



ま な

学びのすすめ



い せ は ら し れ ん ら く ぎ ゃ ー ぎ かい い せ は ら し ち ゅ う ぎ かく せ い け ん け ん ぎ かい い せ は ら し ち 小 ・ 中 学 校 長 会
伊勢原市PTA連絡協議会 伊勢原市中学生学力討論会 伊勢原市小・中学校長会
い せ は ら し ち 小 ・ 中 学 校 長 会
い せ は ら し ち 学 力 向 上 拠 点 形 成 事 業 実 行 委 員 会 い せ は ら し 市 教 育 委 員 会
伊勢原市学力向上拠点形成事業実行委員会 伊勢原市教育委員会

保護者の皆様へ



「すすんで学ぶ子どもを育てるために」

近年、グローバル化や、スマートフォンの普及、ビッグデータや人工知能(AI)の活用などによる技術革新が進んでいます。10年前では考えられなかったような激しい変化が、今の社会や生活を大きく変えていくとの予測がされています。

このように社会の変化が激しく、未来の予測が困難な時代の中で、子どもたちには、変化を前向きに受け止め、社会や人生を、人間ならではの感性を働かせてより豊かなものにしていくことが期待されています。自ら課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、自ら判断して行動し、よりよい社会や人生を切り拓いていく力が求められます。

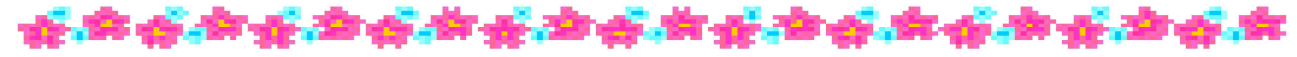
全国学力・学習状況調査を活用した専門的な課題分析に関する調査研究によると、「学校や友達のこと、地域や社会の出来事など家庭での会話が深い。」「自分の考えをしっかりと伝えられるようになることを重視している。」「テレビゲーム(携帯電話やスマートフォンを使ったゲーム等を含む)をする時間を限定している。」「子どもに本や新聞を読むようにすすめている。」など保護者の働きかけがある子どもは正答率が高いという傾向があります。

学校で学んだことを日常生活で活用したり、家庭や地域での経験を学校生活に生かしたりすることはとても大切です。そのためには、学校だけではなく、家庭や地域の皆様のご理解とご協力が欠かせません。ご家庭の皆様は子どもたちが学校で学んでいることに関して、是非、子どもたちと話し、一緒に考えたりしてみてください。たとえば、学んでいることに興味をもって見ていただき、「なぜそうなるのか理由を説明してみて」、「自分ならどう説明しようかな」などと、一緒に考えることを楽しんでください。そして、「考えるって楽しいね」などと、感想を言葉にしていいただければと思います。また、子どもたちがすすんで学ぶようになるには「早寝・早起き・朝ごはん」「家庭学習」「あいさつ」などの基本的な生活習慣の確立が大切であり、家庭でのアドバイスや協力等が重要であると考えています。子どもの教育は家庭から始まり、子どもたちは、家族との温かい関わりや体験を通して多くのことを学び、たくましく成長します。

この「手引き書」は、京都市教育委員会が作成した「学習の手引き」を参考に、市内の先生代表、PTA役員代表、生徒代表の方々に検討していただき、特に教科の学習に焦点を当てて、各家庭で子どもたちが目標をもって学習を進めていくことができるようにするための大切なアドバイスなどを集めて作成して以来、毎年、市内小中学校を通じて各家庭にお届けしています。

ご家庭の皆様にも以上の趣旨をご理解いただき、お子様の家庭学習がさらに充実し、自らすすんで学習できるようご協力をお願いします。





「学ぶ力」を育てることは学校教育の重要な役割ですが、家庭での関わり方によって、その育ち方は大きく変わります。

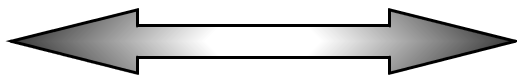


家庭で

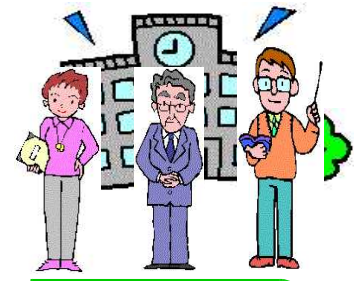
- ・生活のリズムを整える。
- ・学習に集中できる環境をつくる。
- ・認め、励まし、対話のある温かいふれあいを。

子どもたちの

「すすんで学ぶ力」
「健康な心身」



家庭と学校とが協力し合って
子どもの「学ぶ力」を育てましょう。



学校で

- ・基礎学力をつける。
- ・学び方を教える。
- ・発達の段階を考慮した家庭学習の提案を。

この冊子は

- ・家庭学習の習慣化を目指して、各家庭の事情に合わせた内容や方法を決めていただくための参考となるように作成しました。
- ・学年ごとに家庭学習のポイントとなる事柄や内容の具体例を載せています。
- ・学習上のきまりや約束をつくるために役立つアドバイスやヒントを集めています。

