

中文简体字译文

刊前寄语

## 「健康教育」

-----没有健康的身心就没有健康的教育-----

这是 1911 年、河合集团创业者药学博士·河合龟太郎提倡的企业理念

本刊是为了提供提倡更多的有用的育儿情报，祈愿孩子们的健康成长，而发行的季期刊。我们一直致力于传承创业者·河合龟太郎的「健康教育」的理念。希望您今后也爱读本刊。

### 目录

- 3. 孩子长得快的「鼓气」育儿
- 7. 不可用的绘本的读听方法和选择方法
- 15. 概况

## 孩子长得快的「鼓气」育儿

HeartySmile 株式会社代表人

由纪子教育之家

原田纯子

近年对自己没有自信的孩子在增加。财团法人日本青少年研究所的调查中，高中生中两人中有一人的回答结果是「认为自己是不行的人」。这十几年，「夸奖孩子」「夸奖孩子就成长」等，就是被夸很多，对自己没有自信的孩子还是增加感到矛盾。

比如说，孩子「考了一百分」或者「自己会看家」等等，有什么特别的会的时候才关注，表扬的话，被表扬的行动就增加，给与赞美的话孩子就容易控制。然后也有感觉不会的自己是「不行」的孩子。

（这儿是「只评价结果」/「你是主语」/「会做什么了而注目」等，这样的搭话定义为「夸奖」，很棒，很好，好孩子，聪明的孩子，等等）

只表扬的话有可能发生下面的可能性。

1. 为了被表扬而行动
2. 表扬（包含夸奖）渐渐升级
3. 自我肯定感低下（没有自信）
4. 害怕失败（没办法挑战）
5. 成为等指示的人

当然不是不能表扬。被表扬的孩子也开心。也有干劲。但是，比起表扬让孩子成长快的是「鼓气」。

### 从表扬的育儿到鼓气的育儿

给孩子自信，引出孩子的干劲，比起评价性的「表扬」，推荐「鼓气」。

「鼓气」是「给与跨越困难的活力」。父母和老师要是走在前面做超出必要的帮忙的话，孩子失去学习的机会。给孩子自信有必要让孩子自己做各种体验。用自己的力量跨越自己的课题。这样反复心就成长了。

我认为自信不是认为一定能行，不会失败，而是能够有就是失败了也没有关系的想法。

谈到鼓气之前，谢谢给孩子鼓气之上重要的是「信任孩子」

我举办的安多拉心理学为基础的给孩子鼓气的育儿讲座中，重视尊重孩子信赖孩子（相互尊敬，相互信任）。

这儿我们先想想看「信用」和「信赖」的差别。

「信用」是相信对方只在有好根据的时候相信。比如说，帮忙做的不错，拼命努力学习，在努力，听话，相信孩子是好孩子。就是「信用」它不是从基本上相信孩子，而是以现实中「想~」，「在~」的条件下开始相信孩子。

相对于「信赖」，孩子做什么样的行动都继续相信。比如即使有了困惑的行为，也不否定孩子的人格，持续相信孩子的可能性。重要的是「父母和老师等大人的信任让孩子明白被人信任的心情」。

人生经验比较长的大人很容易看孩子是「不会的存在」。就是有「不会的」「什么时候一定会的存在」然后，视为有这种力量，给孩子鼓气是重要的。

从日常中有互相尊敬，互相信任的话，孩子有自我肯定感，自己也能有勇气。

## 注目于理所当然

我小学教师退休后，现在作为心理咨询师和很多的母亲接触，其中，遇到了很多因为育儿不能像自己想象那样，而夹在和理想的缝隙里痛苦的母亲们。本来孩子就不能像想象中那样。在头脑中描绘自己理想的孩子像，不符合就坐立不安。

理想的孩子像为一百点的话，不是不会的就从中减点地看孩子，而是要用加点的育儿看看怎么样？现在，孩子的存在，在你的眼前，孩子的现有的样子已经是满分，然后再加点来看孩子。怀孩子的时候，一定是想「只要孩子健康就好」，

### 1. 回归原点

怀孕的时候，刚出生的时候等，一边打开孩子还小的时候的相册，回想看看当时是以什么样的想法充满内心抱着孩子的。育儿中的母亲大家都说一样的话「忙」「很难有自己的时间」。孩子睡了以后即使是一点点时间也行，希望能有珍惜自己的一点时间。就是仅仅的一点时间，这样的时间可以让母亲的心有宽裕，这可以接连到认识孩子的「好」和「理所应当的好」。

