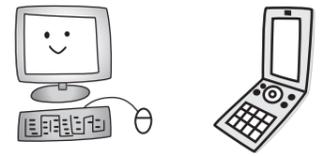


# 大川っ子の「生活習慣・家庭学習習慣」の定着を目指して(その5)



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24年度第1回目の「生活・学習習慣チェックカード」の取組結果

「志・感謝・誇りを持ち、キラリ輝く大川っ子」の育成に向けて、大川市教育力向上推進委員会が取り組む「生活・学習習慣チェックカード」も今年で3年目を迎えました。

6月中旬の一週間、全市二斉に取組が行なわれ、保育園・幼稚園児から中学生までの92%にあたる3,328人の実績報告がありました。

その結果の一部を、グラフとふりかえりでお知らせするとともに、「学校のめあて」にあった《早寝》や、《パソコンや携帯でのメール・ゲーム遊びを減らす》取組のポイントについて紹介します。

## 早寝と自尊感情の関係は？

チェックカードでは、就寝時間の目標を、小学校低学年は9時、中学年は9時30分、高学年は10時としました。

生活リズムが安定している子ほど、自分に自信を持ち、可能性を伸ばすことができそうです。県の調査では、望ましい生

活習慣を身に付けている子どもは自尊感情も高くなっています。

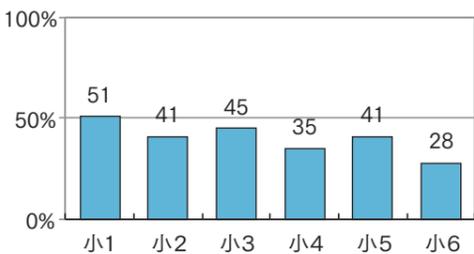
しかしながら、幼児期にせつなく身についた生活習慣も、年齢が上がるに従い乱れていく傾向にあります。

## 親の忍耐力・姿勢が大事です！

早く寝るためには、家の中が静かであることも必要です。大人が子どものために環境を整えるとともに、子どもが自発的にできるような環境まで毎日繰り返し返すことが大切

## 小学校のめあて《早寝をしよう》

小1～2年…9時 小3～4年…9時30分 小5～6年…10時



1週間のうち、ほとんど達成できた子の割合を示したグラフ

です。家族で協力しながら、大人自身も生活習慣を見直してみましよう。

## 早寝のためのポイント

- ① 望ましい就寝時刻を決めておく。
- ② 夕食は早めにする。
- ③ 就寝の1時間前にはテレビを見ないようにする。
- ④ 就寝の準備(着替え、歯磨き、読み聞かせ等)を行う。
- ⑤ 部屋を暗くする。
- ⑥ 早寝ができたらしっかりほめる。

「教育力向上福岡県民運動ワンプoint・リーフレット第5号より引用」



## 子どもたちのふりかえりの一例

- 小学生になれるように早寝早起きがんばる。(年長)
- 遅くまでテレビを見ていた

りして早寝ができませんでした。もっと早く寝れるように工夫したいです。(小五)

○一週間を振り返ってみると、毎日のようにパソコンやメールをやっているなど気づかされました。これからはもっと勉強してパソコンを控える。(中三)

●保護者のふりかえりの一例

○親が意識して声かけすることが大事なんだと思った。(年中の保護者)

○いつも早寝を頭に置いて、子ども中心に時間をつくらうと思います。(小二の保護者)

○パソコンの時間が長いようです。時間を決めようと思っています。(中二の保護者)

## 家庭の中でケータイ・ネット利用のルールを決めますか？

今回中学生では、家庭でのメールやゲーム遊びを1週間ゼロにすることを目標に取り組みました。

ほぼ達成できた子どもは1年生で約半数、2・3年生では3人に1人という結果になりました。

## チェックカード取組のお知らせ

今年度2回目の「生活・学習習慣チェックカード」の取組を、市全体で統一した左記の日程で行いますので市民のみなさんの応援をよろしくお願ひします。

◎10月15日(月)～10月21日(日)



地域のひとと食事をつくる子どもたち

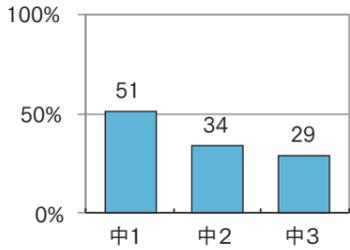
していくためには、保護者や教師以外の『地域の大人』との関わりが大事になってきます。

おじいちゃん、おばあちゃんや、近所のおじさん、おばさん、友達のパパ、ママなど子ども達はたくさん大人たちに見守られながら、学校や家庭とはまた違った経験をし、様々なことを学びながら成長していきます。

推進委員会では、家庭、学校、地域におけるそれぞれの目標を「宣言」という形で設定しています。

子どもは地域の宝です。「地域宣言」に掲げた内容を実践に活かしながら、未来の大川を担う大川っ子の成長を見守っていきましょう。

## 中学校のめあて《パソコンや携帯電話等でのメール・ゲーム遊びをゼロにする》



1週間のうち、ほとんど達成できた子の割合を示したグラフ

生徒や保護者のふりかえり(感想)からは、ネットゲームやメールに時間を取られ、家庭学習や手慣れが疎かになっていく状況もうかがえます。

挨拶ができない、時間や約束・ルールが守れないなど、近年、子ども達の規範意識の低下が課題になっています。

特に、匿名性の高いインターネット利用に関しては、大人も含めて、モラルを逸脱したりトラブルに巻き込まれる問題もでており、見過ごせません。

子ども達をトラブルから守るためにも、各家庭でのルールづくりが必要です。

## 子どもにも携帯電話・パソコンを利用させるうえでのポイント



### ①ケータイ・ネットの正しい知識を持ちましよう

保護者が、携帯電話やインターネットの特性や各端末の機能・性能に関する基本的な知識を習得し、理解を深めましよう。

### ②ケータイ・ネットの利用実態に目を向けましよう

保護者は、子どもたちが携帯電話やインターネットをどのように利用しているのかと、いった、利用状態について日頃から把握に努めましよう。

### ③ネットのリスク回避能力を身に付けさせ、ルールを守らせましよう

携帯電話の必要性・危険性について親子でしっかりと話し合いましよう。持たせる場合には、家庭でのルールを作り、徹底することが大切です。フイ

ルタリングについては必ず設定しましよう。

### ④日頃からのチェックと、「危険信号」への迅速な対応をしましよう

以前に比べて携帯電話やインターネットの使用で変化がみられるなど、子どもが発するSOSのサインを見逃さないようにしましよう。また相談を受けた時は学校と連携した早急な対応に努めましよう。



### (家庭でのルール/例)

- メールや掲示板に嘘や悪口を書かない。
- 食事中はケータイを触らない。
- 一定の時間使ったら(遊んだら)やめる。
- ルールを破ったら1週間の使用禁止。繰り返しルールを破るなら解約。

「教育力向上福岡県民運動ワンプoint・リーフレット第7号より引用」

子ども達が心豊かに成長

## 【地域宣言】- 地域の絆

- 地域住民が率先して、子どもたちに模範を示します。
- 地域の人材を子どもたちの育成に活かします。
- 地域活動の中に、子どもたちに出番と役割を与え、参加させます。
- 公民館を子どもたちの学習交流体験の場として活用します。
- 地域ぐるみで子どもたちの健やかな成長を見守ります。
- 地域ぐるみで学校を応援します。
- 地域の文化を子どもたちに伝えます。
- 子どもたちの生活体験を豊かにする「通学合宿」を推進します。