

中学校資料

家庭教育支援資料

- 1 親子のコミュニケーション
- 2 学習成績と進路
- 3 安全な生活（交通安全、不審者等）
- 4 携帯電話を中心としたメディアの活用
- 5 心の成長と家族
- 6 友人関係
- 7 言葉遣い
- 8 食生活
- 9 部活動
- 10 思春期の心と身体、異性と性
- 11 中学校入学生を持つ保護者の皆様へ

- ☐ 親子のコミュニケーション
- ☐ 中学校の学習と家庭学習の重要性
- ☐ 安全な生活（交通安全、不審者等）
- ☐ 携帯電話を中心としたメディアの必要性和危険性
- ☐ 心の成長と家族

家族の一員として自覚を持たせるには

家族について考えましょう

- ☐ 部活動
- ☐ 思春期の心と身体、異性と性

思春期の心と身体、異性と性

思春期の子どもの悩み、親はどうすれば・・・

1 思春期の特徴をよく理解し、お子様を温かく見守りましょう！！

青年期前期にあたる中学生という時期は、子どもが大人へと成長する過渡期で思春期といわれます。個人差はありますが、思春期の特徴は次のようにまとめられます。

心とからだの成長がアンバランスになりやすい時期です。

第二次性徴が始まり、からだの著しい変化に戸惑いながらも大人になっていく自分を自覚していく時期。その反面、大人の世界に入ろうとしているという不安、葛藤などで心理的に不安定になりやすい。

親離れが進む時期です。

親からの自立という心理的離乳が進む時期。親への依存度が減り、自分自身の考え、判断で行動しようとしそれを押さえられる反抗的な態度にでることがある。

思 春 期

自意識を高め、自分探しをはじめる時期です。

自分の心の中の世界に目を向けるようになり、自意識に目覚めてくる時期。周囲の仲間や大人と自分を比較し、望ましい、望ましくないと感じ、価値づけをするようになり、劣等感や自己嫌悪感を抱きやすい。このように「自分はどのような人間か？」と自分探しを始めるが、不安定な気持ちでいつも揺れ動いている。この心の不安は「自我の確立」を図っているからである。

2 学校から発信される「家庭教育支援資料」を積極的に活用し、子育てに生かしましょう！！

本研究会では、家庭教育支援に役立つものとして次の10の内容の資料を作成しました。お子様の入学後、学校側より各家庭に適宜配布されます。家庭教育の一助としてぜひご活用くださるようお願いいたします。

予想される子育ての悩み
10

- ①親子のコミュニケーション
- ②学習成績と進路
- ③安全な生活（交通安全・不審者等）
- ④携帯電話を中心としたメディアの活用
- ⑤心の成長と家族
- ⑥友人関係
- ⑦言葉遣い
- ⑧食生活
- ⑨部活動
- ⑩思春期の心と身体、異性と性



1. 親子のコミュニケーション

お子さんとの会話を大切に

家族団樂の場所や時間がありますか？

お子さんの好きな事。好きな食べ物。好きなタレントを知っていますか？

お子さんの将来について考え、話し合ったことがありますか？



中学生は思春期の真っ只中、心身が大きくゆれています。心や行動の変化を親としてしっかりつかんでおくことが大切です。日常の親子の会話を大切にしながらコミュニケーションをとってみてはいかがでしょうか？心から耳を傾けるということは、相手を大切にすることにつながります。いつもお子さんの話をきちんと受け止める気持ちがあれば、会話が成り立ち、よりよい親子関係を築いていくことができるようになります。

態度・今、自分がやっていることをやめ、お子さんの顔をよく見る。最後まで聞く。
言葉・あいづちを打つ。お子さんの言葉を繰り返す。(いやだ→いやだったんだね。)
質問する・(それからどうしたの?)

