

かてい 家庭において たいせつ 大切にしたいこと

かていきょういく
家庭教育のヒント



かていきょういく きょういく しゅつぽつてん
家庭教育は、すべての教育の出発点です。

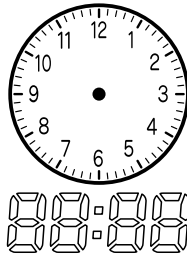
こそだ どうじ おや そだ おや まな してん たいせつ
「子育てと同時に親も育つ」という親の学びの視点が大切です。

かてい たいせつ なに いまいちど ふ かえ
家庭において大切にしたいことは何か、今一度振り返ってみませんか。

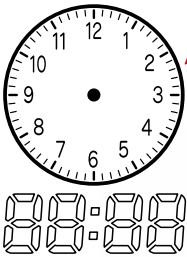
はやね はやお あさ 早寝・早起き・朝ごはん



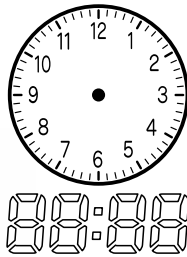
お子さんと話し合い、
時間を決めましょう。



起きる時刻
何時に、起きますか？



朝ごはん
何時に食べますか？



寝る時刻
何時に寝ますか？



「早寝・早起き・朝ごはん」の生活習慣をつけることで、一日の生活リズムができ、さらに脳が活性化され、学力や体力向上にもつながります。

朝はカーテンや窓をあけて、光と風をいれましょう。身体の体内時計が調整され、正しい生活リズムが身につくようになります。

バランスの良い朝ごはんをしっかりととりましょう。ごはんを食べることによって、体温が上昇し、ブドウ糖の働きにより脳の働きも活発になります。

生活習慣づくりは大人も大切

生活習慣づくりは、子どもだけでなく大人にとっても大切です。

子どもだけでなく、大人も毎日朝ごはんを食べることによって、午前中、しっかり活動できる状態をつくります。

保護者が朝ごはんを食べないと、子どもも朝ごはんを食べない傾向にあり、朝ごはんをしっかりと食べる子どもほど、学力調査の得点が高いと言われています。

※平成24年度横浜市学力・学習状況調査より

親子でふれあう時間 子どもの心を受けとめるゆとりを



子どもにとって家族と過ごす時間は、心からくつろげ、安らぐことができる大切な時間です。

子どもと一緒に食事を作ったり、絵本の読み聞かせをするなど、子どもとのコミュニケーションの機会を積極的につくりましょう。また、短い時間でもゆったりとした気持ちで子どもと向き合うことで、子どもは安心して

子どもは、ときに自分への愛情を確かめるためにスキンシップをもとめてきます。そんなときは、やさしく受けとめることが大切です。

「読んで」=「一緒にいたい」

「お、し、ま、い。」と本を閉じるとすぐに、「読んで。」と言う子ども。これは、「おうちの人もっと一緒にいたい。」というサインです。

愛情を感じながら楽しむ読書は、家族の温かいつながりをつくります。

おも がまん ころ
思いやりや我慢の心
とも まわり ひと かんけい
友だちや周りの人との関係づくりを



子ども同士が協力して行うさまざまな体験活動を通じて、人と関わる「楽しさ」「難しさ」「大切さ」を学ぶ機会を作りましょう。多くの人とのふれあいの中で、「思いやる心」「我慢する心」が生まれ、また、お互い助け合い、認め合うことで「自分を大切に思う心」が生まれてきます。

自分を大切に思えると、相手も大切にすることができ、多少のことではめげず、意欲的に人間関係を築けます。

また、子どもは、人から認められることで大きな自信となります。

子どもを受け入れ、認め、褒め、励ましてあげましょう。

ひと ほか
人との関わりについて

「家族行事」「友だちとの遊び」「地域活動」の経験することは、ルールを守る意識を高めめます。

人と関わる楽しさを経験する中で、自分からルールを守る心が育っていきます。

いじめをなくし笑顔があふれる社会を築くために…

わたし
私たちには「だれもが」[安心して]
「自分らしく」生活する権利があります。
いじめは、された人もした人も不
しあわ
幸せにします。

いじめは、人間として絶対に許され
ないことです。

いじめ根絶に向け、今の子どもたち
がおかれている現状を正しく理解し、
子どもたちの気持ちを受け止めてくだ
さい。



- どのような理由があっても、いじめは許されません。学校・保護者・地域がいじめは絶対に許さないという強い意志をもつことが、すべての子どもたちをいじめから守る第一歩です。
- 一人で苦しみを抱えている子どもの小さなサインに気づくのは、私たち大人の役目です。言葉だけでなく、表情やしぐさからも子どもの気持ちを丁寧に受け止めてください。
- いじめは、どの子どもにも起こりうるという前提で、子どもたちを見守ってください。いじめが起きた場合は、いじめは絶対に許さない、いじめられている子どもには寄り添い、守り抜くという強い意志を示してください。
- 子どもたちの周囲にいる大人たちが情報を共有し、解決に向け協力してください。


