

令和5年度

2023.5.17

中板橋保育園年長児保護者会

～保護者の皆様からの質問に答えて～

中根橋小学校 校長



今年も中板橋保育園の年長児保護者会にお招きいただき、ありがとうございます。

昨年は、さくらさくみらい保育園・大山保育園でもお話をさせていただきました。その成果もあり、今年の一年生は1組・2組とも、とても落ち着いています。授業中に歩き回ったりする子は一人もいません。何よりうれしいことに登校を渋ったり、泣きながら来たりする子もいません。保護者の皆様のご家庭で一年生の準備をしていただけたからだと思っています。

今回もいくつか質問をいただいています。

一年生の学習や生活全般につきまして、昨年度、3つの保育園でお話させていただいたので割愛します。内容は本校のホームページにアップロードしていますので、ご覧頂けるとありがたいです。

今年、中板橋保育園の園長先生からお預かりした質問に「どのようなお稽古ごとをすればよいでしょうか。」というのがありました。基本、お稽古ごとはご家庭のご判断で結構だと思います。ただ一つ、お稽古ごとによって子どもの生活リズムが苦しくなる・忙しくなるということは避けていただきたいと思います。

一年生にとって学校での生活はとてもエネルギーがいることです。保育園で過ごしたお子さんは、あいキッズ（学童クラブ）に行く子が多いです。そのお子さんは、朝8時から夕方5時、6時までの長い時間の集団生活となります。それは緊張する時間が多く、大人でも疲れます。学校と学童に加えて、たくさんのお稽古ごとがあると、なかなかリフレッシュする時間が取れなくなります。しかし、才能の芽は小さいうちから育てておくことも重要です。ご家庭の判断で音楽でもスポーツでも何か一つぐらいはお稽古ごとに取り組ませてもよいと思います。私の考えは、お稽古ごとはせいぜい一つか二つです。もちろん0でも良いです。

さて私は最近、インターネットである記事を目にしました。内容は、発達障害と思われる子供のうち生活習慣を見直すことによって何割かは、行動が改善するということです。

今は、落ち着かない、コミュニケーションが苦手など多動や自閉症などの発達障害は社会でも広く認知をされています。

東京都の公立学校では、発達に課題がある子供が、自分の学校で特別支援教育を受けられるようになっています。本校では、「すみれ教室」との名称です。週1回2時

間、一对一の個別指導と3～4人の小集団での指導を受けることができます。特別支援教育は、とてもニーズが高く、希望すればすべての子が利用できるという状況ではありません。

生活習慣を見直すことによってある程度の子供が改善するということですが、その「生活習慣」とは、「睡眠と食事、そして規則正しい生活」です。

子供の脳の研究者は、睡眠時間は小学生低学年なら10時間以上、そして食事も決まった時間にとる。同じ時刻に同じことを繰り返す。ルーティンです。規則正しい生活が子どもの心身の健康にとって重要であると指摘しています。

早寝・早起き・朝ごはん、これは昔から言われていることです。当たり前のことですが、この当たり前がなかなか難しいのが、今の世の中です。だからこそ、あえて基本に立ち返り、この3つをご家庭でも心がけると、子供の気持ちが安定するはずですよ。

それから、ぜひともご家庭で取り組んでいただきたいことは絵本の読み聞かせです。人は言葉で情報を得て、言葉で考え、言葉で伝えます。手段としての言葉があります。子供はもっている言葉が少ないと、赤ちゃんは泣き、幼児は駄々をこねます。小学生の中には、暴力で自分の気持ちを表現する子もいます。

言葉の獲得は最重要です。言葉を自分のものにする方法はいろいろあります。まず、大人同士の会話を聞かせることです。家庭の中の大人、近隣の方、毎日の送り迎えで保育園の先生とお母さんとの交わされる言葉などがあります。

それから絵本の読み聞かせが有効です。絵本には人の気持ちや情景を表す言葉、普段とは違う言葉に出会うこともあります。ぜひ絵本の読み聞かせに挑戦して欲しいです。家庭で読み聞かせをしてもらっている子は、小学校での生活が比較的上手に行ける傾向があると感じています。

自分の気持ちを言葉に乗せて伝えることが集団生活の重要なポイントであることは言うまでもありません。親が感情に任せて子供と相對するのではなく、一歩引き、客観的な視点で子供と関わることは、賢い子育てです。日々の生活の中で、子供の言動についてイラッとくることがやっぴり少なくなることが、いっぱいあります。しかし、親が感情的になると、子供は親の怒りの感情を処理する過程で傷付きます。大変なことですが、どうすれば我が子に思いが伝わるかを考え、言葉や態度を工夫して表現してみてください。そうすると親自身がイライラしなくなるはずです。本当に可愛い我が子、かけがえのない我が子です。大切な宝物です。その宝物をぞんざいに扱うと悔いが残るはずです。忙しいことは誰でも同じです。楽な子育てを求めず、子供に期待せず、そして諦めず、人生ゲームのひとコマだと思って、エキサイティングな子育ての時期を楽しめればよいと思います。私自身の子はもうすっかり大人となりましたが、二人の子供を育てる中で感じたことです。

私の学校経営のモットーは対話です。今日は懇談会では対話はできませんでしたが、中板橋保育園の保護者の皆様とお時間を共有できたのはこの上ない喜びです。本当にありがとうございます。

保護者の感想

- 小学校の校長先生のお話を聞いて、まだまだ先と思っていた小学校生活が身近に感じ、就学に向けて考えるきっかけになりました。
- 校長先生のお話を伺い、就学に向けて見通しを立てて行動することや、絵本と一緒に沢山読んで言葉で自分の気持ちを表現することができるよう、この1年を大切にしようと思いました。
- 校長先生のお話を聞いて生活習慣をしっかりと行っていこうと思いました。また、絵本の読み聞かせも大切にしていきたいと思いました。
- 毎日が忙しく、子どもとのコミュニケーションの仕方に悩んでいたのも、生活リズムを整えることや絵本の読み聞かせなど、改めて考える良い機会になりました。