任すれば、人間として身につけるべき常識までをないがしろにしてしまうおそれさえあります。つか

ず離れずのバランスが求められます。

子どもは行動が先行し、そしてよく失敗もします。しかし、失敗は貴重な経験で、次の成功へと結びつきます。親としては、手をあまり出さずに、子どもがどんな反応をするのかじっくりと見守りたいものです。困っているときに救いの手が差し伸べられるような状態になっていればよいのです。ここでも「つかず離れず」が大事です。

「つかず離れず」のあんばいは、それぞれの家庭によっても、また、子どもの発達に応じても異なります。我が家流の距離の置き方を大人たちが意識して子育てにあたる必要があります。



ワンポイント  
アドバイス

親に心のゆとりがなければ、つい口や手を出し、子どものやる気の芽をつぶしてしまうことがあります。「待ちの心」をもちたいものです。

## 16

## いっぱいほめて、やる気アップ

小学校入学前の子どもたちは、善悪の判断は一応できてはいます。しかし、考えるよりも行動する方が先で、それが、結果としていたずらとみなされ、注意されたり、叱られたりということがひんぱんに起こります。「結果、オーライ。」ということもありますが、むしろ、その逆の方が多いといえます。

でも、そんな時に頭ごなしに怒ってしまったらどうでしょう。せっかく、良いことをしようと思っているのに、うまくいかない場合だってあります。一方的に怒られるだけでは、やる気をなくします。子どもにだって感情があります。

子どもの言いぶんをしっかり聞いてやってく

ださい。良いところをみつけたらいっぱいほめてやってください。どんなささやかなことでも、タイミングよくほめましょう。ほめられればやる気につながり、やがて前向きに行動する子どもに育ちます。

ほめるときには、ことばだけでなく、笑いかけたり、抱きしめたりといったスキンシップも効果的です。「おかあさんうれしい。」といった気持ちを子どもに伝えたいものです。

「七つほめて、三つ叱れ。」この位がちょうどいいかなと思いながら、子どもに接してみませんか。

ワンポイント  
アドバイス

わが子の短所だけに目を向けなくて、長所を探してみませんか。長所を見つけたら、それをどんどん伸ばしましょう。良いところを一つ伸ばせば、他にも良い影響を与えます。プラス思考でいきましょう。

## 17

先生ともっと  
話してみませんか

一日のうちで何時間、学校にいるか考えてみたことがありますか。

朝8時から午後3時までを学校で過ごすとしたら、1日の3分の1は学校にいることになります。起きている時間の半分を学校で過ごしているのです。その学校での子どもの様子を家族の皆さんは、ご存知ですか。

学校での子どもの姿は、家の中とはかなり異なる場合もあります。

子どもは、家庭内での家族の人間的なふれあいの中で、育てられるものではありませんが、友達や先生方とのかかわりの中でも大きく成長します。ですから、家庭から見た子どもの様子と、学校の中での子どもの様子を互いに知っておく

ことは、親にとっても教師にとっても大切です。

学級懇談会の中では沈黙状態だけれども、帰る間際の下駄箱のところで、ああでもない、こうでもないという情報交換をしているお母さん方がよくいます。なかなか、いい雰囲気でも話したり、子育ての本質にせまる討論をしたりしていることもあります。その話の輪の中に先生にも参加してもらったらいかがでしょう。

「先生がいると、話しにくい。」とか「子どもの短所を話せば、評価に影響するのではないか。」などと考えてしまうのかもしれませんが、でも、そんな心配はいりません。「子どもたちを健やかに育てていこう。」という目的は、親も教師もいっしょです。

ワンポイント  
アドバイス

先生との話し合いの場は、家庭訪問や学級懇談会の場だけではありません。ちょっと気になることがあったら、どんどん先生に声をかけてください。先生の気心が知れるほど語り合うことができればしめたもの。

# 18

## P T A 活動から 生まれるもの

子どもの健やかな成長を願って、学校・家庭・地域社会のより積極的な連携が、今、求められています。P T Aは、まさに学校・家庭・地域社会の三者の接点に位置し、三者連携の核として働くことのできる組織です。

「P T A」ということばは誰でも聞いた事があるでしょう。それでは、P T Aとはいったいどんな団体なのでしょう。P T Aは、「父母 (Parent) と教師 (Teacher) とでつくられた会 (Association)」の略称です。

