

成人

問い合わせ 保健センター ☎985-4118

行事	場所	月日曜	時間	内容	備考
個別栄養相談	保健センター	1月10日(水)	13:00~16:00 (申込制) ※1週間前まで	管理栄養士による糖尿病・高血圧・痛風・腎臓病・肝臓病・高脂血症・肥満などの食事指導と相談	お1人1時間の相談です。
		1月24日(水)			
		2月13日(火)			
健康相談	保健センター	随(月)~(金)時	8:30~17:00	○血圧測定 ※自動血圧計もあります。	健康手帳持参 (お持ちの方)
	中川原公民館	2月9日(金)	13:30~14:30	○血圧測定 ※転倒予防について	
デイケア (精神障害者社会 復帰促進対策事業)	保健センター	1月5日(金)	9:30~15:00 (申込制)	○お茶会	参加を希望される方は必ず保健師までご相談ください。
		2月2日(金)		○卓球 ○食事会	
健診	松山市農協北伊予支所	1月18日(木)	8:30~11:30	総合健診を今年度受けられなかった方はこちらの健診も利用できます。 問い合わせ 松山市農協北伊予支所 ☎984-2171	

補導センターだより

家庭でのしつけ(躾)

松前町青少年補導センター所長

村上 朋子

あなたの家庭は、どうですか？

「家族であいさつしていますか？」  
「おはよう」「行ってらっしゃい」「お帰りなさい」のあいさつ。たった一言なのに、省いていませんか。こんな簡単なコミュニケーションでも毎日交わせば、子どもの様子、意外と分かるものです。

「家族で食事していますか？」  
子どものことだけ知っていますか。子どもの良い所、友達、好きなもの、得意なこと...忙しい中でも、家族みんなで食事をするように心掛ければ、会話も増えて、子どものこと、きつと無関心ではられないはず。会話の弾む明るい家庭、子どもにとって、ほっとする居場所になるのです。

「友達親子になっていませんか？」  
子どものしつけはだれがするの。それはもちろん、家庭です。あなたは、友達のような仲良い親子だから良い親子だと勘違いしていませんか。親は子どもにとって、最も身近なお手本です。親として愛情をもって子どもに接し、社会のルールを教え、人との関わり方を学ばせなければ、どんな大人になるのでしょうか。

しつけは、単に基本的な生活習

慣を身に付けるだけでなく、人間として最も大切なことがらを身につけ、社会の一員として自立し、貢献できるように育つために必要なことと言えます。子どもにとって一番身近な師は親であり、家庭です。心豊かで思いやりがあり、だから信頼される人に育てるためには、親自身が自己向上をめざし学び続けていく姿勢が求められるでしょう。

- ◆家庭でのしつけのポイント◆
- ① 子どもとの対話を多くしましょう。
  - ② 健康な身体をつくりましょう。
  - ③ 社会参加をすすみましょう。
  - ④ 進路選択には個性・適性を尊重しましょう。
  - ⑤ 子どもと友達に関心をもちましょう。
  - ⑥ 性について語り合える家庭にしましょう。(性〳〳生きること)
  - ⑦ 豊かな感性、たくましい心を育てましょう。
  - ⑧ 学ぶ楽しさを知り、学ぶ意欲をわかせましょう。
  - ⑨ 社会のルールを学び、守らせましょう。
  - ⑩ 家族みんなで家事に参加しましょう。