

かていのまわりでささえる おうえんだん!



「困った時は、おたがいさま」です。
まずは、**公園**や**近所**で気軽に話してみましょう！
先輩のパパやママから、役に立つ情報が得られたり、
思いがけない助っ人が現れたりするかもしれません。



保育所（園）、幼稚園や認定こども園では、『園庭開放』を行っているところもあります。
また、子育てに関して気になっていることがあれば、先生に相談することもできます。

市町村の保健センターでも、お子さんの育児や成長発達のこと、親御さんの体調や育児でのイライラのこと、お子さんとの関わり方等の相談を受け付けています。気軽にお電話ください。



ウェブサイト「親力アップ いきいき子育て広場」

聞いてみよう子どもの声

話せない子ども、話したくない子どもの心の声を聞いてみましょう。



子育て豆知識

食事のとり方、上手な叱り方など、乳幼児・小学校・中学校の3つの時期別に、子育てに関する情報を掲載しています。



おすすめのBOOK

0歳から高校生まで、図書館司書がすすめる図書だけでなく、「パパ・ママおすすめBOOK」も紹介しています。



親に言われてうれしかった言葉

子どもをほめる親の言葉は、子どもに自信をもたせ、さらなるやる気を引き出します。そんな魔法の言葉を使ってみましょう。

ちば 親力

検索

このサイトは、スマートフォンや携帯電話からでもご覧いただけます。
右のQRコードからアクセスしてみてください。



【QRコード】

発行／千葉県教育庁教育振興部生涯学習課

〒260-8662 千葉市中央区市場町1番1号 TEL 043-223-4069・4167 FAX 043-222-3565

【家庭教育の支援】 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shougaku/renkei/kateikyoku/index.html>

親子で取り組む あいうえお

幼児の保護者の皆様へ

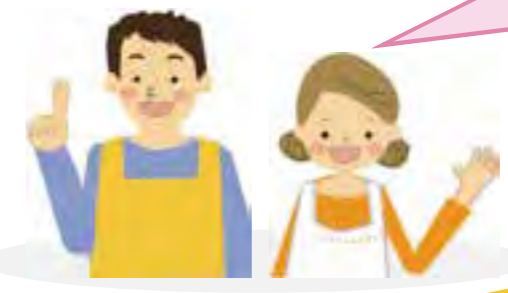
不安…

心配…



だいじょうぶ!

親のちょっとした関わり方で、子どもはぐんと成長します。
子どもの育ち方を知って、親子で「あいうえお」に取り組んでみましょう!



千葉県教育委員会

親子で取り組むあいいうえお

あいさつをする



あいさつは、人間関係づくりの基本です。「おはよう」から「おやすみ」までの間に会う人たちに、気持ちのよいあいさつや返事をしましょう。

まずは、親が率先してあいさつをしましょう。子どもは、親の姿を見て、真似をしながら学んでいきます。

いつも〇〇する



「早寝早起き朝ごはん」など、基本的な生活習慣が定着している家庭の子どもの学力は高いと言われています。

交通ルールなどを守ることはもちろん、家庭内で「いつも〇〇すること」を決めて、一つずつできるようにしましょう。

うんどうをする



外で元気よく体を動かすことは、体力を向上させるだけでなく、五感を刺激し、脳の活性化にもつながります。

元気に体を動かして、親子で一緒に遊びましょう。

県では、走る・跳ぶ・投げる能力や、逆さ・回転などのバランス感覚を身につけるなど、1日1時間以上の運動をおすすめしています。

えほんをよむ



読書は、心の栄養です。

家庭で過ごすひととときに、子どもと一緒に本を読んだり読み聞かせたりしましょう。

一番のおすすめは、読み聞かせる人が気に入った本です。

『図書館司書が選んだ子どもに読んでほしい本100選』(千葉県)などを参考にし、子どもと一緒に本を選んで、楽しみましょう。

おいしく食べる



いろいろな食材を使って朝・昼・夕に3食、できる限り決まった時間に食事をとることが基本です。

家族で楽しくおいしく食べるために、親子で一緒に料理をしたり、食材を収穫したりするといった体験もおすすめします。



子どもの育ち方を知って、よりよい関わり方を考えましょう

花にも、いろいろな咲き方があるように、お子さんの育ち方もさまざまです。違いを楽しみながら、関わり方を考えましょう。

0~1歳頃

「おなかがすいた」「眠い」など自分の思いや欲求を上手に伝えられないので、かんしゃくをおこしたり、泣いたりすることが多い時期です。

「泣いても笑ってもあなたの味方」という思いで、しっかり抱きしめ、親子で感情を分かち合う経験を楽しむことが大切です。

1~2歳頃

自我が芽生え「イヤ!」をよく口にする時期です。

「あなたのやる気を大切にすよ」という姿勢で、自分でやろうとしている時には、あせらずに気持ちを受け止めるようにしましょう。

ただし、してはいけないことについては、なぜいけないのかを教えましょう。

2~3歳頃

食事・排せつ・洋服の着脱などが、ほぼ自分でできる時期です。基本的な生活習慣をきちんと身につけることが大切です。

繰り返し手本を示しながら教えましょう。すぐにできなくても、ゆっくりと待ち、できるようになったら、ほめましょう。

3~4歳頃

お絵かき・工作・外遊びなどで豊かな想像力が発揮される時期です。子どもの遊びを、親も一緒に楽しみながら優しく見守りましょう。

また、社会のルールや決まりごとの大切さを教えるのによい時期です。約束が守れた時や我慢ができた時には、たくさんほめましょう。

4~5歳頃

友達と遊ぶことが多くなる時期です。友達を大切にすることを認め、見守りましょう。

思いやりの心や命の大切さを伝えることも必要な時期です。子どもの気持ちや考えをじっくりと聞きましょう。親が子どもの話に耳を傾けることで、子どもは考えるようになります。

5~6歳頃

自分と相手との立場の違いが分かり、自分の行動を律することができる時期です。

上に示した「親子で取り組むあいいうえお」を親子で見直しましょう。ただ、まだ親に甘えることで気持ちを休めたい時期でもあります。じっくりと話を聞く時間も大切にしましょう。