

資料

# 自分の言葉で伝えたい

## 母から子へ

-----  
 帰り遅くてごめん。  
 寝坊してごめん。  
 時間なくて本当にごめん。  
 母親業に順位をつけるとすれば、  
 きっとお母さんはビリ。  
 けどね、一つだけ優勝する自信がある。  
 日向がSOS出したら、  
 すぐにかけるんだ！一番に。  
 -----

高山千加 (白山市)

## 子から母へ

-----  
 帰ってくるのがおそくても、  
 ねぼうしても、時間なくても大じょうぶ。  
 お母さん業に順位をつけるひつような  
 んがないよ。  
 私の心の中では、いっつも優勝！  
 お母さんがSOSの時私だってすぐ行くよ。  
 足、少しおそいけど。  
 -----

高山日向 (小4)

(石川県豊かな心を育む教育推進県民会議  
平成17年度親子の架け橋一筆啓上「親子の手紙」より)

## 困った時には？

一人で悩まないで、  
 気軽に相談しましょう。



- しつけに悩んでいる
- 子どものことで、不安になることがある

## 相談電話

「山口県教育相談室」	TEL 083-933-4531
「ふれあいテレホン」	TEL 083-987-1240・1241
山口県「いじめ110番」	TEL 083-923-2264
こども家庭電話相談「おやこほっとライン」	TEL 083-932-3939

## ワンポイント・アドバイス

### 思春期の子どもに必要なことは？

情報収集・発信に便利なインターネット。子どもたちが有害な情報にふれることのないようにしましょう。

#### ■パソコンでの対策「フィルタリングソフト」

子どもたちにとって好ましくないインターネット上の有害情報を自動的に遮断するソフトです。詳しくは財団法人インターネット協会などのホームページをご覧ください。

- フィルタリング情報ページ

<http://www.iajapan.org/rating>

#### ■携帯電話での対策「アクセス制限機能の活用」

各携帯電話会社も「アクセス制限機能」サービスを無料で提供しています。各会社へお問い合わせください。

#### ■パソコンや携帯電話のセキュリティ情報は、山口県PTA連合会のホームページでも紹介されています。

<http://www.yamaguchipta.jp/>

# 子どもと もっと話ませんか



## 親と子の

# ふれあいレター

## ～心をかよわせて～



山口県地域家庭教育推進協議会  
山口県教育委員会

# 心のドアをノックしてみませんか！

## 【保護者の皆様へ】

家庭において欠けているものの一つに、親子の会話があげられます。子どもにとって家庭は安らぎの場であり、親と子が絆を紡いでいく場でもあります。日頃なかなか口に出して言えない気持ちを手紙に託して届けてみませんか。手紙を書くことをとおして、互いの大切さや家族の素晴らしさに気づくきっかけとなることを願っています。

## 【取組みの方法】

### ステップ① (親から子どもへ)

#### 「まず、書こう」

さあ、何を書こうか。きっと迷っていることでしょう。これが大切です。あなたの、子どもへの願いや思いが込められた言葉であれば、大丈夫です。きっと子どもにとって、素晴らしい宝物となることでしょう。

### ステップ② (子どもから親へ)

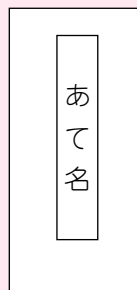
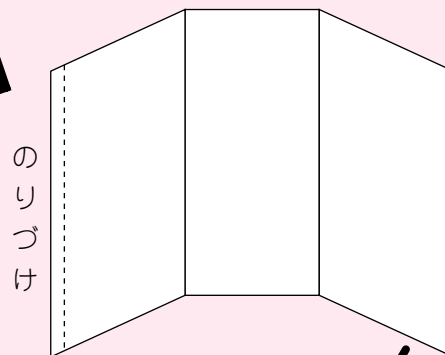
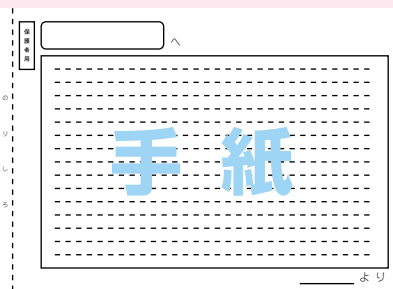
#### 「子どもの気持ちを受け止めよう」

子どもはどんな反応を示してくれるでしょうか。短い言葉の中に、子どもの思いが一杯込められているはずです。

### ステップ③ (親子で)

#### 「そして、話そう」

子どもの手紙を読んだときの素直な喜びを伝えてみませんか。まず、共感することが大切です。



## 家庭の元気応援キャンペーン

早寝早起き

朝ごはん

読書

外遊び

早寝早起き朝ごはん

本を読んで外遊び

みんな仲良く今日も元気

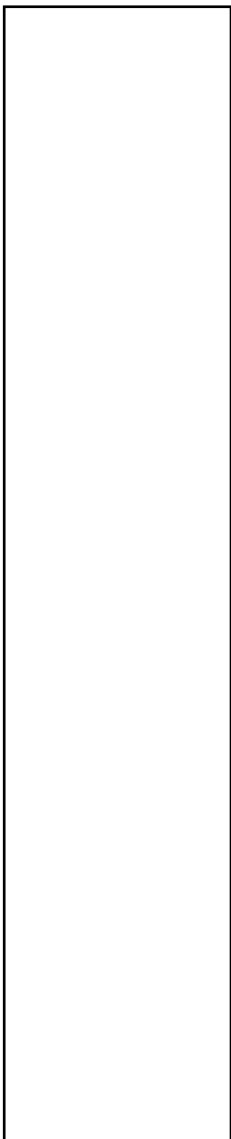
思春期を迎えた子どもたちにも、基本的な生活習慣が身に付いていない子どもがいます。「そのうちに身に付くだろう…」と書いていても、なかなか身に付かないものです。繰り返し続けることで、大人になる準備をさせたいものです。

1日30分を目安として

取り組んでみませんか。

- (例) ○ 30分、早く起きて朝ごはんを家族で食べる。
- 30分間、読書やスポーツをする。



A large, empty rectangular box with a thin black border, positioned vertically in the center of the page.

差出人

A smaller, empty rectangular box with a thin black border, positioned vertically on the right side of the page, below the text "差出人".

保護者用

[Empty rounded rectangular box]

^

[Large rectangular area with horizontal dashed lines for writing]

の  
り  
し  
る

子ども用

へ

Handwriting practice area with 12 horizontal dashed lines.

より

の  
り  
し  
る