



項目	保育園 (4・5歳児)	小学校			中学校		
		低学年	中学年	高学年			
家庭 ・ 地域 で	家族の一員 親子のふれあい 家族のかかわり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○スキンシップをしたり、子どもの話に耳を傾けたりする。</li> <li>○ありのままの子どもを受け止め、認める 褒める</li> <li>○よいこと、いけないことを教える</li> <li>○お手伝いをさせる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学校の様子を聞く</li> <li>○一緒に遊ぶ</li> <li>○いけないことは叱り、よいところは認めてほめる</li> <li>○お手伝いをさせる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○しっかり話を聞く</li> <li>○地域の行事と一緒に参加する</li> <li>○まちがいの理由を考えさせる</li> <li>○できる仕事を見つけてさせる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○夢や目標について話し合う</li> <li>○地域の行事と一緒に参加する</li> <li>○子どもの思いや考えを聞いてやり、どうすればよいか話し合う</li> <li>○家族の一員としての仕事を与える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子どもの夢や目標に共感し、進路について話し合う</li> <li>○悩みを聞いたり励ましたりする</li> <li>○善悪の判断が正しくできるよう助言する</li> <li>○家族の一員としての仕事を与える</li> </ul>	
	光・暗やみ・外遊び	<ul style="list-style-type: none"> <li>○朝 太陽の光を浴びる</li> <li>○外遊びをする</li> <li>○夜 照明を暗くする</li> </ul>					
	寝る時刻	○9:00までに寝る	○9:00までに寝る	○9:30までに寝る	○10:00までに寝る	○11:00までに寝る	
	生活リズム 睡眠時間(目安)	○9時間以上	 <ul style="list-style-type: none"> <li>○9時間程度</li> </ul>		○8時間程度	○7時間程度	
	あさごはん	 <ul style="list-style-type: none"> <li>○毎日、きちんと食べる</li> </ul>					
	メディア (テレビ・ゲーム スマホ・SNS)	○約束を守り、子どもだけで長時間遊ばないようにする	<ul style="list-style-type: none"> <li>○テレビやゲーム、スマホ・インターネットの時間のやくそくを決める</li> <li>○保護者は、約束が守れているか定期的に確認する</li> <li>○フィルタリングをかける</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>○家庭のルールを話し合い、守らせる</li> <li>○子ども自身がセルフコントロールできるように励ます</li> </ul>	
	あいさつ・返事		<ul style="list-style-type: none"> <li>○明るく元気なあいさつや気持ちのよい返事ができるよう励ます</li> <li>○保護者が手本を示す</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>○会釈や心のこもったあいさつを自分からする</li> <li>○地域の方へ、自分からあいさつをする</li> </ul>	
	家庭学習	学 習	<ul style="list-style-type: none"> <li>○あいさつ、返事を教える</li> <li>○保護者が手本になる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○保護者が見守る</li> <li>○家庭学習が習慣化するよう一緒に取り組み、励ましの声をかける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○取り組んだプリントやノートを保護者が確認し、褒める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の力で取り組めるように保護者が励ます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○課題は期限を守って完全に提出できるよう声かけをする</li> <li>○自分で計画的に取り組むようにさせる</li> <li>○予習や復習を習慣化させ、自分の苦手なところを克服できるよう励ます</li> <li>○自分の目標・夢の実現に向けて自主学習に取り組む。</li> </ul>
		読 書	<ul style="list-style-type: none"> <li>○絵本の読み聞かせをしよう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○親子読書を楽しもう</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分で好きな本を見つけて読めるようにしよう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○時間を見つけて本を読むようにしよう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○時間を見つけて読書しよう</li> </ul>