



家族の一員として できることを見つけよう！



冬休みは年末・年始の行事などもあり、一年の中でも家族と過ごす時間がたくさんありますが、新しい年をむかえるための準備などでとても忙しい時期でもあります。そこで、よい機会ですのでみなさんも「家族の一員」として自分にもできることを見つけ、進んでお手伝いをしてみましょう。すると、家の中には自分が知らなかった仕事がたくさんあること、家族ひとりひとりが協力しながら生活していること、自分にもできることがあること、などなど、いろいろな発見ができますよ。

自分のできることが見つかったら、「この仕事はぼくの仕事！」「私にまかせて！」という気持ちで続けてみましょう。自分なりの“工夫”をしながらやってみるのもおもしろいです。

来年はいろいろな“プロ”が誕生しそうですね。“おふろそうじ”のプロ？“洗たくものをたたむ”プロ？ あなたは何のプロになるのかな？



お正月の遊び、知ってる？



はねつき・・・1年の厄（いろいろな悪いできごと）をはね、子どものすこやかな成長を願う
失敗したときに顔にぬる“墨”（すみ）は魔除（まよけ）の意味がある

たこあげ・・・たこが高くあがるほど願いごとが神様にとどくので、願いがかなう
高くあがるほど元気に育つ

かるた・・・子どもが遊びながら字やことわざ、“生活に必要な知恵”をおぼえられるようにと
考えられた教材のひとつ



ふくわらい・・・目かくしをして目、鼻、口を顔のりんかくの絵の上に正しくおくことができるかを
楽しむ遊び。できあがった顔を見て思わず笑ってしまい、“笑う門には福来る”の
ことわざのように、年の初めに笑うことで幸せを願う

こままわし・・・“物事が円滑（えんかつ）に回る”に通じて縁起（えんぎ）がよい



みなさんもよく知っている遊びですよ。ひとつひとつにいろいろな説がありますが、“子どものすこやかな成長”や“幸せ”を願っていることがわかります。

家族で過ごす時間が多く、また、親せきが集まるお正月。みんなで流行のゲームをするのもいいですが、お正月の遊びで楽しみませんか？

皆さんの中には、周りの人に相談できない悩みのある人もいます。
そんな悩みを聞いてくれる窓口があるので、一人で悩まないでね。秘密は守られます。
とにかく話をしてみてください。話をするだけでも気持ちが楽になることがありますよ。

いじめ・不登校などの なやみ相談

学校に行きたくないなど、悩んで困っているあなたや、保護者の方からの話を聞いています。
一人で悩まず相談しよう。

- ★相談日・時間 月～金（祝祭日・年末年始はお休みです）
午前9時～午後5時
- ★場 所 千曲市総合教育センター（教育相談センター） 埴生中学校隣 おおとりプラザ内
- ★相談方法 電話相談・面接相談
- ★電話番号 026-273-5105（直通） ※ 相談に関する秘密は厳守します。



青少年の生活相談

少年少女・青少年の生活における全般的な相談を受けています。

- ★相談日・時間 原則：月・水・金
（祝祭日・年末年始はお休みです）
午前9時～午後4時 ※都合により変わる場合があります
- ★相談方法 電話相談・メール相談・面接相談（面談は予約が必要です）
- ★場 所 千曲市役所戸倉倉庫3階 少年育成センター（生涯学習課内）
- ★電話番号 026-273-1111（内線6344）
- ★メー ル youth@city.chikuma.nagano.jp

※相談に関する秘密は厳守します。

子どもの総合相談窓口

友だちのこと、家族のこと、どんなことでも悩んだときに話を聞いてくれます。
また、子どもに関することであれば、大人も相談できます。秘密は必ず守られます。

- ★相談日・時間 月～土（日曜・祝日・年末年始はお休みです）
午前10時～午後6時
- ★相談方法 電話相談・メール相談・面談相談（面談は予約が必要です）
- ★場 所 長野県庁本館4階 長野県こども支援センター（こども・家庭課内）
- ★電話番号 0800-800-8035（無料のこども専用ダイヤルです）
026-225-9330（大人用）
- ★メー ル kodomo-shien@pref.nagano.lg.jp

※メールのお返事に時間がかかることがあります。



発行：千曲市教育委員会 生涯学習課 生涯学習係
〒389-0892 千曲市大字戸倉 2388 番地
TEL：026-273-1111 内線 6351 FAX：026-275-0591
E-mail：shogaku@city.chikuma.nagano.jp