

先輩ママの子育てたまたまはこ⁺

高橋恵子

Keiko Takahashi



『Boon-gate』のPDF作品を ご覧いただく前に…

操作について

- 作品の多くは「もくじ」のページで、進みたいページの項目を押せば、そのページまでジャンプし、また、ジャンプしたページのタイトルを押せば、目次のページに戻るよう設定しております。
- 直前に開いていたページに戻るには、画面上の「◀」ボタンで、直前に開いていたページに戻ります。

読み方いろいろ

- 通常は画面の「倍率」が100%前後になっていますが、「倍率」を150%まで高めると文字が読みやすい大きさになります。
- 通常は「見開きページ」で設定されていますが、「単一ページ」にすると読みやすく感じます。
- 読み進めるときは、「十字キー」を使用すると手軽です。
- 「サムネイル機能」を使用して読み進めると、2～3頁からとばし読みするのに便利です。
- 頁を「回転」させることが可能です。地図などを拡大して見るときに便利です。

http://www.bungeisha.com/PDF_is/05-top1.html でPDF作品についての説明を致しております。ご参照ください。

高橋恵子

Keiko Takahashi



先輩ママの
子育てたまたまはこ

はじめに

私がか子どもの頃は『十年ひと昔』と言って時間がゆっくり流れていたような気がします。それに比べて、今は『一年ひと昔』でしょうか。いや、もつと速いかもしれません。

日々、技術は進歩し、目まぐるしい発展を遂げています。物は豊かで、街にはあふれています。

でも人々は、本当に幸せなのでしょうか。最近のニュースを耳にする度に考えてしまいます。

『不易流行』という言葉があります。時代と共に変化しなければならぬこともあります。が、いつの時代でも変わってはいけないものもあるのではないのでしょうか。今の日本は変わってはいけないもので、変わってしまったように思います。

私は今まで歩んできた人生の中で、多くのことを学んできました。子どもとして、教師として、妻として、母として、そして人としていろいろな経験をしてきました。出会った数多くの方から教えていただいたことは、全て私の財産となっています。

私が学んだことの中には、どんな時代にも通用することがたくさん含まれています。

『不易』に当たる部分です。人との関わりで大切にしなければならぬことは、相手を思いやる心だと思っています。いつの時代でもそれは変わりません。子どもとの接し方など特にそう思います。

今回、五十音順にそれらを書き出してみました。自分の半生をさらけ出すようで恥ずかしい思いもありますが、この本が少しでもお役に立てれば幸いです。

子育ては人を育てるといふ責任重大な仕事ですが、お子さんの成長を喜び、楽しみながらやってほしいと思います。子育て中のパパ・ママ、頑張れ！

高橋 恵子

先輩ママの子育てたまたまはこ

□□□もくじ□□□

はじめに………3

| | | |
|----|---|--|
| あ行 | あ | 朝ごはんは午前中のエネルギー……………12 |
| | あ | <small>あいさつ</small> 挨拶は心と心をつなぐ懸け橋……………14 |
| | い | 命の大切さをわかる子に……………16 |
| | う | 美しいものを美しいと感じる心を……………18 |
| | え | 栄養は子どもの成長に合ったものを……………20 |
| | お | お小遣いは家庭ごとに違って当たり前……………22 |
| か行 | か | 考える力を育てよう……………24 |

さ行

| | | |
|---|------------------------------|----|
| き | 聞き上手は、子どもの能力を高める…………… | 27 |
| き | 気にしないでいられる対処法を見つけてよう…………… | 30 |
| く | 口で言うより優る『抱っこ』の愛…………… | 33 |
| く | 工夫のある家庭学習は子どもの能力を伸ばす…………… | 37 |
| け | 元気に登校できるのが一番…………… | 42 |
| こ | 公共の場でのふるまい方は小さいときから教えよう…………… | 45 |
| こ | 子どもの気持ちは体の状態に表れる…………… | 49 |
| さ | 産後一ヶ月の奥さんには夫の愛情が一番…………… | 52 |
| し | 躰は「つ」の付くうちに…………… | 55 |
| し | 食育は子どもを健全な大人へと導くもの…………… | 57 |
| す | 好きなことは、子どもを動かす原動力…………… | 61 |
| せ | 性教育は科学的に理路整然と…………… | 64 |
| せ | 性教育の基本は生命の大切さ…………… | 70 |
| せ | 成長の喜びをお祝いしよう…………… | 73 |
| そ | 相談をうまく使って子育てをしよう…………… | 75 |