实际能这样做的，能涌出「看孩子小时候的照片就会觉得谢谢你生在我家」「谢谢你活得健康元气」的报告有很多。

然后，给生孩子，到今天为止培养孩子的自己很多的勇气！妈妈每天努力育儿所以孩子很健康的成长。

（当然家务和工作等，这以外的也在加油努力!!）

这样给自己勇气是非常重要的。为什么呢，只有懂得珍惜自己的人才懂得珍惜别人。）

### 2. 比起不会的，注目会的

心理学上人就是比较容易注意到不会的。所以有必要注目意识到正面的。这样成为习惯化。

比起看孩子「不会的」放眼看「会的」，传达给孩子可以引出孩子的干劲。孩子中有无限的可能性。为了引出孩子的无限的可能性，注目孩子的「好」是非常重要的。为什么呢，因为人是增加被注目的行动的频度。以此同时，在孩子中提高自我肯定感，培养自信。

会的没有什么特别。比如说，孩子每天去幼稚园，保育园，小学校。天热天冷都背书包上下学。幼稚园，保育园的话出生数年还小和母亲分开几小时度过。早上，说早上好而起床。吃饭。从学校回来做作业。元气玩耍。很开心的说学校的事情。开心笑脸的和兄弟姐妹玩耍····。

这样被认为理所当然的而容易被忽视。但是，就是这样的被注目是重要的。

### 孩子的困惑行动是想得到妈妈（老师）的注目

我的专门的安德拉心理学中，孩子的困惑行动是有目的的。基本上可以认为是想得到父母的注目。

感觉普通得不到父母认可的孩子会做困惑的行为让父母生气而得到注目。所以，像前述的注目日常的理所当然的行动，给孩子勇气的话孩子就没有必要特地做困惑的行动引父母的注意。

父母和教师给孩子鼓气的话，孩子们会

- 我是有能力的 (I am O.K!)
- 父母和老师是我的同伴，伙伴

这样感受。然后这成为心的安心基地，成为挑战各种各样事情的力量。

### 「鼓勇气」的具体方法

注目贡献和协助

- 你的帮忙帮了很大的忙
- 很开心你的协助

(对拿盘子过来的孩子说)

→谢谢你拿盘子过来。

(对擦桌子的孩子说)

→擦漂亮很开心。

(对拿报纸过来的孩子说)

→帮忙拿报纸过来帮了妈妈的忙

重视过程和努力

- 努力了啊
  - 虽然失败了很努力了
- (对考了 100 分的孩子说)

→考满分了？

努力了啊。

(对转不了铁棒的孩子说)

→虽然很难但很加油啊。

提及已经达成的成果

- 这个部分很好
- 想成长

(对不喜欢鱼而吃了一口的孩子)

→虽然不喜欢，却能吃了一口。

(对不擅长收拾的孩子说)

→比起以前一点一点的收拾做得好了。

接受失败

- 失败了也没关系
- 很遗憾
- 接下来应该怎么做呢

(把碗打破的时候)

→没关系吧？没受伤吧？

(钢琴发表会上错了的孩子)

→提起勇气举手了。

(对考试考的不好说)

→很遗憾。一起想想怎么准备下次考试。

不是和别的孩子比较，重视个人的成长

- 比以前进步了

(对因为不会的而小陈的孩子说)

→一点一点会了。从会的做就好了。

→越来越会了。支持你。

这个不只是在育儿上，部下，夫妇，朋友，自己等，灵活运用于各种场合。鼓气的交流是，自己和对方的心情都好，感受到对方对自己珍惜，产生互相尊敬信赖的信念。

### 父母和孩子一起成长就好

在讲座和演讲等谈鼓气的话题时，遇见了到现在为止对孩子只是生气的自己责备自己是不合格的母亲。但是，没关系，没关系。鼓气是可以刷新保存的。没有人从生孩子的那一天起忽然变成母亲了。母亲和孩子一起慢慢成长就好。孩子 3 岁妈妈也 3 岁。孩子 10 岁妈妈也 10 岁，小学 4 年级。现在能做的一步一步做就 OK，比如成长 10 厘米也给自己打气。

妈妈心里的杯没有被勇气的能量充满的话也没法给孩子勇气的能量。(老师也是一样。)

妈妈和老师给自己鼓气才是重要的。只有能给自己鼓气的人，才能给他人鼓气。从今天开始，对自己，对孩子，对家庭实践鼓气让育儿比现在更 HAPPY!

