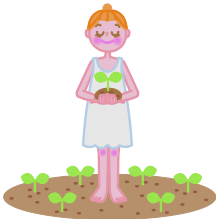
能代市家庭教育通信　第１号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2009 年 9 月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

家庭教育はすべての教育の出発点

「子どもを育てる」とは、どういうことなのでしょうか。

子どもの「生きる力」を育むために、大人はどのような関わりをしたらいいのでしょうか。

この通信では、家庭教育に関するちょっといい話や事業の紹介、講座に参加いただいた皆さんの声などをお伝えしていきます。

人格形成における基本は「家庭」にあります。「子どもを育てる」ということ、親としての心構えや家庭の大切さについて、考えていきたいと思っています。

「子どもの豊かな感性を見逃してはいけない」

能代市社会教育指導員　高畑　勉

小学１年生の隆夫はとても活発な子だったが、周りの子どもたちとはかなり違っていた。

授業参観日のこと。新任の先生が、笠地蔵の話を取り上げた。「おじいさんは、吹雪の日にお地蔵さんに笠をかぶせてあげました。するとお地蔵さんは、おじいさんになんと言ったでしょうか？」

子どもたちはみんな「はーい、はーい」と言って元気に手を挙げた。先生が隆夫を指名すると、彼は「もっときつくしばってください」と答えた。その隆夫の答えに対して、先生は一瞬沈黙しただけで、そのあとは何もなかったように別の子を指名した。その子が「『ありがとう』と言いました」と答えると、先生は「はい、そうですね。みなさん、拍手」と笑顔で言い、結局、隆夫の答えは先生から完全に無視された形になった。

隆夫のイメージでは、吹雪で風が強いので、きつく縛ってもらわなければ、せっかくかぶせても笠が飛んでしまうと考えていた。しかし、若い先生の頭の中には、「ありがとう」という答えしかなかったのだ。

数日後の図工の時間、子どもたちは自分の好きな絵を描くことになった。隆夫は空を飛んでいるカラスを描いた。先生は、子どもたちの絵を一人ひとり見ながら巡回し、隆夫のそばに来た。「隆夫くん、この赤い鳥は何の鳥？」と質問した。「カラスだよ、先生」と隆夫は答えたのだが、先生はクレヨンを持ち、「隆夫くん、カラスは黒いのよ」と言いながらカラスを黒く塗りつぶした。

隆夫は絵を家に持ち帰り、母親に見せると同時に涙をあふれさせた。もし先生が「隆夫くん、どうしてカラスが赤いのかな？」と質問すれば、「夕方、空を見ていたら、赤いカラスが飛んでいたよ」と答えていただろう。

隆夫は、夕日で赤く映ったカラスを描いていたのだ。

大人の気づきの大事さ、反省、山ほどある。



Only one（オンリーワン）― 子どもの個性を伸ばしてあげてください。

「家庭教育支援事業」を実施しています

秋田大学との連携事業です

生涯学習課では、今年度から、関係課、保育所や学校等と連携しながら「家庭教育支援事業」を実施しています。「子どもの生きる力を育む」をテーマとして、保護者の皆さんを対象に「家庭教育関係講座」を行っているほか、次代の親となる中学生・高校生の社会参加活動「みんなでAction！」を推進しています。

家庭教育関係講座　*学びで得たさまざまな気づきを 日常の子育てに活かしてほしい*

苦手な食べ物でも楽しい食事の記憶を広げていくことで、自然に食べることができるようになります。「栄養があるから食べなさい」ではなく、発達を理解したことばかけで、楽しい食卓を心がけてください。

秋田大学教授　長沼　誠子　氏（「おいしさのひみつ」6/30 第四小）



参加者の声　食べて「おいしい」と感じることが、そのまま心の栄養にもつながっていくことに改めて気づかされました。家族そろって食卓を囲んで食事をすることの大切さを感じました。



自分で食べるものは、自分で選ぶことができる力、どこで、だれが、どうやって作っているか想像できる力をつけてほしいです。

あきた企業活性化センター　泉　牧子　氏（「食べものを選ぶチカラ」7/1 常盤小）

参加者の声　手間ひまのかからない便利な物ばかりがあふれていますが、子どもたちには、どのようにして野菜ができるのか、魚はどうやってさばくのか、できるだけ一緒に料理をするのも、見せるのも大事なことだと思いました。

社会参加活動推進事業「みんなでAction！」　*子どもたちの自己肯定感、自主性を育みたい*

交通安全呼びかけ運動



能代市連合婦人会二ツ井支部の活動に二ツ井中生徒が参加

参加者の声　（二ツ井中生徒）

町の人達はとてもやさしく、チラシを３枚ももらってくれる人もいました。自転車をとめてまでもらってくれる人もいたので、うれしかったです。また町のことに参加したいです。

子育て支援活動ぬくもり



北地区民生児童委員協議会の活動に北高生が参加

参加者の声　（北高生）

子どもたちの前で本を読むのは初めてで緊張しましたが、とてもいい体験になりました。子どもとふれ合うだけでなく、地域の方々ともふれ合うことができ、よかったです。

☆ 「生きる力」を育むうえで心がけたいこと ☆

○家族（親）の愛情・温かな家庭

生涯にわたって心のよりどころとなります

○人との豊かな関わりや五感をつかった多様な体験

社会性や知識・技能、からだの基礎を培います

○子どもの自ら育つ力や主体性を尊重した関わり

社会的自立をうながします



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。
能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1−1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2010 年 2 月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

自己評価の高い子どもに―

今年度、保育所や学校等と連携して実施した家庭教育関係講座では、講師の方々から大変貴重なお話をうかがうことができました。

子どもの「今の姿」を認め、小さなことでもきちっとほめて自信を持たせる。その積み重ねが大事であること。子ども自身にやらせる、まかせる。親にはそれを見守る忍耐が必要であるなど―。

子どもが自分に自信をもち、意欲をもって未来に向かっていけるようにするために、親は、大人は、どのような関わり方をすればいいのでしょうか。

来年度もさまざまなテーマで家庭教育関係講座を実施します。どうぞご参加ください。

「泳ぎたい　泳ぎたい　泳ぎたい」

～子どもの心をわかってあげよう～

能代市社会教育指導員　高畑　勉

崇徳小１年生の崇君は、「けのび」ができるようになって水泳が大好きになりました。３時間目の体育の時間になると、朝の着替えはノロノロなのに、サッと水泳パンツをはいて、プールの入口で待っているのです。



すると、朝から心配だった空からポツリときました。「すぐ晴れる」と気にしないで待っていると、徳子さんが「泳ぎはお休み」と知らせにきました。崇君の目からは雨粒より大きい涙が２つ３つこぼれました。

４時間目の授業中には、窓からプールの方ばかり見ているのです。多宝先生が「しっかり勉強しないとみんなに遅れてしまいますよ」と注意しても教科書に目を向けません。給食の時間には下を向いたまま大好きなカレーを一口も食べようとしません。「食べないとお腹すくよ」と言う多宝先生の言葉にも「…」です。

多宝先生は、何ともできない自分が悲しくなりましたが、ちょうど給食の様子を見にきた保健室の桧山先生に訳を話しました。桧山先生はちょっと考えてから、崇君のそばで低い声で「ムニャムニャ」とお話ししました。すると「はい！」と元気な声を出した崇君はカレーにかぶりつきました。

桧山先生は、いったい何と言って崇君を元気にすることができたのでしょう。徳子さんや多宝先生も「ヒミツの言葉」が知りたくてたまりませんでした。

桧山先生は、「明日、雨が降っても先生と一緒に泳ぎましょうね」と言ったのでした。「泳ぎたい！」と叫んでいる崇君の心に応えているのです。勉強だの給食だのと多宝先生が自分の方に気を向かせようとしても、水泳と関係ない言葉なので、ますます崇君の心をこじらせるだけです。心に応える声が必要なのです。そうでないと、自分たちの方に心を向けようとしても「ゴンボホリ」の状態は、一歩も動きません。

子どもの心に希望がわくように働きかけると、子どもは自分らしさを取り戻します。

（崇徳小学校での講話より）

能代市家庭教育支援事業

秋田大学との連携事業です

生涯学習課では、「子どもの生きる力を育む」をテーマに、保護者や地域の方々が、子どもの自立に向けた子育ての視点や具体的な関わり方について学べる機会として、家庭教育関係講座を実施しています。

家庭教育関係講座

学びで得たさまざまな気づきを日常の子育てに活かしてほしい



6歳から10歳くらいまでを「中間反抗期・口答え期」という。大人がオッと思うような悪いことばをつかう。悪いことばをつかえないと友達関係をしっかり構築できない。ダメなことばづかいはダメと教えないといけないが、裏から考えると、しっかりした発達の中に入っていったといえる。

児童文化研究家　金田昭三　氏（『小学校就学前後の子育て』1/22 向能代小）

参加者の声　兄弟そろって今まさにギャングエイジ。家族の会話でも「どこから覚えてきた言葉なんだろう」と出てきます。でも、それが健全な成長とわかり、ホッとしました。



小学校、中学校への入学や就職など人生には節目がある。人生の節々には、ぜひ家族皆で祝ってあげてほしい。今、子どもさんたちは入学を心待ちにしている。その中で「～できないと学校に入れないよ」と否定的にではなく、「～できるようになるといいね」と言ってあげるように心がけましょう。

北教育事務所 社会教育アドバイザー　小林礼子 氏（『もうすぐ１年生』1/28 浅内小）

参加者の声　子どもが入学を楽しみにしている半面、親の方は不安だったり「○○ができなければ…」という気負いが強かった。講話をきいて、もっと広い心でゆったりと子どもを見つめてあげようという気持ちになってきた。



ある本に、なぜ日本のお母さんたちは子育てに「面倒くさい」という言葉をつかうのだろうとあった。心がすさんでくるとご飯の支度が適当になる。子どもは心がギスギスすると言葉が乱暴になる。命を生み出すのも、一生その子についてまわる人格をつくりあげるのも父、母であり、家庭である。

能代ミュージカルキッズ代表　今立善子 氏（『明るく生きること』2/2 第五小）

参加者の声　じんわりと涙が出てきました。どの家庭にも色々な事情はありますが、そうなったからといって子どもにただつらい思いをさせるのではなく、少し笑い合うだけで、乗りこえていけるものだと感じました。

☆ 子どもの「生きる力」を育むうえで心がけたいこと ☆

○子ども時代の思い出を子育てに役立てる

うれしかったこと、ワクワクしたこと、いやだったこと、くやしかったことなど、子ども時代のいろんな思い出や感覚が、心の奥底に残っていませんか。ときにはそれを掘り起こして、子どもとのよりよい関わりに役立ててみましょう。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第３号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2010 年 7 月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

子どもの力を信じる

子どもたちが心豊かに育つように、そして、将来、社会でたくましく生きていく力を身につけていくことを願いながら、今年度も家庭教育支援事業を実施していきます。

子どもの自ら育つ力を信じ、“今の姿”を認める。それが子どもの「生きる力」を育むうえでの出発点となります。子どもと「正対する」ということ、「壁」ということについて考えたことがありますか―。

子どもの「壁」と不登校

能代市社会教育指導員　高畑　勉

Ａ君は小学５年生です。不登校児童です。

彼は、小学校へ入学する前の年に、両親の離婚のため、母の実家へ引っ越してきました。祖父母は、一人娘が帰って来たので、後継ぎまでできたと大喜びでした。母は、子どものことは祖父母に任せてカラオケなどを楽しむ日々が続きました。

Ａ君は、良いことと悪いことをきちんと教えてくれた父を慕っていました。母は、こうしたＡ君の気持を考えていませんでした。Ａ君は、すぐ友達もできず、寂しさを紛らわすために祖母に金品をねだり始めたのです。



Ａ君が４年のときの春に、祖父に突然死が訪れました。しかし、葬儀が終わってもＡ君は学校へ行こうとしませんでした。「○○を買ってくれないと学校へは行かない」と言い出しました。すぐ買い与えたのがいけなかったのです。要求はますますエスカレートします。祖母は、オロオロし、母の言うことは無視され、Ａ君は暴力をふるうようになりました。

担任のＢ先生は、何度となく家庭訪問をしました。先生は、「学校へ出てこないと勉強が遅れる」と母や祖母に話しました。「友達が心配している」とも話しました。効果はありませんでした。先生が来たとき、Ａ君は「聞き耳を立てていた」のです。先生と家族とのやりとり、そして母と祖母の会話も全部聞いていたのです。これまでＡ君の心を動かすような会話はあったのでしょうか。

Ａ君は、学校へ行きたいのです。しかし、何でも言うことを聞く家族との関係を何とかしないうちは、学校へ行く気にならないのです。「子どもは学校へ行って勉強するもんだ。友だちとケンカしたり仲良くしたりして遊ぶもんだ。」と正対してほしかったのです。物品を与えたり、近所の目を気にして学校へ行かせようとしている家族は、本当に心配したり、愛情を持って接していると言えるでしょうか。

校長先生は、Ａ君には、「やめなさい！こうしなさい！」とビシッと言う「壁（亡くなったた祖父）」が必要だと察知しました。自我に目覚めた子どもは、自分の力を確かめようと周りの壁を攻撃し、跳ね返されながら育っていくのです。校長先生は壁の役目を果たしました。子どもは一人ではいかに無力かということを少しずつ教えました。

母や祖母は、離婚した事情を説明し、「慕っていた父親と引き離してすまなかった」「欲しいと言えば何でも買ってやり幼児扱いした」ことなどを心から謝りました。また、大人になったらこの家を頼むとも伝えました。

二学期になりました。Ａ君は、少し恥ずかしそうに廊下を歩き、校長室の前に来ると、チラッと目を向けましたがそのまま素通りしました。

能代市家庭教育支援事業

秋田大学との連携事業です

家庭教育関係講座

いろいろな人たちの考えを学びながら
自分に合った子育てスタイルを見つけていってほしい―

『明るく生きること』
能代ミュージカルキッズ代表　今立　善子　氏

ある３人の子どもをもつお母さんはパート３つかけもちで働く。それでも朝ご飯だけはみんなそろって食べたい。必ず「いってらっしゃい」と言って学校に送り出したいとがんばった。親ががんばれば、子どもは「がんばる」ということがどういうことか、姿を見て分かるようになる。

（6/29　淳城西小にて）



参加者の声

「なんで私ばかりこんなに忙しいのかしら」とよく思っていたので、今後はプラス思考、そして、感謝を忘れずに、子どもたちと接したいと思いました。

『子育てに思うこと』
沢田　欣之　氏

自分で考え選択するということができない子どもが多い。いつもお父さん、お母さんに守られていて、楽なことや楽しいことばかりやっていると、何かあったときすぐパタッと折れてしまう。厳しい社会をたくましく生きていけるように、心を鍛える関わりをしてほしい。

（7/1　常盤小にて）



参加者の声

最後の最後まで、大人も幼い子どもたちをも引きつける内容で、とても楽しく聞かせていただきました。ハッとさせられる言葉に多く出会えました。

社会参加活動推進事業「みんなでAction!」

自立をうながす関わりを通して
中高生の社会性や親準備性を育んでいきたい―

「あいさつ運動」



榊地区民生児童委員協議会の活動に南中生徒が参加

参加者の声（南中生徒）

今回、地域の人たちとあいさつ運動を行って、とてもうれしく思いました。笑顔でさわやかにあいさつしていたので、僕もこれから気をつけたいです。また機会があったら参加したいです。

「非行防止街頭キャンペーン」



青少年育成能代市民会議の活動に高校生が参加

参加者の声（工業高生徒）

〇ひとつの事を防止するのに、みんなで取り組むのはいいことだと感じた。また機会があったら参加したい。

〇ティッシュ配りで、拒否されるのがショックでした。慣れない仕事で大変でした。

☆ 子どもの「生きる力」を育むうえで心がけたいこと ☆

〇わが家の子育てルールをつくる

たとえばー

- 友達や先生の悪口を子どもの前で言わない
- 夫婦一緒に叱らない（逃げ場をつくる）
- きょうだいや友達と比べるようなことは言わない
- ひとりで食事をさせない　　など



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第４号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2010年10月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

“痛み”を感じられる心

「お笑い番組」の影響もあるのでしょうか。相手やその家族を深いところで傷つけていることに気づけない子どもが増えているように感じます。「大切なものを失った人の悲しみ」や「傷ついた人の痛み」を自分のことのように感じ、それを想像することができる心を育てることは、躾の中でもとても重要なことだと思うのです。

生まれつきの悩み

能代市社会教育指導員　高畑　勉

『さっちゃんのまほうのて』（偕成社）という本の中に出てくるさっちゃんの右手には、生まれつき５本の指がありません。ある日、このことをお母さんに聞くと、お母さんはさっちゃんの手をやさしくつつみこんで、こう答えました。



「さちこのてはね、しょうがくせいに なっても いまのままよ。ずっと、いまのままよ。でもね、さっちゃん。これが さちこの だいじな だいじなて なんだから。おかあさんのだいすきな さちこの かわいい かわいいて なんだから…。」

お父さんは、こうさっちゃんに言いました。

「こうして さちことてを つないで あるいていると、とっても ふしぎなちからが さちこのてからやってきて、おとうさんのからだ いっぱいに なるんだ。さちこのては まるで まほうのてだね。」

さっちゃんは、そんなあたたかい二人の言葉を聞いて、今までさっちゃんをいじめていたお友達にも、自分の手を「まほうのて」だとじまんするようになりました。

その人が生まれたときに、すでに体に備わっているもので、どんなに努力してもどうにもならないことも多く、そのことで悩んだり苦しんだりする人も少なくありません。次のお話も読んでよく考えてください。

ある女の子のほっぺたには、生まれつき赤いあざがありました。なぜできてしまったのか原因が分からないのですが、両親は自分たちのせいだと思うと同時に、将来、娘がこのあざのことで思い悩むのではないかと心配しました。でも、ある人がその女の子に言ってくれた言葉で、今までの悩みがいっぺんに吹き飛んだそうです。それは、「お母さんとはぐれても迷子にならないようにほっぺたにしるしがついているんだね」という言葉でした。

その両親は、いままであざのことをにくいとまで思い、消すことばかり考えていたのですが、その言葉を聞いて、あざのことは、「世界でたった一つしかない家族の宝物」と思うようになりました。そして、あざも隠さないようになったそうです。

あなたの体は、両親からもらった大切な体です。特にお母さんはあなたがお腹の中にいるときから、「元気で生まれますように」といつも願っていました。待ち望んで生まれてきた子は、すべてがかわいいのです。生まれつきのことでお友達へ嫌がらせをすることは、お友達を傷つけると同時に、その両親の心も傷つけることを覚えておいてください。

それに、日本中、いや世界中に「完全無欠な人」なんていません。

能代市家庭教育支援事業

秋田大学との連携事業です

家庭教育関係講座

『発達過程における親子関係～青年期を楽しむために～』

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻　准教授　佐々木　久長　氏



「甘やかし」は、親や大人が子どもに甘えていることであり、子どもをダメにする一番確実な方法である。欲しいものがすぐ現実化する体験は、我慢する力を奪う。親子関係で苦しむ家庭をみると、親が子どもの欲求に応えられなくなった時から問題が発生していることが多い。

（9/5　能代市私立幼稚園 PTA 連合会事業にて）

参加者の声

幼児期からの親子関係がしっかり結ばれていれば、成長していく上で大丈夫だということが、今後の子育てをしていくうえで、とても参考になりました。

『発達心理学の視点からみる子どもの世界』

秋田大学教育文化学部発達教育講座　准教授　山名　裕子　氏



乳幼児期に子どもにいろんなことをさせればできることは確かである。しかし、半面、本来経験すべきことを奪ってはいないか、と少し考えてほしい。子育てをあまり急がず、大人の価値観とは異なる「子どもの世界」を見守る配慮が必要である。

（9/10　母子保健に携わる関係者研修会にて）

参加者の声

子どもたちへの関わりで、答えを出して先回りすることが、かえって子どもの育つ力を奪い取ってしまう場合があることなど、たくさん参考になりました。

社会参加活動推進事業「みんなでAction!」

～　赤ちゃんとお母さんたちの「交流ひろば」に 高校生が参加　～





▲赤ちゃんを抱っこする高校生（8/3　エナジアムパークにて）

参加者の声（北高生徒）

○まだ話すことができない赤ちゃんたちと触れ合ってみて、やっぱりかわいいなと思いました。ママさんたちも同じような悩みを抱えていて、お互いに話し合ったりしていたので、大変そうだなと感じました。

○子どもたちと遊んでいて、私もほしいなあという気持ちが高まりました。親になったら私もこのような活動に積極的に参加して、楽しさや悩みを共有したいです。

☆ 子どもの「生きる力」を育むうえで心がけたいこと ☆

○子どもの発達について理解する

子どもには発達段階によって、さまざまな特徴があります。子どもの心とからだについて「知る」ことで、子育てにおける不安が解消されたり、関わり方やことばのかけ方について、ヒントを得ることができます。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第５号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2011 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

改善しようとする姿勢

子育てに「完璧」はありません。子どもを育てるということは、とても大変なことです。悩み、迷うことがたくさんあります。大切なのは、「常に改善していこうとする姿勢」ではないでしょうか。最初から「私はこれでやります」という自分勝手な子育てではなく、いろいろな人たちの考えを知り、新たな視点を得たり、「自分はこれでいいんだ」と自信を積み重ねていくことが、「親」になっていくうえでとても大切なことだと考えます。

一度はじっくり子どもと話し合いたい「お金」

能代市社会教育指導員　高畑　勉

「おこづかいはどのくらいが適当か」「金額を上げるべきか」「子どもが家のお金を持ち出した」など、子育て中の「お金の悩み」は多い。お金には、「子どもの頃」「親として」悩み、悩まされた。でも、教師として、子どもたちからの集金をするとき、小さな肩に背負いきれない家庭の事情があることを知ったりすると、「お金なんかなければいいのに」と、お金を恨んだこともあった。そんなときに、M 先輩が語ってくれた、あるお母さんの子どもを育てる姿勢に胸を熱くしたことを覚えている。

A 子は２年生。ある日、お母さんの財布から 200 円を持ち出して、お菓子を買って食べた。お母さんはそれに気づき、A 子に問いただした。A 子は、お金を持ち出したこと、お菓子を買って食べたことを話した。お母さんは A 子を座らせて、家のお金について話した。「これは、お父さんが働いて会社からもらったお給料、〇〇〇〇〇円」「これはお米代、〇〇〇〇円」「これはおかず代、〇〇〇〇円」「これは電気代、〇〇〇〇円」「これは…」と、すべて分かるように説明した。最後に「うちには、余分なお金も要らないお金もないのよ」と言った。A 子の心に響かないはずはない。涙を流しながら「ごめんなさい」と消え入るような声を振り絞った。



お母さんの偉いところは、M 先輩にこのことを包み隠さず話し、教えを乞うたことである。母子のやりとりと子育ての姿勢に敬服した。「お金をとったらだめ」「お金は大切に」とはだれでも言う。でも、子どもにしっかり伝わっているかは疑問である。「言う」ことと「分からせる」こととは違う。親には子どもが納得するまで説明する責務がある。

B 子は、お母さんの財布から 500 円を持ち出し、友だちにお菓子を買ってふるまった。お母さんは「どうしてでしょうか。おこづかいは 100 円ずつ毎日あげているのに」と言った。M 先輩が「100 円ですか」と言うと、「多いですか」と聞いてきた。

こづかいの額ではなく、B 子に必要なことだったかどうかであると M 先輩が教えてくれた。お金は目的があって使うものである。毎日 100 円を渡され、「お金を使う」ことが目的になってしまった。

もっと判断力がついて計算もでき、お金の大切さを学んだ後に初めて、親は、こづかいが「自分の子どもに必要か」「与える時期が来たか」と判断するべきではないでしょうか。

能代市家庭教育支援事業

秋田大学との連携事業です

家庭教育関係講座

「たくましく心豊かな子どもを育てるために」

講師：日本笑い学会秋田県幹事　人星亭 喜楽駄朗　師匠



子どもには失敗や恥をかく経験をさせること。ちり紙、ハンカチなど全部お母さんが準備していませんか。忘れたとき子どもは「お母さんが忘れたの」と言う。そうではなく、みんなの前で先生に注意されることで、次はちゃんとやろうと思うようになる。失敗しないようにと何でも大人が先回りしてやるから、何かちょっとしたことで失敗したとき、すぐに折れてしまう。(2/8 第五小にて)

＜保護者の声＞

失敗してもあきらめない力、何度もチャレンジできる力、自分で考えて行動できる力、大切だなと思います。子供の力をひき出せるよう、大人のかかわり方がとても重要であることを感じました。手を出し過ぎないよう、見守り、時には、一緒に考えたりしていきたいと思いました。

社会参加活動「みんなで Action！」





子育て支援センターの「０歳児ひろば」「ひよこひろば」に参加し、赤ちゃんとふれ合う高校生たち

＜参加した高校生の声＞

○今までふれ合うことがなかった０歳児の赤ちゃんたちとふれ合うことの楽しさを知ることができました。

○赤ちゃんにふれて、自分たちが何かをすると喜んでくれたり、とてもうれしかったです。６ヵ月で 11kg の赤ちゃんもいて、すごく大きいなと思いました。抱き方とかほめられて、「慣れてるね」と言われ、うれしかったです。

○すごい楽しかったです。お母さんたちからいろんな話を聞けて、いい経験になりました。親同士の話もできて、いい機会だと思いました。

家庭教育に関する本の紹介（市立図書館所蔵）

『親がしてやれることなんて ほんの少し』
山本ふみこ・著

小学生、高校生、大学生の３人の子どものお母さんが語る、子育てのなかの、ちょっとした大事。疲れた心にも効くエッセイ。

『上の子下の子、きょうだい子育て』
プチタンファン編集部・著

赤ちゃんがえり、やきもち、平等にかわいがれないなどのきょうだい子育ての悩みに答える。先輩ママの生活の知恵や、きょうだいげんか Q&A も収載。

『子育てマンガ あたし天使あなた悪魔』
田島みるく・著

いるとうるさい、いないと寂しい。まったく子どもっていうのは…。20 万人を超すママとパパが読んだ子育て漫画。長男の誕生から２人目出産までのすべてを描く。

☆ 子どもの「生きる力」を育むうえで心がけたいこと ☆

○自己肯定感を育む

子どもは自分の存在や自分らしさを認められることで、心の安定が保たれます。「認める、ほめる」を基本とする子育てが、子どもの生きる力を育みます。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

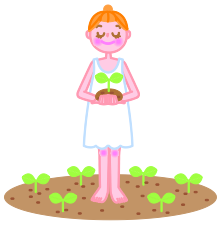
☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第６号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2011 年 8 月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

OnlyOne Column　豊かな体験活動が伝えるもの

能代市社会教育指導員　高畑　勉

７月１６日、放課後子ども教室週末体験活動に付き添って、檜山梶原園に行き、初めて「茶摘み」の体験をした。茶摘みはもちろん、茶もみの工程など、「驚きの収穫」があった。

最大の収穫は何だろうと考えた。それは間違いなく、檜山茶を守り伝える梶原茂兎悦さんと、能代商業高校の生徒たちに出会えたことである。誇りをもって働き、これまでの苦労を語る梶原さんの姿は、当然のことながら私の心を大きく揺らした。教わりながら懸命に作業する能商の生徒たちの姿にも……。

体験活動の目的は、「人と人との交流」にこそ、あると思う。仕事の**「なりわい（生きる業）」**の部分をちゃんと伝えられる人に出会えることにある。

これまでのように、カゴを渡して「自由にリンゴを収穫してください」というのでは、子どもたちは「農業って、なんて楽な仕事なんだろう」としか思わない。しかし、今回のこの活動に参加した子どもたちは、摘んでも摘んでも袋がいっぱいにならない「一芯二葉」の茶摘みを体験した。辛抱強く続く、途方もない長い時間の茶もみ作業も体験した。「遊びの体験」ではなく、「**なりわい**の体験」をしたことになる。

私もお茶に関しては全く無知であった。これからお茶を飲むときには、お茶を作っている人たちの大変な苦労を思いながら味わおう。また、お茶を作っている人たちは、みな光っていた。その光を見た。それを知った私たちは、大人も子どもも、少しは人間の幅が大きくなったような気がする。

現在、ニートが社会問題になっているが、彼らは働くことの意味や喜びを知っているのだろうか？　……知らないと思う。子どもたちには、小さいころから、働くことの本当の素晴らしさを体験させたいと思う。



【参考】和歌山県　ＮＰＯ法人　ほんまもん体験倶楽部

方　針

インストラクターは、絶対に「いらっしゃいませ」という言葉は使わない。本物体験では、ゲストとホストの関係ではなく、あくまで師匠と弟子の関係が基本となる。

接し方のルール

① 準備や片づけは、参加者にやらせる
② 言葉で指導するのは良いが、手伝わない
③ 褒めすぎない

能代市家庭教育支援事業ではこんなことやってマス　4~7月

家庭教育関係講座

秋田大学との連携事業です

講演『なぜ私たちは北風になってしまうのか？』

講師：秋田大学教育文化学部心理学研究室　森　和彦 氏



親が子どもを管理対象としてみる限り、「この子は○○してくれない」という否定的なイメージを抱くことになり、それが子どもにも伝わってしまう。子どもは管理対象ではなく、親とは別の自意識をもったひとりの人間である。

親自身の中にもコドモ的な部分はあるので、コドモと同じ立場に立ってみて、「コドモにこう言っても通じないなぁ」という理解のしかたはできるはず。育児は育自。自分は今、親として育てられているんだと認識することが大切だ。　　(6/18 さんさん保育園にて)

＜参加した保護者の声＞

○思い当たるところがありすぎて、耳の痛い２時間でした……。普段忙しいので、気持ちを改める意味でも、良い時間でした。

○もっと子どもの力を信じ、見守っていきたいと思います。

社会参加活動推進事業「みんなでAction！」

6/25　子育て支援活動「ぬくもり」



＜参加した高校生の声＞

○ふだん小さい子とふれあうことがあんまりないので、楽しかったです。

○踊り、遊び、工作も、興味をもってやっているなと思いました。みんなしっかりしていたので、とても楽しくやることができました。



7/4　非行防止街頭キャンペーン





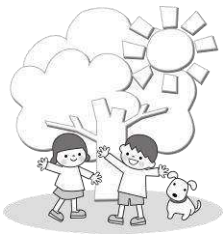
＜参加した高校生の声＞

○こちらから声をかけると、あたたかく笑顔で接してくれる方がたくさんいて、うれしかったです。

○地域の人たちとふれあうことができて良かったです。

人との豊かな関わりや体験活動が社会性を育む

五感をフルにつかった体験は、人やモノ、自然との関わり方や接し方を学ぶうえで、とても重要です。ものごとに対して興味を持って取り組む姿勢が育ち、社会的視野を広げることにつながります。



乳児は　肌を　はなすな

幼児は　手を　はなすな

少年は　目を　はなすな

青年は　心を　はなすな

☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

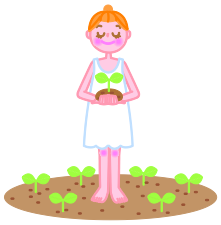
能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第７号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2011年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

OnlyOne Column

子どもの命を輝かせるために

能代市社会教育指導員　高畑　勉

ある中学校の一年生Ａ君は、期待に胸をふくらませて野球部に入った。しかし、友だち関係がうまくいかず中学生活に馴染めなくなって、自宅にこもってしまった。少しずつ小学生時代の野球仲間と距離が遠くなり始めたので、意を決してグラウンドの隅に行ってみた。それを見つけた監督は、自分のそばに呼んで、「よく来た」「明日も来るんだよ」と言いながら「ノック」を打ってやった。それを羨ましそうに見ていた一年生の部員たちは、家に帰ってから「Ａ君はずるい。学校にも来ないのに監督からノックを打ってもらった。監督はえこひいきしている」と両親に訴えた。翌日からこの問題の対応に監督と校長は苦慮した。Ａ君はまた家にこもった。

Ａ君はなぜ不登校生徒になってしまったのだろうか。

小学生の頃のＡ君は、「勉強と野球はトップクラス」で落ち込むことなどなかった。つまり、もっと視野を広くし、いつも上には上があることを知る体験が不足していたとも言える。中学校へ行くとＡ君の上をいく生徒は当然いる。苦しくても冷静に自分を見つめ、その壁を乗り越えていく方法を知らなければ、自分に負けてしまうのは当然のことであろう。

自分を信じて工夫して壁に立ち向かうことを教え、自立する過程を見守るのが家族の大切な役目である。なにしろ途中何回も失敗を繰り返すので「家族の励まし（愛情）」がないと挫折してしまう。結果、成長し自立した自分を発見できるし、「Ａ！成長したな」と家族も認める。

ところで、先頃、朴瀬小学校では「命」の勉強をした。勉強後の一年生から六年生までの感想文には、全員「自分の命は輝いているぞ」と書かれていた。この命、「不登校」などで光を失わせてはならないと思った。また、自分の命を大事に思う気持ちが育っていれば、必ず自分を磨くはずであるとも思った。

お釈迦さまは弟子の阿難に、「人間に生まれたことをどのように思っているか」と尋ねられ、次のようなお話をされている。

《大海中に住み、百年に一度しか浮かび上がってこない目の不自由な亀が、海面に顔を出したときに、流れただよっている浮木の一つしかない穴に首がちょうど入ることがあるか》

当惑している阿難に、このようなことは有ることが難しい。人間として生まれてくることは、このように「有り難い」めったにないことだと教えられた。

子どもの幸せを願わない親はいない。その幸せとは、「子どもの自立」ではないだろうか。そして、それを支え育てるのは、大きく深い家族の愛情だ。「有り難い」光り輝く命が年齢とともにだんだん光を失わないようにするには、現在の生活全体を、将来の「子どもの自立に役立っている」かという目線で見直す必要があるとは思いませんか。

能代市家庭教育支援事業ではこんなことやってマス　8~11月

家庭教育関係講座



「考えよう！　大切な命とからだの成長」

講師：　助産院イスキア　院長　菅原光子　氏

家庭ではなかなか改まって伝えられない「誕生」「命」というテーマの講座を、子どもを対象に実施しました。

自分も、そして周りの友だちも、**奇跡のように生まれた大切な命だ**と感じることができました。

最後にお父さん、お母さんと「命のメッセージカード」のやりとりをして、親子の絆を深めました。

（10/27　朴瀬小学校）

＜参加した子どもの声＞

○生まれる前に亡くなってしまう子がたくさんいるので、びっくりしました。でも、私は亡くならないで、ここまでこれました。私は、これからも友だちや家族、自分の命を守りたいです。

社会参加活動推進事業「みんなでAction！」

「命の大切さ事業」

高校生が子育て支援センターの事業をお手伝いしながら、子育て中のお母さんたちに話を聞いています。





命

たくさんの尊い命が失われ、改めて、今あたりまえのように暮らせること、「命」の有り難さを考える機会になりました。

＜参加した高校生の声＞

○目線を同じにして微笑みかけると笑ってくれる。ほめると喜ぶ。一緒に遊ぶと、どういう子なのかが分かるようになりました。

○自分も昔はしてもらったこと、また、いつかするかもしれないことと考えると、改めてお母さんってすごいと感じました。

「命を大切にする心を育む教室」

講師：　秋田県動物管理センター
所長　伊藤　稼　氏



失われるペットの命を見守り続ける動物管理センターの活動をうかがいました。

『生に責任をもつことは、可愛いからといって、制限すると可哀想だからといって、ただ甘やかすことではない。

人間社会で一緒に暮らす以上は、人間社会で長く暮らせるようにしつけが必要だ。』という言葉が、重く、胸に響きました。

「子どもに置き換えると、とても考え深い内容だった」「次は子どもと一緒に聞きたい」という声が聞かれました。

（10/29　能代市山本郡ＰＴＡ連合会母親委員会）

家族がつながる機会を大切にする

家族団らんの機会として、誕生日や季節の行事を大事にしましょう。お正月、節分、ひな祭り、子どもの日、お盆、クリスマスなどは、子どもの心がワクワクする行事です。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

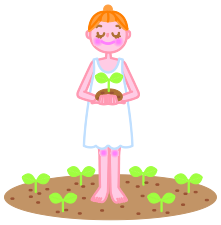
☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第８号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2012 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習課

OnlyOne Column

親　原　病

能代市社会教育指導員　高畑　勉

子どもは、親の与えてくれた豊かな環境の中で何不自由なく生活していても、自分の好奇心や欲求との「ズレ」を感じる。がまんできなくなると、心にたまったマグマを外に向けて発散する。それが親にとってはメチャクチャに見えても、子どもは「自分で本当にやりたいこと」を見つけようと、小さな「反抗」や「挑戦」を繰り返し、軌道修正をしながら、やがて「自分だけのもの＝熱中できるもの＝Ｏｎｌｙ　Ｏｎｅ」を見つけていくのだ。これを発見するには、良いことも悪いことも含めて、多様な体験が必要だ。なぜなら、誰かに与えられたものではなく、自分で見つけだして初めて意味があるものだからだ。

Ａ先生は、最近あるお母さんから「うちのＢ子はテストでうっかりミスが多いのですが、どうしてでしょうか？」という相談を受けた。そこでＡ先生は「Ｂ子さんは、テストのときだけ、うっかりミスをすると思いますか？」と聞いた。お母さんは困った顔をした。