ちょっと、試してみてもいいでしょうか。

お子さんの考えを認めていますか？

自分の意見や考え、都合を押しつけていませんか？

お子さんのいうことを聞いてあげていますか？

お子さんの気持ち・考えを受け止めていますか？

結果ではなく、努力の過程を認めてあげていますか？



60点のテストを持ってきた子どもに対して“「60点なんて勉強してない証拠よ！」と叱る”“「60点だったの。次は70点めざそうね。」と目標を示す”さて、どちらが子どもを伸ばすことにつながっていくのでしょうか。

親子のコミュニケーションは、子どもの気持ちを受け止めることからスタートします。努力していること、頑張ったことは家族みんなでほめてあげましょう。時には親として毅然とした態度で、しっかりと叱ることも必要です。人としての生き方をいっしょに考え、子どもといっしょに歩む親でありたいものですね。

家庭が家族みんなのよい所になっていますか？

「行ってきます」「ただいま」など、あいさつは家族全員で！

家庭は『ほっとできる心の拠り所』、愛情による絆で結ばれた触れ合いの場

家庭教育は子どもの基本的な生活習慣・生活能力、健康な心身の育成、豊かな情操、思いやりや善悪の判断などの基本的な倫理観や社会的マナーなどの「生きる力」の根本的な資質や能力を育てる出発点です。家庭が家族みんなの心の拠り所として心地良い場であるためにも、個々の家庭でやれることを再点検してみましょう。まずはあいさつからはじめてみませんか。



2. 学習成績と進路

夢や希望を持つよう、家庭での話し合いを

人は夢や希望に向けて努力する動物です。目標があれば生活も生き生きしてくるものです。親として子どもに夢や希望を語り続ける存在でありたいものです。また、最近ではニートやフリーターなど、正規の職業につかない若者も増えています。身近な大人として、ぜひ職業観なども伝えていきたいと思います。中学3年間で決めるべきことは卒業後の進路を生徒自身が決めることですが、何となく進学するというよりは、将来の目標の為に確かな意志を持って進学する方がより望ましい姿であると思います。家庭でも子どもの夢や希望について話し合いを深めましょう。



「夢あるものに目標あり、目標あるものに計画あり、計画あるものに行動あり、行動あるものに成果あり」

家庭でも読書の習慣化を

授業やテストを終えて、よく思うことは、問題内容をよく理解できないまま解こうとしている生徒が少なくないことです。問題の意味がわからなければ答えが出せるはずがありません。問題を解く上で、文を読み内容を理解することを第一歩と考えれば、読書はその基本となります。本が好きな生徒、本をたくさん読む生徒は語彙も豊富で、文章を読む力もあります。子ども達にはできるだけたくさん本を読んで欲しいと思います。親が読書する姿を見せることも必要でしょう。また、思ったことや考えたことをまとめて書いてみることも大切です。日記をつけることなども最適です。是非、実践を。

得意な教科は？

「とにかく得意な教科・好きな教科をつくりなさい。ひとつ得意な教科をつくれれば、他の教科の学力も伸びるはずですよ。」とよく言います。得意な教科や好きな教科があると、自分に自信が持てますし、その教科の勉強も進んでできるようになります。自分の興味・関心のある教科・内容を学習し得意教科をつくりましょう。子どもが好きな教科を把握し、応援してあげてください。



