

「親学び」支援プログラム

～親が育てば、子が育つ～

(子供はダイヤモンドの原石である)

いきいき編(上手に子育て)



茨城県県南教育事務所 茨城県県南生涯学習センター

はじめに

子供の健やかな成長は、すべての親の願いであり、また、社会全体の願いでもあります。家庭教育は、すべての教育の基本であり、子供の基本的な生活習慣や思いやり、善悪の判断、社会性などを身に付けさせる重要な役割があります。しかしながら、誰しも最初から親として一人前であるわけではありません。日々の子育ての中で、悩みや喜びを感じながら、親として成長していくものではないでしょうか。

現在、核家族化や少子化が進み、地域でのつながりも希薄になる中、身近な相談相手がいなかったり、乳幼児とふれあう実体験が少ないまま親になったりすることが珍しくなくなってきました。また、大人のライフスタイルの変化、携帯電話やインターネットの普及など、子供を取り巻く環境は日々変化しています。子供の発達段階や今日的な課題を含めて、家庭教育について学ぶことがますます大切になってきています。

そこで、茨城県県南教育事務所及び茨城県県南生涯学習センター、県南管内社会教育主事会では、より多くの保護者が、親として学べる機会を増やすため、子育て広場やサークルなどの場、乳幼児健診などの多くの親が参加する場など、様々な機会に活用できる学習プログラムとして、この家庭教育学習プログラムの作成に取り組むとともに、その普及に力を入れているところです。

平成27年7月に、「親学び」支援プログラムすくすく編（乳幼児期編）並びに、にこにこ編（小学生期編）の2つのプログラムを作成し、学校や教育委員会、子育て支援組織等で、活用していただいております。

今回の「親学び」支援プログラムいきいき編（上手に子育て）は、親同士、若者同士、祖父母をはじめ地域の方々が交流しながら、子育てについて気付き、楽しく学び合うことができるような資料となっています。

このプログラムをもとに、それぞれの立場から、身近な子育てについて、すべての親が前向きに家庭教育に取り組み、子供の健やかな成長につながるよう、積極的にご活用いただきますようお願いいたします。

平成 28 年 6 月

茨城県県南教育事務所
茨城県県南生涯学習センター
茨城県県南教育事務所管内社会教育主事会

もくじ

I ステップ1 上手に子育て10ヵ条

- 1 「子供は、失敗をする天才である。」 1
- 2 「子供は、親まねの天才である。」 2
- 3 「親の言葉遣いが、子供の言葉遣いになる。」 3
- リフレーミング辞典
- 4 「全力を出すことだけに意識させればいい。」 6
- 5 「ありがとう」という言葉は、『魔法の言葉』 7
- 「魔法の言葉」のエピソード
- 6 「社会のルール・マナー・常識は、家庭が主体です。」 10
- 7 「親は厳しくて当然。いずれ子供に感謝される。」 11
- 8 「子供がやる気になる親の接し方」 12
- 9 「子供の学力を伸ばすには、実体験」 14
- 10 「天才の遺伝子スイッチをONにする。」 15
- 平成27年度「楽しい子育て全国キャンペーン」～文部科学省
家庭で話そう！我が家のルール・家族のきずな・命の大切さ「三行詩」優秀作品①

II ステップ2 先生（学校）と連携した上手な子育て

- 1 「アタリ」・「ハズレ」ってあるのでしょうか？ 19
- 2 子供の前では、先生の悪口や愚痴を言わない。 22
- 3 先生（学校）と上手につながろう。 24
- 平成27年度「楽しい子育て全国キャンペーン」～文部科学省
家庭で話そう！我が家のルール・家族のきずな・命の大切さ「三行詩」優秀作品②

II ステップ3 子育て サプリメント15

- サプリメント① 「睡眠はこんなに大切！」 29
- 〃 ② 「規則正しい生活リズムをつくるポイント」 30
- 〃 ③ 「あいさつで築く人間関係」 31
- 〃 ④ 素直に言えるようになりたい言葉
「ありがとう」と「ごめんなさい」 32
- 〃 ⑤ 「子供のやる気をサポート」 33
- 〃 ⑥ 「自立した子を育てる親のかかわり方」 34
- 〃 ⑦ 「話の聞き方で心をつなぐ」 35
- 〃 ⑧ 「話を聞くときのポイント」 36
- 〃 ⑨ 「ほめることの効果」 37
- 〃 ⑩ 「お手伝いの効果」 38
- 〃 ⑪ 「子育てで大事なことは、さじ加減」 39
- 〃 ⑫ 「いじめについて、子供と一緒に考える」 40
- 〃 ⑬ 「インターネットのリスクから守る」 41
- 母から息子へ、スマホを使う為の「18の約束」
- 〃 ⑭ 「見えますよ、聞いてますよ」 44
- 〃 ⑮ 「豊かなつながりの中で、親も子も育つ」 45



ステップ 1



1 「子供は、失敗をする天才である。」

生まれてきたばかりの赤ちゃんは、まさに何も知らない、何も分からないという「真っ白」な状態で生まれてきます。

成長するにつれて、それぞれに個性や能力に差がでてきますが、生まれてきた瞬間は、みんな同じ「0（ゼロ）」の状態から始まります。



馬やヤギは、私たちと同じ哺乳類でも、生まれてまもなくすれば、自分の足で立つことができるようになります。親の力を借りずとも、なんとか自分の力で立つことができるのです。しかし、人間だけは違います。

生まれたばかりの赤ちゃんは自力で生きられません。人間ほど、生まれたばかりの状態が無力な生き物はありません。大人たちの保護がなければ、必ずと言っていいほど、赤ちゃんは立つことも、生きることもできません。



どんな子供でも、失敗をしない子供はいません。

これは、当然のことであり、何も知らない人が失敗をしないというほうがおかしいことです。

子供を育てるにあたっては、「子供は、失敗をする天才である。」ということを前提にすることが大切です。

子供が失敗をしたときに「コラ！だめでしょ！」と親が怒鳴るのは、子供の気持ちを知らない、自分勝手な親です。無力で無知な状態から生まれてきた人間が「できない、分からない、知らないことだらけ」であるのは、当然なのです。

親は、子供の失敗に対して、寛大になることです。



失敗するごとにいらいらして怒鳴るのが、親の仕事ではありません。発達段階の子供は、いろいろな失敗をします。その時に「許すこと」と、それに続く「教えること」、そして「一緒に考えること」が、親の仕事です。

幼い子供ほど、次から次へと失敗をします。

それらをまず許してあげて、「なぜいけなかったのか」「どこがいけなかったのか」、「どうしていけばよいのか」を教えてあげるので。

教育という字は、「教えて育む」と書きます。まさに、子供の失敗に対して「許し」、正しい物事を「教えること」そして「一緒に考えること」です。



2 「子供は、親まねの天才である。」

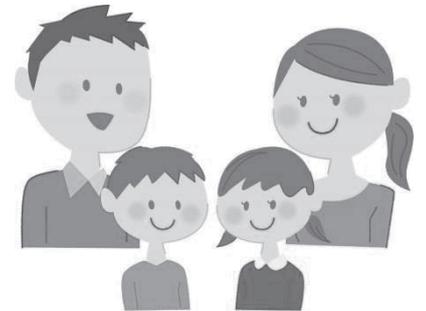
子供にとって一番の手本は、最も身近な存在である親です。
生まれたときからそばにいて、言葉も歩き方も礼儀やマナーも、親のまねをしながら覚えます。子供にはもう1つの才能があります。それは、「子供は、親まねの天才である。」ということです。



子供は、態度やマナーだけでなく、手本とする人をまるごと吸収してしまいます。子供は、手本である親から言葉や態度、礼儀やマナーだけでなく、性格や感情までもまねをして学びます。

そんな感情や性格は家庭の中で生まれ、特に親からの影響を最も強く受けて成長します。親であるあなたの日ごろの行いを、子供は見ているようで、しっかり見ています。どうすればいいのかわからなかったときには、すぐそばにいる両親を手本にしています。

「カエルの子はカエル」という言葉があります。カエルから生まれた子は、やはりカエルであり、見た目も性格も動きも同じだという意味です。自分は、親とそっくりな性格だなあと考えたことはありませんか？また、子供が、自分に似ているなあと考えたことはありませんか？



子供は、親の背中を見て、育ちます。

子供を育てるということは、子供に対してだけでなく、実は、自分を磨くことでもあるのです。磨かれた素晴らしい親から、子供は、素晴らしい影響を受けていきます。

親の器の大きさによって、子供の器の大きさも変わってきます。



親の器が大きければ大きいほど、子供の器も大きくなります。子供がどれだけ大きな器を手に入れるかは、意外なことに、親の器の大きさにかかっていると言っても過言ではありません。

簡単に「器」とは、「理解力」と言えば分かりやすいかも知れません。

いろいろな出来事やトラブルなど、それらを大きく受け入れて包み込む根底には、大きな「理解力」があります。「理解力」があれば「こんなこともある。あんなこともある。」とトラブルやいざこざがあっても、冷静に判断することができます。

「こんなときに親はどう出るのか」という場面では、子供はじっと親を観察して見習っています、そして、それ相応の理解力を持つようになるのです。

3 「親の言葉遣いが、子供の言葉遣いになる。」

子供が習得する言葉は、親の言葉を聞いて身に付けます。言葉も何も知らない状態で生まれてきた赤ちゃんは、まず身近にいる親の言葉を耳にして、まねをして身に付けていきます。

子供は、親からの言葉のシャワーを浴びて言語を身につけてきたのです。自分の言葉遣いは、両親にとってもそっくりになっているはずです。



成長につれて、いろいろな社会の中で、その場にあった適切な言葉遣いなどは覚えていきますが、基本は必ず親から受け継いだ言葉です。親の口癖と言ってもいいでしょう。

時々、自分の言葉遣いをチェックしてみてもうどうですか？

たとえば、次のような言葉を頻繁に使っていませんか。

ネガティブ

- ・飽きっぽい
- ・意志が弱い
- ・計画性がない
- ・暗い
- ・しつこい
- ・ずうずうしい



リフレーミング

ポジティブ

- ・好奇心旺盛
- ・柔軟性がある
- ・臨機応変
- ・落ち着いている
- ・ねばり強い
- ・堂々とした

「ネガティブ」な言葉遣いでは、子供の言葉も「ネガティブ」な言葉遣いになります。言葉には、「ポジティブ」なニュアンスが込められた言葉遣いと、「ネガティブ」なニュアンスを含んだ言葉遣いがあります。

前向きな考え方が含まれている言葉遣いは、子供の言葉遣いも「ポジティブ」になり、前向きな子供に成長させていきます。親がマイナス思考で「ネガティブ」な言葉遣いになっていると、子供にも移ってしまい、「ネガティブ」に考える子に育ってしまいます。

子供に前向きになってもらうために必要なのは、「この状況や経験は決して無駄じゃなかったんだ。成長のきっかけだったんだ。」と思ってもらうことです。

そのための有効な方法に、「リフレーミング (reframing)」があります。

「リフレーミング」とは、コミュニケーション心理学の考え方で、「視点を変える」または、「物事を見る枠組み (フレーム : frame) を変えて、別の枠組みで見直す (re-frame)」という意味があります。