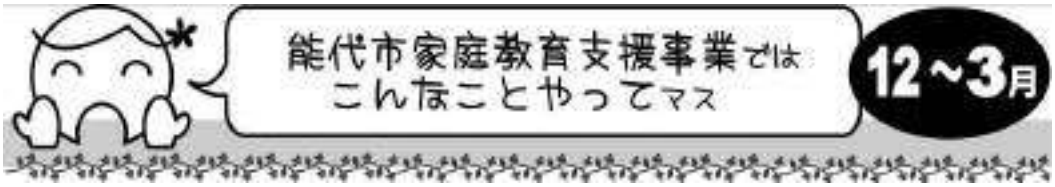
Ｂ子のお母さんは、家では子どものすることに目を光らせ、転ぶ前に手を貸すような育て方をしているということだ。学校へ行く前にも、「教科書は！」「体育着は！」「給食袋は！」などと点検してあげる。そうすると、もちろんミスは起こらないのだが、残念ながらテストの時にお母さんはいない。

子どもは、存在そのものが個性豊かな「Ｏｎｌｙ　Ｏｎｅ」だ。誰しも必ず「自分だけのもの」を持っているが、隠れているので見えない。親の敷いたレールを歩くような生活の中では、見つけられない。いろいろな体験を通して、自分を深く掘り下げないと発見できないのだ。転んだり、小さな傷をつけることもあるが、その傷の痛みは子どもに植え付けられ、二度と失敗をしなくなることだろう。この時期に、親が自分の経験から「危ない」「いけない」「無理よ」……と、親の都合でやめさせると、子どもの成長はない。いわば「親原病」という不幸な病にかかってしまう。

今年度の家庭教育支援事業のキーワードは「自立」である。近年、青少年の社会的問題としてマスコミを賑わせているのは、「いじめ」「不登校」「ひきこもり」「ニート」などである。こうした問題の根底には、「自立」が欠落していないだろうか。

「自立」を支えるものは、「絆」と「体験活動」であろう。これは車の両輪と言っても良い。幼児の頃に親の愛情をたっぷり浴びて、安心感のある居場所を得た子どもは、外に出て試行錯誤をしているうちに、世界を知り、新しい発見をする。そうして、どんどん自分らしさを蓄え、発揮していき、「この子、こんなことができるの」と周囲から認められるようになると、自分の存在感に気づく。こうしてＯｎｌｙ　Ｏｎｅをもった子どもは、自分を生かせる仕事へと舵を切っていく。





家庭教育関係講座



「動物子育て物語
～ふれあいでつくる親子の絆」

講師：秋田市大森山動物園 園長　小松　守 氏

人間も動物も、産子数の少ない種は、親子の絆を基礎にして他者との関わりをつくっていき、それぞれの社会のなかで生き残る知恵や能力、ルールを学んでいく。授乳やふれあうことで育まれる親子の絆は、子ども、その子どもへとつながっていき、生きるうえで大切なことを伝えていく。それこそ「命をつなぐ」ということだ。

（2/18　能代市私立幼稚園ＰＴＡ連合会事業にて）

＜声＞

○今日家に帰ったら、まず２人の子どもにギューッッとしたいと思います。

○自分の親にも愛情を注いでもらっていたことを実感でき、感謝する気持ちになりました。

＜声＞

○親としての見直すべきところがあり、反省とともに見方をかえてみようと思った。

○「我慢」教える前に、自分も「我慢」して生活していきたいです。

「挫折する子どもと挫折しない子ども」　講師：能代市社会教育指導員 高畑　勉 氏

子どもの幸せとは、最終的に「自立」ではないか。「これは自立に役立っているか」ということを念頭において子育てをしてほしい。

「挫折」に負けないためには、心の器を大きくすることだ。人間関係のチャンネルを増やし、良いところを見つけて褒め、失敗と成功の体験を積ませる。親の都合で躾をしてはいけない。

（1/14　能代市スポーツ少年団育成母集団・保護者研修会にて ）



TOPICS！

能代市教育委員会では
豊かな体験活動の場を
子どもたちに提供しています

～　詳しくはお問い合せください　～









◆◆◆　小学生対象の事業　◆◆◆

- ○ 子ども館主催事業（子ども館　☎ 52-1277）
- ○ チビッ子公民館（中央公民館　☎ 54-8141）
- ○ キッチン・キッズ（働く婦人の家　☎ 54-8210）
- ○ 夏休み・冬休み体験教室（二ツ井公民館　☎ 73-2590）
- ○ 土曜体験教室（二ツ井公民館　☎ 73-2590）
- ○ 放課後子ども教室週末体験活動（生涯学習課　☎ 73-5285）

向き合う時間をつくる

ほんのわずかな時間でも、子どもと向き合う時間をつくることが大切です。あわただしい日常の中でも子どもが“あったか”を感じられるよう心がけたいものです。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、生涯学習課までお気軽にお寄せください。

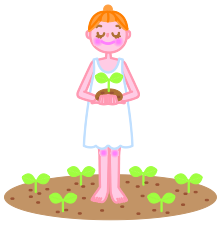
能代市教育委員会　教育部　生涯学習課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:syougai@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第９号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2012 年 8 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

父　親　の　愛

能代市社会教育指導員　高畑　勉

Ｆ小学校の相撲部員、６年生のＨ君は、団体戦の大将を務めている。普通大将はチームで一番強い者が務めるが、作戦上、Ｈ君がいつも大将で試合に臨む。Ｆ小学校とならんで優勝候補のＫ小学校は、最強の者を大将に据えている。大将戦の前に決着をつけたいのがＦ小学校、大将戦まで持ち込みたいのがＫ小学校である。

相撲の神様のいたずらか、３つの大会の優勝決定戦が大将戦に持ち込まれた。Ｈ君はそのつど闘志をみなぎらせて挑んでいったが、善戦むなしく３敗してしまった。唇を噛んでうなだれながら引き下がる姿に、応援団は声をかけようがなかった。まして、応援しているＨ君の父母の胸中は察して余りある。親であれば、「どうしてうちの子どもばかりが、こんな辛い立場になるんだ」と監督に恨みごとのひとつも言いたくなるだろうに、Ｈ君の父母は、何も、ひとことも言わなかった。優勝したＫ小学校は、歓喜、歓喜の大万歳である。Ｆ小学校だって、準優勝なら立派な成績と言って良いはずなのに、３回も、となれば……。



大会も終わり、部員の健闘を讃える食事会が開かれた。Ｈ君は心なしか元気がない。相撲部親の会会長であるＨ君の父は、監督のこれまでの指導、親たちの協力などに感謝したあとに、子どもたちの戦いぶりにふれた。的確に部員一人ひとりの活躍ぶりを讃えていったが、その場にいる者たちは、Ｈ君のことをいったい何と言うのだろうと少し心配になってきた。その心配も頂点になりかかったとき、父は視線をＨ君に向け、思い切ったように、「……Ｈは、お父さんの誇りだ」と言いきった。

たとえチームに迷惑をかけた結果になったとしても、全力で真っ向勝負を挑んだ我が子であれば、親が褒めてやらないでどうする。子どもにまっすぐに向かっていく、この父の比類ない愛情を目の当たりにして、Ｈ君の母はもちろん、他の保護者らも顔を上げられなかった。

Ｈ君は照れくさそうに笑いながらも、目からは大粒の光るものがこぼれた。それからの食事会ではＨ君を責める者はなく、むしろ一戦一戦、相手を苦しめていったことへの称賛の声が波紋のように広がっていった。

後日伝え聞いた対戦相手のＫ小学校の校長は、「あの子を誰がどんな形で慰めているのかと気になっていたが、最高のフォローをしている。相撲をとおして親子がお互いを強く認め合うことができて、本当に良かった。勝つことよりも良かったのでは……」と言った。勝つことが必要以上に求められ、あちこちでギクシャクした問題がささやかれている昨今であるが、この父親のように「子どもを大きく強く育てるんだ」という気持ちをもっていれば、チーム内のトラブルは起こらないと思う。親に愛情をいっぱいもらって育ったＨ君は、大学卒業後、自分で貯めたお金で自分探しの旅を決行、その後海外へ雄飛している。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。

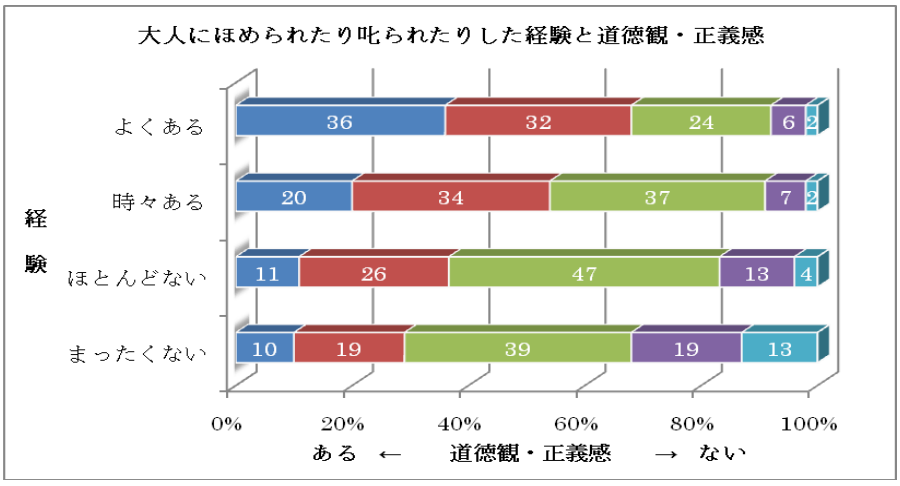


『三六九の子育て力』　／　越川禮子　著（ポプラ社）

狭い土地に多くの人々がひしめきあって暮らしていた江戸の町。だからこそ、人づきあいを円滑にし、子どもの自立を促す「江戸しぐさ」が生まれました。本書では「江戸しぐさ」を取り入れた子育てを紹介しています。子育てに先人たちの知恵を借りてみませんか？　忙しい合間にも手に取っていただける１冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?



左のデータをみると、大人にほめられたり、叱られたりした経験が多い小・中学生ほど、道徳観や正義感が育まれているということがわかります。

大人が子どもにきちんと向き合えば、特別なことをしなくとも、心は育まれるものなのです。

(独)国立青少年教育振興機構『「青少年の自然体験活動等に関する実態調査」報告書　平成 17 年度調査』(平成 18 年) より

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。





思い出してみてください。食べものの記憶とともに、必ずそこに、人がつながってくるはずです。誰と食べたか、どんな状況で食べたかというのがひとつの記憶となって子どもたちに残り、これからの長い人生に消えることなく、延々と続いていくのです。

（秋田大学教育文化学部教授　長沼誠子 氏　「食を通した心と体の育ち」より）

「家族で読書」の良さは、子どもの読解力を育てるというところではなく、本を話題に、子どもの心を知ることができるというところにあります。本という共通の話題をとおして、お互いを理解しあうことができるのです。

（秋田県総合政策課県民読書推進班　冨士盛泰子 氏　「はじめよう！家族で読書」より）

地域の資源を活用する

地域の伝統行事は、異世代の人たちと交流できる貴重な機会です。さまざまな関わりを通して生まれるきずなは、子どもたちの社会性の土台となります。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

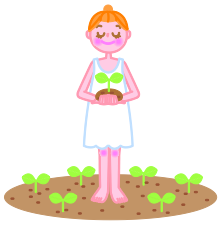
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１０号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2012年12月

今年度のテーマは「子どもの自立」です

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　子どもの自立

能代市社会教育指導員　高畑　勉

山里にある小規模校、Ｙ小学校。修学旅行は、いつもほかの小規模校と合同でおこなっている。行き先は津軽海峡を越えて函館へ１泊２日。海を見られる、船に乗れる、友だちと泊まれる、夜は枕投げもできるかなと思うと、子どもたちは飛び上がるほどうれしい。

１日目の旅程は好天にも恵まれ、日中は元気いっぱいに函館を楽しんだ。あとは、夕食をとり、函館山から市内の夜景を見るだけとなった。

さて、お楽しみの夕食。献立は、なんと「十勝牛のすき焼き」である。子どもたちの顔は、これ以上ないというぐらい、笑顔、笑顔である。やがて、肉の香ばしい匂いが部屋じゅうに立ちこめ、いやがうえにも食欲をそそった。肉は逃げやしないのに、「いただきます」の合図と同時に我を争って食べ始めるのは、いつもの修学旅行の、ほほえましくも楽しい食事風景である。



そんななか、箸も手にとらず、うつむいたままの女の子がいた。

「すき焼き、嫌いなの？」

「いいえ」

「どこか、具合が悪いの？」

「いいえ」

「じゃあ、どうして食べないの？」

「……」

これは何かあると思って、別室で女の子に事情を聞いた。すると答えて言うことには「卵を割れないんです」とのこと。ほかの学校の子どももいる手前、気恥ずかしさがあったのだろう。この女の子の家族は、いらない世話を焼いて、いつも卵を割ってやっていたのだ。

この女の子に限らず「このごろの子どもたちに、できないことが増えてきている」とあちこちで耳にする。例えば「朝、自分で起きられない」「箸をしっかり使えない」「ＴＰＯに合わせて衣服を選べない」「骨のある魚を食べられない」「ワガママを自分で抑えられない」……さて、このまま大人になったらどうするんでしょうと、少し心配だ。

「おつかい」にも同じことが言える。「○○ちゃん、晩ごはん、すき焼きにするから、お肉買ってきて」と言われたら、あなたの子どもはできるだろうか？　お母さんから渡されたお金、家族構成、どんなお肉を何グラム買えば良いかなどを素早く計算して買ってきて、はじめて「おつかい」をしたということにならないだろうか。お母さんのメモどおりに買ってばかりいたのでは、ほんとうの「おつかい」とは言えない気がする。

親の役割は、子どもが自立して生きていけるよう導くこと。子どもの将来の自立に役立つことは積極的に取り入れ、そうでないことは、すぐにでも見直してみてほしい。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



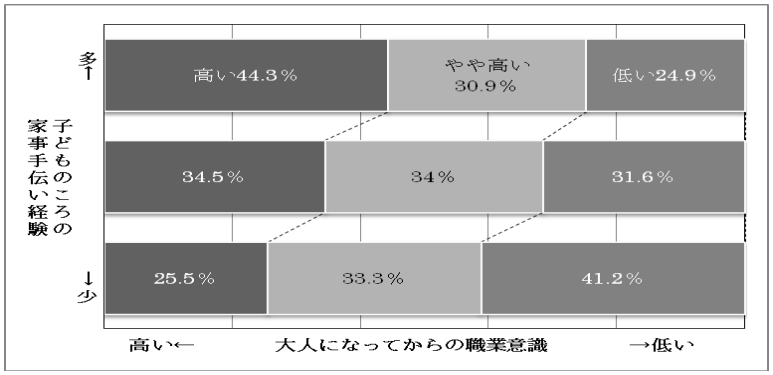
辰巳 渚の『子どもを伸ばす』シリーズ ／ 辰巳 渚 著（岩崎書店）

大ベストセラー『「捨てる！」技術』の著者が示す子育て哲学。どのシリーズを読んでも、やっぱり、家庭での日々のくらしが生きていく基本になるのだなぁと感じます。「手を動かすと心が動く」「心が動いたときに、おのずから手が動く」…… 人の心を豊かにしていくものは何なのか、教えてもらえるシリーズです。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかもしれません。

子どものころの「家事手伝い」経験と「職業意識」の関係



（独）国立青少年教育振興機構「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」（平成 22 年度）より

左のデータは、20～60 代の成人を対象に、子どものころの体験が大人になってからの考え方や行動にどう影響しているのかを調査した結果のうちのひとつです。

子どものころ、洗濯物を干したり、ゴミを出したり、掃除をしたり、食器をそろえるなど、家事を手伝った経験のある人ほど、働くことに対して前向きで、社会や人のためになる仕事がしたいと考えていることがわかります。

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。



親と子の「心のかけ橋」をしっかりと築くこと。何か感情をもって子どもが発信してきたとき、親は解釈せず、必ず子どもに確認をする。これが一方通行にならない方法です。以前は私も口から何か言葉が出ていればコミュニケーションをしていると思っていました。今は、コミュニケーションは一方的にやることではないなぁ、と感じています。

（親業訓練インストラクター　鈴木聡子 氏　「子育てを楽しくする3つのコツ」より）



ひとりで悩まない。それが究極の上手な悩み方です。いっしょに悩んでくれる人がいれば、たいていは、どんなことでも大丈夫なんです。家族や友だちのほかに、もう１人、信頼できる大人をみつけてほしい。注意はするが怒らず、励ましとアドバイスをくれて、何をしても態度が変わらない、「また、おいで」と言ってくれる、そんな大人を。

（秋田大学大学院医学系研究科　准教授 佐々木久長 氏　「悩んだとき、どうしていますか」より）

思い出を子育てに役立てる

子どものころを思い出してみて、一番心に残っていることはなんでしょう？　うれしかったこと、ワクワクしたこと……その感覚を掘りおこして、子どもとの関わりに役立ててみましょう。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

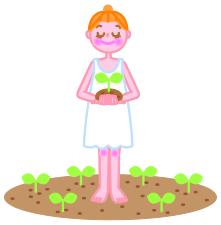
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１１号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2013 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

友　　情

能代市社会教育指導員　高畑　勉

運動部に所属する中学３年生の最大の夢、「全県総体出場」をかけた夏の予選がせまり、その激励会が、ここＯ市立Ｉ中学校体育館で、熱気に包まれながらおこなわれた。

激励会も終わりにさしかかろうとしたとき、突然、ステージ上にいた野球部主将のＡ君が、全校生徒に向かってこう呼びかけた。

「みなさん。ぼくたち３年生は、１年生のときから一所懸命練習して、この日を迎えました。しかし残念ながら、そのうち３人がユニフォームをもらえず、全校生からの激励を受けることができませんでした。

でも、ぼくたちは仲間です。いっしょに辛い練習をしてきた仲間です。ユニフォームはもらえなかったけれど、大事な、仲間です。

全校のみなさん！　その３人の名前を呼びますので、ぼくたちと同じように大きな拍手を送ってください。ぼくたちは、必ず全県総体へ出場します。そのときは、３人の仲間もいっしょに連れていきます！」



そうしてＡ君は３人の名前を次々に呼んだ。呼び終わるや否や、間髪入れずに体育館を揺るがすような大きな拍手がわきおこった。なかには、ハンカチを握りしめている女生徒もいた。期せずして、体育館に「野球部！　野球部！」という大コールがおこった。

３人は予期しない事態にびっくりしたものの、しっかりと胸をはって拍手に応えていた。この３人はベンチ入りこそできなかったが、実力的には僅差だった。練習も皆と共に一所懸命にがんばっていた。３人はこのとき、３年間の努力が報われたと思ったに違いない。きっと、ユニフォームをもらう以上の喜びを感じたに違いない。

主将のＡ君は、後輩たちに「厳しい練習に励まし合っていっしょに耐えた仲間は、ユニフォームを着ても着ていなくとも固い友情で結ばれている」と、ここでしっかりと伝えたのだ。そしてこの場にいた生徒たちは、汗と涙を流して野球の技術をみがくことも大事だが、互いに助け合い、思いやり合う友をつくることがもっと大事であることを、多感な青春時代に学んだことだろう。

この話を「Ｉ中学校ではあたりまえ」と語るＴ校長をみて、子どもたちを教育するということは、こういうことなんだと思った。「育てたように子は育つ」と言われるが、こう在りたいという志が人と人とのあいだで響き合って、人の心を育てていく。Ｔ校長の高い志のもとＩ中学校で学んだ生徒たちは、今後も良き美風をいろいろな場に吹き込み、その教えを脈々と伝えていくことだろう。

ちなみに、この３人のうちの１人は高校でも野球を続け、甲子園でユニフォーム姿を披露してくれた。努力は続けるもの。努力さえしていれば、人生の補欠になることはないのだ。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



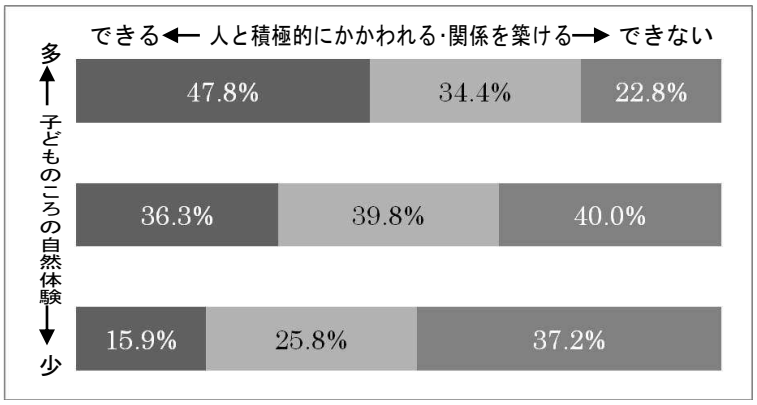
『反抗期子育て乗り切りマニュアル』 諸富 祥彦／監修　主婦の友社子育て取材班／編

思春期の子どもとどうつきあえばいいのか分からないときは、この１冊。アンケート結果をもとに反抗期のタイプを４分類し、それぞれの体験談を紹介しています。『「うちの子もしかして反抗期?」と思ったら読む本』も併せてどうぞ！

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかもしれません。

子どものころの自然体験と人間関係能力



(独)国立青少年教育振興機構「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」報告書（平成 22 年度）より

前号に引き続き、子どものころの体験と大人になってからの行動や考え方との関係を調査した結果のうち、ちょっとおもしろいデータをご紹介します。

自然体験と人間関係を築く能力に何の関係が？ と思われるかもしれません。しかし、人の知的・情緒的成長にとって、実は自然体験がとても大きな位置を占めていることが、この調査からわかったのです。

自然いっぱいの能代！　どんな教材を準備するより、まずは野山に出かけましょう！

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。



「自己中心」主義ではいけない。この場合、「己」ではなく「子」です。自分の子どもだけ囲って、我が子のことだけしかみていない育て方だと、子どもは伸びないですよ。子どもは、「社会の子ども」としてみなさい。（ 能上 正男　氏　「小学校入学にそなえて」より）



大きくなればなるほど、子どもには親友が必要になります。その親友をどうして選んだのかというと、「遊び」からです。子どもは遊びのなかで何を勉強しているのかというと、相手は今何を考えているのかなぁというのを、その子の表情やしぐさや、言葉で見抜く。そういうことを学んでいます。遊びの目的は、それひとつです。それができていないと、親友ができないんです。勉強も大事です。しかし、りっぱな社会人になるためには、遊びというものが、もっと大事なんです。（ 金田　昭三 氏　「小学校就学に備えて」より）

編 集 後 記

１号からコラムを担当してくださっていた高畑先生が、３月いっぱいで能代市社会教育指導員を退任されます。先生のコラムの一番最初の読者として、毎回楽しみに、そして、ときに涙ぐみながら読ませていただきました。

本当にありがとうございました。これからもどうぞ私たちにご指導ください。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

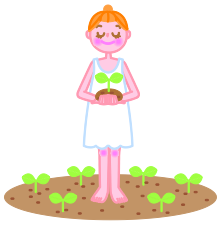
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１２号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2013 年 8 月

今年度のテーマは「子育て」です

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

し　つ　け

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

子育てにおける「しつけ」について考えてみたいと思います。

「しつけ」という言葉「躾」は、日本で考案された漢字（国字）で、峠、凪、畑などが仲間です。この漢字を分解すると「身」と「美」になり、「身だしなみを美しくする」と解釈されています。また「着物のしつけ」と結びついたもので、仮に縫いつけておくこと、転じて子どもが一人前になれるよう枠組みを与えることという解釈もあります。



どちらの解釈からも、「子どもがよりよい人生を送るために、社会人として必要なことを、幼児のうちに身に付けること」と理解できます。

この「しつけ」という言葉を聞くと、思い出すことがあります。

ずいぶん昔になりますが、スポーツ少年団（野球）の指導をしていたころのことです。子どもたちの「靴の脱ぎ方」が気になり、いつも注意し、指導するのですが、なかなか成果があがらず悩んでいました。

そんなある時、練習試合後の懇親会の会場で、相手チームの子どもたちの靴の脱ぎ方をみて、感心させられたのです。入り口はとても整然としていて気持ちの良いものでした。どのような指導をすればこうなるのか、早速相手チームの指導者に尋ねたところ、その方が言うには、「私も最初は、一生懸命指導したのです。でもなかなか良くはなりませんでした。いろいろ考えているうちに、子どもたちにとって、靴を脱いで揃えるということは、たいして重要なことではないのだ。揃えておくことが必要と思っているのは私なのだから、私がそれをやればよいのだという思いに至ったのです。それから、私は子どもたちが脱ぎ散らかした靴を、そのつど、自分の気が済むように揃えることにしたのです。はじめたころは、揃えても揃えても、脱ぎっぱなしでいる子どもたちに腹の立つこともありましたが、そのうち、靴を揃えることが一種の楽しみになってきたんですよ。どんなに散らかっていても、今日も気の済むように、きちんと並べてやるぞ……とね。するとどうでしょうか、私が楽しみながら靴を並べるようになったら、いつの間にか子どもたちも揃えるようになり、今ではこのとおりです」と。

この時、私は学んだのです。「やれ、やれ」ではついてこない。自分が楽しんでやるからこそ、他の人もやってみたい、あるいはやろうと思うのではないかということを。

孔子の言葉にも「これを楽しむに如かず」というのがありますが、子どもにやってもらいたいと思ったら、親がそれを楽しんで行う。これがしつけのコツではないか……。

子どもは「親をまねて育つ」……あいさつがしっかりできる子にしたいならば、まず親があいさつを楽しんで、しっかりする。……いかがでしょうか。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



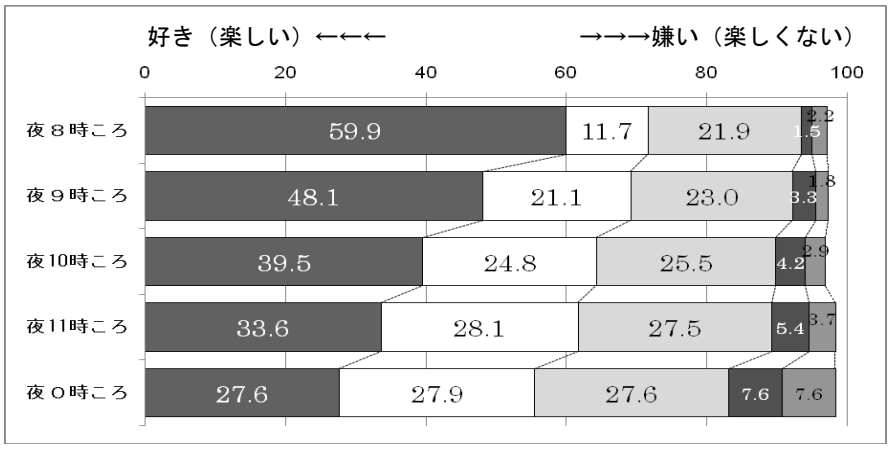
『なんでも食べる子になる１歳、２歳からの偏食解消レシピ』／監修　太田百合子（実業之日本社）

子どもが食べてくれないのは、実は「嫌い」以外の理由がありました。子どもの味覚の発達を知れば、「なんで食べてくれないの？」のモヤモヤをぬけて、発想がガラリと変わります。具体的な調理のコツやレシピのほか、好き嫌いのお悩みＱ＆Ａも掲載されています。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

「学校生活は好き(楽しい)？」と「ふだん何時に寝ているか？」の関係



文部科学省委託　滋賀県家庭教育支援協議会『「子どもの生活リズム向上のための調査研究」報告書』（平成 19 年実施）より

左のデータは、滋賀県が国の委託を受け、生活習慣の現状とそれらが子どもに与える影響を調査したものです。

「寝る子は育つ」。あたりまえのことですが、毎日十分な睡眠をとることによって心身ともに充実し、物事に前向きに取り組める子どものようすが、この調査結果からうかがえます。

さて、あなたのお子さんは何時に寝ていますか？

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。





食べたことのないものは、子どもにとって「嫌い」。何回か食べて「嫌い」だったとしても、「うちの子これが嫌いなのね」と決めつけないでください。味覚というのは、発達段階で変わっていくものです。何より大事なのは、嫌いだったものを食べられたときに、褒めることです。　（秋田栄養短期大学栄養学科講師　工藤友子 氏　「子どもの食の大切さ」より）

祖先が土から生まれたものをずっと食べてきて、遺伝してきたのが今の私たちの体。だから、昔の人が食べてこなかったものばかり食べて果たして体は健康か、それを考えてほしいのです。みんなの命は、祖先からいろんな命を受け継いできた命、そしてこれから産む赤ちゃんの命なのです。　（ＪＡ全農あきた営農支援課参与　泉　牧子 氏　「食卓の向こう側」より）

「キッチン・キッズ」　レシピ集公開！

能代市働く婦人の家では、年長児から小学３年生までを対象に１汁２菜とデザートを子どもたちだけで調理する「キッチン・キッズ」を年６回開催しています。そのレシピ集を市ホームページで公開中！　家庭でもぜひお試しください。

http://www.city.noshiro.akita.jp/c.html?seq=7058

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１３号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2013年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　子供はまねて大きくなる～親の生き方がお手本～

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

「子どもは親の言う通りにはしないが、する通りにはする」という言葉があります。子育てにおいて、私たちはともすると、言葉で教えよう（言い聞かせよう）としがちですが、存外子どもは、聞いてくれなかったという経験は多いと思います。

だいぶ前に教育関係の機関誌に載っていた小学５年生の作文が今でも記憶に残っています。

「ほうきでチャンバラをして教室の蛍光灯のかさをわってしまった。先生に『これと同じ型の物はなかなか売っていないから困る』と叱られた。家に帰って母に言うとものすごく叱られた。『しょうがないやつやなぁ、おまえは。でも弁償せんといかん』と言って、ぼくを連れて買いに行った。二軒さがしてもない。疲れたし、暑くてかなわんのでぼくは『もうやめとこ。先生にもういっぺんあやまったらええがな』と言った。でも母は黙ったまま、また遠くまで行った。四軒目にやっと見つかった。学校へ持っていき、とりかえながら、母は何とかしてぼくの乱暴をやめさせようとしたのだとしみじみ考えた。」

（※少し長いので一部分のみ掲載しました。）

「しょうがないやつ」とひどく叱りながらも、すぐ子どもを連れて夏の日盛りの中を探し歩き、「もうやめとこ」と弱音を吐き、もういっぺん謝ることですまそうとする子どもを黙って引き立て、とうとう探しあてた母親。教室の電灯にかさを付けたとき、子どもはしみじみと母の心を感じた様子が書かれています。



母のおかげでかさを付けることができたという安堵感にとどまらず、喜びとともに“母は何とかしてぼくの乱暴をやめさせようとしたのだ”という反省にまで高まったのは、口で叱るだけでなく、学校にかけた迷惑は弁償するのだという考えを、母が行動で示したからです。くどくどと小言を繰り返すこともせず、弱音を吐く子どもを無言で連れて行って探し歩いた厳しい実践です。子どもは母親の厳しさの中に、自分への愛を感じ取ったのかもしれません。“人に迷惑をかけてはいけない、かけた迷惑は償わなければならない、何かを始めたら途中で弱音を吐くな、してはいけないことはするな”ということの、無言の教えといえるのではないでしょうか。母親は人間としての正しい行い（あるべき姿）を“して見せた”ということだと思います。

子育てに「正解」を求めることは難しいと考えますが、上記の例にひとつの方向性を見いだすことはできると思います。「子どもは見て育つ」……私たち親の生き方も大事ですね。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



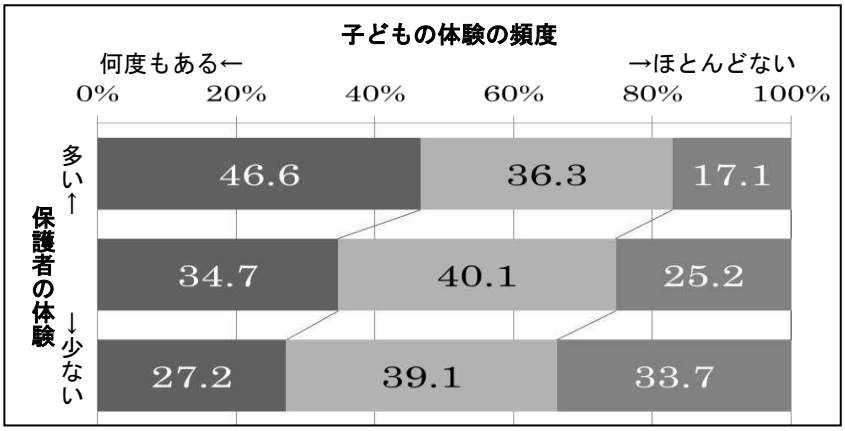
『失敗する子は伸びる』／岸　英光 著（小学館）

失敗した時こそ、成長のチャンス！？　「打たれ強い子」に育てるために、親がどうサポートすればいいかを、ポイントごとにわかりやすくまとめています。
わが子には失敗を恐れずに挑戦し、たとえ失敗しても自力で立ち上がれるような力をつけてほしい……そう願う方にオススメの１冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

子どもとその保護者の体験の関係
～ 海や川で貝を採ったり、魚を釣ったりしたこと ～



(独)国立青少年教育振興機構「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」報告書（平成 22 年度）より

今回は海や川での自然体験のデータをとりあげましたが、このほかにも多種多様なデータがあります。どれも一様に、子どものころたくさんの体験をした保護者ほど、その子どもも同様に多くの体験をしているという結果が出ています。

実体験は子どもの「生きる力」を育てます。「では、体験の少なかった私はどうすれば良いの？」……そんなときこそ、地域との関わりが重要になるのです。

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。



私たちの時代にはあって、今の時代になくなってしまったもの、それは「うんざりするほどの時間」と「たっぷりとした自然との関わり」です。「自然」とは、土であり、緑であり、そして生き物。「自然」はだいじな「遊びのアイテム」であり、寒いときは寒さを、暑いときは暑さを共有しながら、彼らと共に生きることで「快の記憶」をたくさん体に蓄え、そのたくさんの想い出が、私たちを大人にしていったんです。

今の時代、子どもをひとりで外に出しておくことはできなくなってしまった。だから、それらにかわるものとして、「芸術」が必要なのです。

（人形劇団ひぽぽたあむ代表　永野むつみ 氏　「感動すること 育つこと ～幼児期編～」より）

子育て情報満載！　「あきた子育て情報　『いっしょにねっと。』」

『いっしょにねっと。』のＷＥＢ上で開講している「子育て・親育ち講座」では、さまざまな分野の講師陣によるきめ細やかな情報提供をおこなっています。
ぜひ一度ご覧ください。スマートフォンにも対応しています。
http://common.pref.akita.lg.jp/kosodate/nurturing/course24/index.html

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１４号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

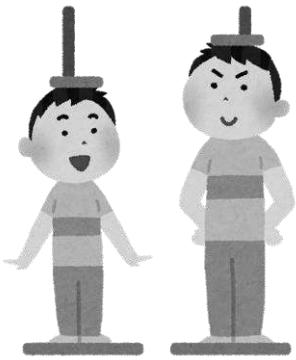
2014 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

比べること

能代市社会教育指導員　佐藤　清美



子育てにおける『比べること』について考えてみたいと思います。

子育ての中で、他の子どもと我が子を「比べること」は良くないと言われることが多いと思いますが、私は「比べること」は避けられないことだという認識を持っています。従って「比べ方」を工夫するという立場で今回はお話をしたいと思います。

実際のところ、子どもというのはそんなに上手に大人の思ったとおりの人間には育っていかないものです。

例えばものすごく怒りやすかったり、手がつけられないほどの腕白だったり、内向的だったり、お調子者だったり……という具合です。子どもも大人と同様、肯定的な部分と否定的な部分を併せ持っているのです。発達というのはこういったものですから、他の子の肯定的なところだけを見て比較されても子どもは困ってしまいます。子どもにすれば、そこは劣っているかもしれないが、私にだって「いいところはあるよ」と言いたくなるのはもっともですよね。こういった子どもの心境を綴った詩があります。

私のお母さんと父さんは、すぐに近所の子と私を比べます。
隣の家の子がリレーの選手になると「あなたもあのぐらい足が速かったらよかったのに……。」
斜め前の家の子がテストの成績がいいとわかると「あなたは、どうしてもっと勉強しないの」と言います。
私は料理が上手です。それなのに「あなたは人と比べて料理が上手ね」とはほめてくれません。
比べるなら、私のいいところだって比べてほしいと思います。
他の人のいいところだけ見て比べないでほしい。

子どもでもプライドはあります。ですから、他の人のいいところだけを見て比べられるのは、やっぱりいやなのです。でも、生きていく上で、他の人と比べられることは避けられません。こういった状況の中で、「比べること」を子育ての視点から見たとき、他の子の良いところも認めつつ（比べることではなく）我が子の良いところを認める（声に出して誉める）工夫がとても大事なことだと気づくのではないでしょうか。

