

「健康教育」

-----沒有健康的身心就沒有健康的教育-----

這是 1911 年、河合集團創業者藥學博士・河合龜太郎提倡的企業理念

本刊是為了提供提倡更多的有用的育兒情報，祈願孩子們的健康成長，而發行的季期刊。我們壹直致力於傳承創業者・河合龜太郎的「健康教育」的理念。希望您今後也愛讀本刊。

目錄

- 3 聰明的人去大學，不聰明的人做有錢人
- 9 培育孩子「生存能力」的整理收拾方法
- 15 概況

聰明的人去大學，不聰明的人做有錢人

幼兒教育研究家

平川 裕貴

序

觸及歐美文化…

有壹天，和加拿大人朋友壹起小酌，不經意談到稅金用法的話題…「美國投入大量稅金在軍事上。加拿大把醫療擺在第壹位，教育擺在第二位。因此，幼兒園和小學校可以免費，或者充其量壹年只 3 萬日元左右。政府提供資金讓幼兒園和小學必須接受全體入學希望者」

「那樣的話，如果受歡迎的學校有很多人想入學而教室不足怎麼辦？」我說。「造教室就好了。政府提供費用。而且，如果，有障礙的孩子入園的話，那個孩子如果需要花費精力的話雇人就好。政府也提供那個份兒的費用」。

包含上班族時代，我和歐美的年輕人接觸有 30 年以上。期間，屢次對他們說的歐美的想法和制度感到吃驚，同時有很多時候會想「日本也導入這樣制度的話多好啊」「日本也變成那樣多好啊」。

多年接觸西洋文化感到西洋東洋真的正相反。東洋要是右西洋就是左，西洋是上東洋就是下，東洋若是前西洋就是後，完全好象誰刻意創造的。

我接觸的不是特別的人們，是過著非常普通的生活的普通歐美人的想法和習慣。就像我們日本人有多年積累的獨自的知惠壹樣，歐美人的智慧也是凝縮而成的。

「也有這樣的想法！」「也有這樣的方法！」歐美人的智慧可能有讓日本變得更好的暗示。

取日本和歐美的優點得話日本壹定變得更好！

帶著這樣得期待，我想把自己接觸過的歐美的想法介紹壹下。

親子關係

男孩子做家務也是理所應當

歐美的父母，把「孩子的自立」做為育兒目標。所謂『自立』，不是自己能應付身邊的事而是能自己獨立生活。為此，做飯菜，洗滌和掃除，都理所應當的做自己的份兒。當然，男孩子還要會自己掙錢吃飯。

我遇到的美國，加拿大和澳洲的年輕人們，連男孩子也自己烹調，房間也打掃得漂亮幹淨，穿的衣服也自己洗好熨好。

他們說「大家都這樣」，有壹次我問壹個男性加拿大人，「為什麼歐美的男生可以做到那樣呢」。他思考了壹下說「可能大家都認為那樣比較帥」。

在歐美大家認為做了是理所應當，不做是不體面的。
希望被大家認為「有風度，帥氣」所以努力去做。
人的行為可能有時動機意外的單純。

母親和男孩子的關係

在歐美，男孩子的話，被認為如果過度長期吸母親的母乳的話，孩子將會在性上面受影響，所以盡快的斷奶。美國甚至在「吸母乳到幾歲比較合宜」的問題上起了爭論。

所以歐美人對日本的男孩子挺大了還和母親壹起泡澡感到驚訝，
首先，歐美壹般不會在家人面前不穿衣服，會和兄弟壹起淋灑洗澡但不會和母親壹起洗。

有壹次，我的學校裏有壹個法國人的男孩子和日本的男孩子很要好，帶了他去日本的澡堂。二人都不過只 5 歲，法國人男孩子在澡堂裏對裸體非常躊躇。
然後，他的母親壹直認為去澡堂的話壹定要帶上游泳褲，聽到「赤身裸體進去」的壹刹那驚呆了。

