

親子でHAPPYな夏休みづくりを

もうすぐ待ちに待った夏休み。子どもたちにはうれしい夏休み。
でも、お母さんはちょっぴり複雑…。有意義な夏休みにするために、親ができることは？
幼児教育を専門とする宮城教育大学の佐藤哲也先生に伺いました。



宮城教育大学
佐藤 哲也 先生

2011年3月宮城教育大学に赴任。現在、仙台市立あきづ幼稚園学校評議員、仙台市子ども子育て会議委員、大阪市立幼稚園民営化にかかる幼稚園関係者協議会助言者。専門は幼児教育学、アメリカ教育思想史。保育者の研修支援、幼稚園や保育所の保護者への啓発活動にも協力している。高校生と小学生の2児の父。PTA役員として保護者視点から学校教育に関わっている。

家族の足並みを揃える

一夏休みを前に悩んでいるお母さんも多いようです。

保育所は夏休みがありませんから、お子さんを幼稚園に通わせている保護者の方々が、いろいろと心配されていると思います。

私が関西に暮らしていた頃、夏にとある認定こども園にお邪魔したんです。そこには普段とかわらず、たくさんのお子さんがいました。本来であれば「夏休み」がある「幼稚園型」のお子たちでも通園していました。家にいてもやることのないからです。おまけにその年は猛暑だったので、エアコンを回すと電気代がかかる。家にいてもよいことがないんですね。だからこども園に来る。こども園にはお友だちもいますからね。

その光景を見て、ああ保護者の方もいろいろと苦労されているんだなあと感じました。

一佐藤先生は、有意義な夏休みを送るためにどんなことが必要だとお考えですか？

まず、何かをしつける、やらせることよりも「早寝・早起き・朝ごはん」が基本。子どもの生活のリズムをくずさないことが大切です。

長期のお休みになると、子どもたちはいつい大人につられて夜更かしをしよう。それが原因でお父さんが出勤して、お母さんは家事をしているのに、いつまでも寝床から出てこない。それはいけないと思います。なぜなら、家族の足並みが揃わなければ、お母さんのペースが崩れてしまう。それが少なから

ずお母さんにストレスを招くことになります。夏休みを有意義に過ごすためには、日頃の生活リズムをどう維持していくのか、これがポイントになると思います。

しかしその一方で、子どもが家にいる間、親は無理がない程度に寄り添ってあげて欲しいと思います。子どもが幼く、親に依存している間は、ぜひお父さんのペースに合わせてあげてください。うちの子は現在高校1年生と小学校6年生ですが、二人とも勝手にやっています。「お父さん」「お母さん」と言ってくれていた頃が懐かしいくらい(笑)。

一どの程度、子どもに合わせればいいのでしょうか？

子どもに合わせると言っても、朝ごはんからお昼までのせいぜい3時間くらいだと思います。お昼ご飯を食べて、その後うとうとして、そうすれば2時か3時です。幼稚園から帰宅する時間です。だから午後の生活はいつもと大差がないはず。

普段であれば幼稚園にいる約3時間をお母さんが意識して、対応して欲しいと思います。子どもの甘えを受け止めたり、やりたいことができる状況を作ってあげたり。夏休みぐらい、テレビも大目に見てあげましょう。お母さんも子どもも、無理する必要はありません。

子どもは家にいても、自分で好きなことを見つけて取り組むはず。興味がある事柄に主体的に関わっていくことができる子に、幼稚園が育ててくれているからです。子どもは、家にいても退屈せず、自分で何かを発見して遊ぶことができると思います。

一たしかに、そうですね。

しかし、お母さんは先生の代わりにはなりません。そこに子どもたちは物足りなさを感じるかもしれません。

そこで、幼稚園で味わっていた充実感をある程度、家庭でも保障してあげることも大事です。たとえば、毎日ではなく、週一回でもいい。地域の児童館やイベントに向かうのもよいでしょう。

郡部にお住まいの方には、児童館やイベントを見つけるにはなかなか難しい環境かもしれません。そうした場合は、子ども会に参加する、あるいは園庭開放や夏季保育をじょうずに利用していただきたいですね。

そして、意外と知られていないのはコンクールです。

一コンクールですか？

そうですね。インターネットで調べると、作文やお絵描き、工作など、子どもを対象としたさまざまなコンクールが実施されているようです。

幼児にも目的意識に導かれる活動、チャレンジが必要です。「このコンクールに参加してみよう」「○○ちゃんなら1等とれるよ」と、お子さんに目的を与える。または、お母さんも一緒に取り組んでみるのもよいでしょう。