個性を伸ばすということは、お互いの良いところを認めあうことが根っこにあって、初めて実現するものです。無い物ねだりではなく、あるものを伸ばすことのほうが、子どもも幸せ、親も幸せという状況を作ってくれるはずです。気になるところはすぐにわかりますが、良いところというものは、探さなければ気づかないことが多いものです。

探してあげましょう、子供さんの良いところを……。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



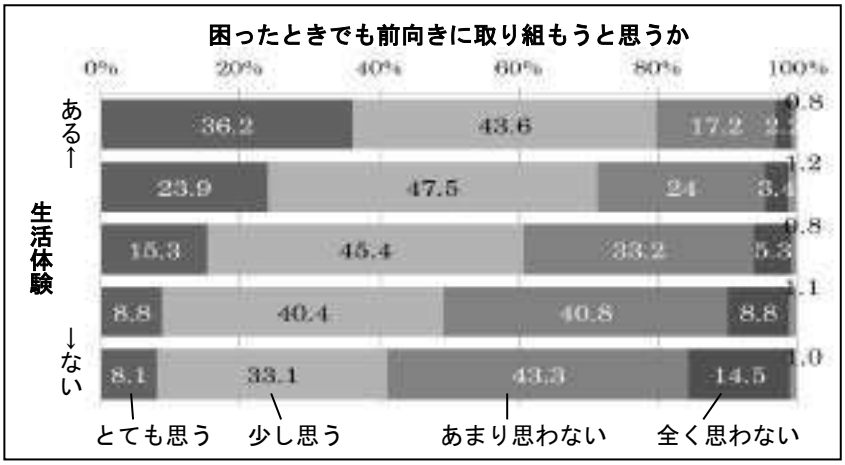
『どならない子育て』／ 伊藤　徳馬 著（ディスカヴァー・トゥエンティワン）

「子どもをほめましょう」「どならずに接しましょう」……頭ではわかっていても、そんなの無理！という方へ。子育てプログラム「コモンセンス・ペアレンティング」(CSP)に基づき、子どもに伝わりやすく、親の負担も減るしつけの方法を伝授します。せめて、どなる回数を減らせるように……。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

子どもの生活体験の頻度と困難に立ち向かう心の関係



(独)国立青少年教育振興機構「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」報告書（平成 22 年度）より

「生活体験」とは、料理やそうじ、ゴミひろい、下の子供のめんどうを見るなど、家庭生活の中でふつうにできる体験です。

このほか「困っている人がいたら手助けをする」「自分の思ったことをはっきり言う」など、自立的行動を示す項目全てにおいて相関関係がみられました。

生きる力を育む基盤が家庭にあることを改めて感じる調査結果です。

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。



「子育ての四輪」は、家庭、学校、友だち、地域。

学校で集団生活と勉強を学び、家庭はやすらぎの場。友だちも、自分の子どもだけ良ければ良いという考え方は通用しません。全体を良くしなくては、自分の子どももよくならない。だから、人の子も、自分の子どもと同じように見て、悪いことは悪い、良いことは良いと伝えていく必要があります。そして、地域は、生活を学ぶには、とても良い場です。子ども達は、地域でいろいろなことを学ぶのです。

この四輪がうまくかみ合って回ると、子どもは、まず大丈夫です。

（ 能代市社会教育指導員　佐藤清美 氏　「意欲と支援～可能性は無限大～」より）

『じじばばの孫かて講座』 はじまります

「イクメン」に続いて「育じい・育ばあ」「孫育て」なる言葉が脚光をあびています。能代市民のちょっと誇らしげな、とある一言「孫かでしねばやつかねぐなったったども、どっせばやったが、思い出し思い出しやってらった」に世相を感じ、能代市でも『じじばばの孫かて講座』を実施することになりました。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１５号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2014 年 7 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　ものの見方・感じ方　～怒ること・褒めること

子育てをしていると、子どもの短所ばかり気になってしまう傾向があることは、どなたも経験済みのことと思います。しかもついついそのことを指摘して、怒ってしまう……。そして、怒ってばかりいると落ち込んだり後悔したり……。

少年は山一つ越えた学校へ一人で通学しなければならなかった。 部活で遅くなった帰路などは、 どきっとするような寂しい山道もある。 夏はジリジリ照りつける太陽に焼かれ、 冬は容赦なくたたきつける吹雪にしゃがみ込むこともあった。 雨が降ると、 たちまち坂道が滝になる。「ああ、 もっと学校が近ければ……。 この山さえなければ……。」いつも山と道が恨めしかった。

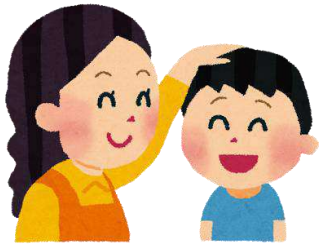
す。要は見方を変えようという気持ちがあるかどうかにかかっているのです。

子どもにとって、欠点を注意されるより長所を褒められることのほうが、どれだけうれしいか。また、親のほうとしても、注意するよりは子どもを褒めた時のほうが、気持ちがいいに決まっています。人は、自分を嫌いな人を決して好きになりません。自分を嫌いな人に対しては、自分も嫌いになります。……対人心理学の基本原則（嫌悪の報復性）

なぜ注意を受け入れないか……自分は正しいと思っている、もしくは自分はがんばったが、原因が外にあり自分は悪くない。まずいと思っていたとしたら、もう本人はそのことに気づいているので心を痛めている。そこへ注意です。傷口に塩を塗るような行為を、受け入れられるでしょうか。怒るほうは、怒るなりの理由があるものですが、結局は怒りたいから怒るのです。そして残念ながらその効果は少ない。(もちろんしっかり怒らなければならないときもあります。)

子育てにおいては、叱って直すよりは、褒めて伸ばすほうが遙かに効果が上がることが立証されています。

親も気分がいい、子どもも嬉しい、そして効率的に、よりよい子育てができる……三方両得、こんな子育てを目指したいものです。



おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『ネット依存症のことがよくわかる本』樋口　進／監修（講談社）

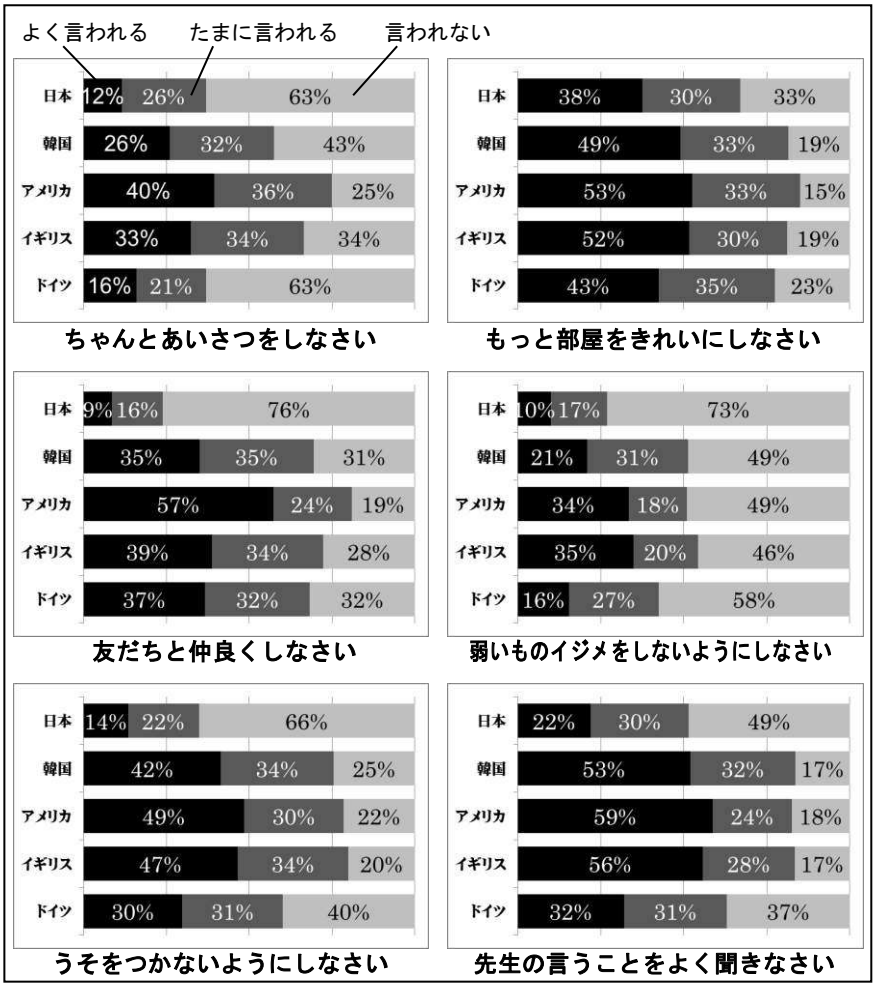
やめたくてもやめられない。そんな「ネット依存症」は、子どもにまでひろがる「心の病」です。ネット依存症にさせないための予防策や、ネットにハマる心理から治療法までを、イラストとともに解説します。依存度チェックテストも付いていますので、家族みんなでチェックしてみてください。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

拡大版

お父さんお母さんから言われること(頻度)　国際比較調査



子どもの体験活動研究会「子どもの体験活動等に関する国際比較調査」(1999 年) ※データをもとに集計

興味深いデータがあったので『データでみる家庭教育』、今回は拡大版でお届けします。

さて左のデータは、小学５年生と中学２年生の子どもを対象に実施した「お父さんお母さんから、次のようなことをどのくらい言われてますか？」という調査です。

言われなくともできているからなのか、言葉による教育ではないのか、あるいは家庭ではなく別のところで言われているからなのか。ちょっと驚くくらい、日本の家庭では規律や社会のルール、道徳に関して、子どもに口で繰り返し伝えていないことがデータから見てとれます。

また、早くから子どもを自立させるイメージの国々で、意外にも子どもに繰り返し言っていることにも驚きます。「自主性の尊重」と「放任」は違う。そんなことをと考えさせられる調査結果です。

『子育て応援講座』　開催！

秋田県では「あきた子育て情報『いっしょにねっと。』」ＷＥＢ上で「子育て・親育ち講座」を実施していましたが、今年度からは好評の講師陣による公開講座も開催することになりました。テーマは「楽しく子育て！ 応援講座」です。

チェック！→→→→　http://common.pref.akita.lg.jp/kosodate/

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。
能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１６号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2014年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

人の中で人は育つ　～テレビで子育て～

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

１年生の中に、授業中突然教室を出ていく子がおりました。しかし、迎えに行くとおとなしく戻ってまた学習に参加します。

私は持ち前の好奇心からその子によく声かけをして接触を試みました。そのうちあることに気づきました。私の問いかけに対するその子の返事が少し変だということに……。例えば「Ａさん、今日朝ご飯食べましたか？」、返事「私の好きな漫画は××だよ」。「Ａさん、勉強は何がすきかな？」、返事「夏は暑くて汗が出るからいやだな」……。なんか変、会話しているようで会話になっていません。

やがてそのわけは、ＰＴＡの保護者面談で判明します。

その子のお母さんはとても忙しかったたらしく、幼児期の頃から、子どもには、ほとんどテレビやビデオを見せて過ごさせていたということでした。おとなしく見ているのでとても助かったといいます。私はそれまでの行動の謎が解けたような気がしました。Ａさんはテレビで育ったようなものですから、私も、担任も、同級生も、みんなテレビと同じ存在で、対応も同じだったのです。テレビは、視聴者の気持ちには関係なく勝手に話し続けます。もちろん話しかけても、応えてくれることはありません。ですから、いやになったり、飽きたら、スイッチを切るか、自分が離れるしかありません。授業中、ふいと教室を出る（……自分から離れる）。私の問いはテレビの音と同じだったのです。



会話も含めて人との関わり方等について、Ａさんなりに理解するまで３年の年月がかかりました。Ａさんも、周りの人たちもとても難儀をしたことを思い出します。

家庭には、子どもの養護と教育の二つの役割があるといわれています。養護とは心と体の健康を守り、子どもに安心感をはぐくむための関わりです。子どもをしっかりと抱きしめて、子どもの存在を受け止めて、世話をすることです（母性的な関わり）。一方、教育とは、子どもが社会的な生活を営める自立した大人になるためにしつけをすることであり、子どもの能力を最大限活かして生きていけるように援助することです。他律から自律へとつなげ、社会での自立を確立することです（父性的な関わり）。母性的な関わりと父性的な関わりは一人でも可能なものですが、いずれにしても、子育てにおいては「人間的な関わりがとても重要なもの」ということは疑う余地がありません。「人は、人の中で人になる。」……手をかけ、目をかけ、声をかける。子育ての基本はここだと思いますが、いかがでしょうか。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『一生役立つ「お金のしつけ」』たけやきみこ 著（ﾒﾃﾞｨｱﾌｧｸﾄﾘｰ）

年末年始は子どもがお金に接することの多いシーズン。こんな時こそ、子どもと一緒に「お金との付き合い方」について考えてみませんか。

本書では、おこづかいや貯金、お手伝いなど、毎日の生活で子どもに教えていく方法を紹介。エピソード・マンガ付きで読みやすい内容です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

① 子どもの社会性に関わる要因 ～テレビやゲームは本当に悪者？～

※ 表中記号 ○:正の関連性 ▲:負の関連性 ※ 記号が多いほど関わりが強い	協調性 共感性	能動性 自己主張
子どもの月齢	○○	
兄・姉がいること	○○	
親との関係		
母親が子どもに抱く信頼感	○○○○	○○○○
親がテレビ番組選択		
メディア接触時間		
テレビ視聴時間		
ゲーム接触時間		
生活時間		
外遊び時間		
読書時間	○○	
子どもの遊び仲間の規模		
小規模	▲▲	▲▲▲
大規模		
親しい友だちとの活動頻度		
おしゃべり		
マンガ・本		
テレビ・ビデオ・ゲーム・パソコン		
外遊び		○

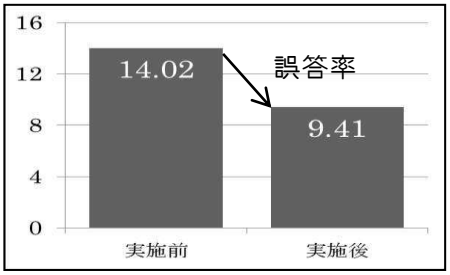
今回は「メディアと子どもの社会性」をテーマに、データを２つとりあげます。

左の表は、９歳の子どもとその家庭を対象に、子どもの社会性（他の子と協力できるか・自分から「遊ぼう」と言えるか等）と、テレビやゲームとの関連性を調べたものです。９歳児にとって“安心できる親子関係”が最も強く関連していて、続いて“遊び仲間が少なくないこと”という結果でした。

逆の言い方をすれば、単にテレビやゲームを禁止すれば“安心”なのではなく、人と関わり合うことを大切にして毎日を過ごすほうが、子どもにとってずっと価値があるということだと思います。

※データは、論文『児童期の子どもの社会性に関わる要因の検討：家庭内外におけるメディア生活に注目して』(2013 NHK”子どもに良い放送”プロジェクト第 10 回調査報告書 所収)をもとに編集したもの

② 他者の感情を読み取る能力の変化 ～コミュニケーション能力は「リアル」で育つ～



論文『Five days at outdoor education camp without screens improves preteen skills with nonverbal emotion cues』(2014『Computers in Human Behavior』所収)より抜粋

アメリカ・カリフォルニア大学において、とある実験がおこなわれました。その内容は、６年生の子どもたちを 50 人くらい集め、５日間携帯電話やパソコン等の使用を禁止して野外キャンプに参加させ、キャンプ実施前と実施後で、他者の感情を的確に読み取る能力に変化がみられるかどうかを検証するというもの。左の表は、その結果です。まちがった割合（誤答率）をグラフにしています。

リアルな人と人との対話のなかで育っていく“力”が確実にある……「人の話を聞くときは、ちゃんと目を見て」なんて、昔からよく言われますが、科学的にも根拠がありそうですね。

いよいよ年末年始……心にのこる「年中行事」を

いよいよ「冬到来」と思ったら、あっという間に年末年始の時季です。大掃除や年越し、年始のごあいさつなど、年中行事は子どもの心にのこるもの。どうぞ、あたたかで和やかな年末年始をお過ごしください。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285 ／ FAX:0185-73-6459 ／ E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１７号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2015 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

子育ての基本

・代市社会教育指導員　佐藤　清美

○ 三つ子の魂百まで

「三つ子の魂百まで」という古くからのことわざがありますが、３歳までの時期が人間の成長において重要な期間であることは、脳科学や精神医学の観点からも確認されています。脳科学では、幼児期における神経回路の形成は、外界からの刺激によって促進されることが判明しています。この時期には、養育者との安定した結びつきがとても大事です。なぜなら、人間そのものに対する基礎的な安心感と信頼感が育つ時だからです。

○ しっかり抱いて、下におろして、歩かせる



子どもは、親に甘え、依存し、やがて反抗期を経て、自立していきます。このプロセスを、日本人は「しっかり抱いて、下におろして、歩かせる」という言葉で表しました。子どもの発達段階に応じた親のかかわり方をうまく言い表していると思います。「しっかり抱いて」とは、親に甘えて依存するという、親子の「愛着」形成の重要性を表しています。「下におろして、歩かせる」とは、愛着からの「分離」を意味しています。子どもは、あたたかく守られた場所から出て、自分の力で歩いていかなくてはなりませんが、そのためには母性原理の「愛着」を断ち切る父性原理の「分離」が必要になります。

○ 守・破・離の精神

茶華道・武道など日本伝統の諸道では、ものごとを学び初めてから独り立ちしていくまでを、「守」「破」「離」という言葉で表していますが、これを家庭教育にあてはめてみましょう。

親は、子どもが産まれると、様々な機会を通して子育ての基本を学び、一生懸命わが子を育てようとします（子育ての基本を学ぶ「守」の段階）。やがて、わが子に合わせて、あるいは、わが家の価値観にそって、自分なりに工夫して育てていこうとするでしょう（基本を応用しながら自分なりの工夫をしていく「破」の段階）。そして、わが家独自の子育て観を確立していきます（学んだものを発展させ、独自の世界を作り出す「離」の段階）。

しかしながら、千利休も歌として残しているように（「規矩（きく）作法 守りつくして破るとも 離るるとても 本（もと）を忘るな」）、忘れてならないのは、基本に戻る気持ちです。基本を忘れた子育ては、独善的なものになりかねません。子どもへの愛情、家族の絆、社会規範の周知等々「しっかり抱いて、下におろし、歩かせる」といった、子育ての基本を忘れないようにしたいものです。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『生きる力ってなんですか？』おおたとしまさ 編（日経 BP 社）

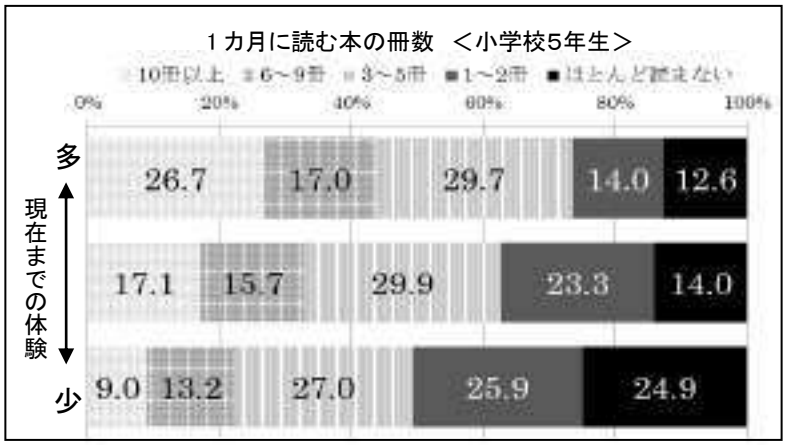
わが子に身につけてもらいたい「生きる力」――でも「生きる力って何？」と聞かれたら、あなたは答えられますか？　この本では、さまざまな分野で活躍する７人が「生きる力」について語っています。

子ども向けの説明と大人用の解説に分かれているので、親子で読める１冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

体験の豊かさと本を読むことの関係　～ 世界を広げていくチカラ ～



(独)国立青少年教育振興機構「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」報告書（平成 22 年度）より

左の表は、幼少期から調査時点までどれくらい体験をしてきたかという調査と、１カ月あたり何冊本を読んでいるかという調査をクロス集計したものです。

小学校５年生というのは、本をたくさん読む時期でもあるのですが、その「読みたい」という気もちの背景に、豊かな体験があることが、データから見てとれます。

五感で感じる体験活動が、小さな子どもにとっていかに重要かを考えさせられます。

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。

誰かのことを心配できる、それが「前向きに生きる」ということです。

みなさんは、ひとりで生きているわけではない。身近な人ときちんとつながっている……私たちが一番幸せを感じられるのは、そんなときです。

あなたは誰と一緒に生きていきますか？　あなたは、誰のために生きていきますか？　今、あなたのために生きてくれている人は、誰ですか？　そして、今、一緒にいる人のために、あなたは何ができる？　学校のために、家族のために、地域のために、何ができる？　これを考えることが、前向きに生きることです。

（秋田大学大学院医学系研究科 准教授 佐々木 久長 氏 「前向きに生きるために～辛さを乗りこえるコツ～」より ）



雪解け、春を迎えるよろこび

３月。山々が、芽吹きの春へとスタンバイする時期です。卒業式や入学の準備、新学年の準備など、何かと気忙しい時期ですが、ほんのちょっとだけ、ひと息ついて、子どもと一緒に季節の移り変わりに目を向けてみましょう。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１８号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2015 年 7 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　悩みの種……叱り方 その①

・代市・・・育指導員　佐藤　清美

子育ての悩みのひとつに「叱り方」があると思いますが、今回はついつい多くなってしまう「叱ること」についての情報（その①）を提供したいと思います。

１）～なぜ叱る～

子どもは、いろいろなことを覚えながら大人になっていきます。はじめから分かっているわけではありませんので、たくさん失敗もします。一方、大人は来た道ですから、分かっていることのほうが（子どもよりは）多いものです。その結果「なぜ分からないの」と思ってしまいます。これが「叱る種」のひとつです。「あんなに言ったのに」、「いつも言っているのに」……と。



２）～叱るときの悩み～

叱るときの悩みについて保護者の皆さんにお聞きすると

・イライラしてしまう。・言い過ぎて自己嫌悪に陥る。・お互いに・情的になってしまう。

……などが多いようです。

・）～効果的な叱り方とは～

叱ることなく子育てができればいいのですが、現実にはなかなか難しいものです。今回は、子どもの心に響き、そして保護者の心に優しい（上記のような悩みが軽減される）効果的な叱り方を紹介したいと思います。

①今を叱る（昨日も、一昨日も……。）

叱るときは、できるだけ即座に……。過去のことを付け加えても効果はないと考えたほうがよいでしょう。できるだけ的を絞って叱ります。これは、叱るほうの怒りのスイッチを押さないためであり、イライラ防止のためでもあります。

②目の前のことだけ（片づけも、着替えも、・飯も……。）

今、目の前で起こったことだけに絞って、叱る。あれもできなかった、これもだめだったと付け加えていくと、叱るために叱るようになってしまい、後で、自己嫌悪に陥ってしまいます。

③子どもの「行為」を叱る（人格を叱るのは……。）

失敗した行為を叱る。どうしてそうなったのか、どうすれば良かったのかを考えさせるような叱り方をしましょう。「おまえはバカだ」、「だめな子だ」などは禁句です。子どもは失敗しながら学んでいくものです。結果だけを叱ると学びに対して消極的になってしまいます。学ぶことをやめたら、成長はのぞめません。

～　叱るときはできるだけ「冷静に」を心がけましょう・・～

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『「メシが食える大人」に育つ子どもの習慣』高濱　正伸/著（KADOKAWA）

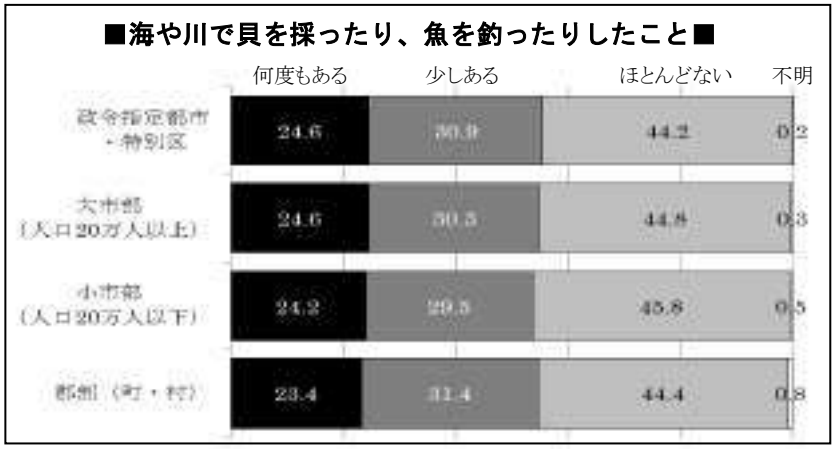
「すぐに折れない心」を子どものときから育てるための３１の習慣が、具体的に紹介されています。４コママンガとともに楽しく読めて実践しやすい内容です。

わが子には自立した大人になってほしいけど、実際どうすればいいのかわからない……そんな悩みに応える一冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

①　都市規模と自然体験の頻度　～「いなか体験」って何だろう？ ～



(独)国立青少年教育振興機構「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」（平成 22 年度調査)報告書より

左の表は、青少年が居住する都市の規模と、自然体験の頻度の関連性を調査したものです。ここでは「貝を採ったり、魚を釣ったりしたこと」という項目をとりあげましたが、他の項目でも同じような結果で、都市の規模による差は、今はほとんどみられませんでした。

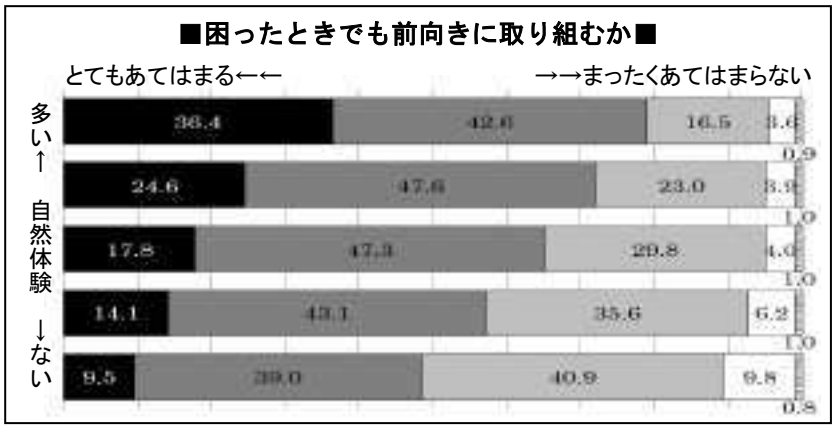
現代は、たとえ自然が豊かな地方に暮らしていても、子どものふだんの生活や遊び場とは切り離されてしまっていて、「あえて体験する」必要があるのかもしれません。

②　自然体験によって育つもの　～ 自然体験の頻度と「困ったときでも前向きに取り組む」意識の関係 ～

さて、それでは自然体験によって、子どものどういった面が育まれるのでしょうか？　右の表は、自然体験の頻度と意識・習慣との関係を調べたものです。

自然体験を多くおこなっている子どもは、傾向として、「困ったときでも前向きに取り組む」「わからないことは、そのままにしないで調べる」など、課題解決にむきあう意識が強いという結果でした。

思いどおりにならないからこそ、自然は最高の教材だといえるのでしょう。



(独)国立青少年教育振興機構「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」（平成 22 年度調査)報告書より

小・中学生は、いよいよ「夏休み」です！

お父さん、お母さんの「夏休み」の想い出は何ですか？　楽しかったこと、嬉しかったこと、おもしろかったこと……自分が子どもだったころを振り返ってみて、この夏の想い出づくりに役立ててみましょう。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第１９号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2015年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　悩みの種……叱り方 その②

能代市社会教育指導員　佐藤　清美



前号に続いて、「叱ること」についての情報（その２）を提供します。

～叱り方の秘訣（効果的に叱るために）～

①実現可能なことしか言わない

子どもを叱っていると、ついつい言うことを聞かせようと大げさなことを付け加えがちですが、これは逆効果です。例えば、後片づけをしたがらない子どもに「片づけないなら、おもちゃは捨てるよ」とか、好き嫌いのある子どもに「そんなに好き嫌いするなら、もうずっとおやつは無しです」など。実行できれば効果はありますが、たいていは実行できません。子どもはその時は大変だと思っても、たび重なると、「なんだ、言うだけか」と悟ってしまいます。

EX「片づけないなら、明日はおもちゃ遊びは無しです」

②関連のあるもので反省させる

「テレビを消して先に宿題をやりなさい、すぐやらないとタご飯は抜きよ」……テレビ→ご飯のように自分がやったことと関係のないものを取り上げられると、子どもは、それを「罰」と感じます。すると、その時点で、素直に受け止められず、反抗心が出やすくなるので、言うことを聞かなくなります。従ってなるべく同類のものを組み合わせることがコツとなります。

EX「テレビを消して、先に宿題をやりなさい。

すぐにやらないなら、食後のテレビは無しよ」（テレビ→テレビ）

③すぐに行動に移す

「○○しなさい、やらないなら△△だよ」の○○が守れなかったら、すぐに△△に移ります。この「すぐに」が学習効果を高めますので、割り切って実行に移す気持ちが大事です。実行すると、子どもも抵抗感を感じることでしょう。そして「今回だけ、お願い」と言ってくるでしょう。でもグッと我慢。「次の時には、１回で聞くようにしなさい」と次回へのがんばりを促し、妥協はしません。「じゃ、今回だけよ」をやってしまうと「ゴリ押しすれば何とかなる」と学習してしまい、一貫性が崩れてしまいます。すぐに行動を起こすことで、その時は子どもとの関係を損ねることになるかもしれませんが、それは一瞬の通過点です。いったん、きちんと言うことを聞く仕組みができれば、その後、親子共々とても楽になります。

叱るときは感情に流されず、

子どもの将来を見据えた叱り方をしたいものです。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



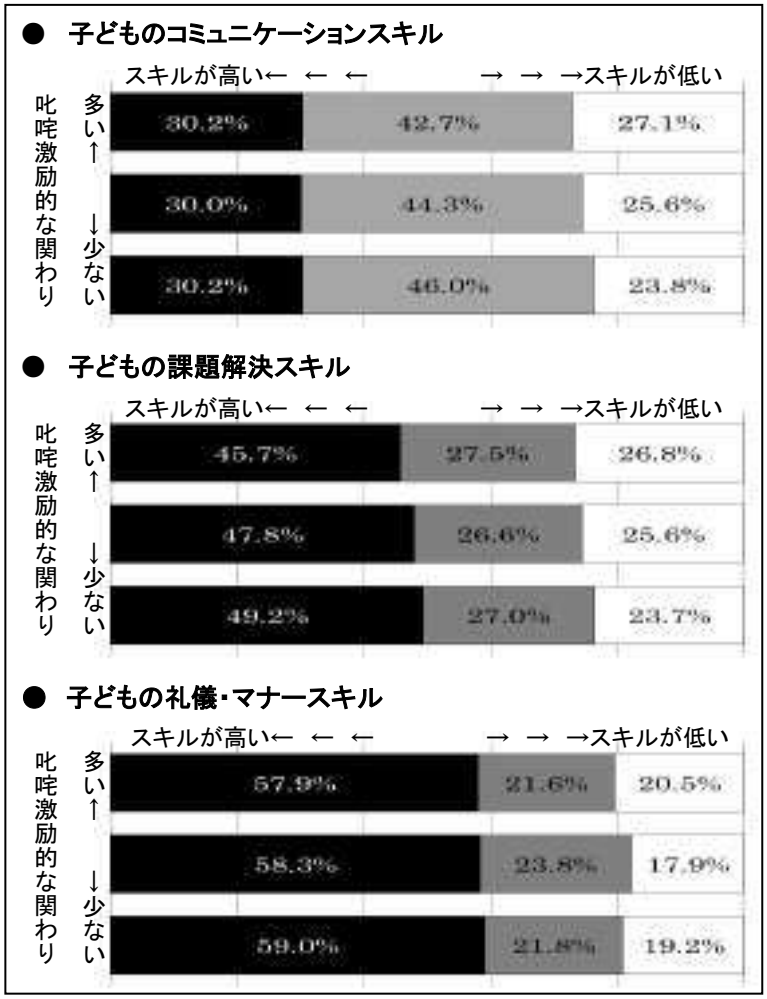
『しばわんこの和のこころ』シリーズ　川浦　良枝/絵と文（白泉社）

柴犬の「しばわんこ」と三毛猫の「みけにゃんこ」が案内する、「和」の世界へようこそ！　季節ごとの行事の由来や意味、おもてなしの心を親子で学べる一冊です。かわいいイラスト付きで、日本ならではの暮らしのたのしみや、和の作法について、子どもでも理解しやすくなっています。お正月中にどうぞ。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

「叱咤激励」的な関わりと子どもの生活スキルの関係



(独)国立青少年教育振興機構「『子供の生活力に関する実態調査』報告書」(平成 25 年度調査)報告

左の表は、保護者の「叱咤激励」的な関わりが、子どもの生活スキル習得にどう影響するかを分析した結果です。

ここでいう「叱咤激励」的な関わりとは、「よく“もっとがんばりなさい”と言う」「よく小言を言う」「しっかり勉強するように言う」「子どもと意見が違うとき、親の意見を優先させる」など。調査対象は、小学４～６年生とその保護者です。

生活スキルのうち、コミュニケーション、課題解決、礼儀・マナーの３つを取り上げましたが、いずれも保護者の「叱咤激励」的な関わりと子どもの習得レベルには、何の関連もないことがわかりました。

大人はついつい「できないこと」「やらないこと」に目を向けて、それを言葉だけで解決しようとしますが、経験の少ない子どもの立場にしてみれば、「そんなこと言われても……」と、どうすれば良いのかわかりません。

「やってみせ、言って聞かせて、させてみせ、ほめてやらねば人は動かじ」「話し合い、耳を傾け承認し、任せてやらねば、人は育たず」……有名な山本五十六の言葉ですが、改めて「生きる力」を育むためには何が必要かを考えさせられます。

年末年始は、家庭教育の大チャンスです！

年末の煤払い、年越し、年始のあいさつ、おせち、小正月行事など……年末年始は特別な雰囲気がありますし、何より家族の時間がゆっくりとれます。ぜひこの機会に、親子で一年の目標を考えてみましょう。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２０号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「子育て」です

2016年3月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　ほめて伸ばす

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

子育てにおいてほめることと叱ることは、車で言えばアクセルとブレーキのようなものです。良いところをほめて伸ばすこと（アクセル）、いけないところを叱って制御すること（ブレーキ）がバランス良く行われることで、子どもは順調に育っていくものだと思います。

ひと昔前まで、日本の子育ては叱ることのほうが多かったようですが、近年はほめる子育てが主流になってきています。いろいろな考え方があるとは思いますが、叱るよりほめるほうが子どもにとっても親にとっても、心地良いものであることは間違いありません。気持ちよく子育てができる！　いいことですよね。

○子どもをほめることで得られる３つの効果



ほめる子育てには、子どもをプラスに導く大きなパワーがあるようです。

①子どもが自信を持つようになる

……いつもそばにいて、一番信頼している親にほめられることで、「やればできる」という自信を持つようになります。

②自己肯定感がはぐくまれる

……親にほめられることで「自分は価値ある人間だ」「自分は大切な存在だ」という自己肯定感が育ちます。

③意欲的に行動できるようになる

……ほめられることで、子どもは意欲的に行動できるようになっていきます。

★ほめる種

ところで、子どもをほめるためにはほめる種が必要ですが、この種は、子どもをよく見ていないとなかなか見つからないものです。時々、（謙遜だとは思いますが）うちの子にはほめるところがあまりないという親御さんがおりますが、アンテナを高くして欲しいものです。見ようと思えば、たくさん見えてくるものです。

★心に届くほめ言葉

心の状態というのは顔の表情や喋り方、仕草など、色々なところに現れるもの。心で思っていないのに、ほめたら良いということでほめ言葉を言ったとしても、子どもは親の心を敏感に感じ取ります。ほめるときは、喜び・愛情を持って心からほめることが肝要です。

★子育ては、ほめて叱って

子育てにおいて、ほめっぱなしや叱りっぱなしは、良くありません。子どもをよく見て、上手にほめ、時々は叱って、いい子に育てる。このバランスが大事です。できれば、ほめることの多い子育てにしたいものですね。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