すすんで学ぶ子どもを育てるために必要な基本的な生活習慣

ポイント1 朝食をしっかりと、一日の良いスタートを。

ポイント2 生活リズムに家庭学習の時間の位置づけを。

ポイント3 テレビや動画の視聴、ゲーム、パソコン、携帯電話やスマートフォン等を使用する場合は、ルールを決めて。



小学校1・2年生



- 「早寝早起き」「しっかり朝食をとる」「朝の排便」「元気なあいさつ」「正しい姿勢で座る」などの基本的な生活習慣が身につくと、学習の習慣も身につきます。
- 成功体験を多くもたせると共に、「やったね」「よくできたね」というまわりのたくさんの「ほめ言葉」が、素晴らしい意欲を生み出します。
- 学習内容や方法は、子どもの意欲が高まるように、親子で相談しながら決めましょう。



- ◆「読み、書き、計算」など、基礎的・基本的な学習が始まり、先生の話をしっかり聞いて学習します。
- ◆生活と結びついた学習が多く、具体物を使ったり、実際に体験したりします。
- ◆繰り返し練習することで、力のつく学習内容がたくさんあります。
- ◆「正しい姿勢で座る」「鉛筆を正しく持つ」「整理整頓をする」も基本となる学習です。



基本的な生活習慣と学習習慣を身につけよう

Point 1 生活リズムの中に学習の時間を！ ～家族もいっしょに根くらべ～

- ・それぞれの家庭に合った生活リズムをつくりましょう。学習する時はテレビなどを消しましょう。
- ・家族ぐるみでよりよい学習の場づくりに努めることが大切です。学習が終わったら、必ず家族の目で確かめ、ほめてあげましょう。
- ・本を読む習慣をつけましょう。言葉・漢字を知り、物語を通して豊かな心を育てることができます。子どもが本を読んだら、あらすじや感想について話し合ってみると、語彙力も増え、会話力が身についていきます。

Point 2 子どもにも家事を！ ～高学年・中学生になっても～

- ・家庭で、子どもにもできる仕事をみつけましょう。
- ・家族の一員としての自覚が育つと共に、学習に必要な持続力、集中力、根気などが育ちます。こうした家事の分担は、学年が上がっても続けていきます。

Point 3 子どもといっしょに！ ～親子のふれあいを～

- ・学校からの連絡やお便り、明日の学習準備などを子どもといっしょに確かめることが大切です。また、買い物や運動、読書などをいっしょにしながら、子どもとのふれあいを増やしましょう。

家庭では
こんな学習を



- まずは、勉強する場所の整理整頓を。
- 学校からの連絡やお便りなどの確認を。
- 学習は、正しい姿勢で。

鉛筆は、正しく持っているかな？

※時々、チェック欄に鉛筆でチェックをしながら、できているかを確認しましょう。
 チェックするところ □・・・子ども用 ◇・・・保護者用



- はじめに、宿題からやりましょう。
- ◇全部できるようになれば大丈夫！ ていねいに宿題をやり終える子どもにしましょう。
- ◇家族のアドバイスが必要です。(認め励まし、その上でアドバイスを！)



- 楽しみながら、すらすら読めるように毎日練習しましょう。
- 句読点に気をつけて、大きな声ではっきり読めるようにしましょう。
- ひらがなや漢字の書き順に気をつけ、丁寧にゆっくり書きましょう。
- ◇子どもにあった本をまわりにおきましょう。読み聞かせをするのもいいですね。



- 楽しみながら計算に慣れるようにしましょう。正しくできるようになったら、少しずつスピードを上げて練習しましょう。
- 正しい計算手順が確実に身につくように、ときには、手順を説明しながら練習しましょう。
- まちがった問題は、必ずもう一度やり直す習慣をつけましょう。



- 楽しかったことやうれしかったことを自分の言葉で絵日記や日記に書きましょう。
- 鍵盤ハーモニカの練習をしましょう。
- ◇物作りや自然体験活動など、家族でふれ合う時間をもうけましょう。
- ◇「なぜだと思う？」と考えさせたり、「調べてみよう」といっしょに図鑑などをみたりしてみましょう。

ワンポイントアドバイス

- ◇子どもは、親のうしろ姿を見て育ちます。大人がお手本になるような姿を見せましょう。
- ◇子どもに合ったお手伝いを決め、継続してできるよう応援してあげましょう。
- ◇ほめることも大切な教育です。

わが家のルール

小学校3・4年生

学習時間のめやす
30分～40分

自主的な学習習慣を身につけよう



- 自立心が芽生え、自分でやろうとすることが多くなり、「やる気」や「根気」が育つ時期です。
- 好奇心が旺盛で、行動範囲が広がります。
- みんなで行動することを好むとともに、自己主張が少しずつ見られるようになります。
- ◆3年生から、社会や理科、総合的な学習の時間などの学習や外国語活動が始まり、学習する内容も大きく広がります。
- ◆3年生で、リコーダーや毛筆、ローマ字など、教科の中でも新しい学習が始まります。
- ◆辞典や図鑑、資料集や地図帳などの使い方を学び、自分で調べ学習をすることが多くなります。
- ◆新しい漢字をたくさん習います。(3・4年生とも200字程度)
- ◆算数では、四則計算(＋、－、×、÷)の基礎・基本を学ぶとともに、3年生から分数や小数などの内容も学ぶようになります。
- ◆4年生では、計算の能力を定着させ、それを活用する能力を伸ばすような学習が大切になります。
- ◆外国語活動では、楽しみながら、声に出してみましよう。

