

小学生  
(1・2・3年)の  
保護者の  
皆様へ

育みたい **夢・希望**

将来はどんな  
仕事をしたい?



学校では、子供たちが自分らしい生き方を実現できるよう、「目標に向けて努力する」「自分のよさを知り自信をもって活動する」など、自立して社会で生きていくための基礎を育てるキャリア教育の推進に努めています。

家庭でも、子供の自立を支えていくことが大切です。

- 家族でチェック
- |   |                                |                             |                              |
|---|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 | 家族同士のよいところを伝えあっている。            | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 2 | 家族の仕事を知っている。                   | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 3 | 子供が興味をもっていることや、将来の夢を知っている。     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 4 | 家族の一員として毎日する手伝いがある。            | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 5 | 自分の仕事のよさや大変さについて、話したことがある。     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 6 | 今の仕事を選んだときのエピソードについて、語ったことがある。 | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 7 | 学校での学習と社会とのつながりについて、話したことがある。  | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |

つなげたい **体験活動・地域とのかかわり**



- Point 1 子供には、五感を使った直接体験を! Point 2 家族で地域行事に参加しましょう!

☆体験活動を通して、社会のルールやマナーを知るとともに、「命を尊重する心」「自然を大切に作る気持ち」「感謝の気持ち」などが培われます。

☆地域行事にかかわることで、たくましさや豊かな心とともに、社会性が育まれ、地域への愛着が生まれます。

- 家族でチェック
- |   |                                   |                             |                              |
|---|-----------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 | 地域の方々(近所の方)にあいさつをしている。            | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 2 | 地域行事(ボランティア活動、スポーツ・文化活動等)に参加している。 | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 3 | 異年齢の子供たちと遊んでいる。                   | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 4 | 自然や動植物を大切にしている。                   | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 5 | 図書館・公民館・博物館・美術館・自然の家等を利用している。     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |

「親力アップいきいき子育て広場」の活用を!

聞いてみよう子供の声、子育て豆知識、おすすめの本など  
家庭教育・子育てに役立つ情報を発信中!

ちば 親力 検索



【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/kateikyoubu/index.html>

# やってみよう!

## 家族でチェック



### 健やかな成長を願い、あたたかなサポートを!

小学校に入学し、少し「おにいさん」「おねえさん」になった子供の姿は、保護者の皆様にとって大きな喜びであることと思います。これから送る6年間の小学校生活、子供が「学校って楽しいよ!」「勉強っておもしろいよ!」「たくさん友達できたよ!」と、毎日きらきら輝く笑顔で、元気に過ごせるよう、日々の生活習慣について家族で確かめ合いましょう。

各ページにチェックリストがありますので、家族で話し合いながら確認してみましょう。  
チェックリストの内容は目安です。

# 「家庭教育」ここがポイント

基本的な生活習慣ときまり

家族のコミュニケーション

家庭学習・読書の習慣

夢・希望

体験活動・地域とのかかわり



## 身につけさせたい 基本的な生活習慣ときまり

Point 1 早寝・早起き・朝ごはん

Point 2 気持ち良いあいさつ

Point 3 時間を守る、約束を守る

おはよう おやすみなさい  
ありがとう ごめんなさいなど

家族でチェック

- |                             |                             |                              |
|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 決めた時刻に寝起きしている。            | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 2 朝食を毎日食べている。               | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 3 家族みんなとあいさつをしている。          | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 4 毎朝、洗顔・歯磨き・排便を済ませて登校している。  | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 5 外から帰ってきたときは手洗い・うがいをしている。  | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 6 自分が使った物は、自分で片付けている。       | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 7 テレビを見たりゲームをしたりする時間を決めている。 | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 8 自分の物やみんなの物を大切にしている。       | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 9 家庭でのルールや社会のきまりを守っている。     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |

### 早寝

子供には十分な睡眠が必要です。背が伸びたり、細胞が新しくなったりするために必要な「成長ホルモン」が寝ている間に分泌されます。(一般的には夜10時から4時間ぐらい)



### 早起き

頭が動き出すのは起きてから2時間後です。早起きをこころがけましょう。

☆推奨睡眠時間

(6~12才) 9~12時間

注) 必要とされる睡眠時間の長さには個人差があります。(2016 米国睡眠医学会)

## 規則正しい生活習慣を!

千葉県教育委員会では、子供の基本的な生活習慣の確立を目指し、子供と保護者に向け、「早寝早起き朝ごはん」をスローガンとした啓発活動や情報提供を行っています。

早寝早起き朝ごはん ちば 検索



【QRコード】

## 深めたい

## 家族のコミュニケーション



Point 1 楽しもう 家族の会話

Point 2 心のもった会話は目と目を合わせることから

そばにいただけでは、お互いの心の中はわかりにくいものです。子供が「愛されている」と実感できるようなコミュニケーションを!

家族でチェック

- |                           |                             |                              |
|---------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 話は、顔を見ながら最後まで聴いている。     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 2 愛情をもって本気で叱ったり、ほめたりしている。 | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 3 できるだけ家族で食事をするようにしている。   | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 4 休日などは家族と一緒に遊ぶようにしている。   | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 5 学校での出来事について会話をしている。     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |

## 取り組ませたい

## 家庭学習・読書の習慣



Point 1 家庭学習の習慣づくり

Point 2 家族と一緒に読書

家庭学習時間の目安は「(学年)×10~20分程度」です。出典「まなび!ちば」の合言葉(千葉県教育委員会)

### 家庭学習の習慣づくりを!

- 家で自分で計画を立てて勉強をしている児童ほど教科の平均正答率が高い傾向が見られます。(「平成31年度全国学力・学習状況調査分析結果報告書」より)
- ・毎日必ず学習する時間を設けましょう。
- ・「学んだこと」を、家庭で話題にしましょう。
- ・学習内容に目を通しましょう。
- ・学習が終わったら、次の日の準備をするようにしましょう。



### 家庭読書「家読」(うちどく)で本の好きな子供に!

- 読書は、言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かなものにします。
- ・子供の音読を聞きましよう。
- ・家族で本を読み、話題を共有しましょう。
- ・読み聞かせをしましょう。
- ☆「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)が参考になります。

ちば 本 100選 検索

家族でチェック

- |                                    |                             |                              |
|------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 毎日、時間を決めて学習をしている。                | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 2 学習をはじめる前にテレビを消すなど、学習の場の環境を整えている。 | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 3 学習意欲を高めるために、励ましの言葉をかけている。        | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 4 学校への持ち物は、前日のうちに準備をしている。          | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 5 子供の音読を聞いている。                     | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |
| 6 本や絵本を一緒に読むようにしている。               | <input type="checkbox"/> はい | <input type="checkbox"/> いいえ |