而且，和那個小朋友的母親壹起進入女人浴室，內心裏非常擔心其影響。當然這是對日本文化的很好體驗。

在歐美，認為男性應該剛強，所以母親壹般嚴厲的教育男孩子，培育孩子剛強。嚴厲管教，盡早和孩子保持距離，這和什麼都照顧的日本的母親和男孩子的關係正相反。

孩子是社會的寄存品

歐美有不能生孩子的夫婦或經濟條件好的家庭會迎接沒有雙親而寄在設施裏的孩子做養子。
而且並不壹定是同壹民族，也有白人的家庭收養了非洲人或亞洲人的孩子做養子。

然後做養子的高中畢業後作為壹個成人做為社會的壹員走自己的人生。

按照日本人的感覺是疑問能不能把養子和自己的孩子壹視同仁的養育，但是歐美沒有這樣的危懼。

日本是認為自己的孩子是從自己肚子裏受痛生出來的，自己的所有意思比較強。但是歐美「孩子是社會的寄存品」的意識比較強，而不是當為自己的所有物。

所以即使是異民族他們也能毫無抵抗的迎接。

但是壹旦作為養子被迎接的話，那就無關人種和肌膚，家族和周圍的人都把他當家庭的壹員來看待。和「有沒有痛過母親的肚子」是沒有關係的。

I'm proud of you

歐美的父母經常給孩子灌輸「父母的話是絕對的」。因為是意見自由的社會，不那樣的話父母會控制不了孩子。

我偶然在英國人薩利的 4 歲的孩子壹直叫「想吃零食」的時候在場，但是她怎麼都沒有聽孩子的要求。面對這樣糾纏的孩子日本的媽媽肯定屈服了，但是薩利的態度讓我看到「我是媽媽」的尊嚴和驕傲。

說到驕傲，歐美的母親在表揚孩子的時候經常說“ I’ m proud of you. ” 「我為妳而驕傲」直接和本人也說，當別人表揚自己的孩子的時候也說“ I’ m proud of him(her). ”

「我為妳而驕傲」的說法也有給孩子傳達「這樣培養妳的是我哦」的意思。

比起日本的「妳很努力啊」「妳很棒啊」這些誇獎的話來的讓人感覺得到父母的尊嚴和威嚴。會不會覺得這樣的誇獎是讓孩子理解尊敬父母的立場的好方法？

讓我認為歐美的孩子尊重父母也是有受到言語的影響的。

教育

交流能力

歐美社會是清楚表達自我意見的社會，所以意見不同或對立也是理所當然的。

加拿大人的剖羅說小孩子的時候和周圍的朋友表達意見壹致時說「我也這樣想」時，老師壹定說「不是這樣吧」。

歐美個人的意見和思考受到重視，學校上課也不是單方向的教，讓孩子記。

他們從小就被訓練持有自己的意見。即使是很荒唐的意見也比不講好多了。

當然知識也很重要，有很多需要記住的東西。知識只要掌握記住的方法，壹個人也能學。而學到的東西怎麼實際運用更受重視。

因為大家都有自己的意見，在社會中和他人怎樣更好的相處交流比日本人想象的更受重視。

所以，歐美的父母讓孩子在家盡可能的和其他孩子玩耍。孩子們在壹起玩時難免爭吵和搶奪，這是訓練他們自己怎麼解決的絕好機會。對於孩子們來說，玩耍是學習，是和工作壹樣。

大學要拿獎學金去

我經營外國人講師的英語會話學校多年。錄取的英語老師的歐美年青人大多是拿著獎學金去的大學。大學畢業後，為了還獎學金，因為日本當時的工資比較高就來日本工作。

在日本父母給學費上大大學是理所應當的，所以當時以為他們都是貧困家庭的孩子。但是實際也有孩子住在帶著游泳池的像宮殿壹樣房子裏。

和他們說話才知道，歐美的父母基本上供錢給他們到高中。

像之前所說的父母的工作是「供孩子到 18 歲」，孩子高中畢業父母的責任也結束了。換句話說歐美「養孩子的工作到 18 歲就退休」。

父母的錢終歸都是父母的東西。孩子不以父母的錢為目的，想去大學的話拿獎學金去，畢業了自己還。

社會結構

社會經驗受到高度評價

歐美是認為在生活上或是經濟上自立是很帥氣的社會。

但是當然學校生活學不到社會上的事情。所以歐美的年青人通過各種義工活動和鐘點工的經歷來過渡自立。這些經驗會得到在日本意想不到的高評價。所以他們的履歷書裏會把壹周的鐘點工寫的非常詳細。