家庭学習 3つのポイント

Point 1 宿題以外の学習にも挑戦！～すすんで学ぶ習慣を～

- ・宿題以外の自主的な学習に積極的に取り組み、家庭学習のレベルアップを図っていくとよいでしょう。少しずつ自分でできることを増やすようにしていきましょう。
- ・そのためにも、身のまわりの自然や社会の出来事にも目が向くように働きかけましょう。興味や関心のあることに具体的な課題を自分で決めて、調べてみましょう。
- ・家事を分担し、進んで行うことも、大事な学習です。

Point 2 テレビやゲームは、時間を決めて！～自律心を～

- ・テレビやゲームに夢中になって、遊び時間が長くなりがちです。
- ・はじめをつけさせることが、自律心や学習への集中力を育てることになります。根負けせずに、励まし続けましょう。また、子どもの学習時間には、家族がテレビを消すという姿勢も大切です。

Point 3 がんばりを本気でほめる！～子どもとの会話を大切に～

- ・「勉強が難しくなった。」という戸惑いや苦手意識をもつ子どもも出てきます。自信を持たせたり意欲をふくらませたりするような励ましが大切です。



- 学校からの連絡やお便りを渡す習慣を。
- 学習前に、学習する場所の整理整頓を。
- 今日の宿題や明日の予定を自分で確かめる習慣を。

※時々、チェック欄に鉛筆でチェックをしながら、できているかを確認しましょう。
 チェックするところ □・・・子ども用 ◇・・・保護者用



- 宿題がないときには、国語や算数の復習をするなど、課題を決めて家庭学習をしましょう。
- ◇ 子どもの宿題の内容や学習の結果を見て、お子さんの学習の様子をときどき確かめてみましょう。
- ◇ お子さんが「わからないから、教えて。」と言ったときには、できる限り応えてあげましょう。



- 毎日、音読する習慣をつけましょう。内容や場面の様子がよく分かるように読みましょう。
- 学校の漢字ドリル（スキル）などを活用して、漢字を繰り返して書く練習をしましょう。学校の宿題とは別に、家庭用の漢字練習ノートを用意するのもよいでしょう。
- 国語辞典や漢字辞典を手元に置き、使い方に慣れるとともに、わからない言葉や漢字を自分で調べる習慣をつけましょう。
- ジャナルを広げていろいろな本を選んで読みましょう。（家族で読書タイムを決めるのもよいでしょう。）



- かけ算やわり算などの正しい計算手順が身につくよう、毎日練習しましょう。
- 筆算は位をそろえて書き、手順を確かめながら計算しましょう。
- 三角定規や分度器、コンパスなどが正確に操作できるように繰り返し練習しましょう。



- 読書をしたり、日記を書いたりする習慣をつけましょう。
- 音楽のレコーダーで習った曲の練習をしましょう。
- 興味をもったことや「なぜだろう。」「どうしてだろう。」と疑問に思ったことは、辞書や図鑑などを使って自分で調べたり、家族に相談したりしましょう。

ワンポイントアドバイス

- ◇ 三角定規、コンパス、分度器などの学習用具は、子どもの使いやすさを考えて用意しましょう。
- ◇ 社会の地域学習、理科の月や星の観察には、家族の方ができる限り協力してあげましょう。
- ◇ 子どもが学習してきたことを家でも実践してみましょう。

わが家のルール

小学校5・6年生



もう一度基本的な生活習慣と学習習慣を見直そう



- 夜更かし、テレビやゲーム漬けでは学習に集中できません。
- 得意な科目、好きな分野が見つかりと勉強好きになるきっかけにもなります。
- 競争心も芽生える時期です。良い友人関係の中で自分を高めていきましょう。
- ◆委員会活動、キャンプ、修学旅行などの活動を通して協調性や責任感を育てていきます。
- ◆古文や漢文も学習します。
- ◆5年生では分数の通分・約分、異分母分数の足し算・引き算、分数のかけ算・わり算も学習します。
- ◆6年生では縮図や拡大図、対称な図形を新たに学習します。
- ◆タブレット型パソコン、事典類、新聞などを使って進んで調べる学習がふえます。
- ◆家庭科の学習が始まり、衣食住の基礎・基本を学び、裁縫や調理の実習も行います。生活の中で活用してみましよう。
- ◆外国語では、慣れ親しんだ簡単な単語や英文を「読むこと」や、例を参考にして「書くこと」が加わっています。学校で学んだ英語表現や教科書の例文を使って、自分のことや身のまわりのことなどを英語で書き、お互いに発表し合ったり読んだりしてみましよう。

家庭学習 3つのポイント

Point 1 計画的な学習を ～学習時間を決めて～

- ・子どもたちの放課後も忙しくなります。自分に合った計画を立てながら学習を進めましよう。自分で課題を見つけて調べたり、わかったことや自分の考えをまとめたりしてみましよう。

