

ママのための

教育編Vo.01
2026.1.27発行

北九なび

元気と学びのチョイメモコラム

「うちの子、やる気がない」「勉強が長続きしない」そんなママの悩みの原因の多くは、実は「性格」よりも「環境」と「言葉の伝え方」にあります。「勉強しなさい」「今からやろうと思ってた」というやり取りをしたことはありませんか？

子どもが伸びる家の共通点

～勉強より大切な
“環境”とママの関わり方～

1 「自分で決めたこと」をやり遂げようとする

人間は自分の言葉に責任を持つとします。伸びる子の家は子どもに選択させるという傾向があります。自分でやると決めたことはやります。小さな子には選択肢を与えて選んでもらう。というのいいやり方だと思います。(私の家では3歳ころから選択させています)

2 伸びる子の家には“安心感”がある

人は安心して初めて、新しいことに挑戦できます。「出来ていないことを叱る」よりも「出来ていることを褒める」この積み重ねが、子どもの自己肯定感を育てます。成長するにつれて出来ていることに目が向かなくなります。しかし、出来ていることは必ずあります。そこに目を向けてあげるには「機嫌よくいること」「心に余裕があること」が大切です。逆にママに余裕がなく疲れ切っているとちょっとしたことでイライラしてダメなことに目が向くようになります。そして、子どもの集中力や挑戦力に大きな影響を及ぼします。

3 子育ては“環境づくり”が8割

教育の土台は勉強ではなく子どもと親の心の状態。だからこそ、ママ自身のケア・心に余裕を持つことが一番の教育投資になるのです。

ママのメンタルを整えるためには家族の個性を知ることです。どうすれば自分の気持ちが相手に伝わるのか？お互いの気持ちを共有できるのか知ると、自分の心に余裕が出来て家庭全体が穏やかに変わります。「子どものための教育」は「ママの心と体を整えること」です。ASTREAでは **家族の個性診断や心と体の癒し時間** を提供しております。ぜひ一度、自分と家族のために癒しと学びの時間を過ごしに来てください。

アストレア王子 (安田 聡史)

米ぬか100%酵素風呂 ASTREA 代表



社交ダンス講師、元学習塾講師
元保険営業マンの経験を活かし、
現在は妻(元看護師)と共に「からだ・脳・暮らしの整え方」を発信。
3児の父として家庭・仕事・健康のバランスを実践中。

100%米ぬか酵素風呂
社交ダンスレッスン

HEALTH & BEAUTY SALON

ASTREA

北九州市八幡西区春日台1丁目13-10(サンリブ三ヶ森徒歩2分)

酵素風呂 レンタルサロン イベント 講演セミナー

Instagram



ご予約
お問い合わせ



北九なびに
寄稿しています

