

令和5年度版

志アップ子育て手帳

子どもは親（大人）を見て育ちます。
～親（大人）が本気で手本を見せたら
子どもは変わる～



ぜひ親子で読んで、話をしてみてくださいね!!

燃ゆる感動かごしま国体サッカー
競技（成年男子）
令和5年10月12日（木）
～15日（日）

この手帳は、学級PTAや
家庭教育学級などで幼稚園、
小・中学校に行くときに、
持って行ってくださいね♡

所属名		氏名	
-----	--	----	--

目次

♡ ”子育て” という答えのない旅を楽しめたら	1
♡ 「こども基本法」をご存じでしょうか？	4
♡ あなたの子育てを応援します	5
♡ 志アップを3つの運動で	6
♡ 家庭学習の習慣化は一日にして成らず	8
♡ 体験活動で豊かな人間性を	12
♡ 一冊の本との出会いが子どもの人生を変える	14
♡ 健康のために質の良い睡眠を	16
♡ インターネット利用のルールを話し合おう	18
♡ 朝ごはんはと学力に関係ってあるの？	20
♡ それは「しつけ」、「体罰」どっち？	22
♡ こんなとき、どこに連絡？	24
♡ 家庭教育学級等で活用してみませんか	26
♡ 情報を活用してくださいね	27
♡ もっと子どもたちに運動させよう	28
♡ 親子で運動する習慣を	29
♡ 志布志市学校情報	31
♡ 2つの「9時オフ」を守りましょう	32
♡ どの人権課題を学んでみたいですか	33
♡ 「人権」って何だろう？	34
♡ 主な行事予定	36
♡ 「志」の誓いを、志布志市で	37



”子育て”という答えのない旅を楽しめたら

樺山 敏郎 大妻女子大学 教授

志布志市学力向上推進アドバイザー／志布志市有明町出身
鹿児島県公立小学校教諭，教頭，教育委員会指導主事を歴任後，
2006年4月より9年間，文部科学省国立教育政策研究所学力調
査官兼教育課程調査官として国語科を担当。
2015年4月より大妻女子大学家政学部児童学科（東京都千代田区）
にて教壇に立つ。（カバヤマ トシロウ）



大学では，未来の教育を担う教員の養成に当たっています。大学1年生を対象とした入学当初の講義の中で，「『子ども』とは何歳までを指すのか」という問いに向き合います。この問いに皆さまは，どのようにお答えになりますか。

教育学や児童学等を専門とする学科の教員全員と学生が真剣に対峙しながら答えを探ります。法的な側面や社会的規準からアプローチする学生は，成人年齢が20歳から18歳へ引き下げられることに問題意識をもちます。一方，「子ども」を「児童」「小児」「少年」などに置き換えて，それが指す年齢（上限）を調べようとする学生もいます。「子ども」，「こども」，「子供」という複数の表記に注目し，言葉の定義や漢字の使い方に議論が発展する場合もあります。ちなみに，文科省では「子供」という漢字での表記が基本です。「供」は神仏へ供えるもの，あるいは捧げる，捧げられたものという意味があります。

いずれにせよ，答えは一つにはまとまりません。落としどころとしては，**“親子の関係は一生続く”**ということ。決して，子育てはある地点で終わりということはないのです。**本来，学校も子育ての場です。**年齢区分ごとに地元の学校での子育てを担っているのが，公立学校の教員といえます。子どもの育ちを他律から自律へと導いていく教師には，子どもを取り巻く様々な状況に対する配慮が求められます。何より親身になって子ども一人一人に向き合う教師は，保護者の信頼を得ることができます。



答えがなく，ゴールが見えないのが子育てです。だからからこそ迷うのです。学校教育には教科書がありますが，家庭教育に教科書はありません。

保護者は多忙な日々の生活の中で子どもの成長を日常的に実感する機会がなかなか得られず、不安や心配ばかりが膨らんでいくものです（私も同じ…）。子どもが思春期を迎えるときの親の悩みは他者に伝えにくく、なかなか子どもに上手く向き合えないのは、誰しも同じです。それでも子育ての喜怒哀楽の全て抱えもちながら、永く続く果てしない子育ての旅を楽しむという気持ちが何より大切かと考えます。

❖学校でなければ教え難いこと❖

私は、長い間“先生”と呼ばれています。先生とは、「先」に「生」まれた人のことです。年少者の前に立つ年長者は、人生の範となる“先生”でありたいものです。そのため、**様々な知識や教養、論理的な思考力や判断力を高め、自己の人生を豊かにすることができるよう**に学び続ける、それが**生涯学習**です。学校の先生は、社会的地位の高い教育者として崇高な生き方を目指す義務があります。“先生”は、何より「先」（ま）ずは「生」き生きと「生」きている人でなければなりません。

学校は何を学ぶところなのでしょう。学校でなければ教え難いこととはどのようなことなのでしょう。哲学者のジョン・デューイ (John Dewey) は次のように捉えています。

デューイは、大局的には、①**文字・文書（言語）**、②**遠い過去のこと（歴史）**、③**空間的に離れている地域のこと（地理）**、④**物質的なエネルギーや目に見えない構造と役割（科学）**の四つを学校でなければ教え難いことと捉えています。学校教育には系統化された教える内容（学習指導要領）があり、それらに指導の工夫を取り入れながら、子どもたちが主体的に学べるように努力しています。

- ◆ “単純化”して教える
→ 複雑な文明をいったん解体して、単純なものから複雑なものへ段階的に教授する。
- ◆ “理想化”して教える
→ 社会において価値のないもの、望ましくないものを取り除く（鈍化）。それにより最良のものを選び出して学べるようにする。
- ◆ “均一化”して教える
→ 各個人に自分の生まれた社会集団の限界から脱出して、一層広い環境と活発に接触するような機会を得られるように配慮する。
- ◆ “総合化”して教える
→ 様々な民族が多様な宗教をもち、異なった慣習をもった若者たちを学校で混ぜ合わせることによって、全ての者のために新しい、しかも一層広い環境を創る。

私は、文部科学省在任時、「全国学力・学習状況調査」の小学校国語の主担当（問題作成・分析、全国の先生方への指導助言等）でした。全国の小学校が学習指導要領に基づき、どこに課題があるのかを調査していました。教育は機会均等が前提で、都会であろうが地方であろうが学力保障は義務教育の責務です。

❖家庭でしかできないこと❖

学校ではなく、家庭で担うことはどのようなことでしょうか。デューイは右のように捉えています。家庭における言葉遣い、公の場でのマナーは目に見えにくい形で子どもに影響を与えています。子どもと共に美しい景色や作品に触れ、人の何気ない美しい言動を称えることが大切です。**家庭という環境は、人間にとって基本的なことを無意識な形で子どもに影響を及ぼしています。**

子どもの“学び”は、学校だけで成立しているわけではありません。生活している環境全体から様々なことを学んでいます。**特に人間の場合、「物理的環境（自然環境）」からだけでなく、複数の人間から構成される「社会的環境」の影響から学ぶことが知的にも道徳的にも重要といわれています。**社会生活に参加する中で、学校教育とは無関係に無意識のうちに成立している教育があるのです。社会生活の中で最も小さな単位である家庭の環境は子どもの成長に極めて重要です。

学校ができること、家庭ができること、そして地域ができること、それらが一緒になってできることをみんなで考え、手を携えていくことが大切です。子育ての喜びや悩みを分かち合えるためには、地域の力が必要です。子育ての文化は、豊かなまちづくりへつながります。

志布志市全体に豊かな子育ての輪(和)がさらに広がっていくことを願っています。

■言語の習慣

→ 言葉の基本的様式や語彙の大部分は、きちんと決まった教授の方法としてではなく、社会的に必要なこととして営まれる日常の生活の交わりの中で形成される。

■行儀・作法（マナー）

→ 意図的な教授により言葉をしてマナーを教えるよりも、日頃の生活が重要である。道徳も平素の言行（一致）が基本となる。

■趣味（好み・センス）・美的鑑賞眼

→ 普段から優美な作品に触れていれば、自然と向上する。

■価値判断の基準

→ 何に価値があり、何に価値がないかについての意識的な評価がある。その環境において無論のことと思っている事柄が、われわれの意識的な思考を限定し、結論を決定している。

「こども基本法」をご存じでしょうか？

こどもや若者のみなさんは、一人ひとりがとても大切な存在です。そして、自分らしく幸せに成長でき、自立できるように社会全体で支えていくことがとても重要です。

こども基本法は、こうした社会を目指して、社会全体でこどもや若者に関する取組「こども施策」を進めていくための基本となる事項を定めた法律です。

令和5年4月に、こども家庭庁が創設されるのと同時に、こども基本法が施行されました。

Q 1 「こども施策」ってどのような取組をするのですか？

A 1 以下のような取り組みをしていきます（こども基本法：第2条）。

- ・大人になるまで切れ目なく行われるこどもの健やかな成長のためのサポートをすること（例：居場所づくり、いじめ対策など）。
- ・子育てに伴う喜びを実感できる社会の実現のためのサポートをすること（例：働きながら子育てしやすい環境づくり、相談窓口の設置など）。
- ・これらと一体的に行われる施策（例：教育施策、雇用施策、医療施策など）



Q 2 「こども施策」を決める上で大切なことはありますか？

A 2 こども施策は、6つの基本理念をもとに行われます（こども基本法：第3条）。

- ① すべてのこどもは大切にされ、基本的な人権が守られ、差別されないこと。
- ② すべてのこどもは大事に育てられ、生活が守られ、愛され、保護される権利が守られ、平等に教育を受けられること。
- ③ 年齢や発達 の程度により、自分に直接関係することに意見を言えたり、社会のさまざまな活動に参加できたりすること。
- ④ すべてのこどもは年齢や発達 の程度に応じて、意見が尊重され、こどもの今とこれからにとって最もよいことが優先して考えられること。
- ⑤ 子育ては家庭を基本としながら、そのサポートが十分に行われ、家庭で育つことが難しいこどもも、家庭と同様の環境が確保されること。
- ⑥ 家庭や子育てに夢を持ち、喜びを感じられる社会をつくること。

（こども家庭庁『こども基本法パンフレット』より抜粋）

志布志市には、「子ほめ条例」があります。この条例は、子どもの個性や能力を発見し、これを表彰することによって、心身ともに健全な子どもを地域ぐるみで育てることを目的としています。志布志市子ほめ条例では、ボランティア賞、親切賞、友情賞、あいさつ賞、努力賞、創造賞、勤労賞、読書賞、学芸賞、スポーツ賞及び特別賞の12の賞があります。学校、家庭、地域において多くの大人たちが、子どものよさを見つけ褒めることで、自信や誇りをもたせ、自己肯定感や自己有用感を育むことができると考えています。



あなたの子育てを応援します

○ 家庭教育における保護者の役割

「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に努め、その子どもの教育について第一義的責任があります。」

(教育基本法第10条、鹿児島県家庭教育支援条例第6条を参考に加筆してあります。)

子どもは、保護者や多くの大人の愛情や関わりで、意欲を高め日々成長していきます。この「子育て手帳」は、「家庭」を学校・地域・行政が連携して支え、子育てを応援したいという願いを込めて作成しています。志布志に伝わる先人の教えや今の子育てに必要な様々な情報が掲載されています。この手帳を、ぜひ、あなたの子育てに役立ててください。

○ 「しつけの三原則」とは

教育学者の森信三(1896年~1992年)は、「しつけの三原則」として次の3つを挙げており、社会生活を円滑に送るために子どもに確実に身に付けさせたいと述べています。

- 1 朝、必ず親(保護者)に挨拶をする子にすること
- 2 人(親・保護者)に呼ばれたら、必ず「ハイ」と返事ができる子にすること
- 3 ハキモノを脱いだら、必ずそろえ、席を立ったら必ずイスを入れる子にすること