まず親が、ポジティブな言葉遣いになることです。明るく前向きな言葉を使うことです。そうすると、子供にも、ポジティブな言葉遣いが増えていきます。



<リフレーミング辞典> その1

リフレーミング前		リフレーミング後		
あ	飽きっぽい	素直・従順	環境に馴染みやすい	好奇心旺盛
	あきらめが悪い	一途な	チャレンジ精神に富む	ねばり強い
	甘えん坊	人なつこい	人にかわいがられる	むじやき
	あらあらしい	きたえられた	堂々とした	物おじしない
	あわてんぼ	行動的な	行動が機敏な	行動が早い
い	いいかげん	おおらか	こだわらない	寛大な
	意地を張る	しっかり者	物おじしない	くじけない
	いたずら	こまめに動く	活動的で元気がいい	労を惜しまない
	いばる	自信のある	プライドがある	大人のような
	意見が言えない	争いを好まない	協調性がある	思慮深い
う	うるさい	明るい	活発な	元気がいい
	浮き沈みが激しい	心豊かな	表情豊かな	繊細な
え	えらそうな	物知り	お兄(姉)さんのような	堂々としている
お	臆病	慎重	用心深い	きちんとしている
	おこりっぽい	感受性豊かな	情熱的な	正義感が強い
	おしゃべりな	社交的な	活発な	頭の回転が速い
	落ち着きがない	こまめに動く	活動的で元気がいい	労を惜しまない
	おとなしい	穏やかな	話をよく聞く	考え深い
	おせっかいな	親切な	気が利く	優しい
か	勝ち気な	向上心がある	活動的な	一生懸命な
	かわっている	味のある	個性的な	独創的な
	頑固な	一貫性がある	意志の強い	信念がある
	カッとしやすい	情熱的な	正義感が強い	一生懸命な
き	気が弱い	慎重	用心深い	人を大切にする
	きつい感じ	凜とした	シャープな感性	威厳のある
	気が荒い	情熱的な	感受性豊かな	一生懸命な
	気分屋, 気まぐれ	気がつく	気が向けば一気にやる	物事にこだわらない
く	空気が読めない	動じない	自分らしさを持つ	マイペース
	ぐずぐずしている	着実	念入りにことを行う	綿密
	口が軽い	うそがつけない	社交的な	正直な
	口がきつい	素直	ありのままの表現	物おじしない
け	計画性がない	発想が豊か	アイディアマン	応用力のある
	けじめがない	物事に集中できる	温和な	おおらかな
	けちな	経済観念のある	慎重	計画性のある

<リフレーミング辞典> その2

リフレーミング前		リフレーミング後		
こ	強引な	エネルギッシュな	リーダー性のある	信念のある
	こだわる	最後までやり通す	ものを大切にする	専門的な
	凝り性	ねばり強い	徹底して取り組む	芯が強い
さ	騒がしい	明朗快活である	無邪気な	発想が豊か
し	しつこい	ねばり強い	徹底して取り組む	芯が強い
	地味な	素朴な	ひかえめな	けんやくの
	消極的な	ひかえめな	人を大切にする	慎重
	神経質な	清潔な	ていねい	気が利く
	心配性	神経細やかな	気配りができる	慎重
す	ずうずうしい	堂々とした	積極的	押しが強い
せ	せっかち	積極的な	決断が早い	気軽に物事を考える
そ	外面が言い	社交的	協調的	明るい
た	だらしない	おおらかな	ゆったりしている	こだわらない
	短気である	情熱的である	行動力がある	感受性豊かな
な	生意気な	自立心がある	物おじしない	元気
の	のんきな	おおらかな	信念のある	冷静
は	八方美人	溶け込みやすい	人付き合いが上手な	物おじしない
	反抗的な	自立心のある	自分の考えをもつ	考えがはっきりとした
ひ	引っ込み思案	きちんとしている	まじめでこつこつと	慎重かつ丁寧
	人に流されやすい	素直な性格	環境に順応しやすい	協調性のある
ふ	ふざける	陽気な	雰囲気明るくする	ノリがいい
	プライドが高い	堂々とした	自分に自信がある	自分をもった
ほ	ぼうっとしている	細かいところにこだわらない	自分の世界をもっている	マイペースな
ま	マイペース	自分らしさをもつ	自分の世界をもつ	信念がある
む	無口な	穏やかな	話をよく聞く	思慮深い
	向こうみずな	思いきりのいい	行動的な	決断力がある
め	目立ちたがる	自己表現が活発な	物おじしない	自信のある
	面倒くさがり	細かいことにこだわらない	興味をもったことに熱意を注げる	おおらかな
ゆ	優柔不断	広い視野がある	他人の意見を尊重する	最良のことを考える
ら	乱暴な	たくましい	物おじしない	思いきりがいい
る	ルーズな	こだわらない	おおらかな	楽天的

※この辞典での「リフレーミング前」は『短所』と考えられる言葉とは限りません。

4 「全力を出すことだけに意識させればいい。」

勝負では、他人と比べて勝つことではなく、自分が全力を出し切れたかどうか意識を向けることです。

子供を育てるときも、勝ったから褒めるのではなく、全力を出し切ったことを褒めることが大切です。



子供の頃、親に、兄弟やよその子と比べられたこと経験はありませんでしたか？近所には、何人か同世代の友人はいましたが、「あそこの子がやるから、〇〇もやりなさい。」と言われた経験はありませんでしたか？同世代の子が近所にいれば、競争のひとつもしたくなるのが親です。

中には競争をすることで、やる気を出して伸びていく子もいることは確かです。

オリンピックを見ていると、金メダルの人が喜んでいる場面は、よく見ますが、銀メダルの人に笑顔がない場面も目にします。

世界には何十億の人がいて、世界で2番目という結果は、大変優秀なことです。にもかかわらず、素直に喜べない背景には、やはり他人と比べるという「競争」があったからではないでしょうか。競争のみの世界ですごしていると、1番以外は、全員不満が残る結果になります。

競争は、長所もありますが、短所もあることを覚えておかなければなりません。

一方、そんなオリンピックでも銀メダルや銅メダルでも、金メダルの人以上に喜んでいる人も見かけます。

それは、他人と比べる競争でオリンピックに出たのではなく、自分と戦い、悔いの残らないほど全力を出し切った人なのではないでしょうか。



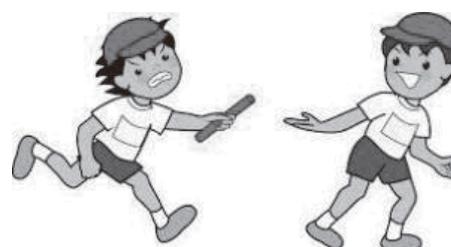
全力を出し切ったことを褒めるようにすることが大切です。



子供を育てるときも、勝ったから褒めるのではなく、全力を出し切ったことを褒めるようにすることが大切です。

例えば、子供が運動会のリレーの選手となり、いよいよ出番の時に、「全力を出し切って走ってきなさい。」と言って送り出してみる。

結果がどうであろうと、自分が、今ある状態のベストを、全力を出し切ったのであれば、そのがんばりを認め、褒めてあげることが重要です。



5 「ありがとう」という言葉は、『魔法の言葉』

日常の生活で感謝の気持ちを持って、意識して声に出して（心の中でもいいから・・・）、「ありがとう」と言う習慣を付けると、自分自身の意識世界が変わるそうです。

「ありがとう」という言葉は、『魔法の言葉』かもしれません。



子供にも「ありがとう」と言っていますか？

「お世話をしているのは、親のほうではないか。」と思う人がいるかもしれませんが、そうとは限りません。時には、親が子供のお世話になることもあります。

お菓子を親に分けてくれたとき。
荷物の持ち運びを手伝ってくれたとき。
食事を終えた食器を台所に持って行ってくれたとき。

ありがとう
助かったわ！

些細なことかもしれませんが、親が助けられていることがたくさんあります。相手が子供であっても、親のために努力してくれたときは、「ありがとう」、「嬉しい」、「助かった」と、素直に感謝の言葉を伝えることが大切です。にこにこしながら大きな声で言うと、子供は大喜びするでしょう。子供に感謝の言葉をたくさん言えば、感謝の言葉をよく言う子に育ちます。



「ありがとう」という言葉は、心をつなぐ「魔法の言葉」です。

「ありがとう」が言えない人は、社会に出てから苦労します。
「ありがとう」の習慣がない人は、人間関係もうまくいかず、助けてくれる人が少なくなり、人生において苦労することになります。

「ありがとう」
この感謝の一言を言える習慣が身に付いているかどうかで、
人生は大きく変わってくるのです。



子供には、「ありがとう」という習慣を一番に身に付けてもらいましょう。そのためには、日頃から親が「ありがとう」という言葉を声に出して伝えることです。

「ありがとう」だけは、言いすぎて困ることはありません。

ありがとう！

Thank you!



「魔法の言葉」のエピソード

たけしさんが、大学院生だったころ…。

人をののしる。さげすむ。人のあら探しをして、きつい言葉で罵倒する。昔からの口の悪さもあつたらしくて、当時は最悪だったそうです。当然、学校でもうまく行かず、友達からもつまはじき。いつも自分の不幸を愚痴り、「自分の周りはバカばかり。何で自分はついていないんだ！」と思っていたそうです。いよいよ何をやってもうまく行かない日常に嫌気がさして、海外へ旅行します。旅行…というよりは、現実逃避だったようです。

初めての海外では、ホテルはすべて満室で泊まる場所も無い。おまけに、大寒波。冬服も用意しておらず、半そでのTシャツ…。

「なんて俺はついていないんだ！」と自分の不幸をのろっていると、すりに財布を盗まれたことに気がきます。

「バカヤロー！なんて最悪だ！」などと、叫んでいたそうです。

しかし、いくら嘆いていても始まらない。しょうがないから、泊まる宿だけでも…と、捜し歩くけど、どこのホテルも空き室はなし。

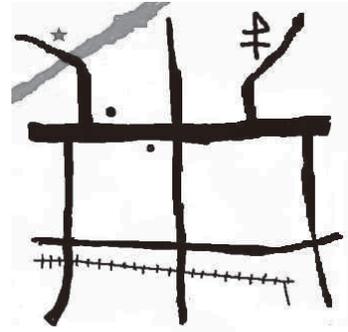


そんな時に、不思議なおばあさんに声を掛けられます。

「もし困っているのなら、ウチに来ませんか？」

たけしさんは、「もしかして親切にしておいて荷物を奪う気か？」と思い、せっかくの誘いを断ってしまいます。

おばあさんは、「困ったらいつでも…」と言葉を残し、アパートの地図を描いた紙を渡していなくなります。



たけしさんは、「魔法使いみたい、気味が悪い」と他のホテルを探し続けますが、いくら探しても宿は見つかりません。夜も更けてきて、おなかも減るし、体も冷え切って寒いし、宿は一向に見つからないし…。という事で、仕方なく、おばあさんのアパートを訪ねます。

おばあさんのアパートのドアをノックすると、今、そこにいたのか？と思うほど早く、ドアが開かれ、「いらっしゃい、あなたは必ず来ると思っていたわ」と招かれます。

テーブルには、スープが2つ用意されて、おばあさんは、「寒かったでしょ」「どうぞ」と。それを飲んでみると、今、作ったかのように暖かい…。

たけしさんはとても不思議に感じます。食事をさせてもらい、いろんな話をする中で、たけしさんのおばあさんへのわだかまりや最初の不信感は徐々に解け、「こんなにしてくれてうれしいな」と思いはじめます。

そんな時、おばあさんは、こういう話をしだしたのです。

「幸せになる魔法の言葉を知りたくない？」

たけしさんは、最悪の状態での日本を飛び出してきたのですから、そんな言葉があるのなら、是非にも知りたい！とお願いしました。



おばあさんは、こう言いました。

「魔法の言葉は、2つ。“ありがとう”と“感謝します”よ」

たけしさんは、その言葉を聞いて落胆します。あまりにも月並みな言葉なので、ガッカリしたのです。

ですが、おばあさんは、
「この言葉には使い方があるの。まず、嫌な事があつたら
“ありがとう”って言うの。そうすることで、嫌な事が続くのを
防いでくれるの。そしてね、願い事があつたら、こう言うの、
“〇〇が叶いました。感謝します！”
もう、叶ったようにね…。」



「そして『もう起きた事』として、感謝するの。
“ありがとう”も“感謝します”も、人に言ったら
お礼の言葉だけど、自分に言ったら『魔法の言葉』になるのよ。
それから、絶対に使っちゃいけない言葉があるの。
それは、汚い言葉。“バカヤロー”とか“死ね”とか、
“チキショー”とか、相手に嫌な気持ちや不快感を与える言葉。
それを使うと、何倍にもなって自分に帰ってくるのよ。」



