

はじめに

この家庭教育手帳は、乳幼児期から中学生の子どもをもつお父さん・お母さんが、親子の絆を深め、心豊かな子どもを育てていくことを応援するためにつくられました。

この手帳には、家庭での教育やしつけに関して、それぞれの家庭で考え、実行していただきたいことが書かれています。ぜひ、お父さん・お母さんにお読みいただき、子育てのヒントとしてください。そして、子育てをされているお父さん・お母さんの周りにいらっしゃるおじいさん・おばあさんをはじめ、多くの方々にもぜひお読みいただきたいと思います。

また、巻末には、家庭教育や子育てに役立つ情報提供・相談窓口などを紹介していますのでご活用ください。

子育ては大変なものですが、大きな喜びや楽しみをもたらすものでもあります。この手帳が、その一助となれば幸いです。

この手帳の見方

各ページの上隅にあるマークは、主な対象年齢を示しています。



……主に乳幼児期の子どもに関すること



……主に小学生(低学年～中学年)の子どもに関すること



……主に小学生(高学年)～中学生の子どもに関すること

目次

1. 家庭とは？

子どもが家で身につけたことは、
生涯、ずっと生き続ける。

- 子どもたちのいちばんの願い、それは何だと思いますか？……6
- 自分を大切にできないならば、子どもを大切にすることもできない。……7
- 子育ては母親の仕事、そう思っているお父さんは要注意。……8
- 話せばわかるとは限らないが、話さなければもっとわからない。……9
- 前向きな親の姿は、きっと子どもに届いている。……10
- これまでの常識では通用しない問題が増えている。……10
- あなたの生き方が、子どもへの最高の教育になる。……11

2. 子どもの生活リズム

生活リズムは、子どもの健やかな成長のためのエネルギー源です。

- 早寝早起き朝ごはん……14
- 子どもの健やかな成長のために、睡眠は大切です。……15
- 一日のスタートは朝食から。……15

3. 思春期

からだ心も身体も大人へ。

- からだ心も身体も大人ではないけれど、全くの子どもでもない。……18
- この時期は、友達の影響を受けやすい。……20

4. しつけ

正しいしつけは子どもへの大切な贈り物。

- 子どもは「親」のぬくもりを求めています。……22
- 子どもは SOS がうまく言えない。……23
- 良いことをしたときはしっかりほめてあげる。……23
- 万引きはゲームじゃない、犯罪だ。……24
- 酒・タバコぐらいは大したことではない、と思っていないですか。……25
- 「覚せい剤には手を出さない」と、子どもが自分で決めるために。……26
- 「援助交際」なんて言葉にはだまされない。……27
- ずいぶん厳しくしか叱られたけど、今ではそれに感謝しています。……27
- 感情にまかせて叱ることとしつけとは違う。……28
- 特別な支援が必要な子どもがいます。……29
- いちばんの友達はテレビ、なんて寂しすぎる。……30
- 子どもを理解し、逃げずに見守る……31
- 幸せとは手に入れるものではなく、すでにこうして生きていることかも。……31
- だれも一人だけでは生きられない。……32

5. 家庭でのルール

ルールを守るものは、ルールに守られる。

- ルールってだれのためにあるんだろう。……34
- 子どもの言うことを何でも聞くことが、親のやさしさとは限らない。……35
- テレビやビデオは使いよう。……36
- 携帯電話やパソコンは使いよう。……37
- 情報モラルについて
家庭で話し合しましょう。……37
- 子どもを有害な情報から守るために。……38
- 子ども部屋を与えるときには、そのルールも与えよう。……39
- 家事を手伝わせたなら、子どもがしっかりしてきた。……40



6. 安全と健康

心も身体も健康でいよう。

- おなかの赤ちゃんは、一日ごとに成長しています。……42
- 子どもの安全のために親が工夫をしよう。……42
- 危険を知ることが、身を守ることにつながる。……43
- 食生活の乱れは、心身のバランスも乱す。……44
- 一緒に食事をするって、とても大切。……44
- 子どもたちの体力が低下しています。……45



7. 体験・ゆとり

さまざまな体験が子どもを大きくする。

- 子どもは遊びが仕事です。……48
- 「疲れた」「疲れた」と言う子どもが増えている。……50
- 人生で大切なことは、自然の中で学んだ。……50
- 年上・年下の友達と遊ぶことは、とても大切なことだ。……51
- 家でやる年中行事にも、深い意味があるんだね。……51
- 放課後や休日に子どもたちが多様な活動ができる居場所をつくろう。……52



8. 思いやり

愛は、家庭で教わらなかつたら
よそで学ぶのはムズカシイ。

- ピンチのときこそ、
家族の絆きずなが試される。……54
- 親が子に期待するのと同じくらい、
子は親に期待している。……55
- 子どもは親の姿を見て学んでいく。……55
- 人からもらう幸せだけでなく、
人のためにできる幸せもある。……56
- いじめは人間として
恥ずかしい行いだ。……56
- みんなそれぞれが
世界でたった一つの命なんだ。……57
- いちばんすてきな本は、
お父さん・お母さんの声で読む本だ。……58
- いい本に出会うことは、
いい人に出会うことに似ている。……58
- だれもがよりよく
生きようとしている。……59
- 人を差別するような子には
なってほしくない。……59



9. 個性と夢

人は夢を育て、夢は人を育てる。

- 完璧べきな人なんてどこにもいない。……62
- 自分で考え自分で行動できる人に
育てほしいなら。……62
- 夢をもつと、人は強くなる。……63
- 同じ子どもなんて一人もいない。……64
- ダメなところを責めるより、
良いところを増やしていこう。……65
- 「早」過ぎたるは及ばざるがごとし。……65
- 学校へ行けない子どもの苦しさを、
どんなだろう。……66
- 子どもにとっての
「いい学校」って何だろう。……66
- 一人でもわかってくれる人がいれば
生きていける。……67

情報編



家庭教育・子育てについて知りたいときは

- こどもの発育・発達や健康……70
- 養育上の悩みや非行・虐待など児童の福祉……70
- 家庭教育など……70
- 地域子育て支援拠点施設……71
- 学校、いじめ、不登校など……72
- 家庭教育に関する学級・講座……72
- 仕事と育児の両立……72
- 子どもや親子のための行事や施設の問い合わせ先……73
- 地域の子どもの健全育成のための活動……73

1. 家庭とは？

子どもが家で身につけたことは、
生涯、ずっと生き続ける。





子どもたちのいちばんの願い、 それは何だと思いますか？

「あなたの家庭にもっと望むことがあるか」と子どもたちに聞いたところ、どの年代の子どもでもいちばん多かった答えは「家族のみんなが楽しく過ごす」でした。

そんな当たり前のことを子どもたちが願わざるを得ない現実を、親として真剣に受け止めたいものです。

必要なモノさえ与えていれば子どもは育つ、と思えた時代もありましたが、いまや楽しい家庭は家族が意識的に協力し合わなければなかなか得られません。

子どもにとって心安らく居場所になっているかどうか、家庭を見つめ直してみましよう。



安らぎのある楽しい家庭をつくる



自分を大切にできないならば、 子どもを大切にすることもできない。



ほんわか
本和加家の場合

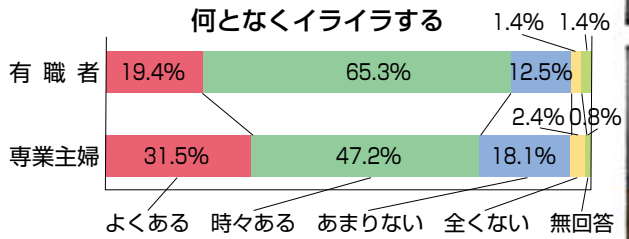
子育ては大事ですが、一日中、わき目もふらずに集中しては疲れてしまいます。親のイライラは、子どもにも伝わっていくものです。

大変な子育てだからこそ、自分の時間をつくり、心を健康に保つことが大切です。夫婦で助け合ったり、子育てサポーターや子育てネットワークといった育児を手伝う仲間や仕組みを活用したりして、リフレッシュする時間をつくりましょう。

親が幸せで笑顔でいる家庭でこそ、子どもも幸せを感じられます。



育児にイライラする母親の割合



(注1) 第1子が小学校入学前の女性を対象に調査
(注2) 有職者にはフルタイム、パートタイムを含む
資料：「平成10年度国民生活選好度調査」経済企画庁(当時)

親の笑顔が子どもの笑顔をつくる



子育ては母親の仕事、 そう思っているお父さんは要注意。

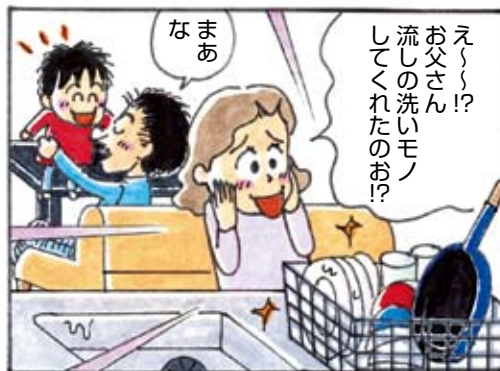
妊娠中は、つわりがあったり、おなかが大きくなり動きが制限されたり、また、気持ちも不安定になりやすいので、父親がしっかりサポートすることが大切です。この時期は、父親・母親となるための心の準備をする大切な時期でもあり、お互いに支え合うことが夫婦の絆^{きずな}を強くします。

また、育児中も母親だけに子育ての責任がゆだねられ、家庭での父親の存在感が薄いことが指摘されています。父親の家庭への理解や協力が無いままでは、母親の子育てに対する不安感や負担感が増したり、母と子の関係が密着しすぎたりすることにつながる心配があります。

妊娠中から、父親がもっと家庭の中での役割を積極的に担い、夫婦で子育てについてもよく話し合っていくことが大切です。

夫婦として親として、子育てを通して成長していきたいものです。

夫婦で共同して子育てをする



ほんわか
本和加家の場合



話せばわかるとは限らないが、 話さなければもっとわからない。



ほんわか
本和加家の場合

夫婦の間、親子の間での会話を増やしていくことが、家庭づくりのすべての基礎になります。ほんとは夫婦でも親子でも何でも話せる仲でありたいものです。

日々の会話を増やすには、できるだけ一緒に食事をし、お互いにその日にあったことを話すと、一緒に家事をしたりスポーツをしたり、また地域のボランティア活動に参加したりする、などの工夫をすることが大切です。

また、思春期になると、男女とも身体が急速に成長し始めます。不安やとまどいなどが無いよう、身体の変化について話してあげることが大切です。



きずな
会話を増やし、家族の絆を深める





前向きな親の姿は、きっと子どもに届いている。

ひとり親家庭や共働き家庭では、親が働きながら子育てをするため、ゆっくりと子どもと接する時間が少なくなりがちです。しかし、子を思い、より良い将来に向かって努力する親の姿は、しっかりと子どもたちの心に響いているはずですよ。

また、さまざまな悩みなどは、ひとりで抱え込まず、親類や友人の協力を得たり、地域の相談窓口や子育てサポーターや子育てネットワークといった、子育てを応援・サポートしてくれるシステムなどを積極的に活用したりしましょう。



ひとりで悩まず、前向きに子育てしよう

これまでの常識では通用しない問題が増えている。

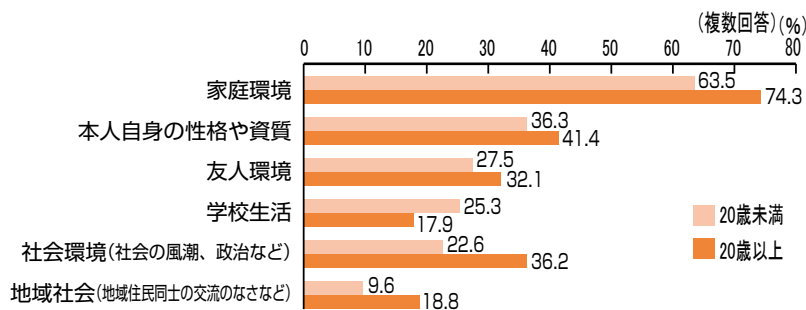
子育ての不安、いじめや不登校などで悩みを抱えたとき、配偶者や親・きょうだい・友人などに相談することが多いのですが、それだけでは解決できないときもあります。社会の急速な変化や家庭の多様化から、これまでの教育や子育ての経験だけでは適切な助言が難しい問題も多いからです。そういうときは迷わず専門家に相談しましょう。

学校の先生・スクールカウンセラー・家庭教育相談・教育センター・警察の少年相談窓口・児童相談所・精神保健福祉センターなどさまざまな相談機関があります。

それぞれの特色を知り、相談内容にふさわしい機関を選び勇気を出して相談してみましょう。

時には専門家の知恵を借りる

非行の大きな原因



資料：「少年非行問題等に関する世論調査」平成13年・内閣府

(注) 全国20歳未満の者(1,333人)、全国20歳以上の者(2,162人)を対象に調査



あなたの生き方が、 子どもへの最高の教育になる。

これまでは勤勉で従順な人が社会から求められましたが、これからは問題を解決するために自分で考え、工夫し、行動する、勇気ある社会人が求められます。

自分の会社の利益だけでなく、家庭や地域、そして社会全体にまで目を配り積極的にかかわれる人に育てるために、まず親自身がその大切さを理解し、努力・挑戦することが大切です。



