

テーマは「家庭と地域社会」ですが、家庭教育の最優先課題である「食事と時間」の検討からはじめ、「地域との関わり」そのための「コミュニケーション」を検討しました。

### 1. 食事と時間

子どもの生活リズムに合わせて、規則正しい食事の習慣を身につけましょう。

食事と睡眠は生命を維持するために不可欠なものです。子どもが育つプロセスで、バランスのとれた栄養と正しい生活リズムは、情緒の安定と思考力を身につけるための必要条件です。しかし、時間に追われる現代社会の親にとっては、これらを提供し確保することが大きな負担になっています。また、親の都合で無関心か神経質になりがちです。「家族が食卓を囲んで食事を楽しむ」ための知恵を、地域ぐるみで考えていく必要があります。

食に関して無関心な親の場合	食に関して神経質な親の場合
乳幼児期は完全に大人のペースになりやすい 学校給食のない土曜日・長期休業日の問題 (孤食が続くと食事に対する意欲がなくなる 食事代を渡すだけでは何を食べたかわからない)	情報に振り回されて思い込みの常識に縛られる 完璧な食事を作ることに自分を追い込む 極端な規制は友達との交遊に影響する
↓	↓
総菜店を利用してでも食事やお弁当を作る努力をしよう (お皿やお弁当箱に移し替えるだけでもよい)	栄養バランスは一週間のスパンで考える 外食を上手に利用して息抜きをしよう (食材やバランスにこだわった店もある)

### 2. 家庭と地域社会

- \* 子どもが小さい頃から親子で友達をたくさんつくることで、協力して子育てができます。
- \* 食生活を通じた交流をはかることで親近感が生まれ、子育ての苦労を共感したり、違いを発見したりしながら、それぞれの家の盲点(無関心・神経質)に気づくことができます。
- \* 家庭から地域へ子育ての場を広げ、各々の家庭に合わせた協力体制をつくります。
- \* 転居等に対する親の交流の機会として、PTAや自治会が孤立しやすい家庭に対して好意的にアプローチし、安心して地域に溶け込んでいける環境をつくります。



地域での協働の子育ては、公共支援や民間サービスと違い、お互いに心地よい距離を保つことが大切です。

### 3. 協力者を作るためのコミュニケーション

ネット社会は居ながらにしてスピーディーに情報を得たり、相手に自分の意志を伝えることができ、自分の都合を最優先にできるが、「相手の表情が見えない」「互いに声に出し合わない」ので、感情の伝達が未熟になり、実際に人と向かい合った時には個々に違う感性に対して強いストレスを感じてしまいます。

親子間のコミュニケーションの希薄化で、わが子との接し方がわからなくなってきました。

孤立しない子育ての基本は「言葉を交わす」「声に出してあいさつする」ことです。まず家庭で家族とあいさつすることが、地域コミュニケーションへの第一歩です。