不管做什麼樣的工作，經驗都不會受到負的評價。

例如從日本人來看犯罪是負的經驗，但是歐美並不會因它受到社會的排斥。

意識到時改邪歸正的話什麼時候都能敗者復活。因黑客行為被捕的青年也能被高薪聘用。

為什麼呢，因為從負的經驗獲得的知識也可以在社會中靈活運用。優秀的技能變為敵人的話是恐怖的，但是成為夥伴的話就能壯膽。

然後年齡，學歷，已婚或未婚，肉體上有沒有障礙，有沒有孩子不會像日本壹樣受重視。

當然，歐美人沒有把自己的私人問題帶到工作中，在工作上有專業人士的姿態。

在漫長的人生途中，有其他想做的事的時候任何時候都可以轉換方向。比起在畢業時不認知社會的時候選擇壹生都要持續的工作的日本人來能好多倍的享受人生的快樂，這樣想的只有我嗎？

日本社會和歐美社會的不壹樣

在這兒我們看看日本社會和歐美社會的思考方法的不壹樣。

日本的很多企業喜歡招收剛畢業的社員，換句話說就是喜歡接收沒有被染色的白色狀態的。

然後，根據每個公司的做法和想法培養員工，建立長期的雇用關係即是終生雇用制，不過最近也有了很多變化。

日本在入社儀式後就開始各種新人研修和訓練，花錢教大家怎麼工作。而且還不會做事情的時候就給發工資。

日本認為社員為會社所屬的意識比較強。

不過歐美企業和日本比起來幹練很多。

如果決定就業去公司的話，他們會告訴你「妳的座位在那兒」然後立刻給你工作。更本沒有考慮入社式啊連手帶腳的進修等這些公司承擔費用並花時間訓練公司職員的事項。

不管做什麼事情妳拿工資的那天起就應該是專業人士，如果妳走來走去不知道做什麼別人會當妳做傻瓜不理妳。

和日本的剛進公司時「不會是理所當然」的想法正相反。在日本，新人和資格深老的社員壹樣能幹的話會被說「自大」而不被理睬。

日本公司把員工培育為符合自己公司的專業人士。而歐美的公司是把各個領域的專業人士聚集在壹起構築自己的組織。

聰明的人去大學，不聰明的人做有錢人

「聰明的人去大學，不聰明的人做有錢人」這是加拿大的諺語。

聰明的人喜歡學習。想要研究更深的學問，記憶力，集中力，洞察力和分析力等都很優秀的人應該去大學深造。

聰明的人為了進更好的會社不是為了賺錢，而是為了深造知識去大學。這也是大學本來的作用，而對於本人來說繼續研究學問成為自己的生活動力。

另壹方面，加拿大的有技術職能的，不管是中學畢業還是高中畢業只要技術得到評價就能拿高工資。

聽了這些話時我想「這是合理的，這難道不是大家都能贊同的理想的社會形態嗎」。而且這是「現在的日本最需要的西洋的智慧」。我個人這樣解釋這句話的意思。

「頭腦好的人，有知識智慧為社會做貢獻受尊重，有技能的人，用技術為社會做貢獻做有錢人」

聰明也好不聰明也好都能幸福的社會。

結尾

新的價值創造

每個人的能力特性和性格都不壹樣。。有的人計算很有能力，有的人記憶力很好。有的人能說會道，有的人手很巧。很會創造的人和很有領導能力的人，很有藝術才能的人和很有運動能力的人。

