

# 平成26年度 家庭教育に関する 調査研究報告書



栃木県PTA連合会





# 目

# 次



|                              |   |
|------------------------------|---|
| あいさつ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 2 |
|------------------------------|---|

|                              |   |
|------------------------------|---|
| 「アンケート調査」の概要・・・・・・・・・・・・・・・・ | 3 |
|------------------------------|---|

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| Ⅰ 栃木県内25校のPTA会員向けアンケート・・・・・・・・ | 4 |
|--------------------------------|---|

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| Ⅱ 子育てセミナー2014参加者向けアンケート・・・・・・・・ | 5 |
|---------------------------------|---|

## アンケート結果

### Ⅰ 栃木県内25校のPTA会員を対象とした調査結果

|                       |   |
|-----------------------|---|
| ①調査人数とお子さんの学年・・・・・・・・ | 6 |
|-----------------------|---|

|                  |   |
|------------------|---|
| ②お子さんの性別・・・・・・・・ | 6 |
|------------------|---|

|                          |   |
|--------------------------|---|
| ③お子さんは朝ごはんを食べますか・・・・・・・・ | 7 |
|--------------------------|---|

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| ④主にどんな内容の朝ごはんを食べていますか・・・・・・・・ | 8 |
|-------------------------------|---|

|                          |   |
|--------------------------|---|
| ⑤朝食を主に誰と一緒に食べますか・・・・・・・・ | 9 |
|--------------------------|---|

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| ⑥お子さんの平日の起床時間は何時が多いですか・・・・・・・・ | 10 |
|--------------------------------|----|

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| ⑦お子さんの平日の就寝時間は何時が多いですか・・・・・・・・ | 11 |
|--------------------------------|----|

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| ⑧PTAの取り組み事業として最も興味をお持ちなのは・・・・・・・・ | 12 |
|-----------------------------------|----|

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| ⑧PTAの取り組み事業として最も興味をお持ちなのは（詳細）・・ | 13 |
|---------------------------------|----|

|                          |    |
|--------------------------|----|
| ⑨「いい親の日」を知っていますか・・・・・・・・ | 14 |
|--------------------------|----|

|                   |    |
|-------------------|----|
| 「いい親の日」宣言・・・・・・・・ | 15 |
|-------------------|----|

### Ⅱ 子育てセミナー2014の参加者を対象とした調査結果

|               |    |
|---------------|----|
| 講演の内容・・・・・・・・ | 17 |
|---------------|----|

|                      |    |
|----------------------|----|
| 調査人数とお子さんの学年・・・・・・・・ | 18 |
|----------------------|----|

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| お子さんにはコミュニケーション力があると思いますか・・・・・・・・ | 18 |
|-----------------------------------|----|

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| お子さんは専用の携帯電話をお持ちですか・・・・・・・・ | 19 |
|-----------------------------|----|

|                         |    |
|-------------------------|----|
| いつごろ持たせようと思いますか・・・・・・・・ | 20 |
|-------------------------|----|

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 「早寝・早起き・朝ごはん」運動を知っていましたか・・・・・・・・ | 21 |
|----------------------------------|----|

## あいさつ

栃木県PTA連合会長 齊 藤 隆 則

はじめに、この調査研究のために、アンケートへのご協力をいただきました県内の会員の皆様方に対しまして、厚くお礼を申し上げます。アンケートは県内25市町の会員の皆様ならびに子育てセミナー参加者に回答をいただきました。本当にありがとうございました。

「子育てセミナー2014」は、明橋大二氏を講師に「子育てハッピーアドバイス ～思春期こそ意識したい子どもの『自己肯定感』～」の演題のもと、宇都宮市文化会館大ホールにおいて約1,400名の方々のご参加をいただき、盛況のうちに終了することができました。ご参加いただいた会員の皆様方には、子育てに対する自信を持てたのではないかと思います。アンケートからもその様子をうかがうことができます。

現在、学校では「新学習指導要領」のもと、子どもたちに「生きる力」、いわゆる知・徳・体のバランスのとれた力を育む教育が推進され、思考力・判断力・表現力などの育成を重視した教育が行われています。それらを踏まえ、子どもたちの健全育成のために、家庭・学校・地域が相互に連携し、協力して社会全体で取り組むことが不可欠です。

私たちPTAは、家庭教育が全ての教育の出発点であり、基本理念「教育の原点は家庭にある」を常に意識し、学校教育や社会教育を通して子どもたちが、いつでも安全で安心して生活し、心豊かに育つための生活環境や教育環境をより良くするために、力を合わせて活動していきたいと思います。

県P連のスローガンは「高めよう 家庭の教育力 学び合い 行動するPTA」です。これからも時代の変化や要求に対応した情報をいち早く収集し、発信活動を実施してまいります。この報告書が、今後の生活環境や教育環境の改善・充実につながるよう願ってやみません。様々な場面での活用を期待いたします。

最後に、調査研究報告書の作成にご尽力いただきました県PTA連合会教育課題委員会の皆様をはじめ、関係各位に深く感謝申し上げますあいさつとさせていただきます。



# 「アンケート調査」の概要



## 1、目的

栃木県PTA連合会の基本方針である「子どもに基本的な生活習慣を身に付けさせ、学校教育の更なる充実のために支援する体制を確立する」ために、状況を把握し、基礎資料として情報提供するとともに、保護者自らが子どもの生活習慣を振り返ることを目的とする。

## 2、調査対象者

I. 平成26年度 栃木県内25校のPTA会員

### 【調査協力校】

宇都宮市立陽北中学校

上三川町立上三川中学校

鹿沼市立西中学校

日光市立下原小学校

真岡市立中村中学校

益子町立益子小学校

茂木町立中川中学校

市貝町立市貝中学校

芳賀町立芳賀東小学校

壬生町立睦小学校

野木町立野木小学校

小山市立穂積小学校

栃木市立三鴨小学校

下野市立薬師寺小学校

矢板市立片岡中学校

さくら市立南小学校

塩谷町立大宮小学校

高根沢町立阿久津中学校

那須烏山市立烏山小学校

那珂川町立馬頭西小学校

大田原市立紫塚小学校

那須町立朝日小学校

那須塩原市立東原小学校

佐野市立西中学校

足利市立西中学校

II. 11月13日（木）開催「子育てセミナー2014」参加者

## 3、調査方法

調査票は、P4・5の2種類を用いた。

## 4、調査期間

平成26年11月

## 5、調査機関

栃木県PTA連合会

教育課題委員会

I 平成26年度 栃木県内25校のPTA会員に向けたアンケート調査票

**問1 在学している一番下のお子さんについてお聞きします。お子さんは、何年生ですか？**

- 1、小学校低学年（1年～3年） 2、小学校高学年（4年～6年）  
3、中学1年 4、中学2年 5、中学3年

**問2 問1で回答したお子さんの性別は？**

- 1、男 2、女

**問3 問1で回答したお子さんは、朝ごはんを食べますか？（1つに○）**

- 1、毎日食べる 2、時々食べる 3、ほとんど食べない  
※スナック菓子・サプリメントは含まない

**問4 問1で回答したお子さんは、主にどんな内容の朝ごはんを食べていますか？**

（食べている項目に○を、食べていない項目に×を記入ください。）

- A：主食（ご飯・パン）※菓子パンは含まない  
B：主菜（卵・肉・魚類などのたんぱく質を多く含むもの）  
C：副菜（野菜類など）  
D：汁物（味噌汁・スープ類）  
E：果物・牛乳・ヨーグルトなど  
F：その他（菓子パンなど）

**問5 問1で回答したお子さんは、朝食を主に誰と一緒に食べますか？（1つに○）**

- 1、家族と一緒に 2、兄弟姉妹だけで食べる 3、ひとり

**問6 問1で回答したお子さんの平日の起床時間は何時が多いですか？（1つに○）**

- 1、午前6時前 2、午前6時～7時未満 3、午前7時～8時未満  
4、午前8時以降

**問7 問1で回答したお子さんの平日の就寝時間は何時が多いですか？（1つに○）**

- 1、午後8時前 2、午後8時～9時未満 3、午後9時～10時未満  
4、午後10時～11時未満 5、午後11時以降

**問8 PTAの取り組み事業として、最も興味をお持ちなのは何ですか？（1つに○）**

- 1、基本的生活習慣（①食事 ②睡眠 ③学校生活 ④友人関係 ⑤勉強時間）  
2、携帯・インターネット  
①通話 ②メール ③ライン ④SNS ⑤有害フィルタ  
⑥オンラインゲーム ⑦コミュニティ（ブログ等） ⑧ネットショッピング  
3、安全対策（①通学路 ②不審者 ③地域 ④自然災害）  
4、家庭での教育  
①親力 ②しつけ ③学習習慣の定義 ④親子の時間（家事の手伝い）  
5、いじめ問題  
①研修・講演会 ②ネットいじめ ③いじめに関する調査  
④道徳・モラル ⑤学校での指導・対策  
6、その他

**問9 栃木県PTA連合会では教育責任の分担確認と保護者の資質向上のため、11月8日を「いい親の日」また、毎月8日を「親の日」としています。あなたは、そのことを知っていますか？**

- 1、知っている 2、知らない

**問1 本日のセミナーについて**

- ① 内容はいかがだったでしょうか？  
1、大変よかった 2、よかった 3、ふつう 4、よくなかった 5、わからない
- ② 曜日の設定はいかがだったでしょうか？  
1、平日でよかった 2、土・日がよかった 3、どちらでもかまわない
- ③ 講演の感想またはご意見をお書きください。
- ④ 今後の子育てセミナーで話を聞きたい講師または聞きたい内容はありますか？  
講師名：  
聞きたい内容：