| | | |
|---|-----------------------|----|
| た | 体験は頭で理解するより身に付く…………… | 77 |
| た | 食べ物が体や心（精神）を作る…………… | 80 |
| ち | チューリップの歌は本当は人間の歌…………… | 83 |
| つ | 強い意志をもてる子に…………… | 85 |
| て | テストは点数ではなく中身が大事…………… | 88 |
| て | 添加物の現状にもっと目を向けよう…………… | 91 |
| と | 友達は子どもの財産…………… | 95 |

| | | |
|---|-------------------------|-----|
| な | 泣いても魔法は使えません…………… | 99 |
| な | 何事もゼロからの努力を認めよう…………… | 101 |
| に | 日本文化を伝えよう…………… | 104 |
| に | ニュース番組を親子で見よう…………… | 107 |
| ぬ | 「盗みは犯罪」と小さい頃から教えよう…………… | 110 |
| ね | 寝る子は育つ、睡眠は親にも子にも大事…………… | 113 |
| の | 脳の発達時期を意識させて学習させよう…………… | 115 |
| の | 飲み物は甘くないものを与えよう…………… | 118 |

は行

- は 歯の形が必要な食べ物を教えている……………120
- は 腹が立ったら、三十数えよう……………124
- ひ 人があきれる話に子育てのヒントあり……………125
- ふ 夫婦で話し合い、よりよい子育てを……………129
- へ 平和教育を家庭でも！……………131
- ほ 本人のやる気次第だよ、お母さん……………134

ま行

- ま 真似されるのは、素晴らしいことの証……………137
- み 「みる」とは多くのことを含む……………140
- む 「無」から「有」を創造する活動は素晴らしい……………141
- め 目の高さを意識しよう……………144
- も ものの見方はいろいろな角度から……………146
- も もったいないと感じる子に育てよう……………148
- や やる気を出させる言葉が一番うれしい……………150
- ゆ 夢のある子に育てよう……………153

ら行

よ 読み聞かせは子どもへの愛のプレゼント……………156

ら ランドセル(物)への思いを大切に……………159

り 理由をまず最初に聞いてあげよう……………161

る ルールを守る大切さを教えよう……………164

れ レジで支払うまでは、お店の商品……………166

ろ ローマは一日にして成らず、子育ても日々の積み重ねが大事……………168

わ・を・ん

わ 「私一人ぐらい」から、「私一人でも」へ……………171

を 「を」の使い方は、小さい頃からしっかりと……………173

ん 「ん」のつく野菜は冬が旬……………175

ん 「んー」と考える余裕を大切に……………178

先輩ママの子育てたまたまばい

あ

☆☆☆☆☆☆☆☆

朝ごはんは午前中のエネルギー

電車に乗ったとき、ある学習塾の広告に、「朝ごはんは、学力の素」と書いてあるのが目に入りました。朝ごはんを食べている子どものほうが、テストの正解率が高いということです。「早寝・早起き・朝ごはん」は、脳の活性化を促すためという説明も書き添えてありました。

これを読んで、こんな当たり前のことが塾の広告になるほど、今のお父さん・お母さんたちは、子どもの成績だけに目がいつて、本来、親として一番やるべきことを忘れる傾向にあるのではないかと考えてしまいました。

学校で六年生の担任をしている友人が、朝からぼうつとしている子が多いので、朝食を食べてきたか尋ねたそうです。食べてこない子が数人、食べてきたと言っている子の中には、パンだけという子もいて驚いたそうです。

「これでは、勉強する気が起きないのは当然よね」と話してくれました。勉強以前の問題がありそうです。

私も担任をしているときに、朝食抜きのため、お腹がすぎ過ぎて気持ちが悪くなる子や授業にまったく身が入らない子を見ることがありました。夏の水泳指導の時期には、プールの中で倒れたら命取りになることもあるので、

「朝食を食べてこない場合は、プールに入れません」と、朝食の必要性について力説したこともあります。

「早寝・早起き・朝ごはん」が午前中の活動力・集中力などを決めると言っても過言ではありません。

子どもに学校でしっかり勉強してほしいと思ったら、まずお父さん・お母さん自身ができることを見つけてみてください。

あ

☆☆☆☆☆☆☆☆

挨拶あいさつは心と心を結ぶ懸け橋

どこかで見かけた挨拶の標語です。これを見たとき、その通りだと思いました。しかし、最近は、挨拶もろくにできない大人が増えているようです。会社で仕事をしている友人が、