いじめ等に関する相談

ひとり一人でも悩まず、どんなことでもご相談ください。

- いじめ110番(横浜市教育委員会)
TEL 0120-671-388
(毎日24時間受付)
- 一般電話相談(横浜市教育委員会)
TEL 045-671-3726
(月～金 9時～17時)
- 横浜市青少年相談センター
TEL 045-260-6615
(月～金 8時45分～17時15分)
- 子どもの人権110番(法務省)
TEL 0120-007-110
(月～金 8時30分～17時15分)
- 横浜いのちの電話
TEL 045-335-4343
(毎日24時間受付)

「いじめは絶対に許しません。」
「いじめられている子どもを最後まで守り抜きます。」

けいたい き けいたい でんわ 携帯ゲーム機や携帯電話について

 **やくそく き**
約束を決めてみましょう!



い が い し けいたい き 意外と知らない携帯ゲーム機のこと

じょうほうしゃかい すす こ みぢか そんざい
情報社会が進み、子どもにとってもインターネットは身近な存在となっています。

インターネットの危険は携帯電話、パソコンからのアクセスだけと思われがちですが、最近の携帯ゲーム機は、ほとんどがインターネット接続機能を備え、無線LANの環境があれば自宅や外出先で簡単にインターネットに接続できます。

携帯ゲーム機は、立派な通信機器であることを保護者は理解しましょう。

- ! ほごしゃ つか かた りかい こ きけんせい つた
保護者が使い方を理解し、子どもに危険性を伝えましょう。
- ! けいたい き けいたい き りよう りかい
携帯ゲーム機でインターネットを利用できること、そのトラブルもあることを理解しましょう。
- ! けいたい き わた まえ ほごしゃ きのうなど
携帯ゲーム機を渡す前に保護者がきちんとペアレンタルコントロール*1機能等の設定をしましょう。

*1 ペアレンタルコントロールとは

けいたい き 電子メディアにおいて、子どもに悪影響を及ぼす可能性のあるサービスやコンテンツに対して、保護者が利用制限をかけること。また、そのための装置やソフトウェアの機能のこと。

けいたい でんわ も 携帯電話を持たせるときに

ちゅうい 注意してほしいこと

けいたい でんわ も こ せいちょう
携帯電話を持たせるときは、子どもの成長に合わせて、フィルタリング*2を利用するなど、安全に携帯電話を使うことを家族で学び、必ず家庭内でのルールを作りましょう。

*2 フィルタリングとは

インターネットのページを一定の基準により「表示してよいもの」「表示禁止のもの」などに分け、子どもに見せたくないページにはアクセスできないようにする機能です。フィルタリングには様々な機能があり、子どもの年齢や家庭のルールにあわせて選択することもできます。

詳しくは携帯電話会社にお問合せください。
フィルタリングを利用することは神奈川県青少年保護育成条例で定められています。

フィルタリングに関する問合せ先(携帯電話会社) 一般電話から

- KDDI (au) TEL 0077-7-111 (無料)
- NTTドコモ TEL 0120-800-000 (無料)
- ソフトバンク TEL 0800-919-0157 (無料)
- ワイモバイル TEL 0570-039-151 (有料)

インターネットに関する情報

- 神奈川県警察(知っていますか? ケータイ・ネットのもらす危険性)
URL <http://www.police.pref.kanagawa.jp/mes/mesd5002.htm>
- 警察庁(インターネット安全・安心相談)
URL <http://www.npa.go.jp/cybersafety/>
- 警視庁(情報セキュリティ広場)
URL <http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/haiteku/>
- 経済産業省(CHECK PCI!)
URL <http://www.checkpc.go.jp/>
- 一般財団法人インターネット協会
URL <http://www.iajapan.org/rule/>
- 独立行政法人情報処理推進機構(IPA)
URL <http://www.ipa.go.jp/>