学習時間はどれくらい？

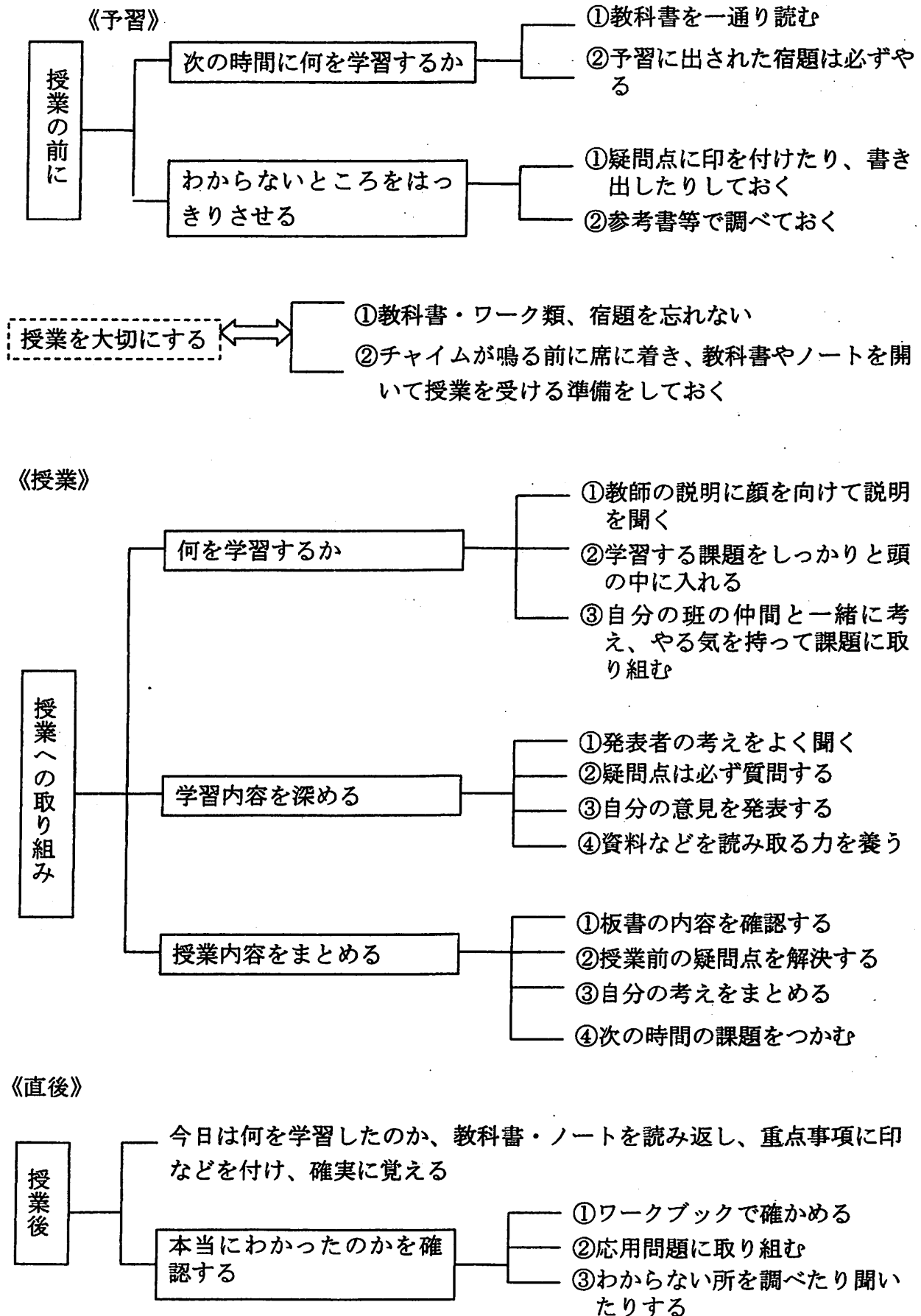
家庭学習にどれ位の時間を確保すればよいのでしょうか？一般的に学年×10～15分が適当だそうです。これを当てはめると（中学1年は7年と考えます）、中学校1年生では70～105分、2年生では80～120分、3年生では90～135分になります。大人でも2時間集中して勉強するのは大変ですし、集中できる時間には個人差もあります。大切なことは**各自にあった時間で毎日継続すること**です（「継続は力なり」）。しかしながら、“忘れる”ということが往々にしてあります。繰り返し学習することが大切です。二日間覚えていた内容は、長い間、脳に記憶されるそうです。家庭でも学習を行うための環境づくりをお願いします。また、繰り返し学習することの大切さについて家族の話題にしてみてください。

* 学習効果をもめるために *

学習の効率を上げ、その効果を高めるためのポイント

【1】授業

※授業を受けるに当たって、これだけは確実に実施してほしいものです。



3. 安全な生活(交通安全・不審者等)

あなたのお子さんは自転車の安全運転をしていますか？

以下のことをしっかり守るよう御指導ください(未成年の罰則はありません)



