

取り組ませたい

自主的な家庭学習・読書の習慣

学んだことを確実に定着させるためには、計画的に家庭学習に取り組むことが大切です。
また、家庭でも読書を奨励しましょう。



継続は力なり

学習の話題を家庭で

本に親しむ

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1 子供の得意な教科や分野を知っている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 2 毎日、時間を決めて学習を始めるよう話をしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 3 学習に、より関心が高まるような会話をしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 新聞やテレビのニュースなどを話題にしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 家族みんなが読書をする習慣がある。 | <input type="checkbox"/> はい |

予習と復習が大切です

- 学校で学んだことを確実なものにするためには、予習と復習が大切です。
 - 子供が、自分に合った学習時間を決め、毎日継続して取り組めるよう、家庭での学習環境を整えましょう。
- ☆家庭学習の習慣の確立と充実をめざし、家庭でも活用できるヒントを掲載しています。



ちば 家庭学習のすすめ

検索

【二次元コード】

家庭読書「家読」(うちどく)のすすめ

- 家読を通して、家族の時間やコミュニケーションが増え、家族の絆が強まります。
 - 読む力や聴く力、理解力、思考力、想像力、表現力、自己決定力などが培われます。
- ☆『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)が参考にあります。



ちば 本 100選

検索

【二次元コード】

つなげたい

地域とのかかわり・体験活動

地域にかかわることで、たくましさや豊かな心、社会性が育まれ、地域への愛着がより一層深まります。
また、体験活動を通して、自他の生命を尊重するなどの道徳性が育まれます。
地域のボランティア活動に参加したり、公民館などの社会教育施設を利用したりするなど、様々な体験を積みましょう。

やる気・生きがい

“関心・意欲” “チャレンジ精神” “地域への愛着”

豊かな心

“自然を大切にする気持ち” “命の尊さ” “感謝の気持ち”

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| 1 家族や地域の年中行事や催事を大切にしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 2 自然や動植物を大切にし、ふれあうようにしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 3 地域行事(ボランティア、スポーツ、文化活動等)に参加している。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 地域の方々や異年齢の子供たちと一緒に活動させている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 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 |

虐待かもと思ったら189番へ

189番にかけるとお近くの児童相談所につながります。

出典 こども家庭庁 <https://www.cfa.go.jp/policies/jidougyakutai/gyakutai-taiou-dial> を加工して作成

【児童虐待防止対策】



【二次元コード】

出典 こども家庭庁 <https://www.cfa.go.jp/policies/jidougyakutai/>

【あなたのこころ元気ですか?】



【二次元コード】

出典 (県)健康づくり支援課

「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



【二次元コード】

発行/千葉県教育庁教育振興部生涯学習課 〒260-8667 千葉市中央区市場町1番1号

TEL 0120-23-1008(千葉県庁統一ダイヤル) FAX 043-222-3565

【家庭教育の支援】 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shougaku/renkei/kateikyouiku/index.html>

中学生の
保護者の
皆様へ

家庭教育
リーフレット



家族のかかわりを大切に



思春期の特徴を理解し、共に考える存在に!

中学生という時期は、子供から大人へ成長する過渡期で思春期といわれ、心と身体が急速に変化していきます。大人の世界に入るという不安、葛藤など様々な点で悩み、苦しみ、試行錯誤を繰り返しながら、大人になる階段を上っている時期です。

子供の思いや、挑戦する姿勢を尊重し、たとえ失敗しても“失敗は成功のもと”と励ますなど、気持ちを受け止め、一緒に考えることが大切です。

各ページにチェックリストがありますので、日ごろの家族のかかわりを振り返ってみましょう。
チェックリストの内容は目安です。

千葉県教育委員会

「家族のかかわり」ここがポイント

身につけさせたい

基本的な生活習慣と規範意識

子供が自ら考え、正しい判断ができるように、礼儀や社会のルール、善悪の判断などを身につけさせましょう。そのためには、保護者が自ら手本を示すことが大切です。

生活のリズム

礼儀

ルールを守る

- | | |
|---|-----------------------------|
| 1 生活のリズム（早寝・早起き・朝ごはん）が身についている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 2 家族や地域の人たちとあいさつをしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 3 健康に気をつけて生活している。（手洗い・うがい・歯磨き・栄養バランス など） | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 子供にはできるだけ外での運動をすすめている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 家庭での約束事やルールを子供と話し合っている。
（時間を守る、整理整頓、手伝い、小遣い など） | <input type="checkbox"/> はい |
| 6 子供が見ているテレビや動画、ゲームなどの内容を知っている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 7 携帯電話やインターネットなどの利用に関するルールを決めている。
（使用目的・場所・時間、フィルタリング機能の設定 など） | <input type="checkbox"/> はい |
| 8 社会のきまりや規範意識について考えさせるようにしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 9 万引きや暴力、誹謗中傷などは犯罪であることを教えている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 10 酒やたばこ、違法薬物の危険性について話をしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 11 危険や事故の防止・対処の仕方について、家族で話し合っている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 12 命の大切さや、いじめや差別はしないことを話し合っている。 | <input type="checkbox"/> はい |

規則正しい生活習慣を！

千葉県教育委員会では、「早寝早起き朝ごはん」国民運動を推進しています。

朝食の効果は…!?