より良い社会をつくる努力を
子どもに見せる



ほんわか
本和加家の場合





2. 子どもの生活リズム

生活リズムは、子どもの健やかな成長のためのエネルギー源です。





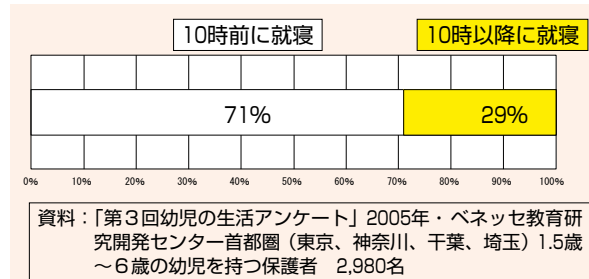
早寝早起き朝ごはん

規則正しい睡眠と毎日の朝ごはん。簡単なようでいて、けっこうたいへん。でも、これをきちんとやっている子どもほど勉強も運動もよくできるというデータもあります。

早寝早起き朝ごはん子どもたちに元気よく1日をスタートしてもらいたいものです。

「早起きは三文の徳」、「寝る子は育つ」などということばもあります。あらためて、子どもの生活リズムについて考えてみましょう。

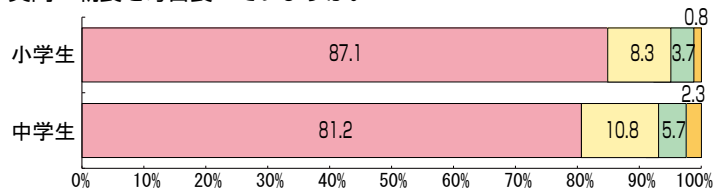
就学前の幼児における就寝時間



子どもの生活リズムを見直そう

① 朝食をとる小中学生の割合

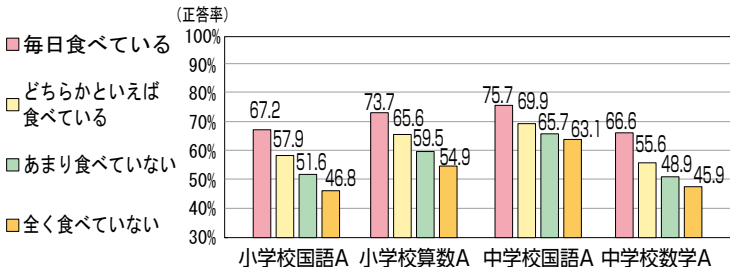
質問：朝食を毎日食べていますか。



資料：「平成20年度全国学力・学習状況調査（小学6年生約116万人 中学3年生約108万人）」文部科学省

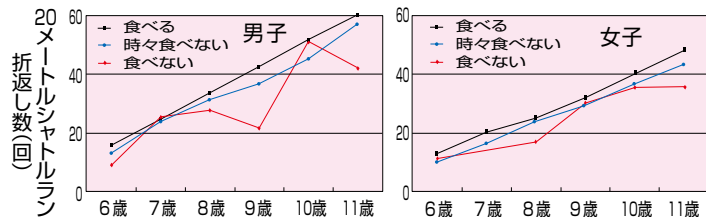
② 毎日朝食をとる子どもほど、学力調査の平均正答率が高い傾向

質問：朝食を毎日食べていますか。



資料：「平成20年度全国学力・学習状況調査（小学6年生約116万人 中学3年生約108万人）」文部科学省

③ 毎日朝食をとる子どもほど、持久力が高い傾向



資料：「平成19年度体力・運動能力調査報告書」文部科学省

子どもの健やかな成長のために、睡眠は大切です。



子どもたちの寝る時間が遅くなり、睡眠時間も短くなっています。深夜テレビや24時間営業の店などが世の中にあふれる中、家庭においても、大人の夜型の生活に子どもを巻き込んでいるのではないのでしょうか。

早寝早起きの習慣をつけて、十分な睡眠をとることは、子どもの健やかな成長と生活リズムを確立するために大切です。家庭で早寝早起きのルールをつくり、習慣をつけるようにしましょう。



早寝早起きの習慣をつけさせる

一日のスタートは朝食から。

なぜ、朝食をとることは大切なのでしょうか。

朝食は一日の生活のスタートです。朝食をとることにより身体にエネルギーを補給し、集中力ややる気、体力を発揮し持続させ、一日の身体のリズムを整えることができます。

特に、子どものころは食生活を含めた基本的な生活習慣が形成されていく大切な時期です。朝食をしっかりとる習慣を子どものころに身につけることは、生涯を通じて健康な生活をおくる基礎を培うことにもつながるのです。



朝食をしっかりとる



3. 思 春 期

からだ
心も身体も大人へ。



思春期…

この時期は、心も身体も大人ではないが全くの子どもでもない状態（思春期初期）から始まり、次いで大人と子どもが入り交じりせめぎあう状態（思春期中期）、そして最後には心も身体も大人であることを確かなものとしていく状態（思春期後期）の3つの段階に分けることができます。

※「思春期の子どもと向き合うために（文部科学省編集）」より



からだ 心も身体も大人ではないけれど、 全くの子どもでもない。

思春期とは、^{からだ}身体の成長に心の成長が追いつかず、だれもが不安定な気分になりやすい時期です。「私は何なのか」「私はどう生活したらいいのか」などと自分に直面し、自分を見る「もう一人の自分」が意識されるようになります。小さなことで有頂天になったり、逆にひどく傷ついて落ち込んでしまったりします。異性への興味が高まったり、親や先生がうっとうしく感じるようになり、自分だけの秘密をもち始めます。

こうした心の変化に対し、身体では、体型全体の大人化が著しく進みます。女性では月経、男性では射精が始まります。また、抑えがたい性衝動が性非行を含むさまざまな問題行動の原因へとつながることもあります。

まず、「思春期」について親がしっかりと理解を深めましょう。

思春期について理解を深めよう



言うことを聞かないのは、子どもの自立が始まった証拠。



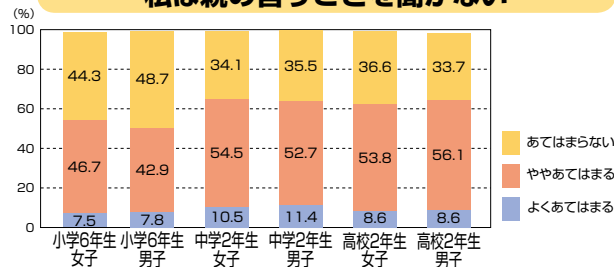
ほんわか 本和加家の場合



親にとってみれば、「こんな子ではなかつた、どうしたものか」ととまどうでしょう。子どもの複雑な思春期の始まりです。この時期は、子どもの大きな変化の助走期ともいえます。

この時期に子どもが言うことを聞かなくなっても、いたずらに動揺したり抑えついたりする必要はありません。それは子どもの自立や親離れが始まった証拠です。むやみな干渉やお説教はできるだけ控えて、子どもの力を信じながら、あたたかく見守りましょう。ただし、腫れ物にさわるように接するのではなく、これまで以上に会話などを通じてかかわる努力が欠かせません。その際には、行動の結果にはきちんと責任が伴うことを自覚させることも大切です。

私は親の言うことを聞かない



(注) 各学年、約2,000人を対象に調査

資料：「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査」平成14年・文部科学省

思春期の子どもと向き合い、見守る



この時期は、 友達の影響を受けやすい。

思春期は仲間や友達の存在が、家族以上に重要になる時期でもあります。

家族よりも、友達同士のルールの方が大切になり、ときには親にうそをついても、友達同士のつながりを守ろうとすることもあります。それだけに友達からの影響は大きく、「いじめ」も問題になりやすいのです。

心配だからといって、子どもの行動を監視したり、根ほり葉ほり話を聞きだそうとする必要はありませんが、普段からの会話を通じて、子どもと友達の関係を理解するよう心がけましょう。



子どもの友達を知る

4.しつけ

正しいしつけは
子どもへの大切な贈り物。





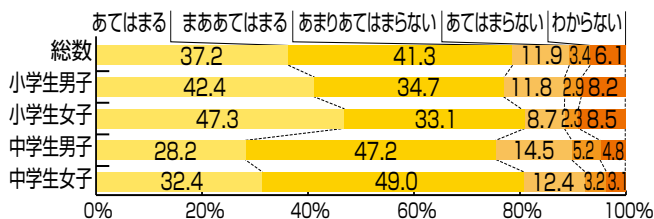
子どもは「親」のぬくもりを求めています。

人は愛され理解されたがっている存在です。理解されないときの不満がたまることでもあります。突然子どもがキレたとき、本人も親も理由がよく見えず、怒ったり苦しんだりしますが、理由はあるのです。

日ごろから相手の話をじっくり聞く、同じ目の高さで考える、深い関心を払う、といった姿勢を親が身につけることで、子どもは親に愛されている実感を得ることができます。

子どもは愛されていると感じるとき、安定した気持ちで問題に立ち向かうことができます。そして不必要に攻撃的にならず、他者や問題を受け入れることができ、大きく成長できるのです。

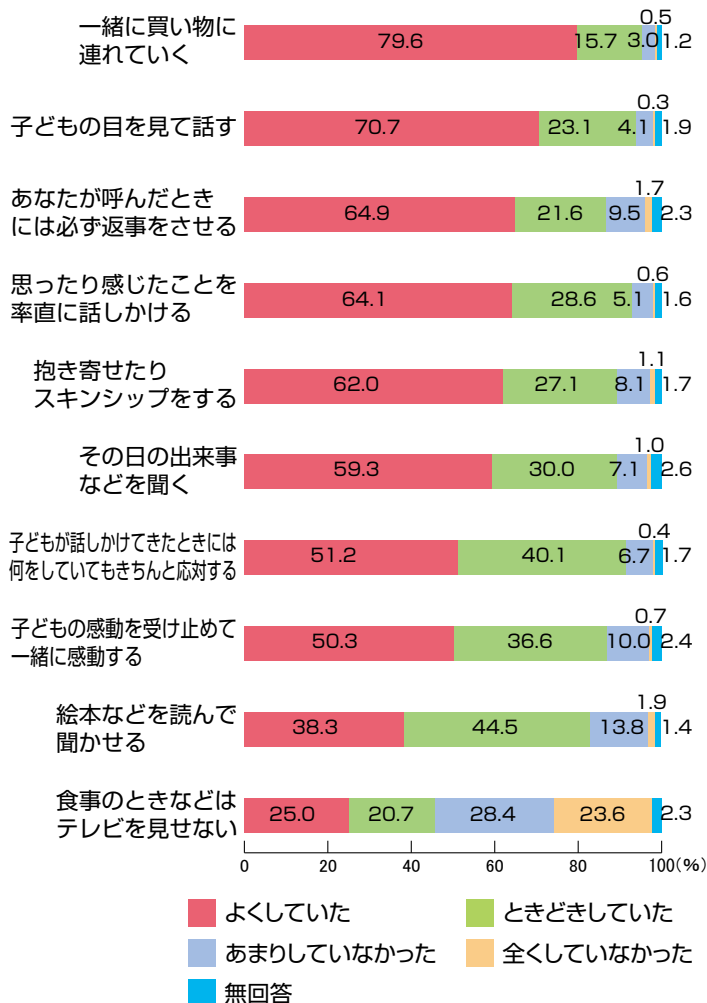
親は自分のことをわかってくれている



(注) 小学4年生～中学3年生の男女2,243人を対象に調査
資料：「低年齢少年の価値観等に関する調査」平成12年・総務庁(当時)

子どもが愛されていると実感できる コミュニケーションをする

幼児期のときのコミュニケーションについて



(注) 25歳～54歳までの男女約3,900人を対象に調査。
資料：「家庭の教育力再生に関する調査研究」平成13年・国立教育政策研究所内「家庭教育研究会」

子どもは SOS がうまく言えない。



親のイライラした感情やスキンシップの不足、過保護・過干渉などは子どもの心の健康に影響を及ぼし、それは、しばしば身体的なサインになって現れます。また、いじめや不登校につながる悩みなど、子どもが心の問題を抱えたときにも現れます。

腹痛・吐き気・下痢・食欲不振・めまい・頭痛・発熱といった症状や過食・不眠・指しゃぶり・爪かみといった行動までさまざまなサインがあります。サインに気づいたら、病気だと心配するだけでなく、心の問題が原因になっていないか考えましょう。

「気のせいだ」「わがまま」「ズル休み」というような言葉で片づけず、様子をよく見、話をよく聞き、理解しようとする姿勢が大事です。

また、かかりつけの医師にもよく相談してみましよう。

心理的な問題による^{からだ}身体・行動のサインの例

身体：腹痛・吐き気・下痢・食欲不振
めまい・頭痛・発熱

行動：過食・不眠・指しゃぶり・爪かみ

子どもの身体や行動に現れるサインを見逃さない

良いことをしたときはしっかりほめてあげる。

「自分さえ良ければいい」「ルールを守らない」という人は、なかなか人から信頼されないものです。子どもがそういうことをしたとき、ちゃんと正さないと、それでいいのだと勘違いした困った人に育ってしまうかもしれません。

「自分の子だけ良ければいい」という考え方(自子主義)はやめ、間違っしかたことは愛情をもって本気で叱り、正しくしつけましょう。

そして、親自身もルールに反することはしないように気をつけましょう。子どもに信頼され、尊敬される親であり続けるためにも。

間違っしかた行いはしっかり叱る



万引きはゲームじゃない、 犯罪だ。

「スリルや刺激を求めて」「ゲーム感覚で」「仲間がするから」といった理由で万引きなどの非行をする子どもたちがいます。しかも、その多くは「悪いことをしている」

という罪悪感がほとんどありません。

親は「悪いことは悪い」とはっきり言い、万引きや自転車泥棒などはれっきとした「犯罪」であることを子どもにしっかり理解させましょう。

また、子どもが万引きなどをしてしまったときには本気で叱り、子どもとともに迷惑をかけた人にきちんと謝るなど、子どもが心から反省し、二度としない決意をするように促しましょう。

刑法犯少年の補導人員

約10万3,224人(平成19年、前年比8.5%減)
少年人口千人当たり約13.8人

資料：「警察白書」平成20年・警察庁

万引き、盗みなどの非行を許さない

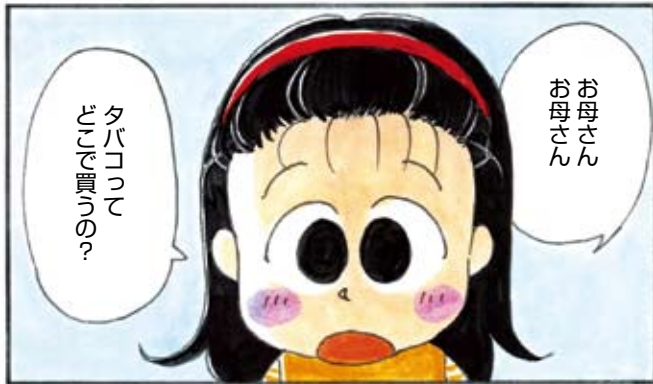




酒・タバコぐらいは大したことではない、と思っていないですか。



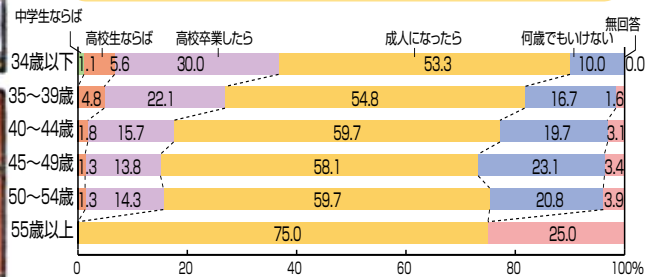
ほんわか 本和加家の場合



20歳までは、心と身体の成長のために特に大切な時期です。未成年者は急性アルコール中毒になりやすい、未成年でたばこを吸い始めた人は、大人になってからの人よりも肺ガンにかかりやすいなど、子どもの飲酒・喫煙が多くの悪影響を及ぼすことが医学的に明らかになっています。また、飲酒・喫煙は子どもの生活の乱れを招き、薬物乱用などのさらに危険な行動につながる入口でもあります。

親は、子どもの飲酒・喫煙から目を背けたり、大したことはないと許したりせず、きちんと注意し、法律で禁止されていること、身体に害があることを、子どもが納得するようによく話し合ひましょう。

保護者の許容性（たばこを吸う）



(注) 小・中学生の子どもを持つ保護者約2,000人を対象に調査
資料：「非行原因に関する総合的研究調査」平成11年・総務庁（当時）

子どもの飲酒・喫煙を許さない



「覚せい剤には手を出さない」と、 子どもが自分で決めるために。

覚せい剤などの薬物の乱用が子どもたちの間に広がっています。その背景には、薬物が簡単に手に入るようになったことに加え、子どもたちが薬物を「エス」「スピード」と軽く呼んでいたり、「ダイエットに効く」と誤解するなど、薬物の怖さを理解せず、罪悪感が薄くなってきていることなどが挙げられます。