- 自転車は車道が原則、歩道は例外 (3 か月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金)
- 自転車の二人乗りは禁止 (2 万円以下の罰金又は科料)
- 自転車の並進は禁止 (2 万円以下の罰金又は科料)
- 自転車の夜間はライトを点灯 (5 万円以下の罰金)
- 携帯電話をしながらの自転車の運転は禁止 (3 か月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金)
- 傘をさしながらの自転車の運転は禁止 (3 か月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金)
- 自転車通行可の歩道を走るときは歩行者優先 (2 万円以下の罰金又は科料)
- 自転車は車道の左側を通行(3 か月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金)(道路交通法から)



自転車通学の生徒はヘルメットの着用が義務付けられています



危険予知能力・危険回避能力

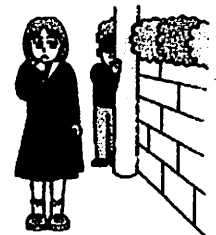
現代社会は、安全・安心が大きく脅かされる社会であるという認識を持つことが必要です。子どもが身につけるべき能力は、「危険予知能力」と「危険回避能力」です。それは「これをやったら、ケガするかもしれないな、危ないな」や、「この道は“夜、危ないから他の道を通ろう”」などを、考え行動する力です。「自分の命は自分で守る」という強い気持ちで過ごしてもらいたいものです。

子どもが外出する時、行き先・用件・帰宅時間を言っていますか？

子どもの行先・用件・帰宅時間がわかっていれば、子どもが事故や事件にまきこまれているかどうか把握できます。これも約束として実行させてください。

不審者が出没したら？

「不審者に遭遇した」という報告がありました。不審者については、「大声で助けを求める」「近くの家へ逃げ込む」「夜中は独り歩きをしない」「防犯ブザーを鳴らす」等のことを、ご家庭でもぜひ話し合ってください。



生活安心メール

生徒の安全確保のための手だての一つとして、警察や学校から寄せられた不審者情報を、登録した方の携帯電話にメール配信します。不審者情報が寄せられた場合、発生の日時、場所、大まかな内容を可能な限り早くメール送信します。その他、各種災害に伴う情報、光化学スモッグ情報、防犯情報等、緊急性の高い情報が配信されます。

登録料・情報料は無料です。登録したい場合は、ホームページの生活安心メールにアクセスしてください。

自分の命は自分で守る

4. 携帯電話を中心としたメディアの活用

トラブルへの入り口は携帯電話を持たせることではじまります

社会に急速に普及している携帯電話は、それ自体たいへん利便性の高い道具です。しかし、その使用には、大きな問題も存在していることを子どもと一緒に考えてみましょう。

本当に必要な
のか



どんなトラブルが
あるのか



使用する上で
の「ルール」は
何か

携帯電話を子どもに持たせる必要が本当にあるのでしょうか？

- ・子どもの理屈に負けてはいませんか？
- ・子どもに携帯電話を使用させる目的は何でしょうか？
- ・持たせることで、生活の「安全」が本当に確保されるのでしょうか？
- ・携帯電話が、大事な人間形成期に悪い影響を与えていないのでしょうか？



携帯電話を与えられるのは保護者だけです。責任を持ちましょう。

どんなトラブルがおきているのでしょうか？

トラブルは家庭の責任です。

< 学 校 で >

- ①メールのやりとりをしたりするなど、授業に集中できないこと。
- ②隠して持ってきて友達にみせ、興味を誘発させることがあること。
- ③紛失や盗難で個人情報流出すること。

登校時に親に預ける等、子どもが家に置いて登校したことを確認してください

< 交友関係で >

- ①携帯電話を所有していることで、いつでも呼び出しが可能になるため、夜遊びや外泊が増える傾向にあり、これが家出に発展したりすること。
- ②メールや掲示板への書き込みによる誹謗中傷でいじめやトラブルにつながることもある。
- ③有害情報を入手したり、利用したりすることがあること。

< 陥りやすい罠 >

- ①携帯電話から「出会い系サイト」に接続したために、ストーカー行為、嫌がらせ、恐喝、誘拐、殺人などのトラブルに巻き込まれること。
- ②接続サイトによっては、不当な通信料の請求を受けるケースが多発していること。

