親のための応援塾

# なんだか、ほっとした！

京都府教育委員会

◆ 子どもの生活や学習習慣がしっかり身に付くよう、小学校就学前の子どもを持つ保護者を応援します。

◆ PTA会員が、新しく会員になる方を支えます。「助けられたり助けたり」親同士のつながりの輪を広めます。

# 「親のための応援塾」を府内各地で開催しています！

「はじめまして！」 笑顔で自己紹介
〈向日市立第３向陽小学校PTA〉

「 おいしそう！」 子どもも一緒に給食準備
〈宇治市立南部小学校育友会〉

朝ごはんは大切！　工夫ひとつで栄養満点
〈京丹波町立明俊小学校ＰＴＡ〉

気軽な会話の中に、子育てのコツやヒントが・・・
〈福知山市立大正小学校ＰＴＡ〉

雨の降る中、わが子と通学体験
〈京丹後市立新山小学校ＰＴＡ〉

親の笑顔こそ、子どもにとって最高の幸せです。

登下校　学校生活　しつけ　生活習慣　不安

子育てを
先輩のＰＴＡ会員が応援します！

## 親のための応援塾

○生活習慣・しつけ等に関わっての交流会　（75講座）
○学校探検・通学体験・給食試食会・本の読み聞かせ等の体験　（33講座）
○食育・テレビやゲーム・親の言葉がけ・子どもの発達等についての講演　（44講座）
（平成19年度の応援塾より）

安心　やる気　満足　心のゆとり　笑顔

### 相談できる人がいるってすばらしい！

地域の中には、多くの子育ての先輩、人生の大先輩がおられます。
子育てのヒントやアドバイスを求めてみましょう。

### 基本的な生活習慣

睡眠や食事などの規則正しい生活習慣は、学力や学習習慣によい影響を与えています。

### 多くの人とのふれあい

子どもの成長にとって、多くの人たちとのふれあいは、とても大切なこと。
親自身の近所づきあいを大切にしましょう！

### 自然体験活動

自然体験は、驚きや感動を生み、心身共に健やかな成長を促します。
大人も子どもも豊かな体験を！

### 読書活動

絵本を読むことは、感性を豊かにします。
話のすじや因果関係などをつかむ知性の発達に、大切な活動です。

京都府教育委員会では、「親のための応援塾開催事業」を、京都府ＰＴＡ協議会に委託しています。

そんなことで悩んでいるの、と笑われそうで・・・

いえいえ、みんな同じような不安を抱えています！

# 応援塾へ行こう！

## 入学前の不安をサポート！

「親のための応援塾」では、体験活動や実習を取り入れたり、少人数のワークショップをしたり、親同士が気楽に話し合える工夫をしています。
子育ての先輩が、失敗談や体験談をまじえ、入学前の不安や悩みにこたえます。

幼稚園と保育園で「親のための応援塾」を開催。親先輩の体験談を交えた司会進行が、参加者をほっとさせます。

### ◇ 入学前にどんな力をつけておけばいいの？

人の目を見て話を聞くこと！
自分の思いを言葉で伝えること！
集中して取り組む力！

### ◇ 区切られた時間で行動することや、短い時間で給食を食べることができるかなあ？

入学当初は、大まかな時間の流れの中で学習が進められていくので、その間に慣れてきます。
心配はいりませんよ。

体験を語ることで、自分の子育てを見直す機会にもなっています。

宇治市立南部小学校育友会　「親のための応援塾」から

子どもの健康と学力のもとは・・・

それは、基本的な生活習慣を身に付けることだね！

# 応援塾へ行こう!!

## まずは、朝ごはんを　おいしく、楽しく・・・

### １日のスタートは朝食から

朝食は一日の生活のスタートです。
朝食をしっかりとることにより身体にエネルギーを補給し、集中力や体力をつけ、やる気を発揮し、持続させ、一日の身体のリズムを整えることができます。

親のための応援塾では
「１００円で作る朝ごはんづくり」
「簡単でおいしくバランスのとれた朝食づくり」など、明日からでも作ってみたくなる料理を、みんなでワイワイと楽しく作りました。

【菜めし】　（4人分）

| | |
|---|---|
| ご飯 | ちゃわん　4杯 |
| だいこんの葉 | 2～3本 |
| じゃこ | 大さじ 2 |
| しょうゆ | 少々 |
| すりごま | 小さじ1 |