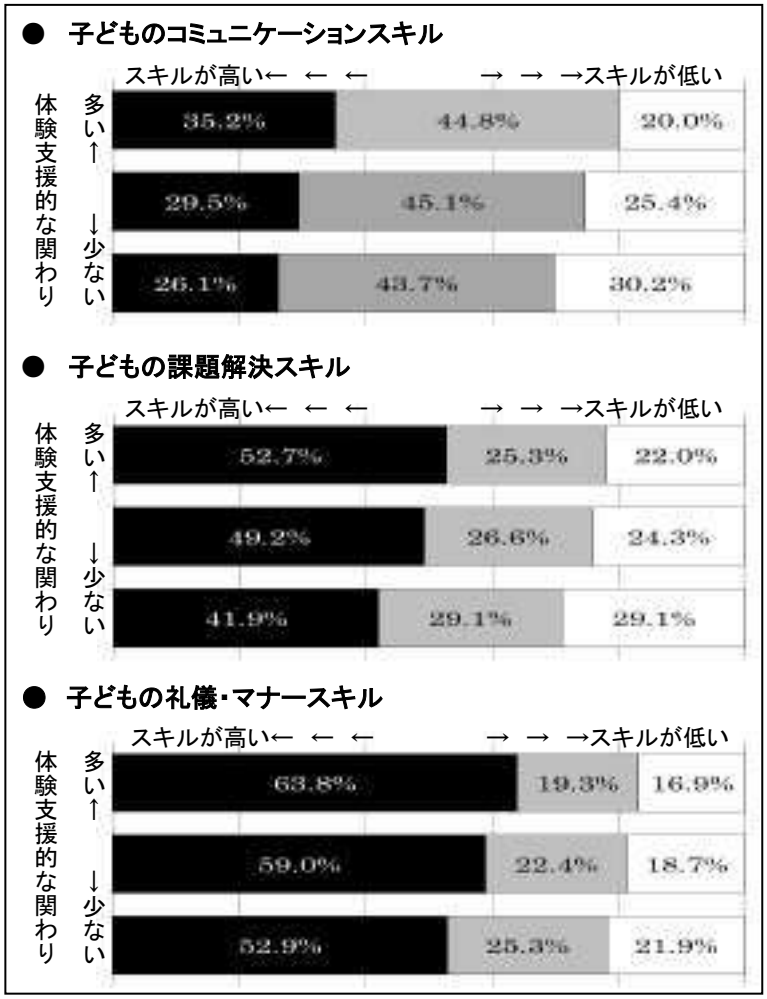
『子どもを本嫌いにしない本』　赤木かん子/著（大修館書店）

もともと本嫌いな子はいないし、本嫌いに育てたい親はいないのに、なぜ読まなくなるのでしょう？　この本は、赤ちゃんから高校生になる頃までの、子どもと本との関係についてまとめた「ずっと、本を好きでいてもらうため」の指南本です。百科事典などの使い方のほか、年代ごとのおすすめ本も掲載しています。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

「体験支援」的な関わりと生活スキルの関係



(独)国立青少年教育振興機構「『子供の生活力に関する実態調査』報告書」（平成 25 年度調査）報告

前号で「叱咤激励」的な関わりと子どもの生活スキル習得との関係を取り上げましたが、では、どうすれば子どもの生活スキルは伸びていくのか？　そのヒントを得るため、今号では「体験支援」的な関わりとの関係を取り上げます。

ここでいう「体験支援」的な関わりとは、「勉強以外の様々なことをできるだけ体験させている」「子どものやりたいことを尊重している」「子ども自身でできることは、自分でさせている」「スポーツ以外の趣味を一緒に楽しんでいる」「家の中でルール・約束事を決めている」「よくほめている」など。いずれも、そういった関わりが多いほど、子どものスキルが高い傾向にありました。

「体験支援」と言われると、つい「とにかくいろいろ体験させれば良い」と考えてしまいがちですが、その根底には、子どもの「やってみよう」という気持ちと、親の「必ずできるようになる」という信頼が欠かせません。そして、できたら「ほめる」こと。

「体験」の芽は、家庭の中にも、地域の中にもあふれています。子どもに「やってみる？」とひと声かけてみませんか？

４月は「はじまり」のとき

私たちの社会的生活のはじまりは「４月」です。入学式あり、クラス替えあり、学年も１つ上がり、いよいよ新生活がスタートします。

新しい生活のこと、子どもとの会話を存分に楽しみましょう。

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２１号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「心を育てる」です

2016年７月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

体験活動

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

子どもを育てていく上で、体験活動が大事だと良く言われますがそれはなぜでしょうか。それは、人間は体験を通して成長するものだからです。そして、人間の成長にかかわる「体験」とは直接体験が中心となります。これは人類の歴史を振り返ってみればわかることで、最初から存在したのは、直接体験だけでした。人類の進歩の過程で、間接体験は途中から加わってきたものです。

しかしながら現代の子どもたちの状況は、直接体験が減少の一途を辿り、生活の大部分を間接体験が占める状況になっています。ある調査によると、小学生が一週間にテレビを見る時間は２０時間を超えると言われ、一年間では、１０００時間を超えます。小学生の授業時数は一番多い学年で、年間９８０時数（７３５時間）ですから、授業よりテレビを見ている時間の方が多いということになります。もっとも授業もテレビ視聴と同様に間接体験の範疇に入りますし、さらに塾やゲームの時間が加わりますから、今の子どもの生活に直接体験の入る余地はほとんどないと言っても過言ではありません。

もちろんすべてを直接体験できるわけではありませんし、間接体験も必要なものなので、この２つが、バランス良く車の車輪のようになって発達していくことが理想です。

このように、間接体験が突出した生活になっている子どもたちの現状は、状況の変化に対応する力や耐性の不足、人間関係形成力の不足、学習や勤労意欲の低下などが顕著になっており、いわゆる「生きる力」の弱さが課題と言われるようになっています。

子どもたちに「生きる力」を育んでいくためには、自然や社会の現実に触れる実際の体験が必要となります。子どもたちは具体的な体験や事物とのかかわりをよりどころとして、感動したり、驚いたりしながら、「なぜ、どうして」と考えを深める中で、実際の生活や社会、自然のあり方を学んでいきます。そして、そこで得た知識や考え方を基に、実生活の様々な課題に取り組むことを通して、自らを高め、よりよい生活を作り出していくことが出来るようになるのです。

実際に、いろいろな調査では、体験活動の多い子どもほど道徳観や正義感が充実している。また、他者への思いやりや、積極性などが高く、自己肯定感も高くなっているという結果が出ています。子どもに基本的生活習慣や自立的学習行動を身につけさせたければ、厳しく躾けることより自然体験をさせた方が良いという説も説得力があります。



体験（特に直接体験）は子どもたちの成長の糧であり、「生きる力」を育む基礎となっているということができるでしょう。

五感が研ぎ澄まされ、心揺さぶる感動を体験できる「体験活動」を通し、子ども自身が心から楽しい、嬉しい、面白いといった経験が出来るよう手助けしていくことが、子育てにはとても重要になっていると思います。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『子どもはみんな天才だ！』ひすい　こたろう／著（ＰＨＰ）

ときに笑えて、ときに泣ける、そんな子どもの「名言」「珍言」を集めました！大人には考えつかないような、子どもならではの自由な発想や、純粋な気持ちから出た言葉に触れることでクスリと笑えて心が軽くなる一冊です。

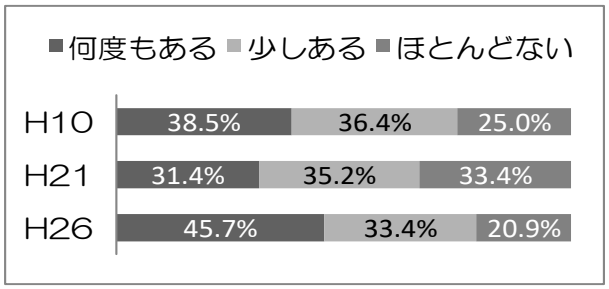
著者の子どもたちの名言エピソードを集めた、ひすい家コラムも必見。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

自然体験と自己肯定感

●野鳥を見たり、鳴く声を聞いたことがある

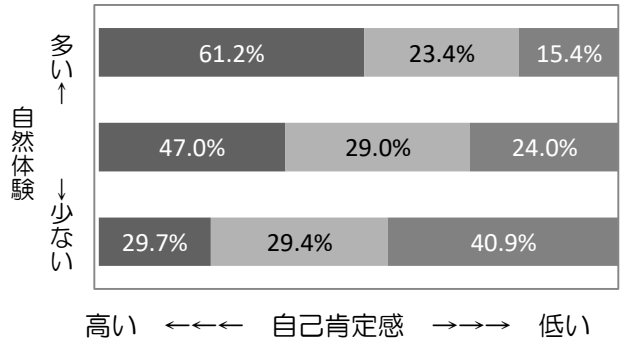


左の表は、自然体験の実施状況の推移をまとめたものです。平成１０年度の調査結果と比べると、平成２６年度のほうがより野鳥を見たり鳴く声を聞いたりしているという結果になりました。このほかにも「夜空いっぱいに輝く星をゆっくり見たこと」でも増加傾向が見られました。一方で、一度でも「ロープウェイやリフトを使わずに高い山に登ったこと」がある人は平成 10 年度以降すべて５割以下となっています。

国立青少年教育振興機構「『青少年の体験活動等に関する実態調査』（平成26年度調査）結果の概要」

自然体験を行うことで、どういったものが育まれるでしょうか？右の表は、自然体験の頻度と自己肯定感の関係性をあらわしたものです。自然体験を多くおこなっている子どもは傾向として、「今の自分が好き」「自分には、自分らしさがある」などといった自己肯定感が高いという結果でした。また、同様に自然を相手に様々な活動に一生懸命に取り組むことで、だんだんと自分自身に自信を持つことができるのかもしれません。

●自己肯定感



国立青少年教育振興機構「『青少年の体験活動に関する実施調査』（平成26年度調査）結果の概要」

のしろの宝をマナブゥ！

夏休みの
自由研究に！

教育委員会では能代の自然を実際に体験しながら学ぶ「親子でのしろの宝さがし」を行っております。専用ノートでも、スマートフォンのアプリでも簡単に参加できます。夏休みを利用してぜひ親子で挑戦してみてはいかがでしょうか。



詳細は能代市ＨＰへ！
http://www.city.noshiro.akita.jp/c.html?seq=10806

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1−1

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

乳児は　肌を　はなすな　　幼児は　手を　はなすな　　少年は　目を　はなすな　　青年は　心を　はなすな

能代市家庭教育通信　第２２号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2016年12月

今年度のテーマは「心を育てる」です

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

がまん

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

公共の場では静かにする、欲しいものがあってもすぐ「買って」と言わないなど、生活の中で、子どもに我慢して欲しい場面はたくさんあります。でも、「ダメ」と叱るだけでは我慢する力は育ちません。我慢できないと言うことは「ああしたい、こうしたい」という自分の考えが持てて、それを表現できている姿です。主体性が育ってきているわけです。親御さんは困ることが多いかもしれませんが、健やかに成長している証拠とも言えます。子育てにおいて、大切なのは、「したい、見たい、いきたい、食べたい、・・・」といった主体性をしっかりと伸ばすことで、その裏側に自己抑制できる力（我慢する力）がくっついて育っていくことが理想的です。それでは、親はどのようにかかわるのが望ましいのでしょうか？

①ちょっとの我慢の積み重ね

子どもはスパイラルに成長していきます。少しずつ少しずつの成長です。いきなり難しいことはさせずちょっとだけの経験の積み重ねが肝要です。例えばスーパーで買ったばかりのお菓子を「すぐ食べたい」と言い出したときに、「うちに帰るまで我慢しなさい」と怒っても、なかなか難しいものですが、「すぐ近くの公園で食べましょう」という具合に、子どもに見通しがつく範囲で少しだけ我慢させましょう。



②我慢したことをほめる

友達と一緒に遊んでいると、言い争いになったり、ケンカになったりしますが、これを通じて友達とのかかわり方を学んでいます。友達とのトラブルの時に、少し我慢できたときには「がまんしたんだね」と認めてあげましょう。我慢できた自分を誇らしく思うことができるはずです。子どもに我慢することを教え、子どもが我慢したら「よく頑張ったね」とほめてあげることで我慢中枢が刺激され、発達します。

③子どもとのコミュニケーションを大事に

子どもが我慢できないことがあったら、子どもとたくさん話してみてください。例えば、子どもがお菓子やおもちゃを「買って、買って」と我慢できないとき、まずは「○○ちゃんはこれが欲しいんだね」と子どもの気持ちを受け入れましょう。そして、どうしてそれが欲しいのか、子どもに理由を聞いてください。親御さんが丁寧に聞いていけば、子どもも自分の気持ちを伝えられるものです。それを聞いてあげてから、なぜダメなのかを伝えていけば、子どもは我を通したい気持ちを抑えて、納得するでしょう。

大人でも自分がしたいことを我慢することは難しいものです。子どもたちは我慢の練習を積み重ねている最中です。すぐにできないのは当たり前です。「うちの子は我慢できない」と思うのではなく「我慢の練習をしているとき」と思ってはいかがでしょうか。大人はいつでも「ダメ」「我慢しなさい」と言えます。この言葉で言うことをきかせるのは最後の手段に取っておきたいものです。

我慢強い子を育てるためには「親の対応」がとても大事になります。子どもだけが我慢するのではなく、我慢するための「導き方」などをしっかりと親が心得るのも大事です。親が言葉や態度で子どもに伝えることはとても大切なことなのですね。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『大人はどうして働くの？』宮本恵里子／編（日経ＢＰ社）

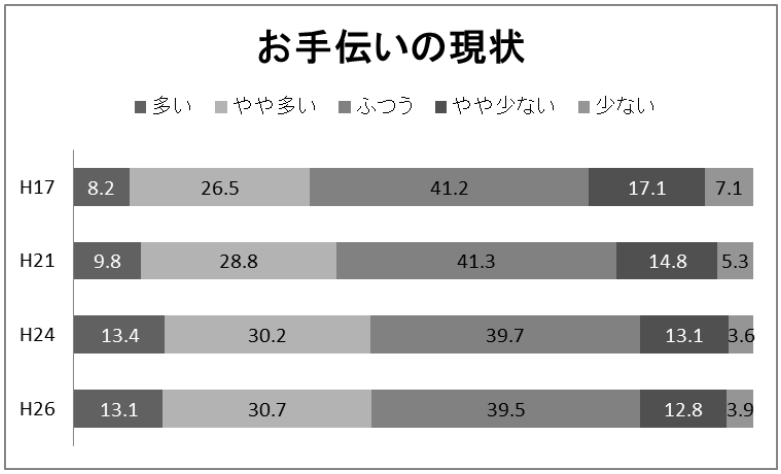
どうして働かなくちゃいけないの？と子どもに聞かれたら、何て答えますか？

さまざまな分野で活躍する７人が、「働くこと」についてそれぞれの考えを述べます。子ども向けのやさしい文章と大人向けの文章に分かれているので、親子で読める内容です。働く意味や価値について、家族で考えてみませんか。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

●お手伝い



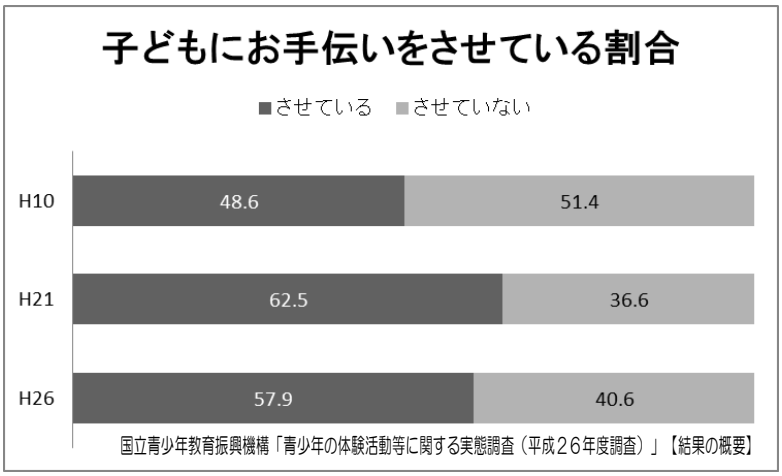
左のグラフは、「家庭で日常的にお手伝いをしているか」というお手伝いの現状をグラフにしたものです。平成１７年度から２４年度にかけては「多い」「やや多い」が増加していますが、２４年度以降には大きな変化が見られませんでした。

お手伝いの内容としては、「料理の手伝い」「家の掃除」「食器をそろえる」などが項目としてあげられ、そのうち「ペットの世話や植物の水やり」以外の全ての項目で増加傾向となりました。



右のグラフは、「子どもにお手伝いをさせている割合」をグラフにしたものです。平成１０年度から２１年度にかけては大きく増加していますが、それ以降は緩やかに減少しています。

最初に楽しくお手伝いを行うことで、だんだんと「お手伝いが楽しい」という感覚が身についていきます。ぜひできるところからお手伝いをさせてみたらいかがでしょうか。

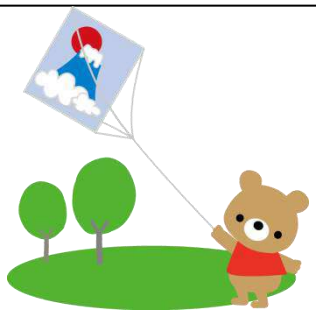


年末年始はぜひ家族の時間を！

煤払いや冬至、お正月など、年末年始には家庭で学べる行事がたくさんあります。

家族で年中行事を楽しみつつ、子ども達と一緒に日本の文化を学んでみてはいかがでしょうか。

よいお年をお迎えください、また、来年もどうぞよろしくお願いいたします。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

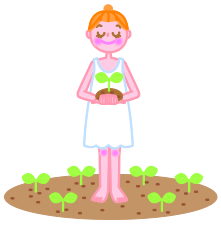
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２３号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2017 年 3 月

今年度のテーマは「心を育てる」です

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

優しい心

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

お子さんが産まれると、親御さんは、いろいろと望むと思います。「素直に育って」「思いやりのある子に」「柔軟性のある子に」「人の気持ちが分かる子に」「人に迷惑をかけない子に」・・・。中でも「思いやりのある優しい子に育って欲しい」という「心」の成長を願う親御さんはとても多いようです。しかし、これがなかなか難しい。

どんなことでもそうですが、子どもたちはわからないこと、理解していないことなどたくさんあります。そもそも「優しさ」ということを知らない子どもにそれを求めても無理なのです。したがって、身近にいる大人（親及び家族）が、「優しい」を子どもに「教えてあげる」、「見せてあげる」、「してあげる」ように心がけることが不可欠です。「思いやり」の心を育てるためには、まず他の人から十分に「思いやりを受けた」という経験が基礎として必要なのです。

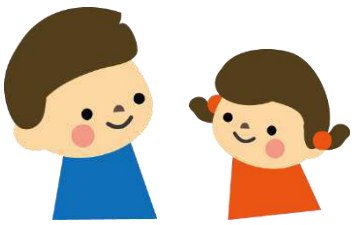
そのうえで、子どもが「優しい」行動をしたら、そのことを、言葉に出して褒め、「優しさ」ということを認識させていきます。

例えば、兄がお菓子を食べているとき、妹が「ちょうだい」と近寄ってきます。兄は「いやだ」といっても、妹はほしがります。ついに、兄は「しょうがないなあ」といって妹に分けてあげます。このとき「一人で食べようとしないで妹に分けてあげて優しいお兄ちゃんだね」といってあげると、兄は満面の笑みです。分けてもらった妹も嬉しそうです。分けることは、親にとっては当然と思えることでも、改めて言葉に出して褒めることで二人は、それぞれに「優しさ」というものを学びます。

よく見ていると、子どもは日常生活の中でたくさんの「優しい」行動を取っているものです。例をあげれば、

・電車で席を譲る　　・庭に咲いている花に水をあげる
・動物をかわいがる　　・困っている友達に声をかける　・・・

などたくさん見つけることができると思います。



その「優しい」行動を見たときは、思いっきり褒めてあげてください。子どもは誰かから褒められると「それはいいこと」なんだと気づくことができます。優しさも例外ではありません。具体的に褒めることで、その行動が強化されます。

大人にとって当たり前のこと、当然と思えることでも、子どもが「良いこと」「優しい行動」をした時は、できるだけ褒めるようにしていきたいものです。

「思いやり」を育むと言うことは、口で言って聞かせるものではなく、感じる気持ち（心）を育てることです。心を育てるには時間がかかるものです。長い目で見て焦らずに子どもと向き合い、ゆっくりと時間をかけて育むことが肝要です。

「時間は桑の葉を絹に変える」ということわざがあるように、貴重なものの育成には時間が必要だということでしょう。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。

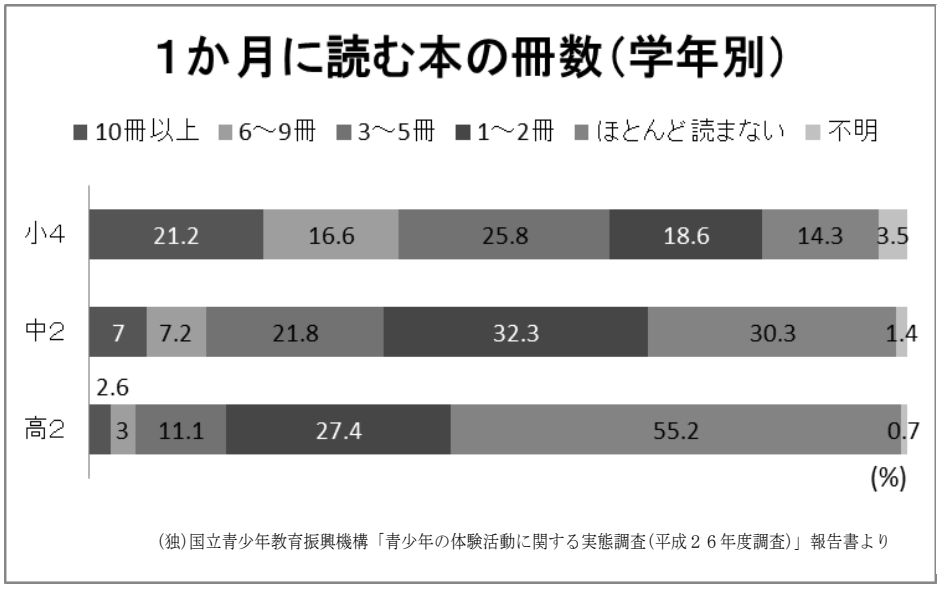


『母も娘も幸せになる　女の子の育て方』松永暢史ほか／監修（洋泉社）

母親にとって娘は、育てやすいところもあるけれど、同性ゆえにぶつかることが多いもの。女の子ならではの人間関係の悩みや思春期を迎えた時の対応に専門家がアドバイスします。3～12 歳の心と体の成長やしつけ、トラブル対処がよくわかる一冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?



(独)国立青少年教育振興機構「青少年の体験活動に関する実態調査(平成２６年度調査)」報告書より

今回は、学年別の読書のデータをとりあげました。小学４年生ではおよそ２割の児童が１か月に１０冊以上本を読んでいる一方で、学年が上がるにつれ、１か月に読む本の冊数が少なくなっていることがわかります。特に、中学２年生ではおよそ３割、高校２年生では、半数以上の生徒が１か月に本をほとんど読んでいません。

これからの春休みに、毎日少しずつ本を読む時間をつくってみてはいかがでしょうか。

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。



子育ては、普段の生活の１０倍の苦労、１００倍の楽しみがあると言われています。
１００倍楽しむために、大事なことがあります。

・「お母さんはダイヤが大好き」この「ダイヤ」というのは、お母さんが話す言葉を指します。

(ダ) ダメ　(イ) いけません　(ヤ) やめなさい

親の立場ですぐこのような言葉を言うのではなく、子どもの目線に立って考えてみてください。
親をいやだと思っていても子どもにとっては親が最大の教師です。
あるがままのその子を受け入れ、慈しみそれが子どもを愛することにつながります。それが目に見えなくてもとても大切なことです。
家族みんなで子育てを楽しんでください。

（初任者研修拠点校指導教員　笠井 範子 氏「もうすぐ一年生　掌中の珠、五人のお子さんへ」より）

新たな年度へ向けて

４月から新学期が始まります。進級、進学で新しい生活に向けて準備を始めているところだと思います。

雪がとけて春になりつつある季節を楽しみながら、新学期を待ちましょう。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２４号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「心を育てる」です

2017年７月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　好きこそ・・・

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

子どもは親がやって欲しいと思うことはなかなかやってはくれず、どちらかというとやって欲しくないことをやることが多いようです。

これをやって欲しい、あれをやって欲しいと思うならば、そのことを好きにさせることが、繰り返し繰り返し言葉で言うよりは近道のようです。子ども大人を問わず、人は、好きなものは大事にしますし、進んで取り組むものです。皆さんにもそれぞれに思いあたるふしがあるのではないでしょうか。

もちろん私にもあります。子どもの頃、ご多分に漏れず、朝起きが苦手で、親に注意されることがたびたびでした。しかし、こと、大好きな釣りに出かけるとなると、どんなに早くても、一人でちゃんと起きたものでした。これが、勉強だったら・・・、いつもこうだったら・・・と親は嘆いたものでしたが。



では、どうしたら、子どもは物事を好きになるのか。

なかなか難しい問題ですが、私は２通りあるのではないかと思っています。

１つ目は、親が好きになること。このことが子どもの行為に及ぼす影響はかなり高いと見ています。

２つ目は、その行為や結果が、誰かを喜ばすものであること（誰かが喜んでくれること）です。

私の場合は２つ目の方でした。私をかわいがってくれた祖父が、私が釣ってくる小魚をおいしそうに食べてくれたのです。それが嬉しくて、また釣ってきてやろう・・・・というわけで、どんどん釣りが好きになっていきました。

子どもに何か継続的に取り組んで欲しいことがあったら、可能であれば、まず親がそのことに喜んで取り組むこと（まず、親が好きになること）です。親が楽しそうにやっていることは、子どもにとっても興味と関心の的になるでしょう。そして、私もやってみたいな・・・。となれば。

さもなくば、その行為あるいは結果を喜んであげること。これはできそうですが・・。

このどちらかが、必要なのではないかと思っています。

勉強が好き、運動が好き、読書が好き・・・・、子どもは好きなことには夢中になります。やれと言わなくても、進んでやるものです。

やって欲しいことを進んでやる子・・嬉しい限りです。やがてそのことが職業となり、立派な業績を上げることに・・・例はたくさん見られます。

「好きこそものの上手・・・。」昔の人はうまいことを言ったものです。



おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。

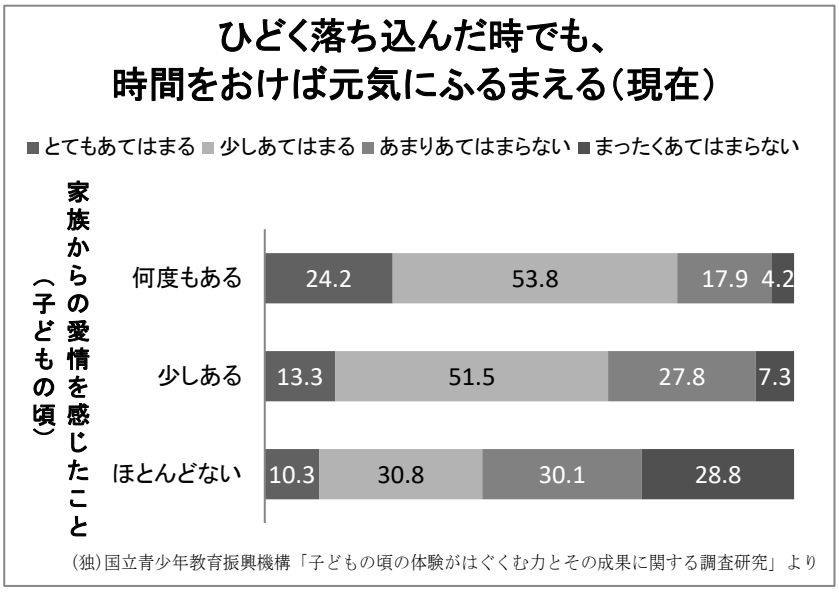


『お弁当を作ったら』竹下　和男／著（共同通信社）

子どもが献立から買出し、調理や片付けまで自分でやり、親は手伝わない「お弁当の日」は食育の一環として始まりました。この本は、お弁当の日を題材とした短編集です。家庭の事情を抱えながらも、お弁当作りに奮闘し、成長していく子どもたちの様子が描かれています。子どもたちが作ったお弁当にも注目です！

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?



（独）国立青少年教育振興機構「子どもの頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究」より

今回は、子どもの頃の体験がどのように将来につながっていくのかのグラフを取り上げました。

左のグラフは、社会を生き抜く資質・能力をはぐくむ子どもの頃の体験についてのグラフです。子どもの頃に家族からの愛情を感じたことが何度もある人は、ほとんど感じていない人よりも、大人になってからひどく落ち込んだときでも時間をおけば元気にふるまえる人が多くいることがわかります。

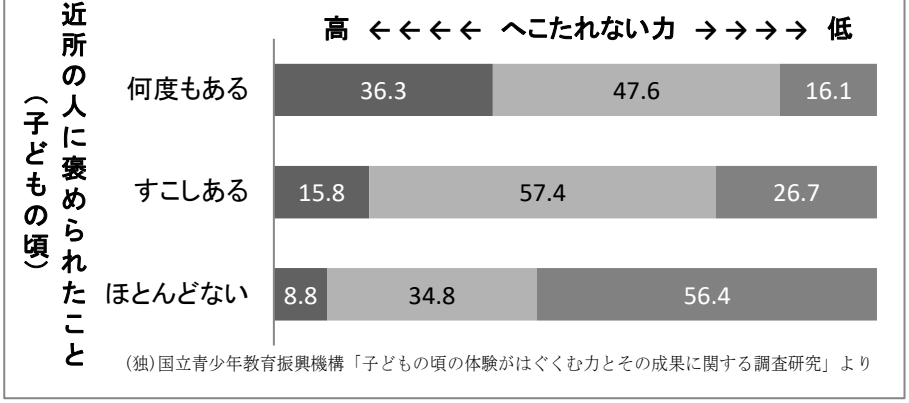
子どもの頃に愛情を受けた経験が大人になってからも社会を生き抜ける力となっているようです。

右のグラフは、子どもの頃の人間関係と社会を生き抜く資質・能力の関係です。

子どもの頃に近所の人に何度も褒められたことがある人は、現在、へこたれない力が高い傾向にあります。

子どもの頃に褒められる経験をすることで、自信をつけて、大人になってからもへこたれない力を持つようになるのではないでしょうか。

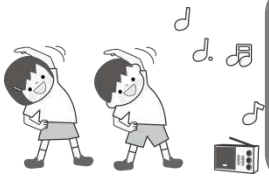




（独）国立青少年教育振興機構「子どもの頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究」より

早寝・早起き・朝ごはん！

いよいよ夏休みです。夏休みも早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、規則正しい生活をしましょう。また、普段学校に行っているときにはなかなかできないような体験活動をとおして、充実した夏休みを過ごしてください。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

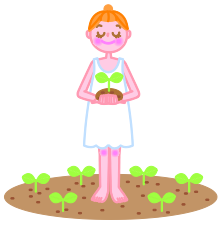
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1−1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２５号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2017年12月

今年度のテーマは「心を育てる」です

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　感性を磨く

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

子育てをする親御さんの中には「心の優しい人間」になって欲しいという願いを持っている方が多いのではないでしょうか。「心の優しい」人間に育つためには子どものうちに「人を信じる力」を育てることが必要です。人を信じる力というのは、感謝や尊敬にそのまま直結するものですが、感謝や尊敬の念は善や美を感じる力などとともに“感性”に包含されます。

そして、“感性”とは自分の身の回りに起きている出来事や日常生活の小さな事柄を様々な角度から観ることができ、自分の心で深く考え、反応し驚いたり感動したりしつつ「価値あるものや現象に気づく」敏感な心と考えられています。回りくどい言い方になってしまいましたが、つまり、「心の優しい人間」を育てるには、「感性を磨く」ことが必要だと言うことになります。

日本人の価値観は、知性に対して高く、感性に対してはそれほど高くないと言う論調が多数ですが、私は、“感性”に対する評価をもっと上げてもいいのではないかと思っています。知識を増やして“知性”を高めることも大事ですが、その前に感覚に働きかける実体験を多くして“感性”を磨くことがより重要なのではないかと思っています。“知性”はその土台に“感性”があってこそ有用なものだと思います。“感性”無き“知性”は時に暴走します。

人の心や思いは目には見えません、しかし感性豊かな人は、人の心の動きや感情の流れを敏感に感じ取ることができると言われています。それ故に、多様な考えを持ちつつ、相手のことを思いながら行動できる「優しい人間」として振る舞えるようになるということでしょう。

それでは、感性はどのようにして磨いたらよいのでしょうか。

感性が最も磨かれる時期は５～６歳までと言われています。この時期に善なること、美しいこと、心地よいことなどをたくさん体験させることが不可欠なのだそうです。自然体験、文化・芸術体験、交流体験などを通した感動体験を積むことが有効なのですが、現代においては、これらの体験は、大人が計画的に実施しなければ実現しません。
子どもたちの“感性”を磨くその要諦は大人にあるということになります。

まず、感性を育み、その土台の上に知性を積み上げていくという考え方がとても重要だと思います。知性は生涯に渡って磨くことができますが、感性を磨く時期はある意味限られているということを忘れてはなりません。

優れた知性は感性が制御することで真に有用になる。知性万能の感のある現代社会において、感性の重要性を今一度考えてもいいのではないでしょうか。



おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『子どもを本好きにする10の秘訣』高濱正伸・平沼純／著（実務教育出版）

子どもが本に興味を持つ、ちょっとしたコツを教えます！図書館で10冊借りて選ばせる方法や、読み聞かせ、外遊びが好きな男の子も夢中になる本など、すぐに役立つ内容が盛りだくさんです。ブックリストも付いているので、本を選ぶ参考になります。

データでみる家庭教育

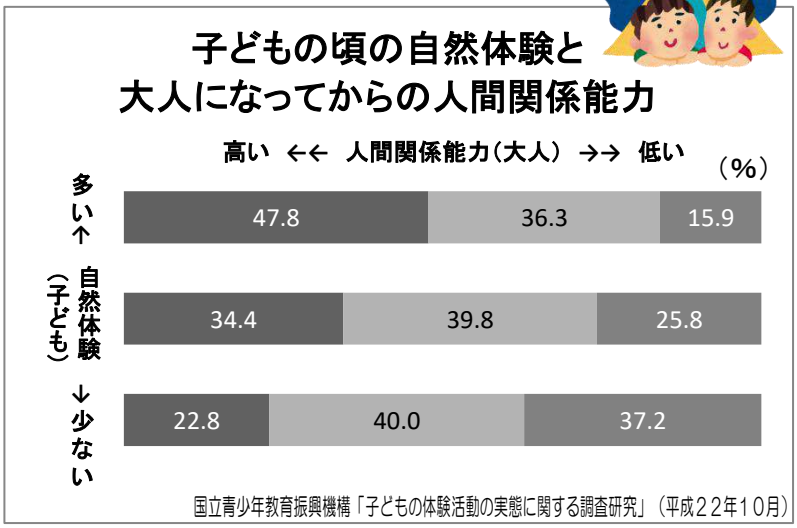
子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

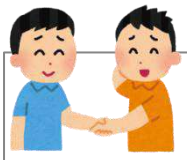


今回は、子どもの頃の体験活動の経験と大人になってからの資質・能力の関係性を取りあげました。

右のグラフは、子どもの頃の自然体験と大人になってからの人間関係能力の関係を表しています。

子どもの頃に山や川などで自然体験活動をした経験が多いほど、初めて会った人とでもすぐに話ができるような人間関係能力が高くなっており、子どもの頃の自然体験が少ない場合と比較して、人間関係能力の高さがおよそ2倍になっています。





左のグラフは、子どもの頃に友達と遊んだ経験と大人になってからの自尊感情の高さについての関係を表しています。

友達との遊びの項目については、ままごとやかくれんぼに加え、友達とのケンカや友達のケンカを注意したことなども項目に含まれています。

子どもの頃に友達と遊んだりケンカをしたりすることで、他人の大切さ・自分の大切さを知り、大人になってからの自尊感情の高さにつながっていると考えられます。

冬にしかできない体験を！

年末年始は、日本ならではの行事に加え、雪が降るこの季節だけにしか楽しめない雪合戦や雪だるま作りなどで、冬をより身近に感じるチャンスです。子どもたちにとって、貴重な体験活動のひとつとなると思います。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

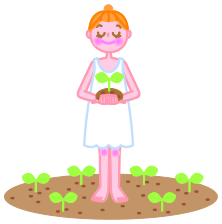
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台1－1
TEL：0185-73-5285　／　FAX：0185-73-6459　／　E-mail：shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２６号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「心を育てる」です

2018年 3月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column 伝えたいこと

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

親は子どもに何を伝えるのか。これは子育てをしていく上で核となるものだと思います。人それぞれに思いがあると思いますし、伝えるべきことはたくさんあると思いますが、今回は「優しさ」と「決断力」について考えてみたいと思います。理由は大人として社会で生きていく上で、必要なもの、基本的なもののひとつだと考えているからです。

では、どのようにして伝えていったらよいのでしょうか？



○　優しさ

優しさは感覚的なもので、結果が明確に見えるものではありません。人のために何かができる子（相手を大切に思う気持ちから生まれます）が優しさを持っている子どもと言えます。「優しさ」と言うものは自分（時に子どもの頃）が受けた優しさという体験の一粒一粒が自身の心の中に貯まり、やがてあふれ出すようにその人の優しい行為となって現れるものだと思っています。優しさは教えられて覚えるものではなく、見て覚え、体験（優しくされて）して身についていくものと言えるでしょう。

行為に優しさがあれば人間関係は良好なものとなるでしょう、日々の人間関係が良好であることは、とてもいい財産であり人生を豊かにそして、幸せなものにすることでしょう。

親が「優しい」をたくさん見せてあげること、子どもが優しい行為をしたときに、ほめてあげ、それが優しさだと気づかせてあげることがとても重要なのです。

○　決断力

決断力を身につけるには、実践が必要です。健全な判断力を持って決断できるようになるためには、体験が欠かせないと言うことになります。子どもの頃から、自ら決める、決めたことには責任を持つという行為をどれだけたくさん体験するかにかかっていると言っても過言ではないと思います。周りの大人が決めて、それに従わせるのではなく、自ら決断する機会をどれだけ多く設定してやれるか（子どもの頃たくさん決断している子どもは大人になって大成しやすいと言われています）両親をはじめとした周りの大人の役割はとても大きいものです。

人生は決断の歴史。いかに正しく決断して生きていくか…「決断力」は生きていく上では欠くことのできないとても重要なものだと思います。

格言に「聞いたことは忘れ、見たことは覚え、体験（教えた）したことは分かる」と言うものがありますが、教えるという行為を通して、理解がより深まるという結論です。親は子どもにいろいろなことを教える（言葉であったり行為であったり、後ろ姿であったり…。）ことで、自分の知識をより確かなものとしていることになります。子どもを育てながら自分も育てられていると言うことになります。子育ては大変だと思うことが多いと思いますが、少し目線を変えてみると、お互いが育ち合う、ウインウインの関係だと言うことが見えてきて、ちょっと嬉しくなりませんか…。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『思春期の子が待っている親のひと言』大塚隆司／著（総合法令出版）

話しかけても無視される、逆ギレされる…その言葉は子どもに通じていないのかもしれません。思春期の子どもとの接し方に悩んだ時、試してほしい声がけを掲載しています。ポイントは、「まずやってみること」。子どもとのコミュニケーションを見直すきっかけになる一冊です。

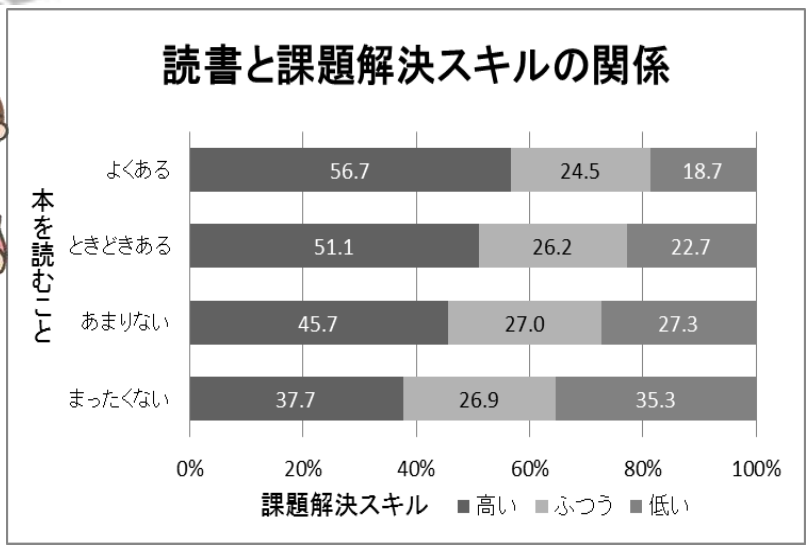
データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?