# 不可用的绘本的读听方法和选择方法

育儿本作家  
立石 美津子

## 前序

没有给孩子读绘本好像是做前头叶的切离手术一样。

听了这样的话就不得不做了。工作累了还搓搓眼，鞭打老体开始读……

反复读一样的书。

刚读完就纠缠「再读一次」

读的中途，拼命翻别的页面。

开始玩玩具

每回都问一样的问题「这是什么」

家里的孩子做困惑的行为学校也没有教过读听的方法，妈妈朋友们自己在家里的样子也没有见过。又不能像育儿圈的老师那样像专业人员一样。

这次在这写「培养头脑和心茁壮成长的读听」的作者立石美津子和妈妈们说写具体的方法。

## 绘本的读听方法

### 孩子的态度篇

#### ■只拿同样的书来

孩子非常喜欢“反复”。相反大人除了相当的书本基本没有看过一次再反复几次的。人说话也是「这个以前也听过了」对妈妈朋友的反复的自夸也是会烦的。

同样的话听几次说真的是痛苦的，所以要求同样的书本是令人失望的。

但是孩子是相反的，因为知道所以想听相同的话是「喜欢反复的生物」。刚读完就说「再读一次」。快到喜欢的地方的时候就连笑的准备都做好了。「你，不会是个小傻瓜吧？」不要这样担心。

「突然，狗跑出来吓了一跳」说这样的话的时候孩子。也有要求反复读「突然，鬼出来了（木工和鬼六的话）」的孩子。

孩子反复的听同样的话而作为母语掌握。

反复是不可欠缺的。刚读完就被要求「再读一次」的话，就配合到最后吧。

#### ■一直翻书本

听读绘本的时候一直被翻的话，故事讲到一半中断的话听读就进行不了了。所以把绘本高举的念的话是很奇怪的风气，苦战苦斗。

一直翻书的是0岁~3岁左右，4，5岁的话就不会了。  
人生经验还比较短故事的起承转结，对故事没有兴趣。

比起那只是想看自己喜欢看的，是文中的某个句子，或者特定的某个画。根据孩子的兴趣来对应。

一页一页的翻，指着某页说要你念的时候，给他念那一页。就是话不贯通也没有关系。

0-3岁的时代读听的目的不是让孩子理解。首先对书本本身有兴趣，打开的地方读给孩子听就足够了。

#### ■读绘本的时候跑到别处去了

「今天也读绘本给你听吧」努力的开始读听的妈妈。

但是，中途开始玩玩具的孩子。「特意念了就好好坐着听！」说生气的话是NG的，相反的也可能想「再坚持下去也是没用没用」就收场了。

为什么呢，只坐得端正听不是孩子的听的态度。就是做别的事情也有耳朵听。妈妈也是一边做料理一边看电视，躺着上网。

不是学校的学习。故事要好好听到最后 希望你做个好孩子乖乖的听到最后 希望不要按这些框架里的听法来。

孩子在幼稚园保育园中的集体生活中也不允许自由的行动，纸人戏中，读听中，到外面去拿玩具玩是不被允许的。「自己没有兴趣朋友在听所以也忍着坐着」「想玩但是现在是绘本的时间」按压住想动的冲动在忍耐。

孩子说「读这个」而拿来的书是有兴趣的证据。中途会玩玩具耳朵也是在听的。一旦离开遇到有兴趣的页面就回来，中途不读的话会说「读吧！」。

在家休息中的读听，可以认为什么方式的听法都可以。

#### ■读的时候一次一次的问「这是什么」

特地读了，指着草莓的画说「这是？」。指着香蕉说「这是？」。指着猴子说「这是？」。「知道的东西为什么一再的问呢」你可能会生气。

但是这样一次又一次的问题不是因为想知道答案而只是想和妈妈有些关联。好像婴儿不厌烦「不见不见 见」而是孩子喜欢反复只是享受相同的反应。作为亲子的肌肤之亲中的一个，让孩子满意的回答「是啊是草莓」或者「之前吃了对吧」，把其作为交流手段吧。