○脳と体のエネルギー源「ブドウ糖」の補給で、朝からしっかりと活動できます。
○毎日食べている子供ほど、学力・体力が高い傾向にあります。



【二次元コード】

早寝早起き朝ごはん ちば 検索

いじめをみんなでなくそう やさしいきもちがいちばん

いじめているつもりはなくても、相手が「嫌だな」と感じることは「いじめ」です。相手が嫌な気持ちになることは絶対にやめよう。

軽い気持ちで言った悪口やかからかいで、相手が一緒に笑っているように見えても本当は、とても傷ついていることがあります。相手の気持ちがわかりますか。

【はなす】勇氣

嫌だなと思ったら誰かに話そう。

【やめる】勇氣

いじめている人は今すぐやめよう。

【とめる】勇氣

いじめから目をそらさず、みんなで止めよう。

【みとめる】勇氣

その人らしさや自分の良さも認めよう。

情報モラルを身につけよう

※1 令和6年度青少年のインターネット利用環境実態調査

内閣府の調査※1では、中学生の保護者のうち82.1%が「インターネットの利用に関するルールを決めている」と回答していますが、73.0%の子供しかその認識はありません。被害者にも加害者にもならないよう、家族で話し合い、以下のような家庭のルールを決めることが大切です。

- ☐ 困った時は、すぐに相談する。
- ☐ 友達にメールやメッセージのやりとりを強要しない。
- ☐ インターネットを使わない子を仲間外れにしない。
- ☐ 利用する場所や時間帯を決める。
- ☐ パスワードは保護者が管理する。
- ☐ フィルタリングを設定する。
- ☐ お金がかかる場合は事前に相談する。
- ☐ 名前、顔写真、学校名など（個人情報）は書き込まない。
- ☐ 他人の悪口を書き込まない。
- ☐ 知らない人とメールやメッセージをやりとりしない。
- ☐ 他人が作ったものや写っている人の権利を守り、勝手に使ったり投稿したりしない。
- ☐ 情報の真偽を見極めるため、出どころや信頼性を確認する。
- ☐ 生成AIを利用する場合は、目的をはっきりさせる。



【二次元コード】

情報モラル啓発資料

出典 (県)県民生活課



【二次元コード】

みんなで学ぼう！

情報モラル学習リンク集

出典 (県)学習指導課

出展 (県)児童生徒安全課 「いじめ防止啓発カード」を加工して作成

深めたい

家族のコミュニケーション

子供にとって、家庭は“ほっ”とできる心のよりどころです。子供とのコミュニケーションを大切にし、子供の心を受け止めるよう心がけましょう。

子供が伝えたい思いを聴く

お互いに優しい言葉(プラスの言葉)をつかう

自立のはじまり

この時期は保護者への依存度が減り、自分自身で考え、判断で行動しようとし、それを抑えられると反抗的な態度にでることがあります。これは、自我が芽生えてきて自立が始まった証拠です。

保護者は、必要に応じて毅然とした態度をとりながらも、子供の考えを尊重し、助言するなど、子供とのコミュニケーションを深め、子供が困った時に相談できる家族の関係づくりに努めましょう。

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------------|
| 1 話は、顔を見ながら最後まで聴いている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 2 思春期について理解し、子供の身体や行動に現れるサインに気をつけている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 3 よくない行動を叱り、よい行動をほめている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 子供の友達を知っている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 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 |
| 6 相手を思いやり、悩みや感謝の気持ちを共有している。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 7 子育てに悩んだとき、相談できる人がいる(場がある)。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 8 家庭が子供にとって心安らぐ居場所になっているか見つめ直している。 | <input type="checkbox"/> はい |

育みたい

個性と夢・希望

考えさせたい

進路

この時期の子供たちは、自分を冷静に見つめ、自分探しをはじめます。主体的に進路を選択できるよう、子供の適性を理解しながら家族で話し合しましょう。

学校では、志をもってチャレンジする精神や、社会における自らの役割、将来の生き方・働き方を考える等のキャリア教育の推進に努めています。

自分らしい生き方

働くことの意義

進路の選択



- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| 1 家族でお互いのよいところを伝え合っている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 2 子供の将来の夢や進路について、話し合っている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 3 子供の気持ちを受け止め、一緒に考え学んでいくようにしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 他の子供との比較にとらわれないようにしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 家族の仕事の魅力や大変さについて話をしている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 6 学校での学習と社会のつながりについて話をしている。 | <input type="checkbox"/> はい |