たけしさんは、旅行中 この“ありがとう”と“感謝します”を使ってみました。
すると、日本に帰る時に、空港で係員に突然肩を叩かれます。
「この財布は、あなたのものではないですか？」
ずられた財布が、なんとそのまま、戻ってきたのです。



たけしさんは、すっかりその言葉を信じ、日本でも使い始めます。
嫌な事があつたら「ありがとう」願い事があつたら、
「〇〇になりました。感謝します」みるみる運が開けてきて、
自分の周りも一変。いろいろなものが善循環をし始めたんですね。

もちろん、何の努力も無く“魔法の言葉”に頼っても、願いは叶わないでしょう。
ですが、“魔法の言葉”を使うことで、力まず、リラックスして、本当に自分が持っている力を十分に
使いこなせるようになる、のではないのでしょうか。

皆さんの周りを見てください。たくさんの方がいろいろな形で、あなたの力になってくれてい
います。
「ありがとう」の言葉、「感謝します」の気持ちをもっともっと使ってみませんか。

辛い事、苦しいことがあつたら、「ありがとう」。
叶えたいことがあつたら「感謝します」。
きっとそれは、何倍にもなって、あなたに返って来ますよ。



6 「社会のルール・マナー・常識は、家庭が主体です。」

社会のルール・マナー・常識で、子供たちにとっては、初体験なものもあります。時にはうっかり忘れて、勘違いをしたりして理解することもあるでしょう。親としては、子供を「しつけ」をすることも重要ですが、「しつけ」をすれば、それでいいわけではありません。大切なのは、「しつけ」をした後、教えたとおりのことができているかどうかを、チェックする必要があります。



社会のルール・マナー・常識というのは、すぐ習得できそうな気がします。しかし、これは大きなまちがいです。社会のルール・マナー・常識というのは、底なしの井戸のようです。

1人の人間として生きていくために必要な社会のルール・マナー・常識になると、実に多種多様です。範囲が狭いようで、実は広い。浅いようで、実は深い。すべてきちんと習得しようとする、実に時間がかかります。

親としては、子供が他人に迷惑をかけず、子供に社会に出て困らないよう教育を施す必要があります。

しかし、最近では、あいさつや交通ルールなどの基本的な社会のルール・マナー・常識の教育を、学校に任せるケースが多くあります。日頃から家庭で丁寧に教えていくことが重要になってきます。

○あいさつ

「おはよう」「ありがとう」「ごめんなさい」「こんにちわ」などのあいさつは、幼い頃から意識して一緒に言っていきましょう。

○食事のマナー

「いただきます」「ごちそうさま」はもちろん、お箸の持ち方はしっかりと身に付けられるようにしましょう。

○忍耐強さ

「待つこと」「我慢すること」も、身に付けなければならない大切なことです。普段の生活の中で体験させながら教えていきましょう。その時は、なかなか理解できなくても、何度も何度も言い聞かせると時間と共に覚えていきます。

家庭内こそ、教育の基本であり土台です。



こうした基本的な社会のルール・マナー・常識など、すべてを学校任せにするわけではありません。家庭でしか学べないこともあります。子供が社会に出て困らないために、家庭内で教えておく必要があります。誰かに迷惑をかける前に、教える必要があります。親の真似をして学ぶのが、一番習得が早くて、確実です。

基本的な教科の学習は、もちろん学校が主体ですが、社会のルール・マナー・常識などは家庭が主体なのです。

7 「親は厳しくて当然。いずれ子供に感謝される。」

しつけをするとき、必ず親は厳しくなります。厳しい親ほど、実は、素晴らしい親です。口うるさく言う親は、将来、子供に感謝されます。なぜなら、社会の中で生きていく上で、もっとも大切なルールやマナー、常識を、教えてくれるのだから……。



自分が子供のころ、親がすごく厳しくてたまらなかった方はいませんか？
あらゆる常識や作法、人とあいさつをする仕方、横断歩道の渡り方、箸の使い方、人との会話の仕方など……。

口を挟むならまだいい。怒鳴ったり、時には平手で叩かれたりした経験はありませんか。
“自分はよく叩かれました” “厳しくしつけられました”
という人もいるかも知れません。

「親から叱られることなんてないよ」という友人がいて、
「自分の親もそうだったらよかったのになあ」と羨ましく思った
経験はありませんか？



幼いころのしつけは重要です。厳しい親はすばらしい。

親の厳しいしつけは、子供に「型」を学んでほしいからです。子供時代は、徹底的に「型を学ぶ時代」です。「型」というのは、常識や作法のことです。社会では、「スムーズに進みますよ」という常識・作法・マナーがあります。

もちろん、法律で決められているものもあれば、そうでないものの中には数多くあります。確かなことは、しっかり身に付いてているほうが、人に迷惑をかけず、しっかりと社会に順応していきます。

マナーの悪い子供を見たとき「親の顔が見てみたい」と言う人がいます。それは、子供のしつけができていないのは、「完全に親の責任」だからです。

常識があり、礼儀や作法のある子供に育てようとするならば、必ず親は厳しくなる。厳しい親を、子供は嫌がりますが、実は、これほど素晴らしい親はいません。

幼い時期は、そのありがたみが分からないかもしれませんが、社会に出たときに、きっと価値観が逆転するはずです。

厳しくしつけられている人は、将来「素晴らしいね」と感心されるのです。

なんて
乱暴な子なの



親の顔が
見てみたいわ！



8 「子供がやる気になる親の接し方」

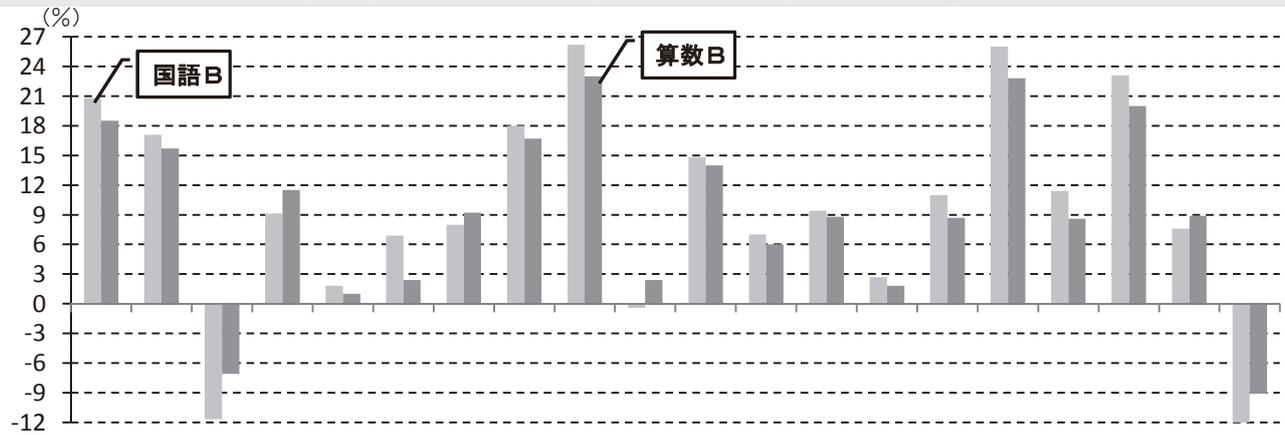
子供がちっとも勉強しなかったら、イライラしてしまいますよね。ついつい「宿題しなさい。」「勉強しなさい。」って言ってしまいます。

でも実は、しょっちゅう「勉強しなさい。」と言われている子供の成績が悪い、というデータがあります。子供が自ら勉強をやる気になる、親の接し方などをご紹介します。



ここに文部科学省が出しているこんなデータ（「親の子供への接し方と子供の学力」の関係グラフ～平成20年度）があります。これは公立学校の6年生の子供を持つ保護者に対して行われたもので、日ごろの親の子供への接し方と、子供の学力テストでの正答率の関係を表しています。

図「親の普段の行動と子供の学力との関係グラフ」



ほとんど毎日、子供に「勉強しなさい」と言う。

出典： http://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/html/hpab200901/detail/1296707.htm

ほとんど毎日、勉強しなさいと言われる子供は、学力テストにおける正答率が低いことがわかります。子供が勉強しないから、「勉強しなさい」と言うのか、「勉強しなさい」と言うから、子供が勉強しなくなるのか・・・？

親からのアクションが、子供の「やる気スイッチ」をONにする。



テストの正答率の高かった子供の親は、普段どのように子供に接しているのか、次のようなことが見られました。

- ①「子供が小さいころ、絵本の読みきかせをした。」
- ②「博物館や美術館に連れて行く。」
- ③「ニュースや新聞記事について子供と話す。」
- ④「家には本がたくさんある。(漫画や雑誌を除く)」
- ⑤「親が言わなくても子供は自分から勉強する。」
- ⑥「子供が英語や外国の文化に触れるように意識している。」



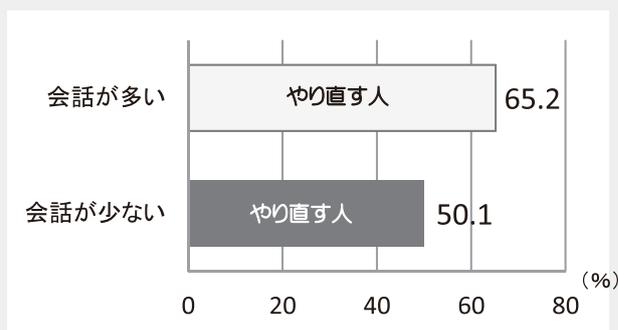
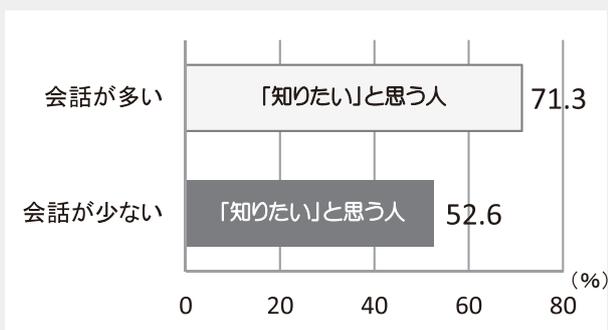
⑤番以外は、親が何らかのアクションを子供に対して起こしていることがわかります。「子供は、親の背中を見て育つ。」という言葉思い出しますね。

また内閣府の国民生活白書には「親との会話が多いほど知的好奇心が育まれる」というタイトルのこんなデータも載っていました。親との会話が多い子供ほど、知的好奇心がよく育つということが表われているようです。

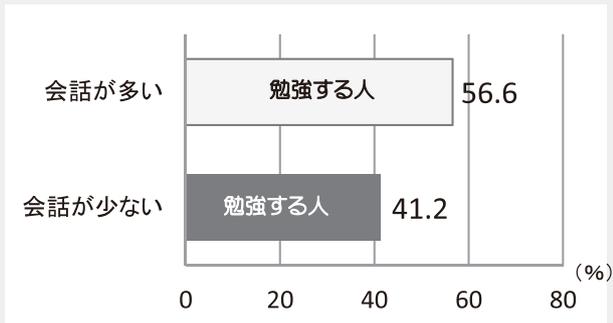
図「親との会話が多いほど、知的好奇心が育まれる」

＜学習の取り組み方と親子関係＞

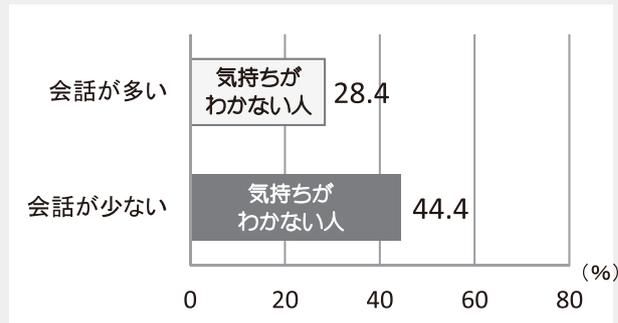
- (1) わからないことがあると「知りたい」と思う (2) テストで間違えた問題をやり直す



