

# 青少年育成だより

令和5年7月発行  
日高町青少年対策事務局  
☎ 01456-2-3722

## 自己肯定感を高める

### 「自己肯定感」って？

自己肯定感とは、ありのままの自分を受け入れ自信や安心を得られる感覚のことであり、自らの価値や存在意義を肯定できるものです。

自己肯定感とは、様々な困難を乗り越える力を身に付ける上での土台となります。また、その土台があることで、他人を思いやりたり信頼したり、協力し合うことができるようになります。

### 子どもの自己肯定感が高い？

日本の子どもの自己肯定感世界的に見ても低いと言われています。そして、最近の若者の犯罪や問題行動にも、自己肯定感の低さが関係していると言われています。自己肯定感が低い子どもは、「自分にはできない」と感じてしまうことが多く、何事にも頑張るエネルギーが不足してしまう傾向があります。逆に、自己肯定感が高い子どもは、「自分はできる」と感じ、様々なことに挑戦し、失敗しても諦めないで取り組もうとするパワーがあります。

### 子どもの自己肯定感親の影響？

子どもは、自己肯定感を自分一人で身に付けていくことはできません。乳幼児期に愛されて

\*\*\*\*\*  
受け入れられる体験を通して自己肯定感は芽生えます。子どもは、親が自分をどう見ているのかということから、自分の価値を決めていく傾向があると考えられています。例えば、親から「あなたはこんなこともできないの？」と言われれば、子どもは「自分はダメな子なんだ」という思いをもつでしょう。逆に、「上手にできたね」と言われれば、子どもは自分に自信をもつでしょう。このように、子どもは成長過程で親から受ける言動に大きく影響を受けていきます。

### 親の自己肯定感が高いと子どもも高くなる？

親と子どもの自己肯定感には相関関係があるという調査結果があります。親の自己肯定感が高いほど子どもの自己肯定感も高くなり、反対に親の自己肯定感が低いほど、子どもの自己肯定感も低くなる傾向があるということです。

親にも不安や悩み、ストレスがあります。自分のすべてを肯定的に捉えるのは難しいとは思いますが、できるだけポジ変（ポジティブ変換＝積極的思考）し、物事を前向きに考えながら子どもの自己肯定感を高めたいものです。

以下、子どもの自己肯定感を高めるにあたり気をつけたい[親の10の言動]を紹介します。

1. 子どもに隠し事をする 子どもに隠し事を強要する
2. 子どもの声を無視する
3. 親の価値観を押し付ける
4. 子どもの学びたい気持ちを超えて学ばせる
5. 子どもがいらなかったことを匂わせる
6. 条件付きの愛を注ぐ
7. 人をジャッジする
8. 人と比較する
9. 目立つなと指導する
10. 減点法で見る

気をつけよう！



# ワールド・ベースボール・クラシックから学ぶ

3月に行われたワールド・ベースボール・クラシック（WBC）。日本チームの優勝はもちろん、優勝に至る過程でも多くの感動がありました。

その中の一つ、第3試合のチェコ代表との戦いでは、様々なエピソードが生まれました。佐々木朗希投手のデッドボールを受けたエスカラ選手が、謝罪する佐々木投手に「大丈夫だよ」と伝えるようなダッシュを見せたこと。試合終了後には負けたチェコの選手達が侍ジャパンに祝福の拍手を送っていたこと。佐々木投手ものちに自身で購入したお菓子を持ってデッドボールを与えたエスカラ選手を訪ね、改めてお詫びをしたこと。

また、侍ジャパンの対戦チームとファンに向かって行う試合後の丁寧なお辞儀や、ベンチをきれいに保ちながら使用する姿も話題になりました。このような日本人の礼儀正しい振る舞いは、素晴らしい文化として世界が賛辞を贈りました。

ベンチの清掃などは、見た目をきれいにして気持ちよくすることだけでなく、内面（心）を整えることにもつながるのではないのでしょうか。また、ベンチでもロッカーでもきれいになっていれば、自分だけでなく、他人も使いやすい。つまり、誰かへの思いやりやリスペクトにもつながると思います。このようなことを私達も日常生活において行っていくことが大切ですね。



## 自転車用ヘルメットの着用

改正道路交通法の施行により、令和5年4月1日から自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されました。

自転車を運転するすべての人がヘルメットをかぶることに努めなければならないのはもちろんのこと、同乗する人にもヘルメットをかぶらせるよう努めなければなりません。

また、保護者の方は、児童や幼児が自転車に乗る際は、ヘルメットをかぶらせるよう努めなければなりません。



## 【各学校の夏季休業期間】

学校名	電話番号	休業期間
日高小学校	6-2620	7月26日～8月17日
日高中学校	6-2624	7月22日～8月15日
日高高校	6-2626	7月25日～8月17日
富川小学校	2-0027	7月25日～8月17日
富川中学校	2-0026	7月26日～8月20日
富川高校	2-0411	7月25日～8月16日
門別小学校	2-5006	7月27日～8月20日
門別中学校	2-5039	7月22日～8月17日
厚賀小学校	5-2154	7月27日～8月20日
厚賀中学校	5-2404	7月22日～8月17日

日高地区 01457 門別地区 01456

## 便利で楽しいスマホにはキケンもいっぱい

スマートフォンやSNSは、正しく使えばこれほど便利で役立つ物はありません。しかし、使い方によっては、知らず知らずのうちにキケンという大きな落とし穴にはまってしまうかもしれません。スマートフォンやSNSを安全に使う方法を考えましょう。



