

# 大川っ子の「生活習慣・家庭学習習慣」の定着を目指して(その3)

大川市教育力向上推進委員会  
(事務局：市教育委員会生涯学習課)

## 平成23年度第1回目「生活・学習習慣チェックカード」の取組結果

5月30日～6月5日の二週間、保育園・幼稚園児から中学生までが一斉に取り組みました。

全児童・生徒の89%にあたる三千三百四十二人の実績報告があり、参加率は回を重ねるごとに増加しています。

今回は、結果から見えてきた課題と、家庭で取り組むポイントについてご紹介します。

### 「学校」「家庭」のめあてが達成できている子どもは5割程度

学校や園、家庭のめあての内容として多いのは「早寝・早起き」「食事中はテレビを消す」「手伝いをする」「整理整頓」などです。これらは子どもの自立心を育て、家族の絆を深めるためにも大切な生活習慣ですが、しっかりと定着までにはもう一歩といったところです。

#### 感想より

【子どもたちのふりかえり】  
●朝いつも起こしてもらっているのですが、今度は自分で起きられるようにしたい。(小2)

●見たいテレビがあったので、寝る時間が遅くなってしまった。(小4)

●母の手伝いの回数が少なかつたので、ちよつとしたことでも母の助けになることであれば続けていきたいです。(中2)

#### 【保護者のふりかえり】

●夕飯の時、テレビを消していた時のほうが良く食べていて、とてもよかったです。(年長の保護者)

●家族の協力が悪く、テレビをつけてつい見てしまった。(小5の保護者)

●手伝いはなかなか自発的にはしない。言われてするという



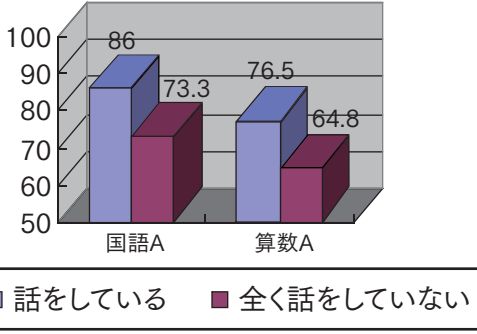
### 睡眠は、子どもにとって将来の質を決めるもの

成長ホルモンなどの脳内物質が分泌されたり、昼間の勉強内容をしっかりと脳に記憶させるなど、眠りは子どもの成長にとって欠かせない大切なものです。

家族が見ていると、子どもも一緒に遅くなるまでテレビやインターネットに夢中になってしまいます。すると生活リズムがくずれ、翌朝の起床が遅くなり、朝ごはんが食べられないといったことにもつながります。大人がすすんでテレビを消すことで、ちよつとでも早く寝る習慣を身につけさせましょう。

### 家庭読書で子どもの生きる力をはぐくもう

読み聞かせや読書は、子どもの成長に欠かせない心の栄養

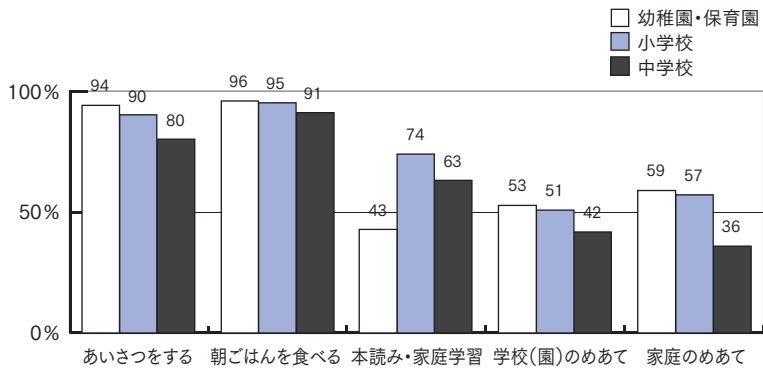


※文部科学省「平成22年度全国学力・学習状況調査」より

ちよつとの時間テレビを消して、今日一日の出来事など家族そろつての会話を大事にしましょう。

感じて夜遅くまでテレビを見るし、本人の生活リズムを自分なりにつくって欲しい。(中3の保護者)

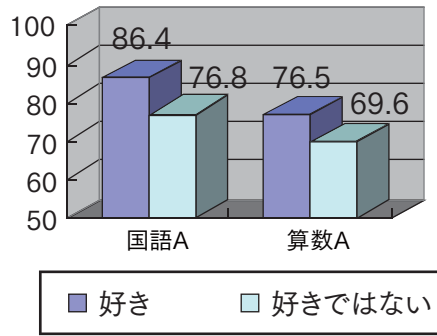
※1週間のうち、6～7日達成できた人の割合を示したグラフ



となります。

テレビやゲーム・インターネットが悪いわけではありませんが、本から培われる豊かな言葉、表現力、想像力の芽生えは、子どもたちの思いやりの心や感性、創造性を育みます。乳幼児期からの周りの大人たちの愛情たっぷりの語りかけを通して、子どもは言葉を習得したり、スキミングによる心の安定を得るのです。

また、読解力と集中力を養うことにもつながり、学校での学習向上の基礎をつくります。



読み聞かせや読書は、子どもの成長に欠かせない心の栄養

大川の未来を担う子どもたちの健やかな成長に向け、家族みんなでできることから始めてみましょう。

つつい、つければなしになっている茶の間のテレビ。

見る番組や時間を決めて、こまめに電源を切る習慣をつければ、家族の触れ合う時間が増えるだけでなく省エネにもつながります。

ちよつとだけのつもりが時間を忘れて熱中してしまうゲーム。でも外で体を動かして遊んだり、お気に入りの本を読んだりすることもとっても楽しいものです。

子どもの生活リズムは、周りにいる大人の生活習慣に大きく左右されます。

テレビやゲームとの付き合い方、子どもたちだけでなく、お父さんやお母さん、おじいちゃんやおばあちゃんも一緒に家族みんなで話し合いながら、我が家のルールづくり始めませんか？



### 夕食は、テレビを消して家族団らん

家族で食卓を囲んでいても、目と耳はテレビに釘付けになっていませんか？食卓は大切な家族のコミュニケーションの場であり、子どもの学校・園での話や

読書の秋です。テレビを消して、大人も一緒に話題の小説や新聞など活字に親しんでみませんか？



習慣チェックカード」の取組を、10月17日(月)～23日(日)の二週間、全市統一日程でおこないます。

この期間、市内の幼稚園・保育園、小中学校、コミュニティセンターにのぼり旗が設置されます。

家族をはじめ、地域の大人が率先して子どもたちに手本を示し、地域ぐるみで大川っ子の健やかな成長を見守っていきましょう。

新たに、大川市子どもの読書活動推進協議会の活動と連携し「週一回は親子で読書に親しむ」ことにも取り組めます。

今年度2回目の「生活・学習

地域全体で取り組もう！「生活・学習習慣チェックカード」

