

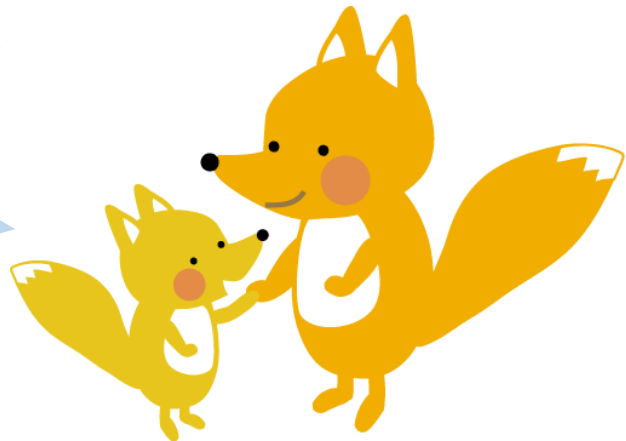
がんばろう、小学生おやこ！ 柏市家庭教育支援事業

***** **みんなの子育て広場** 子育て通信vol.2 *****

～柏市ではさまざまな取組で家庭教育を支援しています～

- ★ 子育ての合言葉 “柏の3猿”！
- ★ 生活リズムを整えるための第1歩！～親子対話編～
- ★ スマホ ペアレンタルコントロール 実践編！
- ★ 親子で工作に挑戦②！

Twitter はじめました！
柏市教育委員会生涯学習課
@kashiwa_SGGs



発行：柏市教育委員会 生涯学習課

みんなの子育て広場 只今準備中！



生涯学習専門アドバイザーと支援コーディネーターの
チームが各学校におじゃまして、今年の活動について
相談しています。

お楽しみに～！！

「みんなの子育て広場」って？

家庭は子どもに一番身近な、一番小さい社会単位です。

学校・保護者・地域・行政が連携して、子どもの健やかな成長のためにできることに取り組みましょう。

- 悩みごとや困りごとについて、座談会で語り合おう！
- スマホやインターネットについて、親子で知ろう、話そう！
- 入学準備の時に色々な情報が聞きたい！

市内小学校で実施中です！

まずは

子育ての合言葉“柏の3猿”をご紹介します

「観ます」



「聴きます」



「話します」



イラスト：ペンネーム KIRIN

観る は、見学の見るではなく **観察の観る**

子どもの状態をいつもよく見ていると、「何かあったかな？」と表情や態度などで変化したことが分かり、子どもに的確な対応をすることができます。

聴く は、**傾聴の聴く**

話は、子どもの目を見て最後まで聞いてあげる。そうすると、子どもも人の話を聞くようになって、話す力も育ちます。習慣づけが大切です。

子どもは親との会話が好きです。忙しい時は、「～ながら聞き」もよいでしょう。真剣に聞いてくれることで安心します。

話す は、否定語や罰則型の言葉をやめて **肯定語で話す**

たとえば、「○○しなきゃダメ」⇒「○○するといいよ」

「～しないと～できないよ」⇒「～やると～こうなるよ」

否定語・罰則型の言葉は、自信をなくし反抗的な態度をとってしまいます。

肯定語は、自分から進んで行動するようになり、自己肯定感や自尊感情が高まります。

せいかつ ととの だい ぼ おやこたいわへん
～生活リズムを整えるための第1歩！～親子対話編～

けさ きょうしつ ともだち ねむ い
今朝、教室であくびしたらね、友達に「眠そうだね」って言われちゃった。

そうなの。ちょっと寝るのが遅かったかな？

そうかも。

せんせい あさ かい よふ せいかつ くず
先生も朝の会で、夜更かして生活リズムが崩れないためには、
はやね はやお あさ たいせつ い
“早寝・早起き・朝ごはん”が大切だと言ってた。
でもね、はや ね おち ねむ
でもね、早く寝ようと思ってても眠れないんだ。どうすればいいのかな？

