家庭教育ブック

保存版

しながわ子育て応援歌

～自立への旅立ち～

8年生～9年生

品川区教育委員会
品川区立学校長会
品川区立小・中学校PTA連合会

はじめに

この家庭教育ブック『しながわ子育て応援歌』は、子どもたちが自立した社会人として成長することを願い、小・中学生のお子さんを持つ保護者である親への子育てのヒントとなるよう作成いたしました。作成にあたっては、品川区の小中一貫教育の４（１～４年生）・３（５～７年生）・２（８～９年生）のまとまりごとに、心身の発達や市民科の学習内容を考慮して編集いたしました。

子どもが健全に育ってほしいという願いは、どの親も共通です。また、子どもの健やかな成長は、親にとってこの上のない喜びです。しかし、子育ては生易しいことではありません。その過程には様々な問題や悩みが生じるものです。

社会の変化にともない、子育てに対する考え方も多様化してきています。同様に、子育てに関する問題や悩みも多様化・複雑化してきています。そればかりではなく、子育てに関して相談したくても、仕事をしているために時間の余裕がなかったり、時間があってもどこに相談してよいのかが分からなかったりする実態もあります。

この『しながわ子育て応援歌』をご覧になることで、親としての在り様や子育ての在り方についての気付きになることがあるかと思います。また、相談できる窓口を知る手がかりとすることもできます。

品川区は、子育ての問題や悩みを教育と福祉の両輪で支援しています。
ご一緒に子育てについて考えてみませんか。

平成 27 年 4 月
家庭教育力向上支援検討委員会
委員長　明　石　要　一

市民科の目標【８～９年生】

市民意識の醸成と将来の生き方

1. 市民の一員として社会の出来事に関心をもち、問題解決に向けた思考力や判断力を高めるとともに、職業体験やボランティアなどの活動を通し、積極的に社会に貢献する態度を形成する。

2. 将来の自己の生き方について展望をもち、社会の中で自己実現に向けた望ましい職業観・勤労観などを育成する。

目　次

はじめに

こんなときは、どうしたらいいの？ 10 の悩み

1　親を避け話をしなくなった …… 3
2　試験前でも勉強したがらない …… 4
3　夜遅くまでテレビやインターネットに夢中になっている …… 5
4　ブランド品など高額な物を欲しがる …… 6
5　子どもがいじめられていないか心配である …… 7
6　習い事をしても、なかなかやる気を起こさない …… 8
7　待ちきれずに、せきたててしまう …… 9
8　「ほめる」よりも「叱る」ほうが多くなってしまう …… 10
9　ついカッとなって怒鳴ってしまう …… 11
10　身の回りがだらしなく、つい手助けをしてしまう …… 12

子育て 12のヒント

1　「早寝・早起き・朝ごはん」は、活力の源 …… 13
2　朝食を毎日食べるメリット …… 14
3　心が安らぐ家庭に …… 15
4　家事の分担は自立への道 …… 16
5　携帯電話やインターネットは使いよう …… 17
6　携帯電話のルールづくり（例） …… 18
7　高めたい危険予知・回避能力 …… 19
8　「生きる力」をはぐくむ体験・ボランティア活動 …… 20
9　反抗期への向き合い方 …… 21
10　「相談したくなる親」の条件 …… 22
11　夢の実現への後押しを …… 23
12　ピンチをチャンスに …… 24

身に付けさせたい5つのスキル・ルール・マナー

1　心を開く、明るいあいさつ・元気な返事 …… 25
2　一度口にした言葉は元に戻らない …… 26
3　「歩きスマホ」は、他人も自分も危険に …… 27
4　徹底が必要な「情報モラル」 …… 28
5　自ら守る社会のルールとマナー …… 29

親の心構え　3つの道しるべ

1　親とは？ 親として・・・ …… 30
2　家庭教育の役割とは？ …… 31
3　親同士のつながりが子育ての力に …… 32

子育て支援…きっと役立つ連絡先 …… 33～36

家庭教育力向上支援検討委員会 審議経過・名簿

親を避け話をしなくなった

子どもの話を最後まで聞くようにしていますか。

■ 大人と子どもがせめぎ合う状態で、誰もが不安定になりやすい時期です。特に、９年生は進路選択や受験という現実の前にストレスもたまりがちになります。

■ 子どもが親との対話を避けるようになるのは、思春期の現れと受け止め、無理に話をさせようとあせらずに、待ちの姿勢をとりたいものです。ただし、最低限のあいさつや連絡は必要です。

「聞き上手」になるポイント

● 対話の始めが肝心

たとえ、憎まれ口でも子どもの第一声を肯定的に受け止めるようにします。子どもの気持ちに寄り添い、「あら、そうなの」「よかったね」「それは、残念だったね」などと共感的に聞きます。

●「傾聴タイム」を意図的に作る

コツは、子どもの話を途中でさえぎって、注意や指示などを入れないことです。話を聞きながら、あいづちやアイシグナルも効果的です。なお、親からの必要な話は、子どもの話を聞いた後でなるべく簡潔にします。

● ユーモアのある雑談を

日頃の雑談を大事にしましょう。またコミュニケーションの潤滑油となるユーモアが言える心の余裕をもちたいものです。

― 上手なあいづちは、人の心の真実を汲み出す、さそい水である。―

「こんなときは、どうしたらいいの？ 10の悩み」 2

試験前でも勉強したがらない

見守る姿勢で、子どもが家庭学習に集中できる環境づくりに気を配っていますか。

- 勉強を促す声かけは、できるだけ控えたいものです。仮に、試験の成績が悪かったとしても、その責任は本人にあることを伝えます。
- 家庭学習の時間は一律に決められません。学校から目安が示されていれば、それを基準に子どもの実態に応じて設定するとよいでしょう。毎日一定時間（塾での学習も含む）、集中して取り組むことが大切です。
- 自我の確立に伴い、批判力も育ってきます。社会のニュースや読んだ本の感想など、親子で話し合う機会がもてると、子どもの知的好奇心や学習意欲を刺激することになります。

「進んで学ぶ心」を育てるポイント

● 一方的な声かけは逆効果

「勉強は？」「早くしなさい」とばかり言っていませんか。かえって子どものやる気をそいでしまうことがあります。タイミングをみて声かけをしましょう。

● やる気が出る、親の言葉かけ

・「がんばっているね」「よくやっているね」（認める）
・「とりあえず、○○までやってみよう」（努力目標を限定）
・「こんなやり方を聞いたよ」（具体的なアドバイス）

● 親の読みかけの本を置いておく

居間など目に付く場所に、意図的に親の読みかけの本を置きます。子どもは、のぞいてみることもあるでしょう。子どもの読書意欲を刺激します。

夜遅くまでテレビやインターネットに夢中になっている

けじめをつけ、ルールを守ることの大切さを教えていますか。

- けじめをつけ、ルールを守ることは、心身の健康を維持すると同時に、自立した社会人になるために必要なことであることを教えます。
- 長時間ゲームをしていると、集中力がなくなる、きれやすくなる、イライラするなどの影響が現れる場合があります。また、視力の低下など身体への弊害も心配です。

「けじめをつけ、ルールを守る心」を育てるポイント

● 禁止をしないで

テレビやゲーム、インターネットに夢中になるのは、自然なことです。時間などのルールを決めましょう。親も子どもの見るテレビ番組などに関心をもち、時には一緒に見て、その内容を話題にコミュニケーションをとる方法もあります。

