

# 見逃さないで!

## 子どものサイン

### 感情

- 笑わなくなった, 元気がない
- 甘えてくる
- いらいらしている
- 乱暴な言葉づかいをするようになった
- 口数が少なくなった など

### 身体

- 体の不調(腹痛, 頭痛, 吐き気)を訴える
- 食欲がなくなる, 過食ぎみになる
- 夜, 眠れない
- 過呼吸
- 脱毛症状がある

### 持ち物

- 親が買い与えていないものをもっている
- 家の金品を持ち出す, 金づかいが荒くなる
- ゲームソフトやおもちゃの貸し借りをする
- ノートや教科書等に落書きがある など

### 行動

- 学校や友達の話 avoid 避ける
- 隠れて通信機器を使っている
- 友達の無理な呼び出しや要求に言いなりになっている
- 休みの日でも外に出たがらない
- 集中力がなくなり, ぼんやりしている など

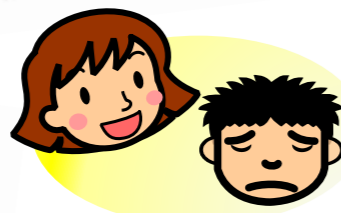
### 精神不安定

- 夜, うなされる
- ひとり言が多くなる
- 急に泣き出すなど感情の起伏が激しくなる など

お子さんに  
声をかけましょう

学校などに

相談しましょう



# お子様のことでお悩みのとき

まず担任(学校)へ

## 盛岡市の教育相談施設

### 盛岡市 教育相談室

子どもたちの不登校や学習の悩み, しつけなどの相談に, 電話と面接で応じます。

- ・ 相談は, 月曜日から金曜日までの9時から17時まで
- ・ 電話相談 : 019-651-7830  
019-654-4111 (内線 2570)
- ・ 面接相談 : 内丸の市役所 本庁舎5階 教育相談室

### 盛岡市教育委員会 学校教育課

障がいのある子どもたちの就学・その他の教育相談に応じます。

- ・ 電話相談 : 019-651-4111 (内線 7335)
- ・ 面接相談 : 都南分庁舎3階 教育委員会学校教育課

### 盛岡市教育委員会 学務教職員課

経済的理由で就学が困難な小・中学生への「就学援助(給食費や修学旅行費などの費用の一部を援助する制度)」について, 相談に応じます。

- ・ 電話相談 : 019-651-4111 (内線 7323)
- ・ 面接相談 : 都南分庁舎3階 教育委員会学務教職員課

### 盛岡市子ども未来部 子ども青少年課

児童館・児童センター等に関することについて, 相談に応じます。

- ・ 電話相談 : 019-613-8356 (企画係)

## 岩手県の教育相談施設

### ふれあい電話(岩手県立総合教育センター)

学校や教育のことならなんでも相談に応じます。

- ・ 電話相談 : 0198-27-2331

※ 面接をご希望のときは, まず電話で日時を予約してください。

### すこやかダイヤル(岩手県立生涯学習推進センター)

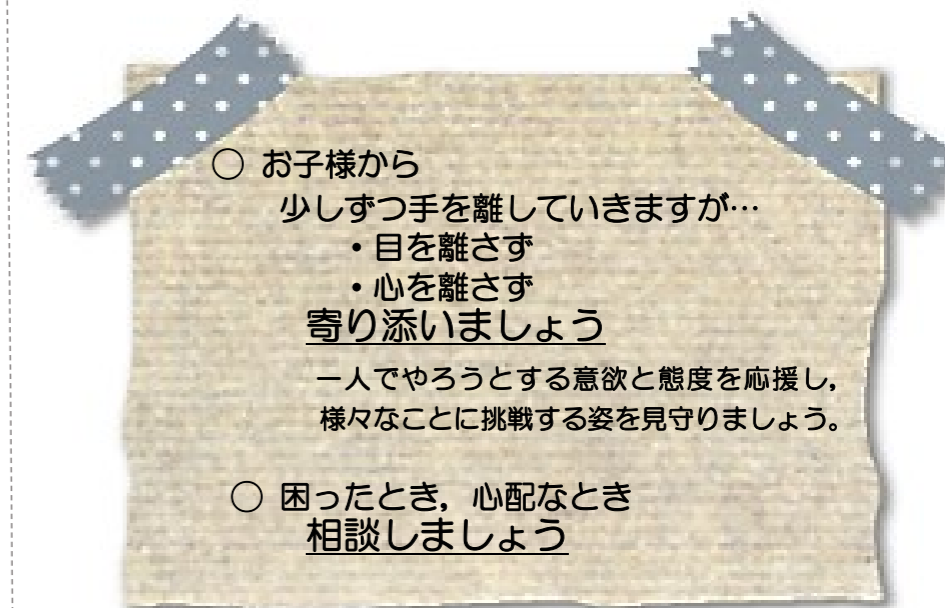
子育てのことならなんでも相談に応じます。

- ・ 電話相談 : 0198-27-2134

相談は, 月曜日から金曜日までの10時から17時まで

小学校入学に向けて

# お子様の すこやかな成長のために



- お子様から  
少しずつ手を離していきますが…
  - ・ 目を離さず
  - ・ 心を離さず寄り添いましょう  
一人でやろうとする意欲と態度を応援し, 様々なことに挑戦する姿を見守りましょう。

- 困ったとき, 心配なとき  
相談しましょう

お子様が, 希望とあこがれをもって小学校に入学し, 楽しい学校生活を送るために, ご家庭で取り組んでいただきたいことを, 「生活する」「人とかかわる」「興味・関心」の3つの視点からまとめました。

