

ポジティブ子育て 69号

～デジタル時代の親子の関わり方～



『～親子遠足～ みんなで遠足に行って楽しかったよ!』
のぞみ保育園



『外あそび 大好き』
ゆたかこども園



『体育大会 力を合わせてつなぎだ!』
鳥羽小学校



『話して発見! 自分と友達すごろくトーク』
鯖江中学校

小学校高学年～

『シャーロットのおくりもの』
E.B. ホワイト/作
ガス・ウィリアムズ/絵
さくまゆみこ/訳
あすなろ書房

『じんべえだめ』
新宮 晋/著
文化学園文化出版局

中学校～

『ハヤ号セイ川をいく』
フィリパ・ピアス/作
エドワード・アーティゾーニ/絵
原田勝/訳
岩波書店

小学校低学年～

『こかげにごろり』
金森襄作/再話
鄭香/画
福音館書店

『ほるんだ、恐竜化石!』
モンゴル恐竜発掘記
平田貴章/写真・文
小林快次/監修
小学館

小学校中学年～

『ミドルレッドの魔女学校』
魔女学校の一年生
ジレ・マーフィ/作・絵
松川真弓/訳
評論社

『水のかたち』
増村征夫/文・写真
福音館書店

4・5歳～

『えんにち』
五十嵐豊子/さく
福音館書店

親子で読んでほしい本

親子で過ごす大切な時間、読書をしてゆつたり楽しんでみてはいかがでしょうか。

鯖江市図書館おすすめ

第3日曜日は「家庭の日 家族ふれあいデー」

県では毎月第3日曜日を「家庭の日」と定め、家族と過ごす時間を大切にする運動を推進しています。この取組の一環として、優待券を利用することでお得なサービスを受けることができます。ぜひご利用ください。

お子さん(18歳以下)連れのご家族が特典を受けられる市内の店舗 ※令和8年4月末現在

業種区分	店舗名	提供されるサービス	優待券
お買物	昭和堂	お買い上げでスタンプ1つ多くサービス	要
お買物	御菓子司 大黒屋	店内商品5%割引	要
お買物	栄進堂 本店	店内商品10%割引	要
お買物	栄進堂 丸山店	店内商品10%割引	要
お買物	フルーツ・ギフトおおつか	店内商品10%割引	不要
お買物	ベルジェ ダルカティ 弁慶堂	お買い上げスタンプ2倍進呈	要
お買物	お菓子の福寿堂	店内商品5%割引(サービス券との併用は不可)	要
お買物	菓子工房やまはつ	焼き菓子1個プレゼント(種類は選べません)	要
お買物	菓子処 安価堂	お子様にお菓子プレゼント	要
お買物	手づくり菓子工房 ペルシュ	店内商品5%割引(喫茶は除く)	要
お食事	イル・ヴィゴレー(サバエ・シティーホテル)	お子様にソフトドリンクまたはデザートをサービス	要
見る・遊ぶ	エコネットさばえ	館内自由開放	不要
生活	ヨコヤマ写真館	ご家族集合写真撮影の方にキャビネサイズ額入り写真をプレゼント(要予約)	不要
生活	(株)フクシン	運動にご協力いただいている企業です	

※8キリトリ

「家族ふれあいデー」優待券

- 毎月第3日曜日「家庭の日」のみ有効です。
- 18歳以下のお子様を連れた家族の方に限りです。(優待内容などは、各店で異なります)
- 本券を利用される方は、各店舗の受付にご提示ください。
- 本券は、「家庭の日」のホームページからダウンロードできます。

(公財)青少年育成福井県民会議

R8.3～

※8キリトリ

「家族ふれあいデー」優待券

- 毎月第3日曜日「家庭の日」のみ有効です。
- 18歳以下のお子様を連れた家族の方に限りです。(優待内容などは、各店で異なります)
- 本券を利用される方は、各店舗の受付にご提示ください。
- 本券は、「家庭の日」のホームページからダウンロードできます。

(公財)青少年育成福井県民会議

R8.3～

がんばりすぎないゆる子育て ネットやゲームに頼るのはいいの？



子育てで悩んだとき、最近はAIに聞くことが多いな。つらい気持ちを相談すると、私がほしい言葉をくれるから、心が落ち着くよ。

心が落ち着くのはいいことだね。でも、AIばかりじゃなくて、周りの人に相談するのもいいと思うよ。



私も、家のことで忙しいときは、子どもがゲームをしていると楽だから、ゲームOKにしているよ。自分も気持ちよく家事ができるし、子どもも好きなことができてストレスフリーだよ。

AIだと寄り添ってくれるけど、違う見方や反対意見はあまり出ないよね。人と話すと自分でもいろいろ考えると思うよ。

インターネットばかりに頼っていると、自分も子どもも依存症にならないか不安になるよ。

お互いに穏やかに過ごすことができるのはいいことだね。でも、動画やゲームは終わりがいいから、ルールなしはよくないと思うよ。



自分も子どもも居心地よく生活できる手段としてインターネットを上手に利用するのはいいと思う。でも、ルールを決めずに、子どもが好きなだけ動画を見たりやゲームしたりするのはよくない。自分自身もAIに相談すると心が落ち着くけど、本当にAIの言葉を信じるだけでなく、自分で考えることも必要だと思う。その時には、周りの人に相談することで考えや選択肢が広がるかもしれない。

インターネットは便利だけど、依存は怖い？

- ① 自分が好きな情報がすぐ集まる (便利さ)
- ② 似た価値観や考えに囲まれる (安心感)
- ③ 好きなことに没頭できる (楽しさ)

インターネットに
だけ頼ると、
こんな可能性も...

