『kanOYA』家庭教育応援ナビ おやなび

No.５
R8年10月

鹿屋市教育委員会　生涯学習課
鹿屋市共栄町20-1　☎0994-31-1138



毎月第３日曜日は「家庭の日」として定められています。
家族団らんの機会をつくりましょう。

◆「家庭の日」に家族で取り組もう

・家族そろって食事する　・みんなで会話を楽しむ
・自然体験をする　・地域行事に参加する

毎月第３日曜日は
『家庭の日』
今日は家族で心の充電！

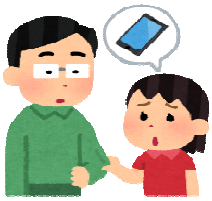
長かった夏の暑さがようやく落ち着き、さわやかな秋晴れが広がる過ごしやすい季節になりました。子どもたちも学習や行事に落ち着いて取り組める実りの時期です。心も体もひと回り大きく成長していく子どもたちを温かく見守っていきましょう。

「そろそろ我が家もスマホデビュー？　持たせる前に親子で考えたいこと」

本当に今、必要？　「中学生だから」「周りが持っているから」と安易な理由で子どもにスマホを持たせようとしていませんか？　慌てて買い与える前に、まずは我が子の様子や目的を振り返ってみましょう。

スタート お子さんにスマホを持たせていますか

- いいえ → 塾や留守番など、緊急の連絡が必要な場面が増えた
  - いいえ → 子ども自身が「スマホが欲しい」と強く言っている
    - いいえ → まだ必要性が低い状態です。本当に必要になるまで待ちましょう。
    - はい → ネットの危険性やスマホの約束事（時間や場所）について親子で冷静に話し合える関係ができていますか
      - いいえ → 「なぜ必要なのか」「どんなトラブルが怖いか」を親子で話し合い、約束を守る練習から始めましょう。
      - はい → 保護者が「フィルタリング」や「利用制限」の設定・管理を責任をもって行う覚悟や時間がありますか
        - いいえ → ネットやSNSのリスクを避けるため、まずは「キッズ携帯」や「GPS端末」から段階を踏んでみましょう。
        - はい → 親子のコミュニケーションが取れており、管理体制も整っています。購入前に必ず「使う場所」「時間」「破ったときのペナルティ」など、家庭でしっかり話し合い、上手に活用させましょう。
  - はい → フィルタリングを設定していますか
    - はい → スマホ(ネット)は便利ですが、同時に危険と隣り合わせです。時間やルールをしっかり守って上手に活用させましょう。
    - いいえ → **危険！** **今すぐフィルタリングを！** ネット上には犯罪に誘うサイトなど危険がいっぱい！ 設定が完了するまでは使用を控えさせましょう。



※　万がートラブルが生じたときには、すぐに親（保護者）に相談するように、普段から子どもと話をしておきましょう。

大人の背中も見られています。子どもに「スマホをやめなさい」と言いながら、保護者自身が食事中や会話中にスマホを眺めていませんか？子どもは親の姿をよく見ています。まずは大人がデジタル機器との適切な付き合い方をお手本として示し、家族みんなで「目を見て会話する時間」を大切にしていきましょう。



家庭教育クイズ



子どもが「別に」「関係ないじゃん」などと不機嫌な態度をとったり、部屋に閉じこもったりすることが増えました。この時期の対応として最も適切とされるのはどれでしょう？

①「親に向かってその態度は何！」と厳しく叱り、態度を改めさせる
②「何かあったの？」としつこく聞き、理由を話すまで部屋に入り浸る
③「話したくなったら、いつでも聞くよ」と伝え、一歩引いて見守る