今にも通じる大切な三つです。時代が変わっても、家庭のしつけは大切です。

○ 令和5年度「志の心」重点項目

- | | | |
|-----------------------|------|---|
| 1 先人に学び目標を持って努力する心・・・ | 向学心 | } |
| 2 高齢者を敬愛する心・・・ | 敬愛の心 | |
| 3 地域や友達を大切にする心・・・ | 郷土愛 | |

学校・家庭・
地域で育ててい
きましょう！

○ 志布志に伝わる「きらり輝く三つのおしえ」

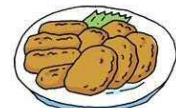
「煮しめ」のおしえ

- ・材料や味付けは家庭で異なる(伝統)
- ・一人一人のよさの融合(個とまとまりを大事にする) → **個性の伸長**



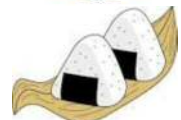
「つけあげ」のおしえ

- ・材料を練り上げて作る
- ・練り上げるにより味がよくなるとともに、形が変わる(味のある人づくり) → **確かな変容**



「にぎりめし」のおしえ

- ・にぎる人の温かみ、米一粒もおろそかにできない
- ・周囲の人への感謝(温かい感謝の気持ち) → **感謝の心**



志アップを3つの運動で

- ♥ 学校では、もっと「そろえましょう」
- ♥ 地域では、もっと「ふれあいましょう」
- ♥ 家庭では、もっと「語り合いましょう」

「志」とは、心に決めて目指すことであり、他人のため世の中全体のために尽くそうとする心です。それは、教育により育まれるものであり、学校や家庭、地域社会での生活を通して、次代を担う子どもたちに確実に伝えていかなければならない普遍の心です。

志布志市では、その「志」を高めるために3つの運動を展開しています。

♥ 学校では、もっと「そろえましょう」

- ① 一人一人の個性を大切にしながら**物や心をそろえ**、落ち着いて生活できる環境をつくりましょう。

(例)・ くつやトイレのスリッパ、かばん、雑巾、脱いだ服等の物をそろえる。

- ・ 全児童生徒があいさつや返事がしっかりできる。

- ② 学校・家庭・地域の**心をそろえ**、校区全体で子どもを育ていきましょう。

(例)・ 各学校における「そろえる」を家庭や地域にも広げ、一人一人の状況に応じて共通実践事項の取組を工夫する。

- ・ 地域の子どもの「育ちの姿」を共有し、地域行事や子ども会活動等を通して子どもの可能性やよさを伸ばす。

- ③ 全教育活動における道徳教育の視点で「**志の心**」を育てましょう。

(例)・ 道徳の授業において、子どもに深く考えさせる教師の発問を工夫する。

- ・ 「郷土読み物資料」や地域の人材を計画的に活用する。
- ・ 体験活動、ボランティア活動を通して、人の役に立つ喜びや感謝の気持ちを実感できる活動に取り組む。



♥ 地域では、もっと「ふれあいましょう」

- ① **あいさつ、声かけ**を積極的にしていきましょう。

(例)・ 「おはよう！今日も学校頑張ってるね。」

- ・ 「今度の土曜日は公民館で〇〇があるよ。

〇〇の計画を一緒に考えようよ。」

- ・ 「元気があるね。何かいいことあったの？」

- ② 地域の行事の準備や企画等に**子どもの活躍の場**をつくり、子どもと地域をつなぎましょう。

(例)・ 地域の伝統行事、土曜体験広場、キッズデー、子ども会活動 等

- ・ ゲストティーチャー、学校支援ボランティア、奉仕活動 等

- ・ JACOクラブ、レインボー424 スポーツクラブへの参加 等



♥ 家庭では、もっと「語り合しましょう」

① 子どもの**話を聞く**ことを大切にしましょう。

- (例)・ 「それからどうしたの？」 【興味をもつ】
- ・ 「楽しかったんだね。」 【共感する】
- ・ 「今、どうすればいいと思う？」 【考えさせる】



② その場で、子どもを**褒める会話**をしましょう。

- (例)・ 「自分で考えて行動したところがえらいね。」 【具体的にほめる】
- ・ 「最後まであきらめずに考えたね。」 【プロセスをほめる】

《褒め言葉「5S」》

「さすが」「素晴らしい」「すごいね」「それでいいよ」「すてきだね」

③ 会話をしたり、褒めたりする**機会をつくり**ましょう。

- (例)・ メディアの影響、家族での食事、読み聞かせ、
学校・地域行事への参加 等

《小学校入学までに育てほしい「10の姿」》

★ 幼保連携型認定こども園教育・保育要領（内閣府・文部科学省・厚生労働省）

健康な心と体

自立心

協同性

道徳性・規範意識の芽生え

社会生活とのか
かわり

思考力の芽生え

自然とのかかわり・生命尊重

数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚

言葉による
伝え合い

豊かな感性と
表現



子育ては、子どもの成長に合わせて変化する絶えず進行するプロセスです。そのプロセスの中で大切なことは、子どもがその時々年齢に応じたスキルや理解を培うための環境を提供することです。子どもたち一人一人が自分の可能性（潜在能力）を最大限に引き出すことができるよう、日々の子育てで心掛けてください。子どもたちが様々な世界に触れ、学び、経験を積む中で、これら「10の姿」を育てていくことが可能です。これら全てが、子どもたち一人一人の素晴らしい個性を育み、可能性を開花させるための基盤となるのです。

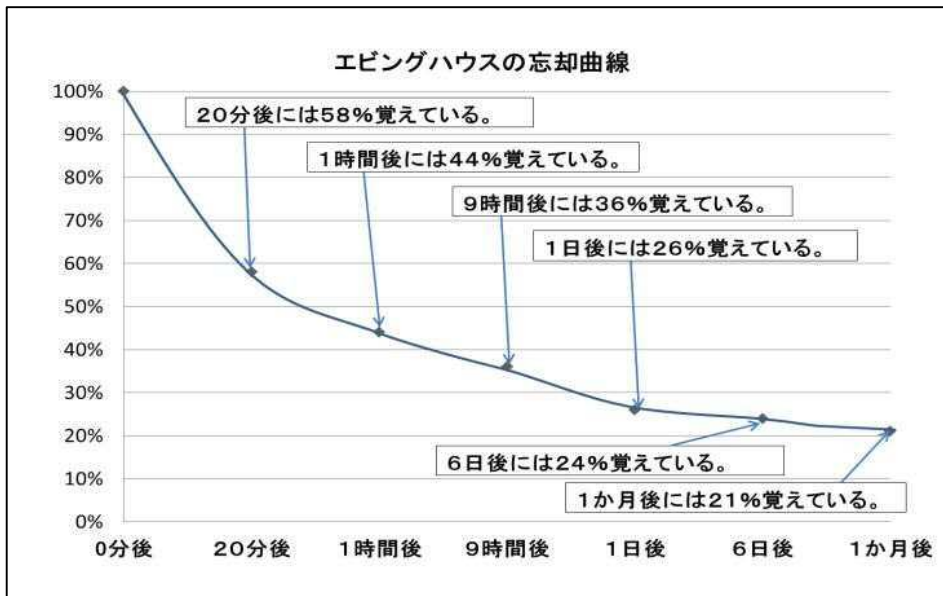


家庭学習の習慣化は一日にして成らず

【学んだことを忘れないために、家庭での勉強はとても大切です。】

ドイツの心理学者エビングハウスの実験（下図）によると、時間の経過とともに記憶したことを忘れていくことが分かります。しかし、学校の授業で学んだことを家庭で繰り返し復習することで、忘れていく割合が減っていきます。

家庭学習を続けることで、大切な力が確実に身に付いていきます。



【低学年の時から毎日机に向かうことで、家庭学習の習慣が身に付きます。】

小学校低学年の時から毎日机に向かうことによって、無理なく家庭学習に臨む姿勢が身に付いていきます。

低学年（小学1・2年生）	
目指す子ども	○ 宿題を毎日最後までやり遂げる子ども
この時期の子どもたちは	<input type="checkbox"/> 学習内容や方法を決めるのは難しく、保護者の援助が必要です。 <input type="checkbox"/> いろいろなことに興味・関心をもち、なんでも知りたがりです。 <input type="checkbox"/> ほめられることで学習する喜びを感じ、意欲が高まります。 <input type="checkbox"/> 「読み、書き、計算」等、基本的な学習を行っています。
保護者の関わり	<input type="checkbox"/> 最後までやり終えたかを保護者が確認しましょう。 <input type="checkbox"/> ほめ言葉をたくさん与えて、意欲を高めましょう。 <input type="checkbox"/> 正しい姿勢や鉛筆の持ち方をアドバイスしましょう。 <input type="checkbox"/> 整理整頓した環境で勉強できるようにしましょう。 <input type="checkbox"/> 子どもの話を聞くとときは、落ち着いた静かな場所でしましょう。
時間の目安	1年生（10分×1+20分=30分以上）2年生（10分×2+20分=40分以上）

中学年（小学3・4年生）	
目指す子ども	○ 宿題以外の自主的な学習にも積極的に取り組む子ども
この時期の子どもたちは	<input type="checkbox"/> 自立心が芽生え、自分でやろうとすることが多くなります。 <input type="checkbox"/> みんなとの行動を好み、時には大人への反抗も見られます。 <input type="checkbox"/> 辞典や資料集で調べたりする学習が多くなります。
保護者の関わり	◇ 兄弟姉妹や他の子どもと比べず、その子自身の成長を見逃さず、やる気を引き出す言葉をかけましょう。 ◇ けじめをつけて学習するよう根気強く声をかけましょう。 ◇ 子どもにできることは、本人にさせるようにしましょう。 ◇ 「夏休み学習教室」への参加を勧めましょう。
時間の目安	3年生（10分×3+20分=50分以上） 4年生（10分×4+20分=60分以上）

高学年（小学5・6年生）	
目指す子ども	○ 先を見通して計画的に学習に取り組む子ども
この時期の子どもたちは	<input type="checkbox"/> 周りの評価が気になり、友達や大人の言動に敏感になります。 <input type="checkbox"/> 放課後の時間が慌ただしくなることがあります。 <input type="checkbox"/> 論理的に考え表現する力が必要となります。
保護者の関わり	◇ 行事や用事等の生活のリズムに合わせて、学習時間が確保できるように一緒に計画を立てましょう。 ◇ 夢について話をし、目標をもって学習できるようにしましょう。 ◇ できなくても頑張る過程や挑戦する姿勢を温かく見守り、認め励ましてあげましょう。 ◇ 「夏休み学習教室」への参加を勧めましょう。
時間の目安	5年生（10分×5+20分=70分以上） 6年生（10分×6+20分=80分以上）

中学生	
目指す子ども	○ 自分で課題を見つけ、計画的に学習に取り組む子ども
この時期の子どもたちは	<input type="checkbox"/> 授業内容や授業の進度に対して、負担とを感じる生徒がいます。 <input type="checkbox"/> 他人の目を意識し、他人の考えに同調することもあります。 <input type="checkbox"/> 進路について意識し、不安や苛立ちを感じることもあります。
保護者の関わり	◇ 定期テストの前だけでなく、毎日の学習の様子について継続して会話をするように心がけましょう。 ◇ 子どもの変化を敏感に察知し、相談相手になりましょう。 ◇ 子どもの将来の夢や希望、就職や進学について早い時期から家族で話し合っておきましょう。 ◇ 「志学教室」への参加を勧めましょう。
時間の目安	1・2年生（90分以上） 3年生（120分以上）