子どもとともに育ち、歩んで

家庭とは

常に子どもの心の拠り所となる場であり

喜び 悲しみを共感できる場

保護者と子どもがともに成長するための場です

愛情の絆で結ばれた家族との触れ合いを大切に

「早寝・早起き」「手洗い」「食事」などの基本的な生活習慣

友だちや他の人に対する思いやりや善悪の判断

自分でできることは自分でしたり 時には我慢することの大切さ など

子どもが身につけられるよう

少し目を向けてみてください

保護者として

子どもを育て

子どもに教え

子どもから教わり

子どもと育ち

ともに歩んでいきませんか。

家庭において大切にしたい4つのこと

1 子どもとの会話・コミュニケーション

2 子どもへの信頼感

3 子どもと一緒に体験活動や体を動かす習慣

4 家族のつながり



大切に

第29期横浜市社会教育委員会議 提言より

家庭において大切にしたいこと 家庭教育のヒント

平成27年3月発行 横浜市教育委員会事務局生涯学習文化財課

〒231-0017 横浜市中区港町1-1 TEL 045-671-3282 FAX 045-224-5863

デザイン●有限会社サンドリヨン イラスト●二宮 久子 印刷●合資会社横浜大気堂

ひとり なや そうだん
一人で悩まずどんなことでもご相談ください。

相談先一覧

子育てに関すること 子ども・家庭支援相談（各区福祉保健センター）

鶴見区	TEL 045-510-1840	金沢区	TEL 045-788-7728
神奈川区	TEL 045-411-7173	港北区	TEL 045-540-2388
西区	TEL 045-320-8470	緑区	TEL 045-930-2356
中区	TEL 045-224-8345	青葉区	TEL 045-978-2460
南区	TEL 045-743-8266	都筑区	TEL 045-948-2349
港南区	TEL 045-847-8439	戸塚区	TEL 045-866-8472
保土ケ谷区	TEL 045-334-6396	栄区	TEL 045-894-3790
旭区	TEL 045-954-6160	泉区	TEL 045-800-2465
磯子区	TEL 045-750-2525	瀬谷区	TEL 045-367-5747

月～金（祝日、年末年始を除く） 8時45分～17時15分（12時～13時を除く）



18歳未満の子どもの養育、非行、障害、不登校、性格や行動の問題等に関する相談

中央児童相談所（鶴見区、神奈川区、西区、中区、南区にお住まいの方）	TEL 045-260-6510 FAX 045-262-4155	月～金（祝日、年末年始を除く）8時45分～17時15分
西部児童相談所（保土ケ谷区、旭区、泉区、瀬谷区にお住まいの方）	TEL 045-331-5471 FAX 045-333-6082	月～金（祝日、年末年始を除く）8時45分～17時15分
南部児童相談所（港南区、磯子区、金沢区、戸塚区、栄区にお住まいの方）	TEL 045-831-4735 FAX 045-833-9828	月～金（祝日、年末年始を除く）8時45分～17時15分
北部児童相談所（港北区、緑区、青葉区、都筑区にお住まいの方）	TEL 045-948-2441 FAX 045-948-2452	月～金（祝日、年末年始を除く）8時45分～17時15分
電話児童相談室	TEL 045-260-4152	月～土（祝日、年末年始を除く） 9時～17時30分（土は16時30分）

教育（不登校、友人関係、学習、進路、海外転出入等）に関する相談

教育総合相談センター	TEL 045-671-3726	月～金（祝日、年末年始を除く）9時～17時
------------	------------------	-----------------------

いじめ等に関する悩みの相談

いじめ110番	TEL 0120-671-388	毎日24時間受付
---------	------------------	----------

児童虐待に関する相談

よこはま子ども虐待ホットライン	TEL 0120-805-240	毎日24時間受付
-----------------	------------------	----------

15歳以上の青少年のひきこもり、不登校などの思春期に関する相談

横浜市青少年相談センター	TEL 045-260-6615	月～金（祝日、年末年始を除く）8時45分～17時15分
--------------	------------------	-----------------------------

20歳未満の少年の非行問題やいじめ、犯罪被害等に関する相談

神奈川県警察少年相談・保護センター	TEL 0120-45-7867 FAX 045-641-1975	月～金（祝日、年末年始を除く）8時30分～17時15分
-------------------	--------------------------------------	-----------------------------

こころの健康に関する電話相談

横浜市こころの健康相談センター	TEL 045-662-3522	月～金 17時～22時（受付は21時30分まで） 土、日、祝日 8時45分～22時（受付は21時30分まで）
-----------------	------------------	---

育児、家族、どんな話も悩みも相談できます。

横浜いのちの電話	TEL 045-335-4343	毎日24時間受付
----------	------------------	----------