①だいこんの葉はきれいに洗ってゆがいて、しぼる。
②湯がいただいこんの葉、じゃこ、しょうゆをあわせる。
③温かいご飯にまぜる。盛り付け、ごまをふる。

【簡単おすまし】　（2人分）

| | | | |
|---|---|---|---|
| とろろ昆布 | 適量 | ネギ | 少々 |
| カットワカメ | 少々 | こぶ茶 | 小さじ1 |
| かつお節 | 少々 | 熱湯 | 300ml |

汁わんにこぶ茶を入れ、熱湯をそそぎ、かつお節、カットワカメ、とろろ昆布、細かく切ったネギを加える。

精華町立山田荘小学校PTA
南山城村立南山城小学校PTA　　「親のための応援塾」から

家庭や学校だけでなく、地域全体で

子どもを育てなあかんなあ！

# 応援塾へ行こう!!!

## 地域全体での取組が大事！

ＰＴＡが取り組んできた項目をまとめ、子育てリーフレットを作成し、地域全体に呼びかけました。

### 早寝・早起き・朝ご飯・規則正しい生活リズム

すっきり目覚めは、早寝から
　保育園・保育所は８時半
　１～３年生は９時
　４～６年生は９時半
就寝時刻を守らせましょう。

規則正しい生活リズムが、子どもの生活を充実させます。

食事
　集中力は朝ご飯から
　みんなで揃って楽しい夕食を

### テレビ・ゲーム

テレビは、番組を選んで１時間
ゲームは、休みの日だけ１時間
　けじめをつけさせることが、集中力を高めさせ、時間の余裕もつくります。
　がまんさせる親になりましょう。

### 家族との関わり

会話を大切にし、心のふれあいをしましょう。

「どうしたの？」優しい言葉を第一に、困ったときには、家族みんなで話し合いましょう。

待てて、誉める親になりましょう。

家族の一員としての自覚と責任感・自立心を育てるため、子どもと一緒に家事をしましょう。そのことで、生活の技術・持続力・集中力・根気も育てることができます。

### 学習・遊び

遊び
　子どもの仕事は遊びです
　　自然の中で伸び伸びと遊ばせましょう。

学習
　読書は学力の基礎、毎日１０分間の読書を（親子読書も大切です。）
　質問されたら、自分で調べる方法を教えましょう。
　勉強中は、テレビは消させましょう。

### 地域との関わり

みんなが伊根の子、地域の子

よその子も、我が子と共に育っています。地域ぐるみで、注意しあい、心身共に健全な子どもを育てましょう。

**不審な車、不審な人を見かけたら、すぐに学校や警察に連絡しましょう。**

伊根町で春にさく花：カタクリ

伊根町親のための応援塾推進会議
伊根小ＰＴＡ　　本庄小ＰＴＡ
伊根保育園あけぼの会
本庄保育所みずのえ会

伊根町「親のための応援塾」推進会議作成リーフレットから

「応援塾」に参加した人たちは、

どんな感想をもっているのかしらねえ・・・

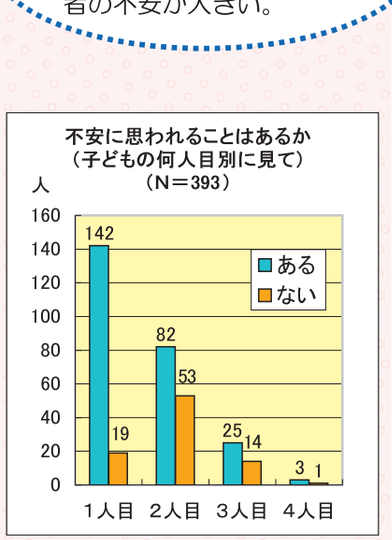
## ◇「親のための応援塾」参加者アンケート（平成１９年度）から・・・

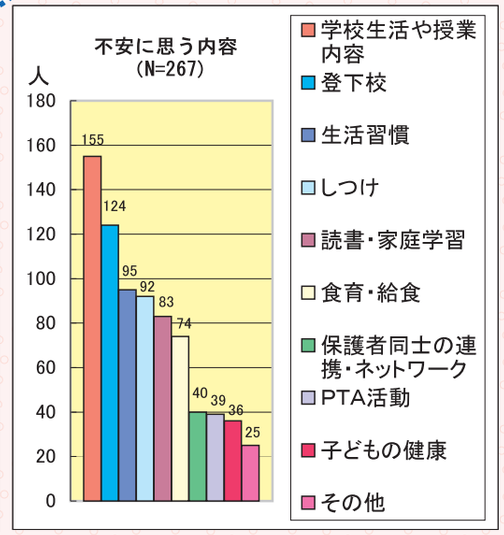
次年度１年生になる子をもつ保護者を対象に、子育ての不安などについてアンケートを実施しました。