いちばんたいせつ からだ うご つか ねむ
一番大切なのは体を動かすことだよ。疲れているとすぐ眠れるよね。
それと、寝る前のゲームやスマホもだめだよ。ブルーライトが脳の
しげき ねむ
刺激して眠れなくなってしまうんだよ。

そうなんだ！

そういえば、さいきん からだ つか あそ
そういえば、最近ゲームやりすぎだったかな？これからは体を使う遊びをしてみるよ。

よく気づいたね。そうしてみよう。

はやお になて
早起きも苦手なんだけど・・・

あさ あ ひかり あ
朝、カーテンを開けて光をいっぱい浴びるといいよ。
たいよう ひかり め さ よる へや くら ね
太陽の光で目が覚めるんだよ。そして、夜は部屋を暗くして寝ようね。

へえ、そうなんだ！

たいよう ひかり まいあさ たいよう ひかり
太陽の光ってすごいんだね。これから毎朝、太陽の光をいっぱい浴びて
め さ せんせい あさ たいせつ い
目を覚ますよ。あとさ、先生は朝ごはんが大切だと言ってたよ。なんで？

よく聞いてたね。そうだよ。

あさ た あたま からだ えいよう い からだ うご だ
朝ごはんを食べると、頭と体に栄養が行きわたって体が動き出すの。
あさ からだ げんき うご
朝ごはんは体を元気に動かすためのスイッチなんだね。

げんき がっこう い きょう はやね はやお あさ
そうか！元気よく学校に行くために、今日から“早寝・早起き・朝ごはん”をがんばろう！

● 一言アドバイス ●

生活リズムの第一歩が「早寝、早起き、朝ごはん」です。習慣化するまで時間がかかります。気長に子どもに付き合ってください。もうすぐ夏休みです。皆で続けましょう！

習慣化させるためのポイントは、少しでもよくなったらほめることです。努力を認め、励ます親がそばにいるから子どもは頑張れるのです。

子どもの成長には親のあたたかなまなざしがとても大切です。

そこで、
今回は！

私たちの生活になくてはならないものになったスマホ・携帯。
小学生の所持率も上がった今、便利なツールを賢く使えるように
上手に見守りましょう！

～スマホペアレンタルコントロール 実践編！～

巻き込まれるかもしれないトラブル

トラブル
①

調べたい言葉や画像を検索していたら、
怪しいサイトに紛れ込んでしまった！

トラブル
②

ゲームに夢中になって睡眠時間が減り、
勉強や運動に集中できなくなった！

トラブル
③

面白半分に掲示板やLINEに
書き込みをしていたら、
友だちを傷つけてしまった！
(または自分が傷ついてしまった！)

トラブル
④

名前とアドレスを公開していたら、
知らない人に声をかけられるように
なった！

「スマホは確かに便利だけど、
知識や経験が未熟な子ども
たちにそのままさせるに
は心配…。

しばらくは保護者が使い方
を管理して見守ることも必要
よね。」

親の役割としてコントロールしたいこと

- ① 利用時間の制限……長時間の使用を防ぐ。
- ② アプリの制限……不必要なダウンロードや課金を防ぐ。
- ③ 閲覧サイトの制限(フィルタリング)……有害サイトや不適切サイトへのアクセスを防ぐ。
- ④ 位置情報の確認……現在位置を確認する。

どうやるの？フィルタリングサービス

まずは、docomo、au、SoftBank などお使いの携帯会社のフィルタリングサービスを
チェックしてみましょう！

メーカーや機種種のサービスごと、また有償・無償など細かな設定が違うので、十分確認
のうえ活用ください。また、『推奨』といった設定などもありますが、一括で制限をか
けてしまうと、「本来使いたくないはずのLINEが見られない！」「乗換案内が見られない！」
「辞書機能が使えない！」など、多くの項目が制限されてしまう現象もあるようです。



