

爽やかな風の中に新緑がキラキラしている季節です。
子どもたちは、それぞれが自分なりのやり方で、新しい学校生活にな
じもうと毎日過ごしていることでしょう。

たまには、「私の大事な宝物!」と、頭をなでてあげたり、ぎゅーつ
と抱きしめてみてはいかがでしょうか。



1 参観日は、子どもをほめる「チャンスの日」

年に何回か、参観日がありますね。

家庭とは違った子どもの表情や、行動を見ることのできる良い機会です。

「友だちと一緒に時は、こんな顔するんだ。」「大きな声でしっかり返事してるなあ。」
など、我が子の頑張りや、成長を感じることができます。

そして、その日のうちに、できれば具体的にほめてあげましょう。そうすると、子
ども自身が「そこを見てくれたんだ、よし、もっと頑張ろう」と、やる気を出してくれ
るようになりますよ。

2 家庭の教育力は低下した?!

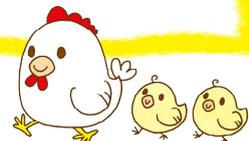
最近の「家庭の教育力」は低下したと言われます。果たしてそうでしょうか。「家庭の
教育力」が低下したのではなく、数十年前の何倍もの教育力が必要となってきたよ
うに思います。

以前はゲームもスマートフォンもなく、子どもは外で遊ぶか、本（もちろん漫画を含
む）を読んでいました。画面をクリックすれば、すぐに欲しいものが手元に届くとい
うわけでもなかったのも、お店に行って買うまでは手に入りませんでした。もちろん、コ
ンビニもなかったのも、夜お店に行くこともありませんでした。

しかし、今では・・・。

- 物が簡単に手に入るようになったからこそ、「物を大事にしなさい」と。
- メディアが身近になったからこそ、「スマホばかり触るんじゃない」と。
- いつでも好きな物を食べられるからこそ、「好き嫌いせずに食べなさい」と。
- 生活が便利になったからこそ、「お手伝いしなさい」と。
- 動画を見る方が楽だからこそ、「本を読みなさい」と。

教えること、まだまだありますよね。でも、あせることは
ありません。ゆっくり心に余裕を持ってやっていきましょう。



3 「我が家のルール」ありますか？

学校や社会では、みんなが気持ちよく過ごせるようにルールがあります。そこで、家庭を小さな社会と考えると、家族全員が笑顔で過ごせるように、約束事やルールが必要になってきます。

では、どんなルールがあったら良いか、一緒に考えてみましょう。



- ☆ 〇〇時には起きよう ⇒ 目覚ましをかけて自分で起きると、その後の行動がスムーズになります。
- ☆ あいさつをしよう ⇒ 家族同士でも、あいさつは大切です。まずは、大人がお手本になりましょう。
- ☆ 気持ちを言葉にしよう ⇒ ありがとう、ごめんなさいがさらっと言えると、みんなが笑顔になります。
- ☆ ゲームは〇〇分まで ⇒ 親が一方的に決めるのではなく、話し合っ決めておくといいですね。
- ☆ 毎日お手伝いをする ⇒ 自分が家族の役に立っていると感じると、素直に嬉しいものです。

4 歩いて強くなる！！

子どもたちは、雨の中でもがんばって歩いて登校します。歩くことで、第2の心臓である“ふくらはぎの筋肉”が鍛えられます。この筋肉は、重力に逆らって、血液を身体の上部へと送り返すポンプの役割をしています。このポンプの働きが弱まると、血液代謝が悪くなり、「やる気が出ない」、「便秘になる」など、体調に影響が出てくるそうです。



また、歩いて登校することで、小さな達成感が積み重なり、子どもの“心のたくましさ”を育てていくのではないのでしょうか。

～ あとがき ～

先日ラジオを聞いていると、若いお父さんからのお悩み相談がありました。その内容は、「シングルファーザーです。小学1年の息子は、すぐに手が出てしまいます。私はどうしたら良いのでしょうか。」というもの。親としては、お友達が離れていってしまうのでは・・・と心配は増すばかり。果たして、相談を受けたカウンセラーの返答はいかに、と聞いていると、「毎日、本を読んであげてください。」とのこと。「息子さんは、自分の感情を表現できる言葉を知らないのです。それで感情を抑えきれなくなり、手が出てしまうのでしょうか。お話や物語を聞くことで、しだいに言葉で伝える方法を覚えていくと思いますよ。」と。なるほどそうかもしれません。それに、何よりもお父さんの声の響き、一緒に過ごす穏やかな時間が、その子にとって心の安らぎになるような気がしますよね。

そんな優しい時間には、絵本「どうぞのいす」を読んでみては？