- (3) 親に言われなくても自分から勉強する



- (4) 勉強しようという気持ちがわからない



- (備考) 1 株式会社ベネッセコーポレーション「第1回」子供生活実態基本調査(2005年)により作成
 2 小学校4～6年生までの4,240人(有効回答数)を対象に集計したもの。調査自体は小学校4年生～高校2年生までの計14,841人を対象に実施。
 3 親との会話は、「学校のできごとについて」、「勉強や成績のことについて」、「将来や進路のことについて」、「友達のことについて」、「社会のできごとやニュースについて」の5項目で、父親や母親それぞれとどのくらい話をするかを尋ねている。これら10項目について、「よく話をする」から「ぜんぜん話をしない」まで回答を得点とみなし、その合計点を会話量の指標とした。そのうえで、各群の度数がほぼ半分ずつになるように、「会話が多い」群と「会話が少ない」群を設定している。
 4 学習の取り組み方は、それぞれの項目に対して、「とてもそう」と「まあそう」の割合を足したものである。
 5 調査は全部で、12項目に尋ねており、そのうち、「会話が多い」群と「会話が少ない」群の差が大きい上位4項目について掲載している。

出典：http://www5.cao.go.jp/seikatsu/whitepaper/h19/10_pdf/01_honpen/pdf/07sh_0102_1.pdf
 平成19年度 内閣府の国民生活白書 第2節 家族のつながりの変化による影響

9 「子供の学力を伸ばすには、実体験」

子供の学力はどうすれば伸びるのかと考える方は多いですね。
一見、関係はなさそうですが、「子供部屋は、少々散らかっている方が、
子供の学力が伸びる！」としたら、どうでしょう？
今回は、子供の学力を伸ばす方法や環境についてご紹介します。



本棚からあふれてしまっている本とか、道具箱からあふれてしまっているものに、子供は興味を持つものです。つまり、いつも片付いていて、表に何も出ていないような部屋にいたのでは、刺激が少ないということです。



実体験で刺激し、知識を受け入れる器を育てる。

子供の学力を育てるには、入ってくる知識を受け入れる器を育てることが大切です。その器を育てるのが、日ごろのちょっとした実体験（経験）です。

例えば、お母さんがホールのケーキを買ってきました。
どうやって切れば、みんなに分けられるのでしょうか。
なんていう経験があると、子供は分数を習ったときに、
理解しやすいかもしれません。

また、パンを作ろうとしたけど、小麦粉がちょっと
足りない。他の材料も同じ割合だけ減らせば、おいしい
パンが焼ける、ということがわかった子供は、算数の時間に
「割合」を習っても戸惑わなくて済むかもしれません。

バーゲンなどは、身近なよい例かもしれません。欲しかった
服が、7割引で買うことができる。いくらで買えるのか、
簡単に計算できますね。



実体験ほど、物事を理解する上で、助けてくれるよいものはありません。

子供の学力を伸ばすためには、「よい塾やよい教材を与えればよい」ということだけではないようです。

たくさんの刺激、たくさんの実体験、たくさんの工夫による解決の喜びを与えられれば与えられるほど、学習を進めていく上においても、問題を解こうという姿勢や、学びたい意欲が自然に身に付けるのではないのでしょうか。

子供が部屋を散らかすのも、それなりの意味があるのかもしれませんね。



10 「天才の遺伝子スイッチを ON にする。」

「子供の才能を伸ばしてやりたい。」って思いますよね。でも、“うちの子はごく普通だなあ”なんて思っていないですか？

実は親の接し方一つで、子供は「天才の遺伝子スイッチ」を入れて、いくらでも伸びるのだそうです。「天才は親が作る。」部分が大きいのかもかもしれません。

天才と言われるトップアスリートを育てた、親の共通点をご紹介します。

どうすれば、「天才の遺伝子スイッチ」を ON にすることができるのでしょうか。

その1～ 足裏を刺激！

10才になるまでに足の裏を刺激していた！



イチロー 選手

・小学校4年から中学校1年まで、お父さんが毎日1時間、イチロー選手の足の裏をもんでいた。

松坂 大輔 選手

・小さい頃の松坂大輔選手は、毎日近くの公園で、裸足で走り回っていた。
・5才からは剣道を習っていたため、やはり週3日は裸足だった。

杉山 愛 選手

・5才まで、自然に恵まれたところに住んでいたため、砂浜を裸足で歩くなどしていた。

運動能力をつかさどる神経は、個人差はありますが、足の裏を刺激することによって発達させることができると言われています。

また、裸足でいることによって、足の裏にあるメカノレセプターという感覚受容器が刺激され、体のバランス力が向上するそうです。

そして、足の裏の感覚を養うことで足の裏の筋肉が発達し、アーチ（土踏まず）が正しく形成され、足の指もうまく使うことができるようになっていくとも言われています。

足の指の力は、歩くことだけでなく、走る、跳ぶ、投げるといったさまざまな運動に影響するので、とても大切ですね。



その2～ 褒め上手！

「褒めると人はどうなるのか？」、ということを知るための、こんな実験があったそうです。
<10人ずつに分けた2つのグループA・Bで、毎日1時間フリースローを1カ月間行う>
というものです。

毎日、その日のフリースローが終わった時点で、次のようにプレイヤーに声をかけました。

- 〔Aグループ： 入った本数を褒める。
- 〔Bグループ： 入らなかった本数をしかった。

1カ月後、A・Bのグループには、フリースローの成功の確率に大きな差が出たということです。

褒められたAグループは、入る確率が上がったという結果が出たそうです。

“褒めると子供は伸びる”といいますが、やはり、子供は褒めた方がいいようです。



しかし、何でも褒めればよい、というものでもなさそうです。



コロンビア大学で行われた、子育ての常識を覆す「褒める」ことについての
の大規模な実験による発表が行われました。

- テストの結果をみて、「頭がいい」とほめられた子供たちは、
失敗を恐れる傾向が強くなり、挑戦することを避けるようになる。
しかも、そんな子供たちは、同じテストに対し、前よりも成績が下がったという
結果が出たそうです。
- テストの結果を見て、頑張ったことを褒められた子供は、さらに難しい問題に
チャレンジするようになったということです。

「褒める」って難しいですね。その子の“能力”を褒めるのではなく、“がんばったこと”
を褒めるのがいいようです。

世界で活躍するトップアスリートの親たちに共通していることは、子供とともに楽しみながら、
スポーツに親しみ、“できたこと”“がんばったこと”を一緒に喜んだそうです。

子供が「もっとやってみたい!」とか、「すごく楽しい!」と思っ
てもらうには、“どんな言葉をかけたらいいいのか”ということ、親たちは
考えていく必要があるようです。

「頭がいい」と褒められるのは、多くの子供にとって、本当はプレッ
シャーになっているのかもしれない。



親の方が、子供と一緒に遊んでいる、という気持ちが強いようです。だから、子供がミス
をしても怒らないし、ましてや強制することなどなかったということです。

親子であり、友だちでもある、といった感じですね

その3～ 親と一緒にやりたがる

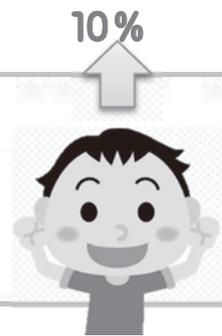
親が“その競技をするのが好きだった。”というものです。
親がその競技のプロ、というより、“ただ好きで子供と一緒にやりたがった”
ということです。

子供と一緒に汗を流し、子供と一緒に学ぶことが楽しかったようです。
だからでしょうか、“子供に反抗期がなかった”というのは、アスリート
たち本人に見られる共通点のようです。



その4～ 今の実力の10%アップを目標に

「プロ選手になる」という目標を、親は設定しなかったそうです。
達成しやすい、今の実力の10%上を、常に目標にしていたそうです。
その目標設定の仕方は、集中力を維持する時にも有効です。
これは、私たち大人にも、同じことが言えるかもしれません。



その5～ 子供が帰ってくるときは家にいる

出世することや、お金を沢山稼ぐことより、子供と接すること、一緒に
いることをいつも優先していたということです。

早番勤務や早く帰れる閑職を希望してまで、子供との時間を大切に
していたそうです。何より“子供が大好き”ということですね。



その6～ 夫婦が仲よし

夫婦の仲がいい、ということです。50代になった今でも、夫婦仲がいいということです。
インタビュー時にも、二人揃って仲良く、子供との思い出を語っておられたそうです。
家庭の中が温かい、ということが、子供が伸びる基盤にあるようですね。
子供との時間が至福だとさえ感じていた、とのことでした。



トップアスリートと呼ばれるスポーツ選手にとって、その競技をすることは、
楽しかった両親との思い出の延長なのかもしれませんね。

ロンドンオリンピック、フェンシング団体銀メダリストの太田雄貴選手のお
父さんは、「子供との時間が何より楽しかった。」と言っています。

方法論よりも深い、何かを感じませんか……。



平成 27 年度「楽しい子育て全国キャンペーン」 家庭で話そう！
我が家のルール・家族のきずな・命の大切さ「三行詩」優秀作品①

○文部科学大臣賞

◆小学生の部

おやつにもらったチョコレート。
かぞくにわけたらちいさくなった。
でも、みんなのしあわせおおきくなった。

石川県羽咋市 小学校 1 年

◆中学生の部

泥棒ですか？
母のツッコミ
ただいまというまでやりなおし

島根県益田市 中学校 3 年

◆一般の部

叱るより 褒めたいんだよ 本当は
のど元までなら 準備万端

愛知県江南市



○厚生労働大臣賞

◆小学生の部

「うん うん うん。」
「それで？ それで？」ときかれると、
どんどんお話ししたくなる。

鳥取県日南町 小学校 2 年

◆中学生の部

反抗期
それがすぎたら、反省期
お母さん、いつも言いたいありがとう

福岡県須恵町 中学校 3 年

◆一般の部

「ねえ 知ってる？」
かがやく瞳で 問う娘
ときには そっと無知なふり

兵庫県姫路市





ステップ 2



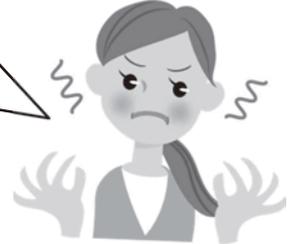
1 「アタリ」・「ハズレ」ってあるのでしょうか？

担任の先生の「アタリ」・「ハズレ」は、ありません。

『今年の先生は「ハズレ」だ！』って思ったことは、ありませんか？



「今年の担任は、ハズレ先生に当たっちゃった。赤ちゃんの子育てに忙しい若い先生で、赤ちゃんが病気をしたとっては、学校を休んだり、早退したりで、自習が多いのよ。だから、他学級に較べて勉強の進度が遅れているのよ。」



「去年の若い担任もハズレ先生だったわよ。去年の先生は、若い男の先生でね。大学を卒業したての新米教師で、教え方が下手で、子供のテストの成績が下がる一方だったわよ。いっしょに遊んでくれるので、子供達には人気があったけど、一年間、遊び呆けてしまったわよ。去年に続いて、今年も、そのハズレ先生に当たっちゃったわよ。もうあきらめるしかないわね。本当に残念だわ。」



「のんびりした先生で、子供のしたい放題、やりたい放題、のびのびとやらせすぎてて……。指導力がないのかも。」



「今の先生はさ、厳しくて、頑固な先生で、子供の行動の一つ一つに口うるさく指導するのよ。子供がビクビクしているのよ。」



保護者の中には、このように担任について愚痴をこぼす方がいます。担任の指導を心配する保護者の気持ちがよくわかります。

でも、案外、子供にとっては人気のある先生、大好きな先生であり、教え上手な先生であるかもしれません。あるいは、わが子と担任教師との相性がたまたま悪いのかもしれません。