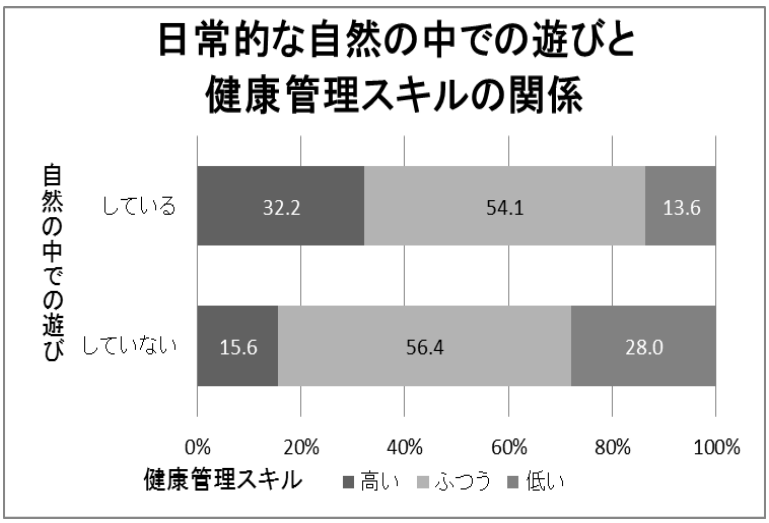


右は、読書と課題解決スキルの関係をグラフにしたものです。ここで本とは、漫画や雑誌以外の本を指します。

読書をよくする子どもほど、「目標達成に向けて努力する」「トラブルがあったとき、原因を探る」などの課題解決スキルが、読書をまったくしない子どもより高いということがわかります。読書をして様々な情報を手に入れることで、課題に向かう精神が育まれるのではないかと考えられます。



国立青少年教育振興機構「青少年教育研究センター紀要第４号」より



国立青少年教育振興機構「青少年教育研究センター紀要第４号」より

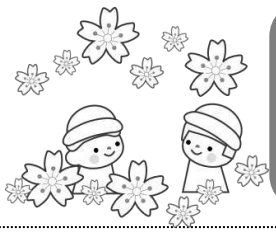
左は、日常的な自然の中での遊びと健康管理スキルの関係をグラフにしたものです。日常的に自然体験をよく行っている子どもほど、「毎朝、朝食を食べる」「普段から積極的に体を動かす」などの健康管理スキルが高い傾向が見られます。

また、学年があがるごとにできなくなっている「夜ふかしをしない」も健康管理スキルの一つです。自然の中で思いっきり遊ぶことで、早寝早起きのリズムが整い、夜ふかしもしなくなるのではないかと考えられます。

新しい季節に向かって

もうすぐ春がやってきます。進級・進学、それにともなうクラス替えなど…。子どもたちにとっては楽しみな気持ちもあれば不安な気持ちもあると思います。

親子で十分に会話をしながら新しい生活に備えましょう。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

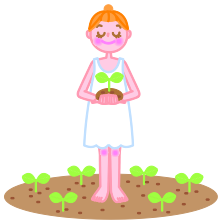
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.akita.jp

能代市家庭教育通信　第２７号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「生きる」です

2018年 7月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

人生１００年時代を生きる子どもたち～総論～

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

今年度のオンリーワンは、「人生１００年時代を生きる子どもたち」について３回にわたってお話をしたいと思います。第一回は総論です。

人の寿命が８０年くらいと想定されていた時代は、多くの人が「高校や大学を出て就職し、６０歳もしくは６５歳で引退したら、後の十数年から２０年は悠々自適な生活を送ることができる」と考えていました。（人生８０年という考え方です）

しかし、ある著書では「人生１００年」時代はまもなく到来する（先進国で２００７年に生まれた子どものうち、半数以上が１００歳以上生きる）と予想しています。

寿命が８０年から１００年に延びるとなると、これまでの人生のステージを「教育」「仕事」「引退」の３つに分けたライフプランは成り立たなくなります。例えば「仕事」においてもひとつの仕事を続けることは困難となり、キャリアを積むステージ、スキルを身につけるステージ、見聞を広めるステージと言ったように、より細分化していくことになります。家庭生活や人間関係においても人生８０年時代の先例は、あまり参考にならなくなります。誰も体験したことのない未知の世界が出現するのです。

このような時代に生きていくことになる子どもたちにより必要になる力は何か。

もちろん長寿社会ですから、「健康維持に関する知識と実践力」は欠くことができませんが、長い人生を生きていく間に起こるであろう様々な変化に対応して、生涯を通じて「変身」していく覚悟と努力と能力が必要になると考えられています。

変身を成功させる要素として「自分を良く知っていること」「新しい人的ネットワークを築けること」「新しい経験に対する開けた姿勢」があげられています。

○自分を知ること

自分は何ができて、何ができないか、やりたいものは何か等々冷静な自己分析能力のことです。

○新しい人的ネットワークの構築

人生のスパンが長くなるにつれて、職場や住居環境の変化が多くなるものと予想されますが、変化のたびごとに、新しい人的ネットワークを築くことができるかどうかがその後の人生に大きな影響を与えることになります。

○新しい経験に開けた姿勢

変化に伴う新しい環境や経験に対して、積極的かつ意欲的に対応していく姿勢があるかどうかが、人生１００年を生きていく上では大きな意味を持つことになります。

人生「１００年」時代を生きることになる子どもたちに、自己分析能力・ネットワークの構築力・新しいことへの意欲的な関わり力を身に付けてもらうための方法はあるのだろうか・・。

このことについては、次回オンリーワン「各論」でお話ししたいと思います。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。

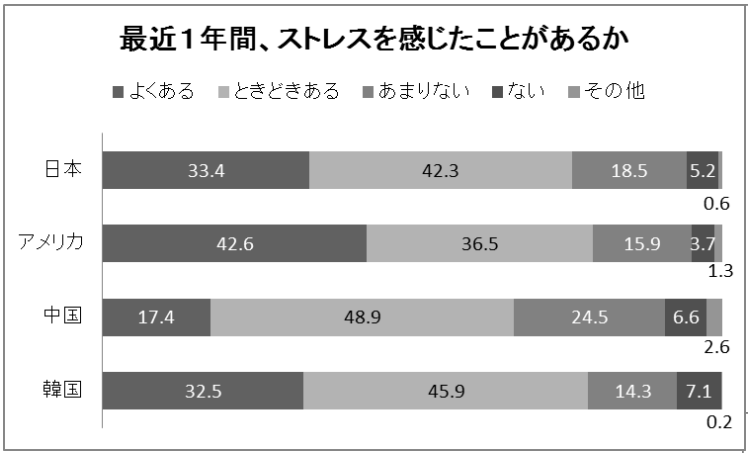


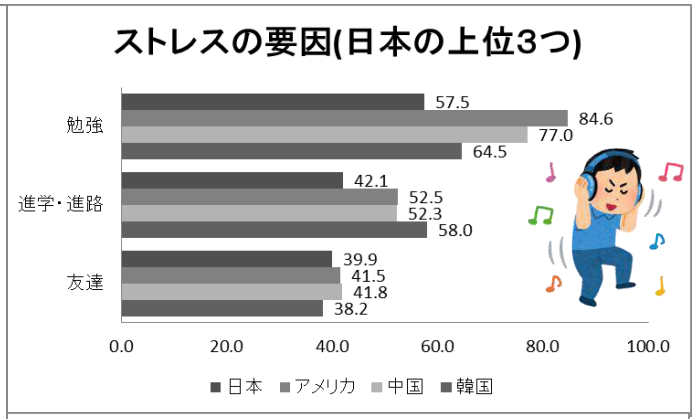
『子どものスマホ・トラブル対応ガイド』安川 雅史／著（ぎょうせい）

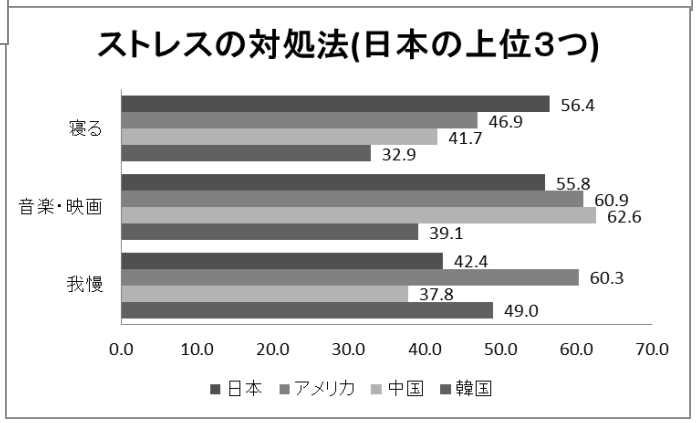
スマホなどインターネットに接続できる機器は、便利な反面、使い方を誤るとトラブルに巻き込まれる危険性があります。この本では、スマホ依存、LINEいじめ、リベンジポルノなどネット社会のトラブルの実際と、予防策を含めた対応法について事例を交えて解説しています。夏休みに向け、親子でスマホ等の使い方を見なおしてみてはいかがでしょうか。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも?







国立青少年教育振興機構「高校生の心と体に関する意識調査報告書―日本・米国・中国・韓国の比較―」より

上は、心と体の健康に関する意識調査についてです。対象は、日本・アメリカ・中国・韓国の高校生で、高校生が１年間にストレスを感じたことがあるかについてのグラフです。「よくある」と回答した日本の高校生は３３．４％と、アメリカに次いで高い結果となりました。

要因としては、「勉強のこと」「進学・進路のこと」「友達のこと」が上位を占めており、特に勉強のことについては、４カ国全ての高校生に共通して最も高い要因でした。

また、ストレスへの対処は、「寝る」「音楽を聴いたり、映画を見る」の比率が高い結果となりました。一方、アメリカの高校生は「我慢する」も高く、日本の高校生のおよそ１．５倍高く回答しています。このことから、日本の高校生は他の対処法を用いて上手にストレスと向き合えているということが分かります。

外遊びでリフレッシュ！

いよいよ夏休みがやってきます。夏には楽しい行事がたくさん！おまつり、花火大会、虫採り、海・プールなどなど…。体調に気をつけながら、暑さに負けずにたくさんの野外活動を楽しんでください。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

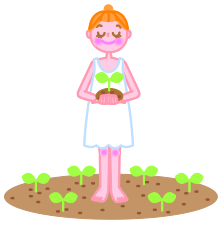
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第２８号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「生きる」です

2018年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　人生１００年時代を生きる子どもたち～各論②～

能代市・・・・指導員　佐藤　清美

今年度は、「人生１００年時代を生きる子どもたち」について３回にわたってお話をします。

総論に続き、今回は、人生１００年時代を生きることになる子どもたちに必要となる資質をどのようにして身につけるか…について書いてみます。

○自己分析力・長所・短所、得意・不得意、価値観等・

これまで以上に変化の激しい時代に長く生きていく子どもたちにとって、自分がどういう人間であるかを知ることはとても重要です。

この自己分析力を付けるには、子どもの頃からいろいろなことに挑戦し、成功と失敗をたくさん経験していくことが必要です。これまでは、失敗させないように心配りをすることが多かったかもしれませんが、子どもに自己分析力を付けようとお考えなら、失敗の体験も重要です。このときのキーワードは「自分で決めて体験する」です。誰かに言われて体験することとは大きな違いがあります。自分で決めたことの結果については自分に責任があり、良くても悪くても受け止めざるをえません。しかし人に言われてやったことについての結果は、言った方に責任があると考えてしまいがちです。この受け止め方の違いが自己分析力を付ける上では大きな差を生みます。



体験した結果を、自分のものとして受け止め、そこから自分についての情報をたくさん得て、積み重ねていくことで、自己分析力は確かなものとなるのです。

保護者として、子どもの意見を尊重しながら、より多くの自己決断と体験を積んでいくことができるような環境づくりに心がけることは、１００年時代を生きる子どもにとって何よりのプレゼントとなるでしょう。

○ネットワークの構築力・他世代交流・

同じ職域、職場で退職まで過ごせた時代と違って、一生に２度３度と転職をしながら過ごすことが予想される時代に生きていくには、たくさんの情報とネットワークが不可欠です。新しい職を探すときに最も大事なことは、自分が望む仕事とそれを求めている職場とのマッチングですが、このとき、ネットワークの大きさがものをいいます。幅広いネットワークを持っている人は、必要な情報をより多く得ることができるので、職場選択の幅が広がるということになります。

日頃からいろいろな人との交流を広げ、情報源を持つことがとても重要になります。人的交流を拡げる力の源は経験です。子どもの頃からいろいろな人との交流をたくさんすることを通してその力が増していくと考えられます。ネットワークの構築力と子どもの頃からの人的交流経験は比例します。どんどん交流経験をさせましょう。やがて必要なときに、この経験で培われた資質が力を発揮してくれるでしょう。

次号では**「変化への意欲的な・わり力・自・な考え方と・動力・」**についてと、このシリーズの結論について書くことにします。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『家族で楽しむ２５の年中行事』辰巳渚／文　江田ななえ／絵（岩崎書店）

日本で昔から行われている行事や海外から伝えられたものまで、たくさんの年中行事の中から２５の行事を掲載しています。子どもの「どうして？」に、行事の意味や手順をわかりやすい言葉で説明するときに便利な一冊です。

さまざまな行事を子どもといっしょに体験することで、季節の移ろいを感じてみませんか？

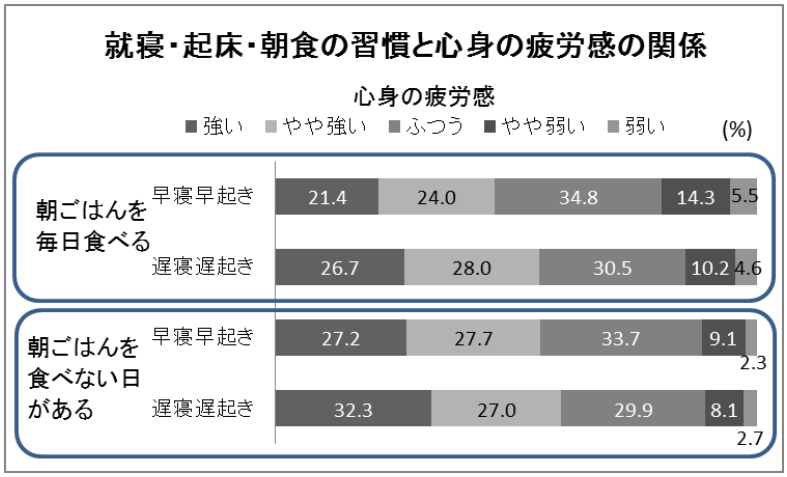
データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

早寝早起きをして、朝ごはんを毎日食べている子どもは、心身の疲労感が少ない傾向にありました。心身の疲労感とは「ものごとに集中できない」などの、日常生活の中で感じる不安定な気分やそれに伴う疲労感をさします。

早寝早起きで朝ごはんを毎日食べる子どもと、遅寝遅起きで朝ごはんを食べない日がある子どもが心身の疲労感が「強い」と回答した割合の差は、およそ１．５倍であるということが分かります。

早寝早起き朝ごはんで疲れ知らずの健康な体をつくりましょう！



国立青少年教育振興機構「青少年の体験活動等に関する意識調査（平成２８年度調査）」より

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。

寂しさがあると、スマホにいっちゃうゲームにいっちゃう。だから大事なことは何かというと、スマホやゲームよりも楽しい時間を持つこと。みなさんの中で既にスマホやゲームをやるよりもこれをやっていたほうが楽しいという時間を知っている人？友達と楽しい時間を過ごすほうがいい？それね、おじいちゃんおばあちゃんも、何やっているとき楽しいか聞いたら、友達と話をしているときが楽しいって言っていた。だからね、人間にとって友達と話をするって年齢に関係なく楽しいのかもしれないね。



秋田大学大学院　准教授　佐々木久長氏「メディアと健康～メディアに支配されない生活を目指して～」より

新年に向かって

いつもより家族と過ごす時間が多くなる年末年始。普段なかなかできない体験や、家族とのふれあいを大切に、平成最後の年末年始を楽しんでください。

新しい年も良い１年となるよう願っております。



乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

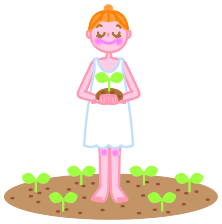
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第２９号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「生きる」です

2019 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column　人生１００年時代を生きる子どもたち～各論・結び～

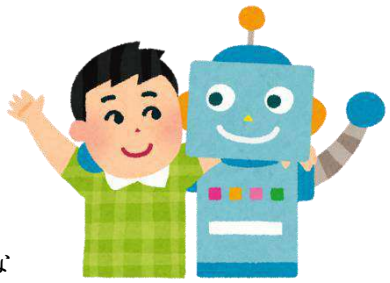
能代市社会・・指導員　佐藤　清美

今年度は、「人生１００年時代を生きる子どもたち」について３回にわたってお話をしています。

前号では「自己分析力」と「ネットワークの構築力」について書きました。今号では「変化への意欲的な関わり力」について書いてみます。

○変化への意欲的な関わり力（自・な考え方と行動力）

進化論を唱えたダーウィンは「最後に生き残るものは、最も強いものでも、最も賢いものでも無く、最も変化に対応できたものだ。」という考えを示したと言われていますが、変化の激しい社会を長く生きることになる子どもたちにとって「変化にどのように関わっていくのか」は大きな課題です。変化に対応するためには、当然ですが、まず変化の兆しに気付かねばなりません。いわゆる「茹でガエル」の理論のように、適応できない人は、徐々に変化する周りの状況に気付けず、茹であがってしまう、つまり手を打つには遅すぎる状況に陥ってしまうわけです。こうならないためには、先入観でものを見ないことが重要です。常に初見であるかのように物事を見ることができる人は、小さなサインにも気付くことができ、適切に対応していくことができるというわけです。



変化に気付く（関わる）力、そして素早く対応できる力を付ける要素は、子どもの頃の経験に潜んでいます。様々なことに失敗を恐れることなく挑戦し、失敗してもそこから学ぶという体験をたくさんすることでこの力は確かなものになっていきます。

挑戦を促すためには、結果にこだわる評価ではなく、経過に注目し、その意欲と努力を評価の対象にすることが重要になります。いろいろなことが初見として表れる子ども時代こそ、変化への対応力の基礎を培う適時といえるのです。

子どもがやりたいと言ったこと、思っていることはできるだけ実現できるように応援（環境を整備）することが保護者や周囲の大人達の大事な役割となります。

○結び

今の子どもたちが、大人が驚くようなテクノロジーの数々を当たり前と考え、自然に受け入れていることを見ても、私たち世代と違った人生を送るのは、確実のように見えます。

長寿化がもたらす恩恵は、煎じ詰めれば「時間」という贈り物だと思いますが、人生が長くなれば目的意識を持って、意欲的に行動し、努力を続けられる人ほど有意義な人生を形作るチャンスを多く持てることになります。

いずれにしても、結局のところ、自分の人生のシナリオは自分にしか描けないのですから、どのような人生を送るのかは、本人次第なのだということを少しずつ認識させていくことも、とても大事なことだと思います。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。



『中学生のための読解力を伸ばす魔法の本棚』中島克治／（小学館）

読書は読解力の向上や語彙の増加だけでなく、思春期の揺れ動く「心」にも効果的です。中学生になると部活や勉強などで忙しく、本を読む時間が少なくなりがちです。この本では、家庭で親が子どもに本をすすめる時のポイントや国語力のアップにつながるサブノートの作り方、国語力を伸ばすブックリストも掲載されています。親子で読んでみませんか。

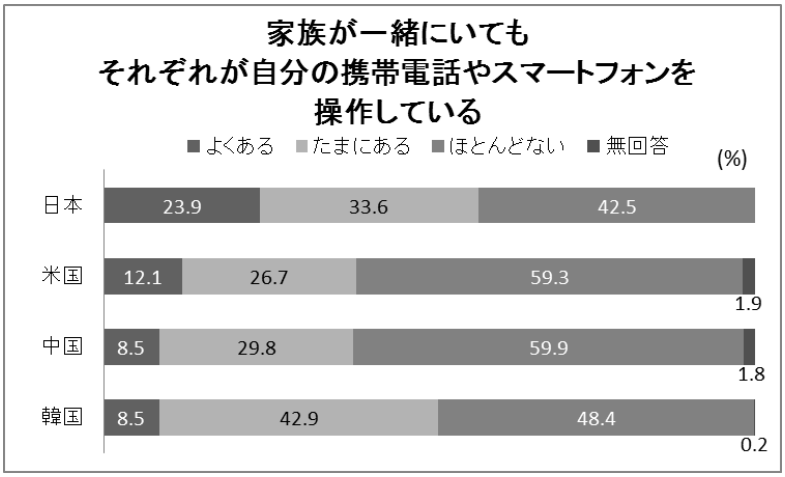
データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

これは、インターネット社会の親子関係に関する調査を日本・アメリカ・中国・韓国で行ったものの比較です。

右のグラフは、各国の小学生が回答したもので、「よくある」「たまにある」と答えた小学生がおよそ６割と、４カ国の中で最も高い数字となっています。

携帯電話やスマートフォンはとても便利ですが、家族の対話もとても大切です。機器から離れて家族の対話を楽しむ時間を増やしてみてはいかがでしょうか。



国立青少年教育振興機構「インターネット社会の親子関係に関する意識調査ー日本・米国・中国・韓国の比較ー」より

ひとこと@家庭教育関係講座

能代市教育委員会では、家庭教育関係講座を実施していますが、その中から心にのこるひとことをご紹介します。

人間の体には３７兆個の細胞があります。そのうちの１％が１日に新しくなります。その中で、コピーミスでがん細胞が生まれます。１日にがん細胞はどのくらいできると思いますか？実は５，０００個です。すごい多いよね。でも、免疫がやっつけてくれています。だから、例えば運動とかいろんなことをして免疫を高めてください。寝てばっかりいると免疫は高まりません。笑うとか、楽しいことをしても免疫が高まるので、がん細胞をやっつけるためにみんなも頑張らないといけないです。



秋田大学医学部付属病院　緩和ケアセンター　センター長　安藤秀明氏「がん教育」より

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

能代市子育て支援課　家庭児童相談（８９－２９５５）
めんｃｈｏｃｏてらす（８９－２９４８）
能代市子育て支援センター（能代：５２－８１１５／二ツ井：７３－３１１１）

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

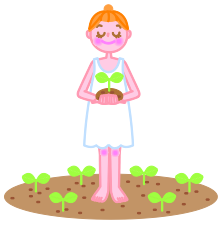
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３０号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「育てる」です

2019 年７月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「子どもたちが生きる未来社会とは？」

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

平成最後の年となった昨年度は、「人生１００年時代に生きる子どもたち」と題して、情報提供を行いましたが、令和元年度の第１号は昨年度の続編として、子どもたちが生きていく１０年後２０年後の未来社会について思いを巡らしてみたいと思います。

平成から令和となり、新しい時代が幕を開けましたが、はたして令和という時代はどのような世の中になるのでしょうか。自分自身のこととしてももちろん、子育てをしていくうえで、未来の社会がどのようなものなのかを想像することはとても大事な事だと思います。

オックスフォード大学のオズボーン准教授は今後１０～２０年で現在の仕事の４７％が自動化（ロボット化）され、大学生の５０％は今はない職業に就いているだろうと述べて、注目されています。彼は、単純作業や答えが分かっている分野の労働はすべてロボットが行うようになるだろうと予想しています。



すでに、駅の自動改札や洗濯機、自動運転の自動車など身の回りは急速に自動化が進んでおり、ますます加速するであろう事は容易に想像できます。

また、社会全体が、外のものへの依存から、内なるものをコントロールする自立と自律が求められる時代へと移行していくだろうと言われています。

例えば、医療の世界を見ると、疾病に対する不安が感染症などの外因性の疾病よりガンなどの内因性のものへと移行し、細菌との闘いから生活習慣との闘いに移行しています。実際に死因も外因性よりも内因性の方が圧倒的に多くなっているそうです。

人々の社会的存在も、組織への帰属から社会的な自立へと変化（自分の潜在能力を新たに見出しつつ常に新しい自分へと変化し続ける存在のあり方を日常的に獲得する事）するだろうと予想されています。

これまでの競争と強いリーダーシップを基本とする社会ではなく、協働と対話による新たな価値の不断の生成が求められる社会の到来。１つの価値が全ての人々に共有されその価値に基づく競争で発展する社会から、多様な価値観が人々を覆い、常にその価値を組み換え、変化し続ける（多様な価値観の衝突→話し合い説得し、受け入れ・・・納得解を生み出す）ことで、活力が生まれ続けるような社会になっていくのではないでしょうか。

シングルステージ（１つの仕事）からマルチステージ（２つか３つの仕事をかけ算して生きる）へ、人生の多毛作化への移行も進んでいくでしょう。

子どもたちが生きていく未来は、今まで以上に多様化が求められ、変化の激しい社会になると予想されているようです。

未来の社会の有様を想像してみました。参考にしていただければ幸いです。

おすすめの1冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します



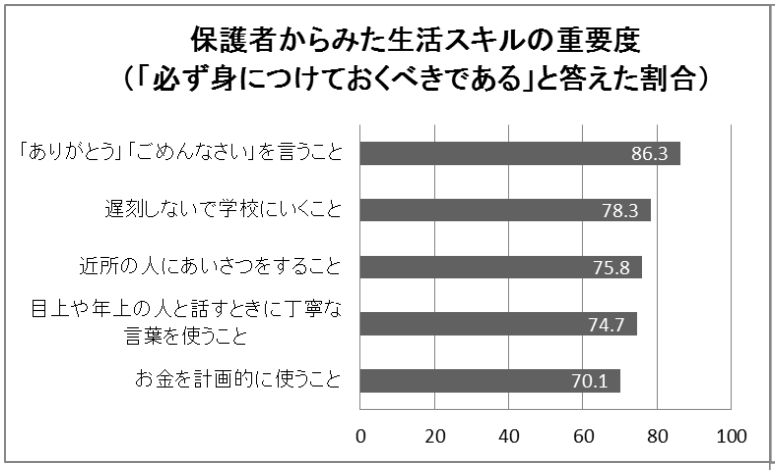
『ママのアンガーマネジメント８つのマジック』／（合同出版）

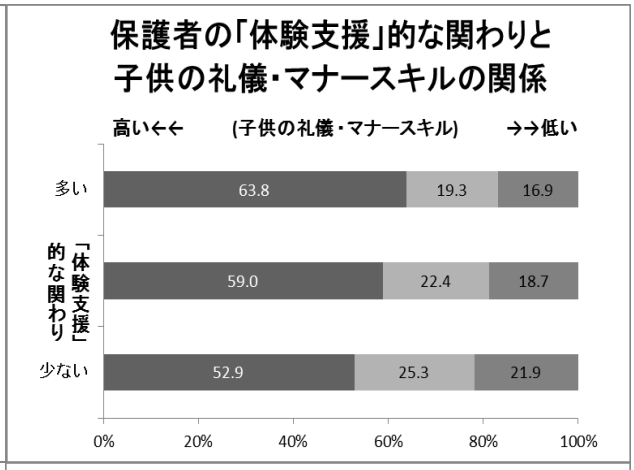
怒り方には、コツがある！自分のタイプを知って、後悔しない怒り方を学んでみませんか。アンガーマネジメントとは、怒りの感情をコントロールする方法のひとつです。子育て中のイライラや怒りの感情に振り回されず、自分の思いを相手に伝えることで自分自身の気持ちも楽になります。

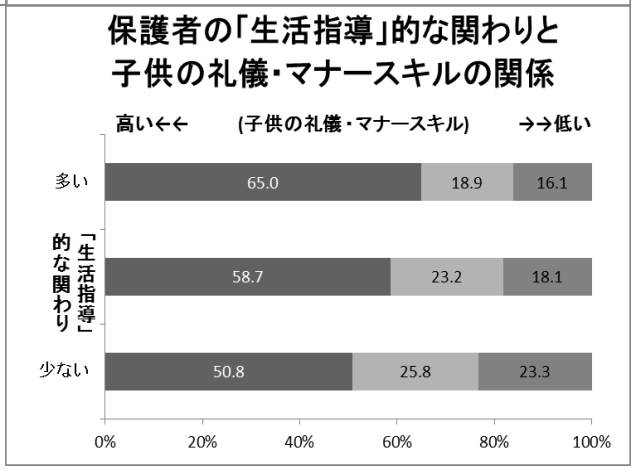
怒りを感じたときに実践できる８つの方法もぜひお試しください。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？







国立青少年教育振興機構「子供の生活力に関する実態調査」

これは、子供の「生活スキル」が、体験活動や生活環境、保護者の子供との関わり等とどのように関係しているかという調査です。保護者が身につけるべきと思っている生活スキルは「礼儀・マナースキル」が多くなっています。

また、保護者が「勉強以外の様々なこと」など体験を積極的にさせている「体験支援」的な関わりをしていたり、「学校のない日にも早寝早起きをさせている」など生活習慣を身につけさせることに力を入れている「生活指導」的な関わりをしているほど、その子供の礼儀・マナースキルが高いという結果が出ています。

そして生活スキルが高いほど、学校生活が充実しており自立に対する意識も高いということもわかりました。子供に生活スキルを身につけさせたいと思ったときは、一緒に様々な体験をしたり、生活習慣を見直してはいかがでしょうか。

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

能代市子育て支援課　家庭児童相談　℡８９－２９５５

めんｃｈｏｃｏてらす　℡８９－２９４８

能代市子育て支援センター ℡ 能代：５２－８１１５／二ツ井：７３－３１１１

能代市教育相談（風の子電話）℡８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習・スポーツ振興課　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１

TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３１号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「育てる」です

2019年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「 IQ(知能指数) と EQ(心の指数) 」

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

子育てで、頭・心・体のバランスが大事だと考える親御さんは多いと思いますが、どちらかというとテストの成績や知能指数（IQ）の高い人をあたかも「立派な人」とみなし、その高さのみを強調する社会的な風潮があるように感じます。



一方で、狭い範囲の成績や点数を重視したところで、その子が将来いい人生を送れるかどうか予測する基準にはならないという考えもあります。IQ の高さだけでその人が社会に出てから成功するかどうかの予言にはならず、幸せな人生を送れるか、世の中の役に立つ人間になれるかどうかを決定する要素ではないという考えです。

IQ として測定できる理性的知能の価値や重要性ばかり強調されているが、結局のところ、感情が人間を支配しているときには、理性など手も足も出ない。何かを決断したり行動を起こしたりする際に人間が理性と同じくらい、あるいはそれ以上に感情に頼っていることは、だれでも経験によって知っていることで、このことからも子どもが成功し、幸せな人生を送るためには心の指数（EQ）を高めることもとても大事だという主張です。ハーバード大学の心理学博士ダニエル・ゴールドマン氏は、『素晴らしい頭脳をどのように、何に使うかを決めるのはこの EQ であり、そのことは、頭脳明晰な人（IQ の高い人）が、犯罪を犯すのは激怒してとか、欲情にまけてとか、つまり心の制御ができないことが発端だという分析が数多く出ていることからも分かる。つまり頭は心に操られる。したがって EQ を上げなければせっかくの IQ もうまく生かすことはできないのである』と、述べています。

勉強する子は頭がよくなる・・昔も今も変わりません。では心を豊かに強くするにはどうしたらいいのでしょうか。それは、たぶん、体験(練習）でしょう。すべての能力は練習で磨かれます。その機会がなければ能力は磨きようがないのです。それは頭も心も体も同じことです。うれしいこと、楽しいこと、悲しいこと、辛いことをたくさん体験することで、心は強く、豊かに育っていくものと思います。

子どものためと思って、親が盾になって、あるいは先回りして、子どもの経験値を低くすることは、実は心の成長を妨げていることになります。自然体験やいろいろな人との交流は、勉強と同じくらい子供にとって大事であり必要であるというこの考えは、納得できるものだと思います。積極的に環境を整え、たくさんの体験を通して心を鍛える（EQ を高める）機会を作っていかなければならないという視点は今後の目指すべき方向を示していると思います。

最後に、IQ も EQ も健康でなければ生かすことはできません。
子どもの心や頭の健全な発達には健康が前提としてあり、そのためには食事や睡眠の基礎的リズムの確保が不可欠です。

「早寝・早起き・朝ごはん」は、根本中の根本であると思います。



おすすめの１冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



『子どもの便秘は今すぐなおせ』　／松生恒夫（主婦の友社）

親が思っているより、便秘の子どもは多いそうです。普段の生活に支障が出たり、大人になってから病気を引き起こす原因にもなりえる便秘について考えてみませんか？この本では、子どもの便秘に気づくコツ、改善のための生活習慣や食事を分かりやすく紹介します。

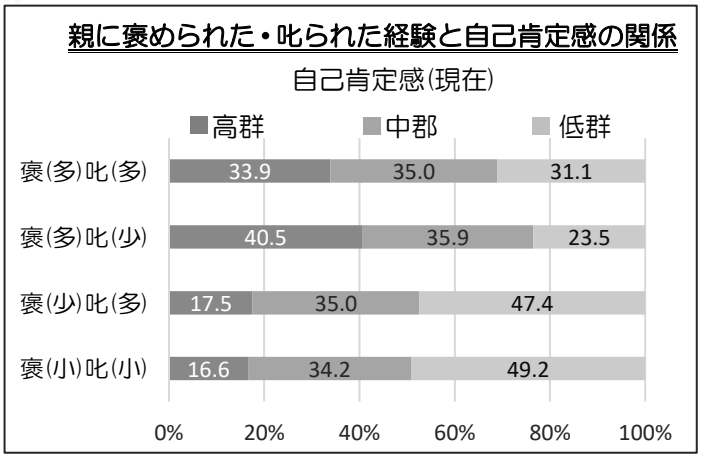
新しい年に向け、親子で生活を見直し快腸に過ごすチャンスです。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