Point 2 4年生までの学習を見直して ～復習も大切に～

- ・例えば、算数では小数や分数のかけ算とわり算を学びます。これまでの整数の計算や文章題などで計算の意味や仕組みが理解できていると、意欲的に学習に取り組むことができます。国語の漢字でも、読み書きがしっかり身についていると、抽象的な熟語の理解も容易になります。

Point 3 一つの活動でもよいから続けよう ～継続は力～

- ・「計算は得意」「歴史が大好き」「調べ学習は根気よく取り組める」「漢字練習は好き」などのように得意な分野をみつけましよう。読書や新聞・図書館等を活用し、興味・関心を広げたり、課題を解決したりしてみましよう。小さな自信が必ず大きなものになっていくはずです。



- 学習プリント類はきちんと整理を。
- 宿題の他に、自分で決めた学習にも取り組む習慣を。
- 机の上、学習用具の整理整頓を。

※時々、チェック欄に鉛筆でチェックをしながら、できているかを確認しましょう。

チェック欄 □・・・子ども用 ◇・・・保護者用



- わからないところは教科書やノートなどを見ながらあきらめずに取り組みましょう。
- 宿題がない時は、苦手な勉強の復習や明日の学習を確かめるような予習をしましょう。



- 語句や漢字の意味は辞書やドリルを使って確認しましょう。
- 教科書の文章量も多くなります。黙読や音読であらすじをしっかりとつかましましょう。
- 説明文、物語、詩、作文、古典など多くの作品に親しみましょう。



- よく間違える計算は手順や仕組みを確かめながら練習しましょう。
- 間違えた原因を早めに確認する習慣をつけましょう。
- 数、式、図、表などを用いて考えたり、説明する学習を心掛けましょう。



- 地図帳、白地図で国土を確認しながら産業の様子を学習しましょう。
- グラフ、表などを日頃から見るようにしましょう。
- 歴史上の人物や出来事にふれた本に親しんでおきましょう。



- 新聞記事やテレビニュースなどを家族で話題にして、社会に目を向けましょう。
- 家族の一員としての役割をもち、それをしっかり果たしましょう。
- 日記を書くことは、自分の生活を振り返ったり文章表現を上達させたりする意味で大事な学習です。ぜひ、取り組んでみましょう。
- 興味をもったことや「なぜだろう。」「どうしてだろう。」と疑問に思ったことは、辞書や図鑑などを使って自分で調べたり、家族に相談したりしましょう。

ワンポイントアドバイス

- パソコン利用は約束を守って—
- ◇ パソコンは家族共有場所に設置しましょう。
- ◇ インターネットについては、調べる目的や内容を把握しましょう。
- ◇ インターネット上（SNSの利用をふくめて）のトラブルから身を守ることにに関して、約束をつくっておきましょう。



中学校1・2年生

学習時間のめやす
70分～80分

中学生の生活リズムと学習習慣を身につけよう



- 「早寝・早起」「しっかり朝食をとる」などの基本的な生活習慣を見直しましょう。部活動なども始まり生活リズムが大きく変わります。まず、中学生の生活リズムに慣れることが大切です。
- 「思春期」を迎え、心と体の成長がアンバランスになりがちで、ちょっとしたことで不安・悩みを抱えやすくなります。
- 自我が芽生え、親や周囲の者に反抗的になったり、仲間や友達の影響を強く受けたりします。
- ◆教科ごとに先生が替わる、いわゆる教科担任制になります。
- ◆小学校に比べ学習内容が深まり、量も多くなります。
- ◆宿題が、出る出ないにかかわらず、自分で計画的に学習を進める必要があります。授業で「何を学んだか」「何ができるようになったか」「どのようにして学んだか」などを振り返りましょう。
- ◆定期テスト（中間や期末）があります。直前の学習だけでなく、日頃の積み重ねが大切です。
- ◆職場体験学習等を通じて、働くこと、生きることを実感し、自分の将来について考えることが大切です。

家庭学習 3つのポイント

Point1 生活リズムの中に家庭学習を ～最初が肝心～

- ・まずは習慣化が大切。中学生の生活リズムの中にも家庭学習は大切です。部活動などとの両立は慣れるまで大変ですが、時間を有効に使うことを心がけましょう。

Point2 家庭学習の方法を工夫しよう ～自分流を確立しよう～

- ・家庭学習の内容は、予習や復習を中心に行えばよいでしょう。どちらに重きを置くかは教科にもよるので担当の先生に聞きましょう。レポートや作品等の課題は見通しをもって取り組み、期限を守って提出しましょう。
- ・その日のうちに授業の振り返りを行い、ノート整理や教科書・プリントを使ったポイント整理などをしておくことが定期テスト時に非常に役立ちます。
- ・興味・関心のあることや身近なこと、地域・社会・世界の出来事に目を向け、学習したことを関連付けたり、活用したりしてみましょう。

Point3 わからないときは ～聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥～

- ・わからないことが出てきたらできるだけ早く解決することです。友達や先生に相談するとよいでしょう。自信をもって問題を解いたり、テストで答えを導き出したりするためには、自分でしっかり理解できていることが大切です。

中学校3年生



将来を見すえた目標をもち、努力しよう



■自分の進路を選択する時期となり節目の時です。気持ちが不安定になり、あせったり、いらだったりしがちです。本人だけでなく、家族も不安になりがちです。保護者の不安が、子どもに影響を及ぼすこともあります。本人も家族も正しい進路情報を得ましょう。