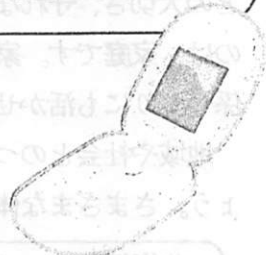
< 個人情報保護についての問題 >

- ①携帯電話を利用して勝手に他人の写真をメールで送付したり、掲示板に無断で実名を書き込んだりする問題があること。
- ②個人情報をむやみに他人に教えてしまう問題があること。
- ③安易なサイトへのアクセスで、自分の情報が漏れ、事件に発展する危険性があること。

我が家のルールをつくりましょう！

親子で十分話し合い、お互いに責任を持ち、「ルール」を守り、携帯電話を使うことで取り返しのつかないトラブルに巻き込まれないようにしましょう。

学校の規則をしっかりと確認しましょう



5. 心の成長と家族 心はどんどん成長します

< 中学校 >

子どもの心の成長を促す基礎は、家族・家庭にあります。自分の心の様子や気持ちを言葉で表せるようになることが心の発達の指標です。「感じる、考える、行動する」は心の奥にある自分がコントロールしているからです。

親も子もお互いに(家族を大切にしましょう)

「おはよう」「行ってきます」「行ってらっしゃい」「ただいま」「おかえりなさい」「おやすみなさい」などのあいさつは大切です。時には、親子げんかをする時もあるかと思いますが、あいさつがお互いの心を開いてくれるはずです。

また、塾や遊びだけで毎日を過ごすのではなく、誕生日や家族の行事を大切にしてください。家族の愛情を確かめる機会をつくることで、お互いを思いやる気持ちや自分が大切にされているという思いが伝わります。

子どもは「誕生日おめでとう！」の一言だけでも嬉しいものです。自分が生まれてきた喜びを感じることで、家族への愛情も深まります。



お互いを認め合いましょう

ある時は「大人」、ある時は「子ども」、親の都合や感情で子どもに声をかけていませんか？
ひとりの人間として認め合っていくことで親子の気持ちが通じあいます。

- ・最後まで話を聞く・眼と耳と心で聴く・相手の話を聞いてから考えを伝える
- ・自分の思いを自分の言葉で伝える・気持ちを切り替えてから一言を伝える
- ・プラス言葉を使う(相手を認める、思いやる、肯定的な言葉)
- ・言葉遣いに気をつける(相手の反応には敏感に)・わかりにくいことは確かめる

家族の一人一人が自分自身を大切にしていますか？

自分を大切に考えられる人は、友達も家族も誰でも大切にできるはずです。
大人も子どもも自分の個性を大事にすることから始めましょう。



- ・自分を受け入れる・自分を信じる・自分を励ます・自分をほめる
- ・自分を大切にすること・自分を愛する・自分だけの時間をもつ

家族の一員としての自覚を持たせていますか？

いくつになっても、自分以外の人から認められることで自分の居場所を見つけることができます。家庭は家族の安心・信頼の場所です。手伝いをさせ、「ありがとう」「お疲れ様」「助かったわ」などの言葉かけで子どもに自信を持たせることができます。また、家庭のルールを決め守ることの大切さ、守れないときに心配や迷惑をかけることの重大さ、謝ることの大切さを最初に教えるのは、家庭です。家族の一員としての責任の重さを感じることで、子どもは自分をみつめ、友達関係づくりにも活かせるはずです。

地域や社会とのつながりも大切にすると、さらに大人として成長することでしょう。さまざまな体験活動に参加させてみてはいかがでしょうか。

- ・芸術鑑賞・植物を育てる・読書
- ・地域の活動に参加する(スポーツ大会、ボランティア、文化祭、清掃など)



6. 友人関係

友だちの名前と顔が一致し、住所なども知っていますか？

子どもの友だちの顔と名前が一致していますか？中学時代は学級や学年の友だちや先輩たち、また部活動や塾で知り合った他校の友だちなど、小学校以上に交友関係が広く深まる時期です。また、行動範囲も飛躍的に広がります。家に遊びに来たときなどを利用して、お子さんの友だちの顔と名前を覚えておくことや、住んでいる場所などを知っておくなど、子どもの交友関係を把握することが大切です。



