



学習形態を組み合わせていますか？

学校行事参加型 A

就学児健診、授業参観、PTA活動など、学校(園)の行事がある機会をとらえて開催する。

体験活動参加型 B

ヨガ、料理、親子遊びなど、保護者自身のリフレッシュや家族のふれあいの場をつくる。

講演会型 C

テーマに適した講師を依頼し、専門的な話をしてもらうなど、課題に応じた学びの場をつくる。

子育てサロン型 D

小グループの和気あいあいとした雰囲気の中で互いの経験や悩みを交流し、子育てのヒントをつかむ。

在宅取組型 E

読み聞かせ、弁当の日、わが家の約束運動など、親子でできることを話し合って決め、各家庭で取り組む。

学習形態を組み合わせることの利点は、参加保護者の利便性や満足度をあげることができることです。Aの学校行事参加型にすると、新たに休まなくてもよいのです。そして、Cの講演会と、Dの子育てサロン型がセットになっていれば、自分の思いや悩みを話すこともできます。

すべての保護者と子どもたちに参加してほしいと願うならば、Eの在宅取組型がおすすめです。県が推奨している「話そう！語ろう！わが家の約束」運動を在宅型で行うと、家族のコミュニケーションを大切に、家族の絆を深めることができます。A+C+D+Eとする際には、以下の点に配慮するとよいでしょう。①学校と相談して進める。②取組内容を懇談会等で説明する。③内容は親子が楽しみながらできるようちょっと工夫する。④よさをみんなに広める工夫をする。(実践例については、次号で取り上げます。)

計画は決まっていると思いますが、学習形態を組み合わせる工夫は、今からでもできます。ぜひ挑戦してみてください。

瑞穂市立 中保育・教育センター

園行事参加型+講演会型(ワーク交流) 6月16日(金)

「ハグニケーション」

講師：日本ハグ協会 林 亜紀子 氏



運営者の願い

「ニコニコ笑顔で子育て」のテーマ実現のため、自分と大切な子ども達を幸せにするハグニケーションについて学び、親子の時間を大切にする子育てをしてほしい。

家庭教育学級の年間計画

- ①講演会(保育参観日、ハグニケーション、交流あり)
- ②体験研修(ヨガでリフレッシュ)
- ③親子体験(親子でサッカー、FC岐阜サッカースクール)
- ④親子鑑賞会(ピエロのトントさん)

♥「話そう！語ろう！わが家の約束」運動：ハグ、ほめる、目を見て挨拶

「ハグニケーションとは、ハグ+コミュニケーション」。人は人で幸せになり、ハグで幸せになりましょう！と。

①ハグのよさは、「いつでも・どこでも・だれとでもできる」「時間・お金・労力無し」「双方向を幸せにする」「TPOに合わせてできる」ことです。

②ハグは、幸せホルモン(オキシトシン)、安心ホルモン(セロトニン)の分泌を促し、リラックス、ストレス軽減、不安解消、免疫力・やる気UPの効果があります。

③「自分のことが好き(できない自分も認める)」：好き・素晴らしい・いいと思える自分を言葉で伝えます。子どもにも幼少期から「自分が好き」を体感させます。

④心のコップ(栄養)を満たすには、ハグニケーション(体と言葉を使う)することで、自己肯定感、自己効力感を高めることです。

ハグニケーションで、会場みんなが幸せになりました。

<保護者の感想>

◇家族を幸せにするには、まず、自分が幸せでないとできない。自己肯定感を高めて幸せを感じる力をつけていきたい。

◇改めて自分のことを見つめることができ、ほめてもらって嬉しかった。今以上にハグをしたい。

◇「ハグ」ってすごい！ 安心感・幸せ感・免疫力UPに驚いた。これからは、最低10秒、できれば25秒ハグをしたい。

◇子育てや自分の心を安定させるヒントがもらえた。

岐阜市立華陽小学校

講演会型+子育てサロン型 6月23日(金)

「子どもと家族、自分の幸せを一緒に考えてみませんか？」

講師: Team Assist 代表 豊田 三枝子 氏



<保護者の感想>

- ◇誰かに話すことで、自分だけじゃないから大丈夫という気持ちになれた。
- ◇“人を変えるより、まず自分を変える” 今まで気にしたことのない発想であった。
- ◇親子のVTRでは、ついホロッと涙が滲んだ。子どものためにも、笑顔で試行錯誤してやりたい。
- ◇自分と他人どちらを優先するか。当然他人だと思っていたが、自分も大切にしていよと知った。
- ◇自分の事を後回しにし、疲れたり人のせいにしてしていたが、自分で選択した事だと気付いた。