那个时候不是生气的说「中途问的话不是中断了吗」「乖乖的听到最后」。有兴趣而问的问题被拒绝的话存在连绘本都讨厌的风险……

不可以从开始就想「从教训中学习」。

然后，长到4岁，5岁对文章和故事变得有关心也少了一个一个的问。

### ■拼命从书架上取出

积木做了又破坏，做了又破坏的玩。不需要张大眼睛来禁止。

只是把绘本乱来的话教他「绘本不是玩具，不要扔好好拿出来」。拼命拿出来也不要上火训斥。好好的教好好的拿。

## 父母的态度篇

### ■每天读听很苦痛

对于繁忙的妈妈来说「每天读」是很不容易的。

和不刷牙会蛀牙，不洗澡不干净，不吃饭营养会不良一样，可以想「不读听绘本的话不能成为脑的营养」

除了非常自律的人，人有向舒服方向的倾向。「很忙等有时间了读」的话「从每天→3天一次→一周一次→一个月2+3次→基本上不读听」滑下坡路一样。变得不做了。

很忙也要让孩子吃饭，刷牙。绘本的读听放入到每天的安排中，不可思议的无意识的不认为麻烦了。

### ■不听感想

读的话就一直读下去。

可以理解你想试一试孩子是不是理解了，不过还是停止在读完后问「怎么样了？」。会变得没趣了。

但是在读的时候被问「这是什么？」的时候就回答吧。没有被问就不要指着图或文问「这是什么？」。

## NG的绘本读听法

× 一次又一次地问

熊猫的画。孩子想看下一页的时候一次又一次地问「这个动物是什么呢？」。回答「熊」的话脸色就不好看的妈妈，这是「这是熊，猫！」

做为亲子交流之一如果能够一起共有「这是熊猫，在动物园里看到过吧」的快乐时刻的话是非常好的。但是孩子想听读的时候指着画和文字问「这个动物是什么？」「这个文知道么？」慢慢地就不喜欢绘本了。