● 家族で触れ合う場面を増やす

トランプや囲碁・将棋、ボードゲームなど家族で楽しむ時間をつくるのも、子どもがテレビやゲームにのめり込むのを防ぐ効果があります。

● 「我が家のルール」をつくる

子どもと話し合って決めることをお勧めします。冷蔵庫など目に付くところに貼っておくとよいでしょう。

＜我が家のルール（例）＞

・テレビやゲームなどの時間：○時間まで
・家族とあいさつをする。
・家庭学習：○時間
・分担した家事を行う。

ブランド品など高額な物を欲しがる

中学生にふさわしい服装や持ち物などがあることについて、
話をしていますか。

- 服装や装飾品、髪型などにこだわりをもつようになります。おしゃれを意識し、高額なブランド品に興味をもつ場合もあります。「おしゃれと身だしなみの違い」、「年齢にふさわしい服装や持ち物があること」を教えましょう。
- テストで満点をとった褒美にお金や物をあげるなど、子どもの歓心を買うようなことが度重なると、がまんする心や正しい金銭感覚が育たなくなります。
- お小遣いを通して、労働の対価としての金銭の価値や、やりくり、計画的な使い方などを学ばせましょう。

「がまんする心」や「正しい金銭感覚」を育てるポイント

● 小さながまんを積み重ねる

小さながまんの積み重ねが、大きながまんの心を育てます。子どもが欲しがるままに買って与えるのは一考が必要です。

● お小遣いの与え方

・親が買う物とお小遣いで子どもが買う物との区別を明確にし、小遣いの額を算出する。
・小遣いは定期的に渡し、計画的に使うようにさせる。
・小遣い帳や貯金箱を活用させる。
・金銭の「貸し借り」や「おごったり・おごられたり」をさせない。

子どもがいじめられていないか心配である

身の周りでいじめや心配事がないか、聞くようにしていますか。

- いじめは、人間として絶対に許されません。いじめる行為はもちろん、はやし立てたり、傍観したりする行為もいじめに加担することになることを確認します。
- いじめを傍観したために、その後、自分を責め苦しむ事例もあります。身近にいじめが起こったら、すぐに担任や親などに相談することの大切さを話します。
- 人の努力や実力をたたえる一方で、素直に認めたくないという気持ちが働くのも、人間の偽らざる感情で、いじめの芽になる場合もあります。「思いやり」とともに、すぐれているものや正しいものを素直に認める「心の広さ」をもつことも大切です。

いじめから子どもを守るポイント

● アンテナを敏感に

子どもはいじめにあっても、なかなか打ち明けられません。日頃の子どもの表情や服装･持ち物などを観察し、「変だな」と感じたら、子どもに確かめるようにします。「何でもない」と答えても､担任やスクールカウンセラーに相談することをお勧めします。

● 困ったときの相談先

いじめをはじめ、不登校や非行等に関することを相談したいときは、品川学校支援チーム「HEARTS（ハーツ）」へ電話してください。 ☎5740−8225（ハーツにゴー）

● 子どもたちを救う早期発見

折りにふれて、学校でいじめがないか話題にしましょう。少しでも心配なことがあったら、すぐに学校や関係機関に連絡してください。

習い事をしても、なかなかやる気を起こさない

習い事などに努力している時、
ほめて励ます言葉をかけていますか。

■ 習い事などには、根気と努力が必要です。途中で投げ出してしまっては、力がつきません。何事も成就するためには、継続が必要です。

■ 子どもがやる気になるのは、次のようなときです。
- 目標があるとき（努力すれば達成可能な目標）
- 一緒に励む仲間やライバルがいるとき
- 具体的なアドバイスがもらえたとき

■ 親には、過度な要求をしない、努力をほめる、ぎりぎりまで待つ、共に喜ぶなどの姿勢が望まれます。

「努力する心」を育てるポイント

● 過程に目を向ける

取り組んでいる過程の努力を認めることにより、子どもはたとえ結果が思わしくなくても、「努力する」大切さを学びます。

● 熱中は、努力する心を育てる

興味・関心のあることに熱中して取り組むことが努力し続けることにつながります。勉強に役立たないからと、頭ごなしに否定しないようにしましょう。

●「がんばれ！」より「がんばっているね」

努力している子どもに「がんばれ」という言葉かけは、「これ以上、どうしろと言うんだ」という気持ちを起こしかねません。「がんばっているね」という言葉かけのほうが子どもに伝わります。

― 今自分にできること。がんばればできそうなこと。
そういうことを積み重ねていかないと、遠くの目標は近づいてこない。―

待ちきれずに、せきたててしまう

「早くしなさい」とせきたてる気持ちを抑えるようにしていますか。

■ 子どもをせきたてたり、過度に指示したりすると、やる気や自立心は育ちません。自立を求めるこの時期の子どもは反発し、親から距離をとろうとします。

■「自分のすることは、自分で決めたい」という欲求が大きくふくらむ時期です。大人として扱い、見守る姿勢が望まれます。

こんな言葉を連発していませんか？

「何をぐずぐずしているの！」
「さっさと着替えなさい！」
「早く食べなさい！」
「学校に遅れるよ！」

ゆとりをもって、待つポイント

● 深呼吸する

イライラしてきたら、下腹部に力を入れて、息をできるだけゆっくり吐きます。これを数回繰り返します。呼吸により心が落ち着いてきます。

● 待つ時間を引き延ばす

何分か後に子どもが自発的に動き出すのを待つようにします。

● 子どものやり方とペースがある

たいていの場合、子どもの時間は大人よりもゆっくりと流れています。子どもがしていることを寛大な心で見てあげましょう。

「ほめる」よりも「叱る」ほうが多くなってしまう

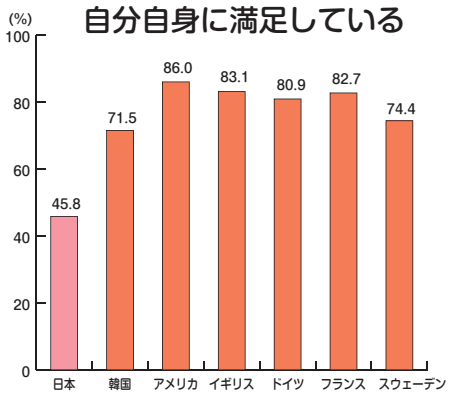
子どもの良いところを探して、ほめるようにしていますか。

■ 親にほめられてもうれしくないだろうと思いがちですが、心が揺れ動く思春期だからこそ「ほめて、認める」ことが大切です。

■ ほめられる機会が多いと、自己肯定感（自分を好きに思える感情）や自信が高まり、何事にも前向きに取り組むようになります。

■ グラフのように、日本の子どもたちは、自己肯定感が低い傾向にあります。ほめられる機会が多くないことも、要因の一つと考えられます。自己肯定感が低いと次のような傾向が現れます。

- 「どうせ自分なんか」等の不満を言う
- 何をするにも自信がもてない
- チャレンジする意欲が乏しくなる
- 失敗すると、すぐにあきらめる



平成 26 年版「子ども・若者白書」（内閣府）より

「ほめ上手」 になるポイント

● すかさず、その場でほめる

子どもが良い行いをしたり、がんばったりした時に、その場でほめることが大切です。時間が経ってしまうと、心に響かなくなることがあります。

● ささいなことでもほめる

ほめる材料を探し、小さなことでも照れずにほめるようにします。何気ない人への親切などをほめると、子どもはことのほかうれしく思います。

● ほめ言葉は理屈が入っていないほうがよい

「さすが！」「すごい！」「やるね！」「がんばるね！」など、親の喜びや感動の言葉が子どもの心に残ります。また、「肩をたたく」「握手する」などのスキンシップも効果的です。

ついカッとなって怒鳴ってしまう

理由が分かるように、諭すような叱り方を心がけていますか。

- 「怒(おこ)る」と「叱る」は違います。「怒る」は、怒鳴りつけるなど感情をあらわにするものです。一方、「叱る」は、子どもの非を諭し、よくなってほしいという期待を示すものです。
- この時期は、大きな声で叱られると、その声の大きさだけ反発心を強めると言われます。「ささやく」程度の声が適切で、素直に聞く気持ちにさせます。
- いじめ等の人権侵害や危険な行為に対しては、親として毅然とした態度で向き合い、厳しく叱ることが重要です。