運営者の願い

自分自身を見つめるコーチングを通して、子どもと家族、自分の幸せを考える機会とする。自分を好きになり楽しみを生み出すことで、家族を幸せにしたい。

家庭教育学級の年間計画

- ①開講式、講演会・サロン型(コーチング) ②♥「話そう!語ろう!わが家の約束」運動(家族のいいところ見つけ) ③給食試食会 ④人権講演会 ⑤天体観望会

自分を見つめ直し自分について考えること、思いをシェアすることを通して家族や自分の幸せを学びました。

- ①本当の自分は? ⇒ どれも自分!
子ども時代・学生時代・結婚する前・現在の自分を書き出し、隣の人とシェアする。過去も現在もひっくり返って自分であり、そうした自分を好きになる。
- ②過去の自分と現在の自分の勝負は?
人と比べるのではなく、昨日の自分に勝っていく。
人は変えられないが自分は変えられる!
- ③コミュニケーションは「思いやりの6つ」を選択する!
①思いやる ②話をよく聴く ③認める ④手助けする ⑤信頼する ⑥勇気を与える
- ④人との約束を守るより、自分との約束を守ることが、自信になり、有言実行の在り方を見て信頼は深まる。
- ⑤人生をコントロールするには、自分の解釈や行動の結果を見直すべきである。自分が源なのだから。
- ⑥幸せはバランス! 自分をほめ、楽しみを生み出す!

第1回岐阜地区家庭教育推進会議

平成29年6月21日(水) 会場: 各務原市立鵜沼中学校

「第1回岐阜地区生徒指導連携強化委員会及び岐阜地区家庭教育推進会議」が各務原市立鵜沼中学校で開催されました。各郡市の家庭教育担当者も含め約80名が参加。当日の様子を報告します。

主題: 地域ぐるみで園児・児童生徒の健全育成をめざし、家庭・地域社会・学校がそれぞれの役割を果たし情報・行動連携を強め、児童生徒の自己指導能力を育成する。

～家庭教育を通して、問題行動の未然防止を図る～



- 1、生指連強では、子どもの居場所と絆づくり県民運動として「あったかい言葉かけ運動」を実施。県民運動HPからダウンロードし、あったかい言葉とそのエピソードを応募してほしい。
- 2、家庭教育では、「学校・地域・家庭の連携」により子どもを育ててほしい。
親・祖父母からの“やる気の出る言葉”は、①やればできる! ②がんばったね! ③すごいね! ④えらいね! ⑤ありがとう! でも、⑥勉強しなさい ⑦早くしなさい は、やる気をなくす。
地域の方からかけられる言葉では、①えらいね! ②よい子だね! ③すごいね!
何がすごいかわ心の素晴らしさを付け加えて言葉かけしていただくことが“大きな支え”になる。
- 3、中学生を交えて「言われてうれしい言葉・嫌な言葉」について交流会
子「“すごいね”が嬉しい。陰ながら努力していることを、親や担任から認められたと感じる。」
子「“がんばったね”は、今回も頑張ったけど、次ももっとやりたいと思えるから。」
子「“おはよう、行ってらっしゃい”と言われると、嬉しいし勇気づけられる。」
子「名前前で呼ばれる子と名字で呼ばれる子がいると親密度の違いを感じて嫌だ。」
子「学校では、みんなと一緒に、名字で呼ばれたほうがいい。」
大人「事実をほめる。声にだしてコミュニケーションを図る。うれしい言葉をかえせる人であってほしい。」



名務原市立中央中学校

行事+講演会(サロン)+体験 6月30日(金)

「進路決定に向けて親としてできること」

講師：教頭 山田 弘 氏
栄養教諭 田中 里美 氏



♥今年も「あったかい言葉かけ運動」に参加予定
＜昨年度の生徒作品＞（廊下掲示より）

「おはよう」と言ったら「おはよう」と返ってくる。こんな経験、誰しも一度はあると思う。当たり前なことだけど、なぜか心がほっとする。かける側には、それなりの勇気がいる。だから僕は、かける側に立つ人でありたいと思う。

運営者の願い

「講話」「給食試食会・食育学習会」を授業参観・懇談会と同日開催することで、多数の方にわが子への進路選択や食事について親としてできることを考えてほしい。

家庭教育学級の年間計画

①高校見学会 ②講話（サロン型） ③給食試食会・食育講話・授業参観及び懇談会 ④リフレッシュ体操
♥「あったかい言葉かけ運動」に参加、出品予定

午後の授業参観・懇談会と併せて開催し、多数の参加者が進路講話と試食会・食育講話で互いに学びました。

『進路選択に向けて、親としてできること』では、サロン型で“自分の青春時代、子どもの質問への答え方”を組み込みながら、親としてできることを学びました。
＜子育てのポイント＞①自分で決めることを多くする。②人と比較しない。③結果ではなく過程を大事にする。④交換条件はしない。⑤手伝いではなく仕事をつくる。⑥子どもの前では、悪口を言わない、ケンカしない。

本日の給食（鶏肉の生姜焼き、切干し大根のごまあえ、かきたま汁、麦ごはん、牛乳）は、塩分を抑え、健全な心身の育成に努めているとのこと。『家での食生活』では、野菜の摂取量を増やす、朝食欠食を無くす、塩分を抑え旨味の分かる舌を育てる等の話を聞きました。

