

小林市家庭教育学級活動事業「家族の作文」

## 「佳作」

小林市立幸ヶ丘小学校 五年

福崎 璃菜 さん



### 「家族の健幸」

わたしの家族は健幸になるためにやっていることが三つあると思います。

一つ目は、朝食の事です。わたしのお母さんは毎日一番に早く起きて、ごはんの用意をして、わたしたちを起こしてくれます。兄と姉はごはんの配ぜんをしたり、お母さんの料理の手伝いをしています。私もはしやコップを置いたりしています。わたしの家では、ついだ分は最後まで食べるという約束があります。一日のスタートである大切な朝食をみんなで協力してとれるようにしていることが家族みんなの健幸につながっていると思います。

二つ目は洗たくの事です。洗たく機をいつもやっているのはお母さんです。お母さんは私たちの服を一日で四、五回洗たくをして、服をきれいにしてくれます。子ども達の兄と姉は洗たく物をたたんで、わたしはほしたり、取りこんだりします。きれいな服を着られるように家族みんなで助け合っていることも家族の健幸につながっていると思います。

三つ目は運動の事です。姉は部活動で毎日バレーボールをしています。兄は受検があるから部活動は終わっていますが、母と一緒に近くの公民館でキャッチボールをしています。私は週に一回のチアリーディングの練習の他に兄と母のキャッチボールについて行って、まわりを走ったりしています。各自がしっかり体を動かしているのも、健幸につながっていると思います。

これからも家族で支え合って全員の健幸を目ざしていきたいと思います。

