

入学準備をしよう



11月、橋本市の各小学校で就学時健康診断が行われ、来年4月に入学をひかえた子どもたちとその保護者のみなさんが、参加されました。子どもたちは大きな校舎やいろんな教室を見て、ワクワクドキドキしたことでしょう。そして保護者の方々も、入学を待ち遠しく思う気持ちとともに、ちょっぴり不安も感じているのでは？

入学までのあと数か月、少しでも不安を解消しスムーズな学校生活をスタートできるよう、今からこころと体の準備を始めてみませんか？

こんなことから始めよう★

1.生活リズムを整えよう



まずは「早ね早起き朝ごはん」

入学準備としてまず始めてほしいことは、**生活リズムを整える**ことです。

毎日の生活リズムをつくるのに一番大切なことは、毎日決まった時間に起きること、朝日をあびること、そしてきちんと寝ること。

早ね早起きは子どもの「からだ」「こころ」「あたま」を育てるために、とても重要なことです。

元気に早起きして朝の光をあび、きちんと朝ごはんを食べること。簡単なことのように、最初は難しいかもしれませんが、今から少しずつ体をならしておきましょう。

元気にあいさつしてみよう

「おはよう」「いただきます」などの**あいさつ**も、生活リズムをつくることにつながっています。「今日はがんばるぞ!」「ごはんを食べよう!」といった気持ちの切りかえにつながるからです。

そして朝の元気なあいさつは、気持ちのいいものです。きっとお友だち作りにも役立ちますよ。

あいさつの習慣は家庭の中で身につけていきます。おうちのほうが子どもに元気にあいさつすることを、心がけてあげてください。



2.ちょっぴり練習しておこう



学校までの**通学路**を親子でいっしょに歩いて、信号のない交差点など危険な場所を確認し、安全な歩き方を身につけておきましょう。

小学校の**トイレ**は和式が多いので、おうちのトイレが洋式の子は、最初使い方がわからずに戸惑うこともあるようです。スーパーなどへの買い物の時間を利用して、和式トイレを体験させてあげておくと安心ですね。



3.いいとこ、見つけ

子どもの成長には個人差があります。

できていないことを気にするのではなく、今できていること、できるようになったことを見つけて、**まずほめてあげてください**。ささいなことでもかまいません。いいところを見つけてあげましょう。子どもはほめられたことが自信につながって、新しいことにチャレンジしていく力を育てます。

子どもにとって大切なのは、**自信と自分を大切にする力**です。

これから新しいステージに上がろうとしている子どもたちに、**たくさんほめて声をかけ、必要な力を育ててあげてください**。

みんなでつながろう!

～就学時健康診断時に～

橋本市家庭教育支援チームでは、来年入学を迎える新入生の就学時健康診断時に保護者向けの交流会を行っています。

入学を控えた保護者が集まり、就学に対する不安や悩みを語り合うことで、少しでもそれらを解消できればと思い開催しました。

また、これから6年間をともに過ごしていく子どもたちの保護者同士が顔見知りになることで、子どもの学校生活の安心や安全につながっていくと思います。



就学時健康診断ワークショップの様子
西部小学校(上) 鹿茸小学校(下)