事実かどうか、確かめる必要があります。同じクラスの母親にそれとなく聞いてみたり、同じクラスの児童に聞いてみたりするのもよいでしょう。

わが子と同じことを言うかもしれませんし、全く逆のことを言うかもしれません。

授業参観に出席し、学級懇談会で話題に出して、先生や他の保護者のいろいろな考えを聞いたり、語り合ったりしてみるのも良い方法です。



学級懇談会の後で個人的に疑問・質問を述べ、先生の教育方針、その意図や理由を聞いてみるのもよいでしょう。

現在は価値観が多様化し、親の教育要求も多様化しています。

先生に疑問を抱いたら、

他人の前で悪口を言う前に、先生に自分の疑問を率直に、気軽に伺ってみてはどうですか。

先生も、そのことに気付いていないことも多いです。

先生も、親に言われて初めて気付くこともあるそうです。

保護者の疑問が、案外に早く解決することもあるかもしれませんね！



親にも、「アタリ」・「ハズレ」はありません。

先生に「アタリ」、「ハズレ」がないように、

親にだって、「アタリ」、「ハズレ」は、ありません。

もし、陰で、自分の子供が言っていたら、ショックですよ。



「もっと育ちのいい、金持ちの家に生まれたかった。」

「もっと子育て上手な、口やかましくない親の家に生まれたかった。」

「両親が一流大学を卒業した、秀才の親の子に生まれたならば、ぼくはこんなに勉強に苦労しなかったはずだ。」

「女の子ならば、わたしを美人に生んでほしかった。親を怨む。両親がああ顔、ああスタイルだからあきらめるよりしかたがない。」

「こんな貧乏な家でなく、大会社の社長の息子や娘に生まれたかった。」

「ぼくをこんな家になぜ生んだ。となりのA君は、アタリの親を持ち、ぼくはハズレの親を持った。」



自分の子供の頃は、
どうでしたか？
こんな気持ちを感じたことは、ありませんか？

もしかしたら、あなたのお子さんも、このように両親を嘆き悲しんでいるかもしれません。

本当に両親を責めたり、呪ったりしている子はいないでしょうが、強弱の差はあっても、誰でもがちょっとは考えたことはあるはずです。それを声に出して言う子はいません。言ったところでどうにもならないことですから……。

子供はかけがえのないものです。

親に「アタリ」「ハズレ」があるわけありません。
子供は、かけがえのないものですよ。「ハズレ」なんてありません。
もしも、どこかで、ふと！思ったことはありませんか？



「どうしてこんなに
のろまで、頭の悪い
子に生まれたのだろう。」

「どうしてこんなに口答えする
親不孝な息子や娘に
生まれたのだろう。」

「どうして身体虚弱で、病院通い
ばかりする子が生まれたのだろう。」

「わたしは、こんな子になることを望ん
で生んだ覚えはないし、
育てたつもりはない。」

通常、親はそんなことを思わないですし、ちょっとは思っている、口にも出しては言いません。でも、時には「嘆きの言葉」を言い、わが子を責めてしまうこともあるかもしれません。

「ハズレ先生、ハズレ親、ハズレ子供」このように嘆き、責め、呪ってばかりいても、事態はよい方向にすすまないことは言うまでもありません。



先生、親、子供に「ハズレ」なんてありません。子供は「宝」です。

両親は、子供にとっては交換することができない存在であり、逆に子供は、両親を交換することができない存在です。選択の余地がない「運命的な出会い」の存在です。つまり、お互いをかけがえのない大切な存在なのです。

教師と子供との結びつきは、親と子との不可避な血縁関係ではありませんが、同じような運命的な出会いの存在と言えます。



子供は、先生を選ぶことができないし、先生も子供を選ぶことができません。

学校長に、「担任の先生を変えてほしい。」と要求を出す保護者がいるようですが、学校長は、簡単に「はい、わかりました。」と返事をして変更してくれません。あっちの保護者、こっちの保護者と要求を受け入れたら、收拾がつかなくなってしまいます。それよりも「運命的な出会い」を大切にしたいですね。



2 子供の前では、先生の悪口や愚痴を言わない。

学校から帰った子供が、母親に言いました。



「今日の算数のテストは、ぼくは55点だった。クラスの平均点が65点で、100点をとった子が3人だけだって・・・。」

すると、母親が言いました。

「ずいぶん悪い点数ね。やっぱり若い先生はダメね。そんな点数なのは、先生の教え方が下手だからよ。この前の授業参観の時だって、授業中に後ろを向く子、となりの子とおしゃべりしている子、よそ見ばかりしている子がいるのに、先生はちっとも注意しないで、知らんぷりして授業をしているんだから。」

また、隣の組の先生もダメなんだってね。少しでもふざけると、かん高い声で直ぐに怒鳴りちらすんだって。いつも姿勢を正しくしてピンとしてないと授業をやめて、説教をだらだらと続けるんだって。子供達から人気がないんだって。勉強の教え方は上手だけれど、すぐ怒るんだって。いやあね。」



親がこう言うと、子供もまねをして同じことを言い出します。
やがて、親と子と一緒にになって教師の悪口を言い出すようになります。
一緒にになって教師の非難の言葉を言い出すようになります。

先生と子供は、相互信頼の関係で成立している。

保護者は、子供と先生との信頼関係をこわすような言動を、子供の前では、ひかえることが大切です。つまり、
子供の前で、先生の悪口を言うことは、絶対にしないことが肝心です。



子供は先生を信頼し、先生に絶対的な信頼関係を持っているからこそ、教室で先生の話を熱心に聞くようになるし、先生の言うことを信じて、従うようになるし、学校の集団行動の規律を守るようになるのです。特に、小学校低学年児童は、担任の先生を神様のように信頼しているのが普通です。

子供の前では、うんと褒めてやってください。「いい先生だね」と言って、先生のいい点や持ち味など、少しでもよい所を探して褒めてください。プラス思考で、先生のよい点を探し出し、認めて、1年間、先生と付き合う方がよい結果を生むことは間違いありません。

もしも、保護者が子供の前で、先生の悪口を言っていると……

それを耳にした子供も先生をバカにするようになります。先生不信が起こります。このような状態からは、教師の話を見聞かなくなるし、教師の指示にも従わなくなります。その結果、学習意欲をなくし、学業不振にもつながりかねません。また、問題行動を起こしたり、学校集団の規律を乱したりするようになり、非行化の前兆行動をとるようになってしまいます。



先生と子供との関係は、家族間（特に夫婦）の関係と同じです。

両親（夫婦）の仲が良いことは、子供も幸せです。

母親が子供の前で父親の悪口を言ったり、父親が母親の悪口を言ったりすると、子供にとって、気持ちの良いものではありません。これは、「先生」を、「母親・父親」に置き換えて考えてみれば、理解できますね。



夫婦は、信頼関係で成立しており、お互いが相手の悪口を子供の前で言えば、子供は、自分の母親を、または、父親を信頼しなくなります。夫婦の悪口の言い合いが、家庭内の不和となり、非行行動にはしらせることの事例は多いです。

子供は、夫婦の問題に口をはさむことはしません。どちらかに加勢することもしません。子供は、夫婦間の問題に「ああだ、こうだ」と口出しをしたら、どっちかに加勢したら、家庭は崩壊するだけだとわかっています。じっと耐えて、早く楽しい家庭に戻ってほしいと願っています。

夫婦の悪口の言い合いは、子供の「心の傷」となって記憶に残ります……

小さい時のこうした父母関係を見聞きした子供は、ちょっとした、軽い悪口でも何度か繰り返されると、これがトラウマとなり、子供が中学生・高校生になって親に反抗する時期を迎えた時に、今度は子供が母親や父親に悪口を言い出すようになってきます。

思春期の反抗期になった時に、母親または父親の悪口を言って、反抗したり、軽蔑の言葉を投げかけたり、親と口を利かなくなったり、自分の部屋に閉じこもったりするようになってしまうこともあります。



「家庭」は、「愛情たっぷりな場所」、「のびのびと手足を伸ばしてほっと気休めのできる場所」、「外の世界の疲れや嫌なことが忘れられる場所」、「何でも気兼ねなく話せて、話し手の気持ちをいやしてくれる場所」、「支持や応援をしてくれる人がいる所」、そうした場所が「家庭」であると思います。また、「家庭」は、「居心地のいい、心が安らぐ、ほっと心が休まる、心を癒してくれる、のびのびと手足も心も伸ばせる、そうした場所」でいたいですね。



3 先生(学校)と上手につながろう。

先生に対する批判や悪口～「百害あって一利なし」

学校の先生や、塾の先生、習い事の先生など、子供が尊敬すべき先生に対する批判や悪口は、「百害あって一利なし」です。

「あの先生、出身大学は〇〇だって、あんまり頭はよくないのね」とか、「あの先生は教え方が下手だから、子供の学力が上がらないんだわ」「あの先生は専門分野の評価が低いらしいよ」といった話を子供の聞いている場でするのは、禁物です。当然、学習効果は上がりません。「すばらしい先生に出会えて幸せ」という気持ちがあれば、学習する熱意も増します。



Q. もし、子供が先生(友達)の悪いうわさを聞いて話をしたら、どのように言えばいいのでしょうか？

「え～、そうなんだ。でも、そんなふうにする人もいるけれど、〇〇先生(さん)は、こんないい面もあるんだよ。」と、別の見方も教えるように努めることがベストですね。



親は、何とか子供をかわいがってほしい、子供の長所を発見し、伸ばしてほしいと願っています。先生に対する期待が大きくなればなるほど、先生に対する要求も大きくなりがちです。子供かわいさのあまり、学校や先生に対する理不尽な要求を突き付ける親も増えていきます。

- 「うちの子供の成績が悪いのは、先生の教え方が悪いからだ。」
- 「先生に叱られたことが原因で、親に反抗するようになった。」
- 朝礼の時に態度が悪いので大きな声で名前を呼んだら、
「みんなの前で叱らなくても、うちの子は後でそつと話してくれたらわかる子なのに…。」
- 「子供はピーマンが嫌いなので、給食からピーマンを抜いてほしい。」
- どの教師がどのクラスを担当するかを勝手に考えて、「この通りにしろ！」
- 『「こんにちは」や「ありがとう」が言えるようにして下さい！』 など

道理に合わない要求を突きつける親を「モンスターペアレント」と呼ぶそうです。モンスターとは極端な表現ですが、そう呼びたくなるほど、理不尽な親の要求が、学校や先生に寄せられているようです。

「子供かわいさ」ゆえの行動と親は思っているかもしれませんが、子供はかえってそれで傷ついています。親が批判する先生に対しては、子供もきっと批判的になり、人間的交流は生まれません。

先生と気軽に語り合ってみよう。



Q. 先生に、直接、どうしても言いにくい、話せない、聞きづらい、という場合は、どうしましょう。

先生への怒りや恨みの感情を、直接激しい言葉でぶつけようとする、話し合いは良い方向にいかないものです。ものは言いようです。上手に話をしてみてはどうでしょうか。



こんな話し方はどうでしょう。



Q. 「子供の話によると、学級内で……ということがあったようですが、子供の話ですから、自分に都合にいいことを言ってるのかもしれませんが、事実はどうなのでしょう。」

Q. 「……について、先生はどのようなお考えをお持ちになっているのでしょうか。教えていただけると助かります。」

Q. 「子供達を……のようにさせているのは、先生のお考えがあつてのことだと考えます。どんな意図でそうなさっているのでしょうか。」

Q. 「わが子は学校生活の中で……が困っています。悩んでいるみたいです。例えば……ということがあります。親はどう指導したらよいか困っています。先生のお考えを聞かせてください。」

Q. 「きのう、学校で……のようなことがあつたと泣きながら家に帰ってきました。うちの子の意見を一方的に聞いているだけなので、本当のことが分かりません。事実は違っているのかもしれませんが。先生から、……について調べていただけると助かります。」



このように、疑問や不安に思っている事柄を、疑問の文型で問いかけて、話し合いのきっかけを作り、そこから親の言いたいことをしだいに語っていくようにするといいかもしれませんね。