「例えば、サイト閲覧のフィルタリングのなかでも、

① 無制限カット ② 成人向けを制限 ③ 許可したサイトのみ閲覧可 などの
選択肢があります。

逆に、ブラウザに制限をかけてもLINEに貼った動画などは見れてしまうことも！」

面倒ではありますが、一つ一つの項目を確認しながら設定をかけていくことが必要かも
しれません。

～スマホ ペアレンタルコントロール 実践編！～

Yさん家の実践例

中学進学に合わせて、キッズケータイからスマホにしました。

ドコモのあんしんフィルター for docomo の中学生向けを基本に、娘の希望と生活パターンから考えて個別に解除するアプリを決めました。

今は友達とLINEグループを作ったり、自分のプロフィール画像を好きなアニメであれこれ変えたり楽しんでいるようです。

我が家は他にファミリーリンクアプリを親子3人グループで入れています。基本的な使用時間制限は決めた上で、状況に応じて伸び縮みの調整を親の端末から出来るし、その日のアプリの使用時間が確認できて便利です。

今は、制限時間をオーバーしてしまえばあっさり手放してケロッとしています、そのうち不満が出たり、あんまり見ないでって言うかもしれないですね。

学年が上がるタイミングとかを捉えて、たまに話してみようと思います。



子どもに見せよう！！

文部科学省ホームページに、情報モラル教育の充実として「ちょっと待って！スマホ時代のキミたちへ～スマホやネットばかりになっていない？～2020年版」が掲載されています。

子どもと一緒にスマホやネットの上手な活用について考えてみましょう。



ちょっと待って！スマホ時代のキミたちへ～スマホやネットばかりになっていない？～2020年版 (小学校低学年用)



ちょっと待って！スマホ時代のキミたちへ～スマホやネットばかりになっていない？～2020年版 (小学校高学年・中学生用)

文部科学省ホームページ
「情報モラル教育の充実」



守るだけではなく、今後は子どもが自分で危険を判断する能力を育てていくためにも、なぜ今この制限をかけているのか、必要性を理解させたいと、発達段階に応じた対応が求められます。

また、保護者は管理しているつもりでも、覚えの早い子どもが勝手に解除してしまうことがあります。フィルター頼りだけでなく、子どもの様子をしっかりと見て・聞いて・話して、見守っていきましょう。

スマホでこんなトラブルがあった！我が家ではこんなルールを作っている！ など
スマホやネットに関するトラブルや解決策などの実体験を募集中！！



[mail:il-learning@city.kashiwa.chiba.jp](mailto:il-learning@city.kashiwa.chiba.jp)



