

取り組ませたい

## Ⅳ 家庭学習・読書の習慣



家庭学習時間の目安は「(学年)×10～20分程度」です。

出典「学び!ちばっ子」の合言葉(千葉県教育委員会)

家族で  
チェック

- |                                   |                             |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| 1 毎日、自分で時間を決めて学習をしている。            | <input type="checkbox"/> はい |
| 2 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 |
| 3 宿題をチェックしたりノートを見たりして子供の学習を支えている。 | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 学習や読書をしているときは、ほめたり励ましたりしている。    | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 本を読む姿を子供に見せている。                 | <input type="checkbox"/> はい |

### 家庭学習の習慣を!

物事をある程度抽象化して認識することができるようになり、**思考力が大きく伸びる**時期です。家庭学習の習慣が身についているか確認しましょう。わからないときには、あせらずじっくり取り組むよう声をかけ、努力をほめて、少しずつ乗り越える**手助け**をしましょう。また、できたときには発展的な問題に取り組ませたりして、さらなるやる気を引き出しましょう。

★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

読書は、言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力豊かなものにします。思考力が大きく伸びるこれからの時期に、物語や説明文など、さまざまな読み物に**触れる機会**をつくりましょう。

大人が読書する姿を見せると、子供の読書への関心・意欲を高めることができます。また、家族で読書の日を設けたり、同じ本を読んで感想を話し合ったりすると、家族の絆も深まります。

★『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)が参考になります。



ちば 本 100選

検索

【二次元コード】

つなげたい

## V 体験活動・地域とのかかわり



- |                                   |                             |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| 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 地域の方々と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 |

### 心の成長には豊富な体験を!

自然体験や生活体験、文化芸術体験が豊富な子供、お手伝いを多く行っている子供は、自己肯定感が高く、自律的行動習慣や探求心が身についている傾向があります。\*家族で地域の活動や体験の場に積極的に参加しましょう。

\*独立行政法人国立青少年教育振興機構の調査結果から

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/jidoug yakutai/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/jidoug yakutai/>

【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】

小学生  
(4・5・6年)の  
保護者の  
皆様へ

家庭教育  
リーフレット



もう一度  
やってみよう!  
家族でチェック!



### じっくりと見つめ、力強くサポートを!

小学校生活も半分が過ぎ、ずいぶんとたくましく成長したと思います。自分一人ですることが増える一方で、まだまだ大人に頼る場面もあるでしょう。心と身体が大きく成長し始める時期だからこそ、子供の発達や不安をじっくりと見つめ、サポートすることが大切です。子供がいきいきと成長していけるよう、日々の生活について家族で確かめ合しましょう。

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。



## 「小学生(4・5・6年)」**ここ**に注目

- I 家族の影響を強く受ける生活から、友達を中心とした生活への変化が始まります。
- II 日常生活での干渉を嫌がる一方で、まだまだ家族の支えが必要です。
- III 自分を客観的に評価できるようになり、優越感・劣等感が芽生えます。
- IV 考える力が大きく成長する時期です。学習内容が質的に変化します。
- V ゲームやインターネットを通じた擬似的・間接的な体験が増えます。

身につけさせたい

### I 基本的な生活習慣ときまり



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 |
| 2 朝食を毎日食べている。  | <input type="checkbox"/> はい |
| 3 家族や地域の人たちとあいさつをしている。   | <input type="checkbox"/> はい |
| 4 健康に気をつけて生活している。<br>(手洗い・うがい・洗顔・歯磨き・栄養バランス など)                | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 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 |
| 6 家庭での約束事やルールを子供と話し合っ<br>て見直している。<br>(時間を守る、整理整頓、手伝い、小遣い など)   | <input type="checkbox"/> はい |
| 7 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 |
| 8 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。<br>(使用目的・場所・時間、フィルタリング機能の設定) | <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 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 |
| 11 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 やさしい気持ちがいちばん

いじめているつもりはなくても、相手が「いやだな」と感じることは「いじめ」です。相手がいやな気持ちになることはぜったいにやめよう。

ちょっかい、からかい、悪口、いやがっていないように見えても本当は、とてもきず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**

いやだなと思ったらだれかに話そう。

**「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**

いじめを見つけたら、みんなで止めよう。

**「みとめる」勇氣**

その子らしさや自分の良さもみとめよう。



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

## II 家族のコミュニケーション



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 |
| 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 家族でお互いを尊重し、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 |

#### どこをほめる?

この時期の子供は「算数は苦手だけど走るのは得意」、「昨日はだめだったけど今日はできた」などと自分を客観的にとらえるようになります。

子供自身が自分をどのように評価しているかを理解した上でほめることが大切です。

結果だけでなく過程に注目し、**今がんばっていること**をほめてあげましょう。また、自信を持てずにいるときには、子供の話を聴いて励ましてあげましょう。

#### 信頼する人の一言

先生からアドバイスされたたとたんに読書を始めたり、好きな友達の影響を受けて新しいことにチャレンジしたりするなど、家族の知らないところで子供のやる気が生まれていることがあります。

こうしたチャンスを生かすためには、日頃のコミュニケーションを通じて、**子供が誰に信頼を寄せているか**を知ることが大切です。家族が子供とその人との関係を尊重したり、信頼関係を築いたりしていると、子供は安心して頑張ることができます。

育みたい

## III 個性と夢・希望



家族でチェック

- |                                  |                             |
|----------------------------------|-----------------------------|
| 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 子供が興味をもっていることや、将来の夢を応援している。    | <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 子供の個性と成長を信じて、じっくり育てるようにしている。   | <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 |

### 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、「インターネットの利用に関するルールを決めている」と回答した小学生は82.1%、小学生の保護者は89.9%で、認識に差がありました。

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。

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 困ったことがあるときはすぐ相談する。       | <input type="checkbox"/> 名前や住所等の個人情報を書き込まない。              |
| <input type="checkbox"/> 使用する時間や場所、目的を決める。        | <input type="checkbox"/> ルールを守らない場合は一時利用禁止とする。            |
| <input type="checkbox"/> 知らない人とメールやメッセージをやりとりしない。 | <input type="checkbox"/> 人が作ったものや、人の写真・動画は勝手に使ったり見せたりしない。 |
| <input type="checkbox"/> 他人の悪口を書き込まない。            | <input type="checkbox"/> インターネットの情報をうのみをしない。              |
| <input type="checkbox"/> フィルタリングを設定する。            | <input type="checkbox"/> 生成AIを利用する場合は、目的をはっきりさせる。         |
| <input type="checkbox"/> 有料サイトを無断で利用しない。          |   |



【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