我認為會社就像「拼圖的畫」。如果誰都想站在中央做事的話，畫就完成不了。光是鮮艷的顏色也做不出讓人感動的有深度的畫。各個地方需要不同色彩的元素。

社會也是完全壹樣。每壹個拼板不管在那個位置都是非常重要的，少了壹個都完成不了而成為缺欠品，沒有哪個是不必要的。

每個人都能夠認識自己的能力和特性，這些都能在社會中運用發揮的話，每個人都能感到自己是「社會必要的壹員」，就能好好的生活。

只是我成長的高度發展的時代和現在有天地之差。然後，地球環境年年惡化，自然威脅也越來越多。

非常遺憾，現在的年青人，還有將要長成大人的孩子們的未來並不是非常樂觀。

所以我認為孩子們更加需要增強自己肉體和精神力量，增加知識智慧，不管到了世界的哪兒，有什麼事情都能跨越。

現在不論是日本還是歐美，因為科學的進步生活的方式和工作的方式都在激烈的變化，而且是無邊際的環球化社會。

因為認識歐美文化，我也更深切認識到東洋文化的好。

並不是說歐美文化和日本文化哪個好，哪個不好，每個文化都有自己的認同，在此之上互相尊重，互相學習的姿態是很重要的。

為此我希望能盡自己的微力持續發信。

培養孩子生存能力的收拾整理

壹般社團法人 親・子的整理教育研究理事

橋口 真樹子

「快整理了！」—。

每個孩子的媽媽都這樣叫過吧。

每天沒玩沒了的做飯洗衣打掃衛生和在壹邊亂放的孩子，不管喊多少次「快整理了！」，孩子都不動手整理，好不容易開始了，把要放入書架的書拿來讀，要收起來的玩具拿來玩……。

然後收拾的方法也是非常隨便「怎麼就不能折得更好壹些呢？」，「紙張都亂皺皺了！」

媽媽們得整理的煩惱真是沒有盡頭。

「孩子小得時候沒有辦法……。還是我來收拾比較快。」很快這樣就放棄了，請等等，收拾並不是只讓屋子幹淨，是培養孩子「生存能力」的非常重要的育兒法。

收拾裏蘊藏著生存能力

收拾的能力是幸福人生不可欠缺的能力。比如像下面的能力

1.自己選擇決定的能力

「這個要，這個不要。」收拾的時候壹定要通過，什麼是自己必要的，重要的，這樣的選擇過程。小的時候只要選擇玩具和繪本，長大了要選擇上哪個學校，做什麼工作，去哪個公司任職，和誰結婚住在哪等等，要面對很多左右將來的判斷。

人生是選擇和判斷的連續。為了自己的幸福應該怎麼選，有自信的決定判斷需要從小不斷的訓練。

2.不得不做的事情的持續力

學習，工作，收拾等各種各樣的家務事…。即使很忙，即使很累，生活中卻有很多不得不做的事。而能淡淡的完成這些的持續力，可以通過日常的收拾來培養。

沒有必要什麼時候都完美的整理收拾。身體不舒服的時候沒有必要勉強。而這「在能做的範圍內做能做的事」，能讓每天的生活順利回轉。這些經驗培養「很麻煩但是也不得不做」的堅強持續力。