夏休みの生活に、ちょっとしたアクセントをつけてみてはいかがでしょうか。

夏休み、だからこそ

一注意点はありますか？

気を付けていただきたいのは、まず健康面。宮城の夏が過ごしやすいいとは言え、食欲が落ちたり、寝不足になったりします。アイスやジュースといった体を冷やすものを必要以上に摂取しがちです。一般論として、体温が低下すると抵抗力が落ちると言われています。エアコンの設定温度や使用時間についてよく考えていただきたいですね。

また、事故も注意しなければなりません。毎年痛ましいニュースを耳にしますよね。夏の事故は熱中症や水の事故など、さまざまです。子どもを車内に絶対に放置しないこと。外出の際は水筒や飲み物を持参すること。「ジュースはダメ!」「我慢しなさい!」とかたいことを言わずに、しっかりと水分補給をしてください。

また、夏休みですから、ひょっとしたら親の知らぬ間に、子ども同士でふらりと出かけてしまうこともあるかもしれない。

私の妻は専業主婦ですが、6年生の息子が心配なので、家計が大変でもパートなどは控えて、家で見守りたいと話しています。子どもが急に具合が悪くなるかもしれない、ご近所に迷惑をかけてしまうかもしれない、親の留守に友だちが自宅に押しつけて悪さをすることも、地震のような災害が勃発するかもしれないなど、何かあった場合、親が責任を持ってない状況を作るのが怖いとお母さんも多いのではないのでしょうか。

「夏休みに入ったら、子どもと一緒に散歩をしましょう」と言われています。危機管理の面で大切であると思います。例えば、子どもは園

バス通いなので、地域のことを意外と知らない。「ここは危険だよ」「ここは飛び出したらだめよ」と、お母さんが子どもを散歩に連れ出して実地教育することも必要です。

さらに、夏休みはお母さんと一緒にお買い物する機会が増えるでしょう。そこで気になるのが変質者との遭遇です。夏は薄着でし、肌を広く露出します。変な人から写真を撮られたり、声をかけられたりしないように、保護者が気を付けてあげてください。そして絶対に子どもから目を離さないこと。ショッピングセンターやスーパーなど生活施設だから安心だと、油断してはなりません。

一宿題への向き合わせ方についてはいかがですか？ある企業の調査結果では、宿題や家庭学習の取り組み方を不安視する親が多く見受けられました。

なるほど、たしかにそうですね。しかし、私自身は子どもの頃、宿題やらずに外へ飛び出して行ったタイプだったので、宿題なんてやらなくてもどうにかなると思っています(笑)。

また、幸運なことに、うちの子どもたちは小心者で「宿題が終わらないと遊べない!」と、夏休みに入るとすぐに宿題に取り掛かっています。そのため我が子の宿題に苦労した経験はありません。子どもたちは、宿題を終わらせて遊び呆けていました。

正直なところ、宿題をやらぬから学力が低下する、あるいは遅れる、とは私は思いませんね(笑)。

一(笑)。

とは言え、宿題をしないことでストレスが生じることは間違いありません。それは親にとっても子どもにとっても不幸なことですね。だったら、保護者がある程度は宿題を見てあげればよいと思います。小学1、2年生の宿題なん

で大した課題は出ませんから(笑)。「なんでできないの!」「どうして解けないの!」などと叱らずに、10分でも20分でもいいので、寄り添っていただきたいと思います。きっと宿題も早く終わるでしょう。親子共々ストレスから解放されるのであれば、ハッピーですよ!

経済的に余裕があり、お母さんの息抜きができて、子どもが楽しめるのであれば、幼児教室や習い事をさせるのもよいでしょう。ただし、子どもに過度の期待をしたり、結果が出ないことを責めてはいけません。

夏休みはただか1ヶ月。神経質になる必要はありません(笑)。「夏休みだから子どもに何かさせなければ!」「夏休みを無駄にしてはいけない」と感じられる保護者の方もおられるかもしれません。しかし、取り返しのつかないのはケガや病気です。

一いつも通り過ごして良いと言うことですね。

ええ、そうですね。夏休みもいつも通り、平々凡々と生活してはいかがでしょうか。

しかし夏休みだからこそ、子どもが一生忘れない思い出を作っておきたいと思うのが親心です。海に行ったり山に行ったり、旅行に行ったり、帰省したり、ふだん体験できないファミリーイベントに楽しく参加できるように、心身の健康に注意して、宿題は夏休みの始めにコツコツ取り組んでおいた方が賢明かもしれません。

…ただ、どうなのでしょう。宿題をやらず、ストレスを抱えたまま学校に行く経験をするので、図太い性格が育まれるかもしれない。

一逆説ですね(笑)。

長所は短所になり、短所は長所になります。そういう負の経験も、案外必要なかもしれないですよ(笑)。

