



各園・学校では今年もそれぞれの実態や状況にあった家庭教育学級が開催され、親子での楽しい時間を持ったり学級生同士の親睦を深める機会ともなっていることでしょう。2学期に開催された家庭教育学級の様子をいくつか紹介します。

親業講座

松尾小 (10/22) 成東小 (10/28)
講師：親業訓練シニアインストラクター
内田 桃紀代 (ともよ) 先生



市では「良好な親子関係づくりのためのコミュニケーションの方法を学ぶ」ため、年に3回『親業講座』を開催しています。第1回目は6月に蓮沼保育園で、第2回は松尾小学校、第3回は成東小学校で開催しました。

「へえそうなんだ。なるほど」とあいづちを入れながら聞いています。気持ちよく話せました。

言葉は文化。親の子どもを思う気持ちをどう伝えるか、まずは二人組になって「聞く」「話す」体験。うん、うんと

聞いてもらえると、
どンドン話せる
ことが分かりました。

「聞く」ことは「黙る」こと。新発見!!です。



同じ日に買ってきたリンゴ。汚い言葉をかけられた方は腐ってしまいました。

言葉かけにはタイミングが大事

子どもが傷ついている時 ⇒ 子どもの話を聞く（質問しない）
くり返す、言いかえる、
気持ちを汲むことが大事
ことで心のとげが抜ける。
体を動かすことも効果的。

子どもも親も普通の時 ⇒ 子どもに一番伝わる時。この時に価値観を
しっかり伝え、物事の善悪を教える。しつけをする。「宝の時」

親が困っている時 ⇒ 事実を伝えて親の気持ちを「わたしメッセージ」で語る。

感情的に怒らない
どならない

「わたしメッセージ」は思いやりを育てることにつながります。
(例)「かばんを居間に置いたままだと（行動）、お母さんがあなたの部屋に運ばなければならなくなって（影響）、とても大変なんだよね（感情）」

「兄弟げんかをした時にどうしたらよいか」の質問には、互いの思いを話しあってそれぞれが納得する方法を選ぶ「勝負なし法」についても教えていただきました。成東小会場には成東中学区の先生方も多数参加され、よい研修になったとの声を聞くことができました。会場校のご協力に感謝いたします。

太巻き寿司作り



講師の指示に従って真剣に取り組んでいます。

11月4日、日向幼稚園の家庭教育学級は「巻き寿司教室」。今回は、伝統的な「四海巻」と「さざんか」。講師は農業委員の鈴木和子さん他3名の皆さん。グループそれぞれに講師がついて一つ一つ確認しながら巻きました。見事な出来上りに思わず歓声があがりました。



日本の文化と伝統を学び、親睦を深める機会ともなりました。

家でもやってみたいと言う声も聞かれました。親子でチャレンジするのもいいですね。

みんな笑顔の朝食レシピ

11月10日 講師：吉田光一 先生
山武北小・むつみのおか幼稚園合同

講師の吉田先生は地元の方で山武中出身。

初めに「おいしいって何？」の質問にみんな？
おいしさは個人の味覚で決まる、メニューではなく材料で考え、いろいろな「色」を食べましょう、嫌いなものを無理に食べさせずそれに代わるものを食べさせましょうとのお話に皆さん納得。

子どもにとって食べる環境を整えることが大事。特に朝食はエネルギー補給のために必要と早寝早起き朝ごはんについても話されました。

食の細い子は無理強いせずいろいろな種類の物を食べさせる、食べすぎの子には運動量とのバランスを考えること、数値を示して太り過ぎは体によくないことを知らせることも必要とのことでした。「子どもの体は親が守る」の言葉に深くうなずいていた参加者の皆さんでした。



