

# 家庭教育手帳

小学生(高学年)～中学生編



---

---

## はじめに

- 小学生から中学生にかけて、子どもは急速に世界を広げ、成長していきます。この時期は、親としても、子どもの変化に驚き、とまどうことも多いでしょう。
- この家庭教育手帳は、そのような小学生（高学年）～中学生の子どもを持つお父さん・お母さんに向けて、家庭での教育やしつけに関して、それぞれの家庭で考えていただきたいことをまとめたものです。
- ぜひ、お父さん・お母さんにお読みいただき、子育てのヒントとしてください。そして、子育てをされているお父さん・お母さんの周りにいらっしゃるおじいさん・おばあさんをはじめ、多くの方々にもぜひお読みいただきたいと思います。
- 子どもを育て、その成長を見守ることは大変なことですが、大きな喜びや楽しみをもたらすものでもあります。この手帳が、その一助となれば幸いです。



### ●お問合せ先●

文部科学省生涯学習政策局男女共同参画学習課家庭教育支援室  
〒100-8959 東京都千代田区霞が関三丁目2番2号 TEL.03-5253-4111 (大代表)  
ホームページアドレス <http://www.mext.go.jp>

目次



## 1. 家庭とは？

**子どもが家で身につけたことは、生涯、ずっと生き続ける。**

- 子どもたちのいちばんの願い、それは何だと思いますか？……8
- 自分を大切にできないならば、子どもを大切にすることもできない。……9
- 子育ては母親の仕事、そう思っているお父さんは要注意。……10
- 話せばわかるとは限らないが、話さなければもっとわからない。……11
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……13
- 前向きな親の姿は、きっと子どもに届いている。……14
- これまでの常識では通用しない問題が増えている。……15
- あなたの生き方が、子どもへの最高の教育になる。……16

## 2. 子どもの生活リズム

**生活リズムは、子どもの健やかな成長のためのエネルギー源です。**

- 早寝早起き朝ごはん……18
- 子どもの起床・就寝時間に注意する。……20
- 一日のスタートは朝食から。……21
- 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進……22

### 3. 思春期

#### からだ 心も身体も大人へ。

- 心も身体も大人ではないけれど、全くの子どもでもない。……24
- 言うことを聞かないのは、子どもの自立が始まった証拠。……25
- ◆マンガ「本和加家の場合」……26
- この時期は、友達の影響を受けやすい。……28

### 4. しつけ・子どもの非行

#### 正しいしつけは子どもへの大切な贈り物。

- 子どもが相談したくなる親はどこが違うんだろう。……30
- 子どもはSOSがうまく言えない。……32
- 見えますか、子どものサイン。……33
- ◆マンガ「本和加家の場合」……34
- 万引きはゲームじゃない、犯罪だ。……36
- 酒・タバコぐらいは大したことはない、  
とっていませんか。……37
- 「覚せい剤には手を出さない」と、  
子どもが自分で決めるために。……38
- 「援助交際」なんて言葉にはだまされない。……40
- ずいぶん厳しく叱られたけど、  
今ではそれに感謝しています。……41
- 感情にまかせて叱ることとしつけとは違う。……42
- 特別な支援が必要な子どもがいます。……44
- 幸せとは手に入れるものではなく、  
すでにこうして生きていることも。……46
- だれも一人だけでは生きられない。……47
- 家庭教育に関する国際比較調査に  
ついて……48



## 5. 家庭でのルール

### ルールを守るものは、ルールに守られる。

- ルールってだれのためにあるんだろう。……50
- 子どもの言うことを何でも聞くことが、親のやさしさとは限らない。……51
- テレビやビデオは使いよう。……52
- 携帯電話やパソコンは使いよう。……54
- 情報モラルについて家庭で話し合しましょう。……55
- 子どもを有害な情報から守るために。……56
- 子ども部屋を与えるときには、そのルールも与えよう。……58
- 家事を手伝わせたら、子どもがしっかりしてきた。……60



## 6. 安全と健康

### からだ 心も身体も健康でいよう。

- 危険を知ることが、身を守ることにつながる。……62
- 食生活の乱れは、心身のバランスも乱す。……63
- 一緒に食事をするって、とても大切。……64
- 子どもたちの体力が低下しています。……65



## 7. 体験・ゆとり

さまざまな体験が子どもを大きくする。

- さまざまな体験活動が子どもを成長させる。……68
- 「疲れた」「疲れた」と言う子どもが増えている。……70
- 人生で大切なことは、自然の中で学んだ。……71
- 放課後や休日に子どもたちが  
多様な活動ができる居場所をつくろう。……72
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……73
- 家でやる年中行事にも、深い意味があるんだね。……74



## 8. 思いやり

愛は、家庭で教わらなかつたらよそで学ぶのはムズカシイ。

- ピンチのときこそ、家族の絆きずなが試される。……76
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……77
- 親が子に期待するのと同じくらい、子は親に期待している。……78
- 子どもは親の姿を見て学んでいく。……79
- 人からもらう幸せだけでなく、人のためにできる幸せもある。……80
- いじめは人間として恥ずかしい行いだ。……81
- みんなそれぞれが世界でたった一つの命なんだ。……82
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……83
- いい本に出会うことは、いい人に出会うことに似ている。……84
- だれもがよりよく生きようとしている。……85
- 人を差別するような子にはなってほしくない。……86

## 9. 個性と夢

### 人は夢を育て、夢は人を育てる。

- 夢をもつと、人は強くなる。……88
- 自分で考え自分で行動できる人に育ててほしいなら。……89
- 同じ子どもなんて一人もいない。……90
- ダメなところを責めるより、良いところを増やしていこう。……92
- 学校へ行けない子どもの苦しさを、どんなだろう。……93
- 一人でもわかってくれる人がいれば生きていける。……94
- 子どもにとっての「いい学校」って何だろう。……96

#### 「心のノート」について

文部科学省では、道徳の内容をわかりやすく表した「心のノート」を全国の小・中学生に配布しています。このノートは学校での授業のみならず、家庭での生活の中でも、子どもたちが自主的に自分の思いや願いなどを書き込めるようになっていきます。また、大切にしたいことについて親子で話し合う手がかりにもなることでしょう。ぜひ子どもたちと一緒に「心のノート」を見ながら、普段の生活を振り返ってみられたらどうでしょうか。