今回は子どもの頃の体験が自己肯定感と関係しているかの調査結果についてです。家庭の教育的・経済的条件が恵まれなかった人でも、親に厳しく叱られる経験が少なく、褒められる経験が多かった人は自己肯定感が高いという結果が出ています。

また、家族行事(家族で旅行に行く、スポーツや自然の中で遊ぶなど)と自己肯定感の関係では、子供の頃に家族行事を多く体験した人ほど、自己肯定感が高くなる傾向がみられました。



国立青少年教育振興機構「子供の頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究」

子供の頃の体験は自己肯定感に大きく影響しています。家庭において子供を肯定し、一緒に様々な楽しい体験をしてみてはいかがでしょうか。



ひとこと@家庭教育関係講座

『今年の５月に WHO(世界保健機構)で世界中でどんなものを病気にするか話し合いました。２０２２年からゲーム依存は病気だと決まりました。皆さん病気の時、薬飲みますよね。でも依存症に効く薬はまだありません。風邪を引いた時、気合で治す人いますよね。だけどWHOで決めたってことは、気合では治らない。病気っていうことはゲームする時間や頻度をコントロールできないってこと。』



秋田大学大学院　准教授　佐々木久長氏「メディアと健康Ⅱ～メディアに支配されない生活を目指して～」より

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

能代市子育て支援課　家庭児童相談　℡８９－２９５５
めんｃｈｏｃｏてらす　℡８９－２９４８
能代市子育て支援センター ℡ 能代：５２－８１１５／二ツ井：７３－３１１１
能代市教育相談（風の子電話）℡８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３２号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「育てる」です

2020 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「　親　業　～親子の関係再考～　」

能代市社会教育指導員　佐藤　清美

**　親としての役割つまり【親業】を果たすことは「一人の人間を生み、養い、社会的に一人前になるまでに育てる」仕事に携わることである。**
**　それは、人間としてこれ以上に能力と努力が必要とされるものはない、と言っていいほどのものであろう（トマス・ゴードン）**

　グローバル化とＡＩ化が進む未来に生きる子どもには自立心があり、協調的であり、自分の行動に責任の取れる人間であることが求められると言われています。個別化・多様化そして専門化する未来の人間社会で生きていくには、自分の意見をしっかり持ちつつ、他者の意見も認め、決断したことに責任を持つことが不可欠のようです。

　こうした力を子どもにつけるために親はどうすればよいか、何ができるのか……。

　何か(能力・技能・資質等）を身につけるには、経験（練習、鍛錬、試練）を積むことが必要であることは周知の事実です。いかに必要とする経験をさせるかが親業の核心だと考えます。

　一つの例として、自己責任の力を育てる「わたしメッセージ」を紹介します。

　子どもが親のすねを蹴ったとする。その時親が送る次の二つのメッセージが子どもに引き起こす反応は大きく違います。



　①「イターイ、あーあ、痛かった、蹴られるのはいやだなあ」

　②「悪い子ね，そんなふうに人のことを蹴ったらだめじゃないの」

　①は単に蹴られるとあなたがどう感じるかを述べただけ。

　②は子どもは「悪い子」でそういうことを繰り返さないようにと警告している。

　実際のところ、②の反応が多いようですが、①のわたしメッセージは子どもの行動を変えていくのを子ども自身の責任で行わせることになります。（誰も指示や警告をしないので、自分で考え、行動することになります）つまり、①のメッセージは、自分の行動に責任を持つことを経験させていることになっているのです。

　このような経験を数多く積むことを通して、子どもは自己決定・自己責任ということを学び、資質としてその身に蓄積し、強化して確かなものとしていきます。

　自立心や協調性も同じだと考えます。意図的に場を用意することが大事になります。

　一方で、親はいつでも子どものモデルとして、自分の価値観や心情を、口で言うよりもはっきりと行動で示しているという事実を自覚する必要があります。子どもは親の行動を目で見て、言うことを耳で聞きながら親の価値観を学んでいるのです。

　つまり、親は自分の人生を生き、生活することで、様々な価値感を示し、教えているということになります。どのように生き、どのようなモデルを示すのか・・。身の引き締まる思いですが、努力を続けた先には、新しい世界が開け、喜びを感じるものだ、ということを信じて、親業に取り組んでいきたいものです。

おすすめの１冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



『０～５歳 子どもの味覚の育て方』 ／とけいじ 千絵（日東書院）

味覚の大半は、学習によって獲得されるそうです。塩味や甘味だけでなく、いろいろな味のおいしさを知ることで、子どもの味覚は大人の味覚へと育っていきます。この本では、大人の食事と一緒に作る「取り分け方式」で、子どもの苦手な味を克服していけるレシピを紹介しています。みんなで「味」を楽みながら、食卓を囲んでみてはいかがでしょうか。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？



これは日本・アメリカ・中国・韓国４か国の高校生を対象にした食事に関する比較調査です。

図１はふだん、朝食を食べているか、いう調査の結果を示しています。日本の高校生の７割強は、朝ごはんを「毎日食べる」と回答しており、アメリカ・中国・韓国の３か国を大きく上回っています。

図２は家族と一緒に食事をするとき、会話をどの程度しているかの調査です。日本の高校生は「いつも会話をしている」の割合が６割強となっており、４か国の中で最も高くなっています。

子どもにとって食事は、成長に大きな影響与えます。また、親子の大切なコミュニケーションの場でもあります。規則正しい食生活を心がけながら、食事を楽しみましょう。

図１　ふだん、朝食を食べているか

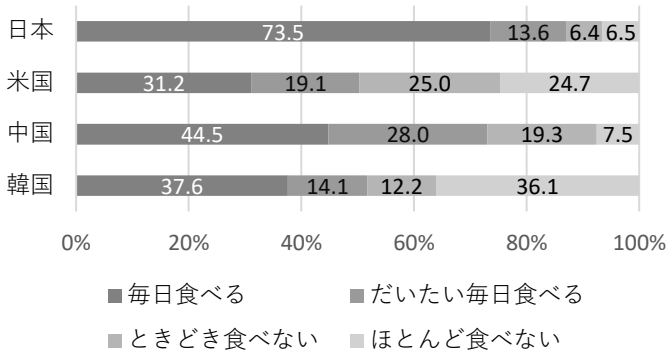
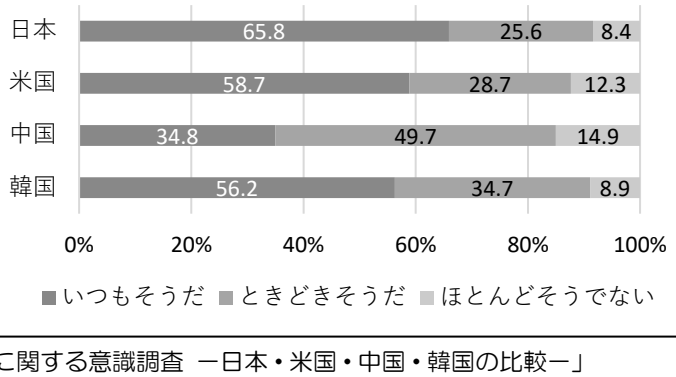


図２　家族と一緒に食事をするときには、会話をしている



国立青少年教育振興機構「高校生の心と体の健康に関する意識調査 －日本・米国・中国・韓国の比較－」

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

能代市子育て支援課　家庭児童相談　℡８９－２９５５
　　めんｃｈｏｃｏてらす　℡８９－２９４８
能代市子育て支援センター ℡ 能代：５２－８１１５／二ツ井：７３－３１１１
能代市教育相談（風の子電話）℡８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

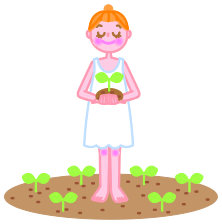
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３３号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「こころ」です

2020 年 7 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

あいさつで　心の　ひろがりを

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

物事の始まりを、よく、い・ろ・は・の「い」という言い方をしますが、それに倣って、あ・い・う・え・お・の「あ」、あいさつの(あ)で今年度の「Ｏｎｌｙ　ｏｎｅ」をスタートしたいと思います。

ところで、みなさんは今日これまでに、何人の方々とあいさつを交わしましたか？毎日顔を合わせるおなじみさん。久々に会った知り合い。おっと、今朝、最初に顔を合わせた家族もいますよね。他にも、まだまだたくさんおられるでしょう。

あいさつといえば、例えば、学校では「元気なあいさつ」を目標に、日々子どもたちが大きな声で「あいさつ運動」を繰り広げています。また、実際に、街を歩いていると、子どもたちから元気な声をかけられることもあります。

一方、大人の世界でも、あいさつをスローガンとして掲げて日常的に取り組んだり、朝礼の場で全員で唱和したりして力を入れている職場や団体もあるようです。

もちろん、あいさつは、出会ったり別れたりする場面に限らず、「ありがとう」や「すみません」、「お疲れ様です」、「助かります」など、その時の気持ちを表す言葉も当然含まれます。このように、一日の生活の様々な場面で、温かいあいさつが交わされています。



では、どうして私たちは、このようにあいさつを大切にしているのでしょうか。言うまでもないことですが、私たちは、毎日、多くの人とかかわり合い、たくさんの人とコミュニケーションを取り合いながら生活を営んでいます。

そんな中にあって、あいさつは、人と人との間に潤いを与え、気持ちよく心を通わせるための「潤滑油」みたいなものだと思うのですが、いかがでしょうか。それに、あいさつは、されるほうはもちろん、するほうだって、とてもさわやかな気分になります。

考えてみれば、昔から「あいさつもろくにできない」の言葉があるように、あいさつは、人としてのマナーの基本中の基本としてとらえられています。

たかが、あいさつ。されど、あいさつ。

これまでにプラスした、ちょっとしたあいさつが出発点となって、これまで以上に人間関係が豊かになり、地域に、学校に、職場に、そして社会に、あいさつの「輪」と「和」がいっそうひろがっていくならば、とてもステキなことですね。

さっそく、今から始めてみませんか。

最後に、以前、浅内小学校で、あいさつのスローガンとして掲げた一文をご紹介します。



あかるく　**い**つでも　**さ**わやかに　**つ**なげよう　心と心！



おすすめの１冊

能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



『ネット依存・ゲーム依存がよくわかる本』／監修：樋口　進

なぜスマホやゲームをやめられないの？どこからが依存症？そんな疑問をイラスト図解でわかりやすく解説しています。病気の気づきや治療法なども紹介されていますので、ネット依存・ゲーム依存について広範囲に学ぶことができます。

夏休みでインターネットやゲームに接する時間が増える時期。のめりこみすぎないために、使用するときのルールを家族で再確認してみませんか。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？



これは子どもの頃の読書活動が、現在（高校生）の意識・能力にどのような影響・効果をもたらすのか、という調査です。

就学前から中学校までの読書活動が活発な高校生ほど、何でもチャレンジしようとする「意欲・関心」が高いことがわかりました（図１）。

また、子どもの頃(就学前)、家族から昔話を聞いたり、本や絵本の読み聞かせをしてもらったこと等が多い高校生ほど、共生感や規範意識、人間関係能力等の「社会性」が高い傾向にあります（図２）。

このように、読書は知識を得るだけではなく子どもの意識・能力を育む効果があることがわかりました。また、家族での昔話や本・絵本の読み聞かせは、コミュニケーションの種ともなるでしょう。子どもに読書を勧めるだけではなく、ぜひ家族で読書する習慣をつくりませんか？

国立青少年教育振興機構『子どもの読書活動の実態とその影響・効果に関する調査研究』

図１　就学前から中学時代までの読書活動と現在（高校生）の意識・能力「意欲・関心」との関係

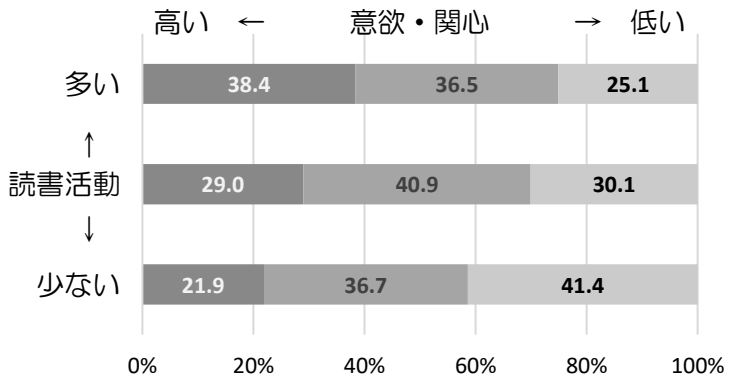
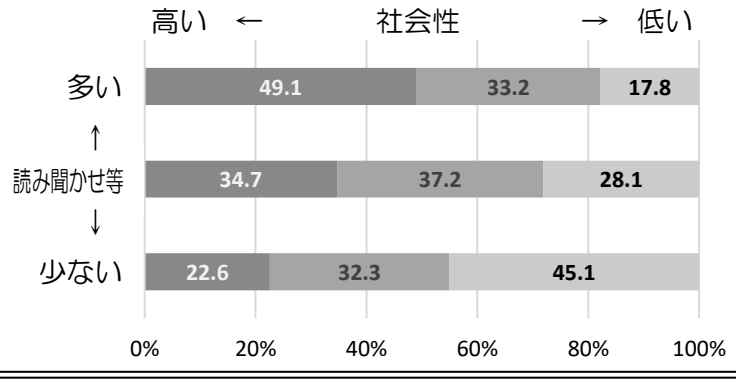


図２　「家族から昔話を聞いたこと」「本や絵本の読み聞かせをしてもらったこと」「絵本を読んだこと」と現在（高校生）の意識・能力「社会性」との関係



困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

能代市子育て支援課　家庭児童相談　℡８９－２９５５
　　めんｃｈｏｃｏてらす　℡８９－２９４８
能代市子育て支援センター ℡ 能代：５２－８１１５／二ツ井：７３－３１１１
　　能代市教育相談（風の子電話）℡８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

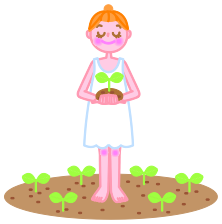
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３４号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「こころ」です

2020年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「思いやり」って　何だろう？

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

今、まさに子育て真っ最中の皆さんには、お子さんがどのように育ってほしいかという、親としての願いや思いがあろうかと思います。

私がこれまでの教員生活を通して、たくさんの保護者の皆さんと接してきた経験から、おそらく、最も多いのは「思いやりのある子ども」ではないだろうかと思います。

私も子育て時代には、わが子に対して、あんな子どもに、こんな子どもにと、あれこれ欲張りながらも、わが子が成長していく中で、思いやりの心を育むことは必須だと思っていました。

では、多くの皆さんが思い願う「思いやりのある子ども」とは、どのような子どもなのでしょうか。さらに言えば、「思いやり」とは、どのようなものなのでしょうか。

例えば、「相手の気持ちを考えられる(子)」、「困っている人に手を差し伸べられる(子)」、「親身になって相談にのってあげられる(子)」など、具体的な姿が思い浮かびます。

ここで見られるのは、相手の立場や状況を共感的にとらえて、前向きな気持ちで寄り添おうとする姿です。これまで、私もこのような数多くの能代っ子に出会ってきました。とてもうれしいことです！

さて、ここで、私がとらえる「思いやり」について述べてみます。やや抽象的な表現になってしまいますが、「思いやり」とは、「相手の苦しみや不安、悲しみなどに寄り添い、そのことを共に分かち合おうとする」ことだと思います。いかがでしょうか？

誰かが悩み、あるいは、苦しんだり悲しんだりしているのを目にしたとき、その姿に心が動かされ、まずは、相手を真正面から受け止め、一緒に分かち合おうとする、その心こそが思いやりの本質なのではないでしょうか。なお、このことは相手の喜びに対しても同じことが言えますね。

そのような場面に立ったとき、自分が具体的に何ができるかは別の話であり、その次の問題です。大事なのは、まずは、相手の〝今〟を「丸ごと受け止める」ことだと思います。

場合によっては、すぐ、ひと言忠告したくなったり、相手のために、何かアクションを起こしたくなったりすることもあるでしょう。でも、目の前の相手は、まず、今の自分をしっかりと受け入れてほしいと願っているはずです。あとのことは、一緒にゆっくり考えていけばよいことではないでしょうか。

「思いやりのある子ども」を育てる手立ては、様々なやり方があろうかと思います。でも、私たち大人が、日々の生活の中で揺れ動く子どもたちの心を真正面から受け止め、「だいじょうぶだよ」「信頼しているよ」「私もうれしいな」などのサインやメッセージを送ることを大事にしていきたいものだと思います。

また、そのこと自体、子どもたちが「思いやり」というものの価値の尊さを、自分の体験を通して具体的に感得できる絶好の機会になるのではないかと思います。

そして、このことは、これから子どもたちが歩んでいく人生の中で、他の人と、仲間と、そして社会と、共にかかわることができる、人間としての豊かな心と力を身につけるための土台になるものと確信しております。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



10歳までに身につけたい　子どもが一生困らない片づけ・そうじのコツ
／著：山口　由紀子

在宅時間がさらに長くなるこの季節に、掃除や片付けについて親子で学んでみませんか。ほうきやトイレブラシの使い方など具体的な掃除のやり方などがイラストで分かりやすく書かれています。身の回りの整えることは、自己管理能力を育てます。楽しみながら、一生使える「コツ」を身に着けられる一冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

これは、日本・米国・中国・韓国の４か国の小学生を対象に行った、インターネット利用と親子関係についての意識調査です。

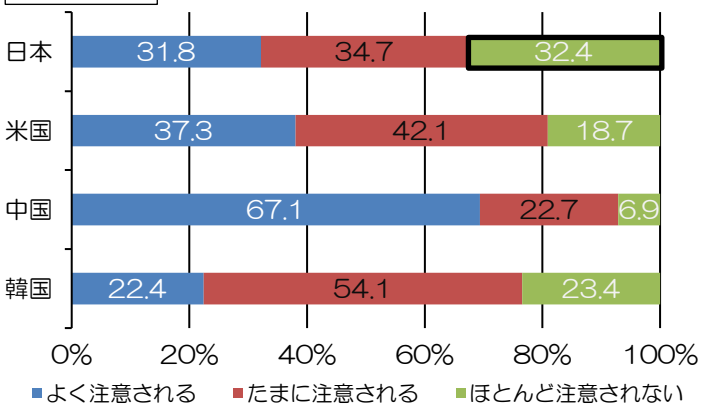
グラフ１は『インターネットの危険性や利用時のマナーなどについて、親から注意されているか』という質問の回答であり、日本の小学生は他国と比べ、「ほとんど注意されない」割合が最も高くなっています。

グラフ２は『親は携帯電話やスマートフォンを使用しながら私と話すことがあるか』という質問の回答ですが、「よくある」と答えた割合が米国に次いで高くなっています。また、日本では、前記質問において「よくある」とした人ほど『親と話すことが好きか、一緒にいるのが楽しいか』という質問に対し、「好きではない、楽しくない」との回答が多いという結果が出ています。

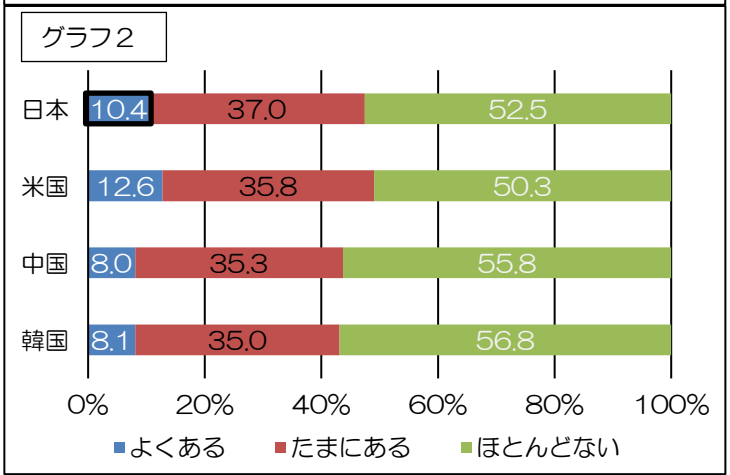
この調査結果を踏まえ、保護者の方は子どもが実際にどれほどインターネットを利用しているかを気にかけるとともに、家庭での過ごし方について、親子で一緒に話してみてはいかがでしょうか。子どもたちをネットトラブルから守るためには、保護者の見守りが大切です。

国立青少年教育振興機構『インターネット社会の親子関係に関する意識調査―日本・米国・中国・韓国の比較―』

グラフ１



グラフ２



困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　℡８９－２９５５
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後５時１５分（祝日・年末年始除く）

○能代市子育て支援課　めんｃｈｏｃｏてらす　℡８９－２９４８
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後５時１５分（祝日・年末年始除く）

○能代市子育て支援センター　℡ **能代**：５２－８１１５/**二ツ井**：７３－３１１１
月曜日～土曜日　午前８時３０分～午後５時（祝日・年末年始除く）

○能代市教育相談（風の子電話）　℡８９－１６１６
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後４時（祝日・年末年始を除く）

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

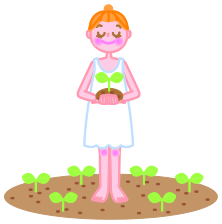
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３５号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「こころ」です

2021 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

恩返し、仕返し、倍返し、そして…

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

表題に示したように、世の中には「〇〇返し」という言葉が意外とたくさんあります。他にはどのような言葉がありますか？

私がいちばん先に思い浮かぶのは「微笑返し」というオリジナルな言葉です。思い起こせば、今から４０数年前、ちょうど高校を卒業するころに流行っていたキャンディーズの曲名です。大好きな歌でした。（ずいぶん古い話で恐縮です！）

それはともかく、この「～返し」は、そもそも自分が誰かに行った行為に対しての結果として生まれてくるものですよね。「恩返し」のようにうれしい場合もあれば、「仕返し」などのように、どこか恐ろしげな場合もあります。

つまりは、自分が相手に対してどのようなことを行ったか、また、相手がそれをどのように受け止めたかによって、返ってくるものの性格もおよそ決まってくるようです。

例えば、車を運転中、前方で対向車線の車が、右折しようとして、車の切れ目を待っていたとします。ところが、しばらくは車の流れが途切れそうにありません。見ると、右折車の後方には、たくさんの車が前に進めない状態で連なっています。

そこで、右折車の手前で一時停止し、「どうぞ」と合図を送りました。相手の車は、礼をしながら無事に右折していきました。続いて、後方に連なっていた車も前に進み出しました。

このようなちょっとした心配りは、相手にとってもとてもうれしいことですが、自分に対しても、何とも言えない、ちょっとくすぐったいような、でも、とても晴れやかな気分をもたらしてくれます。

決して、何かの見返りを求めて行ったことではないはず。その状況下で自分が取るべき行動を瞬時に判断し、実行したまでのことでしょう。

似たようなことは、ほかにもよくあります。「お先にどうぞ」と順番を譲る。「手伝いましょうか」と困っている人に声をかけたり、手を差し伸べたりする。歩いている途中、目についたゴミをサッと拾う…等々。

自分がしたことによって、自分に返ってくるさわやかな気持ち。ちょっとした勇気と気遣いがあればこその、自分から自分への〝ステキなお返し〟です。相手の存在がどうのこうのなんて関係ありません。名付けて「ハッピー返し」はいかがですか。

P.S.

ところで、こちらからのほんわか行為に、特に反応を示さなかった人がいたとしても、決して気分を害さないでくださいね。「あの人、今、ちょっと心に余裕がないのかな」ぐらいでOKですよ。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



子育てのきほん／著：佐々木　正美

「子どもが喜ぶこと」をしてあげること。そしてそれを「自分自身の喜び」とすること―。親と子が喜びを分かち合うことは、子どもの社会性の土台を作ることにつながります。ベテラン児童精神科医による、悩めるお母さん、お父さんへ優しく語りかける珠玉のメッセージ集。

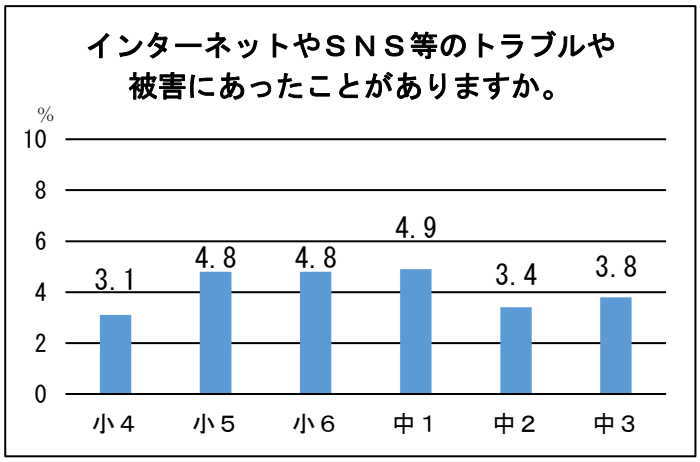
データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

これは、令和２年１１月に秋田県で行った「携帯電話等、インターネット利用実態調査」の集計結果です。ネットトラブルの被害にあった児童生徒は、小・中学生全体平均４.１％であり、小学生は昨年度と比べて１.５ポイント増加しています。

また、トラブルや被害の内容は、「チェーンメール」が最も多く、次いで「掲示板やＬＩＮＥ等での誹謗・中傷・無視」「迷惑メール」等でした。

直接、顔を合わせたり、言葉を交わさないインターネットだからこそ、トラブルや被害が起きやすくなっています。子どもが被害に合わないために、使用状況の把握や、家庭のルールを子どもと一緒に作ってみてはいかがでしょうか。



「令和２年度　携帯電話等、インターネット利用実態調査（児童生徒用調査）　集計結果」（秋田県）を編集して作成
(https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/19192)

ひとこと@家庭教育関係講座

大好きだったお父さんお母さんが「なんか嫌だなぁ」と感じることがあるかもしれません。だけど、どうして嫌なのかお父さんお母さんはわかりません。

だから、自分の言葉で喋ってください。そうしないとお互いの気持ちはわからない。家族の中でも会話が大切です。



助産院イスキア　院長　菅原光子氏
向能代小学校家庭教育関係講座「みつめよう！わたしたちの大切な命」より

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　℡８９－２９５５
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後５時１５分（祝日・年末年始除く）

○能代市子育て支援課　めんｃｈｏｃｏてらす　℡８９－２９４８
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後５時１５分（祝日・年末年始除く）

○能代市子育て支援センター　℡ **能代**：５２－８１１５/**二ツ井**：７３－３１１１
月曜日～土曜日　午前８時３０分～午後５時（祝日・年末年始除く）

○能代市教育相談（風の子電話）℡８９－１６１６
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後４時（祝日・年末年始を除く）

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

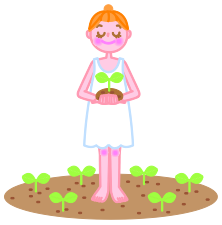
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３６号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「話を聞く」です

2021 年 7 月
発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

ま ず 「 聞 く 」 よ り 始 め よ

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

「小さいころは、学校のことでもたくさん話してくれたのに、このごろはちっとも話してくれない。何を考えているんだか、さっぱりわからない。」

何やら、どこかのお母さんがよくこぼしているセリフに似ていますね。

確かに、子どもは大きくなるにつれて、小さい頃のようには、自分からあれこれ話さなくなっていきます。でも、もしかすれば、これは子どもの成長過程で見られる姿の一つかもしれません。特に、思春期前半の子どもにはよく見られます。もちろん、個人差はありますが。

一方で、子どもたちが話さなくなる理由には他の要因もあるようなのですが、いったいどんなことでしょうか。

それは「親に話しても、ちゃんと聞いてくれない」「何か相談しようとしても、それはだめ、これもだめとすぐ文句をつけてくる」など、子ども側の不満によるものです。

たとえば、子どもが「あのさ、今日…」と話しかけてきたとき、「今忙しいから、後にして！」というような言葉を返していませんか？

確かに、仕事や家事等で手が離せなくて「今はちょっと勘弁して！」という気持ちなのでしょう。後でゆっくり話を聞くからね、といわざるを得ない状況も十分に理解できます。

でも、子どもが話を聞いてほしいのは“今”なのです。今、聞いてほしいのですよ。何も、延々と何分も話し続けるわけではありません。今日のとっておきの話を、大好きなお父さんやお母さんに聞いてほしくてたまらないのです。あるいは、今、直面している大きな問題について、いちばん信頼しているお父さん、お母さんに是非とも聞いてほしいのです。

どうか、そんなときは、ちょっと仕事の手を止めて子どもの話に耳を傾けてください。

もしかすれば、たわいのない話かもしれません。でも、まずは、何をさておき子どもの話をおしまいまで聞いてください。

子どもにすれば、話を聞いてもらえたことのうれしさと満足感で心がいっぱいになるはずです。間違っても「ソンタラハナシ、イマデネッテモイイベ」などとは絶対口にしないでくださいね。

最近、自分の気持ちや考えを相手にうまく伝えることができず、他の人とコミュニケーションを取ることに苦手意識をもつ若者が増えてきて、社会問題化してきました。

子どもたちの「伝え合う力」を育てるには様々な方法があるでしょう。もちろん話し方や言い方を取り上げて伸ばしていくことも大事ですが、それよりも、話を「聞く側」（周りの大人）の意識を今より少しだけ高め、まずは、子どもの話をしっかり「聴く」ことが、子どもたちのコミュニケーション能力を高める第一歩になるのではないでしょうか。

※　今年は、子どもの話を聞く際のポイントについていっしょに考えてみましょう。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



子どもをキッチンに入れよう！子どもの好奇心を高める言葉のレシピ／著：藤野　恵美

毎日の生活の中で、子どもと過ごす時間を増やすために、家事と育児を同時に行って楽しみましょう。育児書を 1000 冊以上読んだ児童文学作家・藤野恵美が、自身が子育て中に実践した声かけの方法を、簡単なレシピとともに紹介し、料理と育児の不安や疑問に答えます。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。
「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

これは、日本・アメリカ・中国・韓国の学生を対象に行われた「オンライン学習に関する意識調査」の集計結果です。

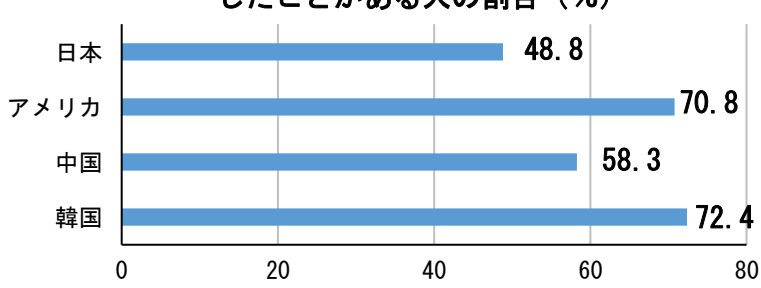
グラフ１は、オンライン学習をしたことがある人の割合を表しています。アメリカや韓国では７割を超えているのに対し、日本は４か国の中で、割合が最も低く、半数にも届いていないことがわかります。

日本では、オンライン学習についての情報不足や目的が明確になっていないことが、伸び悩んでいる原因として考えられ、学生からは「オンライン学習をするのに不安がある」「従来の勉強方法で足りているため、必要性を感じない」という声が多くありました。

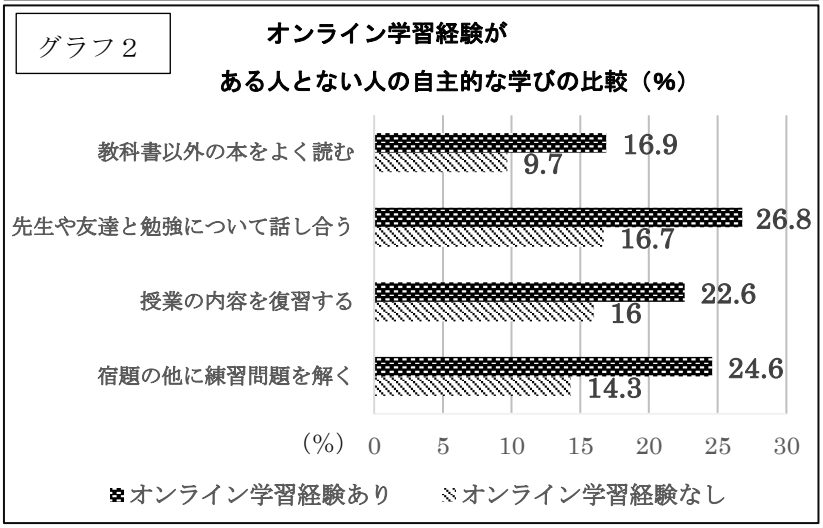
しかし、オンライン学習の経験がある人は、積極的で自主性が高いことが分かりました。特に、「宿題の他に練習問題を解く」という項目では、１０．３％も差があることが分かります。（グラフ２）

オンライン学習はこれから、学校教育での導入が進んでいくことが予想されます。これをきっかけに、学びを深めるため、知識をより豊かにするためにも、様々な方法での学習に挑戦してみてはいかがでしょうか。

グラフ１



グラフ２



高校生のオンライン学習に関する意識調査報告書－日本・米国・中国・韓国の比較－を編集して作成（http://www.niye.go.jp/kanri/upload/editor/145/File/4.chapter2.pdf）

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　　TEL：８９－２９５５
　　めんｃｈｏｃｏてらす　TEL：８９－２９４８
○能代市子育て支援センター　TEL：５２－８１１５（能代）
　　：７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）　TEL：８９－１６１６

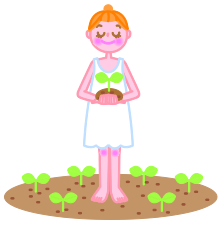
乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。
能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３７号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



今年度のテーマは「話を聞く」です

2021年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

じっくり聞いて　寄り添って

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

今回は、子どもの話を聞く際にぜひとも心がけたいことについて、いくつか考えてみましょう。

まず最初は「話をおしまいまでしっかり聞く」ということです。特に心がけたいことは「途中で口を挟まない」ということです。これが簡単なように思えて、実はなかなか難しいのですよ。

子どもの話の内容によって、聞いている途中に思わず「やったね。それってすごいよ」とか、または「ん？　それってどういうこと？」と、つい合いの手を入れたくなる場合もあるでしょう。でもそこはグッとこらえてほしいのです。ここでは「聞き役」に徹すべきです。

さて、子どもががんばって最後まで話してくれました。子どもにとってうれしくてたまらないことだったり、あるいは叱られることを覚悟してのことだったりと話の内容は様々でしょう。

そこで、いよいよ大人の出番です。言いたいことがのどまで出かかっている状況ですが、でも、開口一番にやってほしいのは「どうしてそんなことしたの!!」という絶叫マシンではなく、「子どもの話に共感する」ことです。まずは子どもが最後まで話してくれたことをしっかりと認め、その上で子どもの気持ちに寄り添う姿勢と言葉が求められます。

「そうか、がんばったもんなあ。よかったね、おめでとう。父さんもうれしいよ！」

「そっかあ。そんなに頭にきちゃったか。とてもいやな気持ちだったのね。わかった、わかった。つらかったんだね。でも、手を出してしまったのはいけなかったと思うよ」

特に、後者の場合は、大人が頭ごなしに叱ったり感情的になったりしては、子どものせっかくのがんばりが台無しです。むしろ、正直に話したことをほめるぐらいの間が必要ではないでしょうか。できれば最後は「話をしてくれてありがとう」のメッセージで締めくくれたら最高ですね。

会話はよくキャッチボールに例えられます。当たり前ですが、相手が投げたボールがまだ届かないうちから投げ返すことはできません。まず、落ち着いてしっかりとボールを受け止め、その上で、相手のレベルや状況に応じた取りやすいボールを返すことが大事です。

子どもにとって「ぼくの話をちゃんと聞いてくれた」「わたしの気持ちをしっかりと受け止めてくれた」などの感情はどんなにかうれしく、またどんなにか心強いことでしょう。

大事なことは、子どもが、ここ一番「本当に聞いてほしい」「ぜひとも相談に乗ってほしい」ときに、私たちが身近な大人としてしっかりとその役割を果たすことではないでしょうか。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。

ははがうまれる/著：宮地　尚子



多くの人のトラウマと向き合ってきた精神科医が、自身の経験や専門知識を交えてつづる、あたたかなエッセイ集です。子育てやママ友付き合いの中で、日常の小さな悩みや言葉にならない気持ちを抱える母親へ、そこから抜け出すヒントを提示してくれます。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