食事は子どもと一緒に食べるのが理想。できない時はパンを切る、牛乳をコップに入れて出すなどほんの少し手をかけて。

「早寝早起き朝ごはん」ってどうして大切なの？

Q1 どうして「早寝」しなくちゃいけないの？

それはね、みんなが大きくなるために大切なことだから。

Q2 どうして「早起き」しなくちゃいけないの？

それはね、毎日をスツキリ楽しくすごすために。

Q3 どうして「朝ごはん」食べなくちゃいけないの？

それはね、頭と体を動かしたり成長させたりするためだよ。

「早寝早起き朝ごはんフォーラム in ちば」報告書より



山武北小の食に関する取り組み。

「よくかんで食べると体にいいことがいっぱいあるよ。」

「SNS にひそむ危険」について

蓮沼中学校教頭 川口 邦男

1. はじめに

ここ数年の間に、スマートフォン（以下スマホ）が爆発的に普及し、未成年者がスマホをきっかけとした事件や犯罪に巻き込まれるケースが激増しています。スマホは、高度なカメラ機能はもちろん、パソコンの機能やGPS（位置情報サービス）などを備えている便利なツールです。この時期、クリスマスプレゼントやお年玉でスマホを持つ子どもも増えるかもしれません。しかし、保護者がスマホの安全な使い方を知らなかったり、どのような対策をしたら良いかわからないという実態があります。

そこで、少しでもスマホに関する実態をお知らせして、安全なスマホの使い方や情報モラルについて考えていただければと思います。

2. 子どものスマホ利用に関するトラブル例の紹介

引用：総務省 HP より <http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/3.html>

(1) 書き込みやメールでの誹謗中傷やいじめ

SNS（ソーシャル・ネットワークサービス：ライン・フェイスブック・ツイッターなど）などで人の悪口を書き込むなど、インターネット上での人権侵害やいじめが横行し、被害に遭った子どもが自殺するなどの事件も発生しています。

(2) SNS などに載せた個人情報の流出

SNS などに安易に個人情報を記載したために、写真や名前、メールアドレスが知らないところで勝手に使われ、嫌がらせを受ける被害が発生しています。

(3) SNS を通じて知り合った人からの誘い出しによる性的被害

最近では、出会い系サイトではなく、SNS やゲームサイトなどで知り合った人からの誘い出しを受けて、子どもが性的被害を受けるケースが増えています。

(4) 無料ゲームサイトでの意図しない有料サービスの利用

「無料」とうたっているオンラインゲームで遊んでいる間に、アイテムが有料であることに気づかず購入してしまったため、高額の料金を請求されてしまうトラブルが、子どもの間で多く発生しています。

3. 家庭でのルールづくり

こうしたトラブルに巻き込まれることなく、子どもたちが安全に、安心して携帯電話やスマホでインターネットを利用するために、保護者がその特徴や、様々なリスクについても理解しながら、子どもを見守ることが重要です。そのためのポイントを紹介します。

【ポイント1】 子どもに携帯電話やスマホを持たせるときは目的を明確に

【ポイント2】 有害情報へのアクセスを制限するフィルタリングの活用を

【ポイント3】 親子で話し合っ、家庭でのルール作りを

万が一、トラブルが生じたときには、すぐに保護者や学校の先生に相談するよう、普段から子どもと話しておきましょう。

決めておきたい我が家のスマホのルール（例）

- 食事中はスマホや携帯電話を使わない。
- 家ではリビングだけで使う。（充電もリビングでする。）
部屋に持ち込まない。（充電器を持ち込まない）
- 夜 9 時以降は使わない。（普通、電話も夜 9 時以降は失礼に当たります。）
- フィルタリング（アクセス制限）サービスを利用する。
- 自分の個人情報を書き込まない，また他の人の悪口も書き込まない
- 掲示板などに他人が不快に思うようなことは書き込まない。
- 困ったときは，すぐに保護者や学校の先生に相談する。

子育て相談受付中

子育ての悩みやお子さんの心配ごと、気になることの相談をお受けいたします。一人で抱えこまず、まずはお電話ください。

相談電話番号 0475-80-1456

受付日及び時間 月・火・水・木 9:00~14:30

（木曜日の午後と祝祭日は除く）