**問2 お子様の生活習慣について**

- ① 小・中学校在籍中の一番上のお子様についてお伺いします。お子様は何年生ですか？  
1、小学校低学年（1－2年） 2、小学校中学年（3－4年）  
3、小学校高学年（5－6年） 4、中学生
- ② ①で回答したお子様にはコミュニケーション力があると思いますか？  
1、とてもある 2、あると思う 3、少し足りない 4、ない 5、わからない  
どんなときに感じますか？
- ③ ①で回答したお子様は専用の携帯電話はお持ちですか？  
1、持っている 2、持っていない  
➤ 「1・持っている」とお答えの方にお伺いします。主な活用範囲は？  
1、家族間の連絡のみ 2、友人との連絡用 3、インターネットなど検索  
4、わからない  
➤ 「2・持っていない」とお答えの方にお伺いします。  
いつごろ持たせようと思いますか？  
1、持たせない 2、高校入学時 3、中学入学時  
4、欲しいと言われたらすぐにも

**問3 栃木県PTA連合会では、教育責任の分担確認と保護者の資質向上のため、  
11月8日を「いい親の日」また、毎月8日を「親の日」としています。  
あなたは、そのことを知っていますか？**

- 1、知っている 2、知らない

**問4 早寝・早起き・朝ごはん全国協議会では、生活習慣の基本「早寝・早起き・朝ごはん」運動を展開しております。知っていましたか？**

- 1、知っている 2、知らない

# I 平成26年度 栃木県内25校のPTA会員 を対象とした調査結果

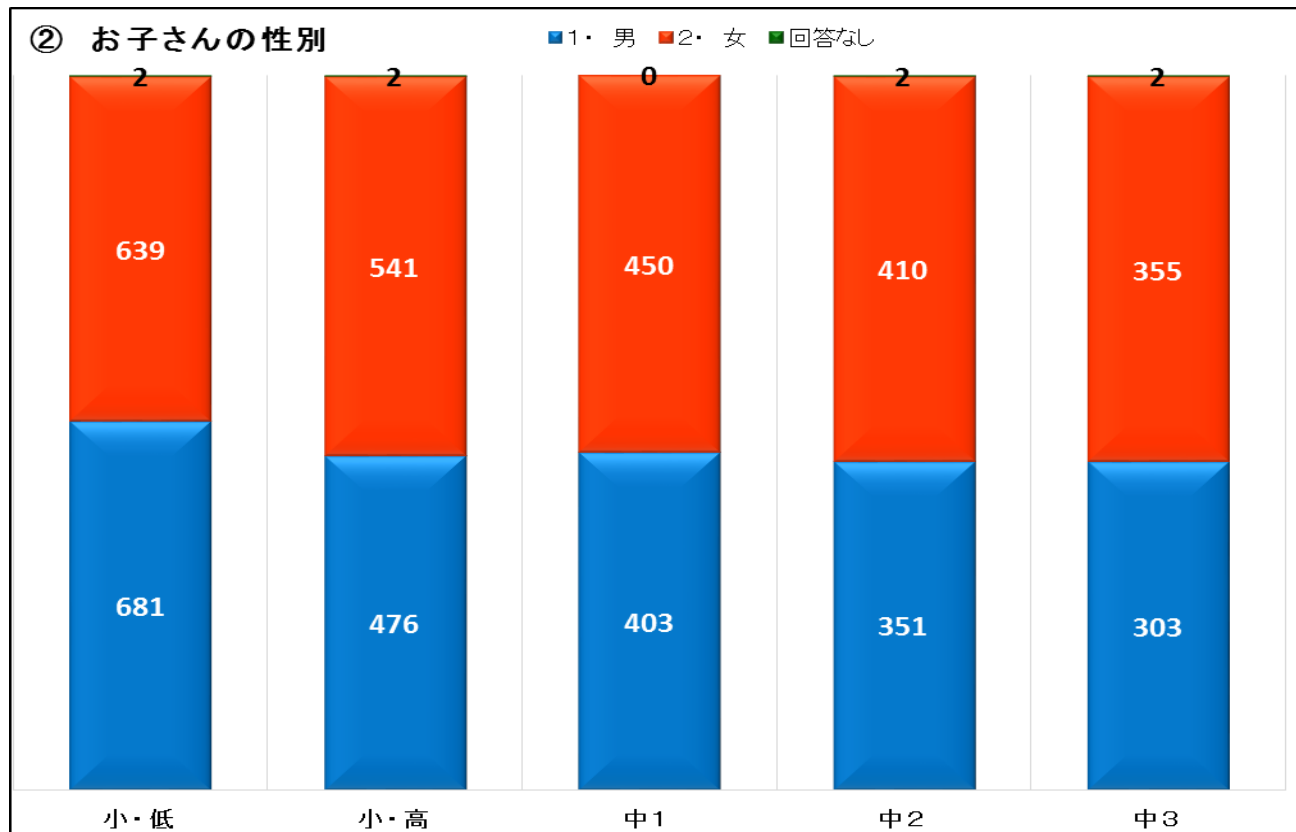
## ① 調査人数とお子さんの学年

数字は該当人数(名)

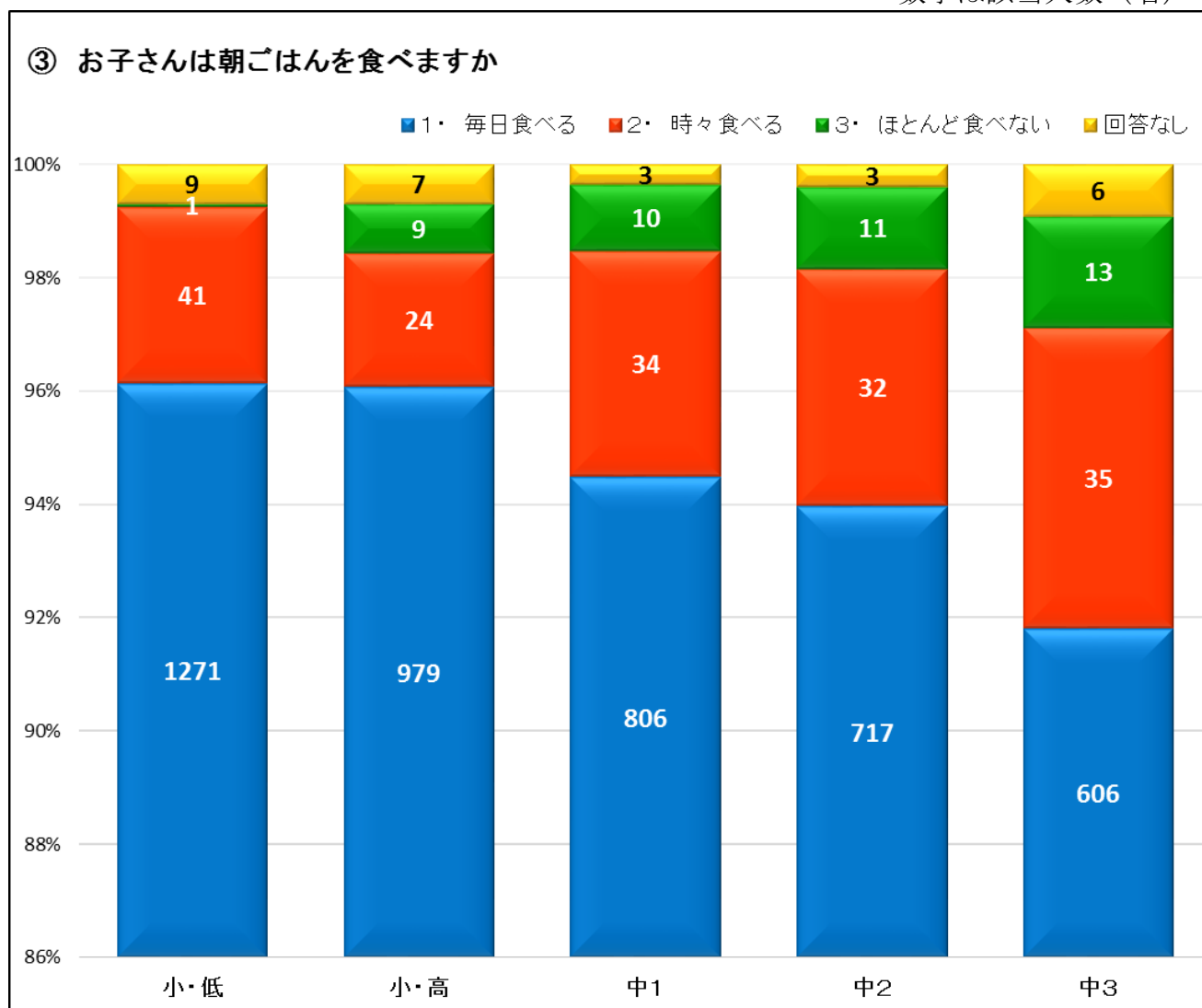
| 小学低学年 | 小学高学年 | 中学1年 | 中学2年 | 中学3年 | 合計    |
|-------|-------|------|------|------|-------|
| 1322名 | 1019名 | 853名 | 763名 | 660名 | 4617名 |

## ② お子さんの性別

■1・男 ■2・女 ■回答なし







小学生 96%、中学生 93%のお子さんが毎日の朝食をきちんと食べているという結果となっています。若干ですが「時々食べる」・「ほとんど食べない」と回答した人が高学年になるにつれて多くなるのは、就寝時間が遅くなり結果的に朝起きることが遅くなる為だと思われます。

