

令和5年度 鈴鹿市市P連ニュース

令和5年度12月22日発行
発行: 鈴鹿市PTA連合会
編集: 広報部
鈴鹿市PTA連合会事務局
(鈴鹿市役所別館第3)
[TEL:383-5143](tel:383-5143)
月～金10:00～15:00
joyofpta@galaxy.ocn.ne.jp

<活動報告>

第2回幼稚園代表者会開催

・日時 11月17日(金)10時～11時半 ・場所 鈴鹿市役所別館第3 2F会議室

第2回幼稚園代表者会を開催しました。

「子育てで大切にしたいこと」をテーマに、教育支援課不登校支援アドバイザーの橋本伸清先生にお越しいただき、これから小学校へ入学する子どもたちが心も体も健康に過ごすために、どんなことが大切かをお話しいただきました。

1. 学校生活は色々な出来事があるため、心のエネルギーが必要

そのためには、親子で会話をする、食事、睡眠が大切

2 親子の会話で大切なこと

まず話を聞き、否定するのではなく、気持ちを受け止めてあげる。

親がプラスな受け応えをするか、マイナスな受け応えをするかで、子どもの思考も変わる。

3 家庭生活で大切なこと

①良好な親子関係・・・子どもの言いなりになり過ぎず、スキンシップをはかり、よく話を聞く。

②食と睡眠が大切・・・タンパク質とミネラルが重要

4. ゲーム依存を防ぐ

家族みんなで楽しく笑い合える時間を作る・・・例えば、子どもの運動会や日常の出来事が映っている動画を一緒に見るなどー

<まとめ>

食事、睡眠、生活環境が整っていれば、子どもに辛いことがあっても耐えることができ、乗り越える力になる。子どもが心身共に健康に過ごすには、親の自己肯定感があるかないかが重要、基礎になってくる。家での環境を整え、頑張りすぎず、程よくいいかげんであるといい。

