



とっとりふれあい  
家庭教育

# ＼家庭で応援！／ 小学生スタート ブック

子どもの自立スイッチ、ON!



## 心とからだいまいき キャンペーン

- しっかり朝食を食べよう！
- たっぷり寝よう！
- じっくり本を読もう！
- 長い時間テレビを見るのはやめよう！
- 外で元気に遊ぼう！
- 服装を整えよう！

# 1

## 小学校生活わくわくスタート

### わくわくどきどきの小学校生活

ともだちなんにんできるかな♪

ペンきょうつておもしろいかな？

あたらしいランドセルうれしいな♪

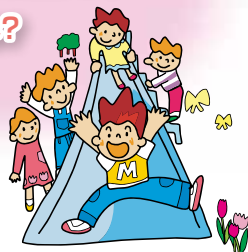
せんせいのおなまえなんていうんだろ？

きゅうしよくのこさずたべられるかな？



子どもにとっては、すべて初めてのことばかり。楽しみの中に不安をもちながら迎える小学校生活です。

家庭では、子どもの気持ちに心を寄せ、不安をひとつひとつ乗り越えていけるように、心のサポートをしていきましょう。



### 学校はたのしいところ！

「しっかりね！」と励ますことばも、学校に慣れるまでは子どもの不安を大きくすることがあります。学校が「楽しみ」と期待感をもてるようにすることが大切です。

### ＊子どもの期待感を育てるポイント！＊

「自分でできた！」を少しずつ増やしましょう。

- ・自分で決めた時間に起きた！
- ・次の日の着替えの準備ができた！

小学校へ持って行く物を一緒に確認しましょう。

- ・持ち物のどこに名前が書いてあるのか、子ども自身を知っておくことが大切です。

### ＊子どもの安心感が大切＊

親子で会話をしながらしっかり抱きしめ、愛情を言葉と態度で伝えましょう。

1年生の時間割(例)

	月	火	水	木	金
1	こくご	さんすう	さんすう	ずこう	こくご
2	さんすう	こくご	たいいく	ずこう	さんすう
3	たいいく	おんがく	こくご	おんがく	たいいく
4	こくご	せいかつ	どうとく	こくご	せいかつ
5	がつかつ	しよしゃ	せいかつ	こくご	こくご
6					学校タイム

◇授業は45分間です◇



心配なこと、困りごとは学級担任に気軽に相談してみましょう。

## 2 家庭教育のポイント

### 親が育む大切なこと

家庭での教育は、子どもの健康やこころの成長に大きな影響を与えます。お子さんにお父さんお母さんの行動や口ぶりにそっくりなところはありませんか？子どもは親の姿をよく見えています。親の見せる表情・態度、かけることはすべてが「家庭教育」です。子どもの自立までは、あせらず一歩一歩が大切です。次の3つのポイントを確認して、しっかり子どもと向き合っていきましょう。

### ① 生活習慣を身につけましょう



### ② 夢を育てましょう



### ③ 生きる力を育てましょう



# ① 生活習慣を身につけましょう

早寝

早起き

朝ごはん



## 十分な睡眠時間をとろう

学校への登校時間を考えて、毎日の就寝時刻を決めましょう。

必要な睡眠時間  
 7～9歳…10時間  
 10～12歳…9～10時間

## 毎日朝食をとろう

朝食は一日の活動エネルギーの源。ごはんやパンなどに含まれる炭水化物はブドウ糖となり、脳のエネルギーになります。しっかり朝ごはんを食べましょう。

これで、しっかり朝ウンチ 🍌

※テレビやゲームは脳を刺激し、寝付きが悪くなります。就寝30分くらい前には切り上げましょう。

## 【我が家の生活リズム】

起床 \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ 帰宅 \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_  
 家を出る \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ 就寝 \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_

# ② 夢を育てましょう

読書

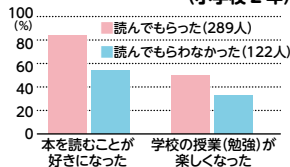
- 物語の中で、いろいろな世界を味わうことにより、子どもは想像力や豊かな感性を身につけることができます。
- 親子で図書館に行きましょう。
- 家族の団らんに「読書の時間」をつくりましょう。

体験活動

- テレビやゲームなど、室内遊びが増えていますか？身近な自然や生き物とふれあう機会をつくりましょう。
- 地域の活動に家族ぐるみで参加したり、時には子ども一人で参加させましょう。

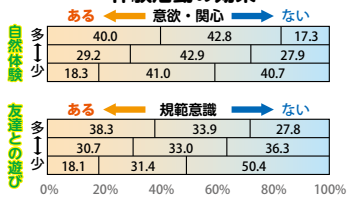
- ★ 自然体験が多い子どもほど、人と関わる力が高くなる傾向があります。
- ★ 友だちとたくさん遊んでいる子どもほど、約束や決まりを守ろうと思う傾向が見られます。