「叱り上手」になるポイント

● 短く叱る

長々と叱っていると、悪いと思っていても、「早く終わってほしい」という気持ちが大きくなってしまいます。

● 他の人の前で叱らない

「恥をかかされた」という思いだけが残る場合があります。なるべく二人きりになれる場所で叱るようにします。

● 兄弟や友達と比べたり、過去を持ち出したりしない

その時の行為について叱ります。兄弟や友達と比較されたり、過去の同様の行為を持ち出されたりすると、反発心が先に立ちます。

● 自尊心（プライド）を傷つけない

子どもは、子どもなりの自尊心をもっています。「最低！」「いつもダメね」などという言葉は自尊心を傷つけ、子どもを萎縮させたり、強い反感を抱かせたりします。

身の回りがだらしなく、つい手助けをしてしまう

子どもの力を信じて、細かく口出しをしないように
見守っていますか。

■ 思春期は、親からの自立を求める一方で「甘えたい気持ち」も多分に残っています。その気持ちに迎合し世話を焼きすぎると、子どもの自立を妨げることになります。過干渉にならないことが、子どもの自立心を育てる鉄則です。

■ 思春期であっても、親や目上の人への礼儀や態度はわきまえなければなりません。冷静に聞き入れられる時に、分かりやすく説明し、注意を促すことも必要です。

「自立心」を育てるポイント

● 手は離しても、目は離さない

身の回りのこと（整理整頓、家事など）が自分でできるようになることが、自立に必要な条件です。そのためには、手順やコツを教えた後は本人にまかせ、見守るようにします。

●「自分で決める」大切さ

自立を求める表れとして、自己決定の欲求も強くなります。自分で決めると、やる気が出て、結果の責任は自分にあるという自覚も高まります。親は先回りしてレールを敷くのではなく、子ども自身に決めさせるようにします。

● 友達は、成長の糧

親より友達を求めるようになります。友達と一緒に過ごす時間が多くなり、喜びや悲しみ、悩みを共有し合いながら成長します。親は子どもの友達を選べませんが、どんな友達と親しくしているのかなどを把握し、見守るようにしましょう。

外泊への対応

友達の家に泊まりたいという許可を親に求める場合があります。携帯電話の普及に伴って所在の確認が難しいこともあり、外泊については、物わかりのよい親にならないことが肝要です。子どもの気持ちを受け止めることは大切ですが、外泊は認めないという姿勢を明確にします。

「早寝・早起き・朝ごはん」は、活力の源

子どもに、「早寝・早起き・朝ごはん」の
生活リズムが定着していますか。（週４日以上）

■ 成長期の子どもが健やかに成長していくためには、十分な睡眠・休養、栄養バランスのとれた食事、適切な運動が必要です。

■ 規則正しい睡眠と毎日の朝ごはん、これをきちんと摂っている子どもほど、勉強も運動もよくできるというデータがあります。国民運動になっている「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを確立することが大切です。

「早寝・早起き・朝ごはん」のポイント

● 思春期に必要な十分な睡眠

夜型の生活になりがちですが、十分な睡眠が必要です。身長を伸ばす成長ホルモンが寝ている間に分泌されるからです。

● 親も朝型の生活を

大人の夜型の生活に子どもを巻き込んでいないでしょうか。大人と子どもの境界線を引くとともに、できるだけ親も朝型の生活を心がけたいものです。

― 朝の出だしをポジティブに始めれば、一日をポジティブな気分で過ごせる。―

「子育て 12のヒント」2

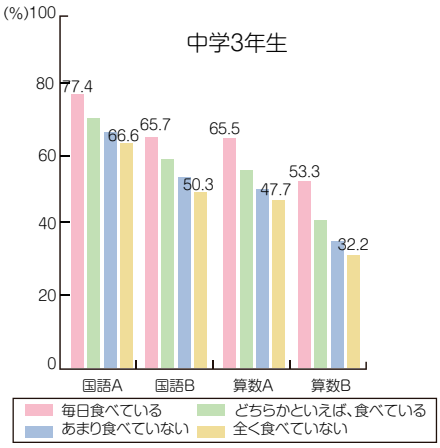
朝食を毎日食べるメリット

栄養のバランスのとれた手作りの朝食を食べさせていますか。

■ 朝食は一日の生活のスタートであり、エネルギー源です。朝食をしっかり食べることによって集中力ややる気が出て、勉強や運動に身が入ります。

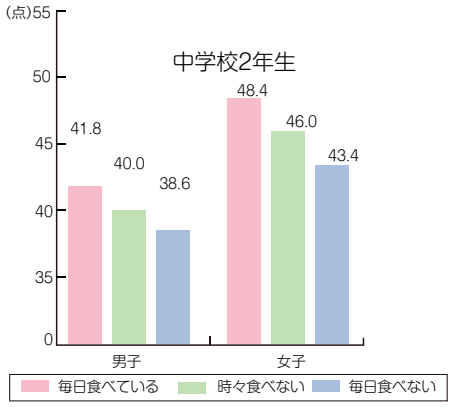
■ 全国的に、朝食を毎日食べる子どもほど、学力調査の正答率が高く、体力テストの合計点も高いという結果が出ています。

朝食の摂取と学力調査の平均正答率との関係



文部科学省「全国学力・学習状況調査」（平成24年度）

朝食の摂取と体力合格点との関係



文部科学省「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」（平成22年度）

朝食を毎日食べるポイント

●「早寝」がポイント

早起きし、朝ごはんをしっかり食べるためには、早寝が必要です。そのために、就寝時刻を一定にすることが大切です。

● 栄養バランスのとれた食事を

食事の内容も重要です。できるだけ、主食、主菜（たんぱく質が中心のおかず）、副菜（野菜が中心のおかず）、汁物等の栄養バランスのとれた手作りの食事を用意してあげてください。“親の味”を通して、親への感謝の心も育ちます。

心が安らぐ家庭に

できるだけ、子どもに笑顔で接するようにしていますか。

- この時期の子どもは、イライラ・モヤモヤした気分になりがちです。家に帰った時に、ホッとできるようにしたいものです。
- 子どもは、「家族が楽しく過ごすこと」を願っています。この時期の子どもも、親や家族のぬくもりを求めているのです。
- 食事を共にすることで、家族の一体感や連帯感が強くなります。家族によって生活リズムが違いますが、休日などは、できるだけ家族そろって食事をしたいものです。

ホッとできる家庭にするポイント

● 親の笑顔が子どもの力に

子どもは見ていないようで、親の顔色をうかがっています。親が笑顔を見せれば、子どももホッとできます。その安心感が元気や活力の基になるのです。

●「お帰りなさい」

「お帰りなさい」の一言がどれだけ子どもの心を癒すことでしょう。親の帰宅が遅くなる場合は、冷蔵庫などにメッセージを残しておくなどの工夫も効果的です。

● 家族一緒の食卓に

親しく会話する雰囲気づくりを心がけましょう。子どもにとって耳の痛い話は、食後に時間をとってするようにします。

家事の分担は自立への道

家事の分担をさせていますか。

■ 子どもに家事を分担させることは、家族の一員としての自覚と責任感を高めます。また、家庭内での自分の居場所や存在価値を確認することにもなります。

■ 家事を分担することは、「身辺生活の自立」に向けて必要な生活能力や生活技術を身に付ける基盤になります。

家事を分担させるポイント

● 子どもの自己決定で

勉強が忙しくなるので家事をさせないという考え方は、子どものためになりません。でき得る家事を、子どもに決めさせることがポイントです。

●「ありがとう」の一言を

ねぎらいの言葉は、子どもの自己有用感（自分が役立っているという実感）を高め、やる気を引き出します。

●「我が家の○○主任」

例えば、子どもが風呂の掃除を分担したときは「我が家の風呂主任」と名付け、責任感を高めるようにする方法があります。

● 怠けた時こそ「責任」を教えるチャンス

決して頭ごなしに責め立てないで、「お風呂場、汚れているようだけど…。」などと促す言葉かけがよいでしょう。怠けが続くようなら、責任を果たすことの大切さをしっかり教えましょう。