【宿題と自主学習をバランスよくしよう。】

家庭での学習には、宿題（学校から与えられた課題）と自主学習（復習：学校で学習した内容。予習：今後学校で学習する内容について自分で考えて取り組む課題。）があります。学年が上がるにつれて自主学習の割合を多くし、目的意識をもった学習にしていくことも大切です。

	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
課題の バランス				

○ 各教科の具体的な自主学習の内容について、各学校で作成されている「家庭学習の手引き」を参考にして、学校の先生に相談するとよいでしょう。

【勉強の見届けを確実にしよう。】

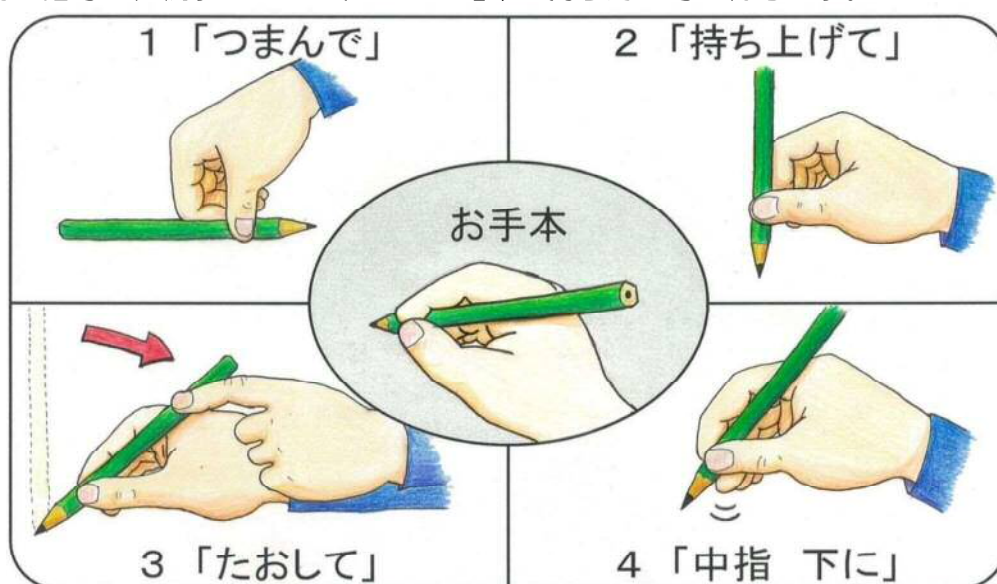
ノートを見て頑張りを認めてあげたり、学校でどのような学習をしているかを聞いてあげたりすることで学習意欲も上がります。

＜ 頑張りを認める言葉かけ（例） ＞

- 「決められた時間に始めることができたね。感心だね。」
- 「丁寧に書けているね。今こんなことを勉強しているんだね。頑張ってるね。」
- 「最後まであきらめずに問題を解いていたね。その姿がうれしいな。」
- 「今日はすごくいい姿勢で勉強していたよ。えらいぞ。」

＜正しい鉛筆の持ち方＞

小学校に入学した時に、学校では鉛筆の持ち方を以下のように指導しています。学校と家庭で同じ指導を継続することで、正しい鉛筆の持ち方が身に付きます。



<学校教育課主催事業>

【志学教室】

- 1 目的 学力向上や生活習慣の確立を図り、土曜日の教育環境を豊かなものにするため
- 2 期 日 毎月第1・4土曜日及び夏休み（年間15回）
- 3 対 象 希望する中学生
- 4 時 間 9：00～12：00
- 5 場 所 有明地区公民館（有明中、宇都中、伊崎田中）
やっちくふれあいセンター（松山中）
志布志市文化会館（志布志中）
- 6 教 科 数学・英語・自主学習・夢プロジェクト（企業訪問や講話等）
- 7 講 師 退職教員、元塾講師、高校教諭（予定）、ALT等
- 8 費 用 1,000円（テキスト代）
- 9 送 迎 宇都中学校と伊崎田中学校からはバス運行（無料）



【夏休み学習教室】

- 1 目的 夏休みにおける学習の充実と規則正しく有意義な夏休みを過ごすため
- 2 期 日 7月後半の3日間及び8月の2日間
- 3 対 象 希望する小学校3年生から小学校6年生まで
- 4 時 間 9：00～12：00
- 5 会 場 志布志、有明、松山の3会場
- 6 内 容 夏休みの宿題、自主学習
- 7 指導者 市内の特別支援教育支援員
鹿児島大学学習支援サポーター



【中学生英語技能検定助成事業】

令和元年度から中学生英語技能検定助成事業が始まりました。年3回行われる検定のうち1回の検定料（2級6,400円、準2級5,700円、3級4,700円、4級2,900円、5級2,500円）を助成するものです。また、令和4年度から志布志市内すべての6年生が英検ESGを活用した小学校英語能力育成事業に取り組んでいます。これからの将来を担う子どもたちに十分な英語力を身に付けさせていくためにも、多くの児童生徒が「年1回の英語技能検定助成」を活用し、積極的に受検できるよう保護者の皆様の励ましをお願いします。



体験活動で豊かな人間性を

子どもたちに、豊かな人間性や自ら学ぶ力を身に付けてもらうため、毎月第3土曜日の青少年育成の日に、校区公民館や地域コミュニティ協議会が中心となり、地域の特性を生かしながら、様々な体験活動を行う「土曜体験広場」を開設しています。

○青少年育成の日…毎月第3土曜日は、清掃活動、ボランティア活動、郷土芸能伝承活動、文化活動、スポーツ活動等、親と子、高齢者と青少年、日本人と外国人等、異年齢集団の地域活動を積極的に行う日として位置付けられている。



キラリ輝く「しぶしっ子」育成事業〈土曜体験広場〉

- 1 実施日 原則、毎月第3土曜日（青少年育成の日）
（※ 校区公民館、地域コミュニティ協議会によって異なる。）
- 2 実施回数 年10回程度
- 3 体験活動例
 - ・ 農業・生産体験（田植え、そばまき、芋植え）
 - ・ 料理体験（お菓子作り、郷土料理、そば打ち）
 - ・ 伝統体験（餅つき、伝統芸能の継承、和紙作り）
 - ・ 制作体験（門松作り、凧作り）
 - ・ ボランティア活動（美化活動、花植え）
 - ・ 自然体験（海や川での遊びや釣り、登山）
 - ・ 歴史学習（埋蔵文化財センター、開田の里資料館）
 - ・ 見学体験（遺跡発掘現場、ふるさと探訪）
 - ・ スポーツ活動（ニュースポーツ、グラウンドゴルフ）
- 4 参加方法 学校や校区公民館、地域コミュニティ協議会から募集のお知らせやチラシが配布されます（子ども会の活動として参加するのもいいですね）。







一冊の本との出会いが子どもの人生を変える

「1日20分読書」運動の実施

本の中の登場人物と感情を共有することで、自分自身が経験したことのない体験や感情に興味を湧き、「知りたい」「感じてみたい」「チャレンジしてみたい」という好奇心や志の心が芽生え、生活がますます豊かなものになってきます。

1 それぞれの発達段階に応じた読書活動を！！

 乳幼児期は？	家族と一緒に 20分	読み聞かせ等の家族の協力が必要です。家族一緒に読書の習慣をつくりましょう。
 小学生の時期は？	朝読み夕読み 20分	言葉や文章の意味を考えながら音読することが大切です。朝や夕方の音読を続けましょう。
 中学生の時期は？	ジャンルを広げて 20分	読書の幅を広げることが大切です。文学、科学、歴史、郷土等の様々なジャンルの本に幅を広げて読みましょう。
 高校生の時期は？	自分を見つめる 20分	自分自身の生き方を見つめるためにも読書が大切です。いつも身近に1冊の本を置き、1日20分の読書に心掛けましょう。

志布志市図書館の紹介

志布志市立図書館は、本館、5つの分館及び移動図書館車でオンライン化され運営しています。すべての館に、多種多様な図書資料を揃え、本を身近に感じられる環境づくりと市民の生涯学習のまちづくりを支援し、レファレンスサービス（調べ学習等）の充実を図っています。また、借りた本の名前や著者名などを機械で記帳することができる「読書の通帳」も多くの方に御利用いただいております。本館、有明分館、松山分館で作れますので、ぜひ御活用ください。

- 貸出冊数 1人10冊まで
- 貸出期間 15日間（貸出期間をお守りください。）
- 利用方法 本を借りるには、図書館利用者カードが必要です。
- 休館日 毎週月曜日と第3水曜日（祝日の場合は翌日）
年末年始（12月29日～1月3日）



※ 本年10月より、非来館型のサービスとして電子書籍を導入して、いつでも・どこでも・誰でも・利用できる電子図書館を開館します。

《 ブックスタート 》 乳児への絵本の贈り物

赤ちゃんの成長にミルクが必要なように、赤ちゃんのことばと心を育むためには、絵本をとおしてふれあい“抱っここの温かさの中でやさしく語りかけてもらうひととき”が大切だと言われています。図書館では保健課の乳児健康検査（3・4ヵ月健診）時に、ボランティアグループの協力をいただき、読み聞かせとともに絵本のプレゼントを行っています。

《 セカンドブック 》 小学1年生への本の贈り物

小学校に入学した1年生のみなさんへ1冊の本をお贈りしています。20冊の中から希望する本を親子で選んでもらっています。このセカンドブックの見本は図書館本館・松山分館・有明分館に展示してありますので、ぜひ手にとってご覧になりお選びください。



《 サードブック 》

小学6年生へ卒業時に本の贈り物

これまで小学校卒業記念としていた（図書券）を、心に響く1冊の本の贈り物としてサードブック（新規事業）を計画しています。中学校生活に向けた心の準備をこの1冊に。

【セカンドブック ベスト20】

番号	本のタイトル	20冊の本の内容紹介
1	どろんこハリー	黒ぶちの白い犬ハリーは、おふろが大きらい。
2	こんとあき	ぬいぐるみのこんは、おばあちゃん手作りのぬいぐるみです。
3	からすのパンやさん	からすの町の木の上にあるからすのパンやさん。4羽の赤ちゃんからすのおかげで、とてもすてきで変わったパンが生まれます。
4	ラチとらいおん	ラチは、世界でいちばん弱虫のおとこの子・・・。
5	がんばれゆうくん1年生	一年生になったのに、体が小さいゆうくんは、いつも幼稚園児と間違われます。ゆうくんの成長を楽しめる本です。
6	あした、がっこうへいくんだよ	「おやすみ、ウィリー。あした、きみ学校へいくんだよ。」はじめて学校へいく前の夜、希望と不安にゆれる男の子は、その気持ちをぬいぐるみのクマにかたりかけます・・・。
7	ピン・ポン・パス	いろんなバスでいにピンポン!となつてとまるバス。すれちがうバスとあいさつするうんてんしゅさん、わすれものをするおきやくさん・・・。
8	せんたくかあちゃん	せんたくが大すきな、楽しいかあちゃん。なんでもあらってしまうかあちゃんは、子どもたちやカミナリさままでゴシゴシとあらってしまいます。
9	いたずらきかんしゃちゅうちゅう	ちゅうちゅうは、まっ黒くてぴかぴか光る「かわいい機関車」です。
10	ぐりとぐら	青と赤のとんがり帽子とつなぎがトレードマークの「ぐり」と「ぐら」。
11	うらしまたろう	ごしきのかめを助けたうらしまたろう。じつは、かめはりゆうおうのむすめ、おとひめでした。助けてくれたおれいにと、たろうは海の中のりゅうぐうへ。
12	だいくとおにろく	すぐにながされてしまうはしをかけるようにたのまれた、うでのいい大工。そこにあらわれたおには、はしをかけるかわりに目玉をくれとせまります。
13	れいぞうこのなつやすみ	夏のある日曜日、れいぞうこが壊れてしまいました・・・。夏の暑い日の出来事を描いたテンポもよく親子で一緒に読んでみてはいかがでしょう。
14	なぞなぞのすきな女の子	なぞなぞがだいすきな女の子が、森でオオカミと出会ってしまいます。あたまのよいその女の子は、あるなぞなぞをオオカミに出します。
15	しりとりのだいすきなおうさま	王様は、身の回りにあるもの、食べるもの、何でもしりとりに並んでないと気がすまないくらい、しりとりが大好きです。
16	ふらいばんじいさん	めだまやきをやくのが大すきなじいさんが、いろんなせかいへ大ぼうけんに出かけます。
17	ほげちゃん	「あれれ、へんなかお」「そうねえ、カバかしら？」ちよっぴり、へんなかおをしたぬいぐるみのほげちゃん。
18	かいじゅうでんとう	ぼくはさっそくスイッチをいれた。すると、ポワンとひかりがでて、めのまえにへんてこなかいじゅうがあらわれたじゃないか・・・。
19	むしのかお	虫たちの面白い顔の数々から、自然への興味を呼び覚ます写真絵本です。
20	おこめができた!	お米ができるまでを理解できるように、田植えから収穫まで優しく描かれています。