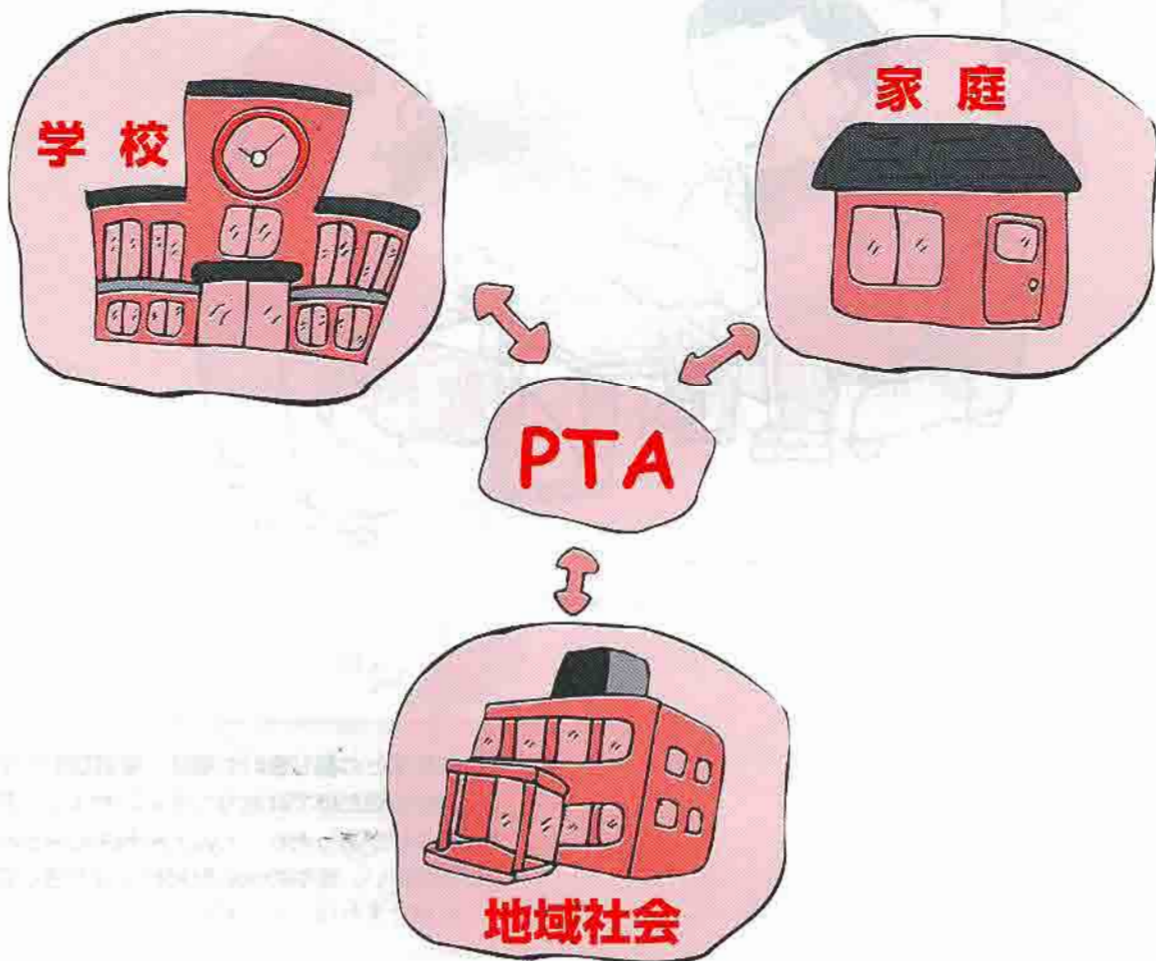
P T Aは、子どもの健全な成長を図ることを目的とし、またその活動を通して自己を高めていく団体です。いうなれば、子どものためになる活動をしなが、親としてさまざまな経験を積んでいく場です。そう考えれば、「役員になるのがめんどうだ。」とか、「P T A行事をこ

なすのがたいへん。」などとは、いってられないはずす。

活動を通して、親同士が知り合えば、他の家の子どもたちの様子もわかります。貴重な情報源ができるのです。子ども同士に何か変わったことが起きれば、情報網を通じてすぐに変化をキャッチできますし、対処することもできます。

また、親同士、地域や職種、年代をこえた新しい出会いも生まれます。「子どものため」という目的のもと、新しい広がりができることは、大人にとっても大きな収穫です。

年に1回か2回のP T A行事にたのまれ仕事で参加するのではなく、親同士の交流を楽しむためにP T A活動に参加してみませんか。親が手を取り合えば、子どもの世界も変わります。





# 19

## 「いわてっ子ばんざい」を ビデオでもどうぞ

岩手県教育委員会では、健やかな子どもの成長を願い、小中学生を持つ親を対象とした家庭教育番組「いわてっ子ばんざい」を作成し、放送をしています。小中学生編では、様々な場所で生き生き活動している子ども達の姿や、子育てについてのアドバイスを中心に構成しています。

県立生涯学習推進センターでは、放映したものをビデオに収録し、いつでもご覧いただけるよう、保存しております。平成9・10年度版のビデオは、各小・中学校、各市町村教育委員会に配付しています。また、平成11年度版については、平成12年4月末までに各市町村教育委員会に配付する予定です。どうぞ、ご覧ください。

平成9年度 「いわてっ子ばんざい(小中学生編)」収録内容
1 おじいちゃん、おばあちゃんは知恵袋
2 大地のぬくもり、家族で感じて
3 僕たちが受け継ぐ地域の文化
4 限界に挑戦！24時間ぶつつげレク
5 僕たち、ジュニアボランティア探検隊
6 話していますか、子ども達と