「この頃の新入社員には、仕事の仕方を教えるだけでなく、挨拶の仕方も教えなければならないのよ。親に教わっていないのかしら」と、ほやいていました。顔を合わせても挨拶すらしないなんて世の中がぎくしゃくするはずです。

挨拶のできる子にするには、親が日頃からやって見せることだと思います。お世話になった人に会ったとき、親が、

「こんにちは。この間はどうもありがとう。助かったわ」

と言っている姿を見て、子どもは挨拶の仕方を覚えていくのです。子どもが人に会ったと

き、

「こんにちは」

と言えたら、たくさんほめてあげてください。進んで挨拶をしようという気持ちになると
思います。繰り返し行うことで、自然に身に付いていくことでしよう。

挨拶というと、「おはようございます」「こんにちは」「こんばんは」を思い浮かべます
が、「ありがとう」「ごめんなさい」「すみません」「失礼します」「おやすみなさい」など、
いろいろあるものです。

大人も子どももこれらを上手に使って、よりよい人間関係を築けるようになるといいで
すね。

い



命の大切さをわかる子に

日本は、今、戦争中でもないのに、毎日のように殺人事件が起こっています。それも、親が子を、子が親を殺すような事件が跡を絶ちません。

また、社会的な問題も背景にあるのですが、自殺する人も相当います。

どの人の命も尊いものです。せつかくこの世に生まれてきたのだから、その命を大切にしなければならぬと思います。親は子どもにこのことをしっかり教える必要があると思います。

無事に生まれてくるということは、大変なことです。妊娠しても、途中でどんなことがあるかわかりません。私の知人の中にも流産や死産の経験者がいて、その経験を思うと胸が痛くなります。いろいろな危機を乗り越えて無事に生まれ、その後の危機も乗り越えてきたから、今、生きていると考えると、生きていることのありがたさがわかります。

私が子どもの頃、母に、

「あなたがお腹に入った頃、妊娠とはわからず、体調が変で病院に行ったのよ。すると、『子宮が倒れていて妊娠しにくくなっているから、すぐ手術をして治しましょう』とお医者さんに言われたの。家に帰ってお父さんやおばさんたちに相談すると、手術なんて大変なことを一つの病院で決めず、いくつか病院に当たってみてはどうか、それでどの病院でも手術したほうがいいと言われたら、手術すればいいとアドバイスされたの。そこで、違う病院に行ったところ『おめでとうございます。妊娠です』と言われ、大変なことにならずにすんだのよ」

と、聞かされました。一つ目の病院で診断された通り母が手術をしていたら、私の命はそこで絶たれていたわけです。母が父やおばたちに相談して、よいアドバイスをしてもらったおかげで、私は母のお腹で生き続け、無事に生まれることができましたのです。

そう知ったとき、私は、この命を大切にしなければと強く思いました。今まで多くの人に出会い、いろいろなことを体験して幸せを感じることができてるのも、こうして生きていくからなのです。

う



美しいものを美しいと感じる心を！

勉強はある程度集中してやればできるようになりますが、心を育むことはすぐにはできません。小さいときから、風景・音楽・絵画・人の行為や気持ちなど、いろいろなものを通して、美しいと感じたり、思ったり、考えたりして育んでいくものだからです。どの子にも美しいものを美しいと感じる心をもってほしいと願っています。

美しい夕焼けを見て、何も感じない人はいないと思います。立ち止まって、しばらく見入ってしまう人はどれだけいるのでしょうか。大人が、子どもを立ち止まらせ、「見てごらん。きれいな夕焼けだね。あの色がなんとも言えないくらいきれいだねえ」と、語りかけることによって、子どもは夕焼け（美しいもの）の美しさを知るのだそうです。

人の優しさに触れたり、心が洗われるような出来事を見聞きしたりしたときは、子どもに話してあげるといいと思います。人の心の美しさを感じとる機会になるからです。心は

風景と違い見えません。見えないものは特にわかりにくいので、話す機会に恵まれたときは、ぜひお子さんに話してあげてください。

時間に追われ、忙しい毎日だからこそ、大人も子どもも美しいものを美しいとゆったりと感じる心のゆとりがほしいものですね。

え



栄養は子どもの成長に合ったものを

これは、私が教師になったばかりの頃、もうすぐ退職なさる先生に教えていただいたことです。ひとつの例として、次のような話をされました。

「母乳に栄養があることは知っているが、自分の胸が変形するのはいやだと思っている若い母親がいました。その母親は、母乳が出るのに粉ミルクで子どもを育てました。ところが、その後子どもの発育不良に悩むことになります。そこで、今までのことを振り返り、『あのとき、この子に母乳をあげなかったのがいけなかったのかもしれない』と反省して、すでに幼児になった子どもに母乳を飲ませようとしても、その母親から母乳はもう出ないでしょう。仮に飲ませられたとしても、栄養的には意味がないでしょう。母乳は、乳児が飲むから価値があるのです。つまり、子どもを育てるときは、その時期ごとに必要な栄養を与えなければ、健全に育たないということなのです」