## 小学校入学以前の読み聞かせ経験 (小学校2年)



【子ども読書活動推進に関する評価・分析事業報告書】  
財団法人文字・活字文化推進機構 平成22年3月

## 体験活動の効果



【子どもの体験活動の実態に関する調査研究】報告書  
独立行政法人国立青少年教育振興機構 平成22年10月

### ③ 生きる力を育てましょう

#### あいさつ

- あいさつはコミュニケーションのはじまりです。「おはよう」「いってきます」「さようなら」「ただいま」「ありがとう」「ごめんなさい」を、声を出してはっきり伝えることを教えましょう。
- あいさつも、大人の行動が子どもたちの手本になります。よい手本を見せられるよう、日ごろから気をつけましょう。

#### お手伝い

- 子どもも家族の一員として尊重し、できそうなことを任せてみましょう。お手伝いをしてくれた後は「ありがとう」「うれしい」「たすかったよ」のことは忘れずに！子どもに自信をつけ、自立への一歩になります。

##### お手伝い(例)

- ・配膳・野菜を切る。
- ・洗濯物をたたむ。
- ・階段・廊下の掃除



#### 家庭学習

- 親子で学習の約束をつくり、習慣になるよう応援しましょう。
- ・ 毎日学習する。
- ・ 決まった時間にとりかかる。
- ・ 次の日の準備をして宿題は終わり。
- ・ 学習を始めたら、子どものペースを見守りましょう。
- ・ 取り組んだことをほめてあげましょう。
- ・ 学校で学んだことを話題にしましょう。
- ・ とくどきはノートやワークシートを見て、学習内容に関心を持ちましょう。

#### ・・・1年生の主な学習・・・

##### こくご

ひらがなの読み書きから始まります。カタカナと漢字の学習は2学期から始まります。この時期は、書き順・文字の形に気をつけて書くことが大切です。1年生で漢字は80字を学習します。2年生以降は年間160～200字と一気に増えます。

##### さんすう

数(1・2・3・・・)の学習から始まります。1年間で繰り上がりのある足し算、繰り下がりのある引き算、もの数え方等を学習します。文章問題も学びます。

##### せいかつ

自分と身近な人々、公共物、自然などに目を向け、自分自身や自分の生活について考え、表現することを通して生活に必要な力を身につけていきます。

#### ★「とりっこドリル」を活用してみましょう。

国語：ことばの特徴や文字に関する基礎的な問題  
算数：基礎的な計算問題を 紹介しています。

とりっこドリル

検索



よいこと・悪いことを自分で判断できるように、愛情をもってほめたり叱ったりしましょう。「叱る」ときはその理由がわかるように説明しましょう。そして、子どもが自分なりの考えを出したときは「ほめる」チャンス！です。

### 3 子どもの自立に向けて

小学生になると一人でできることが増え、先のことを予測して行動することも少しずつ身についていきます。「ひとり立ち」の始まりです。その時、間違っていることは直させ、その正しいやり方を教えてあげることも大切です。

できなくてもイライラせず、一人で乗り越えられるように見守り、焦らず声をかけていきましょう。

#### 地域を歩いてみましょう

##### \*一緒に確認\*

小学生になると行動する範囲がぐんと広がります。生命を守る行動について伝え、歩行者、自転車の立場で交通安全について確認しましょう。通学路を子どもと一緒に歩き、登下校や地域の危険箇所を点検してみましょう。

##### 【我が家の通学時間】



##### ……危険をチェック!!……

- 交通量が多い場所
- スピードを出す車や自転車が得意場所
- 歩道がない(狭い・縁石がない等)場所
- カーブやクランク、ミラーがない等見通しの悪い道
- 街灯がなく暗い場所
- 付近に「子どもかけこみ110番」、交番、コンビニ、知人宅等がない。(知らない)

##### \*不審者等の犯罪にあわないために\*

合い言葉は “**い**か・**の**・**お**・**す**・**し**”

【い】 知らない人について**い**かない。

【の】 知らない車に**の**らない。

【お】 おお声を出す。

【す】 **す**ぐ逃げる。

【し】 人に**し**らせる。



#### 身の回りの整理整頓をしましょう

##### \*一緒に片付け\*

学校へ持って行く物はたくさんあります。

一つ一つの定位置を決めて、子ども一人で準備・片付けができるようになるまで、一緒に確認しましょう。



##### ポイント POINT

- 置く場所へのラベル貼りが効果的!
- 帰宅後にすることの順番を決め、習慣にしましょう。
- 目標は、「自分のことは自分で準備・片づけ・整理整頓」  
※「自分でできる」⇒「ほめる」の繰り返しが大切です。  
※親子のかかわりが、望ましい生活習慣につながります。