『親と子の20分間読書』運動

鹿屋市では「1日20分読書」運動を実施するとともに、「親と子のふれあい」を大切にする家庭を築いてもらうために『親と子の２０分間読書』運動を推進しています。

【ルールは3つ】

○　家庭で子どもが声に出して本を読む。
○　そのとなりで、家族がじっと耳を傾ける。
○　読み終わったら、親子で本の内容について感想を言ったり、ほめたりする。



【ポイントは3つ】

1　身近に本を置きましょう
（子ども部屋に、リビングに、寝室に･･･）

2　毎日続けましょう
（親子で毎日続けられるルールを考えよう）

3　聞き上手な親になりましょう
（子どもの近くで静かに耳を傾け、たくさんほめよう）

家庭教育Q＆A



Q　子どもが休み時間に一人で遊んでいるようです。友だち作りも苦手なように見えます。「学校に行きたくない」とは言いませんが、心配です。親ができることは何かありますか。
（小２女子・保護者）

A　子どもから「一人で遊んでいる」と聞くと、親としては心配になってしまいますが、子どもの話を聞く前に、「友だちに何か嫌な事言われたの？大丈夫なの？」と親が過度に心配している姿を見せたり、「友だち作りを頑張ろう」とプレッシャーを与えたりすることは避けたいですね。親が心配している様子に、本音を語れなくなったり、子どもが「今の自分じゃダメなの？」と不安を感じてしまったりすることもあります。

色々な性格の子どもがいます。ゆっくりと自分のペースで過ごしたい子や、大勢の人の中では疲れてしまう子もいます。ひとりで過ごすことを選んでいる子どももいるので、子どもの気持ちを聞き、その上で認めてあげられるといいですね。

ただ、仲間外れにされている等、本人がつらい思いを抱えている場合もあります。日頃から親子の会話を大切に、話せる関係を築いてほしいです。子どもからのSOSがあるかもしれません。子どもの様子を冷静に観察し、必要に応じて学校と相談して対応を検討しましょう。

鹿屋市青少年育成センター　教育相談員

ひとりで悩まず、心を軽くするお手伝いをさせてください。
鹿屋市教育相談室（リナシティ２階）　☎ 0120-555-655（無料）



身体的な成長に対して、心の発達が追いつかず、自分でも理由がわからないイライラやモヤモヤを抱えています。親を怖れたりするのは順調な成長（自立）の証拠でもあります。過剰に反応せず、温かく見守るスタンスが最も効果的です。

解説

家庭教育クイズの答え → ③

【わが家の年中行事】



『秋の宝探し！』

気候のよい秋の週末は、近くの公園へ「宝探し」によく出かけます。お目当ては、どんぐりや色鮮やかな落ち葉です。「こっちに大きいどんぐりがあったよ」「この葉っぱ、きつね色できれいだね」などと、普段は見落としがちな足元の自然を親子でじっくり観察します。

拾ってきた宝物は、家で厚紙や段ボール紙にべたべた貼って「秋の標本」に。お金をかけなくても、季節の移り変わりを一緒に感じることができる我が家の大切な年中行事です。（年長・小２の母）



528人にご参加いただき大盛況でした！

令和8年度鹿屋市家庭教育講演会（10/3）

講師：　**菅生　好身**（すごう よしみ）氏
（菅田将暉、こっちのけんと、菅生新樹の母）

良い親子関係を育むためには「決して否定をせず、子どもと向き合うことが大切！」



「子育て・自分育て」に役立ちますよ。

令和8年度 鹿屋市　生涯学習講演会

日時：　**11月28日（土）** 9:45～11:45

講師：　**工藤　公康**（くどう　きみやす）氏
（福岡ｿﾌﾄﾊﾞﾝｸﾎｰｸｽ元監督）

演題：　**情熱が可能性を広げる**
～踏み出す勇気と大切な思考～

会場：　鹿屋市文化会館

※　お申込は11/13(金)までに右のフォームまたは下のURLをクリック！ https://logoform.jp/f/QmxaC

大募集！　お聞かせください。
「子育ての想い出」＆「わが家の特別な行事」

「子育ての想い出」「我が家の特別な行事」を募集しています。「楽しかった瞬間」、「感動した瞬間」、「親にしてもらった思い出」、「我が家の特別な行事」などをご紹介ください。文字数は３００字程度。投稿された記事は『おやなび』でご紹介させていただきます。右の二次元コードまたは下のURLをクリックして御投稿ください。　https://logoform.jp/f/xEqtl