

みんなで応援！県北の家庭教育

発行所

福島県教育庁県北教育事務所
福島市杉妻町2番16号
電話024-521-2814

今年度も家庭教育応援企業の皆様には、本県の家庭教育に御協力いただき誠にありがとうございました。応援企業の皆様におかれましては、年度末の業務でお忙しくされていることと思います。また、子育て中の従業員の皆様の中には、お子様のご卒業やご入学をお迎えの方もいらっしゃるかと思います。どうぞ、お子様が新しい環境でよいスタートをきることができるよう、ご家庭でよい春休みをお過ごしください。



家庭教育応援企業の「取組事例」(活動報告)の紹介

企業の皆様には、「職場の家庭教育推進」「生活習慣向上の取組」「学校行事への参加促進」「職場見学・体験の実施」「地域行事への協力・支援」などの面から家庭教育を応援いただいております。今回は、安西土木株式会社様の取組の様子を紹介します。

安西土木株式会社(福島市笹谷)

安西土木株式会社では、従業員が子どもの学校行事に参加しやすいように声かけをしており、参加する場合は有給休暇にてゆっくり参加できるように働きかけています。

また、5分から10分くらいの短い時間でも、従業員が早く帰宅して親子の時間を作れるように、仕事の内容や天候によっては退勤時刻を早めるように対応しています。

新年度には、会社周辺の親子ごみ拾い活動を予定しています。



ネット依存予防啓発リーフレット

「大人も子どももネットをかしこく使いましょう」の紹介

家庭教育推進県北ブロック会議では、デジタル社会で生きる子どもたちが、スマホやタブレットをかしこく使い、ネットに依存しないために、家庭では何ができるかを考え、リーフレットを作成しました。

ご家庭でのルール作りが簡単にできる内容も掲載しています。子どものネット利用についての話し合いやルール作りをする際の参考にしてください。

リーフレットは右の2次元コードから御覧ください。



～デジタル社会に生きるわたしたち～

大人も子どももネットをかしこく使いましょう

ネット利用時間が増加!

令和6年度	4時間49分
令和5年度	4時間23分
令和4年度	3時間29分
令和3年度	3時間29分

3年で約100分増加!

日常生活で、SNS、ゲーム、動画視聴などインターネットを利用する時間が増えています。

最近のお子さんのイライラが原因でありませんか?

ネット依存が原因かもしれません。

ネット依存とは

インターネットやゲームを止められず、自分コントロールができなくなる状態。WHO(世界保健機関)では、2019年にネットゲームへの依存を「ゲーム障害」として病気に認定しました。

ネット依存になると

《心への影響》
- フォブリア(不安感)
- 感情のコントロールができない

《体への影響》
- 目の疲れ、頭痛やめまい、腰痛
- 寝不足、食生活の乱れ

《学習・仕事への影響》
- コミュニケーション能力の低下
- 集中力、記憶力の低下
- 人間関係にヒビ

《生活・健康への影響》
- 生活リズムの乱れ
- 運動不足
- 食生活の乱れ

《学業・仕事への影響》
- 学業・仕事への集中力低下
- ネット利用時間が長くなる
- 目的が達成されない
- (例) 勉強や仕事に集中できなくなる

地域家庭教育推進県北ブロック会議では、デジタル社会で生きる子どもたちが、スマホやタブレットなどをかしこく使い、ネットに依存しないために、家庭では何ができるかを考え、このリーフレットを作成しました。ご家庭での話し合いやルール作りの参考にしてください。

発行：地域家庭教育推進県北ブロック会議
監修：福島県教育庁県北教育事務所

ネット依存やSNSによるトラブルを防ぐための我が家のスマホルール

家族で話し合い、守るべきルールを決めよう。

家族でチェック!

STEP 1 初めてのインターネット期

サイトや動画の閲覧のみを許可し、SNS等は禁止。

- ゲームとインターネットを合わせて、使っていないのは1日分までです。
- 保護者にこわめて、近くで使います。
- 食事や車の中では使いません。
- 夜間(就寝前)には使いません。
- リビングで充電します。

STEP 2 インターネットレベルアップ期

家族に相談して、メールの送信を許可。

- 家の中では、リビングで使います。
- 誰しかけられたら、手を止め対応します。
- 決まった人からのメール以外、返信やアクセスはしません。
- 変わったことや困ったことが起きたら、すぐに相談します。

STEP 3 SNSデビュー期

誰を知っている友人や知人に限定してメールやSNSのやり取りを始める。

- 自分や友だちの個人情報、写真はネットに公開しません。
- SNSは実際に会ったことのある友達とだけします。
- 自分が言われて嫌な事や悪口はSNSで送りません。
- 目的をもって利用します。終わったらスマホから手を放します。

STEP 4 SNSレベルアップ期

- SNSで知り合った人とは会いません。
- お金のやり取りや契約をする時は、保護者の許可を得ます。
- ネット上に公開する内容は、送信前にしっかり見直します。
- 他人にIDやパスワードは、絶対教えません。
- 毎月の通信量(料)をチェックし、計画的に利用します。

家族間のやり取りルール

-
-

※ 決められたルールは定期的にチェックして、見直しをしましょう。

サイン 年 月 日

子 _____ 親 _____

第2回 家庭教育推進県北ブロック会議より

1月18日(木)に第2回家庭教育推進県北ブロック会議を行いました。ブロック会議委員から、職場体験学習や企業内学習会など企業ごとに家庭教育に取り組んでいることは、大変素晴らしいというお話がありました。今後も、企業通信を通して各企業の取組の紹介や、研修会等の案内をして家庭教育の推進を図っていききたいと思います。



企業内学習会を実施しました(ルビコン株式会社)

企業内学習会は、学校等でのPTA向け研修会に仕事の都合で参加しにくい保護者の方々が、企業内において学習の機会を得ることで、家庭教育の啓発を図っていくことを目的としています。



講演 「子どもの育ちと親のかかわり」
 講師 桜の聖母短期大学 准教授 山下 敦子 氏
 日時 令和6年2月26日(月)

【子育ての悩みは誰にでもあるものです】

- ①かんしゃくをおこす
- ②言葉遣いが悪い
- ③ゲームばかりやっている
- ④なだめ方がわからない



- ①子どもは間違いを経験しながら成長していく。
- ②だめなことはだめと、言い続けていくことが大切である。
- ③思春期には、いつまでもしつこく言わない。
- ④イヤイヤ期があるということは、順調に育っているということである。

【子どもに肯定的に関わっていきましょう】

- 「好きだよ」「すてきだよ」「それでいいよ」などのエンパワメントの言葉のギフトで、子どもの心はホカホカとあたたかくなる。
- 大人が子どものよいところを探し、認めてあげることが、子どもの生きる力を強くしていく。
- 子どもは、自分の発言を相手が聞いてくれば、積極的にコミュニケーションをするようになる。

【子どもの心をつかむためには】

- 1 子どもの話を否定しない
- 2 最後まで話を聞き逃さない
- 3 驚きのリアクションを示す
- 4 「余談」で会話に弾みをつける
- 5 相手の言葉を繰り返す
- 6 子どもの話には逃げ道を作る



職場で、このような機会があるととてもよいです。

これからも、協力して子育てをしていきたいと思いました。

家庭教育応援企業の取組をお知らせください

家庭教育を充実させるためには、家庭や地域だけでなく地元企業の家庭教育への理解や積極的な参加がますます求められています。

そこで各社の素晴らしい活動の様子を企業通信等で広く紹介し、効果的な取組等を共有することで家庭教育の充実を目指していきたくと考えています。ぜひ、活動報告書にてお知らせください。