朝ごはんは一日のパワーの源です。寝ている間に低下した体温を上昇させ、活動の準備を整える朝ごはんは、食べると勉強の効率がアップするようです。

特に勉強量が増える午前中は脳の栄養がほしい時間ですが、朝ごはんを食べないと授業にも集中できなくなってしまうです。子どもたちの生活リズムを整えることは、私たち保護者の生活習慣にもかなり影響していると思いますので、自ら模範になるよう心掛けたいです。

また、最近は朝食抜きダイエットや朝食抜き健康法など、朝食を抜いたほうが良いとされる情報もたくさんありますが、朝食を食べることの大切さをしっかりと理解し、心に余裕をもって学校に行かせてあげたいと思います。

#### ④ 主にどんな内容の朝ごはんを食べていますか？

A：主食（ご飯・パン） ※菓子パンは含まない  
 B：主菜（卵・肉・魚類などのたんぱく質を多く含むもの）  
 C：副菜（野菜類など） D：汁物（味噌汁・スープ類）  
 E：果物・牛乳・ヨーグルトなど F：その他（菓子パンなど）

調査人数  
 4, 617名  
 内27名は回答なし

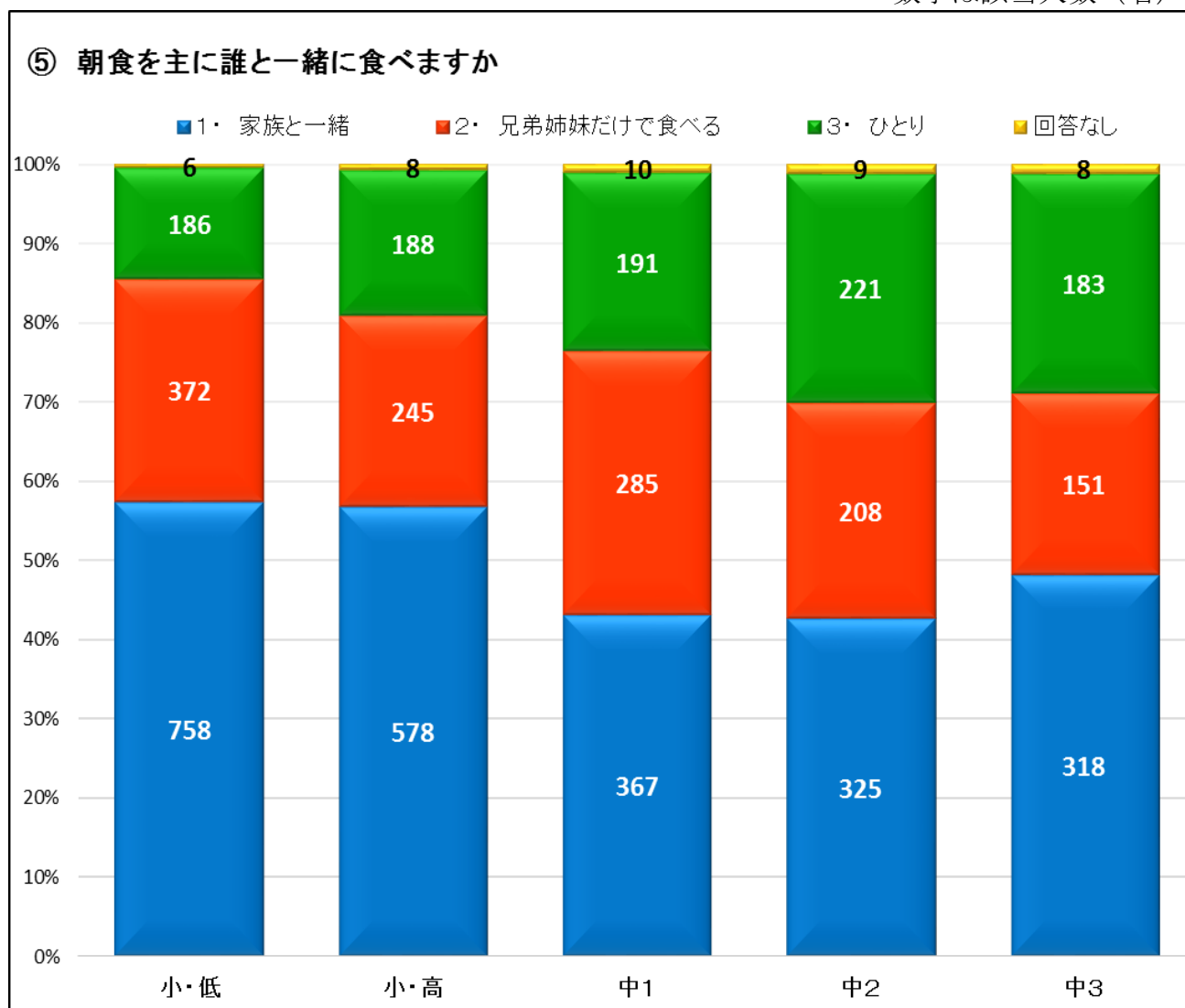
数字は該当人数（名）



### 上位詳細データ



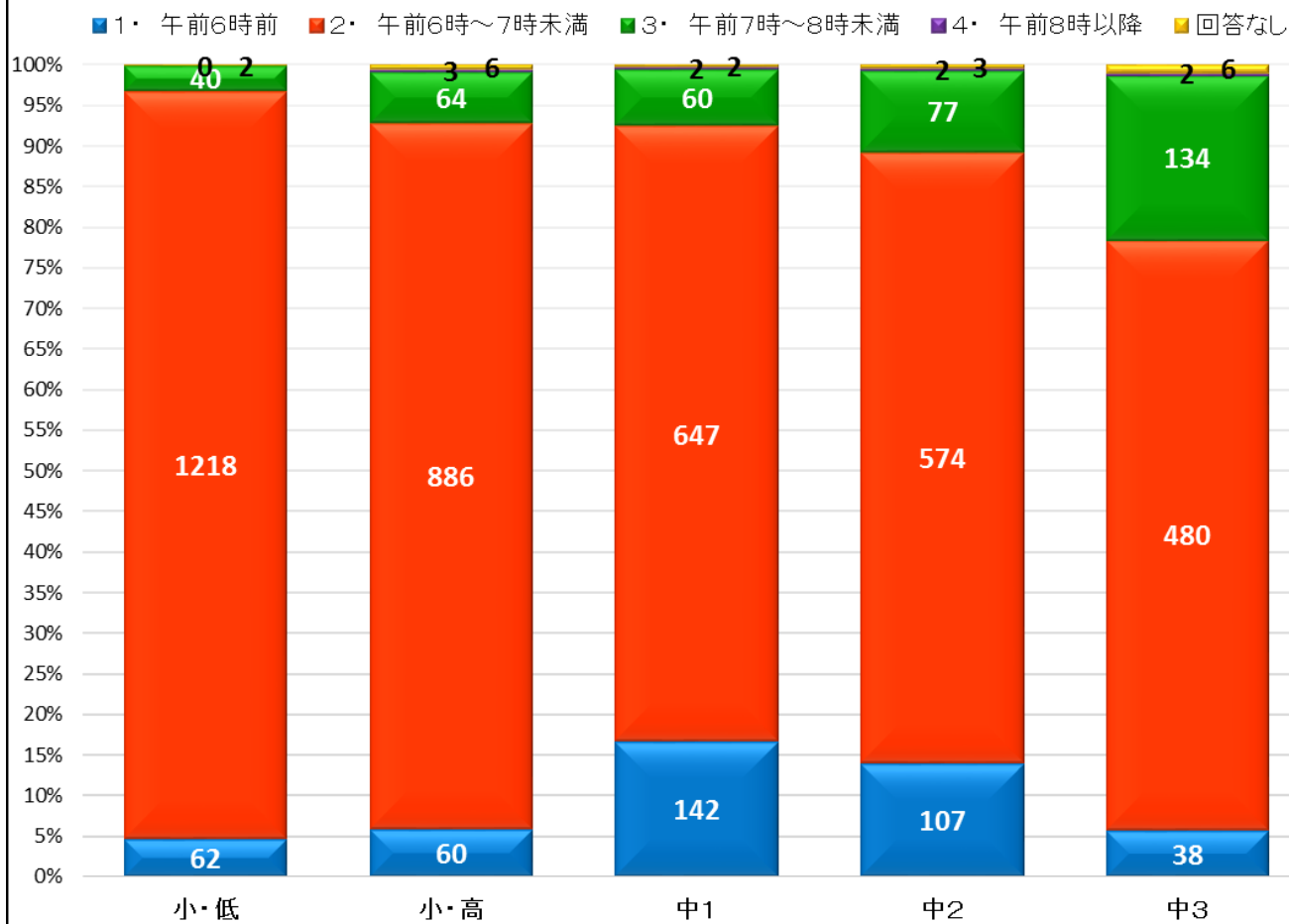
|    | A<br>主食 | B<br>主菜 | C<br>副菜 | D<br>汁物 | E<br>果物<br>等 | F<br>その<br>他 | 小学<br>低学<br>年 | 小学<br>高学<br>年 | 中1  | 中2  | 中3 | 合計  |
|----|---------|---------|---------|---------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----|-----|----|-----|
| 1  | ○       | ○       | ×       | ○       | ○            | ×            | 235           | 140           | 128 | 108 | 70 | 681 |
| 2  | ○       | ○       | ○       | ○       | ○            | ×            | 146           | 141           | 98  | 97  | 78 | 560 |
| 3  | ○       | ○       | ×       | ○       | ×            | ×            | 121           | 106           | 93  | 88  | 58 | 466 |
| 4  | ○       | ○       | ×       | ×       | ○            | ×            | 153           | 90            | 68  | 64  | 41 | 416 |
| 5  | ○       | ○       | ○       | ○       | ×            | ×            | 68            | 86            | 70  | 64  | 40 | 328 |
| 6  | ○       | ○       | ○       | ×       | ○            | ×            | 81            | 53            | 27  | 38  | 32 | 231 |
| 7  | ○       | ○       | ×       | ○       | ○            | ○            | 52            | 41            | 36  | 21  | 19 | 169 |
| 8  | ○       | ×       | ×       | ×       | ○            | ×            | 54            | 38            | 25  | 28  | 19 | 164 |
| 9  | ○       | ×       | ×       | ○       | ○            | ×            | 62            | 31            | 24  | 25  | 21 | 163 |
| 10 | ○       | ○       | ×       | ×       | ×            | ×            | 36            | 28            | 34  | 24  | 24 | 146 |
| 11 | ○       | ○       | ×       | ×       | ○            | ○            | 38            | 28            | 28  | 22  | 13 | 129 |
| 12 | ○       | ○       | ○       | ○       | ○            | ○            | 33            | 36            | 20  | 14  | 17 | 120 |
| 13 | ○       | ×       | ×       | ×       | ○            | ○            | 31            | 17            | 26  | 12  | 16 | 102 |
| 14 | ○       | ○       | ○       | ×       | ×            | ×            | 16            | 22            | 17  | 13  | 25 | 93  |
| 15 | ○       | ×       | ×       | ○       | ○            | ○            | 24            | 22            | 28  | 9   | 3  | 86  |