- ④ 興味のないことや苦手なことには関わらない
- ⑤ 価値観が偏り、違う意見を受け入れにくくなる
- ⑥ 苦手なことはあきらめるようになり、困難に立ち向かう力 (レジリエンス) が育ちにくい



右の①～③は、インターネットのメリットを示しています。私たちは、インターネットを活用することで、好きな情報に囲まれ、便利で楽しい生活を送ることが出来ます。一方で、そればかりに偏ってしまつと、子どもたちに、④～⑥のような影響が出てくることも心配されます。

そこで、インターネットと上手に付き合いつながりながら、「読書」「対話」「オンラインでの体験」なども大切にしてみませんか。さまざまな考えに触れたり、人と関わったり、実際に経験したりすること、子どもたちの視野や力は大きく広がります。

子どもたちが、より良い人間関係を築いていきながら、さまざまなことに挑戦していけるよう、できることから少しずつ取り入れていきましょう。また、私たち大人も、ほんの少し「デジタルデトックス」を意識するとよいかもしれません。自分の時間を大切に、子どもとゆつくりと向き合うひとときが、子どもに安心感を与え、それがお互いの幸せな気持ちにつながっていくのではないのでしょうか。

子どもと一緒にルールを考える

- ・時間や場面で区切る
(食事中はインターネットを離れるなど)
- ・ルールの定期的な見直し
(長期休みに入る前に親子で話し合うなど)

涓滴

「適度な距離感」で子どもを育む

お家の方からは「子どもが親の言うことを聞いてくれない」「SNS依存が心配だ」といった声があります。子どもたちと関わっていきばよいのか、そのヒントを今回は提案します。キーワードは「適度な距離感」です。

○親子の距離感「どうしたの？」

子どもの気になる行動や言葉に悩むことがあります。「なぜ親の気持ちがわからないの」と思わず声に出してしまうこともあるでしょう。しかし、適度な距離感が大切です。もしかしら、子どもは悩んでいるのではないのでしょうか。悩んでいるからこそ、その思いが行動に表れることもあります。そんなとき「なぜ」ではなく、「どうしたの」と聞いてみてはどうでしょうか。子どもは、自分の悩みや不満を話しながら、親に聞いてもらうことで、自分で解決していけるようになります。

○相手との距離感「いいですか？」

子どもの中には、適度な関係づくりがうまくできず、友だちや周りの大人との人間関係に悩んでいる子もいます。相手に甘えすぎたり、依存しすぎたりする一方で、その他の人とはつながりを持たないなど、極端な人間関係がみられることもあります。こうした様子に対して、幼稚園・保育園での遊びの関わりがヒントになります。砂場で遊びたいとき「混雑して」「いいよ」と言葉を交わしながら、相手と関わる力を育んでいきます。こうしたやりとりは、その後の子どもの人生でも役立つと思います。

例えば「先生、お話し中失礼します」「今、お話ししてもいいですか」といった言葉です。こうした言葉を知っていれば、それだけで周りの人と関わる言葉が増え、コミュニケーション力が育まれます。

○失敗との距離感「気がついたね」

子どもが失敗することを、親は恐れてしまいがちです。しかし、失敗は子どもを成長させます。子どもが石につまずかないようにと、石を次々と取り払っていくと、大きな問題が立ちだかたつと、問題への免疫がなく、大きくなつとつまずいてしまうことがあります。新入社員が大人との関わりで悩み、すぐ転職してしまうのも、こうした経験の少なさと関係しているかもしれません。勉強や運動、仕事など、人との関わりの中で「失敗」と思われることも、親の見方によって「失敗」を通り越してよりよくなる経験として見ることが出来ます。「○○したので、○○に気がついたね」「失敗と思われる○○を経験してやさしくなれたね」と言ってみてはどうでしょうか。

○情報との距離感

今、子どもたちのSNS依存が大きな問題になっています。SNSの過度な利用は、睡眠不足や学力低下につながる恐れがあり、「いじめ問題」「誹謗中傷」「特殊詐欺犯罪」等のトラブルにも巻き込まれるリスクも高まります。対応方法として、情報との適度な距離感を持つことを提案したいと思います。家族での食事の時間は持ち込まない、勉強中は電源を切る、使用時間を決める、問題になりそうなのは周りの大人に早めに相談するといった方法です。自己管理能力を育てるため、SNSと適度な距離をとることを子どもと一緒に考えてみてはいかがでしょうか。

※「涓滴」とは「しずく」という意味。しずくも集まれば、やがて大河となることの願いをこめて。