家庭で帰宅時刻や外出についての把握をしていますか？

ある事例です。生徒の下校後、外が暗くなる頃に保護者の方から電話がかかってきました。内容は「子どもがまだ帰ってこないのですが、今日の下校時刻は何時でしたか？」と言うものです。後日、生徒に聞くと、「友だちの家により道をしていた」とのことでした。

帰宅時間については各家庭で把握しておくことが大切です。また、外出する場合も「どこへ、誰と出かけ、いつ戻る」といった内容を伝えさせることも大切です。最近は携帯電話を持つ生徒も増えており、何かあったら携帯で連絡を取れるからと思いがちですが、基本的な内容は把握しておく必要があると思います。また、より道の延長から遅い時間まで友人宅で過ごしてしまうときもあります。たとえ、休みの日でも夕食時には帰宅するよう約束しておくことも大切です。友だちを家に泊めたがる、友だちの家に泊まりたがるなどは、最も注意しなければならないことのひとつです。



友だちの親ごさんとの連絡は？

子どもたち同士は大親友でも、保護者同士の面識がない、というのはよくある話です。子どもたちは互いの家を行き来したりして、相手の保護者の方にお会いする機会も多くなると思いますし、時にはお礼やお願いの連絡をすることもあるでしょう。そんな時に顔を知っているとスムーズに話が進むものです。たとえば保護者会など学校行事を利用して、お会いしておくのもひとつの方法です。お互いに大人同士の付き合いができていることが大切です。また、携帯電話の番号やメールアドレスなどを交換しておく、何かの時に役立ちます。



会話の中で子どもの友だちの悪口を言うのは…

子どもにとって、友だちは生涯のものです。親が子どもの友だちを悪く言ったり、友だちと比較したりすることはいかながなものでしょうか。自分の友だちを悪く言われたらいやですね。

7. 言葉遣い

コミュニケーションの基本

私たちは言葉で日頃から周囲の人と交わっています。言葉は、自分の気持ちや考え、感情までも相手に伝え、人との関わりを深めることのできるコミュニケーションの基本です。大人になるということは、人と人との付き合いがきちんとできること、そのとき大切になるものが言葉遣いであるということを子どもたちにしっかり認識させたいものです。



家庭の中での言葉遣いを大切にしていますか？

子どもたちの言語環境を考えたとき、言葉について学習する機会が多い場所は、家庭と学校です。特に家庭で、おじいちゃん、おばあちゃんをはじめ世代の異なる人との会話、親との会話により言葉遣いを学んでいるのです。“家族だからそんなに言葉遣いに気を遣わなくてもいい”という考えもあるでしょうが、いかがなものでしょうか。“家庭こそ言葉遣いの基礎を学ぶ場”なのです。家庭は“子どもたちの言葉遣い”について考え、適切な言葉の表現を身につけさせる場なのです。

ひとことの重み

たったひとことが相手の心を傷つけ、たったひとことが相手の心を勇気づけることがあります。「言葉は使い方次第で良薬にも毒薬にもなる」ということです。中学生は誰にでも、友人の何気ないひとことで、いたく心を傷つけられたり、その逆にとても大きな勇気や元気をもらったりといった経験があるはずです。そのような経験を語り合い、言葉の持つ重みを親子で共有したいものです。

私たち大人が見本となっていますか？

時々、子どもには聞かせたくないような乱暴な言葉遣いをしたり、丁寧な言葉を使って話そうとしない大人がいたりします。親が子どものことをいつも意識して日頃の言葉遣いに注意している場合と、自分の思いに任せた自由勝手な言葉遣いをする場合とでは、子どもが身につける言葉遣いに違いが出ます。そして、言葉に対する意識、感性は大きく異なっていくものです。私たち大人は“言葉遣いは子どもにとって大切な言語環境である”ということをしっかり認識しておきたいものです。