お子さんは家族とよく話していますか？

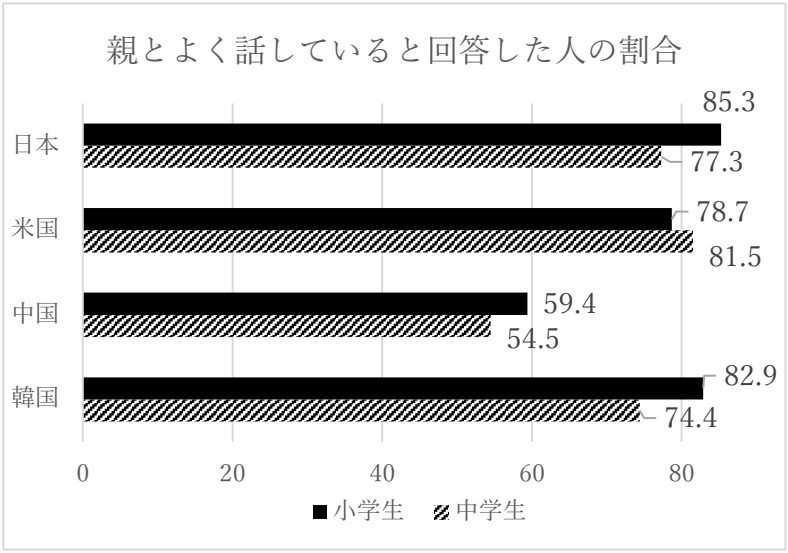
日本の小中学生は、世界的に見ても親とよく話していることが分かります。（右の図）

実は、この家族の会話は、子どものネット利用状況に大きく影響を与えているのです。

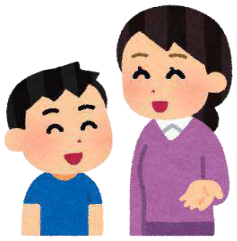
家族で会話をし、良好なコミュニケーションや信頼関係が築けると、子どものネット利用が比較的抑えられる傾向にあり、反対に、信頼関係が弱いことは子どもの頻繁なネット利用を招いています。

信頼関係が弱いと感じる一番の理由は、「真剣に話を聞いてくれない」と思っていることでした。話を聞いてくれないと、家族と一緒にいても楽しくないと思う人が多く、このことが過多なネット利用の一因となっているようです。

過剰なネット利用による寝不足のリスクは、４．２倍にもなります。長時間のネット利用を防ぐためにも、注意するだけでなく家族で会話をすることを意識してみましょう。



（「インターネット社会の親子関係に関する意識調査報告書－日本・米国・中国・韓国の比較－」※データをもとに集計）



学校であった出来事、趣味のこと、自分のこと・友達のことなどを話し合ってみましょう！！

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　TEL：89－2955
　めんｃｈｏｃｏてらす　TEL：89－2948
○能代市子育て支援センター　TEL：52－8115（能代）
　：73－3111（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）　TEL：89－1616

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

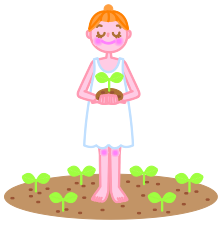
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。
能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３８号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

今年度のテーマは「話を聞く」です



2022 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

聞くことの効き目

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

今年度の「Ｏｎｌｙ　ｏｎｅ」では、子どもの話を聞く際のポイントについて考えてきました。最後に、話を聞くことの価値について振り返ってみましょう。

さて、４０年近い教員生活では多くの子どもたちに出会い、ありがたいことにたくさんの子どもたちと楽しい時間を過ごすことができました。

また、子どもたちが抱える悩みや迷いについて相談を受けたり、熱い思いを共有したり、必要に応じて個別に話し合ったりしたことも少なくありません。子どもを励まそうと、しどろもどろになったり、途中で訳がわからなくなって、かえって子どもを混乱させてしまったりなど、自分のふがいなさに落ち込んでばかりでした。

今、それらのことを思い起こしてみれば、子どもたちに対していちばん効果的だったのは、何よりも、まず「子どもの話をじっくり聞く」ことだったと思います。確かに、話題によっては、何かよいアドバイスを与えた方がよいのではないかなと思われるケースもありました。でも、子どもが求めていたのは、私からの助言などではなく、「自分の話を聞いてほしい」ということでした。このことに気がつくまでには多くの時間を要しましたが、子どもにとって「話を聞いてもらう」ことは、大人が思う以上に価値のあることなのは間違いありません。解決に向けては、大人が具体策を示すのではなく、「どうすればよいか、いっしょに考えよう」という距離の取り方がよいのではないでしょうか。

実は、子どもたちは、自分の思いや考えを聞いてもらっているうちに、少しずつ、自分の力で解決への糸口を見いだすことがあります。こちらは、うなずいたり相づちを打ったりしながら、話をじっくり聞いているだけなのですが…。

「聞き上手」という言葉があります。

なぜか、その人と話をしていると、ついつい話が弾み、あれこれしゃべりたくなる。それでいて、話し終わった後は、とてもすっきりした気分になる ― 。そんな気にさせてくれる人でしょうか。あなたの周りにもそんな人がいませんか。

最後に、ある先輩から聞いた話を一つ。

この先輩は、高校生の娘さんを、３年間、毎朝、車で学校に送っていたそうです。父親にとって、この朝のひとときは、娘と話ができる（ときもある）貴重な時間です。おそらくは、様々なことが話題に上ったことでしょう。もちろん、沈黙の闇の時間もあったに違いありません。

そして、娘さんの最後の登校となったその日、学校に着いて車から降りかけた娘さんがひと言…

「お父さん。今日まで、たくさん話を聞いてくれてありがとう」

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



オンリーワンの花を咲かせる子育て／著：松永　正訓

「一人の人格として尊重する」育児が、子どもの自己肯定感を育み、潜在能力を引き出します。「叱る」のではなく「教える」育児法や「オーストラリア式」声かけなど、現役小児科医が贈る、明日からの子どもとの向き合い方が変わる一冊です。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。
「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

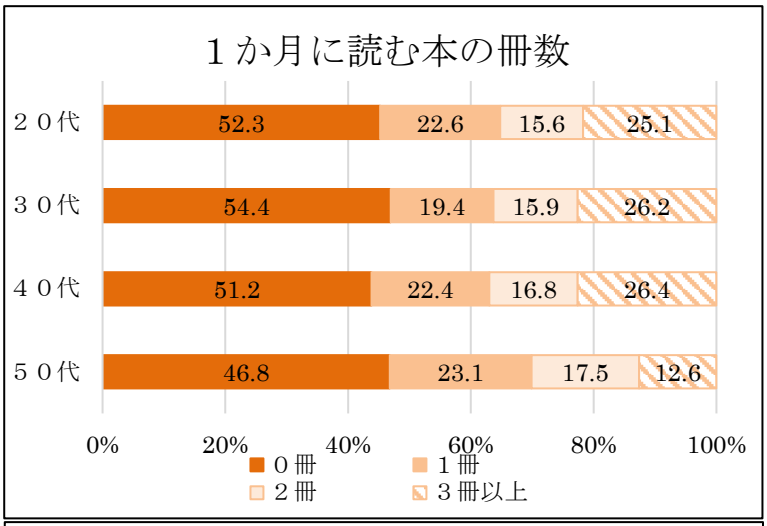
最近は、スマホやタブレットでも本を読むことができるようになりました。しかし、年代に関係なく読書をする人が減っているそうです。

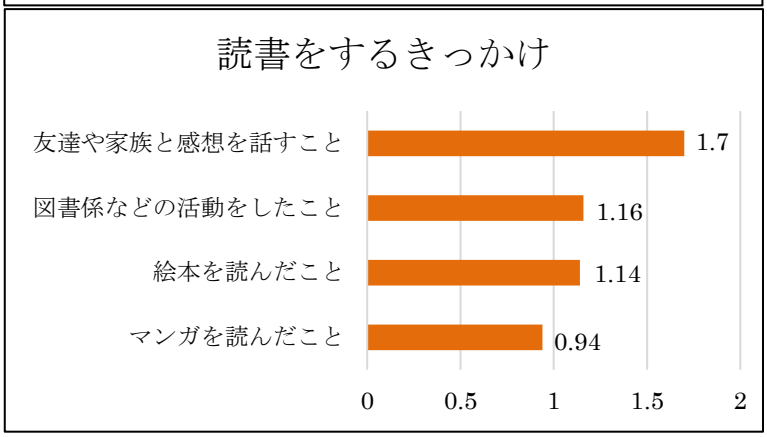
右のグラフをご覧ください。１か月に読む本の冊数は、年代に関係なく半数近くが本を読んでいない（０冊）ということが分かります。

「０冊」と回答した、ほとんどの人が「時間がない」「スマホを見ている」という理由でした。

子どもの頃、読書をすると言語力や集中力、想像力の向上のほか、人の気持ちを理解できるようになり、大人になってからもコミュニケーション能力や社会性の高さを維持できるようになるといわれています。また、大人になってから読書をすると、忍耐力の向上、ストレスレベルや加齢による認知力の低下防止に繋がるなど、読書をすると、たくさんのメリットを得ることができると言われています。

家族で本について話すことが読書をするきっかけになるかもしれません。





「子どもの頃の読書活動の効果に関する調査研究」を編集して作成　(http://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/contents/detail/i/155/)

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　TEL：89－2955
めんｃｈｏｃｏてらす　TEL：89－2948
○能代市子育て支援センター　TEL：52－8115（能代）
：73－3111（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）　TEL：89－1616

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。
能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第３９号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2022 年 7 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「比べる」こと　あり？　なし？

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

「ちょっと。どうなっているの。もっとがんばらなきゃダメでしょう！　向かいの健ちゃんをご覧なさい。同じ６年生なのに、どうしてこうも違うのかしら」

「しっかりしてちょうだい。お姉ちゃんなんか、小学生のときからちゃんと一人でやっていたんだから！」

今ひとつエンジンのかかりが悪いわが子を奮起させようとして、ついこのような言葉を発してしまったことはありませんか。

言われた子どもは、果たしてこの言葉をどう受け止めるのでしょうか。親の思いはうまく子どもに通じるでしょうか。

もしかすれば、言われたことを新たなエネルギーに変えて「よーし。もっとがんばらなきゃ！」と発憤する子どもも中にはいるかもしれません。でも…

「ボクと健ちゃんをいっしょにしないで！　まったく、もう。ボクはボク。健ちゃんは健ちゃん。ボクは健ちゃんじゃない！！」

「そうですか。はい、はい。お姉ちゃんは立派でえらい子ですよ。どうせ私はダメな子ですよーだ！」

おやおや、思いが通じるどころか、かえって大きな反発を招いてしまいましたね。このひと言により、残念ながら子どもはプライドを傷つけられたようです。

このようなことが続いてしまうと、子どもは自信をなくしたり、自分を否定したりして、強い劣等感を抱いてしまうことにもなりかねません。

さて、この場合、何がまずかったのでしょうか。皆さんはもうお分かりですよね。

いちばんの問題は、他人と「比べ」たことです。この、だれかと比較するという行為は、はっきり言って「百害あって一利なし」です。

そう言えば、かつて私の友人が、中学生のころ、担任の先生から二つ上の兄と比較されてあれこれイヤみを言われ、最高に頭にきたと言っていました。そのときからはすでに何十年も経っているのですが、未だにそのときの悔しさが残っているのですね。担任のひと言によって心に大きな傷を負ってしまったことの表れです。

当たり前のことですが、人は一人一人みな違います。同じ親から生まれた兄弟であっても全く違います。当然、その子によって、性格、興味や関心、得意不得意などもみな違います。

このように、元々違うものを比較してあれこれ評価することって、考えてみればとても乱暴で無意味なことではないでしょうか。

ほかとの比べっこなんかより、その子どものよいところ探しの方がはるかにすてきな子育ての姿だと思いますが、いかがですか。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。

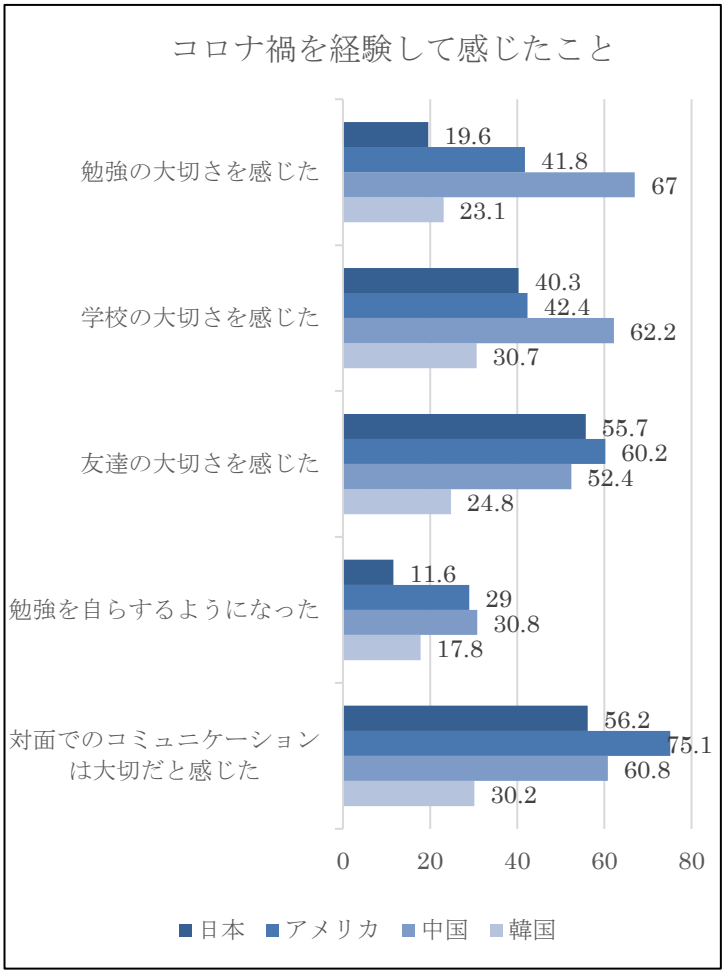
地球・宇宙クイズ／編：ワン・ステップ



地球と宇宙にまつわる不思議でおもしろいクイズが満載！気象や星座などをテーマにしたクイズを解くことで、知識が身につく一冊となっています。地球や宇宙の魅力をたくさん見つけてみましょう。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？



これは 2022 年に、日本・アメリカ・中国・韓国の学生を対象に「コロナ禍を経験して感じたこと」を調査した結果です。

左のグラフを見ると、対面でのコミュニケーションの大切さ、学校や友達の大切さを実感した学生が多くいることが分かります。

2014 年に学生を対象に行われた「家族や友達を信頼していますか」という質問を再度調査した結果、「信頼している」と回答した割合が高くなりました。さらに、「家族と話す時間が増えた」「友達との時間が楽しい」と感じる学生の割合も高くなるなど、家族や友達への信頼感が増していることが明らかになりました。

調査結果から、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、休校やオンライン授業になったことなどが大きく影響しているように感じます。

これからも、思いやりや感謝の気持ちを忘れずに、友達や家族との時間を大切にしましょう。

https://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/contents/detail/i/161/

困 っ た と き に は …

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談	TEL：８９－２９５５
めんｃｈｏｃｏてらす	TEL：８９－２９４８
○能代市子育て支援センター	TEL：５２－８１１５（能代）
	：７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）	TEL：８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

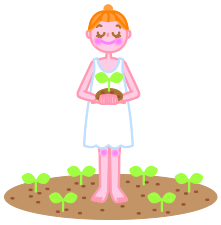
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４０号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2022年12月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

“最高のごほうび”って　なんだろう？

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

○　今度のテストで１００点とれば、５００円もらえる。
○　期末試験で、学年３番以内に入ったら、夏休み中に友だちとキャンプに参加できる。
○　大会で入賞したら、新しいシューズを買ってもらえる。

子どものがんばり（結果）に対して、親がごほうびとしてお金や品物などを与えようとするケースが時々見られるようです。名付けて「ごほうび大作戦！」

子どもにしてみれば、ぜひともこのチャンスをものにしようと、がぜんモチベーションが高まり、一生懸命がんばることでしょう。

このごほうび大作戦、子どものやる気を引き出すにはとても効果的な方法のように感じられますね。でも、本当にこれでよいのでしょうか？

まず、これらのケースを、子どもの視点からとらえてみましょう。

いま、子どもの頭の中は「ごほうびをゲットすること」でいっぱいになっていることでしょう。もちろん、そのためにはがんばらなければならないと、いっそうやる気がみなぎってくるはずです。

目標や願いを叶えるために努力することは、とても価値のあることであり、すばらしいことです。ただ、この場合、その目指す方向が目標を達成する、あるいはがんばってよい成績を収めるという本来の目的を飛び越して、ごほうびを手にするということに置き換わっています。

つまり、単純な言い方をすれば、ごほうびがあるからがんばるということになってしまいます。このようなパターンが繰り返されると、いつしか、ごほうびがないとやる気が起きないなどという残念な結果に陥ってしまう心配もあります。

話が少し飛躍するかもしれませんが、このケースで危惧すべきことのひとつは、子どもにとって、努力することやがんばることの基準が「見返りのあるなし」に左右されかねないということです。

本来、親がごほうびとして子どもに与えるべきものは、金品などではなく、子どもの努力やがんばり（場合によっては結果も）に対する、心からの賞賛であり、認めや共感などの姿勢そのものなのではないでしょうか。

もし仮に、目標を達成できなかったとしても、全力を尽くしてがんばったことを親や周りの大人に認められれば、子どもにとっては、お金や品物以上に価値のある、大きな自信や強い自己肯定感を味わうことができるはずです。

これぞ、子どもの未来につながる、“最高のごほうび”ですよ！

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。

まいごのどんぐり／作：松成真理子



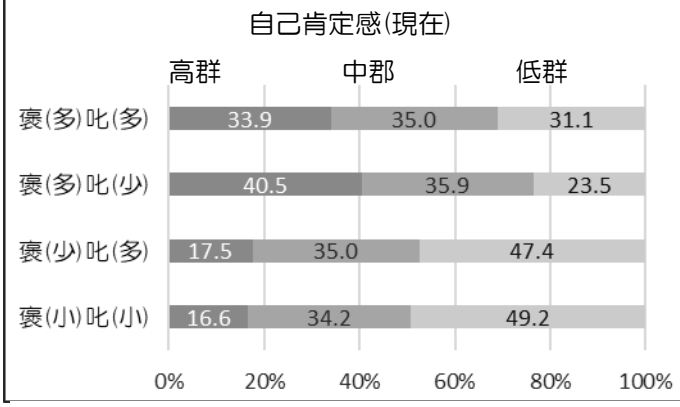
「想い続けることが生み出す力」「誰かと心がつながっていることの幸せ」に気づかせてくれる、心あたたまる絵本です。子どもたちの周りに溢れている大切なものが、これからもずっと子どもの世界を見守っていてくれるような気がします。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

今回は子どもの頃の体験が自己肯定感とどのように関係しているかの調査結果についてです。家庭の教育的・経済的条件が恵まれなかった人でも、親に厳しく叱られることよりも、褒められる経験が多かった人は自己肯定感が高いという結果が出ています。また、家族旅行に行く、スポーツや自然の中で遊ぶなど、家族行事を多く体験した人ほど、自己肯定感が高くなる傾向がみられました。子どもの頃の体験は自己肯定感に大きく影響しています。家庭において子どもの立場を認め、一緒に様々な楽しい体験をしてみてはいかがでしょうか。

親に褒められた・叱られた経験と自己肯定感の関係



国立青少年教育振興機構「子供の頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究」

ひとこと@家庭教育関係講座



能代市社会教育指導員　工藤克弥　５歳児親子相談より

子どもにとって「最後までお話を聞いてくれる」ということは、とても嬉しいことなのです。家事をしている途中で話しかけられることもあるでしょう。その時、忙しいから後でね！と言っていませんか？　子どもは「今」伝えたいのです。目の高さをできるだけ合わせて聞きましょう。よいお話だった時には、いっぱい褒めてください。その後は必ず、最後までお話を聞き届けた自分を褒めてください。



困 っ た と き に は …

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　TEL：８９－２９５５
めんｃｈｏｃｏてらす　TEL：８９－２９４８
○能代市子育て支援センター　TEL：５２－８１１５（能代）
：７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）　TEL：８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

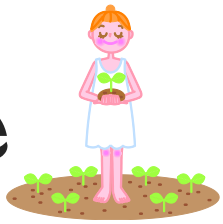
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４１号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2023 年 3 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

光 る 新 人　ここが違うぜ！

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

ある企業での話です。４月になると多くの新人が入社してきます。初めのうちは、みな張り切っていて何でもてきぱきと動きます。ところが、何ヶ月か過ぎると、仕事ぶりにだんだん差が出てきます。その中に、キラッと光る、いわゆる“使える若者たち”が現れてきます。

このことは、毎年見られる傾向なのですが、この「有望な新人たち」には、ある共通点がありました。何だと思いますか？

実は、彼らはみな、子どものころ家の手伝いをよくやっていた人たちなのです。単なる偶然なのかもしれませんが、分かるような気もします。

私は、この手伝いという営みは、家庭が子どもに与えることのできる、とてもよい教育の場だと思っています。自分の教員生活を思い起こしても、家の手伝いを習慣にしている子どもたちは、作業をする際でもやはりどこか違っていました。大げさかもしれもしれませんが、これから成長していく中で、とても大切になる力が育まれてきているように感じました。

では、手伝いをすることで、子どもにとって、具体的にどんなプラス面が考えられるでしょうか。いくつか挙げてみましょう。

- ○　手伝いを継続することにより、持続力や責任感が育つ。
- ○　考えながら作業をすることにより、見通す力や試す力、工夫する力等が身に付く。
- ○　家族に認められることにより、自信がもてるようになり、自己有用感が育つ。
- ○　習慣化することで、家族の一員としての自覚と誇りが芽生える。

まだ他にもあるかもしれませんし、手伝いの中身によっては、さらに違った効果が期待できるかもしれませんね。

さて、みなさんのご家庭ではいかがでしょうか。今の子どもたちを見ていると、とても忙しそうです（実際、忙しいのですが）。でも、具体的な内容ややり方などを、子どもと話し合いながら、何かひとつ、手伝いにチャレンジさせてみてはいかがでしょうか。何も、完璧なものを目指す必要はありません。できることをできる範囲で、欲を言えば、子どもがちょっとでもやりがいや喜びを感じるようなものであれば、なおすばらしいですね。

考えてみれば、この「手伝い大作戦」は、もちろん子どもにとってのチャレンジの場ですが、同時に、子どもの様子を、見守る、励ます、認めるなどのかかわりが求められる、親御さんにとっても、ひとつのチャレンジの機会ととらえることができるのではないでしょうか。

親子でチャレンジ！　親子で成長！　いかがですか。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



９９０円のジーンズがつくられるのはなぜ？／著：長田　華子

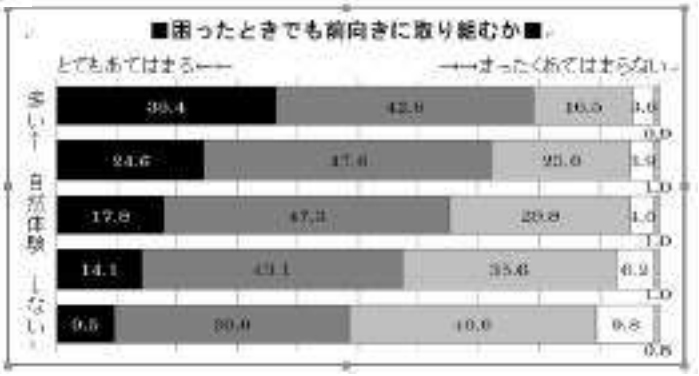
労働環境が劣悪なままのバングラデシュ縫製産業で働く女性たち。彼女たちの経済状況と取り巻く社会や家庭内の様々な問題から世界の現実を伝える１冊です。１か月４，０００円ほどで働く女性たちの生活からグローバル化した今の課題が見えてきます。

データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

自然体験によって、子どものどういった面が育まれるのでしょうか？　右の表は、自然体験の頻度と意識・習慣との関係を調べたものです。

自然体験を多く行っている子どもは、傾向として、「困ったときでも前向きに取り組む」「わからないことは、そのままにしないで調べる」など、課題解決に向き合う意識が高いという結果でした。



（独）国立青少年教育振興機構
「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」報告書より

ひとこと@家庭教育関係講座

秋田大学大学院　医学系研究科保健学専攻　基礎看護学講座
准教授　佐々木久長氏　「SNS とメンタルヘルス～」より

『“ゲーム依存”は病気だと決まりました。皆さん病気の時、薬を飲みますよね。でも依存症に効く薬はまだありません。風邪を引いた時、気合いで治す人がいますよね。だけど WHO で病気だと決めたってことは、気合いでは治らないということなのです。病気っていうことはゲームをする時間や頻度を自分でコントロールできないってこと。皆さんはコントロールできていますか？生活を振り返ってみましょう。』



困 っ た と き に は …

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談	TEL：８９－２９５５
めんｃｈｏｃｏてらす	TEL：８９－２９４８
○能代市子育て支援センター	TEL：５２－８１１５（能代）
	：７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）	TEL：８９－１６１６

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

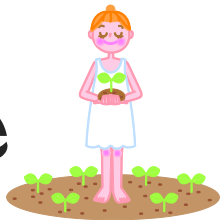
☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台 1－1
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４２号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2023 年 7 月

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

何 回 言 っ て も …

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

「うちの子は、何回言っても、ちっとも言うことを聞かないんですよ。いったい、どうしたらいいんでしょうね。」

子どもがなかなか言うことを聞いてくれず、困っているお母さんの顔が浮かんできますね。みなさんのご家庭ではいかがですか。似たようなことはありませんか。

せっかく話しても、それが相手に伝わらなければ、何度繰り返して話しても結果は変わらないでしょう。

さて、ここで考えたいことは、言うことを聞かないことを、子どものせいだけにしていないかということです。言い換えるならば、親が子どもの心にしっかり響くような伝え方をしていたかということです。

親としては、子どもに「言うこと」が目的なのではなく、そのことを通して、子どもをよい方向に導くことが大事なことだったはずです。

一度話をしただけで、内容が子どもにしっかり伝わるようなことばかりだと、ずいぶん楽なことでしょう。でも、当然ながら、そんなケースばかりではないはずです。

やはり、目の前の子どもの成長段階や性格、伝えたい内容などに応じて、伝える側の大人に何らかの工夫が求められるのではないでしょうか。

例えば、子どもに伝える際、問題を解決するために、具体的にどうしたらよいのか一緒にやってみる。場合によっては、親が率先してやってみせる。また、子どもと話し合ってルールを決めるなど、様々な方法がありそうです。

ただ、ここで気をつけたいことは、一方的に親の考えを子どもに押しつけるのではなく、子どもの言い分にもよく耳を傾け、子ども自身が自分の問題として受け止めるようにすることです。要は、問題に対する子どもの意識を、少しでも前向きな方向に変えることが、子育ての視点からみると、とても大事な着地点ではないかということです。

私もそうでしたが、大声（ド迫力）で子どもを叱ることで、子どもの行動を変えさせようとすることもあるかもしれません。確かにある程度の効果はあるかもしれませんが、この場合、子どもにしてみれば、ただ単に叱られるのが怖くて、行動をひかえているだけなのかもしれません。

繰り返しになりますが、望むべきは、大人の適切な働きかけによって子どもの意識が変わることです。

そのためにも、まず、子どもに対する親の意識を、これまでと少しだけでも変えながら子どもに向き合うことが、子育ての大切なポイントのひとつになると思うのですが。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



おこづかいの賢い使い方／作：クォン・ジェウォン　訳：わたなべなおこ

おとなだって、「買うか？買わないか？」しょっちゅう迷っている。
だいじなお金なのに、使い方を失敗することだって、まだまだある。
それくらい、むずかしくて、そして、とてもだいじなことだから、
子どものときから経験をつんでおけたら、どんなにいいだろう！
いっしょに悩んで、たいせつなおこづかいを賢く使って、楽しく生きるための考え方をマスターしよう！

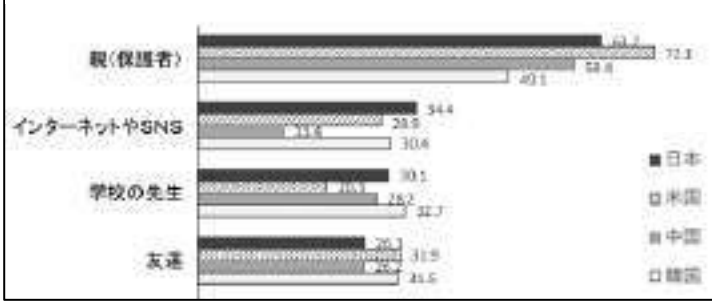
データでみる家庭教育

子育てや家庭教育に関するデータをとりあげます。
「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

これは日本・米国・中国・韓国の学生を対象に「進路選択に影響を与える人やもの」を調査した結果です。日本では、親の影響が最も高く、次いでインターネットやSNS、学校の先生、友達と続くことがわかります。

家族団らんの時間をつくり、一緒に過ごす時間を大切にしましょう。

進路について考えたり決めたりする際、主に影響を受けている人やもの



（独）国立青少年教育振興機構
http://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/contents/detail/i/165/

ひとこと@家庭教育関係講座

「早く○○しなさい」――つい、効率を優先して我が子を急き立てていませんか？子どもには子どものペースがあり、一生懸命物事に取り組んでいるのです。「時計の長い針が6になるまでにごちそうさまできるかな？」と、子どもの力を信じて『待つ』ことが成長につながる大きなチャンスになります。そして、何事にも最後までやり遂げたら思いっきり褒めてください。



能代市社会教育指導員　工藤克弥　「５歳児親子相談」より

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　TEL：89－2955
　めんｃｈｏｃｏてらす　TEL：89－2948
○能代市子育て支援センター　TEL：52－8115（能代）
　TEL：73－3111（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）　TEL：89－1616

乳児は　肌を　はなすな
幼児は　手を　はなすな
少年は　目を　はなすな
青年は　心を　はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会　教育部生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係　〒018-3192　能代市二ツ井町字上台１－１
TEL:0185-73-5285　／　FAX:0185-73-6459　／　E-mail:shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４３号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2023年12月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「伝 え る」 と 「伝 わ る」

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

親である以上、わが子に対する願いや思いがあるのは当然のことです。しかも、ぜひとも期待どおりに育ってほしいと強く願うのも、親心なればこそでしょう。

例えば、わが子を「思いやりのある優しい子ども」に育てるには、どうしたらよいのでしょうか。どんなやり方が思いつきますか？

いろいろあるかと思いますが、いちばん効果が期待できる方法は、ズバリ、親がわが子に対し、思いやりの心をもって優しく接することではないでしょうか。

単純な話かもしれませんが、子どもが親から優しくされることによって、人に優しくすることの大切さを学んでいくのだと思います。

一方、「優しい子になりなさい」とどんなに口やかましく言ったとしても、やはり、言葉だけでは、親が期待するほど子どもには伝わらないようです。

さらには、そんな親の言動が、子どもにとって逆に大きなプレッシャーとなる可能性もあります。結果として、親の期待に応えようとするあまり、子ども自身が萎縮してしまい、いつも親の顔色をうかがう子どもに育ってしまいかねません。

ところで、「子どもは親を映す鏡」と言われますが、親の姿は、不思議なほど子どもによく伝わるものです。どうしてでしょうか。

それは、親は子どもにとっていちばん身近にいて、手本とするべき大人だからです。さらに付け加えるならば、親はあこがれの存在だからです。

あいさつや礼儀、言葉遣い、寛容、誠実さ、正義感、等々…。これらは、社会の一員として生活していく上で大切な要素です。もちろん、ある程度の年齢になれば、それぞれの言葉の意味や内容は理解できるはずです。

でも、大切なことは、子どもが、これらを頭で理解するだけでなく、“生きる力”としてどう身に付けていくかということではないでしょうか。

実は、それを、子どもは親から学び、身に付けていきます。でも、繰り返すようですが、それは決して言葉を通してではありません。日々の親の生きる姿、生き方そのものから学ぶのです。礼儀でも、言葉遣いでも、寛容でも…。しかも自然なかたちで、少しずつ、少しずつ、繰り返し、繰り返し、じっくりと時間をかけながら学んでいくのです。

つまり、子どもにとって大切な生きる力は、親が、子どもに伝えようとして実を結ぶのではなく、親の姿が、大切なメッセージとして子どもに伝わっていくことなのだと思います。

「親の背中を見て子は育つ」――この言葉が、まさにそれを表しているのではないでしょうか。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



「親のことば」で伝えたい　家族で楽しむ２５の年中行事
著：辰巳　渚　　イラスト：江田　ななえ

正月、彼岸、お盆、大掃除等の行事を、親は子に「どのような声がけ」で「どのような手順」で教えたら良いかがわかる本。選んだ行事は、暮らしを豊かにしてくれるものばかり。単なるしきたりや、行事の知識本ではなく、親が子に「どのような声がけ」で「どのような手順」で教えれば良いのか、たくさんのイラストと共にわかりやすく解説されています。

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。
子どもとの関わりを考えるヒントになるかも？

「子育て四訓」

１　乳児はしっかり肌を離すな
２　幼児は肌を離せ、手を離すな
３　少年は手を離せ、目を離すな
４　青年は目を離せ、心を離すな

「子育て四訓」とは、乳児期、幼児期、少年期、青年期それぞれの発達段階で、親がどの程度の距離感で接するのが理想的か示したものです。

過干渉にならず、でも必要なところではしっかりと支えていくということです。

この四訓は、「親が我が子を信頼する」ことによってはじめて可能になることではないでしょうか。

家庭教育講座のご紹介

集まれ！おじいちゃん、おばあちゃん（孫かて講座）

家庭教育を担う家族の一員として、孫かてに役立つ知識を学びませんか。今回は乳児期向けの講座を開催します。お孫さんがいる方、お孫さんが生まれる予定の方、孫かてに関心のある方、どなたでも参加できます。

日　　時　令和６年２月２日（金）
場　　所　能代市中央公民館　第５研修室
時　　間　午後１時３０分～３時３０分
定　　員　２０名程度
申し込み　令和６年１月３１日（水）までに【氏名・住所・連絡先】を電話、FAXまたはＥメールでご連絡ください。
問 合 せ　生涯学習・スポーツ振興課
TEL　７３－５２８５
FAX　７３－６４５９
Ｅメール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課　家庭児童相談　TEL　８９－２９５５
めんｃｈｏｃｏてらす　TEL　８９－２９４８
○能代市子育て支援センター　TEL　５２－８１１５（能代）
TEL　７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）　TEL　８９－１６１６

家庭教育通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。
○能代市教育委員会　生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係
TEL　73-5285　／　FAX　73-6459　／　Ｅメール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４４号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2024 年３月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「サマ」になる？話

能代市社会教育指導員　工藤　克弥

日本では、古くから、尊ぶべきものやありがたいものに対して「様」をつけて、敬意を表してきました。神様、仏様、ご先祖様、お日様、お客様、お疲れ様、ごちそう様…。　他にはどのようなものがあるでしょうか。

今回は、それらの中から「おかげ様」と「お互い様」を取り上げてみました。なぜ、この二つの言葉には「様」がついているのでしょうか。また、この場合の「様」には、どんな意味が含まれているのでしょうか。ちょっと考えてみませんか。

まず、「おかげ様」の場合は、例えば、「おかげ様で、無事合格しました」のように、あなたのあるいは皆様のお力添えがあって、物事がうまくいきましたという、いわば感謝の気持ちがこの「様」によって強調されているのだと思います。

一方の「お互い様」についてはどうでしょうか。先日、能登半島地震で被害に遭われた方々に対してお世話をしていた女性が、「困ったときは、お互い様ですから」と話している場面がテレビに映し出されていました。ここでは、「助け合うことの尊さ、ありがたさ」を表する「様」だと解釈できるのではないでしょうか。

いずれの場合も、私たちが社会で生活していく上で、忘れてはいけない、人としての大切な心構えなのだということを、この「様」は教えてくれているような気がします。

最近は、ともすれば、やってもらうのが当たり前だと言わんばかりに、感謝の気持ちはおろか、自分の権利や主張ばかりを振りかざす人が見受けられます。言うまでもないことですが、この世の中、一人で生きていくことなどできるはずもありません。直接的なことばかりでなく、目に見えないところでも、必ず誰かの助けやおかげがあって私たちの生活は成り立っています。このことに、私たちはもう少し謙虚になるべきではないでしょうか。

また、一方では、困っている人や弱い立場の人に対して、無関心を決め込んだり、さらには誹謗中傷したりするなど、とても残念で情けないニュースも見聞きします。自分が困っているときに、人からさしのべられた心や言葉のありがたさ、温かさは、誰もが知っているはずです。

「おかげ様」と「お互い様」――。

これらの言葉に「様」がついていることの意味に、時には思いをはせてみたいものです。そして、これらの「様」に含まれている、例えば、温かさや謙虚さ、尊さなどの人としての宝物を、次代を生き抜く子どもたちに教え、伝え、引き継いでいくことも、私たち大人の大切な役目だと思うのですが、いかがでしょうか。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



考える力を育てる　子どもの「なぜ」の答え方
著者：向谷匡史

◎なぜ、勉強しなければいけないの？
◎なぜ、いじめはいけないの？
◎なぜ、親の言うことは聞かないといけないの？

あなたは子どものこの質問にどう答えますか？
子どもが自ら考え、成長し、自立できる答え方を紹介します。

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。
子どもとの関わりを考えるヒントになるかも？

「“育児”は“育自”」

「子どもを育てるということは、自分自身も育てることでもある。」――子どもと同じように、パパ、ママも失敗することがあります。ときには、子どもの行動に教えられることもあるはずです。