どうしたら「子供の教育効果が上がるか」に焦点を絞り、わが子の具体的事例を話し合いの柱にしていくようにする、成功すると思います。

質問や問いかけで話のきっかけを作り、こうして教師の考えを聞き、親の考えも語り、自分の疑問や不安を解決していくやり方はよい方法ですので、ぜひ試みてはいかがでしょうか。

「しつけ」は、家庭教育です。

保護者が担任の先生に、次のように言うことがあります。

「うちの子は、家ではちっとも勉強をしないので困っています。
先生からも、家で勉強をするように言ってください。お願いします。」

「うちの子は、家で兄弟ゲンカをして困ります。妹をいじめるのです。
先生から、妹をいじめないように、兄弟仲よくするように教えてやって
ください。」

「うちの子は、やりっぱなし、おきっぱなし、ぬぎっぱなし、……ぱなし
が多くて困っています。先生からも厳しく指導してください。」



子供を立派に成長させるために、学校が協力できるところは、指導して効果を上げるようにしていくのがよいと考えます。

しかし、これらは家庭教育の内容です。
家庭で父母が腕をふるって指導すべき内容です。父母が子供の性格、
家庭の事情に応じて、それぞれの方法を工夫して指導すべきことでは
う。これこそが、父母の子育ての醍醐味であると思います。



家庭教育は、「しつけの教育」と言われています。

学校の勉強の復習をさせたり、予習をさせたり、学習塾に行かせたりするのが、家庭教育
ではありません。家庭教育とは、「しつけの教育」と言われています。

「洗顔」、「手洗い」、「歯みがき」、「着衣・脱衣」、「排便」、「整理整頓」、「清潔」、「食事の
しかた」、「箸づかい」、「手伝い」、「節約」、「協力」、「やさしさ」、「おもいやり」などがそう
です。対人関係の“しつけ”もあります。「あいさつ」、「言葉遣い」、「親切」、「公衆道徳」、
「無償の愛」などもそうです。その他、金銭や労働や性や人権などの“しつけ”もあります。

「子供は、親の背中を見て育つ」

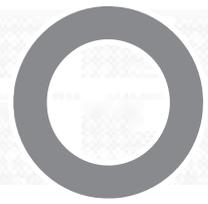
「しつけ」の方法は、親が模範を示し、子供がそれをまねて、覚
えるという方法が効果的であると言われています。

例えば、子供と一緒に風呂に入ったとします。

かわいい、かわいいで、親が体を洗ってあげ、頭を洗ってあげ、
タオルをしぼってあげ、からだをふいてあげ、パジャマを着せて
あげ、親がすべてやってあげてしまうようでは・・・・・・・・



一つ一つを、親が見本を示して、子供にじっと見させます。そして、親がした通りに、子供にまねさせるのです。次に、親は、子供のすることをじっと見るのです。ダメなところは「こうすると、もっと上手になるよ」と言って、やり直しさせます。親のやり方を見させるとは、「ここはこうやるのがコツだ。」「ここはこれに注意してやる」とい、「ここはこれに注意してやる」といなどと言って聞かせながら、見させるとよいでしょう。



「子供は親の背中を見て育つ」とされています。
親が何事にも手本を示してやることです。模範となる行動を見せて、まねさせることです。子供は知らず知らずのうちに、親のやり方を模倣している、いつのまにか親の通りにやっている。
これが、「しつけ教育」と呼ばれているものです。

学級懇談会に進んで参加してみませんか。

学級懇談会に積極的に参加する保護者もたくさんいます。他人とのかかわりに積極的に参加し、他人の意見を参考にし、子育てに励んでいる方が多いようです。

このような保護者は、集団の中で育つのは子供だけでなく、親も集団の中で育つことを知っています。

子供の教育は、学校教育だけでは無理で、子供の生活の大部分をしめているのは家庭や地域社会です。

教師と父母がヒザを交えて、教育の多様な問題について語り合うことはとても大切です。子供だけでなく、親も他人と交わって成長していくのです。親の成長をうながすものは、親同士が意見を交換し、経験を交換し、子育ての悩みや喜びを語り合い、知らせ合い、励まし合って、磨き合っていくことです。

このような保護者は、気軽に子供の友だちを家に呼んで遊ばせたり、近所の子供を誘って親子同士で外出したりもしているようです。

また、こうした保護者たちは、他人を尊重し、交流していくことの大切さを知っています。教育は、目先の成績がどうこうでなく、一人一人に与えられた生命・能力を一生かかって開花させていく長い営みであることを知っており、親同士で子育ての交流しながら、おおらかにゆとりをもって育てていくことを知っています。

親も子育てしながら、子供と一緒に成長していくものです。その過程で失敗や後悔、反省もあります。でも、それが子育てだと思えます。本物の愛情を持ち続け、時には厳しく、時には優しく、時には一緒に笑って泣いて、子供にはそれが大事だと思えます。
上手な子育ての完成形って、いったい、何なのでしょう。か・・・。



平成 27 年度「楽しい子育て全国キャンペーン」 家庭で話そう！
我が家のルール・家族のきずな・命の大切さ「三行詩」優秀作品②

○公益社団法人日本 PTA 全国協議会会長賞

◆小学生の部

お母さんが教えてくれた
「かがみは先にわらわない」
いつも心においてるよ

宮崎県延岡市 小学校 3 年

◆中学生の部

玄関でみんなのくつを並べながら
思いついた
最近家族三人で川の字で
寝ていないなあと思い、
お父さんとお母さんのくつの間に
私のくつをおいた

富山県射水市 中学校 1 年

◆一般の部

あなたの声、
#半音上がってわかる隠しごと
♪半音下がってわかる悩みごと
母の耳は絶対音感

静岡県静岡市



○「早寝早起き朝ごはん」全国協議会会長賞

◆小学生の部

ねるまえのおやすみぎゅうはいいきもち
一日のごほうびみたいだな

沖縄県嘉手納町 小学校 1 年

◆中学生の部

早寝早起き朝ごはん
基本だけれど母さんは
遅寝早起き朝ごはん
母さんいつもありがとう

長野県茅野市 中学校 3 年

◆一般の部

体も態度も大きいけれど
寝顔は小さい頃のまま
かわいい我が子におやすみなさい

京都府城陽市



文部科学省 家庭の教育力向上 http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/1366251.htm



ステップ 3



サプリメント① 「睡眠ってこんなに大切！」

子供にとって睡眠は、心身を休憩させて疲れをとると同時に体をつくり、脳を発達させる大切な働きを持っています。

眠っている間に、こんなことが起きています。

学習や経験した
記憶を整理して
定着させている。



骨や筋肉をつくったり、
体を守るための
免疫力を高めたり
している。

- 小学生の睡眠時間は、低学年で9～10時間、高学年では8～9時間が理想といわれています。
- 睡眠時間だけでなく、21～22時までに就寝することも大切です。
- すぐに眠れなくても、暗くして布団に入るなどの、眠る準備をすることが大切です。



気分を穏やかにする
セロトニン
(神経伝達物質)

朝起きてから日中に分泌。
朝の光、歩行や呼吸など、
リズムカルな運動で分泌が
活発化します。

体の成長にとっても大切
成長ホルモン

眠りはじめの深い眠りに
入ると分泌されます。
体の成長に必要で、脂肪
の分解も行います。

睡眠に向かわせる
メラトニン
(ホルモンの一種)

暗くなると分泌が始まり、
深夜に分泌のピークを迎え
ます。夜に強烈な光を浴び
ると分泌が遅れます。

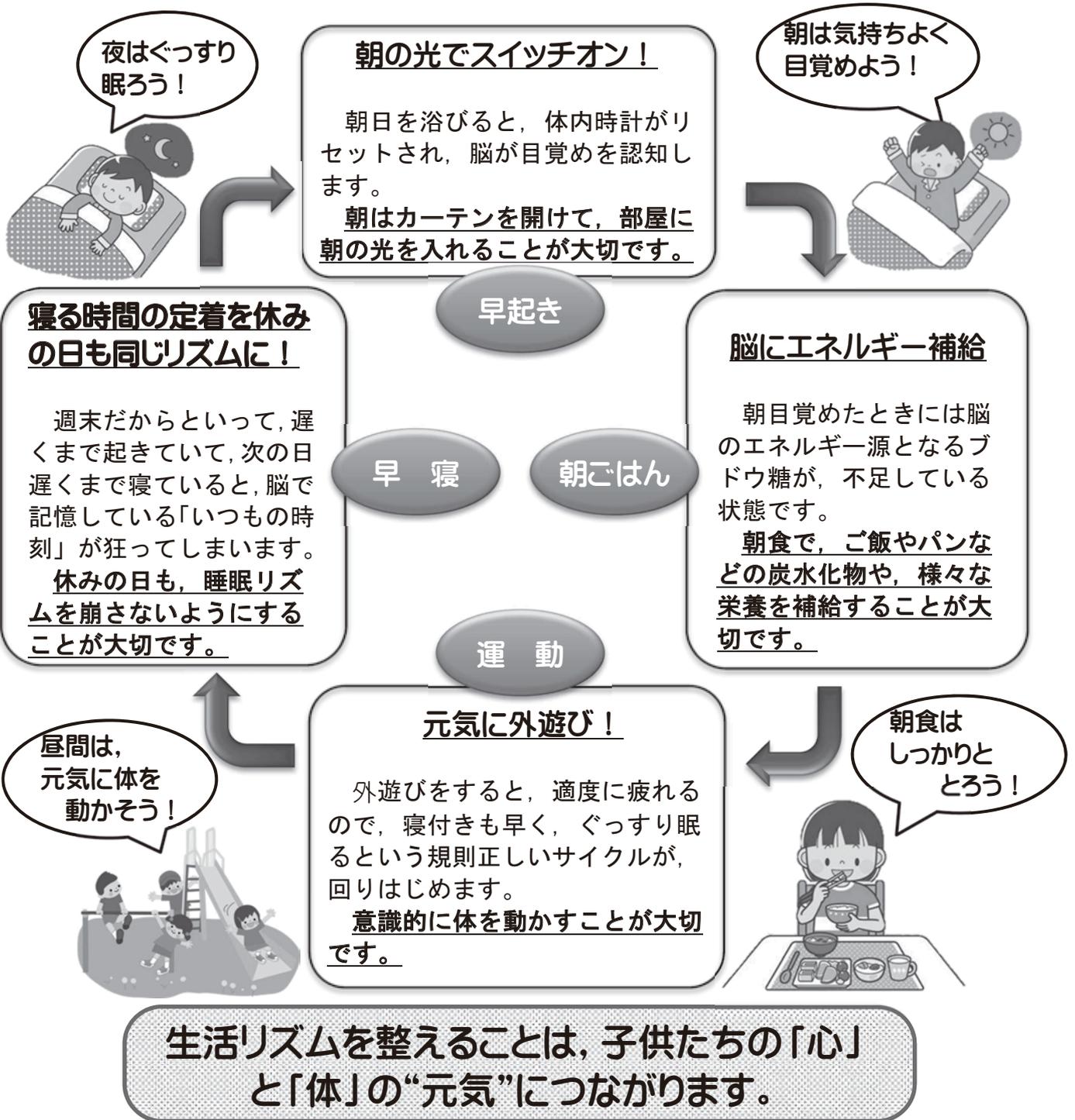
寝不足や不規則な睡眠リズムは、成長に欠かせないホルモンの分泌に悪影響を与えてしまい、心身の健康を損なう恐れがあると言われています。