～親子で工作に挑戦②！～

“紙とんぼ”を2つ作って、どっちが上に飛ぶか、比べてみよう！！

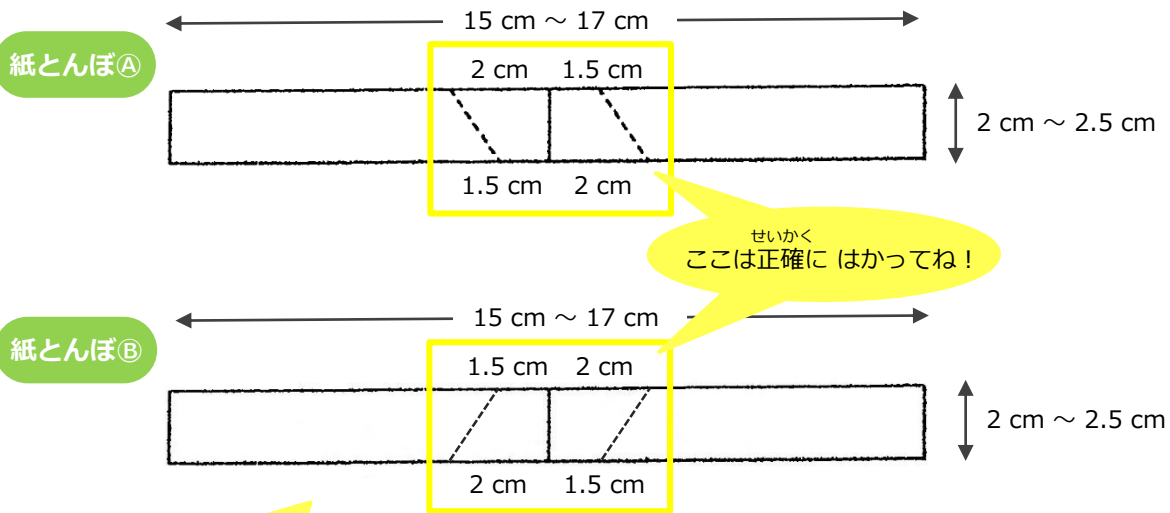
ようい
用意するもの

- かい紙 (工作用紙または古ハガキ) 1～2枚
- ストロー 径4mm × 13cm 2本
- ハサミ
- ホッチキス
- ものさし
- セロテープ
- 色鉛筆、クレヨンなど

