

## 学校の相談室

埼玉県では、いじめや不登校問題の解消を目指す「いじめ・不登校対策相談事業」の一環として、所沢市のすべての小中学校には「相談室」があります。

中学生の時期は、「いじめられていることを認めたくない」という気持ちや「親に心配をかけまい」とする気遣いなどから、誰にも相談できずに悩んでいることがあります。また、不登校の生徒の中には、学級には入れないが、他の場所なら登校できるという子どももいます。このような子どもたちが、相談できる場として設けられたのが「相談室」です。

市では、小・中学校に「スクールカウンセラー・心のふれあい相談員」を配置し、相談活動を実施しています。児童生徒はもちろん、保護者からの相談にも対応しています。ぜひご利用ください。

## 健やか輝き支援室

支援室では専門家（心理士・警察OB等）を含めたチームを編制して、非行・問題行動、学校不適応、いじめ、などの問題について心配のある児童生徒とその家庭に対して、学校からの要請に基づいて学校と連携をとりながら指導や援助を行います。

この他、早稲田大学人間科学学術院と連携し、事例に関しての専門的なアドバイスを受けるとともに、事例により大学院生を学校に派遣して、児童生徒の心理的なケアや援助をしていきます。

（所沢市教育委員会内 TEL 04-2998-9238）

### 【いじめホットライン】 TEL 04-2998-9099

- E-mail : sukoyaka@city.tokorozawa.lg.jp
- 月～金 午前8時30分～午後5時 ※祝日・年末年始休み

### 【所沢市生涯学習推進センター内 教育臨床研究エリア】

いじめ、非行問題行動、怠学・非行による不登校等に関わる相談

- |                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| ○対象：市内在住の小・中学校に在籍する児童生徒及び保護者 | TEL 04-2993-2816 |
| ○費用：無料                       | ○月～金 午前9時～午後4時   |
| ○住所：所沢市並木6-4-1               | ※祝日・年末年始休み       |

### 【所沢市立教育センター 教育相談室】

#### 電話相談

子どもに関わることで悩んでいる  
保護者向け TEL 04-2924-3333

#### こども電話相談

悩みや心配ごとをもっている  
児童・生徒向け TEL 04-2924-3334

※電話相談・子ども電話相談では、匿名でも相談できます。

#### 面接相談

市内在住の18歳未満の子ども及びその保護者

※電話（TEL 04-2924-3333）でまずご相談ください。

- |                   |            |
|-------------------|------------|
| ○対象：市内在住の方        | ○月～金       |
| ○費用：無料            | 午前9時～午後5時  |
| ○住所：所沢市けやき台2-44-2 | ※祝日・年末年始休み |



## 家庭教育学級のご案内

～今こそ家庭教育に活力を～



# あなたの学び 応援します！

家庭教育学級に参加しませんか

### 家庭教育学級とは

家庭での教育の在り方や子育てなどの家庭教育に関する学習を自ら企画し、組織的・計画的・継続的に進める【学習の場】です。

家庭や地域の教育力の向上を支援するため、所沢市教育委員会が委託し、市内の全小・中学校区で開設されています。

※詳しくは、右の二次元コードより  
ホームページをご覧ください。



### 学級生は

家庭教育学級には、各小・中学校の保護者と学校区の家庭教育に関心のある方は、「学級生」として参加することができます。

### 学習計画（内容）は

学習計画は参加の学級生の希望をもとに学級ごとに作られます。学びを通して学級生同士の人間関係も深まります。

### 学習内容（例）

- 講演・講義 …… 子育て、人権、環境、安全（防犯・防災）、キャリア教育など〔中学校区での小中学校合同講座も行っています〕
- 心身の健康 …… 食育、思春期の心と身体、ヨガなど
- 施設等見学 …… 高校見学、角川武蔵野ミュージアム、（郷土を知る）クリーンセンター、史跡など
- 実技・実践 …… プログラミング学習体験、ハーバリウム作り、ものづくり クリスマスリース作りなど

