



# 『子育て支援コラム』

平成26年度第1回テーマ  
～スムーズな登校に向けて～

▼4月に入り、学校では新年度が始まりました。今回はピカピカの新一年生をお持ちの保護者の皆さまにこちらのコラムをプレゼントさせていただきたいと思っております。2年生以上のお子さまのふり返りや確認にもお使いいただけます。

▼幼稚園・保育園などで小学校入学以前にすでに集団生活を体験して小学校に入学されることが多くなりましたが、小学校入学は子どもにとって自立への第一歩の意義があり、養育者にとっても子どもの自立を促し、支援する大きな契機になります。

▼幼稚園・保育園と小学校とでは、先生の接し方など、過ごし方に大きな違いがあります。小学校では自分であることを求められますし、幼稚園などよりも協調性を発揮していく場面も多くなります。家庭教育においては、まず、このような環境の変化を乗り越えていくようにすることが大切です。

▼我が子に合った子育てを実践し、積み重ねていくと、子どもは自立して自分でできることは自分で行うようになってきます。また、「ダメなものはダメなんだ。」という理由を理解し、社会性を身につけていきます。

▼特に、小学校入学にあたり、家庭において心がけていただきたいことは、

**睡眠** 一定の時間に寝て、学校に遅滞なく登校できる時間に自分で起きることです。低学年の場合、最低8時間は睡眠時間を確保したいです。大人や兄弟がいるとどうしても大人時間に合わせがちですが、9時前には就寝させたいものです。入学を境に自分で起きる習慣を是非身につけさせてください。入学記念に目覚まし時計を購入されるのも一案だと思います。また、自分の休んだ布団は自分で片付けるようにさせましょう。

**食事** しっかり朝食をとることは、学校で給食までの時間を快適に過ごすために欠かせません。落ち着いて朝食を摂るために何時に起きたらいいのか、そのために何時に寝た方がいいのか、お子さんと相談して決めてください。もちろん、食後の食器は自分で片付けさせます。

**排泄の習慣** 朝の忙しい時間の中ですが、登校前に済ませられる時間を確保します。

**身の回りの管理・通学の準備・勉強に関すること**

最初是一緒にすることもありますが、少しずつ自分でできるよう工夫や方法を教えます。▼そして、常に子どもの主体性を念頭に置き、失敗があっても励まし、チャレンジする意欲を失わないよう見守りましょう。我が子のことですので、親は子が失敗することが事前に分かります。だからといって失敗を回避させるために、言葉かけや手だしを過度にしてしまうのは問題です。

▼学校には自分の足で向かわなければなりません。教室には頼れるお母さんはいません。子どもの年齢相応に母子分離を目指していくことも大切なことです。



(早川和子 臨床心理士、スクールカウンセラー、家庭教育支援講座講師)