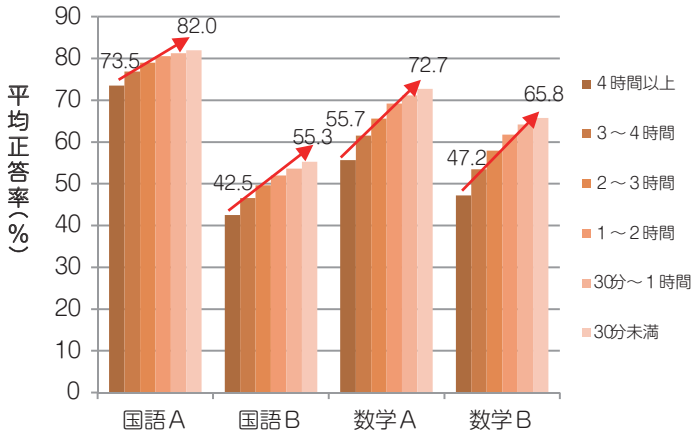
「子育て 12のヒント」5

携帯電話やインターネットは使いよう

子どもがテレビを見たり、インターネットをしたりする場所は個室ではなく、家族が見える場所にしていますか。

- 携帯電話（スマートフォン）やインターネットは、使い方一つで、役立つ道具にもなれば、身を危険にさらす道具にもなります。
- 個室で使うようになると、ネット依存になったり、有害情報に触れたりする危険性があります。
- 携帯電話等の使用時間が少ないほど、全国学力調査の平均正答率が高いという傾向が出ています。

中学生の携帯電話等の使用時間と平均正答率の関係



文部科学省（平成 26 年度）

安全な使い方のポイント

● 危険から身を守る方法を教えるのは、親の役目

知らない人に個人情報を教えないなど危険から身を守る方法について、親が教えましょう。相談先など、困った時の対処法も確認します。

●「我が家のルール」の設定

携帯電話がどうしても必要な場合は、買い与える時に子どもとよく話し合い、「我が家のルール」を決めることをお勧めします。始めが肝心です。

● フィルタリング機能を設定

インターネットについては、有害情報に触れないために、適切なフィルタリング機能を設定します。

携帯電話のルールづくり（例）

携帯電話やインターネットの「我が家のルール」を
決めていますか。

■ 品川区では、「携帯電話『しながわアクション』」で、小・中学生に本当に携帯電話は必要か、保護者の皆様に問いかけをしております。
以下は、どうしても携帯電話を持たせる場合のルールづくりの参考例です。

＜ルールを決める時＞

- 実際に起こったトラブルや犯罪等の話を例にして、ルールの必要性を確認します。
- 一方的な押し付けにならないよう、子どもと話し合って決めます。
- トラブルが起こった時やルールが守れなかった時の対処法を盛り込みます。

＜ルールを決めた後＞

- 紙に書かせ、目にする場所に貼っておきます。
守ろうという意識付けができます。
- 「我が家のルール」を友達にも伝えるように、
子どもに話します。友達が理解していないと、
ルールが守られなくなる場合があるからです。
- 実際の状況により、ルールを見直すための話し合いを
する必要もあります。
- 携帯電話で子どもの交友関係が飛躍的に広がる恐れが
あります。これまで以上に親子の会話を大切にしましょう。

我が家の携帯電話のルール（例）

1　家では、居間のみで使用します。
2　夜９時以降は携帯電話をさわりません。
3　勉強中や食事中は、電話もメールもしません。
4　携帯電話の保管・充電場所は居間にします。
5　メールの文面は、送信する前に読み直します。
6　自分がされて嫌なことを、他の人に決してしません。
7　困ったことがあったら、どんなことでも親に相談します。

ルールを破ったら、１週間、携帯電話を使用しません。
以上のことを守ります。

年　　月　　日　名前（　　）

高めたい危険予知・回避能力

大地震の発災時に、家族で落ち合う避難場所を決めていますか。

■ 東日本大震災の教訓として、様々な場面での発災を想定し、「いざ」という時に、どのように行動するか日頃から確認しておくことが大切です。

- 学校にいる時
  （学校が生徒の安全確保をし、原則として保護者が引き取る。）
- 登下校中
- 家で子どもだけの時
- 外出先で

■ ８年生は中学校生活にも慣れ、緊張感が薄れてくる学年です。その分、事故や事件に巻き込まれる危険性があります。

■ ９年生になると、行動面で落ち着きが見られるようになる反面、進路選択や受験勉強等のストレスがたまります。子どもが家で安心して過ごせることが、事故防止にもつながります。

危険予知・回避能力を高めるポイント

● 具体例を挙げて

ただ「気を付けなさい」ではなく、具体的に何が危険か、どうすれば避けられるかなど注意を促すようにします。親自身の体験や同年代の子どもの事件・事故等を例に挙げると、説得力が出ます。

＜事故事例＞友達とのおしゃべりに夢中になり交差点に進入（他府県の例）

中学２年生の男子生徒が自転車で友達２人と並走していた。見通しの悪い交差点に差しかかった際、友達２人は交差点手前でいったん停止したが、男子生徒はおしゃべりに夢中になり、そのまま交差点に入ってしまった。ちょうどその時走行してきた乗用車と衝突した。

● 正しい判断力を

「赤信号、みんなで渡ればこわくない」といった集団心理や、急いでいる時に交通ルールを無視するなど、自分本位な行動も見られることがあります。誰も見ていなくても、正しく判断し行動することが、自分や相手を守ることになることを伝えましょう。

「生きる力」をはぐくむ体験・ボランティア活動

子どもに、体験活動やボランティアなどの地域活動に参加することを勧めていますか。

■ 机に向かっての学習も大切ですが、体験活動は「生きる力」（知・徳・体のバランスのとれた人間力）と「生き抜く力」をはぐくむうえで重要です。

■ 自然の中で美しいものや命に触れることで、豊かな感性をはぐくみます。また、自然環境を大切にする心や自然の厳しさに耐える「がまんの心」などを学びます。

■ ボランティア・地域活動に参加することは、様々な人々との交流を深め、地域に目が向く契機となります。また、地域の一員としての自覚を高めます。

体験・ボランティア活動をさせるポイント

● 自然体験の勧め

山や海に連れ出したりして、自然に触れる良さに気付かせたいものです。夏休みにキャンプに行くなど、企画してみませんか。

● 地域行事や年中行事に親しむ

祭りなど地域行事に参加したり、運営に参画したりすることを勧めましょう。また、家庭で正月や節分、大掃除などの年中行事を行うことも、日本の伝統文化に親しみ、社会性をはぐくむ基盤となります。

● ボランティアは、できるところから

身近な地域で仲のよい友達やグループなどで行うと、取り組みやすいでしょう。品川区のホームページや広報紙にもボランティア募集のお知らせが載ります。

反抗期への向き合い方

反抗は成長の過程と受け止め、むきにならず見守る姿勢で対処していますか。

■ 自我が芽生え、それまで絶対的な存在であった親を客観視するようになります。また、親の言いつけやきまりに疑問をもち、「自分のことは自分で決めたい」と強く思うようになります。

■ 親が今までと変わらずに子ども扱いして、反発するケースもあります。反抗は思春期の特徴であり、自立への成長過程と考えることが大切です。

反抗期の子どもに向き合うポイント

● ゆったり構える

口を利かないなど子どもの反抗的な態度に過剰に反応しないことが第一です。怒って無理やり謝らせたり、逆に腫れ物に触るようにビクビクしたりしないようにしましょう。いざという時の親の存在感が大切です。

● 子どもと対等にならない

口汚い言葉をぶつけてきた時などに、子どもと対等になって反応しないことが大切です。怒りが込み上げてきたら、一度引いて心を落ち着かせ、そして、ユーモアと笑いで切り返しましょう。

● 受容はしても、許容はしない

子どもの不満などネガティブな感情は受け止めても（受容）、暴力や他人への迷惑などの行為は認めない（許容しない）姿勢が大切です。以下は、参考例です。

＜いらだって物を投げたり、壁を蹴ったりするA君への対応例＞

A「部活で、今日も悪口を言われたよ。もうやめたいよ！」
父「**そうか。今のおまえの気持ちではそうなるね。うん。よく分かる。**
よく分かるけど、物を投げたり、壁を蹴ったりするのは**認められないよ。**
好きなサッカー部をやめるかどうかは、よく考えてみよう。いつでも相談にのるよ。」