この先生がおっしゃっていた「栄養」というのは、食べ物のことだけではありません。子どもが将来大人になったときに、一人で生きていける力の基礎になるもの（学力・体力・生活習慣・人間関係など）や親から受ける愛情や支援なども含めて言っているのです。初めて三年生を担任していた私に、三年生に必要な「栄養」に気付かせるために話してくださったのです。

当時、英才教育がもてはやされて、まだオムツのとれていない二歳くらいの子どもに『論語』を読ませるような教室がテレビで紹介されていました。

大人でもすぐ読めないような漢字を読むので、一見すごいと思われそうですが、私はその様子を見て、オムツがとれるように、親におしっこが出ることを知らせる訓練をするほうが先ではないかと思いました。

生後数ヶ月の赤ちゃん、五歳の幼児、小学校二年生と三人の子どもがいたとしたら、それぞれ違う「栄養」があるはずですよ。

目の前にいる自分の子どもに、今、身に付けさせなければならぬことはなんなのか、その子の成長段階を踏まえて考えることが大切です。

お



お小遣いは家庭ごとに違って当たり前

お小遣いについては、よくお母さんたちの間で話題になります。与え始める時期や金額がわからず、よその家庭の実情を知りたくなるようです。

私自身が小学生の頃は、何か買うときは母に、

「△△という理由で○○が必要だからお金をちょうだい」

と言うと、母が判断してお金を出してくれたので、あえてお小遣いをもらう必要はありませんでした。中学生になってからは、一定のお小遣いをもらいましたが、使わずにお年玉と同じように銀行に預けていたように記憶しています。母に言えば必要なものが買えたからでしょうか。

私が親になってからも、同じように子どもたちは必要なものがあると、母親である私に話してお金をもらって買っていました。また、私の父（子どもにとっては祖父）が、毎週日曜日には遊びに来ていて、子どもたちはお楽しみのように近くのお店で、好きなお菓子

などを買ってもらっていたので、お小遣いの必要性があまりない環境でした。

それぞれの家の事情や環境により、お小遣いの考え方は違っていいと思います。

毎月決まった金額のお小遣いを与えることは一理ありますが、与えれば金銭感覚が身に付くかという疑問が残ります。それを補うためにお父さんお母さんの給料日、お正月のお年玉、お金を使い過ぎて起きた事件など日常のいろいろな場面をうまく捉えて、お金の大切さに気付かせたり、計画的なお金の使い方を考えさせたりすることもあわせて行うとよいと思います。

子どもに対して何かさせるときは、漠然とさせるのではなく、このことを通して何を身に付けさせたいのか明確にしておくとうわかりやすいと思います。お小遣いも同じように考えてみてはいかがでしょう。

か



考える力を育てよう

以前、テレビで視聴者から寄せられた面白ビデオの番組を見たことがありました。その中の一つに次のようなものがありました。

まだ二歳くらいの子でしょうか。家具と家具のすき間に入ったものを取りたくて困っている、母親はそばに来て取ってあげるのではなく、

「頭を使いなさあーい」

と声をかけました。すると、その子はすき間に向かって急に頭を頭突きのようにして突っ込み始めました。すき間は狭かったのですが、もちろん頭は入りません。でも一所懸命、頭を使っているのです。

二歳くらいなので、母親の言葉を母親の意図するようには理解できていませんが、母親の言葉をしっかり聞いて行動している様子に思わず笑ってしまいました。

このビデオの場合は、その子のしたことは精一杯のことだったと思いますが、もう少し

年齢が上だったら、孫の手や物さしのような身の回りにあるもので、すき間に入る棒などを見つけてきて取り出したと思います。

大人が取ってあげるのは簡単なことですが、その子ができることなら、たとえ時間がかかってもしっかり自身にさせることが大切です。子どもはそういうことの繰り返しで、いろいろと身に付けていくからです。

