



子育てのおもいで

市民のかたからご応募いただいた「子育てのおもいで」作品を紹介します。



宿題をやりたがらない小学生の息子との闘いの日々。強制的にやらされることが大嫌いだっ
た息子は、毎日毎日、1時間も2時間も暴れ泣きしていました。ある日、私は息子に問いまし
た。「どうしたら苦しまずに宿題ができるのかな？」すると息子は「切羽詰まったら出来る。」
と。「いつになったら切羽詰まるの？」と問えば「朝だ。」と答えました。それ以来、息子は自
分で早朝に起き、猛烈な勢いで宿題をするようになりました。ときどき寝坊して大慌てしてい
ましたが・・・。

今では懐かしく、笑える思い出です。

幡羅地区在住 Hさん 応募作品

どのご家庭でも一度は経験することですよ。

お子さんの態度にイライラすることもあったと思いますが、お子さんと向き合っ
て話し合いお子さんの考えを尊重し、その自主性を大切に投稿者さんの対応は、とて
も素晴らしいですね。

今では笑い合える思い出話なんて素敵です。きっと良い親子関係を築けているのだ
と思います。これからもそんな素敵な親子でいてください。



家庭教育アドバイザー

「渋沢栄一」をイメージした「ありがとう給食」

昨年度の調理コンクールに
おいて、常盤小学校が「埼玉県・
さいたま市教育委員会教育長
賞」を受賞した献立です。
新紙幣発行の7月3日に深谷
市内の小中学校全校で実施し
ました。今回は「鶏肉のコンフ
ィ」を紹介します。



親子で
クッキング♪

鶏肉のコンフィ ～ブルーベリーを使って～

コンフィとは、食材を低温の油でゆっく
り加熱したフランス料理のことです。

藍の生産に携わり、フランスに渡航し、
甘いものを好んだ渋沢栄一翁をイメージ
しています。



【作り方】

- ① 鶏肉にニンニク、調味料で下味をつける。
- ② フライパンに薄くオリーブ油を敷き、中火で焼き色がつくまで、
両面をじっくり焼く。
- ③ ブルベリーソースとりんご酢、水を合わせて加熱し、ソースを作る。
(電子レンジ 600w1分30秒)
- ④ 鶏肉を皿に盛り付けてから、ソースを肉に添える。



【材料】4人分

- 鶏もも肉 360g (4等分)
- 塩 小さじ1/3
- 黒こしょう 少々
- ニンニク 1/2片 (みじん切)
- 白ワイン 小さじ1
- オリーブ油 大さじ1
- りんご酢 小さじ1
- ソース 水 大さじ1
- ☆ブルーベリーソース 大さじ8

☆ブルーベリーソースの作り方

- ブルーベリー (冷凍) 100g
 - A 砂糖 大さじ4
 - レモン汁 小さじ1
- Aを混ぜ合わせて電子レンジ
600Wで2分加熱し、よく混ぜ
ながら冷まします。

(文：市内中学校栄養教諭)

家庭教育だより

まごころ



編集・発行 深谷市教育委員会 生涯学習スポーツ振興課

家庭教育だより「まごころ」編集委員会

〒366-8501 深谷市仲町 11-1 TEL048-572-9581



No.54

令和6年8月号

渋沢栄一翁を育てた家庭の力

「みんなが嬉しいのが、いちばんなんだで」

「みんなが嬉しいのが、いちばんなんだで」この言葉は、深谷市出身の渋沢栄一を描いた大河ド
ラマ「青天を衝け」の中で、母親が幼い栄一に語った言葉です。ドラマを視聴されたかたをはじめ、
多くの皆さんが、ご存じのことと思います。栄一が送った波乱万丈の人生のどの場面においても、
この言葉が貫かれたことを強く感じることができます。