学年が進むにつれ、「家族で朝食を摂る」子どもが半数を満たさず、孤食の子どもが約3割に上っています。子どもの行動範囲が広がる、子どもの学校生活が忙しくなる、また、家庭の共働きが増えているなどのことが影響していると思われます。平成22年度「児童生徒の食事状況調査」によると、「朝食を一人で食べている」子どもは「イライラする」「身体のだるさや疲れやすさを感じることもある」との回答がありました。「家族そろって食べる」と回答した子どもより割合が高いとの報告もあります。

朝食を摂っている子どもに話しかけたり、顔を合わせたりすることでコミュニケーションを図る等、子どもたちの孤独感を改善する取り組みが必要であると思います。

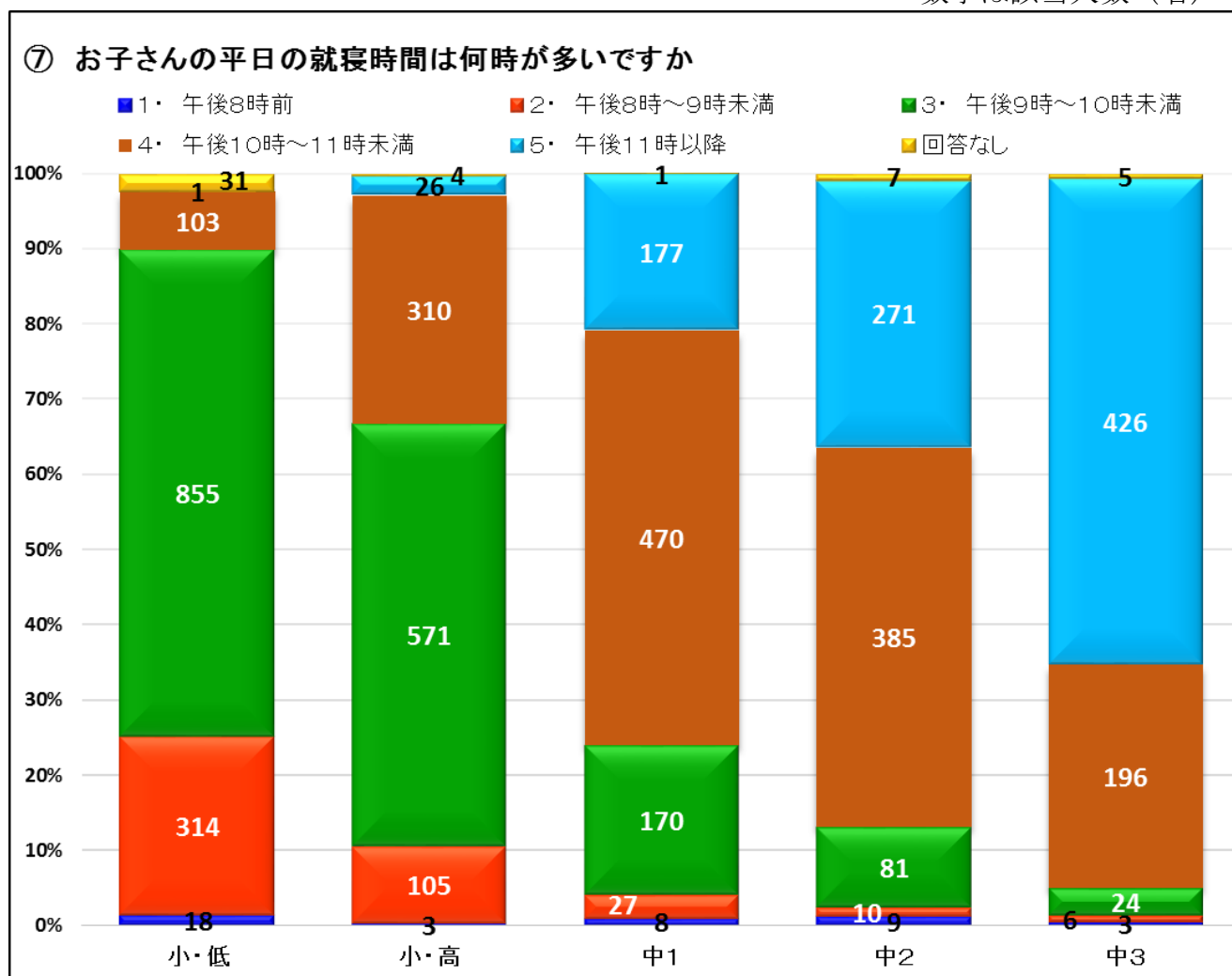
## ⑥ お子さんの平日の起床時間は何時が多いですか



アンケート回答者の約 82% が「午前 6 時から 7 時未満」の起床であり、きちんとした朝のスタートができていると思われます。約 17% の「午前 6 時前」と「午前 7 時から午前 8 時未満」の分布は、小学生においては通学時間の違い、中学生においては部活動の有無が反映されていると思われます。しかしながら「午前 8 時以降」と答えた人については朝食を摂る時間もない、また、授業時間に脳の活動が活発にならないなど、不安な点を残しています。

子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠など、基本的な生活習慣が大きく関係します。個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことなく、社会全体の問題として地域一丸となった取り組みが重要な課題です。学校の懇談会等で、生活習慣の大切さを改めて話し合うなど、私たち保護者も子どもの生活習慣向上に向けて努力したいものです。

数字は該当人数（名）

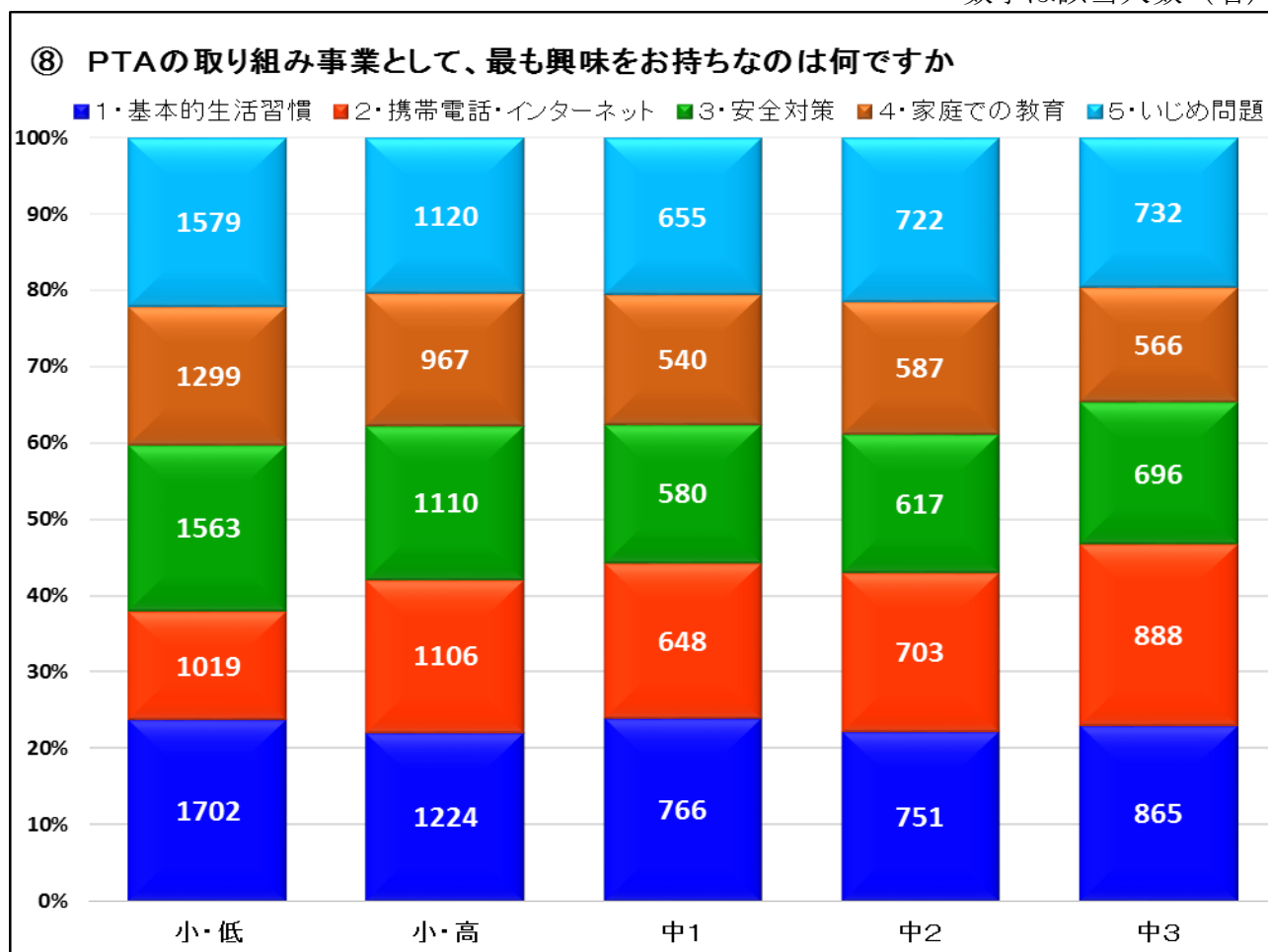


小学生では「午後9時から10時未満」が多数ですが、中学1・2年生の半数が「10時台」、中学3年生の6割以上が11時以降です。学年が進むにつれて就寝時間は遅くなっています。学年による日課のウェイトの違い、塾や習い事、携帯、スマートホンやTVゲーム、学校の宿題に部活動など、さまざまなことが関係していると思います。特に中学3年生は高校入試を控えていることを考えると、致し方ないことだと言えます。