■将来を見すえた具体的な目標をもつことが、意欲の向上につながります。

◆3年生の学習内容は、1・2年生からかけ離れて難しいわけではありませんが、今までの総復習をするための時間が必要になります。

◆毎日の授業を大切に、基礎・基本を確実に身につけることが大切です。授業で「何を学んだのか」「何ができるようになったか」「どのようにして学んだか」などを振り返りましょう。

◆学校では行事や部活動において中心的な立場となります。時間の使い方を工夫し、けじめをつけて、学習との両立をはかりましょう。



家庭学習 3つのポイント

Point1 日頃の積み重ねが力になる ～あせらず一歩一歩～

- ・今までの家庭学習を継続・発展させ、着実に力をつけていきましょう。
- ・起床から就寝までの生活スケジュールの見直しを行い、時間を有効に使いましょ。
- ・予定通り学習を進めたら、家庭学習ノートや学習計画表等にチェックしていくことも自分への励ましになります。

Point2 年間スケジュールを考えよう ～時期を考慮して～

- ・夢や将来に向けて、学習計画を立て家庭学習に向かいましょう。3年生の生活は、変化のある一年です。年間のスケジュールを見通して考えることで、自分のすべきことが明確になります。
- ・長期の休み(夏休み・冬休み)は継続的に学習できる絶好の機会です。計画的に過ごしましょう。特に苦手な教科や分野について、さかのぼってじっくりと確認することもとても有効的です。

Point3 家族で話し合いましょう ～「安らぎ」と「支え」を～

- ・家族であっても話をしないとお互いの心の内はわからないものです。将来の希望等について、話し合いの時間を持ちましょう。
- ・気分が不安定で、いらだったり反抗したりもしますが、家族の気遣いが大変うれしい時期でもあります。じっくりと話を聞く時間を持ち、励まし続けましょう！

家庭では
こんな学習を



中学校 1・2・3年生

継続は力なり

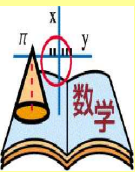
※時々、チェック欄に鉛筆でチェックをしながら、できているかを確認しましょう。



- 毎日一度は声に出して、教科書を読みましょう。繰り返して読むことで自然と読解力がついてきます。
- 漢字は何度も書いて、確実に身につけましょう。
- 意味のわからない語句は、国語辞典で調べて確かめておきましょう。
- 興味や関心のある事柄や分野を題材とした本を、積極的に読みましょう。



- 地域や社会の出来事や話題にも目を向け関心を持ち、学習したことを関連付けたり、自分でも考えてみたりする習慣をつけましょう。
- 教科書や資料集を繰り返し読んで学習し、内容の理解を深めるように努めましょう。
- 授業中に学習したことを、自分流に分かりやすく工夫してまとめてみましょう。



- 授業で取り組んだ計算問題を、その日のうちにやり直し、復習しておきましょう。何度もくり返すことが大切です。
- 文章題の問題も解いてみましょう。振り返ったときにわかるよう、思考の過程がわかるようノート等に記入してみましょう。
- まちがえた所は、もう一度見直して完全にできるようにしましょう。



- 観察・実験から得た結果や記録、図やグラフなどの資料を見ながら、なぜそうなるのか考え、説明できるようにしましょう。
- 身の回りのできごとや自然に関することに疑問や関心をもって調べてみましょう。また学習したことを、日常生活と関連付けて考えてみましょう。長期の休みには、興味・関心のある課題を見つけ、仮説を立て、観察・実験を行い、解決してみましょう。



- 新出語（句）や基本文、授業で学習した英文は、必ず声に出して読んでみましょう。読めたら、その意味を日本語で書いて、今度はその日本語を見ながら英文で言ったり書いたりできるようにしましょう。
- 英語を聞いたり読んだりして、話し手や書き手の意向について考えてみましょう。また英語を用いて自分の考えを話したり、書いたりしてみましょう。

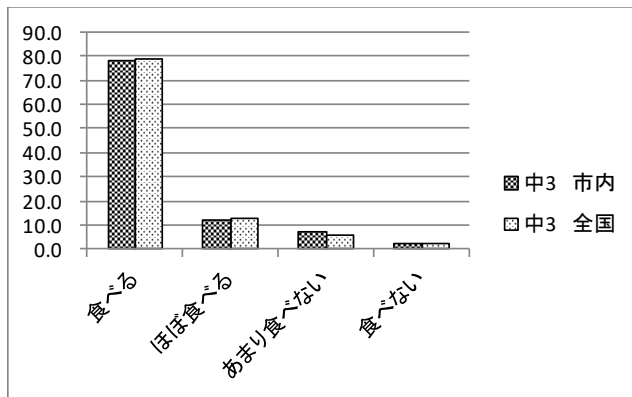
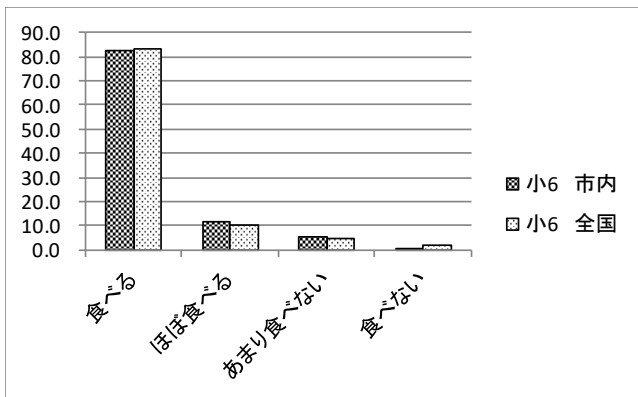


