



家庭教育1・2・3～キホンをホンキで～

キホンその① 気持ちのよい生活を習慣化しよう



キーワード 自分のことは自分で

規則正しい生活リズムの確立は、子どもの心の安定、身体の発育成長、学力面などに影響します。下の項目を参考に、まずはお子さんと一緒に家庭での日常生活を振り返ってみましょう。そして、気持ちのよい生活の習慣化と、自分のことが自分でできる力の育成を目指しましょう。

○早寝早起きを心がけよう！



まいあさ

毎朝

:

おに起きる

まいにち

毎日

:

には寝る

○学期ごとにチェックしてみよう！

まいにち 毎日できたら◎、できなかった日があったら○、 ぜんぜん 全然できなかったら△をつけておこう	がっき 1学期	がっき 2学期	がっき 3学期
あさ かぞく 朝、家族と「おはよう」のあいさつをする			
あさ お かお あら 朝起きたら、顔を洗う			
まいにち あさ た 毎日、朝ごはんを食べる			
「いただきます」「ごちそうさま」をいう			
はん た は ご飯を食べたら、歯をみがく			
ふく じぶん き 服を自分で着たり、たたんで片付けたりする			
かぞく いちいん ぶんたん しごと 家族の一員として分擔した仕事をする			
ひるま からだ うご 昼間、たくさん体を動かす			
そと かえ てあら 外から帰ったら手洗い・うがいをする			
じかん き かていがくしゅう とく 時間を決めて家庭学習に取り組む			
あす がくしゅう じゅんび 明日の学習の準備をする			
じかん き み 時間を決めて、テレビを見たりゲームをしたりする			
(ほかに、各家庭で目標にしたいことを書きましょう。)			

分かっているけど、なかなかうまくいかない…、そんな時は。

- ① 家庭教育学級やPTA研修会など、学習や交流の機会を活用しよう！
→ 新たな見方・考え方に気づき、子育てのアイデアとともに、頼れる仲間にも出会えます。
- ② 誰かに相談しよう → 県の主な相談機関は裏面参照



平成 26 年 4 月 1 日施行
県民みんなで 家庭の教育を応援する
鹿児島県家庭教育支援条例
ができました!!



条例には、基本理念（大切にしている基本的な考え方）などが盛り込まれています。（第3条）

（基本理念）

第3条 保護者は、その子どもの教育について第一義的責任を有する。

2 家庭教育の支援は、学校等、職域、地域その他の社会のあらゆる分野における全ての構成員が、それぞれの役割を果たすとともに、家庭教育の自主性を尊重しつつ、相互に協力しながら一体的に取り組むことを旨として行われなければならない。

また、保護者、学校等、事業者、地域住民等の役割が明確にされました。（第6条～第9条）

（保護者の役割）

第6条 保護者は、基本理念にのっとり、その子どもの教育について第一義的責任を有するものとして、子どもに愛情をもって接し、生活のために必要な習慣を身に付けさせるとともに、自立心を育成し、心身の調和のとれた発達を図るよう努めるものとし、また、自らも親として成長していくよう努めるものとする。

主な相談機関

（表内の☆、★について ☆→面談は要予約 ★→祝日・年末年始を除く）

相談機関名	電話番号	相談時間など	相談内容	
かごしま教育ホットライン 24	0120-783-574	365日 24時間	いじめ・不登校等 子どもに関すること	
県総合教育センター教育相談課	099-294-2200	月～金 8:30～17:00 ☆★	いじめ・不登校等 子どもに関すること	
県総合教育センター特別支援研修課	099-294-2820	月～金 8:30～17:00 ☆★	障害児や学習・行動面のつまづきに関すること	
県子ども総合療育センター	099-265-2400	月～金 8:30～17:00 ☆★	子どもの心身の発達に関すること	
子ども・家庭 110 番	099-275-4152	月～金 9:00～22:00 ★	18歳未満の子どもに関すること	
児童相談所	中央児童相談所（※）	099-264-3003	子どもの養護・育成・非行・心身障害・里親等、子どもに関すること ※中央児童相談所は、鹿児島地域、南薩地域、北薩地域、始良・伊佐地域、熊本地域	
	大隅児童相談所（大隅地域）	0994-43-7011		月～金 8:30～17:15 ☆★
	大島児童相談所（大島地域）	0997-53-6070		
かごしま子ども・若者総合相談センター（ひきこもり地域支援センター）	099-257-8230	火～日 10:00～17:00 ☆★ （ただし祝日は可）	不登校・ひきこもり等に関すること	
県警少年サポートセンター（ヤングテレホン）	099-252-7867	月～金 8:30～17:15 ☆★	非行防止・健全育成に関すること	
精神保健福祉協議会（こころの電話）	099-286-9566 099-286-9567	月～金 9:00～16:30	精神的不安や心の悩みに関すること	
県精神保健福祉センター	099-218-4755	月～金 8:30～17:00 ☆ 水（面談）9:00～12:00 ☆	依存症・ひきこもり等に関すること 思春期のこころの相談	
鹿児島いのちの電話	099-250-7000	365日 24時間	生きる力を失いかける悩みや不安	
お住まいの市町村の家庭教育相談は…			本県の家庭教育に関する情報は、「鹿児島県家庭教育支援条例」も含め、こちらのQRコードからもアクセスできます。 	