「子どもの成長を通じて、自分も成長させてもらっているんだな。」と思うと、我が子のわがままにも“ありがとう”という気持ちが芽生えるのではないでしょうか。

家庭教育講座のご紹介

新入学児童保護者説明会より



「 たしかな　土台づくりのために 」

能代市社会教育指導員　工藤　克弥　氏

子どもたちにとって幸せな学校生活とは、伸び伸びと自身の力を発揮すること、何よりも「学校生活が楽しい！」と思ってくれることです。

では、幸せな学校生活を送ってもらうために、親の役割として必要なことはなんでしょうか。まずは「たくさん褒める」ということです。親から見ると当たり前のことでも、子どもから見るとそうではありません。子どもは、褒められると自信がつき、自己肯定感が高まります。親は、子どもの“応援団長”です。どんなささやかなことでも「さすが１年生！」とたくさん褒めてあげましょう。

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課	家庭児童相談	TEL　８９－２９５５
	めんｃｈｏｃｏてらす	TEL　８９－２９４８
○能代市子育て支援センター		TEL　５２－８１１５（能代）
		TEL　７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）		TEL　８９－１６１６

家庭教育通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

○能代市教育委員会　生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係
TEL　73-5285　／　FAX　73-6459　／　Ｅメール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４５号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2024年7月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

♫「ありがとう」って伝えたくて・・・♫

能代市社会教育指導員　鈴木　和人

いきなり、「いきものがかり」の歌詞から始まり恐縮です。みなさんは、「ありがとう」をテーマにした歌は好きですか？今年度のスタートは、感謝の気持ちを表す「ありがとう」の言葉をとりあげます。

さて、人から「ありがとう」と言葉をかけられるのはどんな時ですか。程度の差はありますが、人へ手助けした場合、例えば落とした物を拾って持ち主へ返した時などでしょうか。その際に「ありがとう」と言われると、うれしいものです。おとなでもそうですから、子どもの場合はもっとうれしいはずです。さらに、言葉と同時に笑顔とスキンシップも伴えば、もう天にも昇る気持ちになるかもしれませんね。

では、みなさん自身は「ありがとう」の言葉を口にする機会はありますか？

最近は、人に感謝の思いを伝えようとする風潮が弱くなったと思います。感謝の気持ちを持てないのか、持とうとしないのか、気持ちを伝えることに抵抗があるのか、不平不満をイライラ、カリカリしながら伝える人たちが多いなあと感じます。

教員時代、女性の新人講師が配置されました。彼女は、いつも笑顔で「ありがとうございます」という言葉を返します。数年後再び同職した時も、そのスタンスは変わりません。講師時代は長く続きましたが、ようやく試験に合格して彼女は自分の夢を叶えました。その間、辛いこともたくさんあったと思います。でもその気持ちはみじんも感じさせませんでした。おそらく彼女が伝える「ありがとう」の言葉には、苦難を乗り越える魔法の力が宿っていたのでしょうか。

それを科学的に明らかにした報告がありました。それによると、感謝する気持ちを伝えることが、人間の生き方によい影響を及ぼすという説です。自身の幸福感が高まり、人に対しても優しくなり、よく眠れるようになるなど身体的な不調も減少したなどの効果があるそうです。また、感謝の気持ちを持つことで集中力や意欲力、免疫力のアップ、血圧、心拍数、血糖値、など様々な体内のバランスがとれるなど、心身の多くの機能に好影響を与えていることが研究されています。昔から人への感謝や、「ありがとう」の言葉が大切だといわれてきた所以は、ここにあったのかもしれません。

さらにうれしい話もあります。それが、ニュースで放映されるインタビューやスポーツの選手宣誓などの中で、「感謝」の言葉を口にしている若い世代です。ふだんの学校内外の活動でも、「感謝」を言葉にしている子どもたちが多くなりました。これは、私たちおとなも見習いたいですね。

最後に、自分のため、自分のお子さんのためにも、ぜひ家庭の中でも感謝の言葉「ありがとう」を伝え合う機会を意識的に設けてはいかがでしょうか。これが自分やお子さんの幸せにつながるファーストステップになるかもしれません。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



反抗期乗り切りマニュアル「こんな時どうしたらいい?」がわかる
著者：諸富　祥彦

思春期の反抗期をタイプ別に分類し、それぞれの体験談を紹介するほか、反抗期の子どもと親はどうつきあえばいいのかを、わかりやすく解説します。

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。
子どもとの関わりを考えるヒントになるかも？

「子は親の鏡」

「励ましてあげれば、子どもは、自身を持つようになる」「分かち合うことができれば、子どもは、思いやりを学ぶ」「認めてあげれば、子どもは、自分が好きになる」――ドロシー・ロー・ノルトの名言です。子どもは常に親から学んでいます。親は、それだけ影響力のある存在だと感じます。

この名言は、今の自分自身を振り返るきっかけとなるのではないでしょうか。

家庭教育講座のご紹介

ハローめん choco くらす（母親・両親学級）
「家庭教育についてのミニ講話」より



能代市社会教育指導員　鈴木　和人　氏

来るべき喜びの出産を前に、日に日に楽しみが増してきていることと思います。安心して出産を迎えるために大切なことはなんでしょうか。まずは「胎話で赤ちゃんの気持ちを想像すること」です。赤ちゃんはおなかにいる時から外の音が聞こえるようです。たくさん話しかけることで、赤ちゃんはおなかの中ですごく気持ちが良くなるそうですよ。特別な力がお母さんには秘められているのだと思います。

「私のところに来てくれてありがとう」と呼びかけながら、愛情を伝えてみましょう。

困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。
親身になってお答えいたします。

○能代市子育て支援課	家庭児童相談	TEL　８９－２９５５
	めんｃｈｏｃｏてらす	TEL　８９－２９４８
○能代市子育て支援センター		TEL　５２－８１１５（能代）
		TEL　７３－３１１１（二ツ井）
○能代市教育相談（風の子電話）		TEL　８９－１６１６

家庭教育通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

○能代市教育委員会　生涯学習･スポーツ振興課　生涯学習係
TEL　73-5285　／　FAX　73-6459　／　MAIL　shou-supo@city.noshiro.lg.jp

能代市家庭教育通信　第４６号

Only one

～ こどもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2024年12月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column 「怒る」と「叱る」～子どもの気持ちと向き合って～

能代市社会教育指導員　鈴木　和人

わが子が成長とともに「イヤイヤ」と言ったり、言うことを聞かなかったりして、親の思った通りに動いてくれないことで苦労している親御さんも多いことでしょう。子どもが親の言うことを聞かなかったり、気になる行動をとったりする時、それを正すことも子育てでは大事です。ただ、子どもの気持ちも考えないで、一方的な親の思いだけで怒ったり叱ったりすることは望ましくありません。

振り返ると、私もイライラを子どもにぶつけて「怒る」こともあったと反省しています。

町内の子ども会行事でふざけている子どもたちがいました。ある大人が低く怖そうな声で「〇〇すればダメだ！」と言い切った後、少し間をとり「なんちゃってね！」とユーモアを交えた対応に、彼らは驚きと安堵と反省の態度をとっていました。

「怒る」には、子どもに何をどのように伝えるかという意図はありません。自分の気持ちだけが一人歩きして、子どもが自分の言った通りに動いてくれないことに自分が腹を立てている感情的な行為です。場合によっては怒鳴る、脅す、暴言を吐く、暴力を振るう方向にいく気配を感じます。

一方「叱る」は、子どもに何を伝えたいかを考えるという意図があります。子どもを良い方向に導き、同じ間違いを繰り返さない注意やアドバイスなど、子どもの気持ちに冷静な判断で向き合おうとする行為です。「その場ですぐ、一つのことだけ短く伝える」「目を見て低い声で話す」「余計なことは持ち出さない」「人格を否定しない」ことでしょうか。

そう考えると、子どもの未来を見据え、子どもに伝わるように試行錯誤をしながら自分を振り返るという意味を含んでいます。

でも、親も感情を持った人間です。怒りの気持ちが収まらない時もあります。感情を抑圧して、「怒ってはいけない」と押さえればそれも苦しくなります。その時は、深呼吸、子どもから離れる、目を閉じてイライラを見つめるなどして、クールダウンすることが大事です。日頃から自分のイライラに気づけたら、子どもに「怒り」の感情をぶつけずに済むかもしれませんね。

また、『子どもに対してほめるべき時にほめていくことが、叱ることや怒りを減らしてくれる』とも言われます。「できたね」「ありがとう」「うれしいよ」「助かるわ」とか、感情的になった時は「ごめんね」と言う言葉に変えてみたらどうでしょう。

自分の気持ちと向き合い、「温かい言葉」を入れてみると、親も子もハッピーに過ごせる気がします。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



これでスッキリ!子育ての悩み解決 100 のメッセージ
著者：大豆生田　啓友

しつけ、発達、遊び、人間関係などの「知りたい」「確かめたい」に専門家が答えます。
育児で困ったときにすぐに開いて安心できるお守り本です！

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。
子どもとの関わりを考えるヒントになるかも？

可愛い子には旅をさせよ

「こどもが可愛ければ、甘やかすのではなく、旅をさせて厳しい経験を積ませるべき」という意味です。可愛い我が子には苦しい思いをさせたくない・・・大きな失敗をさせたくない・・・と思うかもしれません。しかし、こういった苦い経験はやがては自分自身の糧となり、自信を持つことにも大きく繋がっていくと思います。
生きる力を育むために、小さなこどもでもできる旅的な経験をさせてみてはどうでしょうか。

家庭教育講座のご紹介

パパ、ママ世代も
ご参加いただけます！

集まれ！おじいちゃん、おばあちゃん“孫かて講座”

家庭教育を担う家族の一員として、孫かてに役立つ知識を学びませんか。
お孫さんがいる方、お孫さんが生まれる予定の方、孫かてに関心のある方、どなたでも参加できます。

１　日時　令和７年２月１４日（金）
２　場所　能代市中央公民館　第５研修室
３　時間　午後１時３０分～午後３時３０分
４　定員　２０名程度（受講料無料）
５　申込　令和７年２月１０日（月）までに生涯学習・スポーツ振興課へ電話、FAX または E メールでご連絡ください。



困ったときは、下記へお問い合わせください。

〇子育てに関するご相談等
TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
TEL　８９－２９４８（能代市子育て世代包括支援センター）

〇学校（いじめや不登校等）に関するご相談等
TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

〇家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等
TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第４７号

Only one

～ こどもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2025 年３月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「子育てのエネルギー」を、絵本からチャージ！

能代市社会教育指導員　鈴木　和人

絵本『八郎』はご存じですか？心やさしい山男の八郎が、荒れ狂う海から農民の土地を守ろうと、村人とそばで泣いている男わらしのために、暴れる海へ立ち向かって村を守りそこに「さむかぜ山」ができたという創作童話です。私は大学時代、仲間と一緒に県内の小学校や支援学校、様々な施設をまわって、人形劇や絵本の読み聞かせなどの公演活動をしてきました。今でもこどもたちの真剣なまなざしは忘れられません。その時に読み聞かせしたのが、「八郎」でした。

さて、忙しい毎日の中で子育てされている皆さんは、悩みもたくさん抱えていることでしょう。こんな子になってほしいと願っても、こどもは親の思い通りにやってくれない時もありますね。そんな時、「こんな自分で大丈夫かな？」と不安に思ったり、「ついあんなひどい言葉を言い過ぎてしまった！」と反省したりすることができるのは、真剣に「こども」と向き合っているからです。そう考えると、子育ては、親が「自分」とも向き合わなければいけません。

そんな皆さんにそっと寄り添ってくれる一つが、絵本です。

子育てで自分の心が苦しくなった時、不安にかられる時は、「子育てに関わるような絵本」をながめてみてはどうでしょうか。そして、ひとりで静かに声に出してみませんか。すると、親自身の心が穏やかになり、我が子の気持ちをまるごと受け入れ、認めることができるようになります。それができたら、我が子へ読んで聞かせてみてください。親が語り伝える言葉ひとつひとつが、こどもの心に染みわたり安心感を与えることでしょう。子育ての絵本には、「ママが癒やされる本」「イライラしがちなママへ」「出産や育児の喜び」「家族のありよう」「祖父母と読みたい本」「失敗しても大丈夫」等、興味深いタイトルが多数あります。そんな絵本を探してみるのも楽しい時間になります。

今、保育園や幼稚園はもちろん、小学校でも絵本の読み聞かせは、地域の方々の協力を得てさかんに行われています。中高校生がボランティアとして関わっているところもあります。ともすると、「絵本」は乳幼児から低学年生までと思われがちですが、それは違います。おとなでも読みごたえがあります。短い言葉の中に込められている大事なメッセージについ引き込まれてしまうからです。また、こどもの心の中を想像する上でも欠かせません。

親が自分と向き合うことができれば、こどもの心の安定につながり、こどもは自分が大切にされていることを自覚します。すると、親が伝える「ほめ言葉」「謝る言葉」「感謝の言葉」「勇気づける言葉」はこどもの心に染みて、内面に秘めているその子の力を引き出すことが可能かもしれません。「言葉の宝箱」の絵本は、きっと「子育てのエネルギー」になると信じています。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



子どもがどんどん整理整頓したくなる!お片づけ帖

著者：カール友波

こどもの片づけは「しかけ」が９割！「こどもが自分からどんどん整理整頓できるようになるノウハウ」をマンガと写真でわかりやすく紹介します。

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。こどもとの関わりを考えるヒントになるかも？

褒めてあげれば、こどもは自分を好きになる

ドロシー・ロー・ノルトの名言です。

こどもは褒められると自信がつき、自己肯定感が高まると言われています。

努力している姿を褒める、成果を認めて褒める、こどもの存在そのものを褒める・・・など親子の対話を積み重ねてみてはどうでしょうか。

家庭教育講座のご紹介

能代市社会教育指導員　鈴木　和人



「こどもが一日中泣いていて、どう泣き止ませたらよいかわかりません。」と不安や悩みを抱えている方も多いのではないでしょうか。ぐずり泣き、怒り泣き、葛藤泣き・・・こどもに自我が芽生えるのは自然なことです。

こどもの気持ちを一旦受け止めて、「これがいやなんだね」「これをしたいの？」「ここまでやってみようか！」と伝えるなど、気持ちに折り合いをつけるということも大切であると考えます。

困ったときは、下記へお問い合わせください。

○子育てに関するご相談等

TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）

TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）

TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）

TEL　８９－２９４８（能代市子育て世代包括支援センター）

○学校（いじめや不登校等）に関するご相談等

TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）

TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

○家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等

TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９

メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第４８号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2025 年5月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

安全基地をベースに、チャレンジスタート

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

小学校の校門の近くで挨拶運動をしていると、途中まで車で来て、近くで降りる児童がいます。車から降りると家の人に手を振って学校に向かいます。乗せて来たおうちの人も同じように手を振っています。いつも見かける心温まる光景です。子どもたちは、おうちの人に手を振ってから私に元気に挨拶をしていきます。そのときはもうすっかり学校モードになっていて、きりっとした表情です。

途中まで一緒に歩いて来る親子もいます。特に１年生のはじめの頃は多く見られます。別れるときは、子どもの目線までしゃがんで話をしたり、背中を軽くたたいたりして送り出しています。別れる時にぎゅっとハグしてから送り出す親子もいます。その後、子どもは学校モードに切り替わります。家から歩いて来る子どもは、玄関を出ることで学校モードになっていると思います。

いずれの場合も、おうちの人が安全基地になっています。何かあったら守ってくれる、いつでも味方、疲れたら回復できる、失敗しても許される、愛される、だから安心できる、それが安全基地です。その安全な場所があるから、一日一日の学校での新たな学習、新たな経験にチャレンジができるのだなと、子どもの表情を見て感じます。

小学校も中学校も運動会という大きな行事に向かって進んでいる最中や、終わった直後だろうと思います。小中学生にとっては、一つのめあてが終わったところになります。自分の思いに対して、もしかして結果はよくなかったかもしれません。むしろ、自分のねらっている順位に届かない人がほとんどだったと思います。でも様々なプレッシャーに打ち勝ち、大きなイベントに向けて努力をし、一生懸命取り組んだことは確かです。悔しさはあるかもしれませんが、それ以上に大きな成長になったと思います。おうちの人としては、努力した姿、一生懸命に取り組んだ姿、張り切って参加した姿を大いに褒めて認めてあげてほしいと思います。おうちの人に認めてもらったという気持ちが努力してよかったという思いになり、自己肯定感がさらに向上していくことでしょう。子どもの悔しいと残念がる気持ちが、チャレンジしてよかったという充実感に変わるとともに、安全基地としてのおうちの人の存在がより強固なものとなります。子どもは、このおうちの人という安全基地に戻れば、いつでも元気になれるという安心感をもって、新たなチャレンジ（新しいめあて）に自信をもって出発していけるのです。

４月は学年が上がり、子どもたちの意欲が高まるのですが、５月・６月は意欲の持続が難しくなりがちです。そんな時期だからこそ、おうちの人が子どもの努力や小さな成長に目を向け認めてあげてほしいと思います。子どもたちは自信と安心感をもって、今日という日に向かってチャレンジしていくことでしょう。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



イライラしない子育ての本　怒らずに子どもを伸ばすコーチング
著者：川井道子

お母さんのイライラがすーっと消える魔法のスキルとは？
コーチングに基づいた、子育てのコツを紹介します。

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。
こどもとの関わりを考えるヒントになるかも？

批判ばかりされた子どもは、非難することをおぼえる
殴られて大きくなった子どもは、力にたよることをおぼえる
しかし、激励を受けた子どもは、自信をおぼえる
安心を経験した子どもは、信頼をおぼえる
可愛がられ抱きしめられた子どもは、世界中の愛情を感じとることをおぼえる

『子どもが育つ魔法の言葉』の著者であり、アメリカの教育家、カウンセラーでもあるドロシー・ロー・ノルトの名言から抜粋したものです。こどもたちがどんな経験をしどんな環境で育ったかが、心の成長に深く結びついているのですね。たくさん褒め、安心できる場所になり、愛することがこどもたちの健やかな成長に繋がるのではないでしょうか。

家庭教育講座のご紹介

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

就学時前は、子どものもつ種子が芽吹くために「土づくり」のようなものです。蒔かれた種が、小学校に入ってから順調に芽を出しすくすく育つためにも、ぜひ「よい土」にしたいものですね。そこで、親として心がけることはどんなことでしょうか？この機会にふりかえって、一緒に考えてみませんか。５歳児親子相談ではこのような内容で相談等を実施しております。みなさまぜひご参加ください。

困ったときは、下記へお問い合わせください。

〇子育てに関するご相談等
TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
TEL　８９－２９４８（能代市こども家庭センター）

〇学校（いじめや不登校等）に関するご相談等
TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

〇家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等
TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第４９号

Only one

～ こどもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2025年7月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

「聞く」ことの難しさ

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

子育てでは、子どもの気持ちを想像しながら、真剣に「話を聞く」ことが大切です。言葉では簡単なのですが、毎日の子育ての中では簡単ではないと感じることも多いと思います。先日、「聞く」ことの難しさを感じる事例を聞きましたので紹介します。

休みの日に家にいたＡさんは、「雨が降っているから外では遊べないよ」と家族に言われていたので、一人で遊んでいた。

やがて、雨が上がったので、近くの公園に出かけた。公園には誰もいなかったので、虫探しをしたり、地面に模様をかいたりして遊んだ。大きな水たまりができていたので、石を投げてみた。水切りができそうだったので、挑戦した。何度もやってみたが、うまくできない。平らな薄い石を探して、投げてみた。

なんと、水切りができた。「やったあ」。その石は、水たまりの外に出てきていたので、うまく見付けることができた。これは宝物にして持って帰ろう。でも、最後にもう一度投げてみよう。・・・だが、今回は水で跳ねることはなく、水たまりに沈んでしまった。でも、水切りが成功した石だから探そう。

水たまりに入って、石が沈んだあたりを探した。少し時間がかかったが、ついに見付けることができた。気が付くと雨も降り始めていて、ズックとズボンはだいぶ汚れていた。ようやく見付けた石を持って、水切りができたことと宝物の石のことを家族に話そうと元気に家に帰った。

一方家にいたＡさんの家族は、雨が降ってきて心配していた。探しに行こうとしているときにＡさんが帰ってきた。頭も雨に濡れて、ズボンとズックはだいぶ汚れていた。

Qあなたが家族なら、帰ってきたAさんにどんな言葉をかけますか。

子どもの姿をみて、反射的に「こんなに汚して。何をしてたの。雨が降ったら、すぐに帰ってきなさいって言ってるでしょ。」などと、強い口調で言いたくなりますね。子どもの喜んでいた気持ち、話したい気持ちはしぼんでしまいます。

でも、５秒ぐらい間をあけて、子どもの表情や様子を見て、気持ちを想像しながら「どうしたの」などと声をかけたらどうでしょう。子どもは、水切りが成功したこと、大事な石を持ってきたことを、楽しそうに話すことでしょう。そこに共感した上で、公園で石を投げるのは危ないこと、雨が降ったらすぐに帰ることを伝えると、素直に理解し聞き入れることができるように思います。

忙しい子育ての中で、子どもの話を真剣に聞くことは簡単ではないと思います。だからこそ、簡単ではないことを意識した上で、少し間をおいて、子どもの気持ちを想像することを続けてほしいと思います。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



子育て神フレーズ　保育士に怒らず育てるコツ全部聞いてみた
著者：横山洋子

怒らずに子どもを育てられるように、保育士が声かけして効果があった言葉などを、神フレーズとして紹介します。

先人の訓えにまなぶ

子育てや家庭教育に関する名言をとりあげます。こどもとの関わりを考えるヒントになるかも？

教育で大切なのは「詰め込む」ことではなく「引き出す」ことである。

船井総研の創業者である船井幸雄さんの言葉です。

教育はその言葉の通り「教えて育てる」ことです。つまり何かを与えることを意味します。ですが、大人が子どもに対して何かを与えてあげることに熱心になればなるほど、子どもは自分で考えなくなったり、答えを待つようになったり、自分で行動しなくなったりします。『子どもが自ら考えたり学んだり、結論を出すために大人はサポートするだけ』という考え方も大切ですね。

家庭教育講座のご紹介

ハローめん choco くらす（母親・両親学級）における講話から



妊娠中のお母さんやそのご家族は出産の日を前に、日に日に楽しみや不安が増してきていることと思います。まずは、お腹の中の赤ちゃんに話しかけてみましょう。（胎話）ママとパパが、楽しそうに・笑顔で話しかけるとお腹の中の赤ちゃんも居心地がよくなるはずです。そして、お父さんや家族はみんな、お母さんと赤ちゃんを支える応援団です。お母さんは決して一人で抱え込まないでください。

困ったときは、下記へお問い合わせください。

〇子育てに関するご相談等
TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
TEL　８９－２９４８（能代市こども家庭センター）

〇学校（いじめや不登校等）に関するご相談等
TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

〇家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等
TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第５０号

Only one

～ こどもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2025年１２月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

生きる力と信頼される心をはぐくむ家庭教育

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

お手伝いは子どもの生きる力に直接に役立ちます。一人暮らしをして必要に迫られれば自分のことは自分でやるようになるという考えもある一方、お手伝いとして親と一緒にやることで効果的な手順も身に付けておくことは、将来の豊かな生活に結びつくことでしょう。食器運びや靴ならべといった簡単な作業でも、子どもにとっては「家族の一員として役に立っている」という気持ちになり自己肯定感につながります。

学校での集団生活では、給食の配膳や掃除などの当番活動やグループでの学習において、「どれだけ周囲と協力し、手際よく活動を進められるか」が重要になります。家庭で普段からお手伝いをしている子は、自然と計画性や責任感、協調性を身に付けています。その結果、学校の活動で力を発揮し、「この子がいれば安心だ」という信頼を得ることができます。この友達からの信頼が、子どもの自己肯定感をさらに高め、充実した学校生活につながります。

では、子どものやる気をうまく伸ばし、自らお手伝いに取り組むように促すにはどうすればよいでしょうか。そのヒントの一つは「言って聞かせ、やって見せて、ほめてやらねば人は動かじ」という言葉です。これは、私を指導してくださった先輩の先生方から度々耳にしてきた言葉です。『なぜ必要か、何をどうするのか、目的と手順を具体的に伝えるために、言って聞かせる』『先輩や大人が手本を示し、手際よいやり方を模倣させるために、やって見せる』『結果だけでなく、努力した過程や協力しようとした姿勢を具体的に、ほめる』というステップです。１回で身に付くことは難しいため、これを何度も繰り返すことも重要です。さらに「助かったよ、ありがとう」という感謝の言葉は、次なる活動への意欲となります。

お手伝いを家族全員がそろう夕食後に組み入れてみるのはどうでしょうか。例えば「食後の食器運びとテーブル拭き」や「洗濯物たたみとタンス入れ」などのお手伝いは、家族が協力する時間を自然と生み出します。この時間は、子どもが貢献感を感じるだけでなく、親子のコミュニケーションを深め、メディア使用の減少にもつながるのではないでしょうか。

お手伝いは、単に技能を教えるだけでなく、子どもに生きる力と信頼される力をプレゼントすることになります。日々の生活の中で、親子のコミュニケーションの機会を大切にしていきましょう。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



賢い子の「そうじ力」そうじで身につく集中力、思考力、判断力
著者：舛田光洋、宮本さおり/出版社：日本実業出版社

集中力・思考力・判断力がそうじで身につく！「捨てる」「汚れを取る」「整理整頓」のスリーステップで“賢い子どもが育つ環境”づくりのヒントや方法を紹介します。

家庭教育講座のご紹介

さんぽえむミニ学習会の様子



１１月に行われたさんぽえむミニ学習会における講話から、“親のスマホの使い方”についてのお話です。

スマホはたくさんのコンテンツがあり便利ですが、親がスマホに夢中になりすぎてしまうことがあります。子どもに話しかけられたら、目も心も体も全部向けて、全力で話を聞いてあげましょう。

また、親と子どもでスマホの使い方のルールを決めるのも良いですね。

困ったときは、下記へお問い合わせください。

○子育てに関するご相談等
TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
TEL　８９－２９４８（能代市こども家庭センター）

○学校（いじめや不登校等）に関するご相談等
TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

○家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等
TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第５１号

Only one

～ こどもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2026年3月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

わが家の通信機器利用について、親子で話し合ってみませんか

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

お子さんの成長とともに、「自分専用のスマホやゲーム機が欲しい」という声を聞く機会が増えるのではないでしょうか。入学祝いや誕生日といった記念に、新しい通信機器を買い与えることもあると思います。現代においてオンライン通信機器を渡すことは、単なるプレゼントだけでなく、世界中とつながる扉の鍵を子どもに預けることにもなります。

その扉の向こうには、ワクワクするような楽しさや学びが広がっていますが、同時に、子どもだけの力では解決できないトラブルも潜んでいます。例えば「既読無視」や言葉の行き違いによる仲間外れ、けんかをきっかけにした悪口の発信、個人情報の流出、写真の背景から自宅や学校が特定される「身バレ」、軽い気持ちで送った画像やふざけて撮った動画が拡散される「デジタルタトゥー」。これらは決して他人事ではなく、どの年代の子どもにも起こり得ることです。

お子さんにオンライン通信機器を与えるとき、一番大切なのは「買い与えて終わり」にしないことです。保護者の方には、「トラブルを未然に防ぎ、何か起きたときには家庭で責任をもって対応する」という思いも必要になります。機器を渡すタイミングで、次のことを親子で確認しましょう。

・「夜〇時まで」「使うのはリビングで」など、具体的な約束を決めましょう。まずは大人が「なぜそのルールが必要か」を伝え、お子さんの意見も聞きながら、納得できるラインを探してみましょう。
・「知らない人とつながるのがなぜ危ないのか」「フィルタリングはなぜ必要なのか」、理由を論理的に、そして親子で一緒に考えてみましょう。
・「何かあっても、怒られるのが怖くて言えない」と思わせない環境を作りましょう。困ったことがあったら、いつでも一緒に解決することを確認しましょう。いつでも話せる関係作りが大切です。

オンライン通信機器は、子どもの可能性を大きく広げてくれます。この便利な道具を賢く使うためにも、大人が環境を整え、子どもと対話することが大切です。「楽しい思い出」を「一生消えない後悔」にしないために、わが家の通信機器利用についてもう一度、親子で話し合ってみませんか。

おすすめの１冊

能代市立能代図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



ネットでいじめられたら、どうすればいいの？
５人の専門家と処方箋を考えた
著者：春名風花　出版社：河出書房新社

被害者/加害者にならないためにはどうすればいい？ネットの悪口、どこからがNG？未成年者のSNSトラブルに対する、具体的解決策と心の守り方を弁護士や精神科医、いじめ探偵ら専門家との対話を通して伝えます。

家庭教育講座のご紹介

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

２月に行われた５歳児親子相談の様子です。

５歳児の保護者向けに、お子さんとの関わり方や入学前の子育てのポイント、電子メディアの使用について等お話ししました。

ご参加いただいた保護者からは「子どもへの接し方や、子どもの生活習慣を見直す良い機会になった。」「親自身が余裕をもって見守ったり、待ったり出来るようになりたいと思った。」などの声をいただきました。

この５歳児親子相談で、就学に向けての不安を少しでも取り除くことができたらと思っております。



困ったときは、下記へお問い合わせください。

○子育てに関するご相談等
TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
TEL　８９－２９４８（能代市こども家庭センター）

○学校（いじめや不登校等）に関するご相談等
TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

○家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等
TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第５２号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2026年5月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

豊かな心と学びを育む　「朝の三文の徳」

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

秋田県教育委員会では、平成二十七年に『秋田わか杉　七つの「はぐくみ」』を策定しました。これは、本県の家庭、地域、学校の素晴らしい教育環境を再確認し、さらに高めていくことを目指したものです。

【秋田わか杉　七つの「はぐくみ」】

一　早寝 早起き 朝ごはん　　生活リズムは全ての基本
二　元気なあいさつ 明るい返事　　規則 約束 守るわか杉
三　読んで 話して 書いて 高める　　「問い」を発する思考力
四　問題解決 子どもが主体　　授業の続きは家庭で学習
五　職場体験 インターンシップ　　地域で育む子どものキャリア
六　学校や地域の話題で語り合い　　将来の夢 家族でえがく
七　ふるさとを支える自覚と志　　みんなでつくる未来の秋田

これら七つの項目は、全国学力・学習状況調査の質問紙等の結果を分析し、秋田の子どもの良さを引き出す要素をまとめたものです。中でも、全ての基本となる「早寝早起き朝ごはん」は、ご家庭で特に大切にしてほしい習慣です。

「早起きは三文の徳」ということわざがあります。この「三文」は現代の価値では百円程度のごくわずかな利益を指しますが、注目すべきは「得」ではなく「徳」という字が使われている点です。これは、単なる目先の得を指すだけでなく、習慣を積み重ねることが人格を磨き、精神的な豊かさにつながることを示しています。脳科学のある書籍では、起床後の二～三時間を「脳のゴールデンタイム」と呼んでいます。睡眠中に記憶が整理され、リフレッシュされた脳は、夜に比べて数倍の効率で活動できるそうです。確かに、夜に悩んで進まなかった課題が、朝なら驚くほどスムーズに解決することも珍しくありません。もちろん、朝の時間に「今日提出する宿題」を慌てて片付けるのは本来の姿ではありません。リフレッシュした脳を使って、一日の計画を立てる、自主課題に取り組む、あるいは静かに読書をする。そんな風にゆったりした気分で一日を始めることは、自己肯定感を高め、心に余裕を生みます。

わずか三文ほどの小さな積み重ねかもしれませんが、毎日続ければ大きな財産となります。ご家族で早寝早起き朝ごはんの徳を理解した上で継続し、リフレッシュした脳を有効に活用して素晴らしい一日をスタートさせていきましょう。

おすすめの１冊

能代市立図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



科学的に証明されたすごい習慣大百科

ハーバード、スタンフォード、オックスフォード…

人生が変わるテクニック 112 個集めました

著者：堀田秀吾

出版社：SB　クリエイティブ

　勉強も貯金も、ダイエットも目標達成も、成功のカギは習慣化にあり！研究機関において証明された、「もっとラクに、もっと自然に、習慣化できる」テクニックを紹介します。

家庭教育講座のご紹介

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

　日々の子育ての中で、子どもとの関わり方や生活習慣について、悩んでいることやお困りのことはありませんか？

　本市では、保護者や祖父母の皆様を対象に、子どもの自立心や豊かな心を育むための学びの場として家庭教育講座を提供しています。子どもの年代層に合わせた支援に努めており、妊婦向けのハローめん choco くらすや５歳児親子相談のほか、祖父母向けの孫かて講座等を行っています。

　一人で抱え込まず、ぜひ市の家庭教育講座を活用して、子どもたちと向き合っていきましょう。



困ったときは、下記へお問い合わせください。

〇子育てに関するご相談等

TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
TEL　８９－２９４８（能代市こども家庭センター）

〇学校（いじめや不登校等）に関するご相談等

TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））

〇家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等

TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）

能代市家庭教育通信　第５３号

Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～

2026年7月

発行：能代市教育委員会　生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne Column

自己肯定感を高める言葉と残念な言葉

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

子育てにおいては自己肯定感を高めることが大事だと言われます。自己肯定感とは、「自分にはいいところがある」「自分には価値がある」「今の自分で大丈夫」と思える感覚です。ですから子どもに対して自己肯定感を高めるような言葉をかけたいのですが、余裕がないときに、ついつい口から出てしまう残念な言葉があります。「早くしなさい」「ちゃんとしなさい」などです。日常的に言われていると「早くしなさい」の声が聞こえてから動くようになり、自分で判断して行動を開始することができなくなります。「ちゃんとしなさい」は、具体的にどういう行動をとるべきかが示されていない言葉なので、何回も言われていると「自分はちゃんとできない子どもだ」という思いだけが残ってしまいます。他にもたくさんの例があるのですが、ここでは２つの例を取り上げます。

① 他の人と比べる言葉

・残念な言葉：「〇〇ちゃんはできるのに」「お兄ちゃんでしょ」
　他の人と比べられると、子どもは自信を失います。世界には上には上がいますから、比べられるのは、苦しくなりますね。

・高める言葉：「前より～できるようになったね」「頑張りを見ていたよ」
　比べるなら他人ではなく「過去のその子自身」です。小さな成長や途中の努力を認めて言葉にすることで、子どもは「自分を見てくれている」と安心し、自己肯定感が育ちます。

② 否定したり、驚かせたりする言葉

・残念な言葉：「どうしていつもそうなの？」 「もう置いていくよ！」
　反発心や恐怖心が生まれ、子どもが感情的になってしまいます。

・高める言葉：「〇〇してくれると助かるな」「～という理由で困ることになるんだよ」
　親を主語にして気持ちを伝えることを意識し、子どもが少し落ち着いてから、理由と次にとるべき行動を具体的に伝えることが効果的です。

成長するにつれ子どもの悩みは変わりますが、根底にある「認められたい」という思いは幼児期から思春期まで同じです。毎日完璧な言葉がけをするのは不可能ですが、「すごいね、さすがだね、よかったね、やったね、上手だね、オーケー、いいね」などのほめる言葉・認める言葉をたくさん伝えることを心がけることで、残念な言葉を減らすことができそうです。

おすすめの１冊

能代市立図書館所蔵の「家庭教育に関する本」のなかから、
司書選りすぐりの１冊をご紹介します。



子どもが笑顔で動き出す　本当に伝わる言葉がけ

著者：小川大介
出版社：すばる舎

　右から左へ抜けてしまう親の言葉を、子どもの中にとどめておくことができるのか。「こういうときはこう言えばいい」という表面的な言い換え方法ではなく、子育ての本質に基づいた言葉がけのポイントがよくわかる１冊。NGワードや事例も掲載。

家庭教育講座のご紹介

能代市社会教育指導員　佐藤　誠也

　「我が子が一日中泣き止まず、どう対応したらいいのか分からない」と、人知れず不安や孤独を感じていませんか。

　激しいぐずり泣きや怒りは、決して親の育て方のせいではなく、順調に自我が芽生え始めたという大切な成長のサインです。一人で悩みを抱え込まず、まずは保護者自身がホッと息をつける心のゆとりをもつことから始めていきましょう。

　本講座では、日頃の子育ての負担や不安を少しだけ軽くできるような学びの場をお届けします。



困ったときは、下記へお問い合わせください。

○子育てに関するご相談等
　TEL　８９－２９５５（能代市子育て支援課　家庭児童相談）
　TEL　５２－８１１５（能代市子育て支援センター）
　TEL　７３－３１１１（二ツ井子育て支援センター）
　TEL　８９－２９４８（能代市こども家庭センター）
○学校（いじめや不登校等）に関するご相談等
　TEL　７３－５１７８（能代市教育委員会　教育研究所）
　TEL　８９－１６１６（能代市教育委員会　教育研究所（風の子相談））
○家庭教育に関するご相談等、家庭教育通信に関するご意見やご感想等
　TEL　７３－５２８５　　FAX　７３－６４５９
　メール　shou-supo@city.noshiro.lg.jp（能代市教育委員会 生涯学習･スポーツ振興課）