「誰もが幸せに生きていける国をつくる」ことを目指して、多くの会社設立などの
経済活動をすすめ、社会福祉や教育、世界平和に至るまで、社会公共事業の分野でも
多大なる貢献をした栄一の根底に流れる考え方です。まさに「三つ子の魂 百まで」で
あり、家庭教育の重要性を物語る良いモデルといえます。また、深谷市教育委員会が
すすめる「忠恕の心」の源を見ることができます。



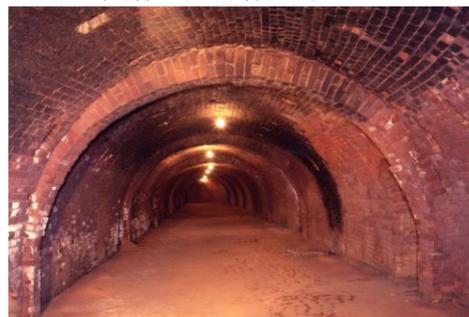
去る7月3日に渋沢栄一の肖像が入った新一万円札が発行され、日本中に流通していきます。
同様に、「忠恕の心」を大切にできる子供たちの育成が、深谷市の家庭を中心にして、より広い
地域に浸透していくことは、大変、素晴らしいことだと思います。

「教育は、家庭の教えで芽を出し、学校の教えで花が咲き、社会の教えで実を結ぶ」という言葉
もあるように、家庭教育は人間形成の基盤です。これからも、深谷市の家庭教育が、思いやりを
持ち、多くの人の幸せを願う健やかな子供たちの育成に大きな力となっていくこと、そして、そ
の発信源となっていくことを願います。

(文：深谷市社会教育指導員)

ふっかちゃんオススメ！～市内の学び場・遊び場紹介～

ホフマン輪窯6号窯 (旧レンガ工場跡)



ドイツ人ホフマン考案の煉瓦焼成窯だよ！
東京駅の赤レンガもここで造られたんだ～！
8月10日(土)～18日(日)の9時～16時(最終入場15時
30分)は一部公開しているよ！詳しくはHPをチェック！