ストローは、もっと太くてもOK！
長さもデキトーで大丈夫！

つくりかた

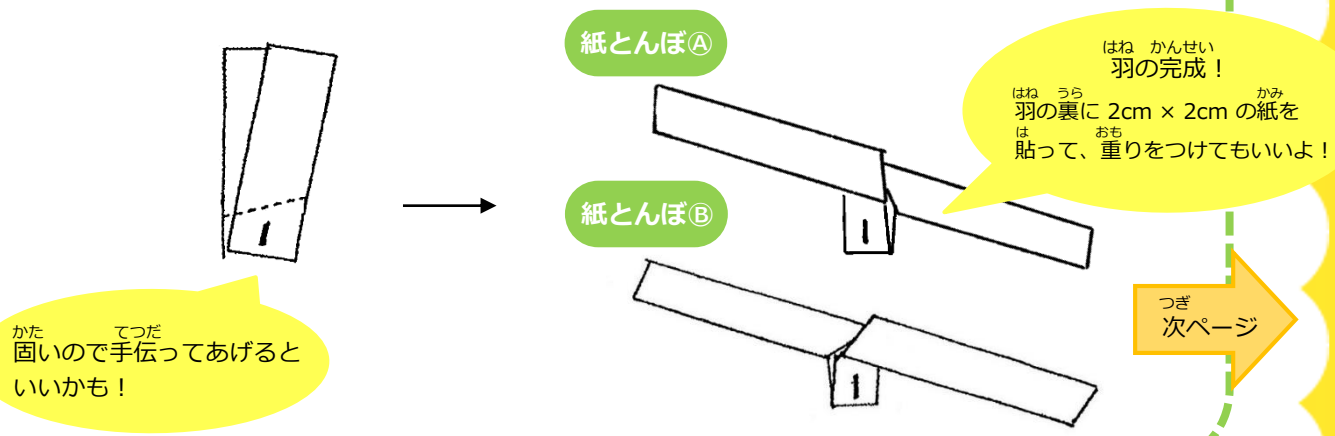
1. 紙を切って、下の図のように点線を引く



ここは正確にはかってね！

色鉛筆やクレヨンなどで好きな色をぬってもOK！

2. それぞれ半分におり、ホッチキスで止めたら、点線を山おりにする



羽の裏に2cm × 2cmの紙を貼って、重りをつけてもいいよ！

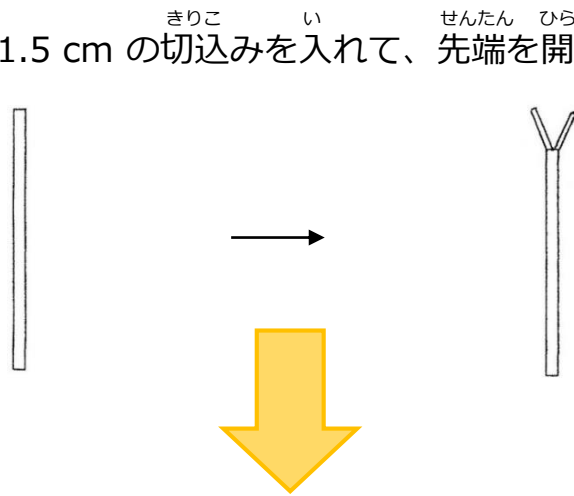
かた固いので手伝ってあげるといいかも！

つぎ
次ページ

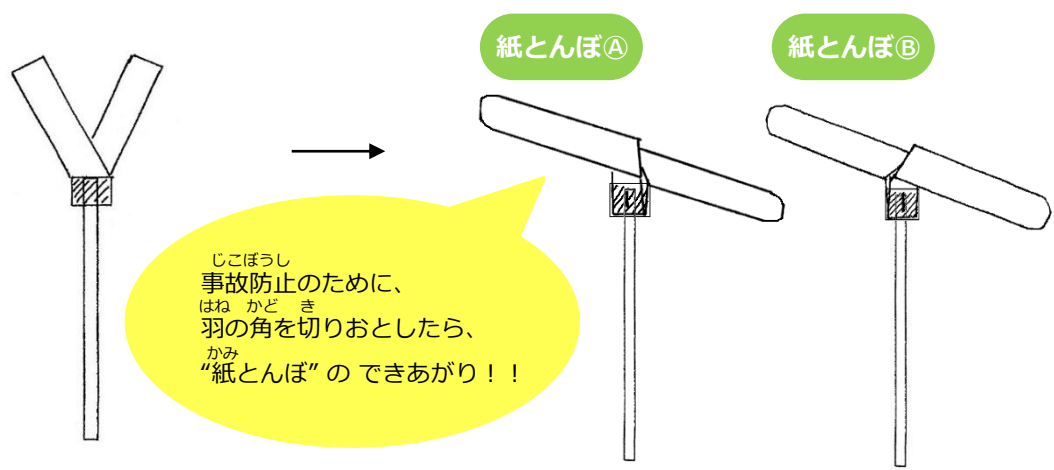
かみ つく うえ と くら
 “紙とんぼ” を 2つ 作って、どっちが上に飛ぶか、比べてみよう！！

つくりかた

3. ストローに 1.5 cm の切込みを入れて、先端を開く



4. それぞれストローで羽をはさんで、セロテープで止める



2つの紙とんぼを飛ばしてみよう！

かみ かみ うえ と
 紙とんぼA と 紙とんぼB どっちが上に飛んだかな？

なんで2つの紙とんぼで飛び方がちがうのか、考えてみよう！！

こた した み
 ※答えは下を見てね。

紙とんぼAは、左手を前にこすりあげると上に飛ぶよ！紙とんぼBは、右手を前にこすりあげると上に飛ぶよ！
 紙とんぼAは、左手を前にこすりあげると上に飛ぶよ！紙とんぼBは、右手を前にこすりあげると上に飛ぶよ！

ほうかご こ きょうしつ りかこうぎ ねんせい さくせい こうさく
 放課後子ども教室の理科講座で2、3年生が作成した工作です。
 ぜひ作ってみてください！

***** お悩み相談窓口 *****

- いまさら聞けない、ちょっとした質問...
- 相談とまではいかないけど、今の気持ちを聞いてもらいたい...

↓ そんな一言は ぜひこちらにどうぞ 🎵 ↓

mail:ll-learning@city.kashiwa.chiba.jp



～次回はこんなメニューを予定しています～

- ★ お手伝いのススメ!
- ★ 文化財さんぽ!
- ★ 5分間辞書引きにチャレンジ!

取り上げてほしいテーマも募集中です。

柏市生涯学習課の公式Twitterにて、“親子で工作に挑戦”シリーズの作りかた動画を掲載中!!

柏市教育委員会生涯学習課 @kashiwa_SGGs

