

# 子育てドキドキ

## 家庭教育手帳

乳幼児編



---

---



## はじめに

- この家庭教育手帳は、乳幼児期の子どもを持つお父さん・お母さんが、親子の絆きずなを深め、心豊かな子どもを育てていくことを応援するためにつくられました。
- 手帳には、家庭での教育やしつけに関して、それぞれの家庭で考え、実行していただきたいことが書かれています。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。
- 子育ては大変なものですが、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
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……11
- 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。……12
- 前向きな親の姿は、きっと子どもに届いている。……14
- あなたの生き方が、子どもへの最高の教育になる。……15
- 家庭教育に関する国際比較調査について……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
- 子どもの健やかな成長のために、睡眠は大切です。……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. しつけ

正しいしつけは子どもへの大切な贈り物。

- 子どもは「親」のめくもりを求めています。……24
- 子どもはSOSがうまく言えない。……26
- ルールってだれのためにあるんだろう。……27
- 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。……28
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……29
- 良いことをしたときはしっかりほめてあげる。……30
- 感情にまかせて叱ることとしつけとは違う。……32
- 特別な支援が必要な子どもがいます。……34
- いちばんの友達はテレビ、なんて寂しすぎる。……36
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……37

## 4. 安全と健康

心もからだ身体も健康でいよう。

- おなかの赤ちゃんは、一日ごとに成長しています。……40
- 子どもの安全のために親が工夫をしよう。……41
- 食生活の乱れは、心身のバランスも乱す。……42
- 一緒に食事をするって、とても大切。……44





## 5. 遊び

### 遊びが子どもを大きくする。

- 子どもは遊びが仕事です。……46
- 「疲れた」「疲れた」と言う子どもが増えている。……48
- 子どもたちの体力が低下しています。……49
- 人生で大切なことは、自然の中で学んだ。……50
- 年上・年下の友達と遊ぶことは、とても大切なことだ。……52
- 家でやる年中行事にも、深い意味があるんだね。……53

## 6. 思いやり

### 愛は、家庭で教わらなかっ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。……56
- ◆マンガ「本和加家の場合」……57
- 子どもは親の姿を見て学んでいく。……58
- 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。……59
- みんなそれぞれが世界でたった一つの命なんだ。……60
- ◆マンガ「本和加家の場合」……61
- いちばんすてきな本は、お父さん・  
お母さんの声で読む本だ。……62
- だれもがよりよく生きようとしている。……63
- 人を差別するような子にはなってほしくない。……64

## 7. 個性と夢

人は夢を育て、夢は人を育てる。

- 完璧べきな人なんてどこにもいない。……66
- 夢をもつと、人は強くなる。……67
- 自分で考え自分で行動できる人に育ててほしいなら。……68
- 同じ子どもなんて一人もいない。……70
- ◆ マンガ「本和加家の場合」……71
- 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。……72
- 早過ぎたるは及ばざるがごとし。……73