睡眠によって、「心」も「体」もつくられます。

サプリメント② 「規則正しい生活リズムをつくるポイント」

子供の生活習慣の乱れが学習意欲，気力，体力の低下の要因の一つとして指摘されています。

子供たちが健やかに成長していくためには，規則正しい生活リズムを身に付けることが大切です。



サプリメント③ 「あいさつで築く人間関係」

あいさつができるようになるには、こんな順序があります。



おはよう
ございます。



おはよう。
いつも
元気だね。



気を付けて、
行ってら
っしゃい。

1 まずは、家族の間で
あいさつが自然にでき
るようにする。

3 お手本を示しながら、
子供も一緒にあいさつが
できたときは、しっかり
ほめる。

2 地域では、親が手本を
示し、元気にあいさつを
する。

4 子供がひとりでも、
自主的に、あいさつでき
るようになる。

あいさつでつながる心

- ・知り合うきっかけになる。
- ・気持ちがよくなる。
- ・体の調子や機嫌がわかる。
- ・話しやすくなる。

心がつなぐいろいろな言葉

- さようなら
- いただきます
- ごちそうさまでした
- おやすみなさい
- ありがとう
- ごめんなさい
- すみません

防犯上の効果あり！！

- ① きちんとあいさつできる子は
声を出せる子なので、
不審者に狙われにくいと
言われています。

おはよう！



- ② あいさつをすることで近所の
人が、どこの子かわかり、何かあつた時に、情報収集がしやすくなり
ます。



〇〇ちゃんは
友だちと3時頃に
ここを通ったわ

サプリメント④ 素直に言えるようになりたい大事な言葉 「ありがとう」と「ごめんなさい」

言うにはちょっと勇気がいるけれど、言われると心が温かくなったり、緊張がホッと緩んだりする思いやりの言葉があります。



日頃から耳にしない言葉は、うまく使えるようには、なりません。

- ◎ 「ありがとう」を言う場面はたくさんあります
親がお手本を見せることが大切です。
- ◎ 家族や夫婦で、ささいなことでも日頃から、「ありがとう」と言う習慣を身に付けることが大切です。

家庭で、日常的に耳にすることで、どんなときにどんなふうにするのかを覚えます。

- ◎ 「ごめんなさい」も大人が手本を見せる。
- ◎ 謝罪を受け入れる姿も見せる。



いいわよ!
(次は、○○しよう)

ごめんなさい。

・悪いことしちゃった。
・心配かけちゃった。
・迷惑かけちゃった。



- ◎ そして、「ごめんなさい」を言えた勇気を認める。

心を込めて言えると相手の心に伝わります。

サプリメント⑤ 「子供のやる気をサポート」

「良い学びは良い環境から」と言われるように、子供が生活や学習の習慣を身に付けていくためには、子供のやる気を育てることが大切です。

活動する場所の環境づくり



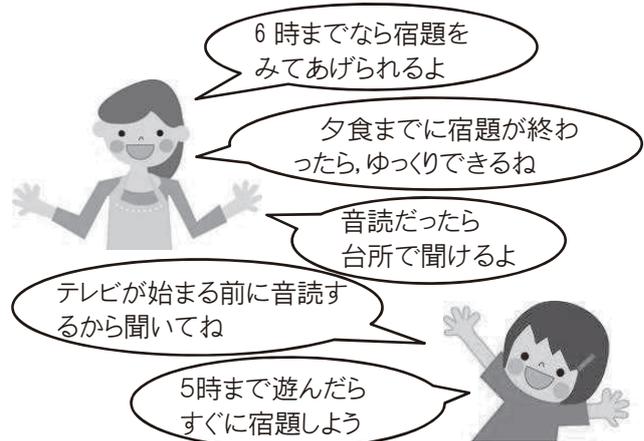
自分の持ち物を自分で整理整頓できるようになると...

- 使いたい物がすぐに用意できる。
- 始めようと思ったときに、すぐに取りかかれる。
- 学校へ行く準備がスムーズにできる。
- 忘れ物が少なくなる。
- 物を大切にする。 など

はじめは、親も一緒に片付け、徐々にひとりでできるようにします。

やる気を育てる心の環境づくり

例えば、毎日の宿題をする時、どんな声をかけたらいいでしょうか？



子供に考えさせましょう。自分で決めた方が、集中しやすく、はかどります。

生活や学習の習慣は、小さい頃からの積み重ねによって身に付きます。

子供の小さながんばりを見逃さず、その時、ほめる言葉や励ましの言葉をかけながら、長い目で見守り、根気よくサポートしていくことが大切です。

心を込めて言えると相手の心に伝わります。

サプリメント⑥ 「自立した子を育てる親のかかわり方」

こんなふうになりたい！

あんなことをやりたい！



日頃から心がけておきたいこと

- 子供の話をよく聞いて、信頼関係を築く。
- 当たり前なことやできたことをほめて、自信を持たせる。

自分からやろうと決めたことを、親が見守り、励ます姿勢が大事です。

子供が、自分から「～したい」と言ったときが、伸びるチャンスです

<たとえば、こんな場合>

学校に入ったら友だちをたくさんつくりたいなあ。



アドバイス

自分からあいさつしてみよう

アドバイス

席の近い人の名前を覚えよう

アドバイス

友だちの話をよく聴こう



親ができる手助け

- ① どうしたらできるようになるか、どんなことをがんばるか、相談にのって一緒に考える。
具体的なステップを考える
- ② 自分にできそうなものを子供自身に選ばせる。
自分でやろうと思わせることがポイント
- ③ ステップが少しでもできたら、ほめて励ます。
励ますことが、またがんばろうという意欲につながる
- ④ 決めたことを達成できたら、がんばった子供自身をほめる。

親がさせるのではなく
子供の「自分でできた！」を大切にする。

サプリメント⑦ 「話の聞き方で心をつなぐ」



聞いてもらうことで
安心感をもち、もっと
話せるようになります。

わかってもらえること
で、相手に対する信
頼感が育ちます。

会話を通して親子の
信頼関係が築けます。

☆ 聞くときのポイント

- ① 忙しくても手を止めて顔を見て聞く。
- ② 話の途中で口を挟まず、最後まで聞く。
- ③ 話を聞いたら、まずは気持ちを受け止めて共感する。
- ④ 親の価値観を押し付けない。
- ⑤ 伝えたいことは「私なら～するよ」「私は～がいいと思うよ」と私(I)メッセージで伝える。

「聞いてもらえた」, 「話してくれた」の気持ちを大切にしたい会話を心がけていくことが大切です。

言葉のボールをキャッチして、
心もしっかりと受け止めていく。



怒っているときの言葉は、キャッチできません。

サプリメント⑧ 「話を聞くときのポイント」

子供が話しかけてきたときは、一旦手を止めて必ず聞く！

- 話を聞いたら、まずは気持ちを受け止めて共感する。
- 言いたいことは、私(I)メッセージで伝える。
- 話の途中で口を挟まず、最後まで聞く
- 親の価値観を押しつけない。
- あなたが○○したからでしょ。あなたが○○したきゃだめじゃない。
- あなた(You)メッセージにならないようにする。

どうしても、手が離せないときは…。

- 作業の途中で、子供が話しかけてきたら…。
- 話を聞きたいという気持ちがつたわるように
- 何の話をしたのかだけは、必ず聞いておく。
- 作業の後には、目を見てしっかり聞いてあげる。

聞いてもらっていると、しっかり聞くことができます。

家庭での会話が、いろいろな場面に生きてきます。

サプリメント⑨ 「ほめることの効果」

どんなふうにほめたら
いいのかしら？
悪いところが
目についちゃって…



こんなふうに思うことはありませんか？

ほめる内容は、「当たり前のこと」でいいのです。

- ① 今できていることを認めてほめる。
- ② その子自身の過去と比べて、伸びたことを見つけてほめる。

今日のあいさつは、
元気がいいね！

いつもより早く
起きられたね。



ちょっとした
ことでもいいのね

大事なことは、その子自身を認めてほめることです。
子供の「すごい」「さすが」「すばらしい」をたくさん見つけて、
言葉で伝えてあげることが大切です。

ほめられることによって、心に変化が生まれます。

うれしい！

また、
がんばろう！

もっと
できるかも！



- 気持ちがポジティブになる。
- 前向きに物事に取り組める。
- 「挑戦しよう」という意欲がもてる。
- 自分は大切な存在だと思える。
- 自分に自信がもてる。
- 学習が身につくやすくなる。

自信をもって、物事に取り組める自立した子に！

サプリメント⑩ 「お手伝いの効果」

子供にさせると
時間がかかって
面倒で、自分で
した方が早いし…



うちの子は
遊んでばかりで、
家の手伝いなんて
してくれない

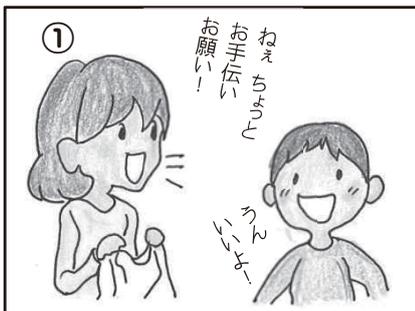
そうは言ってみたものの…

将来のことを考えるといろいろできるようになってほしい。

お子さんに「できそうなお手伝い」「させたいお手伝い」は何ですか。書き出してみましよう。

※ お手伝いは、家族の一員としてみんなに関わることを考えることが大切です。

お手伝い大作戦



お手伝いの極意 その1

簡単なことから始めて、たくさんほめてできることを増やしていく。

お手伝いの極意 その2

初めてのことは、教える人に時間と気持ちの余裕があるときに挑戦する。

お手伝いの極意 その3

できるようになったことは任せる。自分からしてくれるように頼りにする。

うまくできなくてイライラすることもあります。でも失敗を叱るよりも、できた所まではほめて、次はどうしたらできるようになるかを一緒に考えることが成長につながります。

サプリメント⑪ 「子育てで大事なことは、さじ加減」

子育てで、
「過保護はよくない！」
と言うけれど、
どんなことに
気をつけたらいいの？



子育てで大事にしたい4つの要素

世話

- 世話をすることは、乳幼児期には重要であるが、その子の成長に合わせて徐々に手を離し、「自分のことは自分でできる」ように自立させていくことが大切です。
- お手本を見せながら、ていねいに教えてできることを増やしていく。そして、失敗しても責めずに、繰り返し教えて、できたら、しっかりほめることが大切です。

指示

- 親は先回りして指示を出してしまいがちですが、失敗することも成長には必要と考えて、見守る場面も大切です。
- 指示されて行動することが多いと、自分で考えて行動する力が育ちにくいと言われています。
- 子供は指示されて行動して失敗すると、自分の責任ではなく、他人のせいにするようになるので、自信を持たせることが必要です。

授与

- 欲しい物が「本当に必要な物か」を、一緒に考えることが大切です。
- 欲しがる物を何でも与えると、感謝する気持ちと、物のありがたさや大切にしている気持ちが育ちにくくなると言われています。我慢することも心を成長させるためには必要です。

受容

- その子自身を認め、受容することが大切です。
- 日頃の子供の様子をよく見て、その子自身の思いや成長を受容し、「他人の迷惑を考えない自己中心的な行動は許さない」という毅然とした態度をとることが大切です。

子供に合わせたさじ加減で、上手に子育て！

サプリメント⑫ 「いじめについて、子供と一緒に考える」

1 いじめは大きな社会問題

★ いじめは、どの子供にも、どの学校でも起こりうる問題です。

<具体的ないじめの例>

- ・冷やかしたりからかい、悪口や脅し文句、嫌なことを言われる。
- ・仲間はずれ、集団による無視をされる。
- ・軽くぶつかられたり、遊ぶふりをして叩かれたり、蹴られたりする。
- ・金品を隠されたり、壊されたり、捨てられたりする。
- ・嫌なことや恥ずかしいこと、危険なことをされたり、させられたりする。
- ・パソコンや携帯電話等で、誹謗中傷や嫌なことをされる。

など

「いじめ防止対策推進法」が施行されました。(平成25年9月)

いじめの防止、早期発見及び対処のための対策を、行政・学校・地域住民・家庭その他の関係者の連携のもと、総合的かつ効果的に推進することを目的として、法律で改めて定められました。

