

# 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のでしょうか。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って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のでしょうか。

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：舩田光洋、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。

#### 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感想等

TEL 73-5285 FAX 73-6459

メール shou-supu@city.noshiro.lg.jp (能代市教育委員会 生涯学習・スポーツ振興課)