- 家族の一員としての役割をもち、それをしっかり果たしましょう。
- 音楽会や展覧会に行くなど、素晴らしい芸術にふれる機会をたくさんつくりましょう。
- スポーツなどで体を動かし、健康の保持増進に心がけましょう。

【資料】(令和7年度全国学力・学習状況調査 児童生徒質問紙集計結果より)

1 朝食の摂食状況について

食事は人間の生命の基盤であり、生活を営む上で不可欠なものです。特に心身の成長期にある子どもたちにとっては、規則正しい食生活が、栄養のバランス面だけでなく、心身のバランスにも強く影響するといわれています。中学生の朝食摂取状況は、小学生に比べその割合が減少する傾向にあります。学ぶための土台として、しっかり朝食をとりましょう。

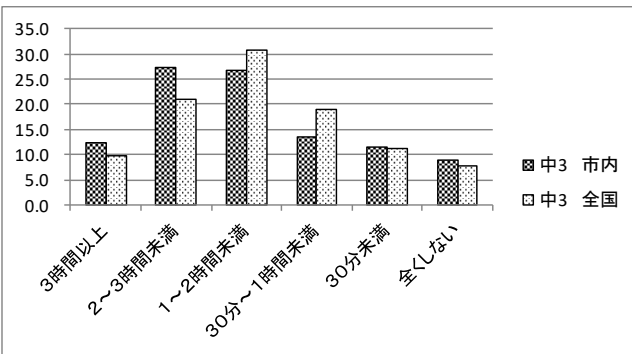
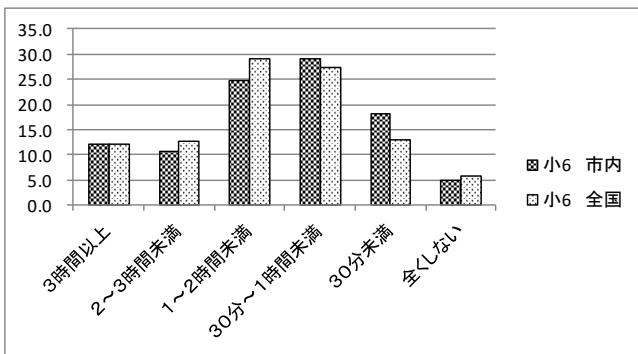