「相談したくなる親」の条件

ふだんから子どもの変化（サイン）を見逃さないようにしていますか。

■ 子どもの気持ちよりも、親の都合を優先していないでしょうか。そういう状況では、子どもは「自分を分かってくれない」と素直になれません。

■ この時期は、一人の対等な人間として子どもに向き合い、互いの考えを語り合って、分かり合おうとする親子関係をつくるように努めたいものです。

「相談したくなる親」になるポイント

●「子どもの味方」メッセージ

親はいつでも子どもの味方であることを態度で示して、「親から愛されている」という実感をもたせます。「何があっても、あなたの味方」というメッセージは、子どもに安心感を与えることでしょう。

● まずは、聞く姿勢

たとえ、子どもの相談に的確なアドバイスができなくても、話をじっくり聞いて、悩みをしっかり受け止める姿勢が大切です。子どもは聞いてもらえることで、つらい気持ちが和らぎ、解決への糸口がつかめるようになります。

● ネガティブ（否定的）な気持ちを、共感的に受け止める

子どものネガティブな気持ちを否定したり、そらしたりしないで、まずはそのまま受け止めることが大切です。以下は参考例です。

【子】「お母さん、私、みんなから嫌われているかな？」

【母A】「そんなことないと思うよ。お母さんはあなたが好きよ。」
（▲子どもは半分ほっとするけれど、モヤモヤが残る。）

【母B】「嫌われているのかなと思うと、落ち込んだりするよね。」
（○子どもが自分の気持ちを更に話すきっかけとなる。）

夢の実現への後押しを

子どもの進路選択について話し合い、
励ます言葉かけやアドバイスをしていますか。

■「人は夢を育て、夢は人を育てる」と言います。夢や希望は、その実現に向けて努力しようとする意志や力を子どもに与えます。

■ 自分の将来の夢や目標を見据え、具体的に進路計画を立てる時期です。親は子どもの希望を尊重しつつ、人生の先輩として適切なアドバイスを心がけます。そして、子どもがより良い自己決定ができるように、応援する姿勢でかかわるようにしたいものです。

子どもの応援団になるポイント

● 夢や希望をはぐくむ、明るく前向きな家庭

将来に夢や希望がもてるように、家庭では明るく前向きな話題を多くしましょう。子どもが将来の話をしたら、聞いて励ますようにしてください。

● 親自身の経験や努力している姿を伝える

成功体験だけでなく失敗体験も話すと、子どもにはインパクトをもって伝わります。また、親自身が目標をもち、努力する姿を子どもに示すことができたら、子どもの志気も高まることでしょう。

― 夢なき者に理想なし、理想なき者に計画なし、計画なき者に実行なし、
実行なき者に成功なし。故に、夢なき者に成功なし。―

「子育て 12のヒント」12

ピンチをチャンスに

子どもが問題や悩みを抱えた時に、しっかり向き合い、
共に解決しようとしていますか。

- 子どもは様々な問題や悩みに直面し、それらを乗り越えることで成長していきます。
- ピンチのときこそ、家族の絆が試されます。親をはじめ家族に思いやりがあると、それが励みとなり、子どもは問題に立ち向かう勇気と力がもてるでしょう。
- 子どもの問題やトラブルは、これまでの子育てや子どもへのかかわり方を見直すチャンスと捉え、改善に向けた努力をしましょう。
まさに、「ピンチはチャンス」なのです。

「ピンチをチャンスにする」子育てのポイント

● しっかり向き合う

子どもは、親が真剣に向き合ってくれているかどうかを敏感に感じ取ります。時間がかかっても、共に問題の根本的な解決を図ることが大切です。

● 支える言葉と突き放す言葉

まずは、「大変だったね」「無理に頑張ることはないよ」などの支える言葉をかけ、安心させます。「つらいのはあなただけではないよ」「クヨクヨしていても同じだよ」などの言葉は、子どもを突き放し、さらに傷つける恐れがあります。

● 親の姿・振る舞いに子どもは心を動かされる

子どもが人に多大な迷惑（怪我をさせるなど）をかけた時に、親がどのように対処するかが問われます。子どもと一緒に相手先に赴き、頭を下げて謝罪することにより、子どもは事の重大性を感じ取り、心から反省するでしょう。

心を開く、明るいあいさつ・元気な返事

親が率先してあいさつしていますか。

- あいさつは「心を開いて、相手との心の距離を縮める」の意味があり、人とかかわるスタートです。
  コミュニケーションは、あいさつから始まります。
- あいさつは、する人もされる人も気持ちのよいものです。
- 「ハイ」という元気な返事は、気持ちを前向きにします。

あいさつのしかた 7原則

- 自分から先にします。
- 相手の目を見てします。
- 笑顔でします。
- ていねいなおじぎは、頭を下げ、腰を折ります。
- おじぎをした後、相手の顔を見ます。
- したり、しなかったりがないようにします。
- 部屋に入る時は、まずノックをします。

～オアシス運動～

お…はようございます
あ…りがとうございます
し…つれいします
す…みません

4つの言葉を
言い合いましょう

返事のしかた 4原則

- 名前を呼ばれたら、必ず「ハイ」と返事をします。
- 短く、はっきりと言います。
- 呼んだ相手の方を向いて言います。
- 「ハーイ」と伸ばす返事や「ハイ、ハイ」と２度返事はしないようにします。

一度口にした言葉は元に戻らない

親自身が場に応じた言葉づかいを心がけるとともに、
子どもに教えていますか。

- 一度口をついて出た言葉は、元に戻せません。言う前に、よく考えてから発言することが大切です。メールも同じです。
- 「死ね」など人を傷つける言葉、棘（とげ）のある言葉、相手の人格を否定するような言葉を使わないようにします。
- 身近な親の言葉づかいが、子どもに直接影響します。親自身がＴＰＯをわきまえ、ていねいな言葉づかいを心がけたいものです。子どもは聞いています。
- 言葉づかいが身に付いていることは、社会性が身に付いている証拠です。

言葉づかい

- 言葉はゆっくり、はっきり言います。
- 「○○です。」と、語尾まで言います。
- 単語で終わらせないようにします。

（例）　「先生、プリント」（×）
　　「先生、プリントをください。」（○）

- 先生や目上の人には敬語を使います。

（例）　言う →　おっしゃる（尊敬語）
　　申し上げる（謙譲語）
　　申す（謙譲語・丁寧語）
　　食べる →　召し上がる・上がる（尊敬語）
　　いただく（謙譲語・丁寧語）

― 言葉一つで人の心を温め、
言葉一つで人の心を傷つける。―

「言葉は慎重に選びたい」

中学生（14歳）

「カス」などという言葉が今、学級の中で飛びかっています。別に、いじめとか悪意をもっているわけでなく、空気を読まずに動いたり、しゃべったりした人に、軽く言うのです。また、言われた人も笑い流してしまいます。

私は「これっていいのだろうか」と、最近思いました。友達は、「死ね」と言いますが、妹は言われると泣きながら怒ります。この違いは何なのでしょうか。「その言葉を言ったり、聞いたりして傷つかないの」と、友達に聞きました。「別に。普通、みんな言ってるし」。妹に聞きました。「どうしてそんなに傷つくの」。「だって悲しいから」と妹は答えました。

私はなるべくそのような言葉を言わないようにしています。小学生の妹と中学生の友達との違いはきっと慣れなんだと思いました。これからも、ぱっと思ったことを口にするのではなく、悩んで考えたことを口にしていきたいと思います。