×听感想，问问题

一读完绘本就问「怎么样，有趣吗？」「谁最不好呢？」「什么样的人物登场了？」的妈妈。故事听玩了以后，孩子心里充满了感动。还在咀嚼中就被测试了一样。

期待「好玩」的回答却说「没意思」……妈妈的脸色马上多云。「没意思」也是很好的感想。在这儿不要摘了自由想象的嫩芽。

「读的话就一直读」是可以的。如果怎么都想变成语言的话「好可怕啊」「好有趣」从妈妈口中的感想就足够了。

■不引发说教的话。太多话

「狼少年」「北风和太阳」等的童话

「狼和七匹小羊」等的童话

「哭泣的红鬼」「猴蟹合战」等的日本古代故事

留给后世的名作。那个时候，不添加父母的言语解说文章也足够了。

但是……

「狼少年」→「像这个男孩子一样平时说谎的话谁都不信用了哦！」

「北风和太阳」→「想要别人听你说话的时候要温暖接触啊！」

「狼和七匹小羊」→「运用智慧很重要！躲在钟表后的最小的山羊很厉害哦」

「哭泣的红鬼」→「对朋友不像红鬼一样善良是不行的！」

「猴蟹合战」→「不能像猴一样想要别人的东西！」有人这样多一句话。

没有这些必要。

然后，孩子在社会中有说假话也会吵架，碰撞、人生经验还很短的孩子，非常想要朋友的玩具，争抢也是可以的。其中可以学习到「现在在用不行」「再用2次就借给你」的折中法。

没有经验却跑在前面知道教训的话有可能会只有知识，所以选择绘本不是看「有没有用处」而是以「快乐不快乐」的基准来选择。

不可以选择的有下面2个

①只写了概要没有故事的文章

②并不能传达以前的好处的漫画式的绘画

有可能传达不了真意。

■家里有的全部都是图书馆借的

绘本比大人用的书籍还贵。

要 1000 元以上。而且读的时期仅仅是乳幼儿期的一时。那么就想借用图书馆的来完成这样对环境也好。

但是这并不是好的方法。

①可以把它认为是寻找兴趣的场所

到书店觉得「这个可能会喜欢吧……」花了钱买回来却完全没有兴趣。很想生气说「特地买回来的」「好好的听」。但是如果一边被骂一边听读听的话会连书都讨厌了。

那么还是和孩子一起去图书馆寻找兴趣的所在。

②有兴趣的书不要在图书馆反复的借去书店买

那么借了几本回来。因为有兴趣就延长再借，去图书馆的话还是加油一下去书店买或亚马逊吧。喜欢的书不能永远成为自己的却要还是很伤心的。

### 选择绘本的方法

■不选择不干净的画，文章

杂乱的文章，错误的日语，Wa-Gya 系的语言的一盘装，老爷爷的脸眼睛却亮晶晶，皮肤的感觉是年轻漂亮的就不推荐了。

通过绘本学习母语，得到美感。

正确的日语，选择适合时代的画。

■避免只有概要的简约版

系列化的简约版比较便宜容易去买但是还是等一下。

哪个都是为了定价而一样的页数。从而有一些勉强的文章。

比如说「杰克和豆子的树」

再生活（古老故事，传说，世界的名作文学等，面向孩子的易懂版。）读了简单的绘本的话，杰克爬到豆子藤上把大男家的金蛋，药草偷了打倒了大男。简直就是杰克看成了小偷。

真正的是大男从杰克家偷拿了药草，吃了父亲。从而变得贫穷的杰克和母亲。鼓起勇气到大男家讨债拿回了父亲的遗物的故事。

剪切掉了大男干的坏事传达不了。

要选择写得好的传说故事。

## ■ 不选择暧昧的结尾

“狼和七匹小羊”中孩子被吃了妈妈羊用剪刀剪开了狼的肚子。救出小羊们以后，用石头填入后缝合。然后大家把狼扔进井里。

这样残酷的结尾可能会担心孩子「毫不留情的报仇这样的绘本给孩子看的话，孩子的将来会不会犯罪，会不会残酷？」

实际上传说故事中残酷的有些多。

### 「白雪公主」

魔女让公主吃毒苹果。被招待来白雪公主和王子的婚礼，让魔女穿烧得红红的鞋子，让他跳到死的结尾。

### 「狼少年（说谎的少年）」

少年几次都谎说「狼来了！」，真正狼来了的时候没有人信任他，最后被吃了的结局。

日本传说故事，格林童话，伊索寓言，有很多恐怖的东西。但是正面的效果，通过绘本劝善惩恶「不可以做坏事」。可以学习到因果报应。

但是那时候结局暧昧的话怎么办呢。

狼和七匹小羊中「狼和羊们和好了幸福的生活」的话怎么办呢？自己的孩子被杀还能原谅的父母哪儿有呢？学习「做了坏事也能原谅」是危险的。

人不是生来就有道德心，良心。是培养出来的。传说故事是这样的最合适的教材。所以选残酷结尾的。

有的出版社是不是因为读者来了抱怨，也有的文章变得友好这就不能学到善恶了。

## ■ 有附录的书是玩具

最近，有书店像杂货店一样，有附录的女性杂志，游戏，DVD 也有。绘本角落也一样。几乎错以为是玩具卖场的多样化。电车的声音，收银台的读码器，钢琴的键盘，磁铁等。

有扣子的电车的书，按的话就说「下站是新桥，新桥，请退到白线后面。」真实的站内播音。

颜色很多也豪华。吸引孩子的眼球。想要是理所当然的。但是几乎没有文章。

当然买也是好的，但是这不能当做绘本不认为「这个是读听」是很重要的。对电车有兴趣的话以电车为题材的绘本等的主语，宾语，连接词用得正确得绘本来读听。

比起买有附录的绘本孩子买玩具比较好。

## 读听绘本中得到的好处是什么？

「好像绘本的读听对孩子的心理发育有好处」「妈妈朋友们都在做」以这样的想法开始了……

没有「很忙而没有时间」的话就不知不觉的往后推。瘦身也是「希望喜欢的人回头看」「医生说不瘦的话会生病」等的强烈动机的话坚持不长久。

知道绘本的读听的长处就是有点累也会去做。绘本的读听能够得到的好处列举如下。

### ■增加词汇量

生来 4 岁左右形成母语的基础。

但是从父母口中出来的词汇是单纯的日常会话。称为生活用语。大概 500 个词的组合（很伤心，大概是这样的）

- 「快」「早点睡觉」「快点收拾」「快点吃」
- 「快○○」「好好○○」「做好○○」

其中连呼「真的，糟糕，超」的妈妈，指示命令形，简单句子漫天飞的贫乏的语言环境。

但是主语，宾语，形容词，副词，连接词有狠多的会话就比较高水平。

绘本里「突然，鬼出来了」「美丽的公主睡着了」等很多的词语被用到。

不是好说话的父母就有好说话的孩子。单纯的过分干涉。只是读听很多的孩子就不一样了。词语很丰富。

人的头脑中有一个思考语言（=内言）。内言越是致密越可以深度思考。而且听人说话的时候的理解能力。表达自己的思想的表现能力。用文章表达的作文字力也是有了丰富的词汇才可以。绘本能给孩子输入很多的词汇，对方不说的也能理解，正确传达给对方自己的意思。