3. 想象將來的事和對方心情的能力

「不收拾的話之後會困擾」，「不收拾的話媽媽的工作量增多媽媽會困擾」

想象後面的結果和別人心情的能力對做為社會壹員的我們非常重要。家庭是社會的最小單位，學習對家庭成員的顧慮，關係到在公共場所不會有給他人帶來麻煩的行為。

整理收拾還能培養其他很多能力。

所以今後讓孩子整理收拾的時候要知道「這不是單純讓孩子整理屋子而是在培養孩子的「生存能力」」。這樣的話，眼前的整理大戰也能變為有價值的有意義的工作。

整理收拾家庭的要領是整理收拾的框架結構×好的方法

家庭內收拾整理的要領是什麼呢？

現在有很多電視雜誌都有整理收拾的專輯傳播「考慮定位，適量，動線，重要的是做好容易整理的框架結構」的概念。

但是家庭內的整理收拾只有「容易收拾的框架結構」是不夠的。

定好框架結構還有更重要的是「和孩子更好的接觸讓孩子更有欲望去做」

家庭內整理收拾 = 整理的框架結構×好的方法

在這兒想告訴大家壹些即使是整理收拾的專家也意外註意不到的事實。

下面順次解說「整理收拾的框架結構」和「好的方法」。

整理收拾家庭的要領 —收拾整齊的結構的規則—

整理收拾的書本雜誌也經常介紹的「收拾整齊的結構」的壹般規則是壹離使用場所近的「固定位置」二孩子也能管理得了得「適量」③和孩子合宜的「收拾方法」

① 離使用場所近的「固定位置」

收拾是「放回原來的的位置」，東西的位置 = 固定位置如果沒有確定下來的話收拾不了。對收拾沒有興趣的孩子也盡力「離使用場所近的固定位置」（「固定位置為沿著活動線的地方」）小孩很難特意收拾到遠的地方即使是大人也難。

比如我們家小時候最經常玩的玩具放在客廳的電視下的抽屜裏。

不用收到孩子的房裏，壹邊看電視也可以壹邊收拾，可以當場收拾的方便的固定的位置。

而且被明確的告之這兒也不收拾的話「不會再買新的玩具給妳」。

最大限度的整頓好收拾的環境並且堂堂正正的告之「自己的東西自己收拾」

② 孩子也能管理得了的「適量」

「適量」是根據家的大小和使用者的年齡而變化。對於孩子的適量大概是「自己壹個人收拾也能 15 分鐘左右完成的量」。

孩子成長的比較快，「現在必要的東西」變化很快。考慮要不要的時候按照「現在在用的東西 = 必要的東西」這個基本原則。現在在穿的衣服，現在在用的玩具，現在在看的書，這樣。