売る側は、都合のいいことしか言いません。親は、薬物は一度使うだけでも犯罪だという毅然とした態度をとることが大事です。そして、薬物はやめられずに依存症になってしまう危険があること、心身そして人生を崩壊させてしまうこと、本人や周囲の人間の苦悩はとて大きいことなどについて、親子で話し合うようにしましょう。

どんな誘惑があっても、親子の信頼関係が子どもを自ら守らせることにつながります。



薬物の危険性を親子で理解する



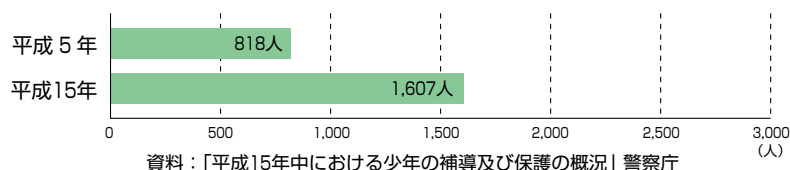
「援助交際」なんて言葉にはだまされない。

「援助交際」という名の売買春が増えてきています。売春をブランド品の購入などのためのこづかい稼ぎだと割り切る考え方には、毅然として「いけない」と言わなければいけません。

また、行動の背後には、心の問題もあると言われます。学校や家庭に居場所を見つけられない寂しさなどの内面のストレスや葛藤に目を向けていくことも大切です。

子どもに愛情と関心をもち、話を聞きましょう。その際、「援助交際」は売買春であり違法であること、薬物や暴力団などの犯罪に巻き込まれる危険があること、望まない妊娠や性感染症を招くおそれがあること、将来の人生の心の重荷になること、などに気づくように働きかけましょう。

「遊ぶ金欲しさ」の性の逸脱行動で補導・保護された女子少年の人数



「援助交際」をさせない

ずいぶん厳しく叱られたけど、^{しか}今ではそれに感謝しています。

いけないことをいけないことと思わない子どもたちが増えていきます。

「自分さえ良ければいい」「ルールを守らない」という人は、なかなか人から信頼されないものです。間違っただけの本気で叱り、その場で正すことが本当の愛情です。「自分の子だけ良ければいい」という考え方(自子主義)はやめ、叱るときには何がいけないのか、理由をきちんと伝えましょう。また、気分や感情に流されず一貫性をもって叱ることも大切です。

そして、親自身もルールに反することはしないように気をつけましょう。子どもに信頼され、尊敬される親であり続けるためにも。

間違っただけはしっかり叱る



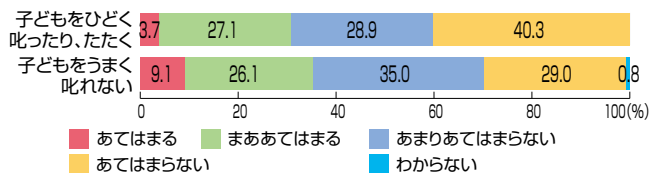
感情にまかせて叱ることとしつけとは違う。^{しか}

しつけは大切ですが、しつけなくては、という気持ちから、ついたたいてしまい、その行為に歯止めがきかなくなってしまう場合もあります。子育てのイライラやストレスが、子どもへの愛情を忘れさせ、叱るという行動にすりかわっているのではないのでしょうか。

上手な叱り方のヒントは、「叱られる側」の子どもの立場にもなって考えること。「そう言われたら子どもはどう感じるだろうか」「子どもはどう受けとめるだろうか」、まずここから考えてみましょう。

子どもの心や身体^{からだ}を傷つけるような叱り方は、教育的な効果がないばかりでなく、児童虐待につながる可能性もあります。

子育てについての実感



(注) 小学4年生～中学3年生の子どもを持つ親2,266人を対象に調査
資料: 「低年齢少年の価値観等に関する調査の概要」平成12年・総務庁(当時)

「叱られる側」の子どもの立場も考えてみる

子どもを虐待から守るために

● 子どもを虐待から守るための5ヶ条

- ①「おかしい」と感じたら迷わず連絡 〈通告してください〉
- ②「しつけのつもり…」は言い訳 〈子どもの立場で判断〉
- ③ひとりで抱え込まない 〈あなたにできることから即実行〉
- ④親の立場より子どもの立場 〈子どもの命が最優先〉
- ⑤虐待はあなたの周りでも起こりうる 〈特別なことではない〉

「児童虐待」とは？

- ①身体的虐待(なぐる、けるなどの暴行)
- ②性的虐待(わいせつな行為をしたり、させたりすること)
- ③ネグレクト(子どもの監護を怠ること)
- ④心理的虐待(子どもの心を著しく傷つける言動)

※平成16年の法改正により、次のような行為も児童虐待とされることになりました。

- 保護者以外の同居人による虐待を放置すること(上記③)
- 子どもの目前で配偶者等へ暴力をふるうこと(上記④)

児童相談所における児童虐待相談の対応件数

平成2年度と比較して、平成19年度は約37倍に増加

(H2:1,101件→H19:40,639件) ※厚生労働省調べ

「児童虐待」として寄せられる相談件数が年々増えています。もっとも信頼を寄せるべき親からの虐待は、子どもの心に大きな傷を与えます。虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときは、すぐに最寄りの福祉事務所や児童相談所等へ連絡(通告)してください。早期発見、早期対応が何よりも大切です。

特別な支援が必要な子どもがいます。



子育てやしつけをしている中で、「ことばのやりとりがうまくいかない」、「いつまでも落ち着きがない」、など、育てにくさを強く感じる場合があります。これらが個人差とされる場合もありますが、LD・ADHD・高機能自閉症等の発達障害がその理由の一つかもしれません。これらは生まれつきのものであり、子育ての仕方

に原因があるわけではありません。発達について心配があったら、一人で悩まず、できるだけ早く地域の発達や養育相談の窓口

に相談してみるとよいでしょう。早期からの専門的なアドバイスを受けて、効果的な働きかけをすることによって、その子の困っている状態の改善が期待されます。

なお、国においても、一般国民や教育関係者

発達障害教育情報センター ((独)国立特別支援教育総合研究所)
<http://icedd.nise.go.jp>
発達障害情報センター (厚生労働省)
<http://www.rehab.go.jp/ddis/index.html>

発達障害の可能性も考えてみる

発達障害とは

ここでは、「発達障害者支援法」で規定された発達障害の主なものについて解説します。

子どもがどのタイプに分類されるかということも大切ですが、その障害の基本的な特性を踏まえた上で、どのように対応することが有益なのかを知ることはもっと大切です。

1. LD (学習障害 : Learning Disabilities)

LDとは、全般的な知的発達に遅れはないものの、聞く、話す、読む、書く、計算する又は推論する能力のうち、特定のものの習得と使用に著しい困難を示す様々な状態をさすものです。

その原因としては、脳などの中枢神経系に何らかの機能障害があると推定されています。また、視覚障害などの障害や、環境的な要因が直接的な原因となるものではありません。

2. ADHD (注意欠陥多動性障害 : Attention-Deficit /Hyperactivity Disorder)

ADHDとは、年齢あるいは発達に対して不釣り合いな注意力と多動性(衝動性)のどちらか、あるいはその両方を特徴とする行動の障害で、社会的な活動や学習に支障をきたすものです。症状は7歳以前に現れ、その状態が継続します。脳などの中枢神経系に何らかの機能不全があると推定されています。

3. 自閉症

自閉症とは、3歳位までに現れ、他人との社会的関係の形成の困難さ、言葉の発達の遅れ、興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害です。この障害も、脳などの中枢神経系に何らかの機能不全があると推定されています。

また、自閉症の中で知的発達の遅れを伴わないものを「高機能自閉症」と言います。

なお、類似する障害である「アスペルガー症候群」も、他人との社会的関係の形成の困難さ、興味や関心が狭く特定のものにこだわることなどの特徴がありますが、知的発達の遅れを伴わず、かつ、言葉の遅れを伴いません。

※自閉症と特徴が重なり合う障害を総称して「広汎性発達障害」や「自閉症スペクトラム」又は「自閉症スペクトル」と呼ぶこともあります。



いちばんの友達はテレビ、 なんて寂しすぎる。

テレビやテレビゲーム、ビデオにばかりのめり込むと、屋内に閉じこもる、人や自然とふれあう体験が不足する、人間関係をつくる力や他人を思いやる心が育たない、生や死の現実感覚が薄くなる、仮想と現実の区別がつかなくなるなど、子どもの健全な心の成長に影を落としかねません。

友達との遊びや自然体験などの機会を用意し積極的に参加させるとともに、テレビやテレビゲーム、ビデオにばかりのめり込み過ぎないようにルールをつくり、それを守る習慣をつけさせましょう。

例えば、テレビゲームソフトを選ぶ際には、ゲーム内容によって対象年齢を表示するマーク^(※)があるので参考にするなど考えられます。

※対象年齢マーク…CERO(特定非営利活動法人コンピュータエンターテインメントレーティング機構)が行っている家庭用ゲームソフトの年齢別レーティング(格付け)により対象年齢を各テレビゲームソフトに表示しています。各ゲーム内容に過激な暴力表現・性描写、反社会的な内容がどの程度含まれているかなどについて審査し、対象年齢を決定しています。

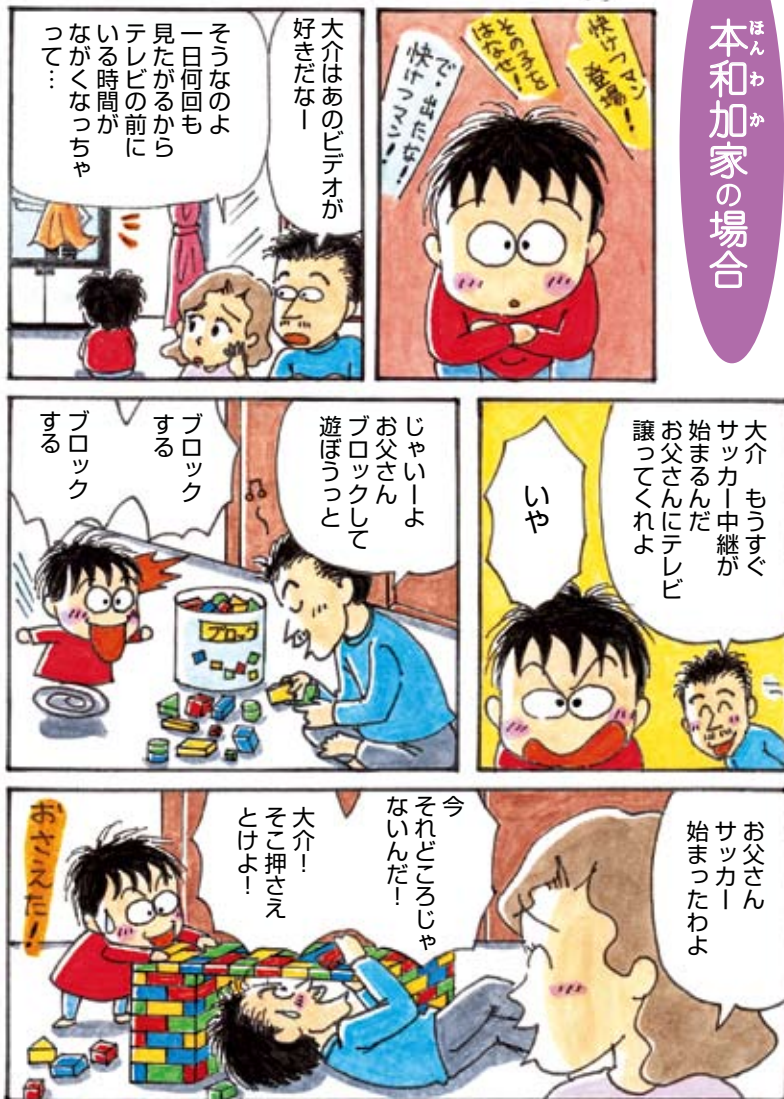


CERO「各ゲームのレーティング状況や制度の詳細について」
…<http://www.cero.gr.jp/rating.html>

テレビやテレビゲームに浸らせない



ほんわか
本和加家の場合

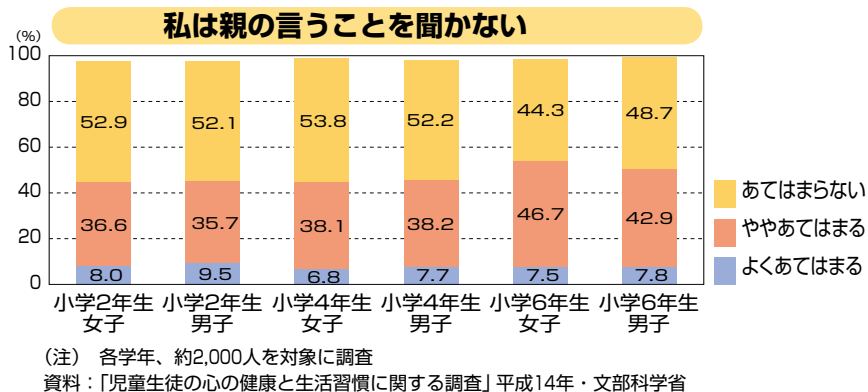




子どもを理解し、逃げずに見守る

思春期や反抗期がくると、身体^{からだ}の成長に心の成長が追いつかず、ちょっとしたことで有頂天になったり深く傷ついたりします。また、異性や性への興味が高まる、自我が強まり親や先生がうっとうしくなる、秘密をもつなど、成長という変化の中で心が最も不安定になります。これは、子どもの自立や親離れが始まった証拠です。むやみに干渉し過ぎず、子どもの力を信じてあたたかく見守りましょう。

しかし、それは腫^はれ物にさわるような接し方とは違います。冷静に子どもの姿を見つめ、常に会話を重ねる努力をしましょう。



幸せとは手に入れるものではなく、 すでにこうして生きていることかも。

幸せとは、家族や友人がいて、空気や水があって、地球という星が差し出してくれるものに支えられて生きていること、ともいえます。幸せになるのに必要なのは、当たり前^{あたりまえ}の生活の中ですでにある幸せに気づき、感謝し、それを味わうことです。

感謝の気持ちから、ものを大切に^{大切に}してゴミを減らす、海や山でゴミを捨てない、水や電気を無駄遣いしない、などを小さいころから習慣づけることが大切です。そうした身の回りの小さなことの実践が、環境を大切に^{大切に}する心をはぐくみます。