気になる言葉遣いはその時に注意

“今の言葉はふさわしくないなあ、もっと他の言い方をしたほうがいいよ”という具合に、我が子の言葉遣いを注意した経験はありませんか。言葉遣いが悪い時に、そのまま何も言われずに済まされた子どもは、同じような場面でもまた似たような言葉遣いをするようになります。気になった言葉遣いはすぐその場で注意してあげ、より適切な表現を教えることが言葉の大切なしつけといえます。それをいつも実行したいものです。

8. 食生活

朝食はきちんと食べていますか？

朝食を欠食する子どもが増えているようです。きちんと毎日朝食を食べる子どもほどテストの得点が高いという調査結果も公表されています。また子どもは親の台所に立つ姿を見ることが、手づくりの料理を味わうこと、家族団らんで食卓を囲むことで、食への感謝の心が生まれてきます。

「孤食」が社会問題となり、家族とのコミュニケーションも薄れつつあります。ぜひ生活習慣の形成時期である今、家族でよりよい方法を話し合ってみてください。

<中学校>



脳の働きにはどのような食事がよいかわかりますか？

主食は米がよい

米に含まれるフォスファチジルコリン→記憶力がアップ

魚料理 (DHA) + 緑黄色野菜 (β-カロテン) が効果的
記憶力を高める働きがあるが酸化しやすい。

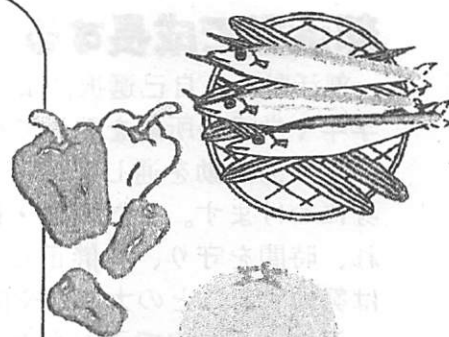
緑黄色野菜に含まれるβ-カロテンがそれを防ぐ。

勉強に疲れたらみかんがおすすめ

みかんに含まれるクエン酸は疲れを癒す・筋肉をほぐす効果も

睡魔との戦いにはノンシュガーのガム

噛むことは脳に刺激が加わって眠気を覚ます。



コンビニの上手な利用法を知っていますか？

思いがけず帰宅が遅くなった時、コンビニを利用することがありませんか？そんな時、ちょっとしたポイントを押さえて食品を選ぶことを心得てください。

栄養バランスに注意・・・弁当などいろいろな「おかず」が入っているものでも6の基礎食品群に当てはめると、野菜など必要な食品が不足していたり、脂質が多かったりすることがあります。なるべく、過不足のないものを選ぶようにするかそのほかの食事を調整しましょう。

成分表示をチェック・・・一見して、色鮮やか過ぎるもの、味が濃そう、脂っぽい等をチェックし、成分表でエネルギー量や脂質・塩分量・食品添加物を見ます。ほかのものと比べ、多すぎるものはとらないようにしましょう。

学校給食のねらいを知っていますか？



- 食事の重要性や食事の喜び・楽しさを学びます。
- 生涯、心身ともに健康な生活が送れるように望ましい食事の仕方を学び、自己管理ができる力を身につけます。
- 食物の品質や安全性等について自ら判断できる力を身につけます。
- 食べ物や生産等に関わった人への感謝の気持ちを身につけます。
- 食事を通して、マナーや人間関係形成能力を身につけます。
- 地域の生産や食文化などを理解し、尊重する心を身につけます。

9. 部活動

なぜ、部活動が大切か？

今日、社会全体が激しく変化する中で、子どもたちがたくましく生きていくためには、「生きる力」を身につけていくことが大切です。「生きる力」とは、「知（確かな学力）・徳（豊かな心・人間性）・体（健康な体）」のバランスが取れた力です。子どもたちの学習と部活動のバランスが取れた生活は目標のある意欲的な生活をつくりあげ、生きる力の大きな土台づくりにつながります。学習は確かな学力を、部活動では健やかな身体と礼儀や豊かな心を育みます。

