

取り組みせたい

# 家庭学習・読書の習慣

## Point 1 家庭学習の習慣づくり

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)

### 家庭学習の習慣づくりを!

○学校の授業時間以外に、1日当たり、勉強をする時間が長い児童ほど、教科の平均正答率が高い傾向が見られます。

(令和6年度全国学力・学習状況調査報告書より)

- ・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。

## Point 2 家庭で一緒に読書

☆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。

- ・子供の音読を聴きましょう。
- ・家庭で本を読み、話題を共有しましょう。
- ・読み聞かせをしましょう。

## 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 |
| 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 |
| 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 |
| 4 学校の持ち物を前日のうちに準備している。             | <input type="checkbox"/> はい |
| 5 子供の音読を聴いている。                     | <input type="checkbox"/> はい |
| 6 本や絵本を一緒に読むようにしている。               | <input type="checkbox"/> はい |

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!

☆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**」「**自然を大切にする気持ち**」「**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**、**社会性**が育まれ、**地域への愛着**が生まれます。

## Point 2 家族で地域行事に参加しましょう!

## 家族でチェック

- |                                   |                             |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| 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 年の違う集団に子供を参加させている。              | <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 |

「あなたのこころ元気ですか?」

出典 (県)健康づくり支援課



【二次元コード】

【児童虐待防止対策】

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



【二次元コード】

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

## 「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/kateikyoubu/index.html>

小学生  
(1・2・3年)の  
保護者の  
皆様へ

家庭教育  
リーフレット



# 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、きらきら輝く笑顔で、毎日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。

千葉県教育委員会



# 「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

個性と夢・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 気持ちのよいあいさつ

Point 3 時間を守る、約束を守る

おはよう  
ありがとう  
おやすみなさい  
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 |
| 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 毎朝、歯磨きや洗顔をしている。  | <input type="checkbox"/> はい |
| 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 |
| 6 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 |
| 7 家庭での約束事やルールを子供と話し合っている。<br>(時間を守る、整理整頓、手伝い、小遣い など)           | <input type="checkbox"/> はい |
| 8 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 |
| 9 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 |
| 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 |

### 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

9～12時間 (6～12才)

注) 必要とされる睡眠時間の長さには個人差があります。  
(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



【二次元コード】

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 心のこもった会話は、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 |
| 2 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 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 |
| 5 家族で思いやり、感謝の気持ちをもって接している。         | <input type="checkbox"/> はい |
| 6 家族で日々の会話を増やし、絆を深めている。            | <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

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、社会で自立して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。

将来はどんな  
仕事をしたい?



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、話したことがある。     | <input type="checkbox"/> はい |
| 6 学校での学習と社会のつながりについて、話したことがある。   | <input type="checkbox"/> はい |