睡眠時間は日中の活動に大きく影響します。意識して「早寝早起き」の生活リズムを目指しましょう。

学年が進むにつれ、重要なことは睡眠時間よりも睡眠の質にあると考えます。いかに短時間で十分な睡眠を得られるかは、食事及びメンタル面を豊かにすることが必要であると思います。

親の役目としてそのような子どもたちをサポートし、良い生活環境、生活リズムを作ってあげたいと思います。



全体的にみると保護者の関心が最も高いことは、基本的な生活習慣についてでした。それぞれの項目ごとにみると、

- 1 基本的な生活習慣については、学校生活や友人関係について最も興味がある。
- 2 携帯電話・インターネットについては、ラインが圧倒的に多い。
- 3 安全対策については、不審者の対策、通学路が最も多い。
- 4 家庭での教育については、学習習慣の定着が多い。
- 5 いじめ問題については、道徳、モラルが多い。

保護者としてさまざまなことを学校に求めています。まずは親がPTA活動に積極的に関わっていただくことが重要に思います。



### ロゴマークの意味

IJIME 0（いじめゼロ）の頭文字I・J・M・0を意匠化しました。二人の子どもが向き合い、ほほえみを交わしながら、大切な芽を共に育てていく姿がモチーフです。

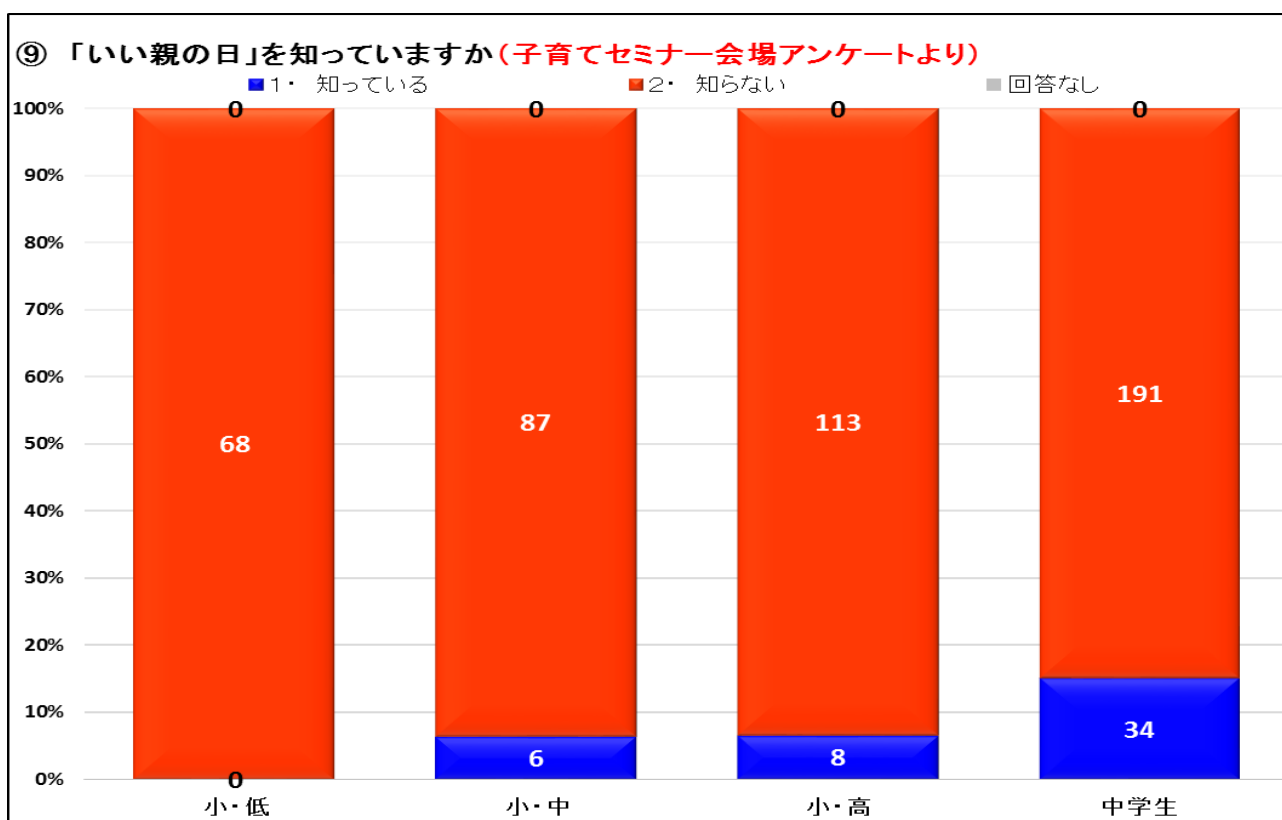
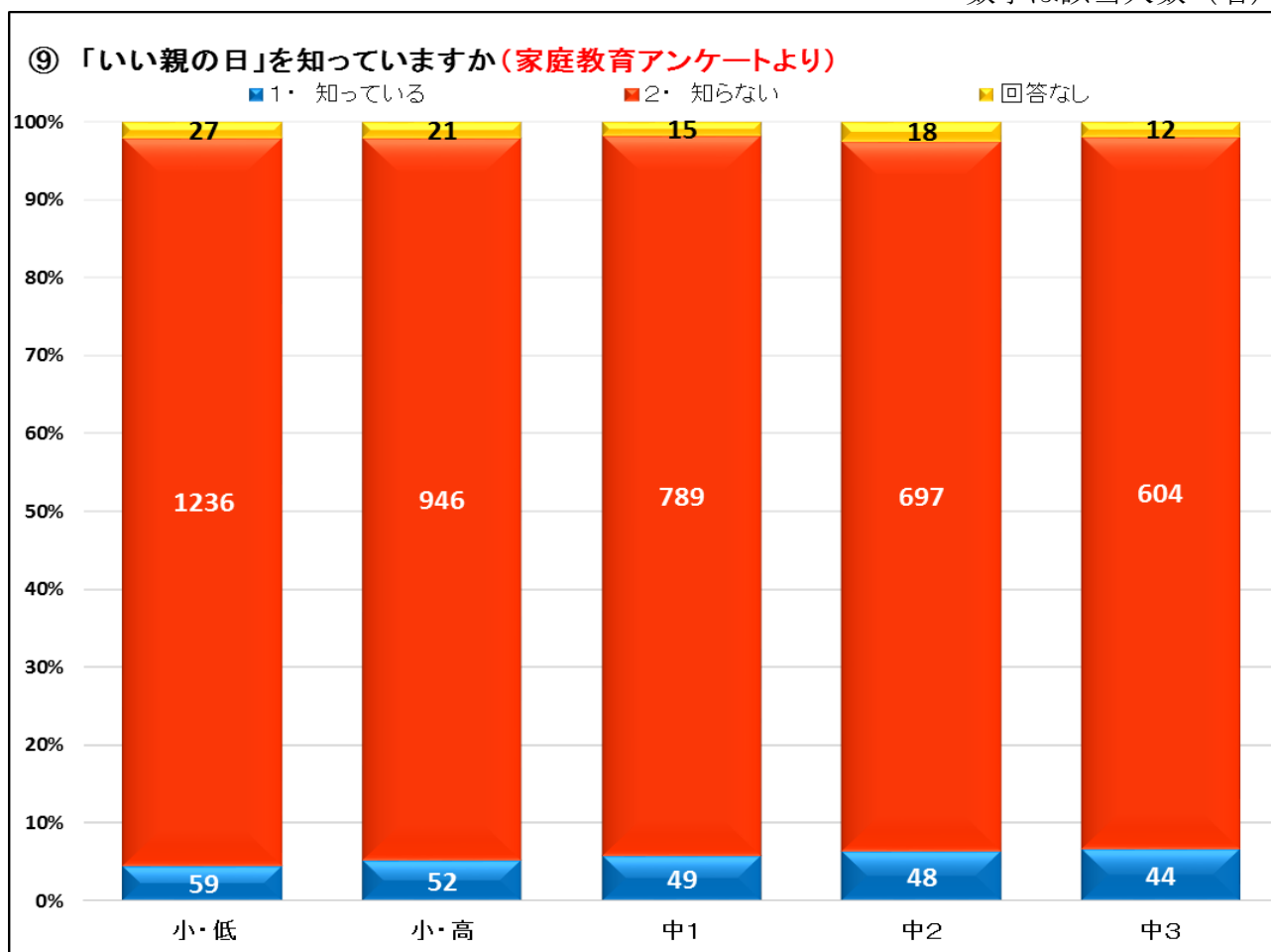
芽は、子どもたちの「友情」を表しています。（作者の創作の意図より）