部活動で成長する

部活動は、自己選択により個性を伸ばす活動であり、共通の興味や関心を持つ生徒が、学年や学級の所属を離れて行う活動です。

この部活動を通して、子どもたちは専門的な知識や技術・たくましく健やかな身体を身につけます。また先輩・後輩の関係も含めて仲間を尊重する態度や感謝する心が育まれ、時間を守り、礼儀正しく行動するなどの基本的な生活習慣を身につけます。さらには努力することの大切さや向上心を身につけることができます。

そのような中で子どもたちは、同じ志を持つ仲間と共に、充実感と自信を持ち、様々な壁を乗り越え、より積極的に学習や生活に取り組めるように成長していきます。

部活動と学習を両立させるためには？

部活動は、子どもたちの中学校生活において、重要な位置づけとなります。子どもたちが、上手に時間を使い学習に取り組めるように環境を整え、部活動との両立が図れるように温かく声をかけ支えてあげてください。しかし、部活動と学習の両立について心配な時には、部活動顧問や学級担任と連携を取ることが大切です。



家庭教育から見た部活動とは？

家庭では、食事や睡眠といった健康面のサポートを行っていくことが重要と考えられます。また、子どもが努力している姿を、折に触れ応援したり、共感することを通して親子のコミュニケーションを深めていくことができ、思春期を迎えた子どもたちの成長にプラスに働きかけます。

以上のようなことから中学校生活における部活動は、本来の意味での生きる力を身につけていくことができます。さらに、子どもたちにより良い経験と成長をもたらす環境を与えるためにも、家庭と学校が連携しましょう。

ご家庭の理解とご協力、ご支援をお願いします。

10. 思春期の心と身体、異性と性

思春期は心と体が急に変化していきます

個人差があるのは当然ですが、変化していく自分への関心と受け入れたくない気持ちの中で不安と葛藤が生まれます。自分を見つめすぎるあまり悩み考えるこの時期こそ、話を流さず、時間をつくって正面から子どもの悩み受け止めてあげてください。

多い悩み→性格、異性交際、同性・異性友人関係、
身長、体重、容姿、勉強など



自分を発見する時期です

思春期に二次性徴が現れることにより、子どもたちは「男性」「女性」を自覚する時期を迎えます。性的に急速に成長するなかで不安をかかえて揺れている子どもの心を大人が受け止め、一緒に考えてあげることによって子どもは自分を見つめる直すことができます。また、子どもを信じ守る姿勢を見せながらも、“ここぞ”と言う時には親として毅然と注意する態度を持ち続けてほしいと思います。

異性との交際にあこがれる時期です

異性への興味・関心が高まり、相手の関心を引くために目立った行動やおしやれ、逆に異性を避けるなど極端な行動をとる時期です。男性と女性の心と体の違いを知り、お互いを対等な人間として思いやる気持ちを育てることができ、「男性」「女性」としての誇りを持つことができるようになります。

性情報に惑わされないよう子どもを守りたい

大人の想像以上に子どもたちは携帯電話や雑誌、インターネットなどを通じてたくさんの情報に惑わされ、トラブルに巻き込まれるケースが増えています。正しい知識なのか、今の自分にとってプラスか否かを判断させるためにも、ニュース等の機会を使い大人が性情報のとらえ方や情報の選び方を教えましょう。将来の性への考え方が決まる大事な情報です。間違った情報が望まない妊娠、中絶や不妊、デートDVにつながると言われます。

性感染症の危険性を、真剣に考えましょう

性感染症とは、性交（性的接触も含まれます）によって感染する病気のことです。最近では症状がないことが多く、治りにくい感染症が増え、現在女性の性感染症の第一位はクラミジア感染症です。クラミジアに感染していると他の性感染症や HIV の感染率も飛躍的に高くなります。10代でクラミジアに感染しても気がつかないうちに進行することが多いので、将来パートナーや出産児に感染させることもあります。間違った性知識、安易な行動が10代の性感染症の増加につながっているといわれています。気づかないうちに相手に病気をうつしてしまう危険性だけでなく、男女とも不妊の原因となることがあり軽視できません。心も体も揺れ動く思春期の子どもたちが正しい行動が選択できるよう、私たち大人がしっかり見守っていきましょう。