### 生活する(自主性)

- ・ 規則正しい生活ができる
- ・ 自分のことが一人できる
- ・ 安全に過ごすことができる

### 人とかかわる(社会性)

- ・ ことばで気持ちや思いを伝える
- ・ 友達と遊ぶ
- ・ 約束やきまりを守る

### 興味・関心(意欲)

- ・ 様々な遊び, 体験をする
- ・ 本を読む
- ・ 文字・数に関心をもつ

盛岡市教育委員会

## 生活する(自主性)

- **早寝早起きをしましょう**  
規則正しい生活リズムを身に付けさせましょう。
- **朝ご飯をしっかり食べて トイレも済ませましょう**  
朝ご飯は1日のエネルギーのもとです。朝ご飯を食べ、排便する習慣を身に付けさせましょう。
- **好き嫌いをしないで食べましょう**  
栄養バランスを考え、苦手な食べ物にも少しずつ挑戦させましょう。
- **手洗い うがい 歯磨きをしましょう**  
手洗い、うがい、歯磨きをすると気持ちがよいことに気付かせましょう。健康のために大切なことも伝えましょう。
- **自分の持ち物は 決められた場所に片付けましょう**  
きちんと片付けると気持ちがよいことに気付かせましょう。物を大切にすることを育てましょう。
- **一人で着替え 脱いだ服はきちんとたたみましょう**  
毎日繰り返すことで習慣になります。ほめて、やる気を育てましょう。
- **自分で考えましょう 困ったときは周りの人に相談しましょう**  
自分で考え、行動しようとする気持ちを育てましょう。助けてくれる友達や大人がいることを伝えましょう。

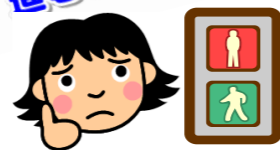
### ★ おうちの人と 道路(通学路)の安全を確認しましょう

- お子様と一緒に通学路を歩き、危険なところをチェックしましょう —
- ・ 飛び出しが危ないことをしっかり教えましょう。
  - ・ 横断歩道の渡り方を確認しましょう。
  - ・ 信号機(歩行者用も)の色の意味を教えましょう。

### ★ 危険な場所を確認しましょう

- ・ 人どおりが少ないところ
- ・ 増水すると危ないところ
- ・ 屋根からの落雪のおそれがあるところ

青は 進むことができる



## 人とかかわる(社会性)

- **あいさつや返事をしっかりしましょう**  
みんなが気持ちよく生活するために大切なことを、大人が手本となって教えましょう。
- **きまりや約束を守りましょう**  
人に迷惑をかけない、危ないことをしないなど、社会のルールや家庭のルールを教えましょう。  
よいことをした時にはほめて、いけないことをした時には理由を分かりやすく説明し、善悪の判断がしっかりできるようにさせましょう。
- **友達とたくさん遊びましょう**  
友達と遊ぶ中で、相手の気持ちや人のかかわり方が分かるようになります。  
少しずつ自分の気持ちを抑えられるようになってきたり、我慢することができるようになってきたりして、自分がされて嫌なことは他の人にしなくなります。



- **家族で食事をしたり、お話ししたりしましょう**  
家族での食事やおしゃべりを通して、人に対する愛情が育まれ、安心感や信頼感を築く基盤ができます。  
子どもが、自分は愛されていると実感できるように接しましょう。
- **家の手伝いをしましょう**  
子どもは自分で何でもやってみようとしています。その気持ちを大切にして温かく見守り、どんどんやらせるようにしましょう。  
失敗もありますが、その中で工夫の仕方や手順を学びます。
- **感染症対策を踏まえながら、町内会の行事に参加し、地域の人と知り合いになりましょう**  
地域の人たちとかかわることを通して、自分の住んでいるところが大好きになります。親子一緒に参加しましょう。  
町で見かけたときのあいさつや会話にもつながります。

## 興味・関心(意欲)

- **いろいろな遊びや体験をしましょう**  
体を動かして遊ぶ、描いたり作ったりして遊ぶ、歌を歌ったり踊ったりして遊ぶなど、いろいろな遊びや体験が意欲を育てます。
- **身近な自然に触れましょう**  
草花や小動物を育てたり、砂や泥で遊んだりすることで、自然の美しさや不思議さを感じ取り、豊かな感情、自然への好奇心や探究心が育ちます。  
親子で一緒に自然と触れ合い、生命の大切さに気付かせたり、思いやりの気持ちを育てたりしましょう。
- **親子で一緒に遊びましょう**  
親子で一緒に遊ぶ中で、様々なことに興味をもったり、好きになったり、チャレンジしたりする意欲がわきます。  
「ほめる」ことを心がけ、認め、励ましましょう。自分のことが好きになり、自分からやろうとする意欲と自信が育ちます。
- **時間を意識して生活しましょう**  
「長い針が6になったらね」など、生活の中で時計やカレンダーを意識させることで、少しずつ時間の感覚が育ちます。テレビを見る時間やゲームをする時間に対する意識も育ってきます。
- **親子でたくさん本を見たり読んだりしましょう**  
子どもが本を手にしやすい環境を整え、好きな本を読んだり、読み聞かせをしたりして、いろいろな本に触れさせましょう。  
読書によって分かる言葉が増え、文字に対する興味や関心が高まります。読み聞かせをすることは、小学校での学習を理解する助けにもなります。
- **自分の名前を読んだり書いたりしてみるなど、興味に応じてひらがなに触れさせましょう**  
自分の名前に使われているひらがなが読めたり書けたりできるようになると、自分の物と人の物の区別がつけられるようになります。