環境を大切に^{大切に}する心^心を育てる





だれも一人だけでは生きられない。

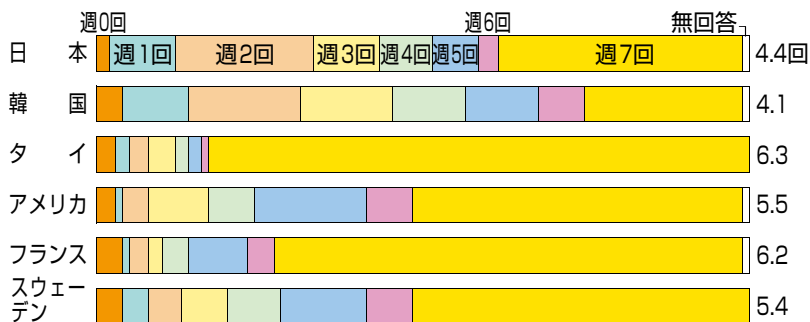
私たちは皆、助けられ支え合って生きています。当たり前のことですが、同年齢の友人や先生や家族に囲まれて生活している子どもには、このことは気づきにくくなっています。休日に、地域の活動やボランティアなどに親子で進んで参加してみましょう。子どもの成長に応じて、自分でできることを見つけ、行動していく機会を与えることは、子どもにとって「自分は社会の一員だ」という意識を高めることにつながります。また、いろいろな大人と一緒に活動することは、将来の進路や生き方を考えていく上でも、社会のルールを知っていく上でも貴重な機会です。

違う考え方や価値観に出会い、我慢したり譲ったり交渉したりする経験の中で、社会性が身につきます。

家庭教育に関する国際比較調査について

独立行政法人国立女性教育会館では、日本および諸外国の家庭・家族の変化、家庭教育の実態、親の意識等を調査し、現代日本の家庭教育の特色や課題を明らかにするため、平成16年度・17年度に「家庭教育に関する国際比較調査」を行いました。(対象国:日本、韓国、タイ、アメリカ、フランス、スウェーデン)

家族で夕食をとる頻度が韓国に次いで少ない



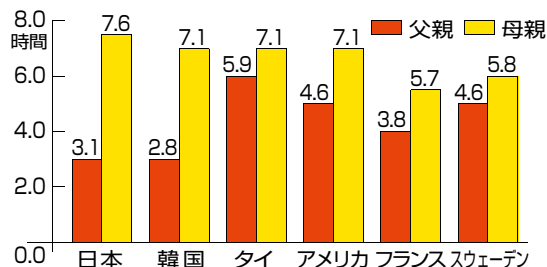
(注) 12歳以下の子どもと同居している親、あるいはそれに相当する人、各国約1,000人を対象に調査

資料:「平成16年度・17年度家庭教育に関する国際比較調査」国立女性教育会館

社会性を身につけさせよう

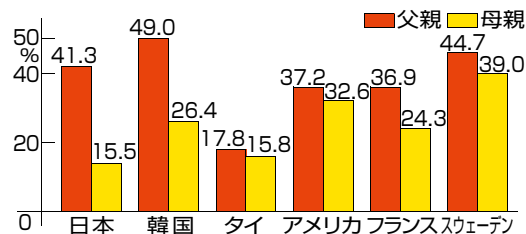
平日1日に子どもと一緒に過ごす時間

(寝ている時間除く)～父親は少なく、母親は多い～



子育て上での悩みや問題点

～父親は「子どもと接する時間が短い」と悩んでいる～



(注) 12歳以下の子どもと同居している親、あるいはそれに相当する人を対象に調査

資料:「平成16年度・17年度家庭教育に関する国際比較調査」国立女性教育会館

5. 家庭でのルール

ルールを守るものは、
ルールに守られる。





ルールって だれのためにあるんだろう。



子どもたちは、家庭でのルールや約束を守ったり破ったりしながら、人との関係の在り方や社会のルールの大切さを学んでいきます。

家庭のルールには、あいさつ、家に帰る時間、寝る時間、きちんとした姿勢などの生活上のルールもあれば、他人に迷惑をかけない、うそをつかないなどといった道德上のルールもあります。

しつけに一貫性をもたせ、しっかりと身につけさせるためにも、夫婦がよく相談してはっきりしたルールをつくり、子どもとともに親もそれを守りましょう。また、子どもの意見を聞いて一緒にルールをつくるという姿勢も大切です。



我が家の生活の約束事やルールをつくる



子どもの言うことを何でも聞くことが、 親のやさしさとは限らない。



ほんわか
本和加家の場合

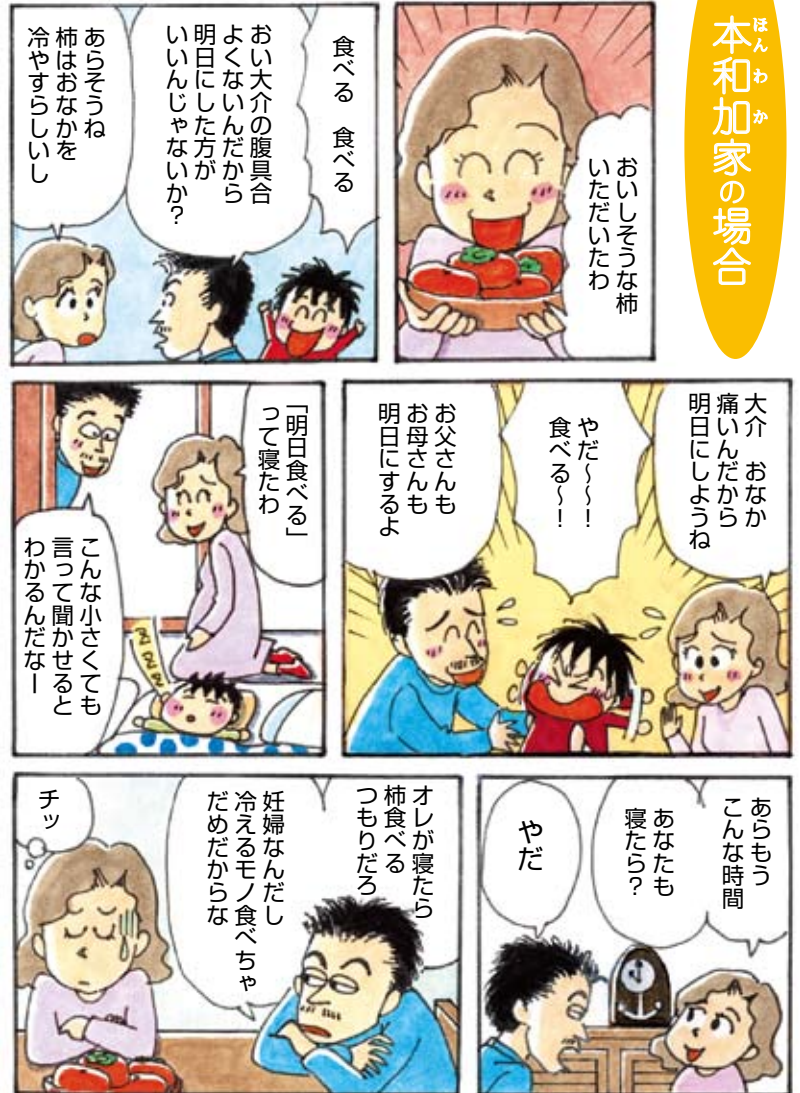
安易にモノを買い与え過ぎると、子どもは欲しいモノを手に入れるために努力したり、我慢したり、工夫したりすることができなくなります。そして、やたらとモノを欲しがり、自分の気持ちを抑えられなくなってしまいます。

ねだられても必要以上のモノを買い与えないこと。こづかいは多すぎず決まった額の中で自分でやりくりさせること。

子どものためを思うなら、お金より、心や愛情を使いましょう。



子どもに我慢を覚えさせる





テレビやビデオは使いよう。

テレビやテレビゲーム、ビデオにばかりのめり込むと、人間関係をつくる力や他人を思いやる心が育たない、仮想と現実の区別がつかなくなるなど、子どもの健全な心の成長に影を落としかねません。

特に、極端に暴力的な場面や露骨な性描写が盛り込まれたものは、親の判断で子どもに見せないようにし、それを家庭のルールにしましょう。

例えば、テレビゲームソフトを選ぶ際には、ゲーム内容によって対象年齢を表示するマーク^(※)があるので参考にするなど考えられます。

その一方で、子どもに良いと思われる番組と一緒に見るなどして、その内容を話題に子どもとのコミュニケーションを深めましょう。

※対象年齢マーク…CERO(特定非営利活動法人コンピュータエンターテインメントレーティング機構)が行っている家庭用ゲームソフトの年齢別レーティング(格付け)により対象年齢を各テレビゲームソフトに表示しています。各ゲーム内容に過激な暴力表現・性描写、反社会的な内容がどの程度含まれているかなどについて審査し、対象年齢を決定しています。

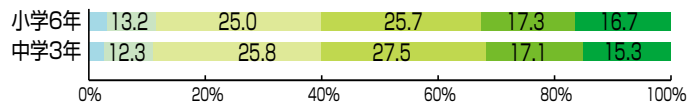


□ CERO「各ゲームのレーティング状況や制度の詳細について」
…<http://www.cero.gr.jp/rating.html>

子どもが見るテレビやビデオをチェックする

テレビやビデオの視聴時間

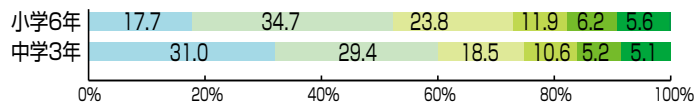
平日(月～金曜日)に1日当たりどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVDを見たり聞いたりするか



■ 全く見たり、聞いたりしない ■ 1時間より少ない ■ 1時間以上、2時間より少ない ■ 2時間以上、3時間より少ない ■ 3時間以上、4時間より少ない ■ 4時間以上 ■ 無回答

資料：「平成20年度全国学力・学習状況調査(小学6年生約116万人中学3年生約108万人)」文部科学省

平日(月～金曜日)に1日当たりどれくらいの時間、テレビゲームやインターネットをするか



■ 全くしない ■ 1時間より少ない ■ 1時間以上、2時間より少ない ■ 2時間以上、3時間より少ない ■ 3時間以上、4時間より少ない ■ 4時間以上 ■ 無回答

資料：「平成20年度全国学力・学習状況調査(小学6年生約116万人中学3年生約108万人)」文部科学省





携帯電話やパソコンは使いよう。

携帯電話やインターネットは、使い方一つで、役立つ道具にもなれば、子どもの身を危険にさらす道具にもなります。外の世界とすぐに情報がつながることによって、見知らぬ危険な世界と子どもが直結してしまう可能性があります。

子どもが使用したいと言ってきたときこそ、話し合いのチャンス。「なぜ使用したいのか」などについて、親子で話し合い、納得した上で、使う・使わないを決めましょう。

使うときには、例えば、フィルタリング(※)機能を設定する、携帯電話は寝るとき部屋に持ち込まない、夜10時以降は使わないなどの使用場所や使用時間、使ってよい目的などについて、それぞれの成長段階に合ったルールを家庭で決めましょう。特に、出会い系サイトには要注意。性への関心が高まるこの時期には、隠しておくのではなくきちんと危険性を親の方から話しましょう。また、マナーモードの使用などの公共のマナーや、知らない人には個人情報教えない、知らない人とは会わないなど、危険から身を守る方法についても、親がしっかり教えることが必要です。

携帯電話やパソコンの使い方について家族で考えよう

情報モラルについて家庭で話し合いましょう。

ウェブやメールなどのインターネットによるコミュニケーションでは、顔の見えない相手とのやり取りになるため、ちょっとしたことが原因でトラブルに発展してしまうことがあります。また、最近では、個人が特定されるような書き込みで誹謗中傷を受けたり、悪口が書かれたメールが送られたりする「ネットいじめ」などの例もあります。顔の見えない者同士のやり取りには、危険がともなうことがあったり、そのつもりはなくても相手を傷つけてしまうおそれがあることなど、日頃から子どもに教えることが大切です。

(家庭でのルール例)

- 食事中や家族と一緒に居るときは使わない
- 自宅内では居間で使う
- 学校への持込については学校のルールに従う
- 他人を傷つけるような使い方をしない
- 知らないところからきたメールは絶対に返信しない
- 知らない人に（名前、住所、電話番号、メールアドレスなどの）自分のことは教えない
- ルール違反や携帯電話の使用によって生活に支障が生じている場合には携帯電話の利用を停止するなど。



子どもを有害な情報から守るために。

インターネット上には子どもにとって有害な情報が氾濫しています。子どもを有害な情報から守るための有効な手段の一つとして「フィルタリング」が挙げられますが、何より大切なのは、これらの活用と併せて、保護者がインターネットで子どもが何をしているかを見守ることです。

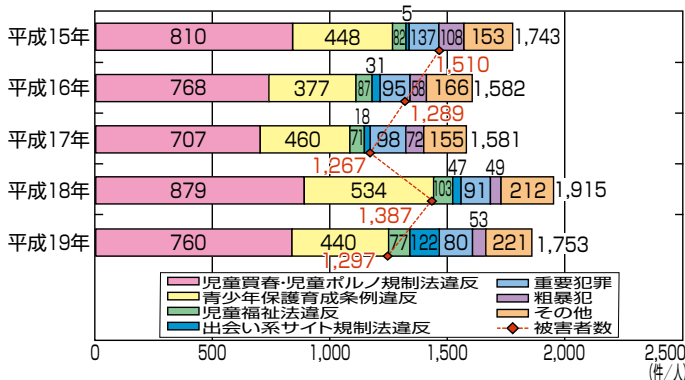
有害サイトアクセス制限サービス

NTT ドコモ ▶	【ドコモの携帯電話から局番なし】 【一般電話から】 ☎0120-800-000	151	【有害サイトアクセス制限サービス(フィルタリングサービス)に関する今後の取組】 平成20年2月以降、携帯電話各社はフィルタリングサービスの普及促進のため、以下の取組を実施していくこととしました。 携帯電話・PHSを未成年者(20歳未満)が利用する場合、子ども名義または保護者名義であったとしても、未成年の利用者はフィルタリングサービスに原則加入することとし、解除するには親への意思確認と同意が必要となります。 各事業者のフィルタリングサービスに関する詳細については、上記番号へ問い合わせ、サービス内容を確認してください。
au ▶	【auの携帯電話から局番なし】 【一般電話から】 ☎0077-7-111	157	
ソフトバンク ▶	【ソフトバンクの携帯電話から局番なし】 【一般電話から】 ☎0088-21-2000	157	
ウィルコム ▶	【ウィルコムの携帯電話から局番なし】 【一般電話から】 ☎0120-921-156	116	
※上記番号からの通話料はすべて無料			

※フィルタリング…一定の基準に基づき、アダルトサイトや暴力的なサイトなど、青少年にとって不適切と思われる多くのホームページを閲覧できないようにするための技術的手段。子どもにパソコンや携帯電話を使わせる時は、パソコンの場合は「フィルタリングソフト」(無料提供している団体もある)の導入、携帯電話の場合は携帯電話会社各社が提供する無料の有害サイトアクセス制限サービスを利用するようにしましょう。

「出会い系サイト」に関係した事件の検挙状況

被害者1,297人のうち、18歳未満の児童が、1,100人(84.8%)であり、このうち女子児童が1,097人(99.7%)被害児童1,100人のうち、出会い系サイトへのアクセス手段として携帯電話を使用した被害児童は、1,062人(96.5%)