平成10年度 「いわてっ子ばんざい(小中学生編)」収録内容
1 朝食抜きではパワーダウン
2 ぼくたち、海の子、冒険団
3 とともに創り出す喜びを感じて
4 職場で体験 社会のきびしさ
5 親になった気分、味わえたかな？
6 見つめていますか、子どもたちを

平成11年度「いわてっ子ばんざい(小中学生編)」収録内容			
1 体を動かさない子どもたち	7 家族でチャレンジ アウトアクッキング	13 僕らが守る ホタルの光	19 集まれ野田っ子、砂まつり
2 生活習慣病に要注意！	8 北のあったか家族、大集合！	14 地域の知恵を 僕らの力に	20 心をひとつに マーチング
3 突然たおれる子どもたち	9 僕たちをホントの孫だと思ってネ	15 空き教室が 学びの場	21 寺子屋 寺子は地域の子
4 お夜食には要注意！	10 兄弟いっぱい 楽しさいっぱい	16 地域に温もり 小さなボランティア	22 引き継いでいこう ふるさとの魂
5 岩手に伝わる おばあちゃんの味皿	11 地域の中で 子育てを	17 そばっこうちは、地域の文化	23 鼓動に踊る 僕らの心
6 夢はいつか かなうもの	12 我が家の “禁電日”	18 伝えていきたい 我が家の行事	24 銀河鉄道で ふるさと発見

(11年度版については内容変更もあります)



**いわてっ子ばんざい 放映中**

毎週日曜日 (10/10～3/26)

午後5:00～5:15

TV岩手

# 20

# すこやかダイヤル 電話相談

子育てについて、悩んでいる方はいませんか？

子育てに関する情報のどれを信じたらよいか、迷っている方はいませんか？

子どもを取り巻く家族のあり方で悩んでいる方はいませんか？

子どもと学校との関係で悩んでいる方はいませんか？

子どもの交遊関係で悩んでいる方はいませんか？

子どもの勉強のことで困っている方はいませんか？

相談相手もなく、落ちこんでいる方はいませんか？

そんな時、『すこやかダイヤル』に電話してみませんか。

子育てのことなら、何でもOKの電話相談です。専門の相談員が話し相手となり、悩みをいっしょに考えていきます。もちろん、匿名でもかまいません。話したことについての秘密も守ります。どうぞ、お気軽にご相談ください。

## 子育て相談すこやかダイヤル

受付時間	曜日	電話番号	対応
10:00~17:00	月~金曜日	0198-27-2134	相談員
17:00~24:00	月~金曜日	019-643-5500	相談員
24:00~10:00	月~金曜日	019-643-5500	留守番電話 F A X

## 家庭教育カウンセラー

岩手県教育委員会では、精神科医や臨床心理士からなる家庭教育カウンセラーによる相談も実施しています。すこやかダイヤルとともに御利用ください。

詳細については、下記におたずねください。

岩手県教育委員会社会教育課

(☎ 019-651-3111 内線4292)

岩手県立生涯学習推進センター

(☎ 0198-27-4555)



## 平成11年度家庭教育子育て支援推進事業「企画推進委員会」委員

氏 名	所 属 等
及 川 三 治	盛岡市立下橋中学校長
小 原 カ ル	すこやかダイヤル電話相談員
工 藤 哲	岩手日報社学芸部記者
◎後 藤 成 志	石鳥谷町人権擁護委員
笹 原 裕 子	岩手大学教育学部附属幼稚園副園長
須 田 寿 美	コラムニスト
駿 河 由 紀 子	紫波町立佐比内小学校長
高 橋 カ ヨ	社会福祉法人叶福社会柳青保育園長
前 多 治 雄	岩手県立中央病院小児科長
松 村 誠 一	岩手県教育委員会事務局指導主事
三 浦 陽 子	岩手県PTA連合会母親委員会委員長
宮 本 中 子	岩手県警察本部生活安全部少年課少年サポートセンター副所長

(◎ 委員長)

(五十音順)

## 平成11年度家庭教育子育て支援推進事業「家庭教育資料作成委員会」委員

氏 名	所 属 等	分 野
青 木 慎 一 郎	岩手県立大学社会福祉学部助教授	心 理 学
伊 藤 礼 子	花巻市立太田小学校養護教諭	保 健
◎遠 藤 謙 吉	花巻教育事務所生涯学習推進員	家 庭 教 育
小 原 栄 子	岩手県立県南青少年の家指導員	青 少 年 教 育
佐 藤 な な え	岩手県花巻保健所栄養士	栄 養 学
須 田 寿 美	コラムニスト	家 庭 教 育
藤 井 教 子	花巻市立湯本小学校教諭	学 校 教 育

(◎ 委員長)

(五十音順)

平成11年度家庭教育子育て支援推進事業

### いわてっ子ばんざい

(小学校に入学する子どもを持つ親のために)

発行日 平成11年12月1日

編 集 岩手県立生涯学習推進センター

花巻市北湯口第2地割82番地13

TEL 0198-27-4555

印 刷 株式会社 サイカツ 印刷事業部



子育て相談電話

## すこやかダイヤル

0198-27-2134 (10:00~17:00)

019-643-5500 (17:00~24:00)

発行：岩手県立生涯学習推進センター