健康のために質の良い睡眠を

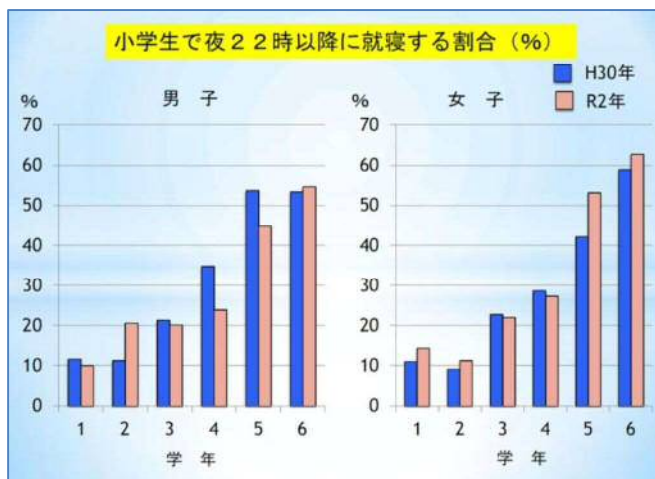


**子どもの「睡眠」が心配！
(平成30年、令和2年「志布志市生活実態調査の結果から」)**

1 子どもの睡眠時間は何時間でしょうか？ (小1は9時間)

- 22時以降に就寝する割合は、学年が上がるにつれて増加
- 小学1年生に必要な睡眠時間は9時間程度
- Q 毎日の起床時刻と就寝時刻からお子さんの睡眠時間をもとめて、記録してみましょう。

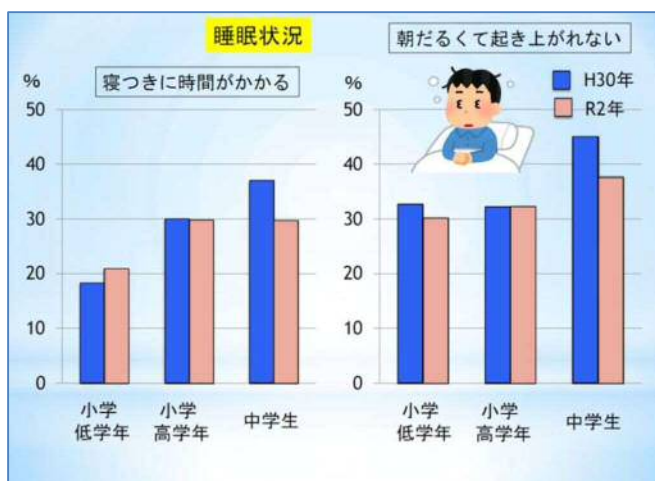
睡眠時間は
() 時間



2 子どもの寝つきや起床時の体調は良好ですか？

- 約30%が不調
- Q 子どもの寝つきや朝の様子について、思い出してみましょう。

思ったこと (話し合ったこと)



※ 我が家のルールを記入しましょう。(例 何時に就寝する。睡眠時間を決める。)

3 就寝前にゲーム・スマホをしていませんか。

- 小学生約 20%、中学生約 40%
- 就寝 1 時間前から、電子機器を扱わない（身体に与える影響）。

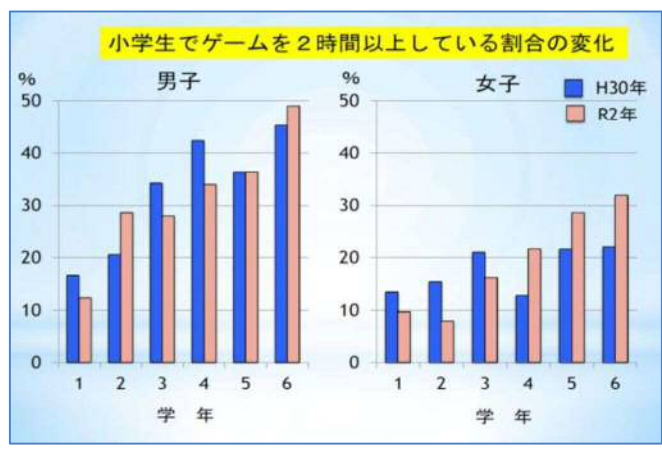
思ったこと（話し合ったこと）



4 ゲーム等の電子機器を使える時間を決めましょう。

- ゲーム等の利用は 60 分間以内が望ましい。
- 長時間ゲーム等を毎日続けると「依存性」の危険度が高まる。

思ったこと（話し合ったこと）



【参考】

◆ 望ましい睡眠時間（出典 『子育て科学アクシス』より抜粋）

0 ～ 3ヶ月	4 ～ 11ヶ月	1 ～ 2歳	3 ～ 5歳
14 ～ 17時間	12 ～ 15時間	11 ～ 14時間	10 ～ 13時間

6 ～ 13歳	14 ～ 17歳	18 ～ 25歳
9 ～ 11時間	8 ～ 10時間	7 ～ 9時間

睡眠時間を確保できないと、脳の土台が作られなくなってしまうので、いくらその上に学習とかスポーツを入れても育ちにくいと言われています。

◆ ある調査データから抜粋：算数・数学の平均点

勉強時間	スマホ使用時間	正答率平均
2時間	4時間	55%
0.5時間	0時間	60%

（出典『2時間の学習効果が消える！やってはいけない脳の習慣』横田晋務 川島隆太より一部引用）

◆ スマホ時間で失うもの

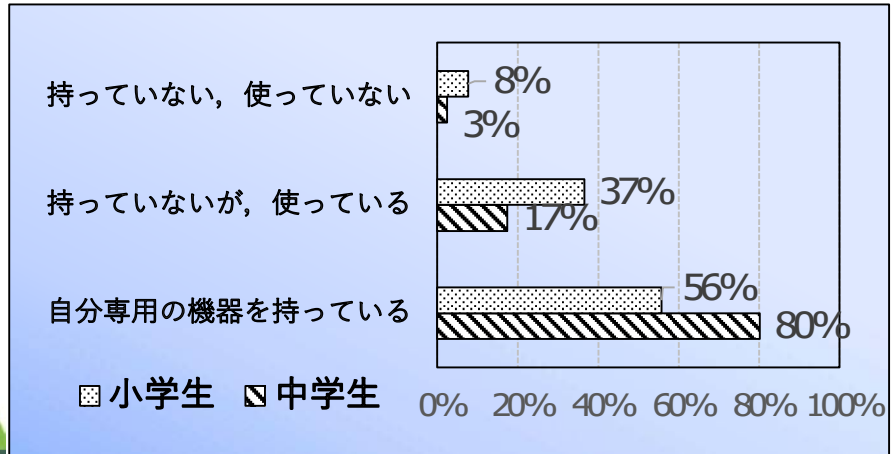
- 脳機能低下・劣化（ブルーライトの影響＝散乱率高く、高エネルギー）
脳内血流減少 → 成長ホルモンへ悪影響
記憶障害、注意力・集中力欠如、感情不制御
- 学力低下 ○ 視力低下（軸性近視） ○ 睡眠不足・劣化
- 体力低下 ○ コミュニケーション能力の低下・劣化 ○ 皮膚への悪影響



家庭内ルールづくり・継続的な取組で子どもの心身の健康を守ろう
(令和4年度志布志市インターネット利用等実態調査結果から)

1 あなたは、インターネットに接続できる機器を持っていますか。

○ 家族と共用または自分専用の機器を持っている割合を合わせると、小学校92%、中学校97%がインターネットに接続できる状況にあります。



2 あなたが持っている携帯電話, スマートフォンは, フィルタリングを設定していますか。

○ 「設定していない」「分からない」の割合を合わせると小学校82%、中学校69%になります。

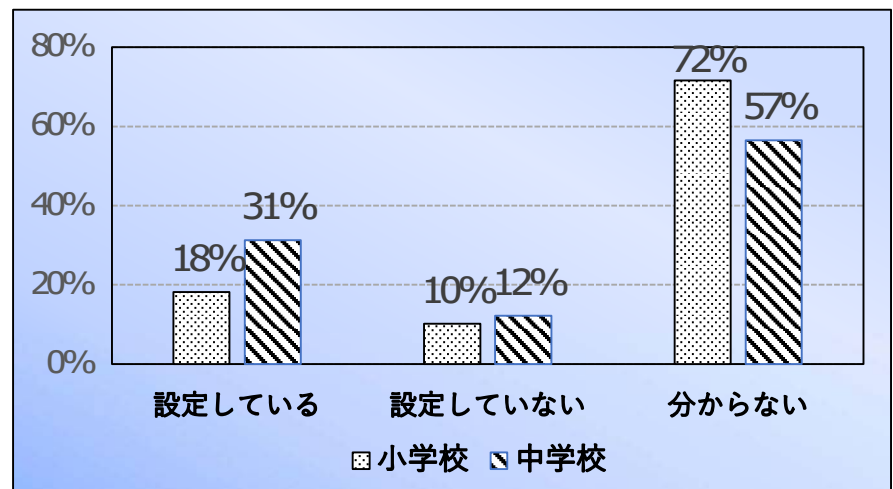
Q1 フィルタリング設定って何でしょうか？

A1 インターネット等で未成年にふさわしくない有害

害な内容のウェブサイトにアクセスできないようにすることです。

Q2 フィルタリング設定は、必ずしなければならないのでしょうか？

A2 鹿児島県青少年保護育成条例第26条及び第26条の2により、保護者は、フィルタリングの利用等により、子どもが有害情報を閲覧・視聴することがないように努めなければならないと定めてあります。また、子どもが使用するスマートフォン等のインターネット利用を含む契約時に、フィルタリングサービスを使用しない又はフィルタリング有効化措置を講ずることを希望しない場合には、携帯電話事業者・販売代理店に対して、**正当な理由を記載した書面を提出**しなければなりません。



3 あなたの家では、インターネットの使い方について家庭内ルールを決めていますか。

Q3 家庭内ルールづくりはどうすればいいのでしょうか？

A3 子どもと一緒に話し合ってルールを決めることが大事です。

<家庭でのルールづくりのポイント>

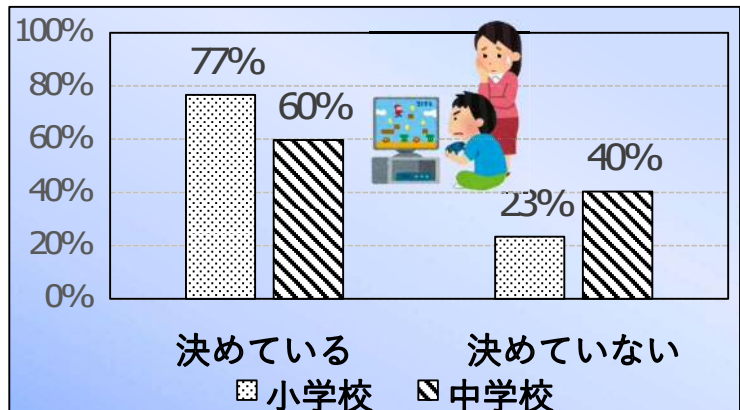
- なぜそのルールが必要なのか考えさせる。
- ルールの中の曖昧さを考えさせる。
- つくって終わりではなく、そのルールを守らせるための工夫を考えさせる。
- 厳しい制限から緩い制限へ（子どもの成長に合わせて定期的に見直す。）

