

# ＊家庭教育ガイド＊子育てアドバイス

鹿屋市教育委員会

「家庭教育」は、子どもが基本的な生活習慣、思いやりや善悪の判断、人に対する信頼感、自立心や自制心、豊かな情操、社会的なマナーを身につけていく重要な役割を担っています。

子どもが家庭で身につけたことは、生涯、ずっと生き続けます。



家庭教育で  
大事なことは？

コミュニケーションを  
たっぷりとり、親子の絆を  
しっかり深めましょう！

【ひと昔前は】子どもは大家族の中で育ち地域の大人たちとも関わりも多かった コミュニケーション ↑

【現在は】核家族で、子どもも親も忙しく家庭でゆっくり過ごす時間が減っている コミュニケーション ↓

→親と子どものコミュニケーションが希薄になり、家庭の中で安心感が得られない子どもが増えています。

※子どもが親からの「しつけ」を受け入れるためには、信頼感がないと成り立ちません。

## ☆信頼感を深める(親子の絆を深める)コミュニケーション方法☆

- ★親子で同じ経験を共有する。
- ★子どもにとって、自分だけ見つめてもらえる時間をつくる。
- ★お互いのよさを認め合えるような場をつくる。



## ポイント!

- 子どもの不安をしっかりと受け止めましょう。
- 家庭の中で、自分のありのままを受け止められ自分らしくいられることが、学校での仲間関係を構築していく力となります。
- 家族から大事にされているという愛され感をもつと、やる気、エネルギーの源となります。

自己肯定感も高まり、何事にも自信をもって取り組めます！



# 家庭で次の運動に取り組みましょう！！

## 早寝・早起き・朝ごはん国民運動



朝食を取っている児童・生徒は学力が高いということが明らかになっていますが、菓子パンだけを食べさせて学校に行かせていませんか？

パンやご飯だけではなく、パンにバターをぬったりチーズをのせると8点ほど学力が上がり、さらに卵、豆腐、野菜、海藻を加えると6点上がるという結果がでています。

栄養バランスの摂れた朝ごはんをめざしましょう！

- ①主食・副菜・主菜・乳製品を食べた子どもが、学力平均点が最も高い
- ②主菜・乳製品の子どものが、真ん中くらい
- ③主食だけの子どもと欠食の子どものがほとんど差はなく、最も低い

## かのや宅習 1・2・3 運動



学校で学んだことを定着させるためには、家庭学習は欠かせません。家庭での学習習慣を身に付けるために、学年に応じた家庭学習の時間の確保や家庭読書に取り組みましょう。

- 1 … 小学生が家庭で学習してほしい時間です。
- 2 … 中学生が家庭で学習してほしい時間です。
- 3 … 小・中学生が自宅で読書にあててほしい時間です（30分）

# さらに、次の日の充実に努めましょう！



## 青少年育成の日（毎月第3土曜日）

家庭・学校・地域社会が一体となって、青少年の育成活動や非行防止活動を盛り上げましょう。

- 地域住民が参加する行事に積極的に参加しましょう。
- 自然体験や世代間交流など、様々な体験をさせましょう。
- 地域行事や子ども会活動の中で、子どもに役割を与えましょう。

★ 「鹿屋っ子タイムズ」～子どものための体験活動・ボランティア活動情報誌～を年3回発行していますので、ご活用ください。

★ 中学生・高校生は、「鹿屋っ子クラブ」に入って、いろいろなボランティア活動に参加できます。（鹿屋市成人式・文化祭、わくわくアドベンチャーなど）

## 家庭の日（毎月第3日曜日）

「家庭の日」を中心に、家族団らんの機会をつくるよう心がけましょう。

- 親子のふれあい、語り合いを大切にしましょう。
- お手伝いを決め、責任をもってさせましょう。
- 家族で、地域行事やボランティアに参加しましょう。

★ 少年団や部活などの活動はひかえましょう。

★ 家族の絆を深める日にしましょう。

# 家庭が、学校が、地域社会が、「いじめの問題」で問われています！

『家庭』でも いじめ問題の解決につながる取組をしましょう！

## ● 人として絶対に許されないことと教えましょう！

- ・ 善悪の判断や正義感、他人への思いやりや弱い者を助ける勇気などを子どもに身に付けさせるための第一の責任は、家庭にあります。

## ● 家庭を心安らげる居場所にしましょう！

- ・ 子どもを温かく見守り、十分に目を配りましょう。
- ・ 家庭の深い愛情や精神的な支え、信頼に基づく厳しさ、親子の会話等が、いじめの問題の解決につながります。
- ・ 親子のふれあい、家族におけるコミュニケーションは大切です。

## ● 学校と地域社会と連携を図りましょう！

- ・ いじめの問題は、学校のみで解決することに固執せず、家庭と学校と地域社会が一体となって、いじめの解決に取り組みましょう。

# 子どもの問題に関する悩みは、ひとりで悩まないで遠慮なく相談しましょう！！

## ✿ 鹿屋市教育相談室 ✿

電話相談 0120-555-655 (無料)   
0994-44-8799

FAX相談 0994-44-8799

手紙相談 連絡先を書いてください。こちらから連絡します。

来所相談 鹿屋市中央公民館内 鹿屋市北田町11103番地

\* 受付時間は平日の8:30~16:30です(祝祭日・年末年始除く)