私も、学校や家庭で、その子自身が考えてできることは、

「頭があるでしょう。頭を使いましょう」と声かけをしてきました。

子どもは、年齢が低ければ低いなりに、状況を判断し、そのとき考えられる最良の答えを出すものです。ですから、頭から無理と決めつけずに、考える時間を与えてみてください。年齢が高くなるにつれて、考える力が深まっていくのがわかると思います。よい考えを出したときには、

「すごいね。お母さんもそこまで考えつかなかったわ」

などとほめると、考えることが楽しくなって自分から進んで考えるようになります。また、「あなたが真剣に考えたことなら、お母さんもきつと賛成できると思うから考えてみてね」

と、子どもを信じた言葉かけをすると、無責任な考えはしなくなります。

親や教師は一子どもにつき添って生きていくわけにはいきません。親は先にいなくなり、子どもはいずれ大人になって一人で生きていかなければならないことを考えると、子ども自身ができることは少しでも多く身に付けさせてあげたいと思います。また、自分のことを自分で考えて決めるとか、どんなことに対しても、自分なりの考えがもてるなど、考える力もしっかりつけてほしいものです。

き



聞き上手は、子どもの能力を高める

子どもが小学生になると、いろいろな教科を学習するようになります。きちんと理解できているだろうか、先生の話は聞いているのだろうか、お家の方は気が気ではないと思います。帰って来た子どもをつかまえて、

「今日はどうだった？ 先生の話はちゃんと聞いていた？」

などと、矢継ぎばやに聞いたところで、子どもから完璧な答えが返ってくるはずはないので心配はつるばかり。何かしなくてはと、とりあえず市販のドリルなどを買ってやらせてみるというようなことはありませんか。

学校の様子を知りたかったら、担任の先生に聞くのが一番だと思いますが、学習の内容を理解しているかどうかだったら、お子さんにどんな学習をしてきたか話させるのがいいと思います。

以前、こんな話を聞いたことがあります。戦前の話でしょうか、昔の人の話です。

農家のお子さんで、両親は毎日働くことで忙しく、その子の勉強をみてあげることができなかった状態でした。でも、その子は大変優秀な成績を修めていたということです。なぜかという点、実は、毎日夜食のとき、その子はその日学習したことを両親に話していたのです。

人にわかるように説明するには、その人自身が完璧に理解していなければできないことです。ですから、その子は両親にわかるように説明するために、しっかり先生の話を聞いて理解していたのです。両親は、子どもの話を聞いて、自分たちが知らなかったことを知ると、知識が増えたと言って大変喜んでくれたということです。その子は、また明日も両親を喜ばそうと思って、学校の勉強をしっかりとやっていたそうです。

親が聞き上手になることで、子どもの知識が定着し理解力は伸びるものです。ただ現代では、おけいこ事があったり、テレビ視聴に時間をとられたりと、子ども自身が忙しく過ごしている状態です。ですから、一番楽しかった授業ひとつに絞って聞くのも一つの手だと思います。

他の人にわかるように話すということは、その授業内容を理解しておくことのほかに、

相手の反応を感じながら説明の度合いも変えていかなければなりません。話す場は、同時に今の人に足りないといわれているコミュニケーション能力を高める場にもなると思います。お子さんに話してもらった授業内容に対しては、必ずよかった点をほめ、次のやる気につなげてあげてください。

途中省略

本編はダウンロード時間短縮のため省略版でお届けしています。
途中省略なしの完全版をご希望の方は製品版をご「購読」ください。

著者プロフィール

高橋 恵子 (たかはし けいこ)

東京都出身

元公立小学校教諭。現在は専業主婦。一男一女の母。

家族は夫、娘、愛犬（パグ）。

手作り教材・掲示物のアイデアルーム「ぼけっと」を立ち上げ、身近な先生方に心温まる手作りの季節の掲示物などを提供している。

先輩ママの子育てたまたまばこ

2007年 8 月15日 電子出版発行

著 者 高橋 恵子
発 行 者 瓜谷 綱延
発 行 所 株式会社文芸社

〒160-0022 東京都新宿区新宿1-10-1
電話 03-5369-3060 (編集)
03-5369-2299 (販売)
<http://www.boon-gate.com>

© Keiko Takahashi 2007 Corded in Japan
ISBN978-4-286-03217-7

(文芸社発行の通常書籍(紙の本)については、全国書店でお尋ねいただくか、「文芸社ON-LINE」
サイト、<http://www.bungeisha.co.jp> を御参照ください。)

新 07.07.27 M.S.