<家庭内ルールの例>

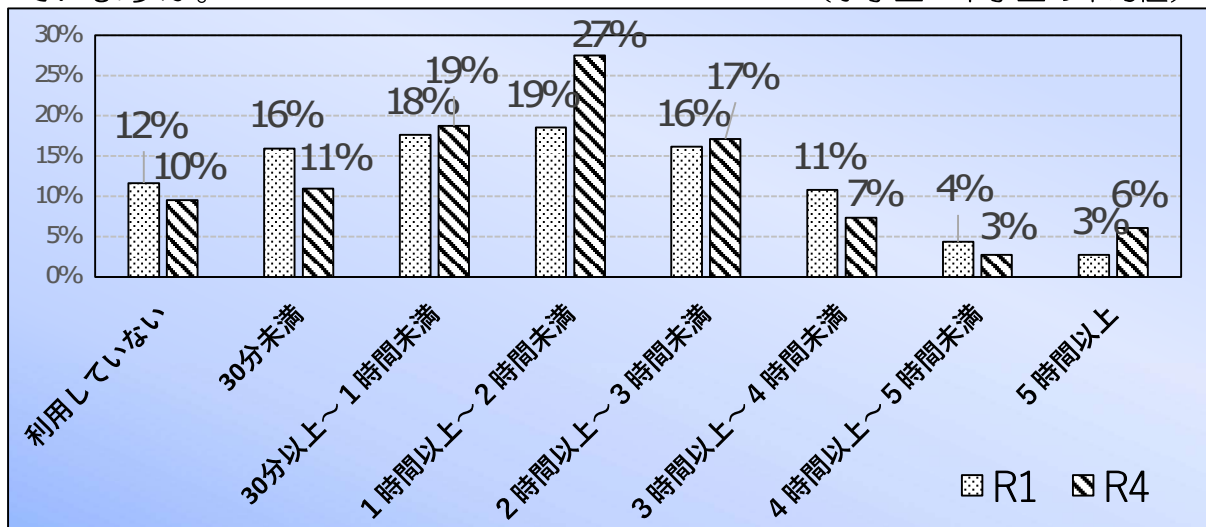
- × インターネットを使いすぎないようにする。⇒ ○ 使ってもよい時間は△時～△時まで
- × 宿題が終わった後、ゲームや動画を見る。⇒ ○ ゲームや動画は宿題が終わった後1時間以内

<ルールを守らせるための工夫例>

- 10分前のアラーム設定や声掛けを行う。
- 使用する前に、約束事を復唱させる。



4 あなたは、平日に平均してどのぐらいの時間、インターネットを利用していますか。（小学生・中学生の平均値）



インターネットやゲームは日々の生活や学習に役立つツールですが、使用時間や方法を適切に管理することが重要です。保護者としては、一日のスクリーンタイムを制限し、休憩時間を設けるなどのルールを設定しましょう。また、子どもたちのオンライン活動について対話を持つことで、健全なインターネット利用の習慣を育めます。最終的に、子ども自身が自己管理できるようになることを目指しましょう。子どもが安全かつ健康的にインターネットを使うために、規律、監視、教育のバランスが大切です。

◎ メモ（感じたことや話し合ったことを記入しましょう）



朝ごはんと学力に関係ってあるの？

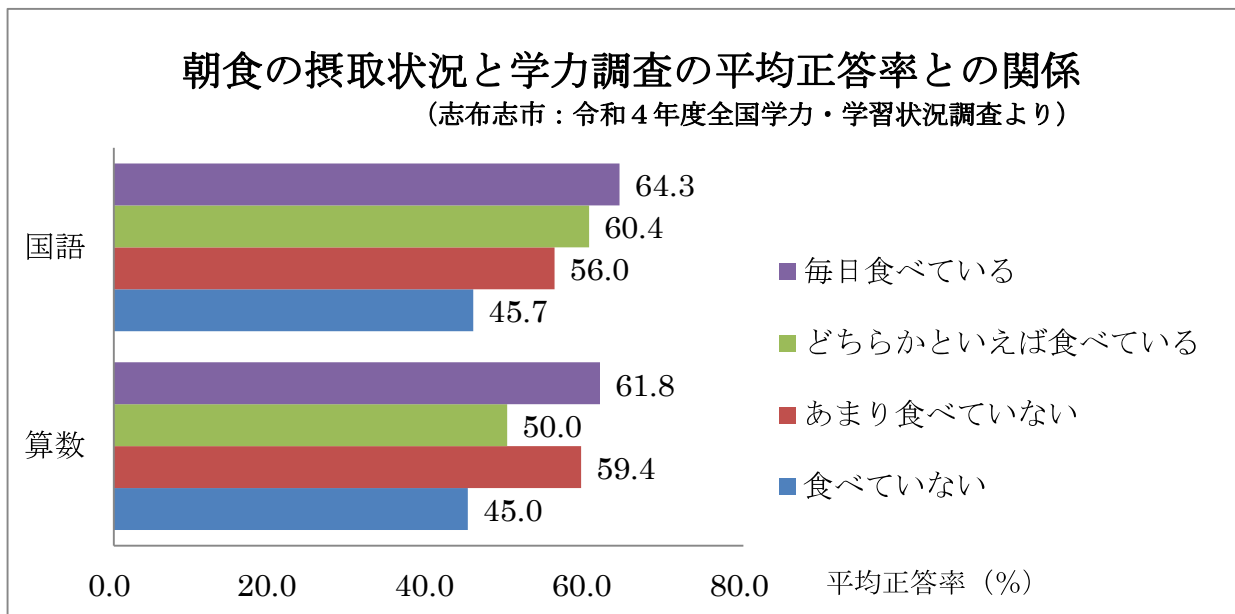


子どもたちの健やかな成長には、「早寝早起き朝ごはん」をはじめとした規則正しい生活習慣が大切です。

1 まずは「朝ごはん」をしっかりとうろう

(1) 子どもも、大人も朝ごはんをしっかりとうろう！

- ① 私たちの体は、夜寝ている間にもエネルギーを使っているのです。朝は体も脳もエネルギーが必要な状態です。しっかり勉強や仕事、運動をするためには、朝食で栄養を補給する必要があります。
- ② 栄養補給だけでなく、よく噛んで食べることは、脳や消化器官を目覚めさせ、早寝早起きのリズムをつけることにつながります。
- ③ 朝食を抜くことが、食べ過ぎや、不規則な食事時間の原因になることがあります。肥満や将来の生活習慣病の予防のためにも、朝食を食べる習慣をつけることが大切です。
- ④ 毎日朝食を食べる子どもほど、学力調査の得点が高い傾向にあります。



(2) 何を食べようか？

朝はあわただしく、朝食はなるべく手間をかけずに準備したいですが、栄養のバランスも考えたいものです。例えば、次のような食材を付け加えてはどうでしょうか。

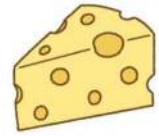
【牛乳】

朝の水分補給によいのはもちろん、カルシウムをはじめとするミネラル類、ビタミン類、たんぱく質など、多くの栄養を補給することができます。



【チーズ】

牛乳の栄養成分が詰まった完全栄養食と言われています。ヨーロッパでは「白い肉」と呼ばれるほど、良質な動物性たんぱく質を豊富に含み、栄養価が非常に高く、丈夫な歯や骨を作る働きがあります。



【果物類】

種類によって栄養素に違いはありますが、ビタミンが豊富なのがご存知のとおり。とりすぎた塩分を排出させるカリウムや、快便に欠かせない食物繊維も豊富です。「朝の果物は金(きん)」という言葉のとおり、素早くエネルギーになる果糖も朝食にぴったりです。ただし、カロリー高めのもあるので、食べ過ぎには注意しましょう。



【納豆】

5大栄養素(たんぱく質、脂質、炭水化物、ビタミン、ミネラル)に加えて食物繊維もとれるのが納豆です。ご飯に合わせるの定番ですが、トーストの具として使う方も多いそうです。

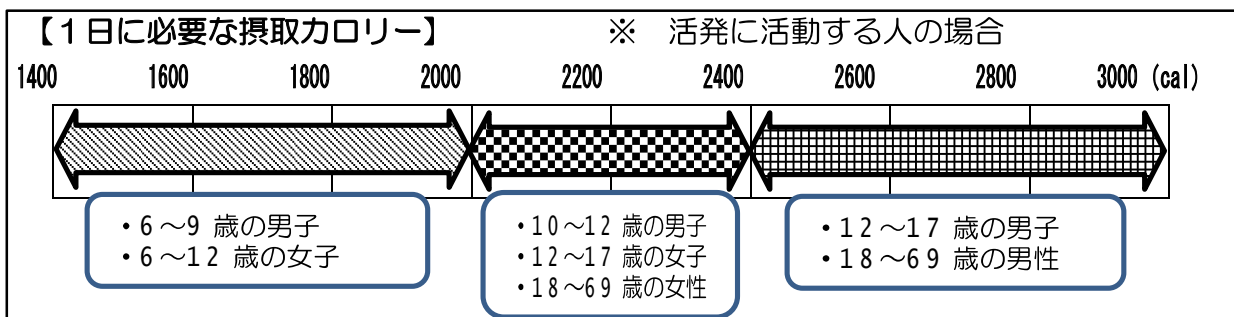


2 バランスのよい食事をしよう

(1) バランスよく栄養をとる

前述の5大栄養素「たんぱく質」「脂質」「炭水化物」「ビタミン類」「ミネラル類」をバランスよくとることが大切であることはよく知られています。また、あわせて、「**食物繊維**」もしっかりとる必要があります。特に、好きなものばかりを食べる「ばっかり食」は栄養が偏りやすくなるので注意が必要です。これを食べれば大丈夫という**完全食品はありません**。子どもには、体に必要な栄養素は、いろいろな食材から少しずつもらうものであることを教えましょう。

(2) 「3食+間食」でカロリーのバランスをとる



上の図は、1日の必要摂取カロリーを年代別で大まかに示したものです。摂取カロリーが足りないと十分な活動ができなかったり、体の成長にマイナスの影響が出たりすることもあります。逆に、摂取カロリーが多すぎる場合は、肥満などの生活習慣病に注意が必要です。摂取カロリーの増減は、間食で調整するのも方法のひとつです。家庭科を学習する小学5年生以上の子どもたちとは一緒に考えてみたいものです。



それは「しつけ」、「体罰」どっち？

関連キーワード「児童虐待防止法改正」



令和2年4月に「児童虐待防止対策の強化を図るための児童福祉法」の一部が改正されました。「しつけ」と「体罰」について考えてみましょう。

1 「しつけ」と「体罰」の違い

(1) しつけと目的

しつけとは、親（や養育者）が「**子どもの利益のため**」に**監護・教育**をするもので、親（や養育者）の権利・義務です。その目的は、子どもの人格や才能等を伸ばし、社会において自律した生活を送れるようにすることです。

