

ほ や ほ や



家庭教育支援チーム

【家庭教育の基本目標】 **早寝・早起き・朝ごはん**



子どもたちが健やかに成長していくためには、適度な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が必要です。

坂井市家庭教育支援チーム／坂井市教育委員会生涯学習スポーツ課 Tel 0776-50-3162

「日々迷いながらの子育てでした。」

わたしたち家庭教育支援チームのメンバーも、かつては子育てに日々悪戦苦闘していました。振り返ると、もっとこうすればよかった、ああすればよかったと思うことばかりです。わたしたちの失敗談やちょっとしたアドバイスを紹介しますので、みなさんの参考になればうれしいです。



あれ！子どもとちゃんと話したのはいつ？日々の家事や仕事に追いまくられ、子どもと話す時間がなかったです。

夕食の時に兄弟で曜日を決めて、子どもと話す時間を作りました。お風呂に一緒に入ったり、料理を一緒に作ったりすることもお勧めです。



全て背負い込み、追い詰められていました。時間的にも精神的にも余裕がなく、いらいらがピークに。

娘夫婦はパートナーと話し合い、家事や子育ての分担を決め、子どもとの時間を作っています。SOSを出して父母などの周りに助けを求めることも大事です。



良かれと思って習い事をさせていましたが…。実は子どもにとっては苦痛だったようです。

子どもの気持ちを聞かずに親の思いを押し付けていました。ふだんから子どもが本音を言えるような自由な雰囲気作りが大切でした。

親子で心を通わせる時間・空間を大切にするために、自分の家族に合ったものをさぐっていきましょう。子育てに正解はありません。



子育ての「困ったな」や「どうしよう」を話してみませんか。各地区の家庭教育支援チームがお話をうかがいます。



- ◆三国：@三国コミセン Tel 82-6400
- ◆丸岡：@高椋コミセン Tel 68-0843
- ◆春江：@春江中コミセン Tel 51-1104
- ◆坂井：@東十郷コミセン Tel 66-4567

QRコードでも相談の申込みができます。