【所在地】深谷市上敷免28-10

親子で
ぜひ行ってみてね！



青淵公園



中の家の北側にある大きな公園だよ！
たくさん遊具があって、特に大きな滑り台が印象的
なんだ～！
四季折々にいろんなお花が咲いて綺麗だよ！

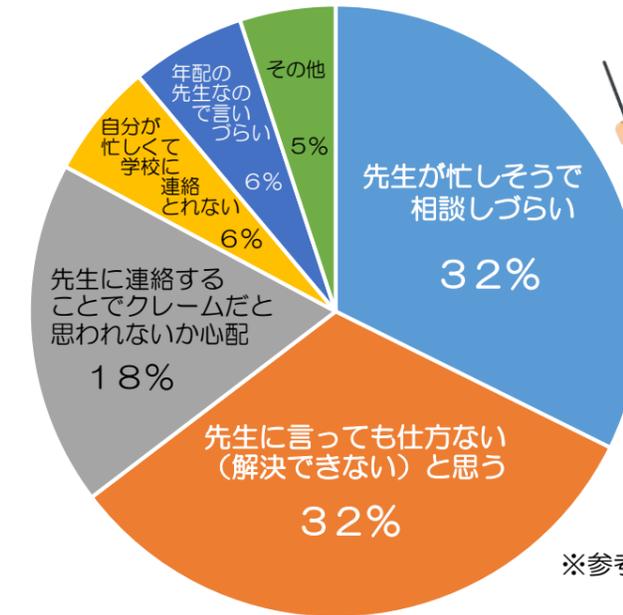
【所在地】深谷市下手計1241

～学校の先生とお話していますか～

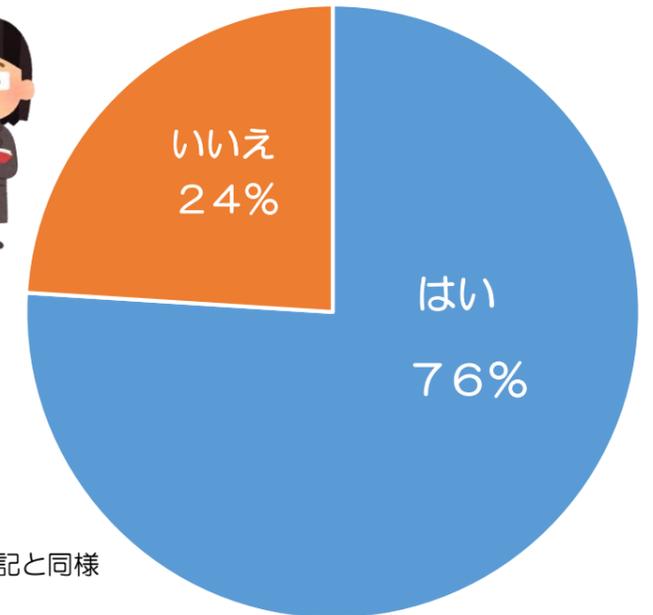
みなさん、学校の先生とコミュニケーションを取っていますか？

下のようなデータがあります。このデータを見ると24%の保護者のかたが取れていないと答えています。また、取れていない理由として、「先生が忙しそうで相談しづらい」「先生に言っても仕方ない」「クレームだと思われなか心配」の理由がありました。

コミュニケーションが取れない理由はなんでしょうか



担任の先生とのコミュニケーションは取れていると思いますか

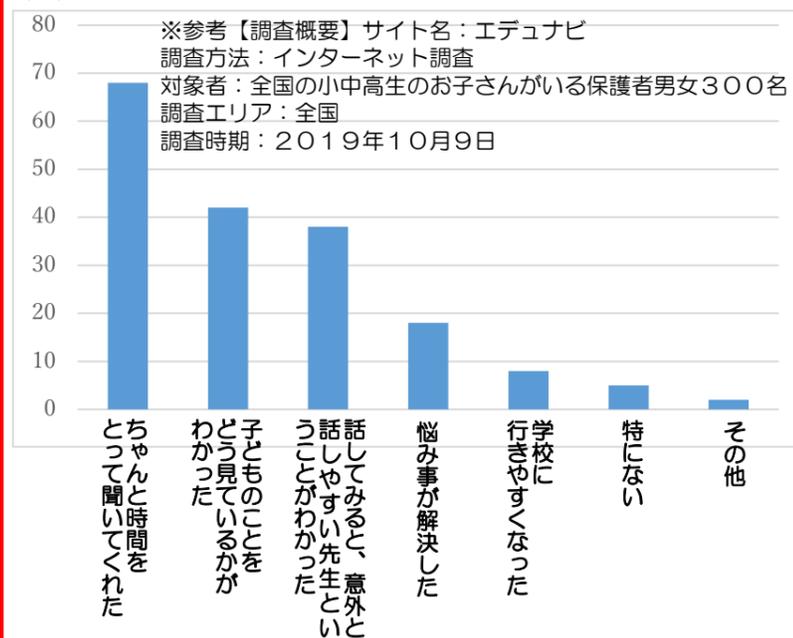


※参考 下記と同様

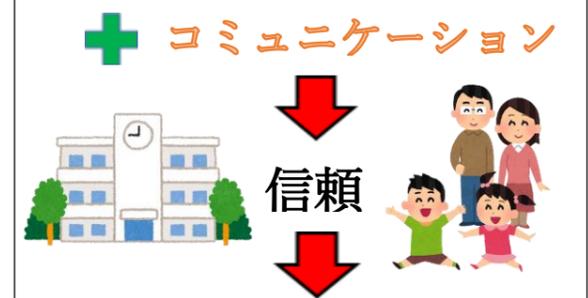
学校と保護者の皆さんの共通の願いは「**子供の成長・自立**」です。そのため、お互いに対して「尊敬」の心を持ちながらのコミュニケーションは、不可欠です。先生も毎日子どもたちの成長を願い、褒め、時には戒め、また意図的に黙って見守り、一緒になって多くの体験をしていく中で、子供たちの「成長・自立」を促しています。

