

家庭教育だより

小学校版

八千代市では、子どもの発達段階に応じた保護者向けの家庭教育講演会を実施するなど、家庭教育の推進に取り組んでいます。

令和7年4月

発行 八千代市教育委員会生涯学習振興課



ご入学・ご進級おめでとうございます！

新学期が始まりました。新しい学年になったお子様の様子はいかがでしょうか。毎朝明るい顔をして起きてきますか。「行ってきます」の言葉に希望が感じられますか。学校から帰ってきた時の様子はどうでしょうか。少々戸惑っている表情の時もあるかもしれません。でも、一晩家で過ごし、自分で解決したりいやなことを忘れられたりする時もあります。そして、次の日にはまた頑張ろうという意欲が沸いていることもあるでしょう。家庭では子どもが自分で解決できることを増やし、そのためにエネルギーをたくさん蓄えてあげられるよう見守ったり助言してあげられたりするといいですね。また、ご家庭で早寝早起き朝ごはん、コミュニケーションを大切にする言葉かけ等を心がけ、子どもが安心して家の外での生活に向き合えるようにしていきましょう。時には、手を差し伸べてあげなくてはならないときもあるでしょう。話をきいて一緒に行動してあげなくてはならないこともあるでしょう。それでも、子どもの心身共に成長していく可能性を信じ見守っていきましょう。

今年度も、子どもに寄り添い、一人で抱え込まない健全な子育てができるように有意義な情報を発信していきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

八千代市の家庭教育支援をご存じですか？

生涯学習振興課では、保護者の皆さんが家庭教育についてヒントを得る機会を提供したり、発信したりするなど家庭教育を支援するための取り組みをしています。

家庭教育講演会・・・子育ての専門家を講師にお招きして、子どもの発達に合わせたテーマで、保護者の方を対象に年2回セントラルスポーツ生涯学習プラザで講演会を開催しています。

家庭教育講座・・・親子で参加の体験型です。年1回セントラルスポーツ生涯学習プラザで開催予定です。

昨年度開催した講演会・講座の概要をご紹介します

第1回家庭教育講演会・・・6月27日（木）午後1時～2時30分

演題：子どもを理解する視点を広げよう～感覚統合・心の理論～

講師：臨床心理士 早川 淳子氏

感想：感覚統合が進むことで自分の体を知り、次に他者を知ろうとする方向になって、受け入れる体制が整うことが学べました。また、幼児期に五感を使ってよく遊ぶことが豊かになると言いますがあらためてその重要性を認識しました。

第2回家庭教育講演会・・・11月13日（水）午後1時～2時30分

演題：夢をかなえる食生活～食事で変わる子どもの未来～

講師：管理栄養士 江波戸 史子氏

感想：栄養や食事と健康の大切さについて、分かりやすくお話ししてくれて、とても勉強になりました。朝食の大事さを再認識したので、改善してみようと思いました。

家庭教育講座・・・8月23日（金）午後1時～2時30分

講座名：親子であそぼう！～こどもの世界が広がる遊びとおとなの関わり方～

感想：こんなに遊びが広がるのかと驚いた。「決まりごとがなく自由に遊ぶ」ことがとても楽しそうで、遊びに対する意識が変わりました。遊びを通してワクワクする→集中する→その結果が学びにつながるということがわかりました。



「家庭教育」とは…親またはそれに準ずる人が、子どもに対して家庭で行う教育のこと

親（保護者）は、人生最初の教師として、豊かな情操や基本的な生活習慣、家族や他人に対する思いやり、善悪の判断などの基本的倫理観や社会的マナー、自制心、自立心などを養う上で、重要な役割を担っています。



基本的な生活習慣ときまりを身につけさせましょう

規則正しい生活習慣を身につけることは、子どもの成長にとっても重要な役割を持っています。家庭において睡眠・食事等の規則正しい生活習慣を身につけさせましょう。十分な睡眠は、背が伸びたり細胞が新しくなったりするために必要な「成長ホルモン」を寝ている間に（一般的には夜 10 時から 4 時間ぐらい）分泌すると言われています。また、朝食を食べることは、脳と体のエネルギー源「ブドウ糖」の補給をすることになり、朝からしっかりと活動できるようになります。快適な生活が送れるように早寝早起き朝ごはんを習慣とするように心がけましょう。また、家族での約束事やルールをその都度確認し話し合うことで、子どもはだんだんと社会的な規範意識を育んでいきます。子どもの気持ちを汲みながらも善悪の判断は毅然とした態度で示していくことが必要です。



家族・親子の会話を楽しみましょう

子どもの顔を見ながら今日あったことや嬉しかったこと、残念だったことなど些細な出来事でも話題にして会話を楽しめるようにしましょう。そして、結果ではなく子どもが頑張っていることを常に褒め安心して前を向いて進んでいけるようにしましょう。また、子どもが誰に信頼を寄せているかを知ること大切です。やる気生まれるチャンスを生かしていけるように子どもが安心して頑張ることができるように、常にコミュニケーションを大切にしながら過ごしましょう。



家庭学習・読書の習慣をつけましょう

子どもが学んできたことを家庭で話題にするなど、子どもが無理なく家庭学習していく時間を作っていきましょう。家庭学習の目安は「（学年）×10～20 分程度」です。わからないときには、あせらずじっくり取り組むように声をかけ、努力をほめて、少しずつ乗り越えられる手助けをしましょう。また、できた時は発展的な問題に取り組ませてさらなるやる気を引き出すと良いですね。また、読書は、言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、想像力を豊かなものにします。

思考力が伸びるこの時期に、物語や説明文などさまざまな読み物にふれる機会を作りましょう。

「一人でなやまず、SOS」カード

つらい時には、ひとりで我慢しないで、“SOS”を出し、話を聞いてもらうなどして、自分をいたわりましょう。

学校から全家庭に配付されているこのカード（名刺サイズ、両面刷り・カラー）には、親子共に使用できる電話相談案内が記載されています。ご活用ください。

家庭教育について

八千代市教育委員会生涯学習振興課の取り組みは、右の二次元コードでご覧いただくか

八千代市ホームページ＞組織でさがす＞教育委員会＞生涯学習振興課からご覧いただけます。