⑧ P T Aの取り組み事業として、最も興味をお持ちなのは何ですか（詳細）

数字は該当人数（名）

|                | 小・低  | 小・高  | 中1  | 中2  | 中3  | 合計   |
|----------------|------|------|-----|-----|-----|------|
| 1 基本的生活習慣      |      |      |     |     |     |      |
| ①食事            | 189  | 147  | 45  | 47  | 121 | 549  |
| ②睡眠            | 120  | 91   | 38  | 46  | 89  | 384  |
| ③学校生活          | 632  | 428  | 293 | 280 | 264 | 1897 |
| ④友人関係          | 520  | 383  | 248 | 227 | 244 | 1622 |
| ⑤勉強時間          | 241  | 175  | 142 | 151 | 147 | 856  |
|                | 1702 | 1224 | 766 | 751 | 865 | 5308 |
| 2 携帯電話・インターネット |      |      |     |     |     |      |
| ①通話            | 58   | 78   | 17  | 16  | 70  | 239  |
| ②メール           | 122  | 142  | 93  | 93  | 108 | 558  |
| ③ライン           | 242  | 243  | 238 | 255 | 250 | 1228 |
| ④SNS           | 141  | 147  | 76  | 89  | 113 | 566  |
| ⑤有害フィルタリング     | 127  | 153  | 64  | 83  | 96  | 523  |
| ⑥オンラインゲーム      | 192  | 194  | 96  | 99  | 112 | 693  |
| ⑦コミュニティ(ブログ等)  | 99   | 96   | 58  | 58  | 96  | 407  |
| ⑧ネットショッピング     | 38   | 53   | 6   | 10  | 43  | 150  |
|                | 1019 | 1106 | 648 | 703 | 888 | 4364 |
| 3 安全対策         |      |      |     |     |     |      |
| ①通学路           | 503  | 352  | 175 | 195 | 208 | 1433 |
| ②不審者           | 614  | 463  | 303 | 304 | 283 | 1967 |
| ③地域            | 219  | 141  | 44  | 44  | 86  | 534  |
| ④自然災害          | 227  | 154  | 58  | 74  | 119 | 632  |
|                | 1563 | 1110 | 580 | 617 | 696 | 4566 |
| 4 家庭での教育       |      |      |     |     |     |      |
| ①親力            | 203  | 150  | 37  | 86  | 98  | 574  |
| ②しつけ           | 385  | 240  | 118 | 144 | 145 | 1032 |
| ③学習習慣の定着       | 355  | 309  | 233 | 199 | 165 | 1261 |
| ④親子の時間(家事の手伝い) | 356  | 268  | 152 | 158 | 158 | 1092 |
|                | 1299 | 967  | 540 | 587 | 566 | 3959 |
| 5 いじめ問題        |      |      |     |     |     |      |
| ①研修・講演会        | 118  | 79   | 19  | 28  | 67  | 311  |
| ②ネットいじめ        | 220  | 212  | 148 | 170 | 174 | 924  |
| ③いじめに関する調査     | 327  | 200  | 117 | 136 | 111 | 891  |
| ④道徳・モラル        | 391  | 281  | 149 | 174 | 163 | 1158 |
| ⑤学校での指導・対策     | 523  | 348  | 222 | 214 | 217 | 1524 |
|                | 1579 | 1120 | 655 | 722 | 732 | 4808 |

数字は該当人数（名）







## 「いい親の日」宣言

平成18年12月に改正された教育基本法に「子どもの第一義的責任は保護者にある」と記され、家庭教育力向上のためのさまざまな取り組みがなされております。

高度情報化、グローバル化、それに伴う価値観の多様化など、社会の変わりようは我々保護者の子どもに対する関わり方に大きな変化をもたらしており、私たちはこれらに対しさらなる奮起が求められております。

これまで私たち栃木県PTA連合会は親の学びの大切さを訴え続け、長年にわたり子育てセミナー等を通してその学びの拡充を図ってまいりました。

そこに一定の成果を残すものの、それを上回る速度でさまざまな問題が次々と発生しており、学校に任せきりの現状を打開することが喫緊の課題となっております。

ここに改めて教育責任の分担確認と保護者の資質向上のため、11月8日を「いい親の日」と制定いたします。また、毎月8日を「親の日」とし、下記の指針を示します。

- 一、子どもを大切にします
- 一、家族団らんの時間を持ちます
- 一、おとな自ら規範を示します
- 一、正しい生活リズムをつくります
- 一、人の悪口を言いません

## Ⅱ 平成26年度 「子育てセミナー2014」 の参加者を対象とした 調査結果

### 子育てセミナー2014

「子育てハッピーアドバイス」

～思春期こそ意識したい子どもの「自己肯定感」～

日時：2014年11月13日（木）

13：00～15：30

場所：宇都宮市文化会館大ホール

講師：明橋 大二 氏



#### 【講師プロフィール】

- ◆昭和34年、大阪府生まれ
- ◆京都大学医学部卒業、国立京都病院内科、名古屋大学医学部附属病院精神科、愛知県立城山病院を経て、現在、真生会富山病院心療内科部長
- ◆専門は精神病理学、児童思春期精神医療
- ◆子育てカウンセラー・心療内科医、児童相談所嘱託医、スクールカウンセラー、NPO 法人子どもの権利支援センターぱれっと理事長



## 講演の内容



### 【思春期の本当の問題】

子どもたちの自己肯定感（自らの価値や存在意義を肯定できる感情）が少なくなっている。自分は必要とされているのか、いらない存在なのかなど「認められている」「必要とされている」「愛されている」と思えることが大事である。思春期の子どもが話を聞いてほしいという合図を出したら、必ずすぐに聞いた方がよい。思春期の子どもに明日は通用しない。

世界的にみると、日本の子どもたちはまだまだほめられていない。勉強する意欲も、しつけができるのも、「自己肯定」という土台があってこそできるのである。

### 【いじめと自己肯定感】

「いじめられるあなたにも原因がある」は禁句。また、いじめる子へのケアが最もなされていないのが現状である。いいところも、悪いところも受け入れてあげることが自己肯定感につながる。

### 【甘えさせる】

10歳まではしっかり甘えさせる。「甘えさせる」とは情緒的要求に応えることや失敗してもよいからさせること。物理的要求に応えたり、子どもができるのに手を貸したりするのは「甘やかす」ことなのでやめましょう。反抗するのは十分な安心をもらい、自立するためにしっかりと育った証拠である。

### 【ほめる】

ほめるためのポイント。

- ① できるところに注目する
- ② できて当たり前ではなく、できなくて当たり前
- ③ 他人と比較しない、比較するならその子の過去と比較する
- ④ 子どものがんばりをねぎらう