【しつけを行うのは「子どもの（将来の）利益のため」】

子どものしつけが親の「都合」「体裁」「気分」で行われてはいないでしょうか。確かにしつけの結果として親が楽になったり、良い思いをしたりすることはあるのですが、それが目的になってはいけないと思います。

わが子が将来、**社会に出て困らないように、より良く生きていくことができるように**することを目的にして、しつけは行われる必要があります。

(2) 体罰の禁止

しつけのためと思っても、「**子どもの身体に何らかの苦痛又は不快感を引き起こす行為**」は体罰になり、**法律で禁止**されています。

【体罰の例】

- ・ 言葉で3回注意したけど言うことを聞かないので、頬をたたいた。
- ・ 大切なものにいたずらをしたので、長時間正座をさせた。
- ・ 友達をなぐってケガをさせたので、同じように子どもをなぐった。
- ・ 他人の物を取ったので、罰としてお尻をたたいた。
- ・ 宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった。



↓

「自分も子どものころにされたから」との理由で、上のような体罰を行うのは「**体罰正当化のための方便**」です。「厳しく叱られた（体罰を受けた）から今がある」というのは「**過去を美化しているだけ**」ではないでしょうか。

人間は成人するまでに20年近く（法改正により18歳が成人年齢となりました。）を要します。親は「**子どものしつけには時間が必要である**」ということを十分理解しておく必要があります。

(3) 体罰によるしつけの問題点

- ① 体罰による子どもの行動の変化は「**恐怖**」を回避するためのものであり、子どもの自発的な変化ではないため成長の助けにならず、かえって心身の発達に悪影響を与えます。
- ② 日本が1994年に批准した「児童の権利に関する条約」に反し、**子どもの心を傷つけ、権利を侵害する行為**です。

【体罰を受けて育った子どもは】

- 落ち着いて話を聞けない
- 約束を守れない
- 一つのことに集中できない
- 我慢ができない
- 感情をうまく表せない
- 集団で行動できない
- 周りの人を傷つけるなど、反社会的な行動が増える
- 感情的に切れやすく、攻撃性が強くなる
- 親子関係が悪化する

問題行動のリスクが
高まります



2 体罰によらないしつけのために

できることから実践してみてもいいでしょうか。

(1) 子どもへの関わり方（声のかけ方）を変えてみる

① 指示を具体的にわかりやすく

- (例) 「ちゃんとしなさい」 → 「〇〇をしようね」と指示を具体的にする。
「準備しなさい」 → 「まず〇〇を準備しようね」「次は〇〇・・・」と
順序だてて説明する。

② 身の周りの環境を整えることや、私がしてほしいことが伝わる工夫

- (例) 「それ、触ったらダメ！」 → 触らないように片付けておく。
「何で片付けないの！」 → 片付ける場所をわかりやすく示す。

③ 肯定文でわかりやすく、時には一緒に、行動してみる。

- (例) 「走ってはダメ！」 → 「ここでは歩いてね」
「早く片付けて！」 → 「一緒に片付けようね」



④ 良いこと、できていることを具体的に褒める。

- (例) 靴をしっかりと並べたとき → 「靴をそろえて脱いでいるね」
あいさつがしっかりできたとき → 「元気よくあいさつできたね」
できたことをすぐに褒める → 寝る前の落ち着いたタイミングで
再度褒める。

(2) 保護者自身のストレス解消を

① イライラやストレスが溜まる原因やタイミングをふりかえってみる。

② ストレス解消法を実践する。

- (例) 深呼吸して気持ちを落ち着かせる。風にあたって気分転換する。疲れている
ときはゆっくり休む等。

♡ 思い出してください・・・。

私たちも、昔は子どもでした。きっとできないこともあったことでしょう。
家族や周囲の大人から深い愛情をもってしつけられ、今があるのでは。



こんなとき、どこに連絡？

- 生涯学習課主催研修事業等 → 問合先 生涯学習課 Tel472-1111
 子どもたちを対象にした、各種の体験活動や研修事業を実施しています。
 学校等に案内文書・チラシが配布されますので、是非参加ください。

事業名	主な内容
■おはなし会（アニメ上映会） 市立図書館 Tel472-3322	市立図書館本館や各図書館分館で実施しています。 市報、図書館ホームページ、行政告知放送等で確認してください。
■生涯学習講座 生涯学習センター Tel472-3050	子どもを対象にした生涯学習講座を開設しています。 ダンス、絵画、三味線、フラダンス、舞踊、囲碁、ゴルフ、バトミントン、料理…等があります。
■各種スポーツ教室 レインボー424スポーツクラブ 志布志運動公園体育館 Tel478-9100	子どもから大人まで市民がスポーツに親しみ、体力向上や健康の保持増進を目的に設置された総合型地域スポーツクラブです。詳しくは28ページをご覧ください。
■子ども会活動 生涯学習課社会教育係 Tel472-1111（内線335・336）	自治会ごとに子ども会が結成されています。異年齢の遊び集団である子ども会活動を通して心身の成長を促します。また、地域素材を利用したイベントを行います。
■田舎暮らし通学学舎 開田の村管理組合 Tel471-4343	有明開田の里の体験館に宿泊して、「かまどご飯炊き・五右衛門風呂沸かし・まき割り」等を体験しながら、6泊7日にわたり家庭を離れ、仲間と集団宿泊生活を体験します。 小学4～6年生を対象に、10月中旬に計画しています。
■青少年音楽祭事業 生涯学習課生涯学習係 Tel472-1111（内線333）	市内で音楽（吹奏楽・合唱等）に関わっている小学生から高校生までの音楽の祭典です。 毎年1月末又は2月初めに開催します。
■しぶし子どもフェスティバル 生涯学習センター Tel472-3050	子どもと大人が触れ合う事業。 昔の遊びや工作等盛りだくさんのイベントです。
■生涯学習フェスティバル 生涯学習課生涯学習係 Tel472-1111（内線333）	公民館講座の舞台発表や、作品の展示などを行います。 毎年2月下旬に開催します。

青少年育成事業		主な内容
青少年研修事業	山形研修（夏、冬とも3泊4日）	<ul style="list-style-type: none"> 山形県酒田市の子どものホームステイ相互交流 夏場は本市で受け入れ、冬場は山形へ派遣 対象…小5～中学生（定員10人） 個人負担…約2万円
	シアトル研修（約1か月）	<ul style="list-style-type: none"> アメリカ「シアトル」での語学研修 ホームステイをしながら学校に通う 対象…高校生（定員4人） 個人負担…約20万円
	カリフォルニア研修（約3週間）	<ul style="list-style-type: none"> アメリカ「カリフォルニア」での海外体験研修 ホームステイをしながら学校に通う 対象…中学生（定員5人） 個人負担…約15万円
リーダー育成事業	JACOクラブ活動	<ul style="list-style-type: none"> ボランティア活動や各種体験活動等を通して、地域におけるリーダー育成を図る。 対象…小学5年生～高校生 個人負担1千円（年間）

☆ 家庭で子どもの教育に悩んだときは？

志布志市教育委員会生涯学習課（社会教育主事、社会教育指導員）

TEL 472-1111（内線335～337）

PTAすくすくライン（県PTA連合会）

TEL 099-251-0309

☆ 不登校やいじめ等、子どもの学校生活で悩んだときは？

志布志市教育委員会学校教育課（指導主事）

TEL 472-1111（内線322～324）

☆ 子ども会活動の進め方や青少年育成活動については？

志布志市教育委員会生涯学習課（社会教育主事、社会教育係）

TEL 472-1111（内線335～337）

☆ 子育ての悩みや不安に関する相談は？

志布志市子育て支援センター「はぐくみランド」

TEL 472-8993

☆ スポーツ少年団等スポーツに関する問い合わせは？

志布志市教育委員会生涯学習課（生涯スポーツ係）

TEL 472-1111（内線331・332）

☆ 文化財に関する問い合わせは？

志布志市教育委員会生涯学習課（文化財管理室）

TEL 472-1111（内線340・343）





家庭教育学級等で活用してみませんか

「志布志市まちづくり出前講座」の紹介（抜粋）

講座名	内 容	対象
「市報しぶし」が手元に届くまで	毎月発行される「市報しぶし」。取材方法や記事の書き方、レイアウトの仕方等、市報が出来上がる工程を分かりやすくお話します。	大人
知りたい！「性の多様性（LGBTQ）」	多様な性、ジェンダーの問題について分かりやすくお話します。	大人
共に生きる外国人	外国人も安心して生活できる地域づくりについて一緒に考えてみましょう。	小中高・大人
「DV」について	DVの内容、メカニズム、支援方法等の内容をお話します。	大人
どうする？人口減少問題	「地方創生とは？」「人口が減るとどうなる？」志布志市の将来について、みなさんも考えてみませんか。	大人
守ろう！わたしの消費生活	悪質商法から身を守る方法、食品、製品の安全等について分かりやすくお話します。	小中高・大人
我が市の観光施策について	本市の観光動向の現状及び観光施策について、お話します。	大人
災害から身を守る ^{注1}	防火の講話や映画、避難訓練の実技指導を行います。	小中高・大人
一歩踏み出そう、SDGs	国連が定めた「持続可能な開発目標」であるSDGs。私たちにできることを考えます。	大人
税を知ろう	税金の仕組み、種類、特に市税についてお話します。	小中高・大人
あなたの大切な一票	選挙の仕組みや選挙管理委員会の仕事について、お話します。	小中高・大人
ゲートキーパーってなあに？	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴く等、見守る人になれるよう、ストレスや心のサイン、対処法等についてお話します。	大人
子育て応援	子どもの育ち、親の育ち、子育て等の不安をどう解消するかについて、お話します。	大人
これだけは知っておきたい！かごしま国体	2023年10月に開催される特別国民体育大会・特別全国障害者スポーツ大会の説明や競技（ボッチャ）の体験を行います。	大人
水道水ができるまで	私たちが飲んでいる水道水はどこから、どのように作られているのでしょうか・・・	小中高・大人
志布志の歴史に親しむ	ご希望のテーマにそって、志布志の歴史や文化財を分かりやすくお話します。（バス利用可）	小中高・大人
図書館へ行こう	市立図書館の利用方法や活動について、お話します。	小中高・大人
今必要な子育て講座	家庭での具体的な子育ての仕方等について、お話します。	大人
人権教育学習講座（ひまわり）	身近な人権問題とは何か、解決に向けて等、人権問題について基礎から学習します。	大人
青少年の健全育成 ^{注2}	本市の街頭補導の状況と非行防止について、お話します。	大人
子どもたちの安全対策 ^{注2}	子どもたちの安全対策等、地域での取組の方法についてお話します。	大人

※ 志布志市まちづくり出前講座とは、メニューの中から、みなさまのリクエストに応じて市役所の職員等が皆様の所へお伺いしてお話します。（無料）上記以外にも講座は開設しています。詳しい内容については、教育委員会生涯学習課までご相談ください。

※ 申込み先 教育委員会 生涯学習課 Tel472-1111
 注1 志布志消防署 Tel472-0119
 注2 志布志警察署生活安全係 Tel472-0110



情報を活用してくださいね

※ 次のQRコードで検索できます。

■ 休日当番医・夜間救急などの問い合わせ先



■ 家庭教育・子育て情報などは、志布志市・鹿児島県教育委員会のホームページをご覧ください。

★ 志布志市ホームページ



★ 鹿児島県家庭教育ナビ



■ 青少年育成などの情報

★ 家庭の日（毎月第3日曜日）



★ 青少年育成の日（毎月第3土曜日）



★ 育児の日（毎月19日）



★ 子どもと一緒に読書の日（毎月23日）



★ 総務省～インターネットトラブル事例集（2023年版）～ 挿入



もっと子どもたちに運動をさせよう



1 運動・スポーツのきっかけづくりが必要

体力向上の取り組みには、まずは幼少期の子どもが活動的な生活習慣を身に付けるためのきっかけづくりや、外遊びや運動・スポーツの時間、仲間、空間（場所）を取り戻すための「場・しかけ」が必要となります。