(いじめの禁止) 第4条 児童等は、いじめを行ってはならない。

◇保護者に対しては次のようなことが定められています。

- 児童等がいじめを行うことのないよう、規範意識を養うための指導その他の必要な指導を行うよう努める。
- 児童等がいじめを受けた場合には、適切にいじめから保護する。
- (国・県・市町村や) 学校が講ずるいじめの防止等のための措置に協力するよう努める。



2 いじめについて、家庭で具体的に話し合しましょう。

日頃から、親子の会話を大切に、何でも話せる関係を築きましょう。いじめについても話題にして、子供の様子や考えを把握しておく。また、どんな理由であってもいじめは絶対に許されない行為であることを子供に教えていくことが大切です。

「遊びや冗談のつもりだった」は通用しない

ふざけてやったことでも、相手がいじめと感じたら、それはいじめです。遊びや冗談のつもりが、時には相手の命にかかわることにつながる場合があります。

いじめられているのかも…と感じたら

子供の日頃の様子をよく見て、一人で抱え込まないように声をかけて、話し合ったり、学校に相談したりしていくことが大切です。

◎いじめや体罰の相談・情報はこちらへどうぞ。

県南地区いじめ・体罰解消サポートセンター
〒300-0051 茨城県土浦市真鍋 5-17-26

(県南教育事務所内) 029-823-6770

月・水 9:00~16:30

火・木・金 9:00~18:30

サプリメント⑬ 「インターネットのリスクから守る」

子供の周りには、インターネットにつながる端末がたくさんあります。学習や生活に役立つ情報が簡単に得られる反面、携帯依存症やアクセスによる問題など、大きな社会問題に発展してしまう場合があります。



ゲーム機



パソコンやタブレット



スマホや携帯



音楽プレーヤー

子供が陥りやすいトラブル

ネット上での書き込み等によるいじめ

高額な料金請求

不審者からの誘い出し

個人情報の流出

子供たちが将来、常に正しく安全にインターネットを使えるようにするために、子供の発達に合わせたインターネット環境を整えていくことが大切です。

家庭で設定できる ゲーム機などの機能制限

ゲームでインターネットを見たり、知らない人と通信したりすることなどを制限できる機能があります。
(ゲーム機によって異なります。)

電話会社で設定できる接続機能 の制限(フィルタリング)

スマートフォンや携帯電話などでインターネットへの接続や閲覧できるページを制限できる機能があります。

インターネットを適切に利用するための、我が家のルールを決めておく。

<例えば>

- 食事の時間にはしない。
- 夜は 21 時までにする。
- 1 日〇時間以内にする。
- 充電器は居間に置く。
- パスワードは共有するか親に知らせる。
- メールやラインなどで人の悪口などは打ち込まない。
- 知らない人からのメールは 削除する。
- インターネットで知り合った人とは会わない。
- 使用できない場所では使わない。(マナーモードを活用する)
- 有料アプリ有料サイトの利用は親と相談する。
- ルールを守れないときは、一時利用禁止にする。

ルールはたくさん考えられますが、親が押しつけて決めるのではなく、家庭や子供の状況に応じて、決めていくことが大切です。

母から息子へ、スマホを使う為の「18 の約束」

クリスマス日に米国マサチューセッツ州のお母さんが、13歳の息子に iPhone をクリスマスプレゼントとしてあげました。iPhone の箱にはお母さんが作った使用契約書が入っており、その内容が、アメリカで話題になりました。

その内容とは、iPhone (スマホ) を使う為の「18 の約束」です。

グレゴリーへ

メリークリスマス！あなたは今日から iPhone の所有権を持つことができます。やったね！責任感のあるお利口な13歳なので、このプレゼントはあなたに相応しい。しかし、このプレゼントを受理すると同時にルールや規則が付いてきます。以下の使用契約をゆっくり読んでください。私の親としての仕事も分かって欲しい。あなたを健康で豊かな人間性を持った、現代のテクノロジーうまく活用していける大人に育てなければならないということ。以下の規則を守ることができなかった場合、あなたの iPhone 所有権も無くなります。

あなたが大好きでたまりません。あなたと何百万個ものメッセージ交換をするのが楽しみです。

1. これは私の携帯です。私が払いました。あなたに貸しているものです。私ってやさしいでしょ？
2. パスワードはかならず私に報告すること。
3. これは「電話」です、鳴ったら必ず出ること。礼儀良く「こんにちは」と言いなさい。発信者が「ママ」か「パパ」だったら必ず出ること。絶対に。
4. 学校がある日は 7:30pm に携帯を私に返却します。週末は 9:00pm に返却します。携帯は次の朝の 7:30am まで電源オフになります。友達の親が直接出る固定電話に電話できないような相手ならその人には電話も SNS もしないこと。自分の直感を信じて、他の家族も尊重しなさい。
5. iPhone はあなたと一緒に学校には行けません。SNS をする子とは直接お話しなさい。話すことは人生のスキルです。注：半日登校、修学旅行や学校外活動は検討します。
6. 万が一トイレや床に落としたり、無くしたり、破損させた場合の修理費用は自己負担です。家の芝生を刈ったり、ベビーシッターをしたり、お小遣いでカバーしてください。こういうことは必ず起こります、準備しておいたほうがいいでしょう。
7. このテクノロジーを使って嘘をついたり、人を馬鹿にしたりしないこと。人を傷つけるような会話に参加しないこと。人のためになることを第一に考え、喧嘩に参加しないこと。
8. 人に面と向かって言えないようなことをこの携帯を使って SNS やメールでしないこと。

9. 友達の親の前で言えないようなことを SNS やメールでしないこと。自己規制してください。
10. ポルノ禁止。私とシェアできるような情報をウェブで検索してください。質問などがあれば誰かに聞きなさい。なるべく私かお父さんに聞いてね。
11. 公共の場では消すなり、サイレントモードにすること。特にレストラン、映画館や他の人間と話す時はそうしてください。あなたは失礼なことをしない子です。iPhone がそれを変えてはいけません。
12. 他の人にあなたの大事な所の写真を送ったり、貰ったりしては行けません。笑わないで。あなたの高知能でもそういうことがしたくなる時期がやってきます。とてもリスク（危険）なことだし、あなたの青春時代・大学時代・社会人時代を壊してしまう可能性だってあるのよ。よくない考えです。インターネットはあなたより巨大で強いよ。これほどの規模のものを消すのは難しいし、風評を消すのも尚更難しい。
13. 写真やビデオを膨大に撮らないこと。すべてを収録する必要はありません。人生経験を肌身で体験してください。すべてはあなたの記憶に収録されます。
14. ときどき家に携帯を置いて出かけてください。そしてその選択に自信を持ってください。携帯は生きものじゃないし、あなたの一部でもありません。携帯なしで生活することを覚えてください。流行に流されない、器の大きな男になってください。
15. 新しい音楽、クラシック音楽、あるいは全員が聞いている音楽とは違う音楽をダウンロードしてください。あなたの世代は史上もっとも音楽にアクセスできる世代なのよ。この特別な時代を活用してください。あなたの視野を広げてください。
16. ときどきワードゲームやパズルや知能ゲームで遊んでください。
17. 上を向いて歩いてください。あなたの周りの世界を良く見てください。窓から外を覗いてください。鳥の鳴き声を聞いてください。知らない人と会話をもってみてください。グーグル検索なしで考えてみてください。
18. あなたは失敗する。そのときはこの携帯をあなたから奪います。その失敗について私と話し合います。また一からスタートします。あなたと私はいつも何かを学んでいる。私はあなたのチームメイトです。一緒に答えを出して行きましょう。

この条件を合意してくれることを願っているよ。ここにリストしてあるほとんどの条件は人生をうまく生きるための条件にも当てはまるものだから。あなたは常に激変していく世の中で成長しています。とてもエキサイティングで気を引く体験だと思う。できるだけシンプルに物事を考えて行ってください。どんな機械やガジェットよりも自分のパワフルな考え方と大きな心を信じてください。

あなたが大好きなのよ。 あなたの素晴らしい iPhone を楽しんでね。

お母さんより

サプリメント⑭ 「見てますよ、聞いてますよ」



子供は、親の鏡

上記の例のように、親が友だちを悪く言えば、子供も友だちのことを悪く言うことを当然に感じてしまうことは少なくありません。それは友だちだけでなく、先生や近所の人でも同じです。

日頃から、人のよいところを見つけて、認めるプラスの言葉を使うように親が心がける事で、子供も自然と人のよいところを見つけられるようになります。そして、人との友好的な関係を築く力を育むことにもつながるはずです。

子供の前では、人のよいところを見つけて、認める言葉を使う。

サプリメント⑮ 「豊かなつながりの中で、親も子も育つ」

小学生になると、子供の活動の場が広がるとともに、保護者も学校行事やPTA活動、地域活動などに参加する機会が増えてきます。

子供は、家庭の外でいろいろな経験をすることにより、社会のルールやマナーを学んでいきます。

学校行事

運動会や発表会等のほか学校や地域の特色を生かした様々な行事があります。

子供の頑張りを見届け、その成長を確認する機会でもあります。

おたより

学校だより、学年だより、保健だより、給食だより及び回覧板などは、役立つ情報満載です。中には、子育てに生かせる有効な情報があるかも知れません。

授業参観

学習の様子、子供の特徴、担任や友達との人間関係、学級の雰囲気などを知ることができます。

参観後に、他の保護者と情報交換するのもいいですね。

PTA活動

PTAは、保護者と教職員が協力して、子供たちの健全育成を図ることを目的としています。全体の行事や活動のほか、学年（学級）PTAなどもあります。

親子のふれあいを楽しんだり、子供の現状や接し方を学んだり、様々な取組があります。



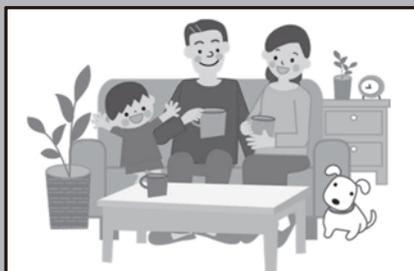
ボランティア

学校によっては、屋内外の環境整備や学習支援・補助、図書館の整理・読み聞かせ、交通安全指導などに、保護者ボランティアを募集することがあります。できるときに、できる範囲で、参加・協力してみるのもいいですね。

地域行事

子供会や自治会（町内会）の行事や奉仕活動等、学校や家庭では味わえない、豊かな体験の機会が数多くあります。

親子で楽しく参加してみてもはどうでしょうか。



子供の意外な一面も見えてくる！

いろいろな活動に参加することで、家庭外での子供の様子を知ることができます。保護者自身も、交流を深め、よい人間関係を築いていくと、子育てに活かすことができるかも知れませんね。

おわりに

家庭の教育力向上をめざした、家庭教育の「学習プログラム」は県外にもたくさんあります。そのプログラムの中から、本プログラムでは、熊本県教育委員会の社会教育課家庭教育支援班で構成された「くまもと親の学びプログラム」や、新潟県教育委員会・新潟県地域家庭教育推進協議会で作成した「家庭教育ブック」、Happy Life Style Corporation ホームページを参考に作成しました。

ここでいくつかご紹介します。

- 学校から発信する家庭教育支援プログラム(千葉県)
- あおもり親楽プログラム(青森県)
- 親を学び伝える学習プログラム(富山県)
- 親の学びプログラム「親のみちしるべ」(宮城県)
- 夢実現「親のまなびあい」プログラム(沖縄県)

そのほか、たくさんの県で家庭教育支援のプログラムをホームページに掲載しています。家庭教育学級講座等の参考にしてみてください。



問い合わせ先

茨城県県南教育事務所 029-822-7294

(〒300-0051 土浦市真鍋5-17-26 土浦合同庁舎第1分庁舎2階)

茨城県県南生涯学習センター 029-826-1101

(〒300-0036 土浦市大和町9-1 ウララビル5階)

主筆

茨城県県南教育事務所 主任社会教育主事 藤岡 賢治