不用的東西從孩子的空間裏拿掉，好好調節孩子管理東西的量。把「不用但還想保管的東西」移到小儲藏室保管。

為了培養「自己選擇決定的能力」，讓孩子自己選擇東西要還是不要。孩子本來整理能力很好。「這個要！這個不要！」判斷的很快。

這個時候比較重要的是媽媽不要過於插手。「這個不要啦？」「這個很貴買的，太可惜了吧」壹次次否定孩子的決定的話，孩子也會漸漸對自己的判斷沒有了信心。

經歷自己決定的成功或失敗也是很重要的學習。媽媽們壹定要在孩子選擇時貼心的站在孩子身邊支持他。

③ 適合孩子的「收納方法」

可能對於媽媽來說理想的收納是在雜誌裏看到的沒有東西擺在外面的「幹淨收納」，白色的籃子整齊的擺著，像樣板房的「整潔收納」壹樣。

但是大部分的孩子並不像媽媽那樣對整理收拾有興趣。對於他們來說比起「好看」來說「容易明白」更重要。

首先先做好「適合孩子的收納」。

適合孩子是考慮孩子用起來方便不方便，太高的架子，太重的抽屜，太複雜的收納方太整齊的折疊法等都是不適合孩子們的例子。

媽媽要為了讓孩子自己能夠好拿進拿出而做出讓步。讓孩子做做試試壹起商量適合的收納方法。

家庭收拾的要領 — 很棒的有關方法的規則 —

那麼框架結構定了以後重要的是「怎麼做」，框架結構和怎麼做定了的話也可說是完成了。

「框架結構定好了孩子們自己就會做好收拾」— 這麼想的話，大部分的媽媽要很失望。為什麼呢？屋子整理漂亮了孩子們很興奮的「哇」了以後還是「比起整理更愛玩」。

那怎麼讓孩子們去做呢？

人的行為理由有 2 種，壹個是「這樣的話結果會很糟糕」的消極理由，還有壹個是「這樣做會有好的結果」的積極理由。

大人的話消極的理由也好積極的理由也好靠自己的意志力來行動，但是對於孩子來說消極的理由沒有辦法推動他去做。

「不要拖拖拉拉的！」

「那個不是在那邊吧？」

「折的整齊壹點不好嗎！」

「下次在叫妳之前自己要做好了。」

是不是壹不小心就這樣說了？

不做的話要挨罵，做了還是要挨罵。

用這樣的方法孩子很可能就討厭收拾了。

讓孩子們用積極的心情去做的話，像下面的例子。

●收拾前

「收拾了我們吃點心哈」—收拾了以後有「好事」的說法。

「馬上要過生日了！想要什麼生日禮物呢？要留個位置給新禮物了，不玩的小禮物給其他的小朋友，留出空間來」—和收期待的禮物連接起來，引導用快樂的心情來整理。

「和媽媽壹起收拾比賽吧！」—用遊戲式的方式孩子就有了幹勁

「能不能幫媽媽壹下？」—幫忙媽媽的話孩子意外的願意

●收拾時

「這本書最近經常讀吧，喜歡什麼地方呢？哦，是嗎，很有意思哦！」「哇，這個很懷念！妳小的時候經常做的，現在長大了，這個也畢業了吧？」

—平時很忙的媽媽和孩子壹起聊天的話孩子都會把收拾的時間當成快樂的時間。

「那我們現在開始把要的東西和不要的分開吧，這個怎麼辦呢？好棒哦，判斷的真快啊！」—孩子很喜歡媽媽的贊美。

「可以由妳做決定」，「妳覺得應該怎麼辦呢？」—給孩子思考的空間，開始自己思考。

「這個是什麼？那這個呢？妳都知道啊！」—大人請教孩子的時候都是充滿自豪感的。

●收拾後

「哇，已經收好了？好快啊！」—孩子喜歡讓大人驚奇。

「謝謝，幫媽媽大忙了！」—讓孩子更多的感受被大人感謝的體驗。

「收拾的很漂亮啊。」—受表揚是大人和孩子都開心的。

「啊，妳收拾了啊，很整齊啊」—長大的孩子並不那麼愛聽受表揚了，但是壹定請傳達「我注意到了」的信息。

孩子的積極情緒怎麼引導，請好好觀察自己的孩子然後快樂的煩惱壹下。

讓家庭協助的關鍵是日常的交流

現在為止寫了收拾的框架結構和怎麼做。

不止是收拾，回望壹下家庭中的相互體諒，同心協力的關係構築有沒有「平時就和家族建立

良好的交流」。

可能有的媽媽會想「我們家是不是對話比較多。」

這時候請想想平時交流的臺詞，比如下面的對話。

「妳回來了，零食要洗手了再吃哦」

「包包要放回原位哦。」

「那有沒有作業啊？作業做玩了再玩哈。」

「快點，吃飯的時間了！」

「糟糕，這個時間了！快睡了」

為了每壹天的生活的順利輪轉，媽媽不得不和孩子說的話真的很多。

但是這些就好像會社裏的「業務聯系」壹樣，和加深家庭感情紐帶的對話不壹樣。

孩子們想和媽媽說的是另外的事。

「我回來了！媽媽，今天學校裏……」

「老師再見！媽媽，那個○○小朋友她今天……」

從學校回來的時候，媽媽來接她的時候，孩子們有很多想講給媽媽聽的事。

這個時候只要2, 3分鐘也行，發指示之前聽聽孩子講話。

比如說

