

宮前っ子 子育てプラン

子どもの正しい生活リズムは親の責任

早起き 自主的・計画的に
勉強する子が育つ



早寝

朝ごはん

- 夜10時までには寝る
- 10時から成長ホルモンが出る。
- 10時より早朝の体調を良く調整する。

人生を成功に導く、必勝めし

東北大学脳科学研究所
川口麗次教授監修の朝ごはん



小1～3年生

【いよいよ小学生】

- 認めて、ほめて、育てよう
- 親が示そう、おもしろい!
- 親子で話そう! 学校生活
- 一緒にしよう、おうちの仕事
- 親子で楽しむ読書タイム
- 習字・習字の確立を!

小4～6年生

【これからが大切】

- 認めて、ほめて、育てよう
- 会話を増やそう、書き上手
- 親子で参加、地域の活動
- 親子で楽しむ読書タイム
- 家庭学習、目をかけて

中学生

【きちんと把握 子どもの姿】

- ルールやマナー! 示していき、社会の常識
- 親子で話そう、学校生活!
- 広げよう! 子どもと一緒に読書の広
- 学年×1冊! 1冊にしよう、夜間学習
- 地域に貢献! 子どもと一緒に、ボランティア

0・1・2歳児

【あなたは私の宝もの】

- 笑顔で育心、愛情の豊!
- 心とからだを、たっぷり!
- 苗の成長を、受けとめて!
- みんなちがってあたりまえ
- 子育ては、テレビ・スマホに、まかせない!

3・4・5歳児

【可能性いっぱい 夢いっぱい】

- いっぱい遊んで、たっぷり睡眠
- 親が手本だ、あいさつは!
- 「ありがとう」で、明るい笑顔
- 見守ろう! 心で応援、できるまで
- おやすみ前は、絵本タイムとスキンシップ!

「おはよう」

「こんにちは」「ありがとう」は

地域みんなのあいことば

**ケータイ・スマホ
宮前っ子 7つのルール**

1. 夜9時から朝7時までは、電源OFF
2. 充電器はリビングに!
3. 食事、入浴中、勉強中は使わない
4. 学校に持って行かない、行かせない
5. 直接言えないことを、メールやLINEで伝えない
6. 自分の自慢話や人の悪口を書き込まない
7. 友達の写真や動画は送信しない

作成/宮前地区子どもを育てる会 2015.3

東和中学校・宮前小学校・朝鮮初中級学校・杭ノ瀬保育所・宮前保育所・さつき保育所・宮前幼稚園・杭ノ瀬子ども会・安全パトロール隊
宮前地区連合自治会・公民館・民生児童委員協議会・保護司会連合会・少年補導委員会・人権委員会・防火委員会・社会福祉協議会・老人クラブ・婦人会