

大河内公民館通信

大河内公民館通信

第 80 号

平成 15 年(2003 年)1 月 23 日

TEL92-0175 FAX92-0176

<http://www.town.kumage.yamaguchi.jp/~okou/index.htm>
E-mail okou@town.kumage.yamaguchi.jp

2003年虎ヶ岳初日登山開催!!



2003年元旦に虎ヶ岳初日登山が開催されました。虎ヶ岳山頂では、107名もの人々で賑わいました。曇り空模様でしたが初日の出を拝むことができました。山頂では甘酒も振舞われ様々な人たちとの会話も弾み楽しく過ごしました。

熊毛・虎ヶ岳愛好会／生涯学習のまちづくり大河内地区推進協議会

(2003年初日の出の写真を「おおかわち on the web」に掲載しております。

そちらも是非ご覧ください！

<http://www.town.kumage.yamaguchi.jp/~okou/index.htm>

大洞内青少年健全育成協議会

日8月1(甲80)

広報部 No.20 家庭教育ノート

Part 3

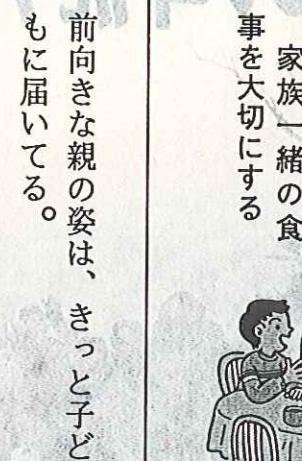
いっしょに食事をするってほんとはすごく大切なかも。

朝食をとらない子どもが増えてます。また、

生活習慣病につながる食生活の偏りも問題です。

食生活は、体の健康だけではなく、心の成長にも深くかかわっています。

一緒に食べる楽しい食卓や親が手間をかけて作った食事は、親の愛情を自然に子どもに伝え、そこで満足感・信頼感は子どもたちの心を明るく強くなります。



家族一緒に食事を大切にする

前向きな親の姿は、きっと子どもに届いてる。

ひとり親家庭では、親が働きながら子育てをするため、ゆっくりと子どもと接する時間が少なくなりがちです。しかし、子を思い、より良い将来に向かって努力する親の姿は、しっかりと子どもたちの心に響いているはずです。

また、様々な悩みなどは、一人で抱え込まず、親類や友人の協力を得たり、地域の相談窓口や子育てを応援・サポートしてくれるシステムなどを積極的に活用したりしましょう。

いつも自信を持って子育てをする

【朝食を一人で食べる子どもの割合】



資料:「国民栄養調査」平成9年・厚生省(当時)

これまでの常識では通用しない問題が増えている。

栄養バランスとれた食事を心がけ、一緒に食事をする曜日を決めるなどの工夫をして、できるだけ家族そろっての食事を習慣にしましょう。

子育ての不安、いや不登校などで悩みを抱えたとき、親は、配偶者や親・きょうだい、友人などに相談することができますが、それだけでは解決できないときもあります。社会の急速な変化や家庭の多様化から、これまでの教育や子育ての経験だけでは適切な助言が難しい問題も多いからです。そういうときは迷わず専門家に相談しましょう。

学校の先生、スクールカウンセラー、家庭教育相談、教育センター、警察の少年相談窓口、児童相談所、精神保健福祉センターなど様々な相談機関があります。それぞれの特色を知り、相談内容にふさわしい機関を選び勇気を出して相談してみましょう。

時には専門家の知恵を借りる

子どもが相談したくなる親はどこが違うんだろう。

人は愛され理解されたがつていい存在です。理解されないときの不満がたまるときもあります。突然子どもがキレたとき、本人も親も理由がよく見えず、怒ったり苦しんだりしますが、理由はあるのです。同じ目の高さで考える、深い関心を払う、といった姿勢を親が身につけることで、子どもは親に愛されてい

る実感を得ることができます。子どもは愛されていると感じるとかうことができます。そして、必要に攻撃的にならず、他者や問題を受け入れることができ、大きく成長できるのです。

子どもが愛されていると実感できるコミュニケーションをする

【親は自分のことをわかってくれている】