### 【問い合わせ】 所沢市教育委員会

〒359-8501 所沢市並木一丁目1番地の1  
教育総務部 社会教育課

TEL 04-2998-9242

FAX 04-2998-9167

令和6年3月

# Poco a Poco

～ ゆったり しっかり 家庭教育 ～



## コロナ禍を乗り越え！今こそ！！

## 親子のふれあいを大切に

### ☆中学生時代こそ親子の対話が大切

中学生になると小学生時代に比べ、ふれあう時間が少なくなりますが、親子の絆は尚更しっかりと結ばれていなければなりません。この時期は親の意見を素直に聴くことに抵抗を感じる時期ですが、その反面、親の考えや判断には大いに関心があります。

### ☆親から声をかけること

面と向かって話し合う機会は少なくなりがちです。親子共に照れくさい場合でも、「おはよう」「おやすみ」など簡単な言葉かけを親の方からしたいものです。声をかけることは、親として子どもに関心を示すことですし、子どもは自分を見ていてくれると感じるものです。しかし、声をかけたり、話しかけたりしても、子どもからの返事を過剰に期待しないことも大切です。

### ☆食事時は心の交流のチャンス

家族揃って食卓を囲んだ時は、心の交流のチャンスです。一日のできごとや並んだ食べ物などを話題にすることで話の広がりを感じたいものです。親は子どもの話をしっかりと聴き、共感したり、最後に簡単にでも親の考え方を話したりすることもよいでしょう。

「Poco a Poco」とは、音楽用語で「少しずつ」という意味です。



## すべての教育の出発点は家庭から

家庭における学習・読書の習慣が身に付いていたり、SNS・ゲーム等について家庭内で話し合って約束を決めていたりする児童は、学力が高い傾向にあることがわかってきました。そのため、家庭学習の定着を図り、家族との語らいの中で、メディアとの付き合い方等の生活習慣について考えることを推奨します。