スポーツに親しむきっかけづくりの場の提供を目的として、総合型地域スポーツクラブの「**レインボー424 スポーツクラブ**」(入会金、年会費、月会費が必要)が小学生向けのプログラム(マット運動や跳び箱、陸上、水泳、ダンス、ハンドボール等)を開催しますので、詳しくは、レインボー424 スポーツクラブ事務局(志布志運動公園体育館内)(478-9100)にお問い合わせください。



クラブ HP



公式 LINE



Facebook



RAINBOW.424SC

スポーツ教室

名称	対象	場所	日程
キッズスポーツ 元気塾	小学生以下	香月小学校体育館	毎週土曜(第2土曜以外) 10時~11時
		有明小学校体育館	毎週土曜(第2土曜以外) 13時30分~14時30分
キッズダンス	小・中学生	志布志運動公園武道館	毎週土曜(第2土曜以外) 14時30分~15時30分
ハンドボール (基礎コース)	小・中学生	※志布志運動公園体育館	毎週土曜 17時~20時
ハンドボール (育成コース)	小・中学生	※志布志運動公園体育館	毎週土曜 14時~17時
バドミントン	小・中学生	※志布志運動公園体育館	毎週水曜 18時~20時
陸上教室 (中・長距離)	中学生	志布志運動公園陸上競技場	毎週2回 月・水曜 17時30分~19時

※体育館改修工事のため、9月までは有明体育館

短期教室・イベント

名称	対象	場所	日程
キッズ ティーボール	小学校 低学年以下	※志布志運動公園体育館	毎週火曜 18時30分~20時 (1クール6回×3クール)
ジュニア 陸上教室	小学生	城山運動公園陸上競技場	5~7月の土曜 計8回 10時~11時
ジュニア 水泳教室	小学生	有明 B & G プール	7月 計8回 18時~19時30分
トランポリン体 験会	3歳~大人	有明体育館	毎月第3土曜(2コマ) ①10時~11時 ②11時~12時



親子で運動する習慣を

○ 体力低下の原因と体力低下がもたらす事態

志布志市体力向上推進アドバイザー 鹿児島県立短期大学 與儀 幸朝 教授より

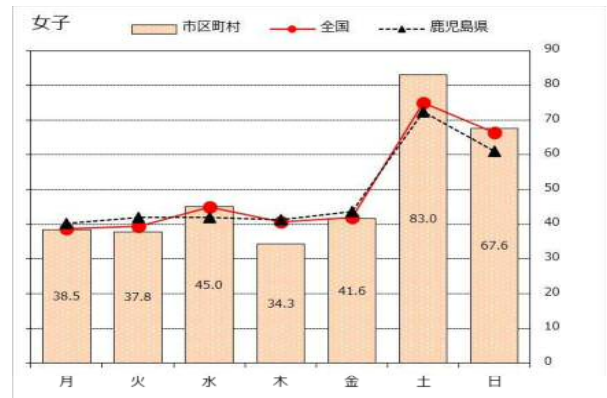
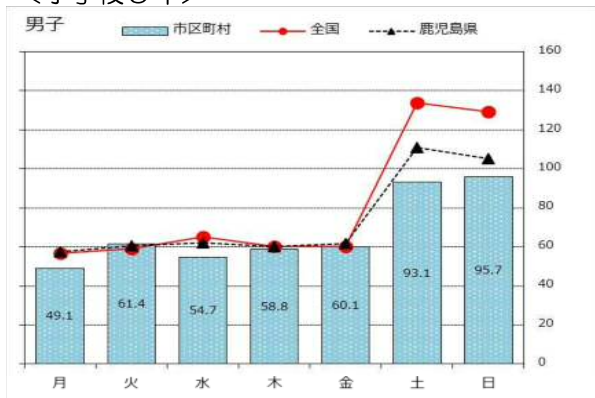
子どもの体力低下の原因は、保護者をはじめとする国民の意識の中で、外遊びやスポーツの重要性を学力の状況と比べ軽視する傾向が進んだことにあります。

また、生活の利便化や生活様式の変化は、日常生活における身体を動かす機会の減少を招いています。子どもの体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながり、生活習慣病の増加やストレスに対する抵抗力の低下などを引き起こすことが懸念され、**社会全体の活力が失われるという事態**に発展しかねません。

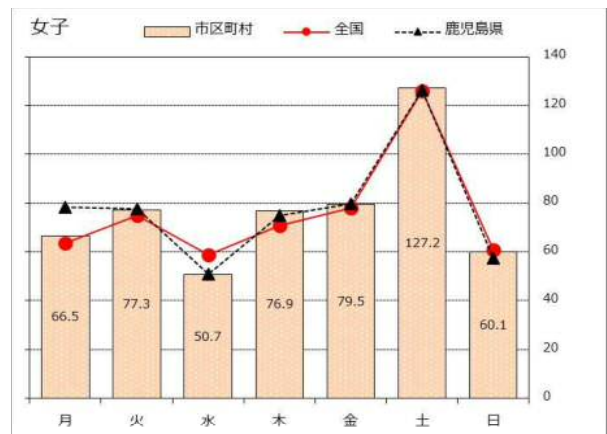
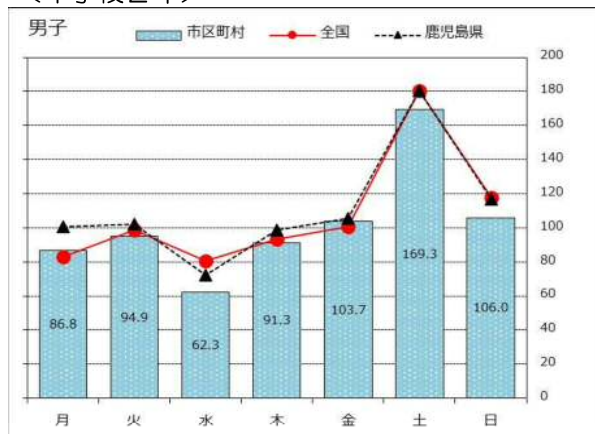
【令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査より】

Q 学校の体育の授業以外で、1日にどのくらいの時間、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをしていますか。

<小学校5年>



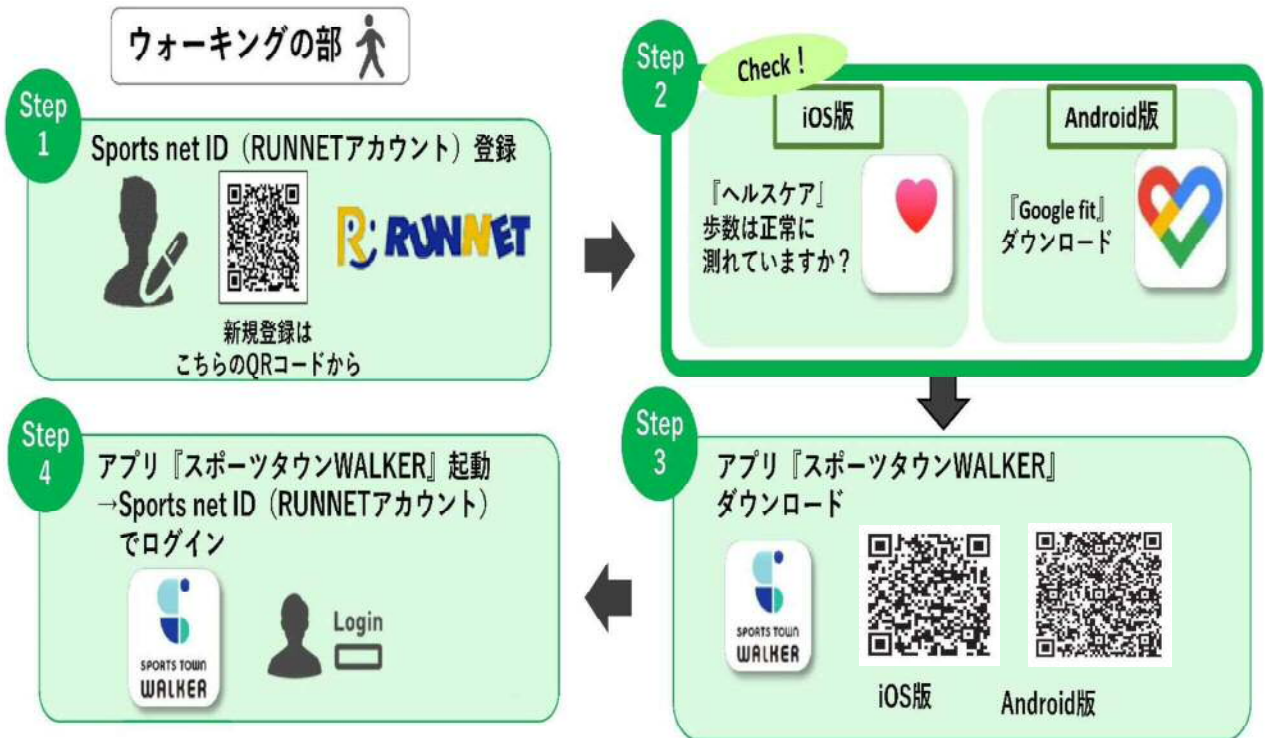
<中学校2年>



小・中学校女子は、ほぼ全国並みです。小・中学校男女は、平日はほぼ全国並みですが、土日は下回っています。

2 アプリを活用してウォーキングを楽しもう！

「スポーツタウンウォーカー」のアプリでは、歩いた歩数の全国個人ランキングや志布志市内個人ランキングが確認できます。ランキングは毎日更新され、歩くモチベーションが継続されます！また、オンラインイベントが開催され、抽選でプレゼントがもらえるイベントもあります。アプリをダウンロードして、ウォーキングを楽しみましょう！！



毎日の歩いた歩数と距離が表示されるよ。(今日の歩数と距離は?)



歩いた距離に応じて、キャラクターが成長するよ。(ドキドキ、ワクワク!)