ほめることで注意すべきは上から目線になりがちなこと。「ありがとう」は同じ目線なので、たくさん使いましょう。

子育ては、今もっているよいところを見つけて、認めて、ほめてあげること。そしてねぎらってあげること。親は肩の力を抜いて、子どもを受け入れてあげましょう。

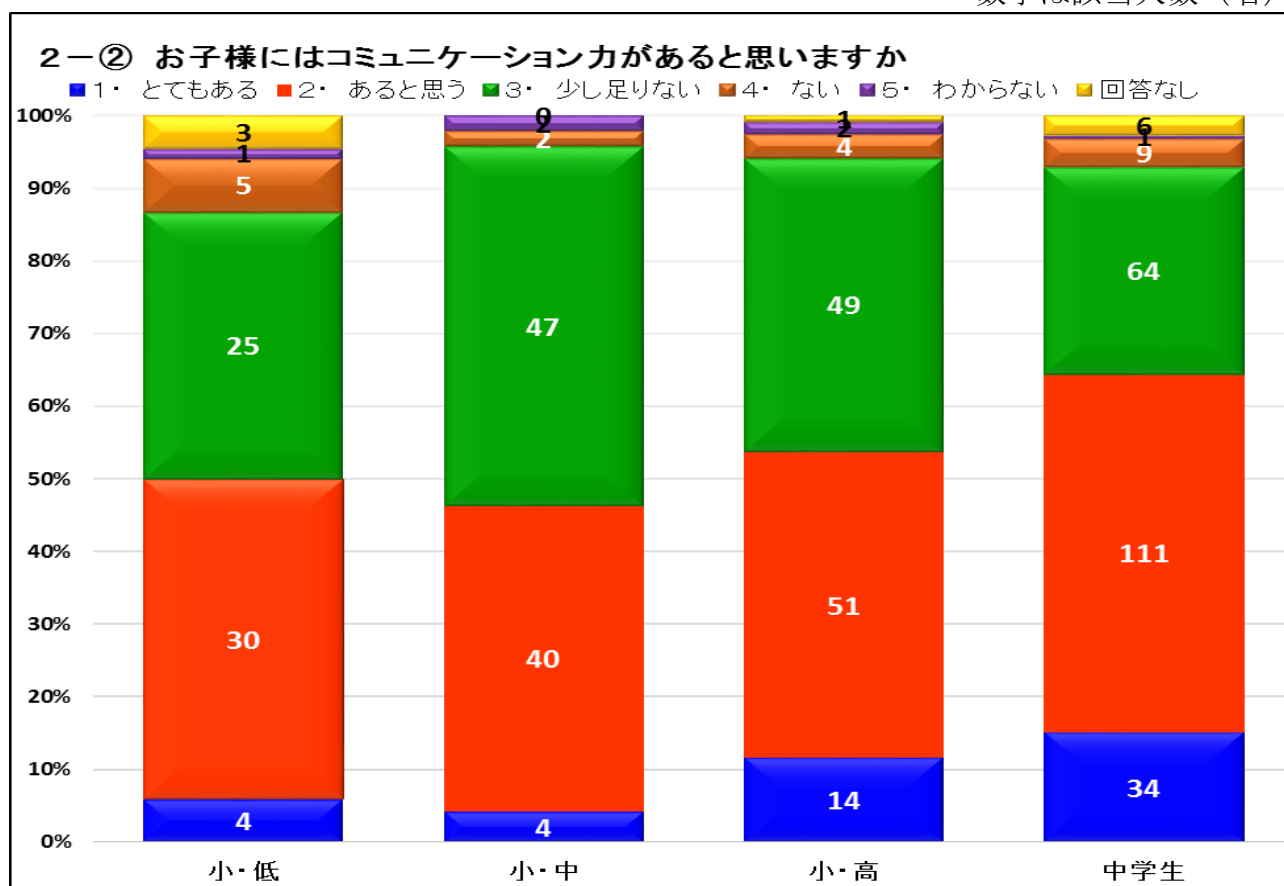
（出典）とちぎPTA新聞190号より

## 調査人数とお子さんの学年

参加者 約1300名

| 小学低学年 | 小学中学年 | 小学高学年 | 中学生  | 合 計  |
|-------|-------|-------|------|------|
| 68名   | 93名   | 121名  | 225名 | 507名 |

数字は該当人数（名）



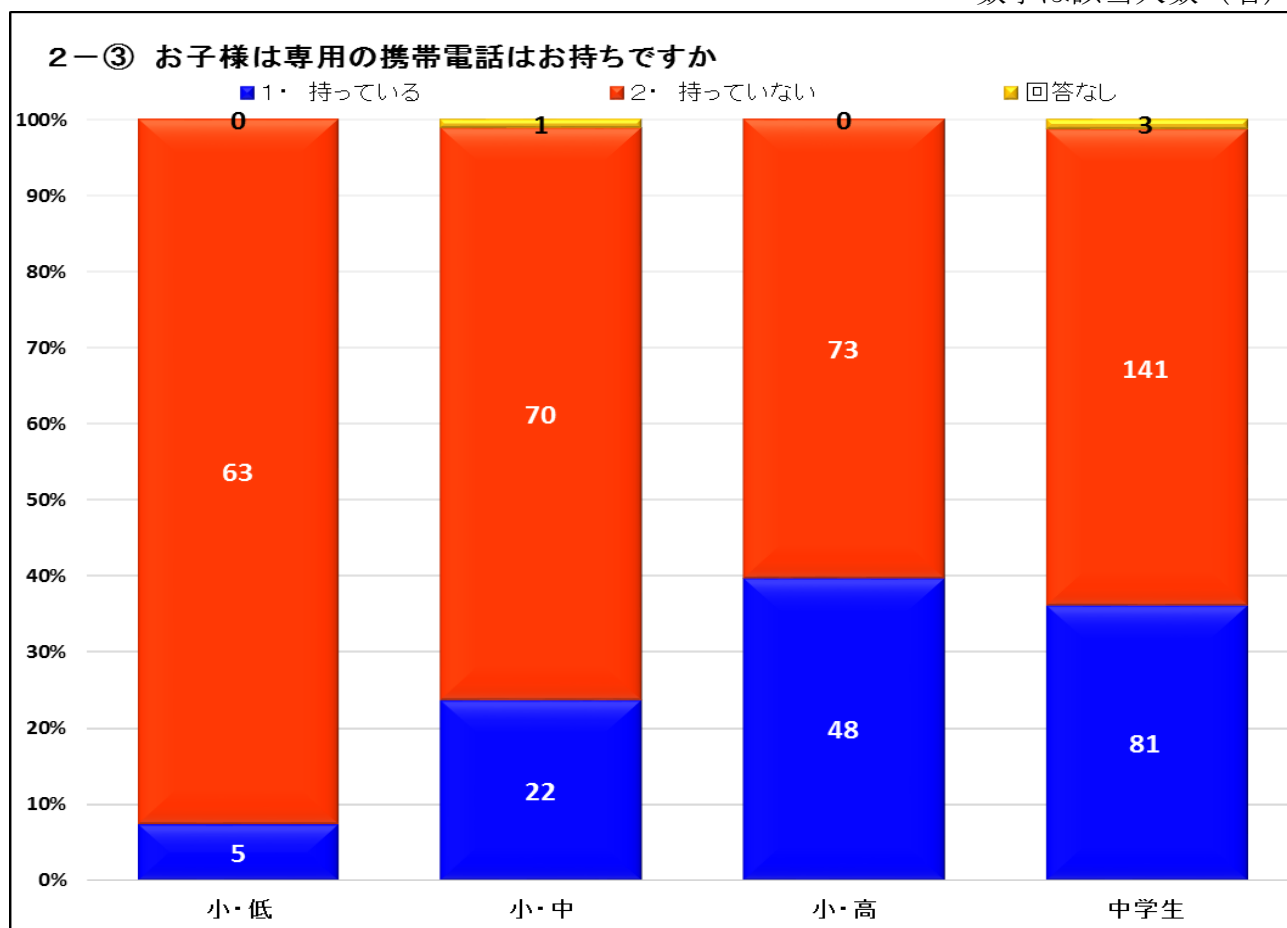
「あると思う」、「少し足りない」という回答が全体の8割占めており、親子や友人とのコミュニケーションが良好なことが読み取れますが、ここで言うコミュニケーション力は、友人や親子での「会話が弾む」ことを指している場合が多くあります。

では、「会話が弾む」だけがコミュニケーション力があるということでしょうか？

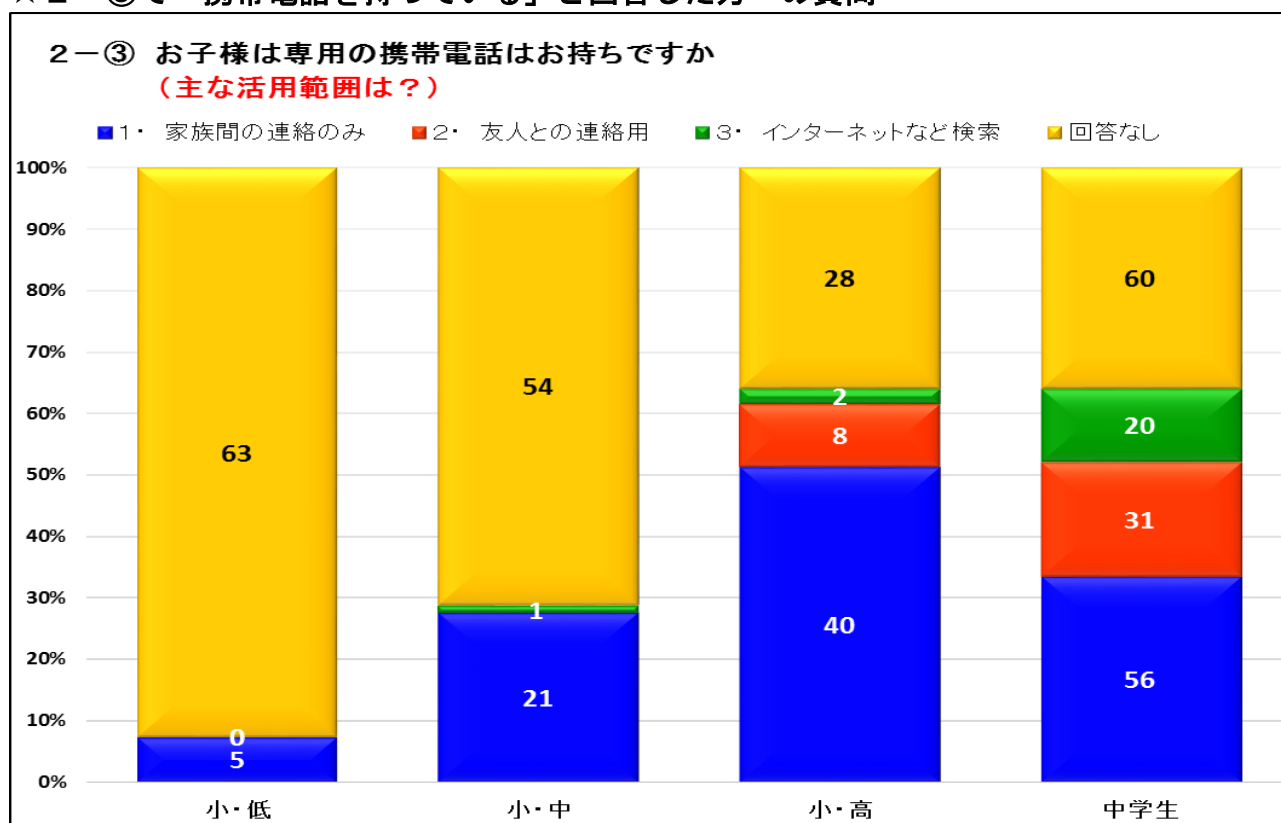
コミュニケーション力には、「相手の気持ちを読み取る力」「会話を合わせられる力」「会話の流れを読む力」「言葉を選ぶ力」「内容を理解する力」「会話を組み立てる力」「最後まで聞く力」何よりも「相手を尊敬する力」が大切です。コミュニケーションは一人では成立しません。相手がいるからこそコミュニケーションが成り立ちます。先に挙げた「○○する力」をうまく身に付けられるように、まずは身近にいる私たち親が、その力を高めるための練習相手として、日常生活の中で自然とサポートしてあげましょう。教えてもなかなか身につくものではありません。人とどのように接していくかは、家庭から学ぶことが一番良いのではないのでしょうか。