資料: 「平成19年中のいわゆる出会い系サイトに関係した事件の検挙状況について」 抜粋 警察庁

●情報モラルやフィルタリングソフトに関する情報

- 文部科学省
「ちょっと待って、ケータイ リーフレット」
…http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/ikusei/taisaku/07011204.htm
「情報モラル」授業サポートセンター
…<http://sweb.nctd.go.jp/support/index.html>
- 財団法人インターネット協会
「インターネットの利用ルールについて」
…<http://www.iajapan.org/rule/>
「フィルタリングソフトについて」
…<http://www.iajapan.org/rating/>
- 財団法人全国防犯協会連合会
「少年がインターネットを安心して利用するために」
…<http://www.iajapan.org/zenboren/ansin2002.html>
- 社団法人電気通信事業者協会 (T C A)
「携帯・PHSの利用に関して～有害サイトアクセス制限サービス～」
…<http://www.tca.or.jp/mobile/filtering.html>



子ども部屋を与えるときには、そのルールも与えよう。

今日、子ども部屋の問題がいろいろと出てきています。子どもが部屋に閉じこめると、親の注意が行き届かなくなったり、親子の会話が減ったりします。また、子ども部屋が犯罪の場になってしまう例もあります。

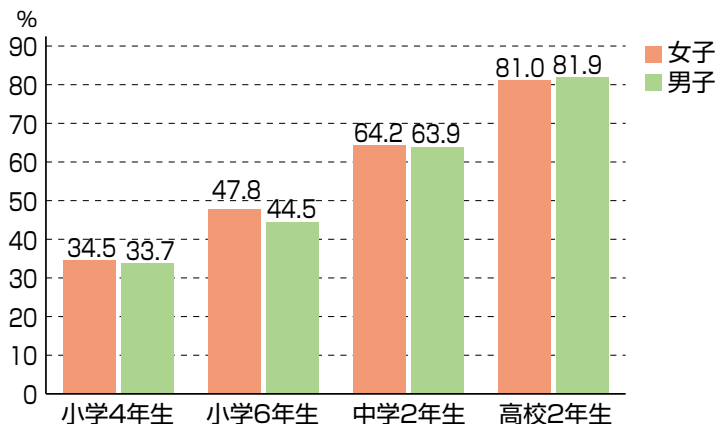
子ども部屋を子どもの成長に役立つようにするには、ルールが必要です。居間に顔を出してから部屋に入る、子ども部屋に鍵をかけない、友人は部屋に入れる前に親に紹介する、親はその責任として必要なときに子ども部屋に入るなど、子どもの様子をしっかりと把握できるように、各家庭で子ども部屋のルールづくりをしましょう。



子ども部屋を閉ざさない

子どもの部屋の状況について

① 「自分だけの部屋がある」と答えた子どもの割合



② 「自分だけの部屋がある」と答えた子どものうち、「部屋に鍵がかかるようになっている」と答えた子どもの割合

(%)

	小学4年生	小学6年生	中学2年生	高校2年生
女子	8.4	6.2	8.2	13.7
男子	12.6	9.4	11.6	10.2

(注) 各学年、約2,000人を対象に調査
資料：「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査」平成14年・文部科学省



家事を手伝わせたら、 子どもがしっかりしてきた。



ほんわか
本和加家の場合

子どもたちの自己中心的な言動や自立の遅れの背景には、自己責任の考え方が身につけていないことがあります。とかく親は子どもを甘やかしがちで「自分のことは自分です」などのしつけがされないことが多いようです。

例えば、年齢に応じておこづかいの額やお手伝いなどの家庭内のルールを決め、子どもの成長に応じて責任と自立を促していくことが大事でしょう。「自分の欲しいものを自分のおこづかいで買う」経験は、子どもたちにとってかけがえのないものです。

また、お手伝いは生きていく上で最低限必要な家事を学ぶ第一歩と言えるでしょう。買い物に行けるようになったり、家の中の整理整頓とんができるようになることで、自信にもつながります。

責任感や自立心を育てる



6. 安全と健康

心も身体も健康でいよう。





おなかの赤ちゃんは、一日ごとに成長しています。



妊娠中の喫煙や飲酒は、胎児に悪い影響を与えることがわかっています。

例えば、喫煙している母親の胎児は、死産や妊娠合併症の危険が多くなります。飲酒も同様に、胎児の発育に悪い影響を与えます。

また、父親などの家族の喫煙も、胎児への影響があることが知られています。赤ちゃんに対しても、気管支炎や喘息^{ぜん}、乳幼児突然死症候群(SIDS)などが発生しやすくなります。

胎児や赤ちゃんの健康のため、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。

妊娠中の飲酒・喫煙は避ける

子どもの安全のために親が工夫をしよう。



「子どもはいつ事故を起こすかわからないので、目を離さないように注意しましょう」と言われますが、24時間子どもの行動から目を離さないでいることは実際には難しいことです。

子どもの行動をあらかじめ予測して、事故の予防をする工夫をしてみましょう。

例えば、乳幼児期で気をつけたいのは、たばこや医薬品などの誤飲・窒息・やけど・転倒・転落・^{でき}溺水など。正しいチャイルドシートの装着はもちろん、子どもが口に入れそうなものやポットや炊飯器などは届かない場所に置く、お風呂には子ども一人で入れないように注意する、ベランダなどにはよじ登れそうな台を置かないなど、生活空間をよく見直して、「ダメ！」と叱^{しか}る回数を減らすコツも身につけたいものです。

危険や事故の防止、対処の仕方を学ぶ



危険を知ることが、 身を守ることにつながる。



ほんわか
本和加家の場合

行動範囲がぐっと広がる小学生の時期は、大人の目の届かないところで事故や事件に巻き込まれる場合も少なくありません。

大切なのは、子ども自身が何が危険なものなのかを知っておくことと、危険を回避する方法を身につけておくことです。「家の前の道は日中は車が多いから子どもだけで歩くのは危険。ちょっと遠回りになるけれど、車の少ない安全な道を通って遊びに行こうね。」というように、子どもがわかるように、何度も伝えることが大切です。

こうしたやりとりの中で、子どもは危険なものを知り、どう回避するかを学んでいきます。

また、思いがけない危険もあります。例えば、見知らぬ人からイヤなことをされそうになったときには、どうすればよいのかを教えることが大切です。

子どもに危険や事故の防止、
対処の仕方について教える





食生活の乱れは、心身のバランスも乱す。

心身の成長期にある子どもにとって食事は極めて重要なものです。

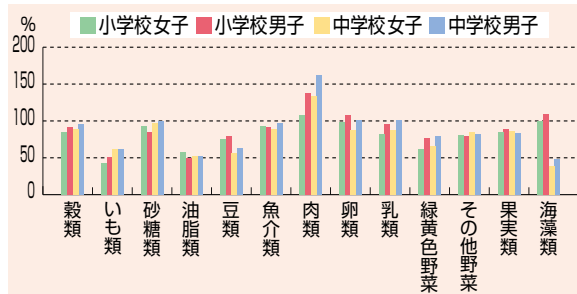
最近、子どもの朝食欠食や孤食、偏った栄養摂取による肥満傾向の増大、生活習慣病の若年化など、食に起因するさまざまな健康問題が生じています。

子どもの健康な身体^{からだ}の形成のため、栄養バランス(※)のとれた食事をつくってあげるよう心がけましょう。

もちろん、食事は単に子どもに栄養を与えるだけのものではありません。親が心を込めてつくった食事は、親の愛情を自然に子どもに伝え、それによる満足感・安心感は子どもの心を豊かで強いものに育てる機会にもなるのです。

栄養バランスのとれた食事をとる

児童生徒の主な食品群の充足率



(注) 小学校3,396人 中学校3,395人を対象に調査
資料:「平成14年度児童生徒の食事状況調査報告書」独立行政法人日本スポーツ振興センター
※「食事バランスガイド」について(財)食生活情報サービスセンター
…<http://www.e-shokuseikatsu.com/>

一緒に食事をするって、とても大切。

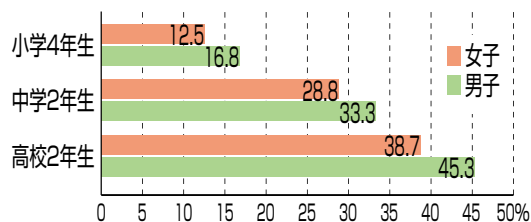
子どもにとって、食事は身体^{からだ}の健康だけでなく、心の成長にも深くかかわっています。家族一緒に食事をすることによって、家族のふれあい、食事のマナーなど社会性を深めることにもつながります。できるだけ家族そろっての食事を習慣にしましょう。

また、食事を一緒に「つくる」ことも大切です、自分の手で食事をつくることを通じて、食材や調理方法について学ぶことができます。また、家族のために食事をつくる喜びや達成感を実感することができます。

一緒に食事をつくって一緒に食べることを通じ、子どもに食に関する知識や豊かな心をはぐくんでいきましょう。

家族一緒にの食事を大切にする

朝食を「ひとりで食べた」と答えた者の割合



(注) 各学年、約2,000人を対象に調査
資料:「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査」平成14年・文部科学省



子どもたちの体力が低下しています。



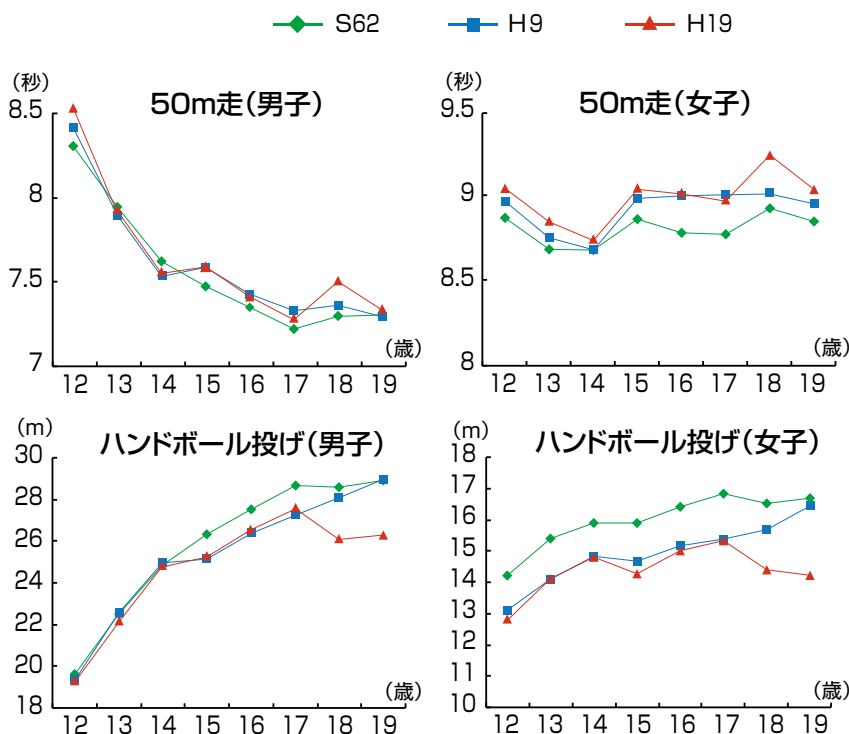
子どもたちが、外遊びや運動・スポーツで身体^{からだ}を積極的に動かすことは、子どもの成長にとって大切です。

身体を動かすことによって得られる体力は、人間の活動の源となるものですが、近年、子どもたちの体力は低下してきています。

さまざまな外遊びや多様なスポーツ活動を通じて、基礎的な体力や運動能力を身につけさせましょう。同時にスポーツなどで身体を動かす楽しさや喜びを体感させ、運動・スポーツに主体的に取り組む態度を養いましょう。



基礎的運動能力の10年前及び20年前との比較



(注) 12歳～19歳の男女、約20,000人を対象に調査
資料：「平成19年度体力・運動能力調査」文部科学省、「平成9年度体力・運動能力調査」文部省(当時)、「昭和62年度体力・運動能力調査」文部省(当時)

子どもにはできるだけ外遊びやスポーツをすすめる



7. 体験・ゆとり

さまざまな体験が
子どもを大きくする。





子どもは遊びが仕事です。

遊びは子どもの心の成長にとっても大切です。特に幼児は遊びを通して感覚を働かせ、運動をし、ものづくり、想像します。しかし、遊びの機会が減るとともに、外で駆けまわるような遊びから、家の中でのひとり遊びが目立つようになりました。

また、テレビは好きだがおもちゃで遊べない、母親べったりで集団の中で遊べない、外遊びが苦手、などの「遊べない」子どもも現れています。

高学年になるとさまざまな体験活動を通じて家族や周囲の人々、地域や社会のために何かをすることで、子どもは喜びを感じるという、人間としてごく自然なあたたかい感情がわき起こってきます。

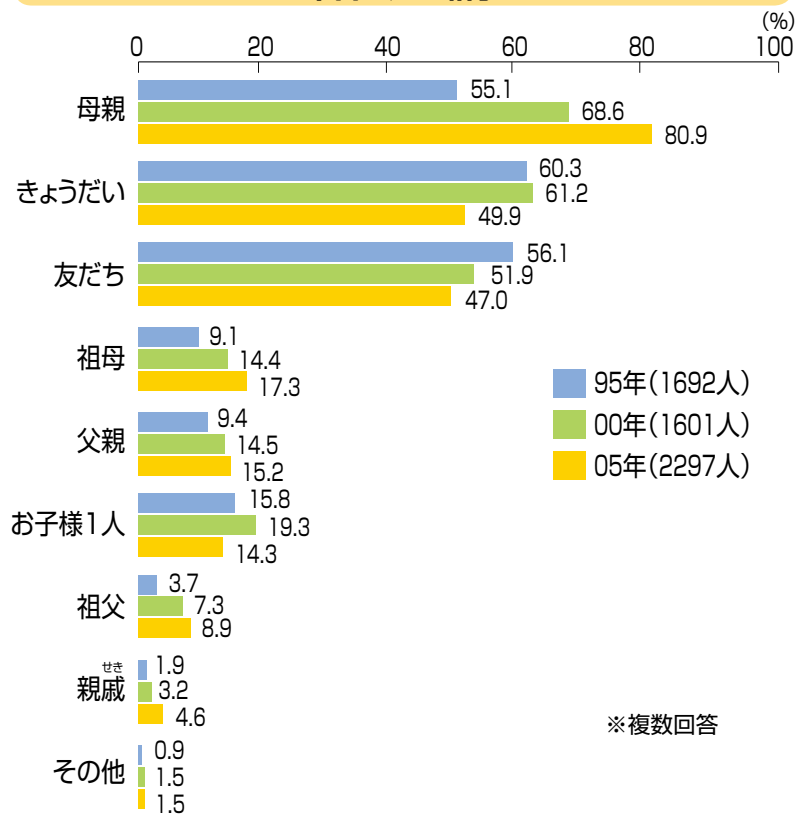
親自身も「学校に入ったら勉強が第一」というような誤った意識への切り替えをしていないでしょうか。