～新聞の投書欄より～

「歩きスマホ」は、他人も自分も危険に

携帯電話（スマートフォン）を操作しながら歩かないように教えていますか。

■ いわゆる「歩きスマホ」は、自分本位で他人に迷惑をかけるだけでなく、自分も事故に遭う危険性があります。大人も自粛することが大切です。

■ 歩き方に、その人の心持ちが現れます。クツをそろえることは、心を整え、けじめのある行動につながります。

はきものをそろえる

はきものをそろえると心もそろう

心がそろうと、はきものもそろう

ぬぐときにそろえておくと
はくときに心がみだれない

だれかがみだしておいたら
だまってそろえておいてあげよう

そうすればきっと、
世界中の人の心もそろうでしょう

（この詩は、長野県篠ノ井町の藤本幸邦和尚が、永平寺の開祖である道元禅師の「脚下照顧」の教えを、分かり易い詩として表現されたものだそうです。）

「歩きスマホ」の危険性

■ グラフのように、歩きながら、自転車に乗りながらの携帯電話、スマートフォン等による事故が年々増加しています。
この人数は、救急車で搬送された場合です。ヒヤリ・ハットも含めると氷山の一角と言えます。

～事故事例～

駅のホームから転落（10 歳 男児）

駅のホームで携帯電話を操作しながら歩行中、線路上へ誤って転落し、重傷を負う。接触はなかったが、直後に電車が進入。

自転車で走行中に受傷（26 歳 男性）

携帯電話でメールを打ちながら自転車を運転中、路上に停車中の乗用車に追突。転倒して軽傷を負う。

歩きスマホ等に係る事故

年別の救急搬送人数（東京消防庁管内）

徹底が必要な「情報モラル」

インターネットのトラブルや犯罪に巻き込まれないように、
注意や制限をしていますか。

■ パソコンや携帯電話は便利な道具ですが、使い方によってはトラブルや犯罪に巻き込まれる危険性があります。

■ 親には、買い与えた責任があります。子どもが被害者や加害者にならないように「情報モラル」を守らせて、安全・安心を確保するようにします。

P17～P18も
確認しましょう

情報モラル

●「ネットいじめ」をしない

ＳＮＳなどでは、悪口（「死ね」「ウザイ」「キモイ」など）や不用意な言葉を書き込ませないようにします。軽い気持ちで書き込んだ言葉でも、相手をひどく傷つけてしまうことがあります。

● 不適切な動画等の投稿をしない

スマホ等で勝手に他人を写して投稿すると、肖像権の侵害に当たることがあります。

● 個人情報を送信しない

ネット上に、個人を特定できるような情報を掲載しないようにします。一度発信した情報はすぐに広まり、様々な人に見られる可能性があり、その個人を危険にさらすことになります。

● ＩＤやパスワードを他人に教えない

たとえ信頼できる友達であっても、教えないようにします。
また、他人のＩＤやパスワードを使って、インターネットを利用することは犯罪になります。

● チェーンメールをしない

転送を促すメールは転送しないようにします。
安易に転送すると、その人までトラブルに巻き　込んでしまう可能性があります。

● 出会い系サイトへの書き込みをしない

未成年による「出会い系サイト」などへの書き込みは、違法行為です。絶対しないようにします。

自ら守る社会のルールとマナー

ゴミのポイ捨てや車中での迷惑行為など、公共のマナーに反する行為をしないように話し合っていますか。

- 事故の被害者だけでなく、加害者になる危険性もあります。交通ルールを守って、自分や他人の安全を守ります。
- 周囲に不快な思いをさせない心がけが、公共のマナーを守ることにつながります。
- 身近な親が自ら範を示し、社会のルールとマナーをきちんと教えることが大切です。

自転車の交通ルール

- 極力、ヘルメットをかぶります。
- 自転車の走行には、「車道が原則、歩道は例外」というルールがあります。８・９年生は「13歳未満の子どもは歩道を走ってもよい」という例外規定が適用されません。原則、車道（左側の端）を走ることになります。なお、自転車専用道路や自転車の走行が可能な歩道（「自転車および歩行者専用標識」で表示）もあるので利用しましょう。
- 交差点などでは一時停止して、安全を確かめます。
- ゲーム機や携帯電話を使いながらの走行や傘をさしての走行はしないようにします。
- 二人乗りは禁止です。二人横に並んで走るのも同じです。
- 暗くなったら、必ずライトをつけるようにします。

※ 事故の加害者になる危険性もあります。
「自転車保険」に入ることをお勧めします。

自転車および歩行者専用標識

＜事故事例＞

自転車に乗っていた小学５年の男児が散歩中の女性と衝突。女性を寝たきり状態にさせてしまった小学生の親に「監督義務を果たしていない」として、裁判所は約9500万円の賠償を命じました。（2013年）

公共のマナー

- ゴミや空き缶などのポイ捨てをしないようにします。
- 壁などに落書きをしないようにします。
- 電車やバスの車内、図書館など公共の場では、騒がしくしないようにします。

親とは？　親として・・・

「親はどうあるべきか」と考えたことがありますか。

そもそも、親とは…

- 一番身近にいて、豊かな愛情で子どもを包み、保護する人。
- 法律の上では…

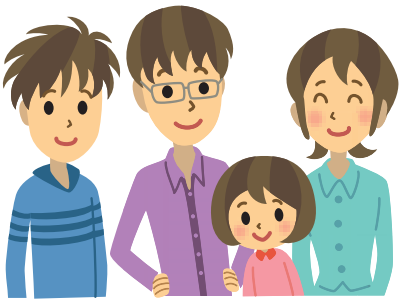
> 父母その他の保護者は、子の教育について第一義的責任を有するものであって、生活のために必要な習慣を身に付けさせるとともに、自立心を育成し、心身の調和のとれた発達を図るよう努めるものとする。
>
> 「教育基本法 第10条（平成18年12月22日改正）」

親の養育義務とは

- 一般的には、成年（満20歳）になるまで。子どもは成年に達すると、親の親権を離れ、一人前の大人（成人）と見なされます。法的にも様々な権利が与えられますが、それに伴って義務や責任も生じます。ただし、収入がないと扶養義務があります。
- 少年法では、14歳未満の少年（少女も含む）が法律に触れても犯罪として扱いませんが、14歳（9年生が相当）以上になると、「犯罪少年」として扱い、厳重な処分（少年院送致等）が科される場合があります。
- 親には、子どもが触法行為などをしないように自立心や規範意識を育てる第一義的な責任があります。

子どもにとって、親は大事な存在です

「Nobody's Perfect」という言葉があります。
子育てにおいて、完璧な親などいません。
「子育ては、親育て」です。自分の子育てを振り返りながら、親自身が学んでいく前向きな姿こそ、子どもの心に届き、子どものやる気を育てます。



家庭教育の役割とは？

「子は親の鏡」を意識して、子どもに手本を示すことを心がけていますか。

家庭教育の3つの役割

1　基本的な生活習慣づくり
2　人とかかわる力や社会性の育成
3　規範意識の育成

→ 自立した社会人

親として心がけたいこと

● よい習慣は、一生の財産

子どもに「早寝・早起き・朝ごはん」などの生活習慣は身に付いていますか。改めるのに遅いということはありません。良い習慣は、一生の財産になります。

●「聞き上手」「ほめ上手」「叱り上手」

親との対話や共通の体験がもちにくい年代です。そこで、「聞き上手」「ほめ上手」「叱り上手」を心がけましょう。地域の人々との積極的な触れ合いも勧め、人とかかわる力や社会性を伸ばします。

●「子は親の鏡」「子は社会の鏡」

親をはじめ大人が身をもってルールやマナーを守り、示すことによって、子どもの規範意識がはぐくまれます。

家庭の日　毎月第一日曜日は「家庭の日」

品川区では、毎月第一日曜日を「家庭の日」と定め、「明るい家庭づくり運動」に取り組んでいます。

深めよう！ 親子の絆　　考えよう！ 家族の関係

親同士のつながりが子育ての力に

子育ての悩みを共有できる仲間がいますか。

■ 子どもの成長のうえで、友達の存在は必要不可欠です。同様に、親にも「子育て仲間」が必要です。悩みや心配事を気軽に相談できる仲間が身近にいることで、悩みを解消できたり、解決へのヒントを得られたりします。