◎ポイント1 「朝食をしっかりとり、一日の良いスタートを。」

- ・朝食をとる時間を考えた起床時刻を設定しましょう。

2 学校の授業時間以外での1日当たりの学習時間（月～金曜日）について（インターネットを活用して学ぶ時間や学習塾等も含む）

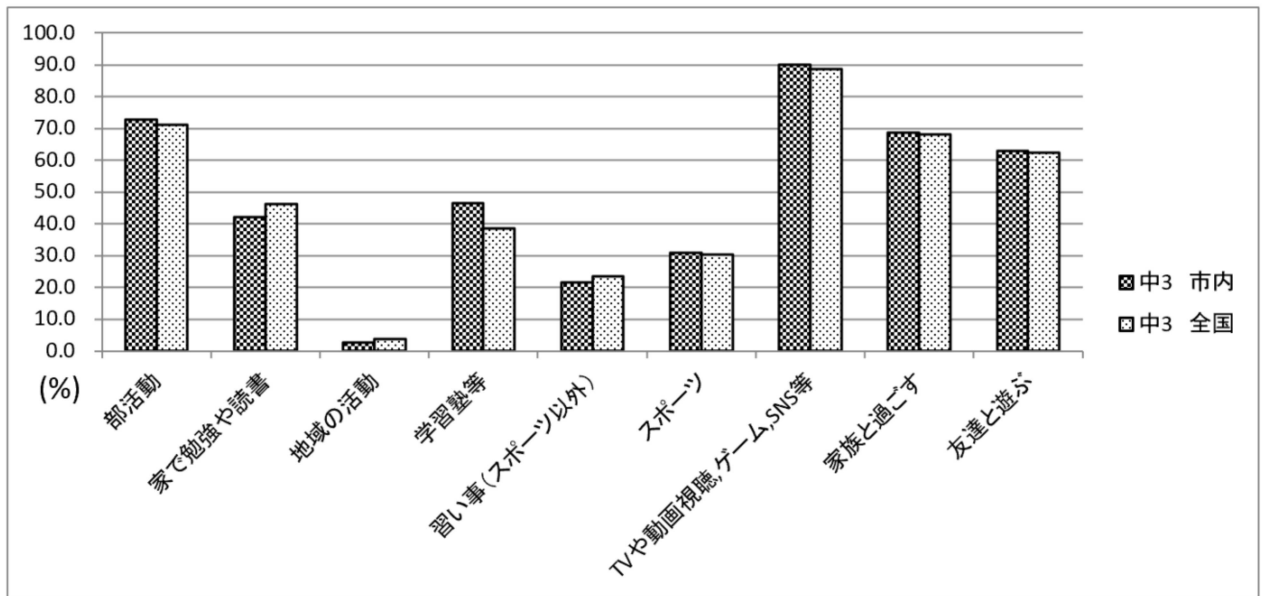
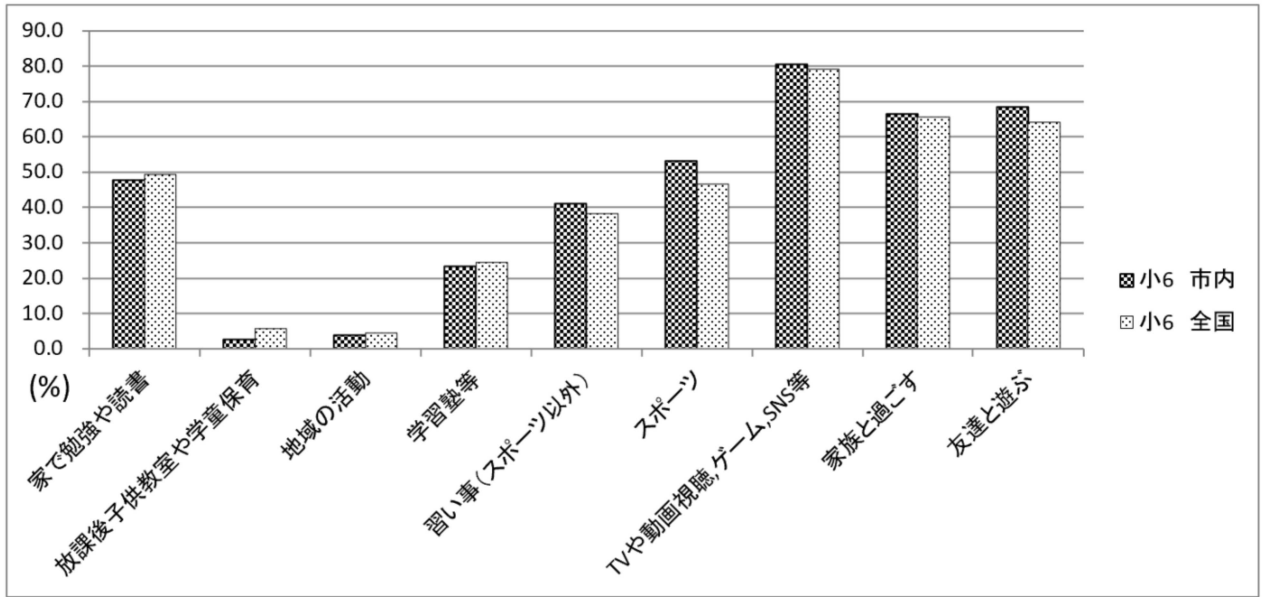
学習の定着を図るためには、継続的な家庭学習が大切です。そのためには、家庭での学習を始める時刻を決めておくことや、発達の段階に応じた目標を設定するなど、計画的に進めることが有効です。また、ほめたり励ましたりすることも、家庭での学習が定着するための大切なポイントの一つです。



◎ポイント2 「生活リズムに家庭学習の時間の位置づけを。」

- ・「学ぶ」習慣の定着のためには、根気強く、励ましながら声をかけるようにしましょう。
- ・学習する時刻、時間、場所を決めて取り組ませるようにしましょう。

3 放課後の過ごし方について（令和6年度資料）



情報化社会の進展に伴って、様々な情報機器が生活の中で大きな役割を果たしています。子どもたちにとって身近なテレビの視聴やゲーム、携帯電話やスマートフォン等の使用は生活に楽しみや利便性をもたらす一方、過度の視聴や使用による生活の乱れが指摘されています。これは、読書時間や学習時間、睡眠時間の確保に大きな影響を与えています。


◎ポイント 3 「テレビの視聴やゲーム、パソコン、携帯電話・スマートフォン等を使用する場合は、ルールを決めて。」

- ・テレビの視聴やゲーム・パソコン・携帯電話・スマートフォン等を使用する場合は、一日合計1～2時間以内にする。
- ・約束事を守ることが、生活のリズムをつくります。
(購入前の約束決めが大切です。)
- ・学習に集中できる環境を家族全員で整えましょう。
(「ながら勉強」をしない等)

〈 役立つサイト 〉

- いせはら☆こどもまなび広場(伊勢原市教育センター)
<https://www.isehara.ed.jp/komahiro/>
- 科学館チャンネル(伊勢原市立子ども科学館)
<https://www.city.isehara.kanagawa.jp/kagakukan/docs/2020052200065/>
- 課題解決教材をやってみよう!(神奈川県教育委員会)
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/v3p/gakushushien/kadaikaiketsu/yattemiyou.html>
- 子供たちの未来をはぐくむ 家庭教育(文部科学省)
<http://katei.mext.go.jp/>
- 子ども読書の情報館(文部科学省)
<https://www.kodomodokusyo.go.jp/>