### ■感性变得丰富

窗外是雨

头脑中单纯看「在下雨」的孩子和表现力丰富的感受到「雨滴答滴答的下」「雨啪嗒啪嗒的下」「雨倾盆大下」「雨如土砂倾倒的下」的孩子是不同的。

读卖火柴的小女孩中「雪下的很深，快要冻着手……」的时候。看相同的雪也能因为感性不同而感受更深。

传说的故事中从非洲来的尼克无先生来日本的时候。「没有看见过湖」的尼克无先生看到「大海」大叫「好大的湖」。就是用自己的词语的例子。

## ■有高的学习能力

「给 3 个孩子一个一个的分糖。剩了 2 个，糖共有几个呢」读了文章能想象的孩子就可以回答「一个和一个还有 2 个所以共有 5 个」。

算数的能力不只在计算能力上是「怎么解读」的公式力。读文章的能力。所以没有语文能力的孩子过了 3 年级以后的学习能力低空飞行。

会读书的孩子有高学力。所有的教科从读文章开始。幼小时期的读听是开始。幼小时期读了很多书的孩子会成为喜欢读书的孩子。

## ■精神的安定

一边感受妈妈肌肤的体温抱着读听，对白天和妈妈分开的孩子来说是至福的时刻。孩子的精神也安定。

可以得到这样很多的东西。

知道这个的话就不会想「很累了等会儿再做」「有时间了再做」。是的，一定时间看看。

想知道更详细的可以参考我写的“培养心和头脑都很快成长的读听（ASA 出版社）

## ■执笔者介绍

原田绫子 孩子成长快的『鼓勇气』的育儿

1974 年出生于埼玉县川越市。小学教员退職后，设立了进行育儿讲座，讲演，教育咨询等的 HeartySmile 大力进行以「鼓勇气」为基础的育儿讲座，讲演活动等。以「爱和勇气和幽默」为座右铭传递给亲子勇气的接力棒。是 2 个女儿的母亲。

〈著作〉「用力拉出孩子的自信和干劲的书」（我的导航）

〈共著〉「从今天开始 为了班级担当者的广告安多拉心理学」（图书文化社）

■株式会社 HeartySmile 主页 <http://heartysmile.jp/>

■鼓励博客 <http://ameblo.jp/haraaya0731>

立石美津子 不能做的绘本的读听方法・选择方法

1961 年大阪市出生。取得幼儿园・小学・特别支援学校教师证后，在幼儿园・保育园普及汉字教育。1995 年创业株式会社力量儿童（教室名 Enpitsurando）。现在与保育园，幼儿园与 0 岁～小学低年级的孩子们一边接触一边执笔，一边奔走于讲演活动。很好地运用在 30 年的教育经验，不是桌上空谈的演讲会很受欢迎。“毒的另一边有爱”的博客广为话题自己是自闭症孩子的母亲

〈著作〉『進入小學之前父母不可做的 115 件事』（中經過出版），『心和頭腦很快成長的讀

聽』(ASA 出版),『一個人培养孩子 推荐给随便媽媽』(日本實業出版)等

■立石美津子官方部落格 <http://tateishi-mitsuko.com/index.htm>

#### ■协助园

封面: 至诚会保育园(东京都新宿区)

#### ■「健康教育」概要

季期刊「健康教育」是祈愿孩子们的健康成长而创刊的。1956年创刊以来一直传承创业者·河合龟太郎的信念。

读者对象/日本全国中小学校·幼稚园·保育园的学校长,园长和老师,保健主事,医务室老师,学校饮食相关人员等。

真诚感谢平日爱读「健康教育」

编辑部致力于做更好的期刊,如果能对大家的健康教育的实践有所帮助。想看的内容和主题,以及各园各学校的介绍(比如我们园在健康教育上有这方面的实践),以及其他的意见感想请一定告知我们。

咨询请联系下面地址

咨询地址

河合药业株式会社「健康教育」编辑部

〒164 - 0001 東京都中野区中野 6 丁目 3 番 5 号

TEL: 03 - 3365 - 1156 (代)

FAX: 03 - 3365 - 1180

E - mail: [genkikko@kawai-kanyu.co.jp](mailto:genkikko@kawai-kanyu.co.jp)

网址: <http://www.kawai-kanyu.co.jp>