

令和3年度 印西市家庭教育学級だより

12月号②

かてきょう通信

冬休み号

NO.10

「子育ては、自分育て」～家庭・地域の絆のために～

いよいよ冬休みです。家庭での時間大切に。

2学期も終業式まであと数日。新しい年、令和4年・2022年がもうじきやってきます。コロナ禍が2年ほど続く中で、子育て中の皆さん、様々なご苦労があたりでしょう。そして、子どもたちも、生活様式が様々に変わる中で、毎日よく頑張っていると思います。

◇いよいよ冬休み ～生活にルーティン(決まった流れ・日課)を～

冬休みを迎えますが、子どもたちにとっては、家庭で過ごす自由な時間が増え、うきうきわくわく。親の立場からすると、家庭でどうしたらよいかと不安になる方もいらっしゃるかと思います。あわただしさの中、家庭での時間をどう活用できるでしょうか。

人間にとっては、健やかな心身のために、一日の過ごし方のルーティンが重要だそうです。様々な計画を立てているご家庭もあるかと思いますが、冬休みをどう過ごしたらいいか、宿題、お手伝い、テレビ、ゲーム、運動などを、一日の中に、どう取り入れていくのか。お子さんと話し合っただけで計画してみるのも良いでしょう。

しかし、計画が実行できない時もあるでしょう。そんな時、頭ごなしに叱りつけるのではなく、「できる範囲に修正してみよう。」と話してみましょう。頑張っていることを認められれば、お子さんの意欲は維持されます。失敗しても、次に頑張ろうとする安心感が得られるのです。これが、『自己肯定感』です。子どもの意欲を育てる『自己肯定感』。家庭でのあたたかい触れ合いの中でこそ、『自己肯定感』が育まれるのだそうです。

◇読書の大切さ ～自己肯定感(安心感)を育もう～

一緒に話し合ったり、楽しんだり、食事をしたりすることで、安心感が生まれます。子どもにとっても、大人にとっても、大切な『自己肯定感』が、そうした普段の生活の中で育まれるのです。そして、「読書」や「読み聞かせ」もその一つ。家庭で過ごす時間の中で、少しでも、親子で本に親しむ時間を作ってみましょう。脳科学者の話によると、子どもの「脳」の成長にとっても、「読書」や「読み聞かせ」は大変効果があるのだそうですよ！

◇お問い合わせ◇

印西市教育委員会

教育部生涯学習課 推進係(担当 鳩・海老原)

【電話】 0476-33-4713

【FAX】 0476-42-0033



子育ては自分育て

★来年は『寅年』。健康で、明るい年になりますように・・・よいお年を！