ルールは、  
具体的な内容を  
決めよう



## メディアとの付き合い方

メディアについてのルールを家庭で決めて取り組むことで、メディアと上手に付き合えるようにしましょう

ごみ捨て  
食器運びも  
いいね

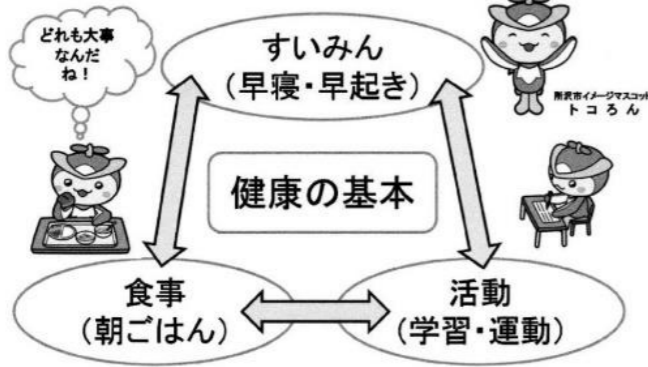


## 家族の中での役割分担

子どもたちが家庭での役割を担い、その取組を認められることで自己肯定感を高められるようにしましょう

## 早寝・早起き 朝ごはん

早寝・早起きは、一日のリズム！  
1日のスタートは、朝ごはんから！  
我が家のルールを決め、生活リズムを整えましょう



## 家読(うちどく)の 推進

好きな本や  
図書館で  
借りた本を

毎月23日は  
家読(うちどく)の日



親子や  
家族と  
一緒に

毎月23日を『家読(うちどく)の日』としています。

本は、教科書や授業だけでは学ぶことのできないさまざまなことも教えてくれます。親子・家族で読書をしましょう。きっと楽しいひとときとなりますよ。

## 心のエネルギープロジェクト

～自己肯定感を育む～

所沢市教育委員会では、

- 1 子どもたち一人一人は、かけがえのない存在であり、誰もが夢や希望を持てるようにしたい。
- 2 自分も友達も大切にしてほしい。

という願いを込めて「心のエネルギープロジェクト」を立ち上げました。子どもたちへのメッセージは次のようなものです。

「今、あなたがここにいること -かけがえのない あなただから-」

かけがえのない あなただから  
大切にしてほしい  
あなたにはあなたのよさがある

好きなことや苦手なこと  
得意なことや不得意なこと  
みんなあなたのすてきな個性  
どれも全部すてきな個性

自分らしさを大切に  
歩んでほしい  
時には立ち止まってもいい  
また 歩み出せばいいのだから

周りの人のよさも  
みとめてほしい  
だれかが 立ち止まった時には  
そっと そばにいてほしい

未来には 道がある  
あなたの つくる道が  
あなたの 歩む道が  
だれかと つながる道が

かけがえのない あなただから  
あなたらしい未来を 歩んでほしい  
たとえ 遠回りに見えても

あなたを 見守っている人がいる  
あなたの幸せを 願っている人がいる  
きっと あなたのそばに

かけがえのない あなただから

所沢市の全ての子どもたちへ 令和3年1月 所沢市教育委員会

この機会に、ご家庭でもお子さんとともに成長を振り返りながら、お子さんの良いところやお子さんへの温かな思いなどをお伝えいただければ幸いです。所沢市立教育センターホームページに映像資料も用意してあります。是非ご覧ください。



## 中学生になると…

～友だち関係・子どもの流行～

中学生になると、友だち付き合いにも個性が表れるようになります。また、流行に敏感で、スマホ(SNS)、音楽、服装、アニメ、ゲームなど友だち同士で話題にし、楽しむ傾向があります。親の世代からすると違和感がある場合もありますが、子どもの成長の過程としてできるだけ認めてあげたいものです。

中学生ともなると、買いたい物が多くなりますが、買いたくても我慢させることも必要です。月々の小遣いの額や特別に買ってあげる物など、親子でよく話し合うことで良好な関係や価値観を築けます。

## 読書と電子メディア

～豊かな心は読書から～

情報化社会の進展により、さまざまな機器を操作して知識を得たり、活用したりする方法を知ることが、子どもたちにとって大切なことです。いろいろな情報を適切に使って生活に生かす能力は、メディア・リテラシーと呼ばれ、今後ますます必要になってきます。

読書は知識・理解力や読解力等を高め、子どもが心身共に健やかに成長するために欠かせないものです。読書は電子書籍を活用することもできます。

中学時代は、行動範囲や交友関係が広がり、読書から遠ざかりやすい時期です。子どもの自主的な読書を尊重・支援することや大人と子どもが共通の本の話題を持つことが、読書活動の継続に繋がります。家庭での読書環境を整え、本を身近に感じ、本に親しむ習慣を身に付けることが重要です。



## お子さんの通う 学校を知ろう

～積極的に 学校に行ってみよう～

子どもたちを取り巻く学校環境は、大きく変化しています。特に、児童生徒一人に1台配布したChromebookを活用した授業は、目を見張るものがあります。

昨今はコロナ禍により様々な制限がありましたが、授業参観日や学校公開日などの機会に、お子さんの学習や学校生活の様子などを見てみましょう。さらに、学校やPTAの行事、授業支援のボランティアなどに参加するのもいい機会になります。また、お子さんのことで心配があったり、学校のことで知りたいことがあったら、まず担任の先生に相談しましょう。

内容によっては、教育相談の先生、養護の先生、部活動の先生、教頭先生や校長先生などに相談することもできます。

わが子の健やかな成長と豊かな学校生活を願い、学校に関心をもち、学校を知り、相談できる関係を深めましょう。

※裏面でご案内する家庭教育学級も、学校を知るよい機会の一つです。ぜひご利用ください。