〈 相談機関 〉

- 「24時間子どもSOSダイヤル」
相談専用電話 0120-0-78310 (0466) 81-8111
【利用時間】 24時間・365日受付
 - 「不登校ほっとライン」
相談専用電話 (0466) 81-0185
【利用時間】 8:45～16:45 (年末年始 休み)
 - 「かながわ子ども・若者総合相談LINE」(本人以外の家族や周囲の方も相談可能)
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/t7e/kowaka/201909kowakalinesoudan.html>
【利用時間】 火・木・土 14:00～21:00 (祝休日、年末年始 休み)
- 

～伊勢原市の相談機関～

- 伊勢原市青少年相談室
＜青少年相談室メール相談＞ young-soudan@isehara-city.jp
＜青少年相談＞(保護者用) TEL 0463-94-1030
＜ヤングテレホン＞ TEL 0463-96-0800
 - 伊勢原市教育センター TEL 0463-94-8900 (相談専用)
 - 伊勢原市教育委員会教育指導課 TEL 0463-74-5247 (直通)
- 【電話相談の利用時間】
月～金 9:00～17:00(年末年始・祝日を除く)



伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

〈 本冊子の作成協力者名簿 〉



— 初 版 —

猪俣 秀哉	(伊勢原市 P T A 連絡協議会会長)		
安達 拓人	(伊勢原市中学生学力討論会議長)		中沢中学校生徒会長)
高橋 憲秋	(伊勢原市小学校教育研究会会長)		
川口 久雄	(伊勢原市中学校教育研究会会長)		
柴田 尚	(伊勢原小学校教諭)	佐々木 典久	(大山小学校教諭)
葛貫 泰代	(高部屋小学校教諭)	小永井 毅	(比々多小学校教諭)
飯塚 貞夫	(成瀬小学校教諭)	山田 一聡	(大田小学校教諭)
畠中 智恵子	(桜台小学校教諭)	佐野 智子	(緑台小学校教諭)
布施 典子	(竹園小学校教諭)	江川 幸子	(石田小学校教諭)
斎藤 浩一	(山王中学校教諭)	深澤 しのぶ	(成瀬中学校教諭)
大高 敏夫	(伊勢原中学校教諭)	高橋 正義	(中沢中学校教諭)

◇伊勢原市教育委員会においては、次の者が編集に当たった。

高橋 俊一	(指導室長)	石黒 利昌	(教育センター所長)
関野 栄子	(指導室指導主事)	岩田 利通	(指導室指導主事)

— 平成23年度改訂版 —

稲垣 強	(伊勢原市 P T A 連絡協議会会長)		
藤川 高伊智	(伊勢原市 P T A 連絡協議会副会長)		
谷山 敬子	(伊勢原市小学校教育研究会会長)		
高橋 俊一	(伊勢原市中学校校長会会長)		
布施 典子	(伊勢原小学校教諭)	小永井 毅	(比々多小学校教諭)
山田 一聡	(大田小学校教諭)	高橋 正義	(成瀬中学校教諭)
若林 忠俊	(伊勢原中学校教諭)	古谷 仁志	(中沢中学校教諭)

※伊勢原市中学校生徒会リーダー研修会の意見も踏まえ検討。

◇伊勢原市教育委員会においては、次の者が編集に当たった。

能條 公夫	(指導室長)	萩山 忠範	(指導室指導主事)
-------	--------	-------	-----------

—令和3年度改訂版—

間宮 敬一 (伊勢原市PTA連絡協議会会長)
水島 圭一 (伊勢原市PTA連絡協議会副会長)
杉山 正宏 (伊勢原市小学校教育研究会会長)
北村 雅彦 (伊勢原市中学校教育研究会会長)
大川 詞乃武 (緑台小学校総括教諭) 齋藤 京子 (山王中学校総括教諭)
斯波 良将 (竹園小学校教諭) 吉村 太一 (成瀬中学校教諭)
※伊勢原市中学校生徒会リーダー研修会の討論の内容も踏まえて検討

◇伊勢原市教育委員会においては、次の者が編集に当たった。

今井 仁吾 (教育指導課長) 西野 厚志 (教育指導課指導主事)

家庭学習の手引き 学びのすすめ
～すすんで学ぶ子どもに～

発行	平成19年3月
改訂	平成23年3月
一部改訂	平成31年3月
一部改訂	令和2年3月
改訂	令和3年3月
一部改訂	令和4年3月
一部改訂	令和5年3月
一部改訂	令和6年3月
一部改訂	令和7年3月

伊勢原市教育委員会教育指導課
〒259-1188 伊勢原市田中348
電話 0463-94-4711

習慣という怪物は、どのような悪事にもたちまち人を無感覚にさせてしまうが、半面それは天使の役割もする。終始、良い行いをなさるようお心がけになれば、はじめは慣れぬ借着も、いつかは身についた普段着同様、おいおいお肌に慣れてくるものです。今宵一夜をおつつしみなさい。あすの夜はもっと楽になりましょう。その次はさらにたやすく。こうして習いは性となり、人は、知らぬまに、悪魔を手なずけられもしようし、それを追い出してしまうことも出来る。

シェイクスピア 戯曲「ハムレット」より



伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

伊勢原市教育委員会