「哦，有這樣的事啊，太意外了！把包包放那，然後過來講給媽媽聽。」

「是嗎？是這樣嗎？那太開心了！今天都很努力啊，那我們吃點心吧，把手洗洗過來。」

不要阻擋了孩子「想和媽媽說！」的欲望，只要給她幾分鐘。

很驚訝，很開心。覺得討厭，很難過……。想想孩子的心情感受，和她同感說「是嗎」。

只需要這樣做壹下，孩子在這之後的洗手，做作業，整理，睡覺等叫她時，她都能以讓妳驚訝的誠實的「知道了！」來回應。

要留意和孩子交流做孩子的「想說各種各樣的事，想問各種各樣的事的對象」。

這樣才能讓孩子「聽媽媽說的。幫媽媽的忙。」

總結：享受家庭團樂而不是房子

家庭生活應該對家庭全體來說是「安逸休息的舒服的空間」。

媽媽要收拾大家的東西忙不過來是個問題，媽媽經常煩燥的說「快收拾了！」對家裏的人怒氣沖天並不是理想的做法。

所以大家都在家的時候，媽媽要把收拾的要求放低。

大家都很舒服的在家做喜愛的事的時候，就是散亂壹點也沒關係。

就是壹直都不是很整潔也沒有關係，只要整理的框架結構做好的話，需要的時候 5 分鐘 10 分鐘就能整理好。

和家人壹起享受快樂的時間而不是和屋子。

就是沒有和家人商量也先定下收拾的位置。

廚房，水的周邊，自己的櫥櫃，墊子等自己壹個人可以判斷整理的地方有很多。

把這些地方機能性的整理的話媽媽的生活會有戲劇性的變化。

比如即使最初家人不幫忙，也變為能自己放回「治愈的地方」。

媽媽的心有余的話，對孩子和丈夫的態度也發生變化。媽媽對家人的態度變化的話，家人的態度也自然變化。

嘆息「不幫忙做」之前，從先發現的人開始改變。

這是改變和家人的時間，空間，交流的最初壹步。

相親相愛的充滿歡笑的家庭，培養孩子的「生存能力」。

讀了這篇文章的大家們我從心底支援大家跨出最初的壹步。

希望了解更多的話請看「這樣搭話 5 分整理！孩子的整理收拾力」這本書。

請到親子整理收拾研究所來參加「親子收拾訓練士 2 級認定講座」。

快樂期待和您的緣分。

■執筆者介紹

平川 裕貴 聰明的人去大學，不聰明的人做有錢人

原日本航空空姐。任職過外資英語學校的總經理後，1988 年在神戶和大阪開設兒童英語學校。是外國人講師引導兒童英語教育的先驅。2006 年，開設英語幼稚園型的學校。雙語培養 3 歲到 6 歲的孩子有廣闊的視野和同情心。和歐美文化接觸多年經驗中，提倡取日本和歐美的優點進行的幼兒教育研究家。壹邊經營學校壹邊把經驗教訓和智慧知識總結執筆活動中。富士電視臺『真的很大!TV』中作為兒童教育評論家出演。執筆面向媽媽的網頁『IT Mama』『ウレぴあ総研 ハピママ』的英語教育專欄。〈著書〉「為了在環球社會生存的孩子—6 歲之前需要教導的禮儀習慣」(Amazon)「5 歲開始還來的及不花錢讓孩子雙語」(彩圖社)

橋口 真樹子 整理收拾培養孩子的生存能力

壹般社團法人 親子的整理教育研究理事 1969 年大阪出生。為了實現丈夫的美國留學夢想夫妻壹起辭職帶著 2 歲的女兒去了美國。在美國的時候因「壹直都很幹淨漂亮的家」而

被詢問方法從而回國後取得整理收納顧問資格。經過演講會和整理諮詢·整理服務等廣泛的活動後和同伴們壹起設立「壹般社團法人親·子的整理收拾教育研究所」，整理收拾和育兒煩惱的父母的最初壹步講座在日本全國中展開，是高壹的女兒和小學 5 年級的兒子的兩個孩子的母親〈這樣搭話 5 分鐘整理！孩子的整理收拾力〉（青月社）

博客：「為了幸福的每壹天的整理力」 <http://seiri-ryoku.jugem.jp/>

■協助園

封面：佼成育子員（東京都 杉並區）

■「健康教育」 概要

季刊「健康教育」是祈願孩子們的健康成長而創刊的。1956 年創刊以來壹直傳承創業者·河合龜太郎的信念。

讀者對象/日本全國中小學校·幼稚園·保育園的學校長，園長和老師，保健主事，醫務室老師，學校飲食相關人員等。

真誠感謝平日愛讀「健康教育」編輯部致力於做更好的期刊，如果能對大家的健康教育的實踐有所幫助。想看的內容和主題，以及各園各學校的介紹（比如我們園在健康教育上有這方面的實踐），以及其他的意見感想請壹定告知我們。諮詢請聯系下面地址

河合藥業株式會社「健康教育」編輯部

〒164 - 0001 東京都中野區中野 6 丁目 3 番 5 號

TEL：03 - 3365 - 1156（代）

FAX：03 - 3365 - 1180

E - mail：genkikko@kawai-kanyu.co.jp

網址：http://www.kawai-kanyu.co.jp