学校のように、日頃思っていること、悩んでいることなど、「会話」をする時間を設けるなど、人と接することの大切さを学んでほしいと思います。

数字は該当人数（名）

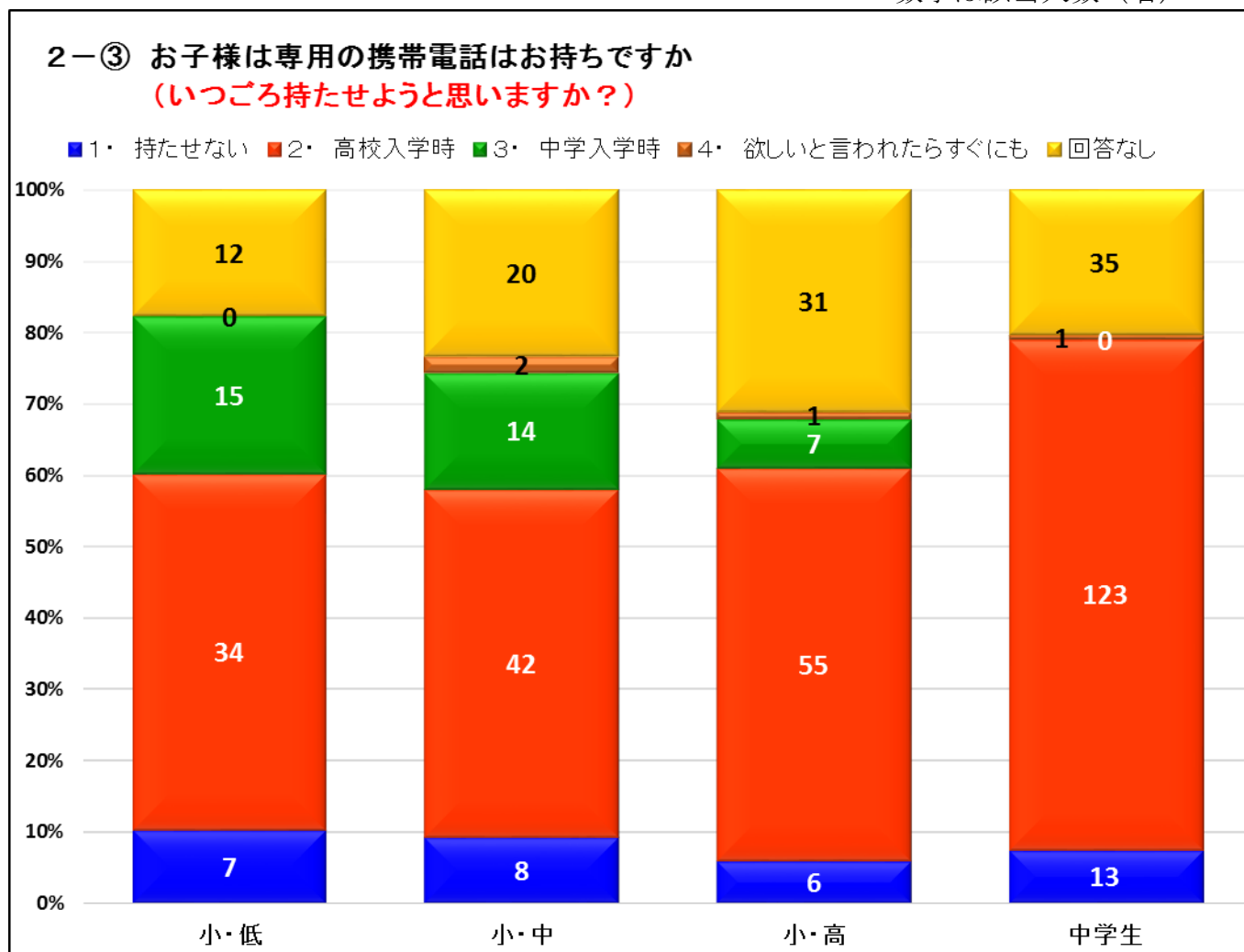


★ 2-③で「携帯電話を持っている」と回答した方への質問



★2－③で「携帯電話を持っていない」と回答した方への質問

数字は該当人数（名）



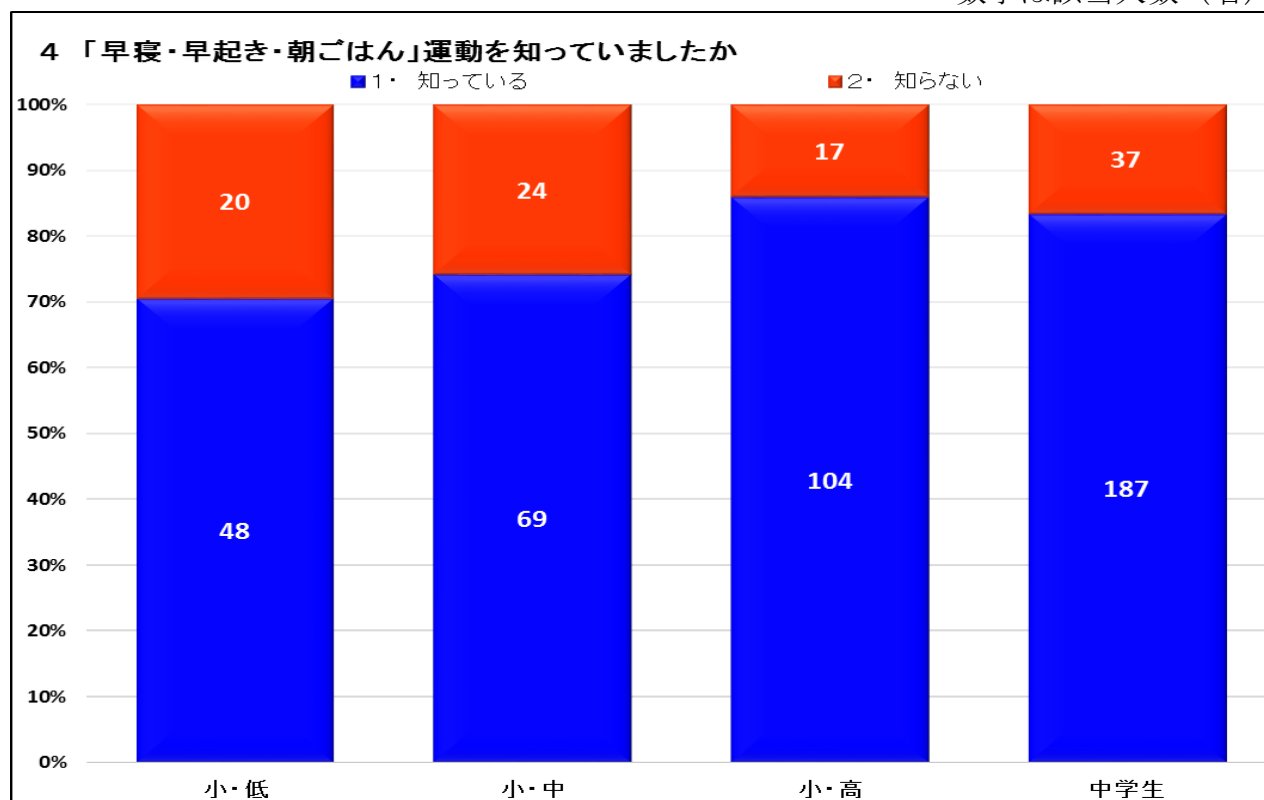
高校入学時には持たせようと考えている保護者がどの年代にも多いという結果が出ました。全国的にも高校生の所持率が圧倒的に高いということからもうなずけます。

そのような中で、「携帯は持たせない」という意識のある方が少しいたのは頼もしく思えます。

中学校までは携帯電話を持っている児童生徒は勉強との相関関係があるようです。周りが持っているから買い与えるのではなく、その子どもにとって本当に必要な時を見極める必要性が保護者にはあるのではないのでしょうか。

小・中学生は「持たせない」が前提となりますが、持たせるのであれば「やっていいこと」「やってはいけないこと」の線引きをしっかりとし、「家族のルール」を明確にしてから使用することが大切であり、フィルタリングをかけるなど、ハード面からの対応も重要です。持たせた後のルール付けでは効果が全く違います。

数字は該当人数（名）



## 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進について



子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切です。

また、子どもがこうした生活習慣を身に付けていくためには家庭の果たすべき役割は大きいところですが、最近の子どもたちを見ると、「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という成長期の子どもにとって当たり前で必要不可欠な基本的な生活習慣が大きく乱れています。

こうした基本的な生活習慣の乱れが、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されています。

このような状況を見ると、家庭における食事や睡眠などの乱れは、個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことなく、社会全体の問題として地域による、一丸となった取り組みが重要な課題となっています。

このため、平成 18 年 4 月 24 日には、本運動に賛同する百を超える個人や団体（PTA、子ども会、青少年団体、スポーツ団体、文化関係団体、読書・食育推進団体、経済界等）など、幅広い関係者に御参加いただき、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会が設立されたところです。子どもたちの問題は大人一人ひとりの意識の問題でもあり、これを契機として多くの団体とともに、子どもの基本的な生活習慣の確立や生活リズムの向上につながる運動を積極的に展開してまいります。

（引用）文部科学省ホームページ

この冊子の内容を無断転載することを禁じます

平成 2 7 年 4 月発行

栃木県 P T A 連合会

320-0066 宇都宮市駒生 1 丁目 1 番地 6 号

栃木県教育会館内

T E L 028-622-2833

F A X 028-622-2834

U R L <http://www.tochigi-pta.gr.jp>