

ステキな親子10か条

子育ての基本は家庭 親育ち子育て共に学びあい

香美町内中学校では、子どもたちが集団生活の中で健やかに成長することを願い、よりよい環境、さまざまな体験などを通して、基本的な生活習慣などが身に付くよう取り組んでいます。

その実施にあたっては家庭の協力がぜひとも必要です。そこで下記のことを、学校と保護者が一体となって真剣に取り組みたいと思いますので、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。



ステキな親子10か条 (3つの町民運動)★

1 早寝 早起きをしよう

- ・成長ホルモンが一番分泌されるのは夜10時以降の睡眠中です。規則正しい生活リズムが元気の源です。

2 家族で朝食を食べよう

- ・家族と一緒に食べると食欲が増します。好き嫌いをなくすことが健康な体づくりの基本です。
- ・食べないと脳が働かず、根気、集中力に欠け、落ち着きがなくなり学力の低下にもつながります。

★ 3 あいさつをしよう

- ・聞き取れる声、その場にあったあいさつが身に付くよう、まず大人からしましょう。
- ・「はい」「ありがとう」「ごめんなさい」も大切なあいさつです。

4 家族でコミュニケーションをもとう

- ・子どもの話をじっくり聞く、同じ目の高さで考える、深い関心を払うという姿勢を親が見につけましょう。
- ・スマホ、ゲームは家庭内でできまりを決めて利用しましょう。

5 お手伝いをしよう

- ・家の手伝いに参加させることで、家族の一員として役に立っている喜びや感謝の気持ちを伝えましょう。それが次の意欲につながります。また、やり通す事で子どもの忍耐力が養われます。

★ 6 親子で読書を楽しもう

- ・興味のある本や年齢に応じた本を身近な所に置き、良書に接することのできる環境を整えましょう。
- ・親子で読書を楽しみ、読んだ後も家族で楽しみをわかち合いましょ。

7 環境を大切にすることを育てよう

- ・感謝の気持ちを持ち、ものを大切にする、ごみを捨てないなど、日頃から心がけて取り組みましょう。

★ 8 スポーツに親しもう

- ・体力向上、脳の活性化につながります。また生涯をとおして運動能力、資質向上に役立ちます。

9 善悪のけじめをつけよう

- ・反社会的行為、犯罪、暴力などは絶対に認めないという毅然とした態度を子どもに見せることが大切です。
- ・本気で叱り、子どもが心から反省し、二度と繰り返さない決意を促しましょう。

10 地域とのつながりを大切にしよう

- ・地域の活動やボランティアなど親子で進んで参加しましょう。
- ・体験活動は社会性や規範意識を育む大切な場です。