## ゲーム・インターネットとのいい関係をつくりましょう

ゲームやインターネットとどうつきあうのか、使い方のルールを子どもと一緒に考えましょう。長く、しっかりと守らせるポイントは、時間をかけて、子どもとの話し合いの中でルールを決めること。「あと5分だけ！」を許すことが崩れる原因です。決めた約束は必ず守らせましょう。

### \*ゲーム・インターネットに家庭のルール\*

#### 持たせる前に決める3つのルール

1. ゲームで遊ぶ時間
2. ゲームで遊ぶ場所。どこならOK?
3. 約束が守れなかったときの決まり

#### 【我が家の約束】

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

### ⚠ 危険性を知っておきましょう!

- ゲーム機にはインターネットに接続できるものが多くあります。知らないうちに**個人情報**が流出したり、安易なうわさや悪口が広がって大きな問題になってしまうことがあります。
- 年齢が低いほど疑似体験と実体験の区別ができないため、画像の影響を受けやすく、じっくり考えることができない、コミュニケーションが苦手になるなど、**心への影響**があるといわれています。子どもがどのような情報に接しているのか親も関心を向けましょう。



家庭用ゲームソフトのパッケージには、暴力表現等内容に応じてレーティングシールで対象年齢が示されています。小学生は「A」シールのみが対象です。

## 4 みんなが子どもの応援団

入学する子どもと同じように、保護者も新しい関係づくりを始めましょう。子育てや家庭教育について不安なことは、学校や地域、保護者同士で情報交換をしたり助け合ったりすることが大切です。学校行事、PTA活動、地域活動等に積極的に参加して、一緒に子どもを見守っていけるような人と人とのつながりをつくりましょう。

### 行動から気づく子どもからの信号

「なぜこんなことをするの?」「何度注意しても、なぜ同じ失敗をするの?」と感じるような気になる行動はありませんか?

言い過ぎたり対応に困ったりしていませんか?でも一番困っているのは子ども自身です。叱り続けることで、子どもが自信をなくしたり成長の可能性を狭めてしまうこともあります。

子どもに合ったつまずきを乗り越える方法を考えて、子どもに関わる人みんなで見守る行動を伝え、やってみせることが大切です。気になるときは担任または養護教諭などに相談してみましょう。

### \*保護者同士でコミュニケーション\*

地域の行事や活動に、家族みんなで参加しませんか。子どもも地域の一員です。地域の人たちと積極的に言葉を交わしたり活動したりすることを通じて、助け合い、信頼できるネットワークをつくっていきましょう。



多くの人との関わりが、子どもの豊かで健やかな育ちにつながります。不安や悩みをひとりで抱えず、周囲の人と一緒に子どもたちを見守りましょう。

## 相談窓口

### 家庭教育に関する相談

子育てホットライン ☎ 0857-36-1154 月～金10:00～17:00  
☒ tel.kosodate@pref.tottori.jp

### 子どもについての心配事の相談

児童相談所（中央・鳥取） ☎ 0857-29-5460 月～金 8:30～17:00

児童相談所（倉吉） ☎ 0858-22-4152 月～金 8:30～17:00

児童相談所（米子） ☎ 0859-33-2020 月～金 8:30～17:00

### 全般的な教育相談

教育センター ☎ 0857-31-3956 月～土 8:30～17:15

### いじめについての相談

いじめ 110 番 ☎ 0857-28-8718 24 時間

（いじめ・不登校総合対策センター） ☒ ijime@kyoiku-c.torikyo.ed.jp

こどもいじめ人権相談 ☎ 0857-29-2115 24 時間

☒ ijime-soudan@pref.tottori.jp

### 体罰など、いじめや不登校以外の相談

小中学校課 ☎ 0857-26-7930 月～金 8:30～17:15

特別支援教育課 ☎ 0857-26-7810 月～金 8:30～17:15

### 少年及び親の悩みごと相談

ヤングテレホン（県警本部少年課） ☎ 0857-29-0808 月～金 8:30～17:15

### DV 等の相談

婦人相談所 ☎ 0857-27-8630 月～金 8:30～17:15

警察総合電話相談 ☎#9110（ブッシュ回線専用） ☎ 0857-27-9110 24 時間

※小学校に関することは、各学校、または市町村教育委員会にお問い合わせ下さい。

## 各種連絡先

( ) 小学校 ☎

放課後児童クラブ(名称: ) ☎

かかりつけ医( ) ☎

かかりつけ医( ) ☎

( ) ☎

発行／鳥取県教育委員会事務局 家庭・地域教育課

〒680-8570 鳥取市東町 1 丁目 271 番地 TEL.0857-26-7521 FAX.0857-26-8175

ホームページ: <http://www.pref.tottori.lg.jp/kateichiiki/>