保護者の皆さんの中には、子供が学校の話をしなかったり、学校での様子が見えづらかったりなどと、不安を感じている人がいるかもしれません。そのためにも学校では、「三者面談」「教育相談」「授業参観」「フリー参観」「学校行事」等、家では見られない姿をみてもらうために行っています。これは、学校としても大切な機会でもあります。学校のことを知ってもらい、お互いの信頼を深めるための機会です。「お互いのことを知る」＝「信頼」ではないでしょうか。学校での機会を上手に活用し、学校の先生とコミュニケーションをとってみてください。

(%) 先生に相談してみて良かったことはありますか



学校と保護者が互いに尊敬



<みんなの願い>
子供の成長・自立

(文：市内中学校主幹教諭)

土・水・光・風

自然にふれておどほう！

いろいろな感覚機能を体験して感じたことは子どもの脳を育てていくよ。

イヤイヤは成長へのステップ

自分の思いを表現することは成長の証。親は大変な体験だけど、受け止めてもらうことで安心して成長できるよ。大人は息抜きも心掛けてね。

子どものどうしてだろう？

に耳を傾けよう

正解じゃなくてもいいんだよ。一緒に考えることが子どもの考える力の基礎を育むよ。

お手伝い

子どもに積極的にお手伝いを頼もう。できたら感謝を言葉にして伝えると子どものやる気と自信につながるよ。

親子でいっぱい体験！

幼児期の体験が子どもの心を育てます。親子でいっぱい楽しみましょう！



親の声で本を読み聞かせよう

うまくなくても大丈夫。子どもの反応に共感しながら一緒にその物語を楽しむことで、子どもの中に満足感が生まれるよ。

一緒にごはんを食べよう

メディアを消して食卓を囲むと会話も弾むね。大人もスマホを我慢しよう。

おでかけを楽しもう

いつもと違った体験は子どもの世界観を広げるよ。大人も子どもも楽しんでね！

親子でふれあおう

親子で手つなぎくるりんぱなんてどうかな？ひっくり返る体験は子どもにとってすごく楽しいことだよ。

(文：市内幼稚園・保育園代表)



あつ～い夏は

めんえきりよく

免疫力ダウンに要注意！



夏休みに入り、さまざまな理由から免疫力(=体をウイルスや細菌から守る力)が下がりがちです。免疫力が下がると、夏かぜや胃腸炎などにかかりやすくなります。深谷の偉人渋沢栄一翁は、江戸時代1840年に生まれ、91歳で亡くなりました。当時としては、とても長生きをされた栄一翁は、決まった時間に寝起きし、好き嫌いせずに栄養に配慮した食事を食べていたそうです。

免疫力を下げないコツは、毎日の生活習慣をほんの少し見直すことです。元気に夏を乗り切るために、「免疫力アップ」を意識した生活を心がけましょう！

涼しい室内と暑い屋外の気温差で自律神経が乱れる

室温28℃を目安にエアコンの設定温度を下げ過ぎないようにしましょう。扇風機などを一緒に使うと効果的です。

“シャワーだけ入浴”で疲れがとれない

夏でもお風呂に浸かることで、免疫力を上げることができます。冷えた体を温めるためにはシャワーではなく、お風呂にゆっくり入りましょう。

冷たい食べ物・飲み物で胃腸が冷える

タンパク質(肉・魚・卵)やビタミン・ミネラル(野菜・果物)を積極的にとりましょう。野菜たっぷりのお味噌汁やスープ、豚肉料理がおすすめです。

夜ふかしや熱帯夜で睡眠不足

夜ふかしせず、毎日決まった時間に起きて朝日を浴びましょう。寝るときはエアコンの設定温度を調節し、着心地の良い服で寝ましょう。

※参考「健」(日本学校保健研修社)

(文：市内小学校養護教諭)