仲間づくりのヒント

● 地域行事への参加

地域行事には、年輩者や子育ての先輩、同じ年頃の子どもをもつ親などが集っています。また、同年代の子どもたちも参加していることでしょう。様々な触れ合いの中で、子育ての悩みを相談したり、解決のヒントを得たりすることができます。

● ＰＴＡ活動への参加

仲間をつくる絶好の機会です。「子どもの健やかな成長」という共通の目的をもって活動するＰＴＡの仲間だからこそ、子育ての悩みも共有することができます。そして、子育ての大きな力になってくれるものと考えます。

８・３運動とは？

「小学校の登・下校時刻である午前８時と午後３時には、なるべく外の用事を行いながら子どもの安全を見守ろう」という品川区立小学校 PTA 連合会長の発案で平成 17 年度に始まり、全国的な広がりを見せています。

今では、８時と３時だけでなく、散歩や買い物など普段の生活の中で、周りにいる子どもたちの存在を意識し、「子どもを見守ることを生活の一部にしよう」という活動になっています。

子どもが中学校を卒業しても、地域住民の一人として８・３運動にご協力ください。

お互いに心がけたいこと

- 周囲の人たちとの交流をもち、地域やＰＴＡの活動にも関心をもって参加しましょう。
- 孤立した家庭や家族ができないように、声をかけ合いましょう。

子育ての悩みや不安について相談するには

相談先	相談内容	受付時間	休館日
子ども育成課 児童相談係 ☎ 5742-6959 (品)	18 歳未満のお子さんに関する相談に応じます。	【月～金】 8:30 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始
子ども家庭支援課 家庭支援係 ☎ 5742-6385 (品)	家庭相談、ひとり親相談、母子・父子自立支援などの相談に応じます。	【月～金】 8:30 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始
子育て支援センター (家庭あんしんセンター内) ☎ 5749-1032 (品)	子育てに関する様々な相談に応じます。お子さんを連れて相談できる部屋もあります。	【月～金】 8:30 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始
地域子育て支援センター (ぷりすくーる西五反田内) ☎ 5759-8061 (品)	地域拠点として、様々な子育て相談に加え、区内の子育て支援情報も提供します。 相談員がおり、個別相談に対応できる部屋もあります。	【月～金】 9:00 ～ 18:00	土・日・祝日 年末年始
東京都教育相談センター ☎ 3360-8008 (東)	子どもの性格や行動、しつけ、発達、いじめ、不登校、体罰、進級・進路などに関する相談を受け付けています。	【月～金】 9:00 ～ 21:00 【土日祝日】 9:00 ～ 17:00	
東京都品川児童相談所 ☎ 3474-5442 (東)	18 歳未満のお子さんに関する相談 養護、保健、障害、非行、不登校、しつけ等の相談に応じます。 ※虐待等、緊急性のある相談には、右記開館時間以外（年末年始を含む）の時間帯でも児童相談センター（☎ 5937-2330）で相談を受け付けます。	【月～金】 9:00 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始

子どもの発育・発達や健康について相談するには

相談先	相談内容	開館時間／休館日
品川保健センター ☎ 3474-2225 (品) 大井保健センター ☎ 3772-2666 (品) 荏原保健センター ☎ 3788-7013 (品)	保健師などの専門家が、心と体の健康に関する相談に応じます。	【開館時間】8:30 ～ 17:00 【休館日】 土・日・祝日、年末年始
品川児童学園こども発達相談室 ☎ 5796-6347・8 (品)	子どもの発達に関する様々な問題について、心理相談員、言語療法士、理学療法士、医師等が専門的立場から相談に応じています。	【開館時間】8:30 ～ 17:00 【休館日】 日・祝日、年末年始
児童発達支援事業・放課後等デイサービス「Compass」（発達障害児対象） ☎ 5781-5683 (東)	こだわりが強い、コミュニケーションや社会性に困難を抱えているなど、発達に支援の必要な 3 ～ 10 歳のお子さんの療育を行います。	【開館時間】8:30 ～ 17:00 【休館日】 日・祝日、年末年始
障害者福祉課 療育支援担当 ☎ 5742-6389 (品)	子どもの発達や療育に関する全般的な相談に、療育支援担当者が応じます。	【開館時間】8:30 ～ 17:00 【閉庁日】 土・日・祝日、年末年始

(品) は 品川区 (東) は 東京都

教育やいじめなどについて相談するには

子どもの教育について相談の 総合窓口 は

品川区立教育総合支援センター

☎ 3490-2000

どのような相談もこちらで受け付けます

品川区在住または在学のお子さん（幼児･小学生･中学生・高校生）の学習や生活、その他教育に関する悩みや不安、心配などの電話や来所の相談に応じます。

【月～土】9：00～17：00（祝日･年末年始を除く）

相談先	相談内容	受付時間	休館日
教育相談室 ☎ 3490-2006 品	＜全般＞ 学校生活、問題行動、しつけ、就学・進学相談等、子どもについての悩みや不安についてカウンセラーや教育相談員に相談できます。	【月～土】 9:00 ～ 17:00	日・祝日 年末年始
東京都教育相談センター ☎ 3360-8008 東	＜全般＞ 子どもの性格や行動、しつけ、発達、いじめ、不登校、体罰、進級・進路などに関する相談を受け付けています。	【月～金】 9:00 ～ 21:00 【土日祝日】 9:00 ～ 17:00	年末年始
東京都品川児童相談所 ☎ 3474-5442 東	＜全般＞ 18 歳未満のお子さんに関する相談 養護、保健、障害、非行、不登校、しつけ等の相談に応じます。 ※虐待等、緊急性のある相談には、右記開館時間以外（年末年始を含む）の時間帯でも児童相談センター（☎ 5937-2330）で相談を受け付けます。	【月～金】 9:00 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始
東京都児童相談センター ☎ 5937-2330 東	＜虐待等 緊急性の高いもの＞ 緊急性・専門性の高い相談を中心に受け付け、区と連携し、支援にあたります。	夜間 休日 （年末年始含む）	
子どもの悩み事相談 （第二東京弁護士会） ☎ 3581-1885	＜全般＞ いじめ、虐待、少年事件、家族の問題などに関する相談に応じます。	【火、木、金】 15:00 ～ 17:00	月・水・ 土・日・祝日 年末年始
特別支援教育係 ☎ 5740-8202 品	＜就学＞ 特別な教育ニーズのある子どもの就学・巡回相談を行っています。	【月～金】 9:00 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始
HEARTS（ハーツ）（学校支援チーム） ☎ 5740-8225 品	＜いじめ・不登校・虐待＞ いじめをはじめとする、不登校や虐待等、学校だけでは解決が困難なケースに対して早期解決を図ります。	【月～金】 9:00 ～ 17:00	土・日・祝日 年末年始
こころのフリーダイヤル ☎ 0120-552-777 品	＜いじめ・不登校＞ いじめや不登校などの「心の悩み」を相談できます。	【月～土】 9:00 ～ 17:00	日・祝日 年末年始
東京都いじめ相談 ホットライン（24 時間対応） ☎ 5231-8288 東	＜いじめ＞ 幼児から高校生相当年齢を対象にいじめに関する相談に 24 時間受け付けます。	24 時間 365 日	なし

夜間・休日などに病気になったら　診療所に行く前に、必ず電話連絡してください

診療科	病院名	受付時間	所在地
小児科	品川区こども夜間救急室 ☎ 3784-8181	【平日夜間】 20:00 ～ 23:00（受付：22:30 まで） 【土曜日】第 2・4 17:00 ～ 22:00（受付：21:30 まで）	旗の台 1-5-8 昭和大学病院 中央棟 4 階
小児科 内科	品川区医師会休日診療所 ☎ 3450-7650	【土曜日】第 1・3・5 17:00 ～ 22:00（受付：21:30 まで） 【休日・年末年始】 9:00 ～ 22:00（受付：21:30 まで）	北品川 3-7-25
小児科 内科	荏原医師会休日診療所 ☎ 3783-2355	【休日・年末年始】 9:00 ～ 22:00（受付：21:30 まで）	中延 2-6-5
眼科救急 応急診療	東邦大学医療センター大森病院 ☎ 3762-4151	日・月・水・土・祝日	大田区大森西 6-11-1
眼科救急 応急診療	昭和大学病院附属東病院 ☎ 3784-8383	日・火・金・土・祝日	西中延 2-14-19
眼科救急 応急診療	荏原病院 ☎ 5734-8000	木（祝日も含む）	大田区東雪谷 4-5-10