子どもにとってさまざまな体験がいかに大切かを認識して、ゆったりのびのびとさせましょう。



子どもはのびのび遊ばせる

平日の遊び相手

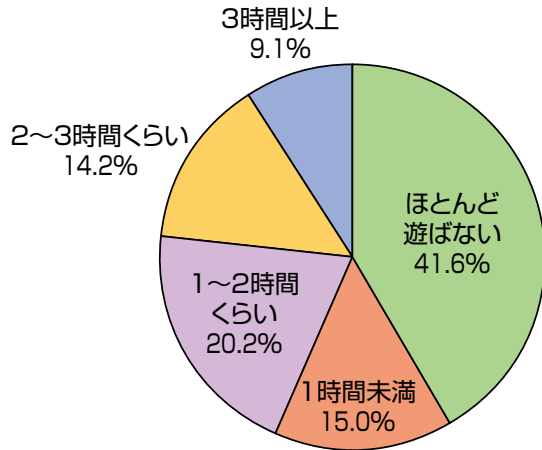


(注) 首都圏の0歳6ヶ月～6歳就学前の乳幼児をもつ保護者(主には母親)約3,000名を対象に調査

資料:「第3回幼児の生活アンケート」平成17年・ベネッセ教育研究所(当時)



普段、放課後家の外でどれくらい遊ぶか

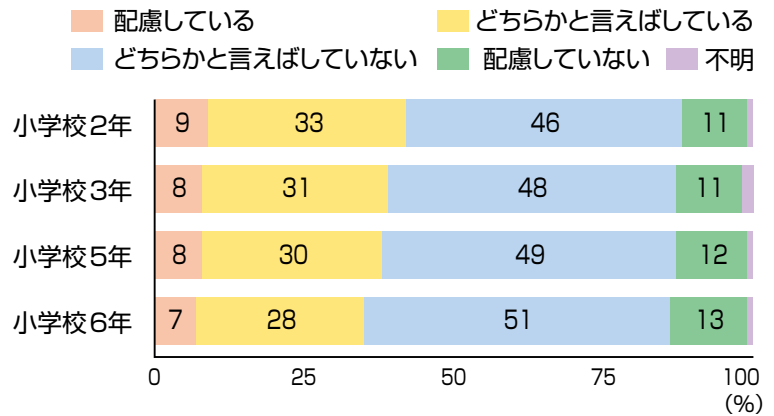


(注) 小学6年生474人、中学3年生1,003人を対象に調査
資料：「子どもたちの意識と体験活動に関する調査」平成13年・子ども生活文化研究会



家庭での配慮

子どもたちが生活体験・社会体験・自然体験などさまざまな体験活動をするについて



(注) 公立小学校2・3・5・6年生の保護者(各々約14,000人)に対して「子どもの休日の過ごし方として配慮していること」について聞いた結果
資料：「完全学校週5日制の下での地域の教育力の充実に向けた実態・意識調査」平成15年・こどもの体験活動研究会





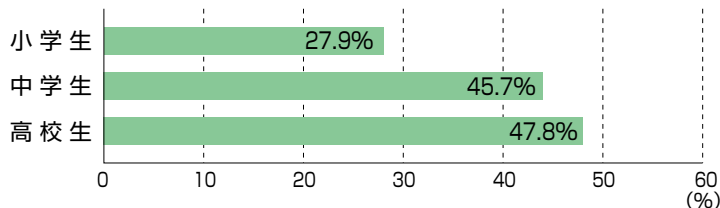
「疲れた」「疲れた」と言う子どもが増えている。

今の子どもたちは小さいころから時間に追われ、遊ぶ時間も削られています。遊ぶゆとりのない子どもの中には、「疲れやすい」「何でもないのにイライラする」といったストレスを訴える子がかなりいます。

子どもは、ゆとりのある自由な時間を与えることで、初めて心から遊びを楽しんだり創意工夫したりできるし、個性や創造性を伸ばせるのです。親は、勇気をもって子どもたちに時間とゆとりを与えましょう。

子どもの生活に時間とゆとりを与える

「疲れやすい」と回答した子どもの割合



(注1) 小学生については「よく疲れる」と回答した者、中・高校生については「よく疲れる」「ときどき疲れる」と回答した者の合計

(注2) 全国の小学生(4~6年生)約1,200人、中学生約1,700人、高校生約1,400人を対象に調査

資料: 「小学生の生活と文化」平成6年・NHK、「中学生、高校生の生活と意識」平成4年・NHK

人生で大切なことは、自然の中で学んだ。

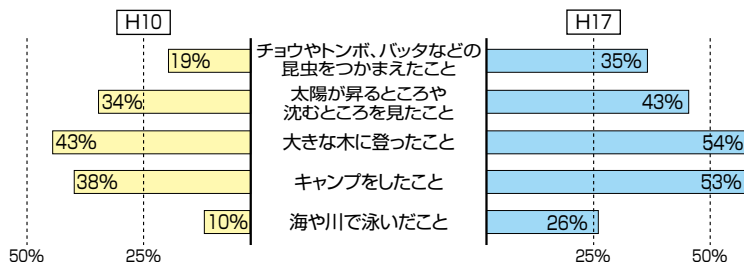
テレビやテレビゲームなど屋内の遊びが増え、自然の中で遊ぶことが少なくなっています。野外で遊ぶことをすすめたり、実際に自然の中に連れだしたりして、動植物や自然とふれあう楽しさに気づかせましょう。地域の自然に親しむ活動に家族ぐるみで参加したり、時には親から離して子ども一人で参加させましょう。

自然の中で遊ぶことで、驚きや感動を体験し豊かな感性をはぐくむとともに、自然や環境を大事にする心や忍耐することの大切さなどを学びます。

子どもは自然の中で遊ばせる

自然体験をしたことがない小・中学生の割合

次のような体験が「ほとんどない」



(注) 全国の公立小学校4・6年生と中学校2年生約1万4千人の調査結果

資料: 「『青少年の自然体験活動等に関する実態調査』報告書」平成18年・独立行政法人国立青少年教育振興機構

年上・年下の友達と遊ぶことは、とても大切なことだ。



幼児の時期から自分と似たような年代の子どもと遊ぶ機会をもつことは、とても大切です。ものの取り合いのようなけんかは言葉の出ない時期でもよく見られますが、こうしたやりとりの中で、子どもは「ほかの人」を知り、「社会性」を学んでいきます。そこでは親同士のかかわり方も大切でしょう。

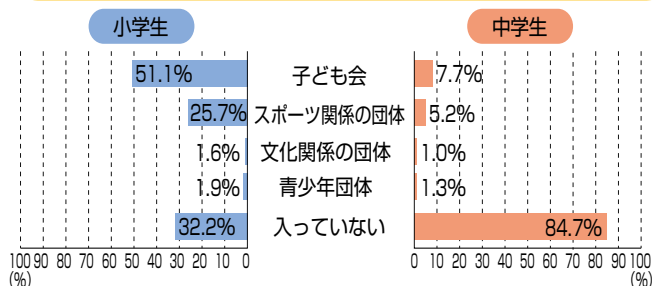
年の違う集団の中で、子どもたちは人間関係についてたくさんのことを学びます。年少の子はルールを守ることや我慢することの大切さなどを身につけ、年長の子は思いやりの心や集団をリードしたり役割を果たしたりする責任感を養っていきます。

身近な地域のボランティア・スポーツ・文化活動・青少年団体の活動などは、それぞれ年の違う集団の中で子どもたちが切磋琢磨する貴重な機会を提供しています。

親はその大切さを見直し、子どもたちを積極的に参加させましょう。

地域の活動など年の違う集団に参加させる

団体への加入状況



(注) 全国の小学生(4~6年生)、中学生各約1,000人を対象に調査
資料:「青少年の生活と意識に関する基本調査報告」平成7年・総務庁(当時)

家でやる年中行事にも、深い意味があるんだね。

正月・ひな祭り・端午の節句・七夕・誕生日・クリスマス・暮れの大掃除など、家庭内の行事では家族とのふれあいが深まるだけでなく、高齢者など世代の異なるさまざまな人々とのかかわりやつながりができるなど、地城社会へも目が向くきっかけになります。しかも、日本の文化・伝統に親しむとても良い機会でもあります。

また、初詣や節分で無病息災を祈ったりすることは、人間の力を超えたものへの畏敬の念を深めるなど宗教的な情操をはぐくむことにもなります。

家庭内の年中行事や催事を大切にしよう





放課後や休日に子どもたちが 多様な活動ができる居場所をつくらう。



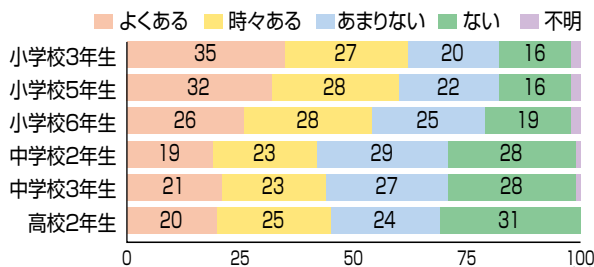
ほんわか
本和加家の場合

子どもの健やかな成長には、大人の手を結集して地域で子どもたちをはぐくむことが大切です。そのためには、まず、親が「自分の子どもは自らの責任で健全に育てる！」という決意をもつことが必要です。そして、子どもたちが安全に、スポーツや文化活動などの多彩な活動ができる居場所をつくっていく必要があります。

親自身も地域の大人として、地域ぐるみで子どもを育てていく姿勢をもちましょう。そして、放課後や休日に多彩な活動ができる場づくりをすすめ、子どもたちとともにいろいろな活動に参加しましょう。

土曜日・日曜日に思うこと

学校や家ではできない体験をもっとしてみたい



(注) 公立小学校3・5・6年生(各学年約14,000人)と公立中学校2・3年生、公立全日制高校2年生(各学年約5,000人)を対象に調査
資料:「完全学校週5日制の下での地域の教育力の充実に向けた実態・意識調査」平成15年・こどもの体験活動研究会

子どもたちの健やかな成長を伸ばす場や
機会をつくらう



8. 思いやり

**愛は、家庭で教わらなかったら
よそで学ぶのはムズカシイ。**





ピンチのときこそ、 家族の絆が試される。

子どもが、人を思いやり、豊かな人間関係を築いていくためには、まず、思いやりのある関係を家族でつくることが大切です。子どもが自らの生活する世界を広げていくためにも、家族のいたわりや思いやりが必要でしょう。

また、夫婦や親子の間で、日ごろからいたわりの言葉を交わすことが大切です。特に悩みや葛藤に直面したときに、いたわり、慰めることが、困難に立ち向かう勇気や力をはぐくみます。

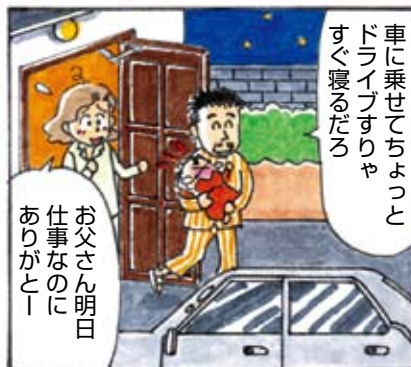
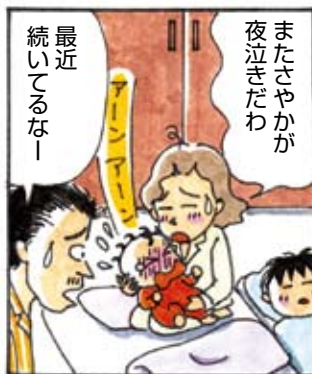
子どもの成長につれ、子どもの生活する世界は家族を越えてますます広がり、人間関係においてもさまざまな経験をするようになります。順調なことばかりでなく、いろいろな悩みにぶつかることもあるでしょう。

そうしたときに家族のやさしさや思いやりがあると、それが励ましになり、子どもにとっては勇気をもって、問題を解決する力にもなるでしょう。そしてさらに、人々と思いやりをもって接する心をはぐくみ、人との友好的な関係を築く力をはぐくむことにもつながるでしょう。

まず、家族で思いやる



ほんわか
本和加家の場合





親が子に期待するのと同じくらい、 子は親に期待している。



親が子を思いやるのは当たり前と思われていますが、どれだけの親が実際に子どもを思いやっているでしょう。

思いやりとは、子どものことをよく知ることです。よく耳を傾け、子どもの中の世界がどんなものなのかを理解しようとし、たとえ自分の思う通りでなくてもその子の世界を受け入れることです。

子どもの存在に感謝し、尊敬を払い、愛情を深めていくことによって、親子の関係は進歩していきます。思いやりの心をもって接すれば、子どもが親に話をするのが安心で楽しくなり、いじめなどの悩みも自然に打ち明けられるようになるはずです。

子どもを思いやる

子どもは親の姿を見て学んでいく。



親に感謝し、親を思いやる心は、広く他人を思いやる心の基となる大切なものです。まず親が自らの親である祖父母を大切にしている姿を見せることを心がけましょう。

大人たちは、自らの親への接し方や、思いやりのある社会のために何が必要かについて、子ども自身から問われているのだということを考えましょう。



親が率先して祖父母を大切にする



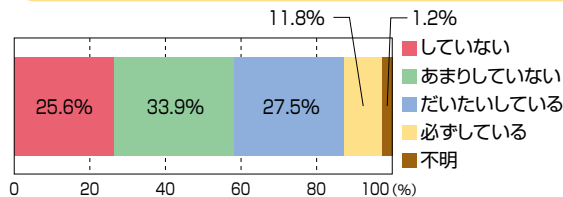
人からもらう幸せだけでなく、人のためにできる幸せもある。

「バスや電車で体の不自由な人やお年寄りに席をゆずること」を小・中学生の60%は「していない」「あまりしていない」と答えています。人を思いやり、行動する愛情や勇気をもった人に育てるために何ができるでしょう。

思いやりの心は、子どもたちからの日常における実践を通してはぐくまれます。まず親が率先してやってみせながら、子どもたちが自然に妊婦や高齢者に席を譲ったり、障害のある人などが困っているときに声をかけたりすることができるようにしつけを行うことが大切です。

親が率先して人助けをする

バスや電車で体の不自由な人やお年寄りに席をゆずること



(注) 全国の公立小学校2・4・6年生、中学校2年生、高校2年生約26,000人を対象に調査

資料：「『青少年の自然体験活動等に関する実態調査』報告書」
平成18年・独立行政法人国立青少年教育振興機構

いじめは人間として恥ずかしい行いだ。

いじめは、力の弱い子どもや、まじめに努力する子ども、周りに安易に流されないため「異質」とみなされた子どもなどを標的にする卑怯な行いです。悪いのはいじめの子どもであって、「いじめられる側にもそれなりの理由がある」などということは全くの間違いです。

いくら軽い遊びや悪ふざけ、ジョークのつもりでも、いじめられる側の苦しみ痛みは深刻であることを理解させ、いじめめることは、人間として決して許されないことであり、いじめをはやし立てたり傍観したりすることも同じである、ということを家庭の中できちんと話し合しましょう。そして、自分の子どもがいじめをしているとわかったら、必ずすぐにやめさせてください。

また、いじめめる子の中には、親から暴力や強いプレッシャーを受けるなど、家庭でも学校でも居場所がない子どもが多いと言われます。子どもが楽しめるものを見つけ、心が満たされるように配慮するなど、いじめをしない心の環境づくりをしましょう。

