

生きる力、学ぶ力は学校だけで身につくものではありません。また、学校の勉強（教科学習）だけが学習ではありません。きちんとした生活の中で学ぶ基礎が形成されます。学ぶ基礎は、心技体の充実が無ければ成り立ちません。そこに家庭生活の大切さがあります。家庭生活や学校生活、社会生活の中でわがままを押さえ、相手を大切に、協力しあってがまん強く自己を伸ばす努力をしていく生き方を培うことが人間力となり、生きる力になります。特に小中学校時代は、生涯にわたって人間力向上を目指す生き方を身につける基礎を育む大切な時期です。そこで、「家庭生活の手引き」を作成し、学校では取り組みを始めました。しかし、これは、子どものいる家庭だけでなく町民の全員が共通理解し、皆さまで取り組んでいただくことが大事になりますのでよろしくお願いいたします。

御代田町教育委員会 3校校長会 御代田町連合PTA

# 家庭生活の手引き



時は金なり  
一寸の光陰  
軽んずべからず

子どもの生きる力、学ぶ力を育てるには、人間力を高めることが必要です

## 御代田町教育委員会の考える人間力とは

- 1、個として自立し、学び続け、他を尊重し共感的に生きる力
- 2、社会のルールや規範を守り、責任と義務を果たす力
- 3、歴史や伝統を尊重し、豊かな文化形成に向け創造的に生きる力

## きちんとした家庭生活を送るために

<p>家族の絆や体験を深める</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 一家だんらんの時間をつくりましょう</li> <li>② 気持ち良い挨拶、姿勢、発声を心がけましょう</li> <li>③ 食事の時はテレビを消して会話を多くしましょう</li> <li>④ 家事の分担・手伝いを多く経験しましょう</li> <li>⑤ 外遊びや自然体験、体力づくりを多くしましょう</li> <li>⑥ 奉仕作業など社会経験を多くしましょう</li> </ol>	<p>生活習慣を確立する</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 早寝早起きをしましょう</li> <li>② 朝ごはん・夕ごはんをきちんと食べましょう</li> <li>③ テレビやゲーム、メールなどの時間を話しあって決め、実行しましょう</li> <li>④ 寝る前に明日の持ち物を確かめましょう</li> <li>⑤ 得意な事を粘り強く取り組みましょう</li> <li>⑥ ルールを守り周りの人と良い関係を築きましょう</li> </ol>	<p>家庭学習の習慣化を図る</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 宿題以外にも予習・復習をしましょう</li> <li>② 読書・新聞など進んで活字にふれましょう</li> <li>③ 日記や感想、記録など作文の経験を多くしましょう</li> <li>④ 得意教科を伸ばすように調べ・まとめをしましょう</li> <li>⑤ 生活時間表を作り、家族の協力で決めた時間は集中して家庭学習を実行しましょう</li> </ol>
我が家で取り組むこと	我が家で取り組むこと	我が家で取り組むこと

\*上の中から、特に我が家で取り組むことを話しあって記入し、家族みんなで協力して毎日取り組みましょう。(我が家の家訓)

## セネガル共和国の概要

- 面積 197,161km<sup>2</sup>(日本の約半分)
- 人口 1,270万人
- 首都 ダカール
- 主言語 フランス語(ウオロフ語、プ  
ラル語など各民族語あり)
- 主要産業 農業(落花生、粟、綿花)、  
漁業(まぐろ、かつお、  
えび、たこ)



セネガル共和国  
(フランス語:  
République du  
Sénégal)、通称  
セネガルは、西

は北大西洋に面し、アフリカ大陸の西部に位置する国家です。気候は、熱帯乾燥気候であり、季節は乾季と雨季で構成されています。住民は多様な民族からなっており、主にウオロフ人、セレール人、プル人、トゥクロール人で構成されています。



セネガルの人々とするコミュニティはとも楽しく、充実した任地での毎日がスタートしました。活動は、まだ始まったばかり、セネガル人とたくさん話しあい、積極的にコミュニケーションをとっていき、充実した活動にするために頑張ろうと思います。



## 青年海外協力隊【看護師】

# セネガルで頑張ってます!!

### テイエスでの現地語学訓練!

一カ月間セネガル人の家庭にホームステイしながら、現地語の語学訓練を受けました。ホームステイ先は、11人家族の大家族。でもセネガルでは普通なんです。毎日子どもたちに囲まれながら遊び、セネガルの文化、宗教、セネガル人の生活習慣を実際に経験することができた貴重な1カ月でした。

その後、任地タンバクンダ州へ配属され、一人で生活しながらの活動が始まりました。タンバクンダ州は、気温40度以上あり、水道をひねるとでてくるお水は熱く、お湯になっています。当分は、暑さに体を慣らし生きていくことが第一目標です!

今は毎日病院に通って、現状把握をするために病院中を歩き回り、いろんな人とあいさつをして、まずは自分が何をしに来たか、顔を覚えてもらうために頑張っています。その成果ができたのか、最近では病院を歩いているだけで、みんな私の名前を呼んで話しかけてくれます。

セネガルはとてもあいさつに重きをおく国です。一回のあいさつは10分以上かかります。そのため、行きたいところに行くまでにとっても時間がかかりますが、

## 坂本夏希さん(児玉区在住・昭和57年生まれ)

「青年海外協力隊に参加する」というずっとずっと抱いてきた夢…15年以上たった今、ついに夢のとびらがひらきます。



私は、両親の仕事の関係で海外で12年間を過ごし、その時から「青年海外協力隊に入って海外で活動する」という夢がありました。看護師として佐久市内の病院で5年間勤め、その後青年海外協力隊に応募し合格。65日間の日本での派遣前訓練を終えて、3月24日からセネガルでの生活と活動が始まりました。

私の活動内容は、セネガルのタンバクンダ州病院において、病院内の整理・整頓・清掃・清潔・躰の5S活動を行い、普及させ、保健・医療サービスの質の向上を目指すことです。何よりも、協力隊への参加を暖かく見守り、いつも応援してくれている家族・友だちへの感謝の気持ちを忘れずに、今までの経験をフルに活かして、元気いっぱい頑張ります。