令和5年度 志布志市学校情報（校長・教頭氏名）

	学校名	電話番号 FAX番号	所在地	校長氏名 教頭氏名
小 学 校	松山小	487-2004 487-2432	〒899-7601 松山町新橋1502番地	友生 雅夫 牧山 隆志
	泰野小	487-8159 487-9104	〒899-7602 松山町泰野3743番地	飛松 正文 川野 俊一
	尾野見小	487-8615 487-9109	〒899-7603 松山町尾野見36番地1	宗岡 克英 壽 さゆり
	志布志小	472-1229 473-2517	〒899-7102 志布志町帖6390番地3	池之上 敬一 福 健一郎
	香月小	472-0246 473-2516	〒899-7104 志布志町安楽188番地	村岡 和志 上江洲 照男
	潤ヶ野小	479-1314 479-2063	〒899-7102 志布志町帖10638番地	川久保 浩史 中島 礼子
	安楽小	472-1426 473-2515	〒899-7104 志布志町安楽1768番地1	横峯 健 川上 淳一
	田之浦小	479-1618 479-2100	〒899-7212 志布志町田之浦2019番地2	川邊 真人 濱田 雅勝
	森山小	479-1616 479-2165	〒899-7211 志布志町内之倉1642番地2	富吉 省子 今原 一成
	伊崎田小	474-0624 474-0256	〒899-7401 有明町伊崎田8845番地1	大山 昭二 下藪 誠也
	蓬原小	475-0102 475-0236	〒899-7503 有明町蓬原815番地	西留 敦朗 宮脇 達広
	野神小	475-0002 475-0020	〒899-7512 有明町野神3139番地	田畑 悦郎 米田 裕子
	有明小	474-0006 474-0013	〒899-7402 有明町野井倉1182番地	岩屋 高広 夏越 伸一
	通山小	477-0555 477-0045	〒899-7402 有明町野井倉8304番地4	中村 英次 上村 圭祐
	原田小	475-0004 475-0043	〒899-7511 有明町原田529番地2	若松 剛志 岩井 千佳子
山重小	475-0055 475-0087	〒899-7513 有明町山重10873番地2	川崎 正 峯崎 修平	
中 学 校	松山中	487-8158 487-8041	〒899-7602 松山町泰野3870番地	岡元 次郎 地徳 友美
	志布志中	472-1357 473-1099	〒899-7102 志布志町帖3389番地	青山 智宏 松本 洋也
	有明中	474-0011 474-2333	〒899-7402 有明町野井倉1582番地	勝田 隆志 有園 正直
	宇都中	475-0115 475-2392	〒899-7511 有明町原田2256番地1	立和田 俊郎 八木 勇治
	伊崎田中	474-0623 474-2130	〒899-7401 有明町伊崎田8866番地	福永 洋治 黒木 彰仁

※ この名簿は、令和5年4月1日現在の名簿です。


2つの「9時オフ」を守りましょう


大隅P連発「守ります！9時オフ」


大隅地域PTA連絡会（大隅P連）では、子どもを取り巻く携帯電話・スマートフォン、ゲーム機等の電子機器から子どもを守るために、次のような提言をしています。われわれ保護者の責任として、是非、このことを守ってほしいと思います。


大隅P連「守ります！9時オフ。」

- ① 子どもを守る責任は保護者にあることを自覚し、家庭での情報モラル教育に努めます。
- ② 子どもの心と身体を守るために、利用するときはルールやマナーを守らせます。
- ③ 家庭でのルール作りを推進します。




志布志市PTA連絡協議会（市P連）として

- ・ 情報モラル教室等に参加して、われわれ大人も学びます。
- ・ 夜9時以降は、電子機器の使用をさせないようにします。
- ・ 家庭でルールを作り、過度な使用をさせません。



【「守ります！9時オフ」（大隅地域PTA連絡会 平成27年度～）】



こんしんかい
夜の懇親会、

志布志市は、「スマホ・ゲーム」も、
「子どもの夜の懇親会等への参加」も「9時オフ」で！

子どもは9時

までには帰宅させましょう。


◎ 楽しい夜の懇親会、興奮して帰ってきた子どもは、なかなか寝付けません。
また、眠っているようでも、脳が休めていない「浅い眠り」になっているそうです・・・

睡眠不足や「浅い眠り」だと、

- ① 成長ホルモンが十分出ず、強い体を作れません。
- ② 免疫機能が下がり、体調を崩しやすくなります。
- ③ 学んだ知識や運動技能が定着しにくくなります。
- ④ 脳が休息を取れません。

→ 翌日は、「あくび・いねむり」「意欲の低下」「登校しぶり」・・・

学校・学年・学級レク
や、少年団・部活動後の
懇親会、長くならないよ
うに気をつけてね。



P
T
A
志
布
志
市

【「夜の懇親会 9時オフ」（志布志市PTA連絡協議会 平成29年度～）】

どの人権課題を学んでみたいですか

【身の周りの人権課題】

課 題	内 容
女 性	<ul style="list-style-type: none"> ・ 固定的な性別役割分担意識（「〇〇は女性の役目」） ・ DV（ドメスティックバイオレンス）等、女性への暴力
子ども	<ul style="list-style-type: none"> ・ 児童虐待（暴力、ネグレクト等）、いじめ、体罰 ・ 子どもの意見を無視
高齢者	<ul style="list-style-type: none"> ・ 身体的、精神的な虐待 ・ 財産権の侵害（オレオレ詐欺など）
障がい者	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各種障害や障がい者自身に対する理解不足 ・ 雇用、就労の場の不足
同和問題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 就職、結婚差別（身元調査など） ・ えせ同和行為（同和問題を利用した詐欺行為など）
外国人	<ul style="list-style-type: none"> ・ 異なる文化に対する理解不足 ・ ヘイトスピーチ（出身国による差別）
H I V感染者等	<ul style="list-style-type: none"> ・ H I V感染症等に対する理解不足（職場の解雇等）
ハンセン病患者・元患者等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 患者・元患者に対する根強い偏見 ・ ハンセン病に対する知識や理解の不足
犯罪被害者等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 行き過ぎた取材や報道による生活侵害（二次被害）
インターネット等による人権侵害	<ul style="list-style-type: none"> ・ ネット上での誹謗中傷、差別的発言 ・ 出会い系サイト等が、犯罪誘発の場になっていること
北朝鮮当局による拉致問題等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 北朝鮮当局が問題解決に向けた具体的行動をとらないこと
性的指向・性自認	<ul style="list-style-type: none"> ・ それぞれのセクシュアリティが尊重される社会へ



【人権に関する主な週間・月間や記念日等】

月	記念日等
4月	世界自閉症啓発デー(4/2)
	発達障害啓発週間(4/2～4/8)
5月	児童福祉週間(5/5～5/11)
6月	男女雇用機会均等月間
	人権擁護委員の日(6/1)
	HIV検査普及週間(6/1～6/7)
	らい予防法による被害者の名誉回復及び追悼の日(6/22)
	国の男女共同参画週間(6/23～6/29)
	ハンセン病問題を正しく理解する週間(6/22を含む日曜日から1週間)
7月	県の男女共同参画週間(7/25～7/31)
8月	全国一斉「子どもの人権110番」強化週間(8/27～9/2)
9月	障害者雇用支援月間
	自殺予防週間(9/10～9/16)
	老人の日(9/15)
	老人週間(9/15～9/21)
	世界アルツハイマーデー(9/21)

月	記念日等
10月	精神保健福祉普及運動
	国際高齢者デー(10/1)
11月	児童虐待防止推進月間
	女性に対する暴力をなくす運動(11/12～11/25)
	鹿児島レッドリボン月間(11/16～12/15)
	女性に対する暴力撤廃の国際デー(11/25)
12月	犯罪被害者週間(11/25～12/1)
	世界エイズデー(12/1)
	障害者週間(12/3～12/9)
	人権週間(12/4～12/10)
	人権デー(12/10)
	北朝鮮人権侵害問題啓発週間(12/10～12/16)
2月	サイバーセキュリティ月間(2/1～3/18)
3月	自殺対策強化月間



人権って なんだろう





人権とは

人権とは、私たちが、社会において幸せに生活するために必要な、大切な権利です。この権利は、国の根本を定めている日本国憲法によって、全ての国民に保障されています。

こうした人権の保障の背景には、20世紀に、世界を巻き込んだ戦争が二度も起こり、特に第二次世界大戦中には、特定の人種の迫害、大量虐殺など、人権の侵害や抑圧が起きたことがあり、そのようなことを繰り返さないよう国際社会では、1948年(昭和23年)に国際連合総会において、「世界人権宣言」が採択されました。

私たちは、他人の基本的な人権をお互いに尊重し合うとともに、それを自分たちの手で大切に守り育てていかなければなりません。ちよつと難しいように感じるかもしれませんが、そんなことはありません。

人権を大切にすること、これは、「命を大切にすること」や「みんなと仲良くすること」です。お互いに相手の立場を考え、思いやりの気持ちを持って相手に接する心が大切です。それが人権を尊重することになります。

- 障害のあることや外国人であることなどを理由に差別や不当な扱いを受けていませんか
- 学校やクラブ活動などでいじめや体罰を受けていませんか
- 家庭で暴力を振るわれたり、つらい目にあわされるなどの虐待を受けていませんか
- 性別を理由に不当な扱いを受けていませんか
- こんなとき、人権が侵害されている可能性があります
- インターネット上に悪口や他人に知られたくないことを書かれていませんか

※ 出典：法務省ウェブサイト「人権って何だろう」

(<https://www.moj.go.jp/content/001291185.pdf>) を加工して作成

※ 主な行事予定（令和5年4月1日現在）

月	日	曜日	行 事
4	6	木	入学式（小・中学校）
	29	土	お釈迦まつり
5	16	火	社会教育委員の会議兼公民館運営審議会（文化会館）
	13	土	J A C Oクラブ総会（文化会館）
	20	土	P T A連絡協議会総会（文化会館）
6	17	土	志学教室（開講式）※ 年15回開催
	22	木	青少年育成市民会議（文化会館）
7	1	土	キラリ輝く「しゅしゅ子」育成講演会（青少年育成）（やっちくふれあいセンター）
	24	月	リーダー研修（～25日：青島青少年自然の家）
	29	土	子どもフェスティバル（文化会館）
	30	日	青少年ふるさと美化活動（～9月中旬：県下全域）
8	1	火	志布志みなとサッカーフェスティバル（～12日：しおかぜ公園等）
	8	火	イングリッシュキャンプ（～10日：霧島自然ふれあいセンター）
10	12	木	「燃ゆる感動かごしま国体」サッカー競技（～15日：志布志運動公園陸上競技場・しおかぜ公園）
	25	水	社会教育委員の会議兼公民館運営審議会（文化会館）
	28	土	キラリ輝く「しゅしゅ子」育成講演会（特別支援教育）（文化会館）
11	29	日	総合芸術祭（文化会館）
	11	土	やっちく松山藩秋の陣まつり（～12日：城山総合公園）
	19	日	かごしま方言フェスティバル（文化会館）
12	3	日	ANYTHING GOES FESTIVAL
	24	日	創年市民大学クリスマスコンサート（文化会館）
1	4	木	はたちの集い～20th Ceremony～（文化会館）
	8	月	志布志ジョガー駅伝競走大会（志布志運動公園陸上競技場）
	28	日	青少年音楽祭（文化会館）
2	17	土	志学教室（閉講式）
	17	土	県下一周市郡対抗駅伝競走大会地元通過（20日地元通過）
	25	日	生涯学習フェスティバル（文化会館）
3		火	卒業式（中学校）未定
	22	金	卒業式（小学校）

※ あなたの学校（幼稚園）の主な行事予定

月	日	曜日	行 事

「志」の誓いを、志布志市で

ここ志布志市は、青い海と緑の大地に恵まれた素晴らしいふるさとです。

その昔、この地を訪れた天智天皇が、「志」篤き里人にいたく感激され、この地を「志布志」と命名されたと伝えられています。

その「志」篤き里人の子孫である私たちは、先人が誇りをもって脈々と紡いできた「志」の心を市民の基本理念として、市民憲章にあらわされています。

「志」とは、自ら生きる目標を心に決めて目指すことであり、人や地域のために尽くそうとする心です。そして、世の中全体のために奉仕する心につながっていきます。

私たちは、先人が築いた歴史や文化を引き継ぎ、「高い目標や夢」と「慈愛の精神」をもち、市民一人ひとりがそれぞれの役割を担い、子どもといっしょに「志」を誓い、「志」あふれる志布志市を築いていきましょう。

【志布志市 市民憲章】（一部抜粋）

私たち志布志市民は

- し 自然に親しみ、ふるさとを愛し
- ぶ 文化の香り高い先人の叡智えいちに学び
- し 幸せと平和を求め

“こころざし”あふれるまちを創ります



◎志布志市章（平成18年1月1日制定）

志布志の「S」を図案化し、未来に向かって行く活気のある住民を感嘆符に見立て、右には豊かな自然の恵みにあふれた大地を、左には志布志湾を表し、誰もが住みよい、住み続けたいやすらぎとにぎわいの町を意味しています。



【志のシンボルマーク】
（平成20年4月24日制定）



【市の花「ひまわり」】
（平成19年1月1日制定）



【市の木「びろう」】
（平成19年1月1日制定）



志布志市教育委員会