お子さんの急な病気に困ったら

小児救急電話相談 ☎ ＃ 8000 ／ IP 電話などは ☎ 5285-8898	【平日】17:00 ～ 22:00 【土・日・祝日】9:00 ～ 17:00

救急車を呼ぶのを迷ったら

救急相談センター ☎ ＃ 7119 ／ IP 電話などは ☎ 3212-2323	24 時間年中無休

品川区の青少年健全育成事業等への参加

子ども育成課の事業に参加をお勧めします。（子ども育成課庶務係　☎ 5742-6692）

ジュニア・リーダー教室　：体験を通しての知識や技術の習得（4 年生～中・高生）
体験型育成事業　：科学実験や表現活動を通した感動体験（1 年生～中学生）

13 の青少年対策地区委員会でも親子及び子ども向け事業を行っています。

児童センター

東品川児童センター	東品川	1-34-9	☎ 3472-5806
北品川児童センター	北品川	2-7-21	☎ 3471-2360
南品川児童センター	南品川	4-5-28	☎ 3450-5043
小関児童センター	北品川	5-8-15	☎ 3449-1676
三ツ木児童センター	西品川	2-6-13	☎ 3491-1005
東五反田児童センター	東五反田	5-24-1	☎ 3443-1629
中原児童センター	小山	1-4-1	☎ 3492-6119
平塚児童センター	平塚	2-2-3	☎ 3786-2228
後地児童センター	小山	2-9-19	☎ 3785-5033
中延児童センター	西中延	1-6-16	☎ 3781-9300
旗の台児童センター	旗の台	5-19-5	☎ 3785-1280
西中延児童センター	西中延	3-8-5	☎ 3783-1875
東中延児童センター	東中延	2-5-10	☎ 3785-0419
ゆたか児童センター	豊町	1-18-15	☎ 3786-0633
南ゆたか児童センター	豊町	4-17-21	☎ 3781-3577
大原児童センター	戸越	6-16-1	☎ 3785-5128
冨士見台児童センター	西大井	6-1-8	☎ 3785-7834
伊藤児童センター	西大井	6-13-1	☎ 3771-1311
一本橋児童センター	大井	2-25-1	☎ 3775-4352
大井倉田児童センター	大井	4-11-34	☎ 3776-4881
滝王子児童センター	大井	5-19-14	☎ 3771-3885
水神児童センター	南大井	5-13-19	☎ 3768-2027
南大井児童センター	南大井	3-7-13	☎ 3761-4148
東大井児童センター	東大井	1-22-16	☎ 3471-1070
八潮児童センター	八潮	5-10-27	☎ 3799-3000

【開館時間】
月曜～土曜 9:00 ～ 18:00

詳細はそれぞれの児童館に
お問い合わせください。

文化センター

五反田	西五反田	6-5-1	☎ 3492-2451
荏　原	中延	1-9-15	☎ 3785-1241
東品川	東品川	3-32-10	☎ 3472-2941
旗の台	旗の台	5-19-5	☎ 3786-5191
南大井	南大井	1-12-6	☎ 3764-6511

【開館時間】月曜～土曜 8:30 ～ 21:30
日曜・祝日 8:30 ～ 17:00

【受付時間】月曜～土曜 9:00 ～ 20:00
日曜・祝日 9:00 ～ 17:00

図書館

品　川	北品川	2-32-3	☎ 3471-4667
ゆたか	豊町	1-17-7	☎ 3785-6677
二　葉	二葉	1-4-25	☎ 3782-2036
大　井	大井	5-19-14	☎ 3777-7151
荏　原	中延	1-9-15	☎ 3784-2557
五反田	西五反田	6-5-1	☎ 3492-2131
南大井	南大井	3-7-13	☎ 3761-6780
大　崎	大崎	2-4-8	☎ 3495-0660
源氏前	中延	4-14-17	☎ 3781-6273
八　潮	八潮	5-10-27	☎ 3799-1414

【開館時間】月曜～土曜 9:00 ～ 20:00
日曜・祝日 9:00 ～ 19:00

【休館日】　第 2 木曜日
第 4 月曜日（荏原・五反田のみ）
年末年始・特別整理期間

Memo

Memo

家庭教育力向上支援検討委員会 審議経過

回	日　程	主　な　審　議　内　容
第１回	平成 26 年（2014 年） ５月２日（金）	**学識委員会議** 制作物の内容、活用方法について検討
第２回	平成 26 年（2014 年） ５月 26 日（月）	**学識委員会議** 品川区の家庭教育支援について確認 （青少年育成課長・子育て支援課長・文化スポーツ振興課長 参加）
第３回	平成 26 年（2014 年） ７月４日（金）	**学識委員会議** 「家庭教育力チェックシート」「家庭教育ブック」 項目、内容等について検討 （青少年育成課長・子育て支援課長・文化スポーツ振興課長 参加）
第４回	平成 26 年（2014 年） ９月２日（火）	**学識委員会議** 「家庭教育力チェックシート」「家庭教育ブック」原案に基づき検討、 委員会審議について論点整理 （青少年育成課長・子育て支援課長・文化スポーツ振興課長 参加）
第５回	平成 26 年（2014 年） 10 月 29 日（水）	**検討委員会** １～４年生用「原案」内容・構成について審議
第６回	平成 26 年（2014 年） 11 月 27 日（木）	**検討委員会** １～４年生用・５～７年生用「原案」に基づき審議
第７回	平成 26 年（2014 年） 12 月 25 日（木）	**検討委員会** １～４年生用・５～７年生用・８～９年生用「原案」に基づき審議
第８回	平成 27 年（2015 年） ２月９日（月）	**検討委員会** ８～９年生用「原案」に基づき審議、活用方法について審議

家庭教育力向上支援検討委員会 名簿

（平成 26 年５月より平成 27 年２月まで　敬称略）

1. 学識経験者　（３名）

委 員 長	明石　要一	千葉敬愛短期大学 学長
副委員長	伊藤　亜矢子	お茶の水女子大学大学院 准教授
委　　員	森田　久美子	立正大学 准教授

2. ＰＴＡ関係者（２名）

委　　員	原　　健治	小学校ＰＴＡ連合会 会長
委　　員	志賀　英樹	中学校ＰＴＡ連合会 会長

3. 学校関係者　（４名）

委　　員	森嶋　尚子	校長会 会長　／ 延山小学校 校長
委　　員	米塚　裕貴	校長会 副会長 ／ 浜川中学校 校長
委　　員	荒川　右文	校長会 生活指導部長 ／ 鈴ヶ森中学校 校長
委　　員	甲斐　正教	校長会 生活指導部副部長 ／ 第三日野小学校 校長

4. 品川区教育委員会事務局（７名）

委　　員	田村　信二	教育次長
委　　員	間部　雅之	庶務課長（～ H26 年８月）
委　　員	品川　義輝	庶務課長（H26 年９月～）
委　　員	渋谷　正宏	指導課長
委　　員	村尾　勝利	学校支援担当課長
委　　員	萩原　忠幸	指導主事（小学校）
委　　員	丸谷　大輔	指導主事（中学校）
事 務 局	土田　秀明	庶務課庶務係長
	加村　隆治	庶務課庶務係学校経営指導員
	川村　万実	庶務課庶務係主任

しながわ子育て応援歌
～自立への旅立ち～
8年生～9年生

平成27年4月

発行　品川区教育委員会事務局庶務課
電話　03 － 5742 － 6824（直通）