

かてきょう通信

「子育ては自分育て」～笑顔の子育てのために～

夏休みがやってくる

朝顔のみずみずしさに、夏の朝の心地よい涼感を覚える頃となりました。幼稚園、各小中学校では家庭教育学級がスタートしました。参加された保護者の方々からは、「参加者同士の話も進み、有意義な時間を過ごすことができた。」「不安を共有でき、安心感を持つことができた。」等の感想を伺っています。7、8月に家庭教育学級を開催する学校は少ないようですが、園や各小中学校の年間計画を確認していただき暑さに気を付けながらご参加していただければと思います。

さて、お子様たちは7月下旬より夏休みに入ります。「夏休み」という言葉を聞くと、わくわく感を覚える子ども多いのではないのでしょうか。長期の休みは子どもたちが自主性やチャレンジ精神を育む絶好のチャンスですが、一歩間違えると「夜更かし・朝寝坊」の悪循環に陥りやすい時期でもあります。

ご家庭におかれましては、園や各小中学校から配布される「夏休みの過ごし方」についてのプリントをよくお読みになり、どのように過ごすのか話し合われることが大切です。

ご家庭で話し合いたい3つの約束

1 「早寝・早起き・朝ごはん」の継続 🕒

学校がない日も、ふだんと同じ時間に起きることが生活リズムを崩さない秘訣です。朝の涼しい時間帯に宿題や読書を済ませる習慣をつけましょう。脳と体をシャキッと動かすために、朝ごはんはしっかり食べることが大切です。

2 スマホ・ゲーム・SNSの「我が家ルール」の再確認 📱

時間がたっぷりある夏休みは、画面を見る時間が長くなりがちです。「1日〇時間まで」「使うのはリビングで」など、親子で納得して決めたルールをもう一度確認しましょう。ルールを破ったときの約束も事前に決めておくスムーズです。

3 熱中症対策と安全管理 ☀️

近年の夏の暑さは非常に厳しくなっています。室内にいるときもエアコンを適切に使い、こまめな水分・塩分補給を心がけましょう。また、子どもだけで川や海、プールに行くのは大変危険です。行くときは必ず大人が同行し、地域ルールを徹底してください。

💡 お風呂掃除、新聞取り、ミニトマトの水やりなど、「これをやったら家族が助かる」というお手伝いを一つ、夏休みの「任務」としてお願いしてみませんか？

毎日やり遂げることで責任感が育ち、家族からの「ありがとう、助かったよ」という言葉が子どもの自己肯定感を大きく育てます。ぜひ、たくさんの感謝を伝えてあげてください。

◇お問い合わせ◇

印西市教育委員会 生涯学習部生涯学習課 推進係(担当 木村・関)

【電話】0476-33-4713

【E-mail】syougaku@city.inzai.chiba.jp

★「かてきょう通信」は、印西市ホームページでもご覧いただけます。



子育ては自分育て