いじめをしない子を育てる



みんなそれぞれが世界で たった一つの命なんだ。

身近な人の死を目の当たりにすることが少なくなったり、殺人を繰り返すテレビやゲームなどで虚構の死に慣れたりして、命の重さやかけがえのなさを感じにくくなっています。

自然の中の体験活動に参加させたり、動物や草花を大切に育てたりするなど、さまざまな生き物とその死にふれる機会を意識的に用意し、子どもに生命の尊さや大切さを実感させましょう。

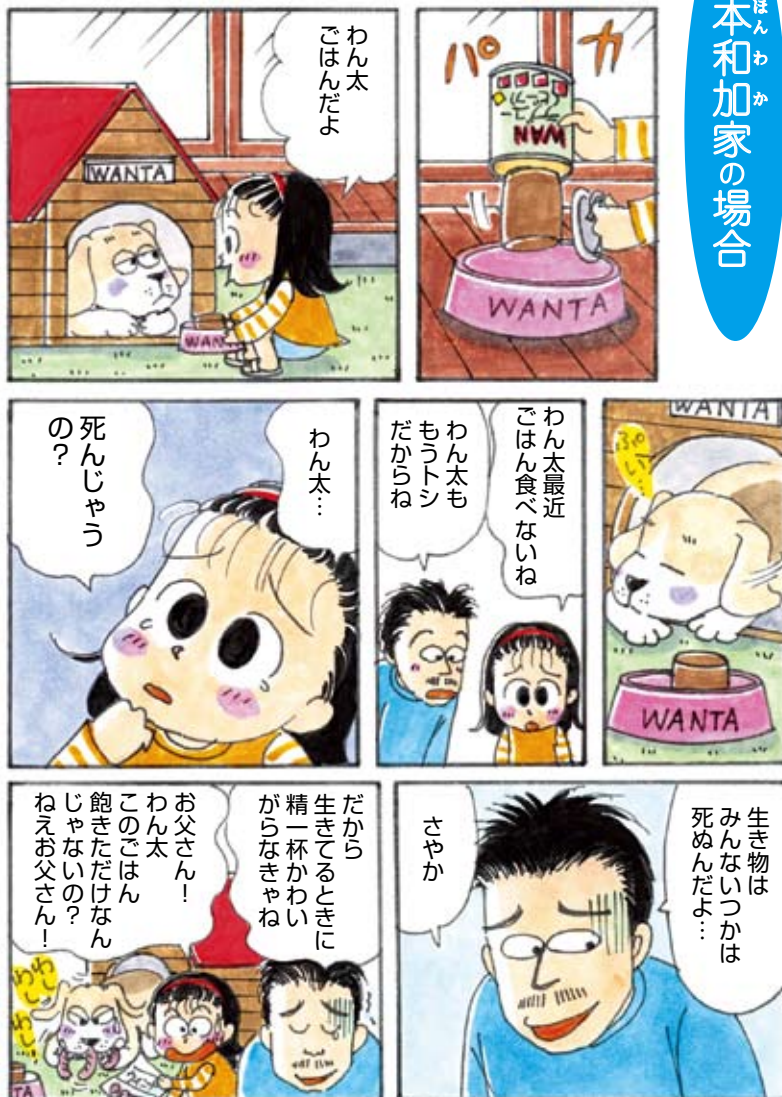
また、亡くなった人の家族や傷つけられた人の気持ちを想像させるなど、その悲しみがどんなに深いものかを理解させましょう。



子どもに命の大切さを実感させる



ほんわか
本和加家の場合





いちばんすてきな本は、 お父さん・お母さんの声で読む本だ。

親のぬくもりを感じながら優れた絵本に接し、一緒に共感し合うひときは、子どもの感性や心を豊かにする貴重な時間になります。

食事の時間のように「本の時間」を設けるなど工夫して、少ない時間でもいいから毎日本を読み聞かせたり、親子で一緒に図書館へ行く、読み聞かせ会に参加するなど、小さいころから本に親しむ環境づくりを心がけましょう。

ただし、早くから難しい本を読ませるのは子どもの心にストレスを与え、かえって本嫌いにさせかねないので、控えましょう。

親が本を読んで聞かせる



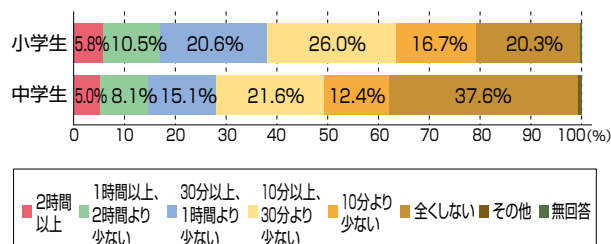
いい本に出会うことは、いい人に出会うことに似ている。

読書は、想像力や考える習慣を見につけ、豊かな感性や情操、思いやりの心をはぐくむことができます。ですから、テレビやマンガが好きな子にも、本を読む時間をもつように家庭で習慣づけたいものです。

また、読書を通じて子どもが感じたり考えたりしたことに耳を傾け、話し合うなど、親子の会話を増やし深める契機として読書を活用することも大切です。

感動する本との出会いを大切に

家や図書館で、普段(月～金曜日)、1日当たり どれくらいの時間、読書をしますか



資料：「平成20年度全国学力・学習状況調査(小学6年生約116万人
中学3年生 約108万人)」文部科学省

だれもがよりよく生きようとしている。



見えにくい、聞こえにくい、うまく話せない、発達に遅れがある、身体が不自由であるなどの障害がある子どもたちがいます。

障害がある子もない子も皆、よりよく生きたいと願っている「大切な仲間」です。

障害があっても社会で活躍している人がいることなど、日頃から家庭の中で子どもに話していきましょう。

障害がある人もない人も大切な仲間であると教える

人を差別するような子には なってほしくない。



親は、子どもがいじめに加わったり、他人を差別し傷つけていることに気づいたときには、それが人間として恥ずかしい行いであることを教える責任があります。

その際、理屈であれこれ言うより、子どもを愛していること、すてきな人に育ててほしいこと、弱い者をいじめたり差別したりするのを見てショックだったこと、人が傷つくのを楽しむことに怒りを感じたこと、二度としてほしくないこと、など親としてのほんとうの気持ちを伝える努力をしましょう。

また、まず親自身が偏見をもたず、差別をしない、許さないということ、子どもたちに示していくことが大切です。

差別をしない偏見をもたない子に育てる



9. 個性と夢

人は夢を育て、
夢は人を育てる。





べき 完璧な人なんてどこにもいない。

親が完璧主義にとらわれて自分や子どもに完全を期待すると、小さな失敗やミスにも過敏になり、イライラやストレスがたまります。それがエスカレートして育児不安や幼児虐待にもつながりかねません。

子どもは親の思い通りに動かなくて当たり前です。大事なところはきっちり押さえても、小さなことまではこだわらず、多少のことには動じない余裕をもつことが大切です。

子どもにとっても、完璧を目指す子育てより、肩の力を抜いた子育ての方が、のびのび育っていきけるはずです。

肩の力を抜いて子育てをしたい

自分で考え自分で行動できる人に育ててほしいなら。

子どもの進む先の障害物を先回りしてどけたり(過保護)、一挙一動にあれこれ指示をしたり(過干渉)するのではなく、子どもが好きなものを見つけるまで待ち、できるだけ子どもの力を信頼し、それを見守り、力づけましょう。あれこれしないで見守ることは、モノを買ってやったり何かをしてやったりするより、ずっと難しく愛情がいることです。

また、親は自分が子どものために考えたことは正しいと思いがちですが、必ずしもそうとは限りません。自分の思いや考えを押しつけるのではなく、「あなたはどう思う?」と、まず子どもの言い分をじっくり聞き、子どもの気持ちをしっかり受け止めてから、「自分はこう思うんだが」と、一緒に考え一緒に学んでいく姿勢が大切です。

子どもが自分で考え、勇気をもって行動し、達成感を味わう、または失敗から学び強くなるチャンスなどを子どもから奪わないように気をつけましょう。

親は、他の子どもと比べたり、自分の望みやペースを押しつけたりしがちですが、子どもは一人一人みんな違います。その子の個性を認め、ありのままに愛したいものです。

過保護や過干渉はやめる



夢をもつと、 人は強くなる。

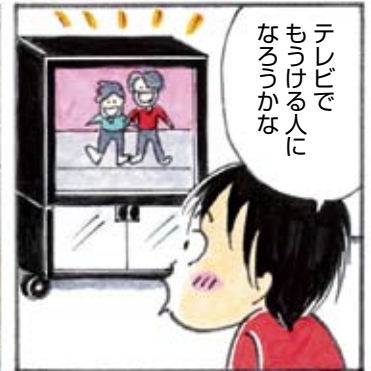


ほんわか
本和加家の場合

今の子どもは冷めていて、将来の夢や希望ももたず、難しい目標はチャレンジする前にあきらめてしまうと言われていいます。しかし、子どもは子どもなりに夢や希望をもっています。どんなに小さく、どんなにへんに思えるものでも、その夢や希望に耳を傾けましょう。

また、自分の経験や、長い間にわたって苦労して夢を実現した人々の生き方などを折にふれて話しましょう。そして人生の目標は汗を流し、失敗を重ねながら達成していくものだと、励まし、あたたかく見守っていきましょう。

親は子どもの応援団です。



子どもの夢や希望に耳を傾け励ます



同じ子どもなんて 一人もない。

どれだけ言葉を覚えているか、どれだけ何々ができるかなどと、他の子どもや平均値との比較に目を奪われ、自分の期待から子どもを評価することは、子どもたち一人一人の個性や成長のために良くありません。そういう親の下では、子どもまで自信をなくしがちです。比較して不安になるのではなく、どんなときも子どもの個性と成長を信じ、ゆっくりゆったり育てたいものです。



他の子との比較にとらわれない



ほんわか
本和加家の場合





ダメなところを責めるより、 良いところを増やしていこう。

子どもに大切なのは、自信と、自分を大切にできる力です。それは植物の根のようなもので、深く広く張るほど大きな実りをもたらします。表面的なことにとらわれることなく、その子が大きく育つことを信じて心に豊かな水や栄養を与えましょう。

そして、その水や栄養となるのが、子どもの良いところを見だし、ほめることです。叱るべきときは叱り、ほめるべきときはちゃんとほめる。一つ叱ったら三つほめるぐらいのバランスを心がけましょう。ほめられることで子どもは喜びを感じ、自信や自尊心を育てていくのです。



良いところを見つけてほめる

「早」過ぎたるは及ばざるがごとし。

幼児期から知的な教育を始めさせる親が増えていますが、早くから勉強をさせられた子どもが小・中学生の段階で疲れてしまうことが少なくありません。他の子どもとの比較に目を奪われたり、早く成果をあげようとイラだったりする家庭の雰囲気も、子どもの心の成長をゆがめかねません。また、幼児期に大切な遊びやさまざまな体験の機会を減らすことにもなります。

子どもを見つめ、その個性に応じてじっくり時間をかけて育てることの大切さに気づいてください。



偏った早期教育を考え直す



学校へ行けない子どもの苦しさを、どんなだろう。

不登校の子どもは、心の成長の助走期にあり、家族をはじめ周りの人は、ゆとりをもって対応する必要があります。

不登校がはじまっても、強く叱^{しか}るなどして登校を強制したり、すぐに専門家だけに任せてしまうべきではありません。不登校の起こった原因や背景を知るためにも、まずは親が落ち着き、子どもの訴えに対して十分に耳を傾ける必要があります。親があわててしまうことは、子どもにとっても大きなストレスになるからです。

不登校の子どもも多くは「学校に行きたいのに行けない」という葛藤^{かつどう}を抱えています。まずは家庭を、子どもがくつろぎ、安心できる居場所とするよう心がけましょう。

不登校の克服には、さまざまな道筋があります。子どもの個性にあわせて、どのような方向をとるか、一緒に考えながら柔軟に対応していきましょう。もちろん、学校や地域の相談機関などにも連絡を取りつつ対応することも大切です。

不登校には心にゆとりをもって対応する

不登校児童生徒数（平成19年度間）

	不登校児童生徒数(人) ^(注)	全児童生徒総数に占める割合(%)
小学生	23,927	0.34
中学生	105,197	2.91

(注) 年間30日以上不登校状態であった児童生徒数
資料：「平成20年度学校基本調査報告書」文部科学省

子どもにとっての「いい学校」って何だろう。

「いい学校に行き、いい会社に入れば、幸せになれる」という時代は終わりつつあります。これからは、学歴より、自ら学び自ら考える「生きる力」を身につけることが求められます。

学習塾など、学校以外でも学びの場はありますが、イヤイヤだったり、翌日に疲れが残るような塾通いは、子どもから元気を奪います。さらに、心の成長に大切な友人との遊びや、さまざまな体験をする機会を減らすことにもつながります。

また、他の子どもや平均値との比較に目を奪われる家庭の雰囲気は、心の成長をゆがめかねません。子どもを見つめ、その個性に応じてじっくり時間をかけて育てることが大切です。そして、塾通いがほんとうに子どものためになるのか、塾通いが過度になっていないか、もう一度考えてみましょう。

行き過ぎた塾通いを考え直す



一人でもわかってくれる人が いれば生きていける。



子どもが、いじめなどで苦しみ、耐えきれずに自ら命を絶つようなことは決してあってはいけません。

親は、子どもをよく観察し、よく会話をし、いじめられたり、思い悩んだりしていないか、細心の注意を払いましょう。何かに気づいたときは、落ち着いて子どもの話をじっくりと聞き、気持ちをありのままに受け止め、苦難を乗り越えていく勇気と愛情を与えましょう。

また、学校もいじめをなくすために真剣に努力しています。担任の先生が対応することで半数近くはいじめられなくなっており、それでいじめが悪化するようなことはわずかしかありません。いじめられた子を守るため、場合によっては、クラス替えや転校することも含めて、何ができるか相談しましょう。

話せばきっとだれかが力になってくれるから、苦しみは自分だけで抱え込まずに、勇気を出して、家族や先生、友人などに相談するよう、子どもと日ごろからよく話し合っておきましょう。

学級担任教員がいじめの訴えに対応した結果

	小学生	中学生
いじめられなくなった	47.6%	43.9%
よけいひどくいじめられるようになった	1.7%	2.6%
前と同じように続いている	23.2%	25.6%
こっそりいじめられるようになった	16.0%	14.7%
無回答	11.5%	13.2%

