

松阪市子ども支援研究センターだより

E-mail:kyo.div@city.matsusaka.mie.jp <http://www.city.matsusaka.mie.jp>

松阪教育支援センター「鈴の森教室」TEL 26-1900 FAX 26-1901 E-mail: suzonomori@matsusaka.ed.jp
松阪教育支援センター「うれしの教室」TEL 42-7374 FAX 42-4568 E-mail: uresino-k@matsusaka.ed.jp

基本的な生活習慣の大切さ

“基本的な生活習慣を身につける”ことは、言いかえると“同じ事のくり返し”で、おろそかになりがちですが、子どもにとってはきわめて重要なことです。

特に、【食事・睡眠・排泄】は、幼少年期から規則正しく定着させたいものです。さらに、「おはよう」「ありがとう」「ごめんなさい」などの日常の自然な【あいさつ】が望めます。これらのことが、自分をコントロールする力や自己管理能力の育成につながり、さらには、自分以外の立場で思いをめぐらせること、つまり、【思いやりの気持ち】を育むことにつながると考えます。“毎日の生活の中での、何でもないくり返し”が、実は、子どもにとって大きな影響をもつのです。

また、「（前夜、一定の時間に就寝し）毎朝、一定の時間に起き、トイレに行き、朝食をとる。持ち物を確認し、身なりを整えて、遅刻をせずに登校・登園する。」一日、学校・園で健全な生活を送るには、このような『朝のスケジュール』がとても大切です。うまく習慣になるためには、家庭の責任としてしまうのではなく、家庭への学校・園からの支援や連携が必要です。

たくましさを身につける

最近の子どもたちは、人とうまくつき合うという「対人関係の経験」が少なくなっています。地域の年齢の違う子どもたちと遊ぶ機会が少なくなり、協調性を学ぶ場がなくなってきたことや、外で遊ぶのではなく、家で一人でゲームをして過ごすことが多くなってきたことが、経験不足につながっていると考えます。



どうしても保護者は、「わが子にいやな思いをさせたくない」「できる限り、あらかじめ困難を取り除いてやりたい」と考えがちです。子どもたちの間で起きるトラブルを、「対人関係の能力」を磨く絶好のチャンスと捉え、そこで起きる出来事を「学習の機会」と考え、それらをうまく対処していくための、その都度、最も有効な手段の選択ができるように、家庭と学校とで、子どもたちに有効なアドバイスをしていきたいものです。現代の多様で変化の激しい社会を生き抜くためのたくましさを身につけるために。

P.S. 先日、長男がもってきた中学校の卒業アルバムで、複数の友人たちの寄せ書きから彼女の存在が発覚し、家族で盛り上がりました。

（ 所長 藪 晃明 ）