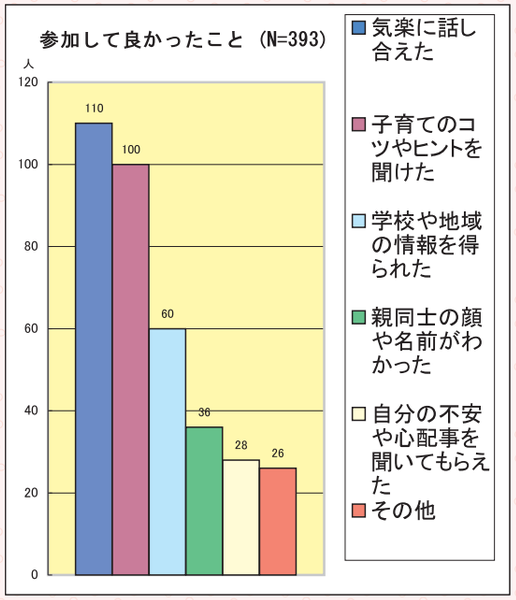
約７割の保護者が入学前に不安を感じ、特に一人目の子を入学させる保護者の不安が大きい。

不安の内容として、「学校生活や授業内容」が最も多く、「登下校」「生活習慣」「しつけ」への不安もある。

参加すると、なごやかな雰囲気で、子育てのコツやヒントを得られる。




### 参加者の声

普段から悩んでいたことを聞いてもらい、何だかほっとしました！

うちの子は一人っ子。入学前に、小学校の話が聞け、学校を身近に感じました。

楽しい会でした。こんな応援塾が、府内各地に広がってほしいです。

「応援塾」という場ができて心強い。来年度も続けてほしいです。

もうすぐ1年生！

親も子も胸ときめかせて・・・

## 平成２０年度　「親のための応援塾」を開催します！

【向 日 市】第３向陽小学校 PTA
【長岡京市】神足小学校 PTA
長岡第五小学校育友会
長岡第十小学校 PTA
【大山崎町】第二大山崎小学校 PTA
【宇 治 市】南部小学校育友会
菟道小学校育友会
【城 陽 市】寺田南小学校 PTA
寺田西小学校 PTA
【八 幡 市】八幡第四小学校 PTA
中央小学校 PTA
【京田辺市】三山木小学校 PTA
桃園小学校 PTA
【木津川市】州見台小学校 PTA
加茂小学校 PTA
【久御山町】御牧小学校 PTA
【井 手 町】井手小学校 PTA
【宇治田原町】田原小学校 PTA
宇治田原小学校 PTA
【笠 置 町】笠置小学校 PTA
【和 束 町】和束小学校 PTA
【精 華 町】山田荘小学校 PTA
精華台小学校 PTA
【南山城村】南山城小学校 PTA
【亀 岡 市】大井小学校 PTA
【南 丹 市】川辺小学校 PTA
八木小学校 PTA
【京丹波町】丹波ひかり小学校 PTA
桧山小学校 PTA
【綾 部 市】中筋小学校 PTA
吉美小学校 PTA
【福知山市】遷喬小学校 PTA
【舞 鶴 市】朝来小学校 PTA
明倫小学校 PTA
中筋小学校 PTA
【宮 津 市】栗田小学校 PTA
吉津小学校 PTA
【京丹後市】大宮第二小学校 PTA
【伊 根 町】伊根小学校 PTA
本庄小学校 PTA
【与謝野町】与謝小学校 PTA

**いろいろな相談の窓口がありますので、自分に合ったスタイルで！**

### 24 時間電話教育相談

**ふれあい・すこやかテレフォン**

お子さんの健やかな成長を願って、しつけ、不登校、いじめなどについての教育相談を行っています。ひとりで悩まず気軽にご相談ください。
子どもからの電話も受け付けています。
電話でいつでもどこからでもご相談いただけます。

京都府総合教育センター…… TEL **075−612−3268**
京都府総合教育センター北部研修所 TEL **0773−43−0390**

**メール教育相談**　アドレス：sukoyaka@kyoto-be.ne.jp

**家庭教育カウンセラー巡回教室相談**　カウンセリングの専門家が、対応しますので安心してご連絡ください。
上記連絡先にご相談下さい。

**京都府教育委員会**

ホームページ
http://www.kyoto-be.ne.jp

〔社会教育課〕 TEL 075−414−5886
FAX 075−414−5888
〔京都府PTA協議会〕 TEL 075−431−8447