

家庭での子育て 10 か条



子どもは、家庭、学校、地域によって育てられていきます。中でも家庭は、子どもの健やかな育ちの基盤です。安らげる楽しい場所であり、社会へ巣立っていくための大切な場所です。大人も子どもと一緒に育ちあう家庭教育のために、10 項目の提案をいたします。

1 よい生活習慣をつけさせましょう

生活習慣の乱れは様々な問題を引き起こします。まずは、早寝、早起き、朝ごはんの習慣を身につけさせましょう。太陽の光を浴びて朝ごはんをしっかりとることで、体と脳が目覚め活性化します。睡眠をしっかりとることで疲労回復や体の成長も良くしますので、早寝早起きを実践しましょう。

2 家族みんなで、元気なあいさつをしましょう

子どもがあいさつをするようになるには、大人が率先して、大きな声で、目を見て、あいさつをすることが大切です。また、あいさつをすることで、子どもの心の状態や、健康状態を知ることができます。

3 感謝の気持ちで、家族仲良く暮らしましょう

家庭内が穏やかで仲が良いということは、子どもにも良い影響を与えます。子どもは「ありがとう」と声に出して伝えてもらうと、自分自身の存在が認められていることを実感し、安心することができます。他の子とは比べず、子どもの存在を認め、存在がうれしいことを伝えましょう。

4 家族の絆を深めましょう

家族の絆を深める方法は、さまざまあると思います。誕生日など家族にとって大切な日と一緒に祝ったり、大掃除などの大変な作業を家族で協力して行うなど、同じ時間を過ごすことで、互いを思いやり、大切に想う気持ちを育むことができます。

5 子どもの目を見て、聞き、話し、認めましょう

子どもから話しかけられたとき、「うんうん」「すごいね」と返事をしている、何かをしながら背中を向けていたり、そっぽを向いていると、褒めたつもりでも子どもはそうは感じていないことがあります。しっかり子どもの方を見て話を聞き、良いところはしっかり褒めてあげてください。悪いことをした場合は同じようにしっかり叱ることも大切です。

6 子どもの役割をつくりましょう

家庭の中で話し合っ子どもにも役割を決めて責任をもたせてみましょう。またお手伝いが自然にできるよう、声掛けや感謝の気持ちを伝えることで、子どもの自己肯定感や勤労意識も高まります。

7 子どもと夢を語りましょう

子どもに夢や目標をもたせるには、子どもが興味をもったことを「難しい」とか「無理だ」と決めつけず、経験させてあげることが大切です。またご自身が経験した仕事やスポーツなどの話も聞かせてあげてください。

8 携帯、パソコン、ゲームの使用は、家庭でルールをつくりましょう

インターネットを利用した、いじめや犯罪が増えています。防犯や新しい電子機器に慣れることを目的に、ご家庭の判断でスマートフォン等を子どもに持たせることがあるかと思いますが、その時は、子どもに「なぜスマートフォンが必要なのか？」を理解させ、モラルを守って使用させることが大切です。家族でルールをつくり、しっかり確認してください。

9 子どもと読書に親しみ、本を読む習慣をつけさせましょう

読書には、言葉を学ぶだけでなく、感性を磨いたり、表現力を高めたり、想像力を豊かにするなど、メリットがたくさんあり、人生を深く豊かにする手助けをしてくれます。親子で本を読んだり、本を読む楽しさを教えてあげてはどうでしょうか。

10 お子さんと話し合っ、皆さんのご家庭オリジナルのルールをつくってみてください。

大町歴史民俗資料館
キャラクター
きんすけくん
大町出身の戦国武将、
堀尾金助がモデルです。