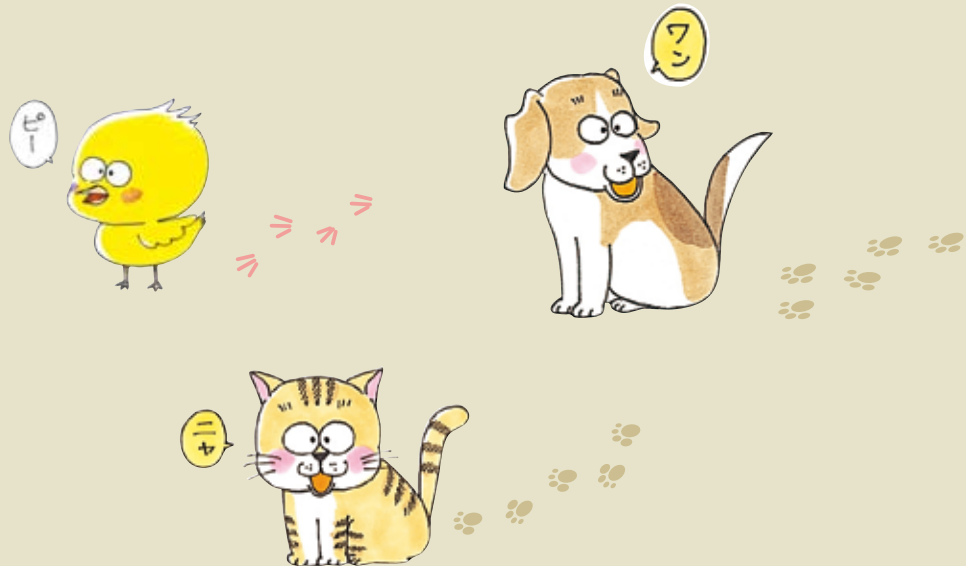
(注) 「いじめられた経験がある」と回答した小学生(4~6年生)約450人、中学生約600人、高校生約100人に対して、「担任のいじめへの対応の結果どうなったか」と聞いた結果
資料: 「児童生徒のいじめ等に関するアンケート調査結果」平成6/7年・文部省(当時)



子どもの自殺を防止する



情報編



家庭教育に役立つ情報提供・相談窓口などを紹介しています。子育て中のさまざまな相談や問い合わせにご活用ください。

また、ここに掲げた機関・団体のほかにも、各地域で子育て支援活動などを行っている団体・グループはたくさんあります。

市町村などの身近な窓口でお聞きください。

なお、ここに掲載されている情報は、平成21年3月現在のものです。

家庭教育・子育てについて知りたいときは

●こどもの発育・発達や健康

- ・市町村保健センターや保健所では、妊婦学級・育児学級など、妊婦や出産から乳幼児の発達・健康についての学習機会が設けられています。
- ・また、保健師などの専門家が、子どもの発育・発達、健康、病気などの相談に応じたり、定期健診や訪問指導なども行っています。

●各市町村の窓口(母子保健担当課・福祉事務所など)

- 安芸福祉保健所 0887-34-3175
- 中央東福祉保健所 0887-53-3171
- 中央西福祉保健所 0889-22-1240
- 須崎福祉保健所 0889-42-1875
- 幡多福祉保健所 0880-35-5979
- 高知市保健所 088-823-9436
- 高知県救急医療情報センター 088-825-1299

子どもの病気や健康上の問題については、かかりつけの医師に相談したり、病院等を知りたい時は、高知県救急医療情報センターにお問い合わせください。

●こうちこども救急ダイヤル 088-873-3090

「こどもの具合が、急に悪くなったけど、受診したほうがいいの？」と迷った時に、看護師が電話で相談にお応えします。

土・日・祝日・年末年始(12/29~1/3) 20:00~1:00

●養育上の悩みや非行・虐待など児童の福祉

- ・法律により、虐待と思われる行為を発見した人は、福祉事務所や児童相談所に通告することになっています。

●高知県立中央児童相談所 088-866-6791

専門の相談員や児童心理司、医師などの専門家が、18歳未満の子どもに関する様々な相談に応じています。

●高知県立幡多児童相談所 0880-37-3159

専門の相談員や児童心理司、医師などの専門家が、18歳未満の子どもに関する様々な相談に応じています。

●子どもと家庭の110番 088-872-0099

年末年始を除く毎日 9:00~19:00

●高知県立療育福祉センター 088-844-5400

障害のある子どもの発達のこと、福祉、医療、学校のこと、また、家庭での療育に関することなどについて相談や面接に応じています。

月~金 8:30~17:00

●家庭教育など

●高知県家庭教育サポーター

乳幼児期から思春期の子ども(乳幼児、小学生、中学生、高校生)を持つ保護者の育児や家庭教育に関して、お近くで身近に相談できる家庭教育サポーターを紹介します。

●高知県教育委員会生涯学習課 088-821-4745

家庭教育サポーターの全般的なお問い合わせ先

●NPO高知県生涯学習支援センター 088-833-0022

進路相談：不登校や高等学校中途退学等の悩み、高等学校編入、海外留学等の相談受付や高卒認定の指導、フリースクールの紹介などを行っています。

祝日及び休日(国民の休日・振替休日)・年末年始を除く月~金 8:30~17:15

●思春期相談センター(PRINK) 088-873-0022

思春期の複雑なココロやカラダの悩み相談に、専門スタッフがお答えします。

水・年末年始を除く毎日 13:00~19:00

●地域子育て支援拠点施設

●高知市	・子育て支援センター「あい」	088-834-2040
	・子育て支援センター「にこにこひろば」	088-844-1855
	・子育て支援センター「げんきっこ」	088-845-1502
	・子育て支援センター「あそぼっと」	088-844-5615
	・子育て支援センター「ぼけっとランド」	088-828-4781
	・子育て支援センター「いるかひろば」	088-834-1484
	・子育て支援センター「なかよし広場」	088-805-2828
●室戸市	・佐喜浜保育所子育て支援センター「にわかっこ」	0887-27-2844
	・浮津保育園子育て支援センター「つぼみ」	0887-22-0587
●安芸市	・安芸市地域子育て支援センター	0887-35-2377
●南国市	・子育て支援センター「おひさま」	088-863-1001
	・子育て支援センター「キンダーガーデンおおしの」	088-863-2482
	・地域子育て支援センター「ひよこルーム」	088-863-7373
●土佐市	・土佐市子育て支援センター「なかよし広場」	088-852-3705
	・土佐市子育て支援センター「とっとこ広場」	088-803-2765
●須崎市	・日の出保育園子育て支援センター「サンサン広場」	0889-42-2262
	・須崎市子育て支援センター「はっぴいぼけっと」	0889-42-1159
●宿毛市	・地域子育て支援センター	0880-66-0300
●土佐清水市	・土佐清水市地域子育て支援センター「どんぐりっこ」	0880-83-0033
●四万十市	・地域子育て支援センター「ぽっぽ」	0880-35-3748
●香南市	・赤岡保育所子育て支援センター	0887-54-4343
	・香我美おれんじ保育所子育て支援センター	0887-57-7011
	・夜須保育所子育て支援センター	0887-54-2471
	・野市保育所子育て支援センター	0887-56-0659
●香美市	・子育て支援センター「びらふ」	0887-59-3121
●土佐町	・土佐町子育て支援センター	0887-82-0483
●いの町	・いの町子育て支援センター「ぐりぐらひろば」	088-892-3151
●仁淀川町	・仁淀川町地域子育て支援センター	0889-35-0433
●中土佐町	・子育て支援室	0889-52-2643
●佐川町	・佐川町子育て支援センター	0889-22-7544
●越知町	・越知町子育て支援センター	0889-26-2141
●日高村	・日高村地域子育て支援センター「すくすく広場」	0889-24-7851
●四万十町	・窪川地域子育て支援センター「げんきっこ広場」	0880-22-2525
	・十和地域子育て支援センター	0880-28-4233
●黒潮町	・黒潮町子育て支援センター	0880-44-1112

●学校、いじめ、不登校など

・いじめなどの相談については、学校の先生やスクールカウンセラーのほか、次のところにお問い合わせください。

●24時間いじめ相談ダイヤル

子どもや保護者等の悩みや不安を受けるため、夜間・休日も含め、24時間いつでも相談に応じています。

上記のダイヤルに電話すると、原則、電話をかけた都道府県・政令指定都市の教育委員会が設置する相談機関に接続されます。

●特別支援教育担当(高知県教育センター) 088-866-7378

幼児及び児童生徒の諸問題に関する相談を受け付けています。

月～金 8:30～17:15

●アシスト119番(高知市少年補導センター) 088-820-4119

専門相談員が、学校生活などの諸問題に児童生徒及び保護者から様々な相談に応じています。

月・火・金 18:00～21:00

●高知県心の教育センター電話相談 088-833-2922

いじめや不登校をはじめとする幼児・児童・生徒の悩みや子どもの教育に関する保護者や家族、教職員の相談に応じ、子どものよりよい成果を図るための助言支援を行います。

祝日及び休日(国民の休日・振替休日)・年末年始を除く
毎日 9:00～21:00

●こうち若者サポートステーション 088-844-3411

就職や就学をしていないニートやひきもり傾向にある若者の自立を支援するため、面談、相談、支援プログラムを行います。

火～土 10:00～17:00

●高知黒潮若者サポートステーション(事務局) 0880-43-2320

就職や就学をしていないニートやひきこもり傾向にある若者の自立を支援するため、面談、相談、支援プログラムを行います。

水～日 11:00～18:30

高知黒潮若者サポートステーション(須崎サテライト)

0880-43-2320

第1・第3水曜日/第2・第4土曜日 13:00～17:00

高知黒潮若者サポートステーション(大豊町サテライト)

0880-43-2320

第1・第3水曜日/第2・第4土曜日 13:00～17:00

高知黒潮若者サポートステーション(田野町サテライト)

0880-43-2320

第1・第3日曜日 13:00～17:00

高知黒潮若者サポートステーション(安芸サテライト)

0880-43-2320

第1・第3木曜日 13:00～17:00

●家庭教育に関する学級・講座

- ・市町村の教育委員会(生涯学習・社会教育担当)、公民館、女性会館などでは、家庭学級など子育てに関する様々な学習機会が設けられています。
- ・また、保育所・幼稚園でも育児講座など様々な子育て支援活動を実施しています。

●高知県教育委員会生涯学習課 088-821-4745

●高知県教育委員会幼保支援課 088-821-4881

●こうち男女共同参画センター(ソール)088-873-9100

男女共同参画社会の実現に向けた活動の拠点として、「女性と男性の自立」と「女性の地位向上」を目的とした多彩な事業を展開します。

●独立行政法人国立女性教育会館(ヌエック) 0493-62-6711

女性と家族に関する情報提供や女性教育・家庭教育に関心を持つ人々のネットワーク化、調査研究、研修などを行っています。

●仕事と育児の両立

●厚生労働省高知労働局雇用均等室 088-885-6041

育児・介護休業制度などについて、労働者からの相談に応じ、援助を行っています。

●こうち男女共同参画センター(ソール) 088-873-9100

男女共同参画社会の実現に向けた活動の拠点として、「女性と男性の自立」と「女性の地位向上」を目的とした多彩な事業を展開します。

●財21世紀職業財団高知事務所 088-823-2667

フレーフレー・テレフォン 088-823-2020

もっと安心して働きたい方に、育児・介護・家事のサービスに関する情報を電話・インターネットで提供します。

●子どもや親子のための行事や施設の問い合わせ先

- ・地域では、子どもや親子が参加できるたくさんの活動、教室、イベントが開催されています。また、図書館、博物館、体育館、青年の家、少年自然の家、児童館、公園など、いろいろな活動ができる施設もあります。
- ・詳しくは、市町村の教育委員会(生涯学習課・社会教育担当)、児童福祉担当課、公民館、子どもセンター、児童館や下記の機関などにお問い合わせください。

●県内の青少年教育施設

- 独立行政法人 国立青少年教育振興機構**
国立室戸青少年自然の家 0887-23-2311
県立幡多青少年の家 0880-44-1001
県立高知青少年の家 088-891-5331
伊野スポーツセンター 088-891-5300
県立青少年体育館 088-891-5331
高知市立工石山青少年の家 088-895-2016
県立青少年センター 0887-56-0621
芸西天文学習館 0887-33-2565
県立香北青少年の家 0887-59-2239
- **高知県立図書館** 088-872-6307
図書等の資料を収集・保存して、資料やイベントなどの情報を提供します。
- **高知県立牧野植物園** 088-882-2601
牧野富太郎の業績や、植物観察会、自然体験教室などの情報を提供します。
- **高知県環境研究センター** 088-833-6688
大気・水質・騒音などの環境に関する情報の提供、簡単な環境測定用具の貸し出しを行っています。
- **高知県立のいち動物公園** 0887-56-3500
動物公園内での催し物や飼育動物の情報、さらには友の会の活動状況まで、インターネットによっても情報を提供します。
- **高知県立美術館** 088-866-8000
県内の芸術文化の発信地として、幅広いジャンルの展覧会、創作講座、講演会、映画上映会、コンサート、能、演劇等のホール・イベントなどの情報を提供します。
- **高知県立坂本龍馬記念館** 088-841-0001
「龍馬を探る」として、人柄や業績、足跡などの資料の展示や催し物について情報提供します。
- **高知県立文学館** 088-822-0231
土佐の文学の流れがわかる資料や写真パネルの展示、朗読コンクールなどの催し物について情報提供します。

- **高知県立歴史民俗資料館** 088-862-2211
県内の歴史、考古、民族の各分野における資料の展示や子ども教室、史跡巡り等の催し物について情報提供します。

- **高知県立足摺海洋館** 0880-85-0635
「土佐の海と黒潮の魚たち」をテーマに、海の生物の飼育展示や魚の飼育体験教室、磯の生物観察などの情報を提供します。

- **高知県立交通安全センター** 088-822-0777
子どもに遊びを通じて交通知識や交通道徳を勉強してもらうため、交通安全教室を実施しています。

- (財) **高知県スポーツ振興財団** 088-841-3105
健康づくり教室として、水泳教室、ジュニアソフトテニス教室などの開催について情報提供します。

- (財) **高知県国際交流協会** 088-875-0022
県内の国際交流関係のイベントやボランティア活動などの情報を提供します。

- **高知県ふくし交流プラザ内ピッピネット**
(こうちボランティア・NPOセンター) 088-850-9100
ボランティア・市民活動に関するいろいろな情報を幅広く提供します。

- **高知県ネイチャーゲームの会** 090-1006-5548
自然を楽しく体験しながら、自然のしくみやそこに棲む生き物たちや環境について学ぶプログラムを提供します。

- **高知城公園ネイチャーゲームの会** 088-831-9638

- **四万十ネイチャーゲームの会** 090-1328-2241

- **四国カルストネイチャーゲームの会** 0889-42-4055

- **香長ネイチャーゲームの会** 0887-54-0764

- **あきネイチャーゲームの会** 0887-32-0118

- **浦喜ヶ峰森林公園ネイチャーゲームの会** 088-842-7448

- (社) **四万十楽舎** 0880-54-1230

四万十流域で都市と農村の交流、定住化を支援したり、自然、文化体験などの情報を提供します。

●地域の子どもの健全育成のための活動

- **高知県国公立幼稚園PTA連絡協議会** 0887-55-3258
(夜須幼稚園内)

- **高知県保育所保護者会連合会** 088-822-5873

- **高知県私立幼稚園PTA連合会** 088-872-5880

- **高知県小中学校PTA連合会** 088-832-6969

- **高知県立塩見記念青少年プラザ** 088-825-0884

- **高知県連合婦人会** 088-872-1434

家庭教育手帳 平成21年3月発行

発行：高知県地域家庭教育推進協議会

お問い合わせ先：高知県教育委員会事務局生涯学習課

〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目7番52号

TEL: 088-821-4745

FAX: 088-821-4505

メール: 310401@ken.pref.kochi.lg.jp