どちらも子どもの将来に向けて、親がすべきことです。

岐阜市立青山中学校

講演会型+子育てサロン型 7月4日(火)

「こころとこころの架け橋」

講師：日本赤十字社岐阜県支部
健康生活支援講習指導員 荒引眞由美 氏



＜保護者の感想＞

- ◇地域とのつながりの大切さを実感。今からでも積極的に参加し、つながりを強くしたい。
- ◇リラクゼーションのマッサージはとても気持ちがよく、早速家族でやってみようと思う。
- ◇両親も近い将来介護を避けては通れない。元気で助け合う地域ケアシステムがあれば安心だ。
- ◇自助・互助の大切さや何をやる事が大事なのか家族で話すきっかけができた。何でも手伝うのではなく、相手の自立のための支援をしたい。

運営者の願い

超高齢化社会について考えながら地域で高齢者を見守り、共に支え合い楽しく温かく心を通わす支援技術やリラクゼーション技術を学ぶ機会としてほしい。

家庭教育学級の年間計画

①こころとこころの架け橋講習（サロン型）
②ヨガ～心も身体も健康に～ ③性と命の学習
♥夏休み「話そう！語ろう！わが家の約束」運動

75歳以上の高齢者率は、やがて25%を超える見込み。だから、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で生活を継続することができるような包括的な支援・サービス提供体制の構築を目指す「地域包括ケアシステム」が重要。

グループで「住み慣れた地域で、いきいきと暮らすために、1私にできること、2私がしてもらいたいこと、3私たちがこれから地域としてやりたいこと」を考えてみました。買い物、通院、草取りなどをしてほしい時、近くの人に助けてもらえる体制があるといいと実感。

未来を自分らしく明るく生きるために、自らを健康にする（自助）、地域住民が相互に助け合う（互助）ことを今から考え、取り組むことが大切であると学びました。

最後に、背中や肩を両手でなでるリラクゼーションを体験。とっても温かくて気持ちよくて幸せになりました。
こころとこころの架け橋は、人のぬくもりです。

岐阜市立厚見中学校

行事+講演会型+子育てサロン型 7月1日(土)

「わが子のいいところを見つけた！」

講師：校長 岡田 芳子 氏
養護教諭 曾我部 恵美 氏



<保護者の感想>

- ◇「子どものいい所5つ」見ているようで見ていない自分。心理的な満たしに込めてあげたい。
- ◇“いい子=大人の都合のいい子”になっているかも。子のよさにもっと目を向けていきたい。
- ◇10時半頃帰宅、それから食事やスマホで12時を過ぎてしまう。早寝早起きを促したい。
- ◇家族の元気の源である朝ごはんにもう一品を工夫し、よい1日を過ごせる手伝いをしたい。

運営者の願い

「良い習慣作りで元気な体と心を育てよう」のテーマのもと、子どもの“自己肯定感”を育むヒントや“早寝早起き朝ごはん”の推奨について学んでほしい。

家庭教育学級の年間計画

- ①土曜授業日に開講式及びサロン型の講演会
- ②第4ブロック合同人権講話
- ③小学校と共同講演（市保健センター保健師）
- ♥年2回ノーメディアデー、夏休み朝食レシピ作り

自分の紙の曲名と同じ人をハミングだけで探す仲間（ネットワーク）作りでスタート。自己紹介は「わが子のいいところ5つ」を自慢し合い、笑顔になりました。

校長講話では、“ぼく（わたし）は、これでいい”という自尊心・自己肯定感を育ててほしいと強調されました。元来人間の子どもの成長は「時間がかかる」。「甘え」（心理的満たし）の体験が重要。具体的行動や事実への賞賛や認めが、子どもの自己肯定感を高めます。

養護教諭講話では、「早寝早起き朝ごはん」を推奨されました。朝食欠食18.7%。朝食は脳のエネルギー源だから、栄養バランスのよい食事（主食+主菜+副菜+汁物）を心がけてほしい。12時以降に就寝24%。家庭でメディア活用のルールを作り、生活リズムを改善してほしい。中学生の子育てに、賞賛と生活リズムは欠かせません。



いいところ4面鏡

「いいところ4面鏡」を活用し、家族でよさを見つけ合い、自己理解を深める一助になればとのこと

()さんのいいところはどこかな？

	いろいろな「いいところ」	から	から	から	から
1	やさしい				
2	人なつっこい				
3	あたたかい				
4	落ち着いている				
5	ひかえめだ				
6	おだやかだ				
7	親切だ				
8	たよりになる				
9	しっかりしている				
10	がまん強い				
11	意思が強い				
12	正直だ				
13	素直だ				
14	無邪気だ				
15	おおらかだ				
16	活発だ				
17	ユーモアがある				
18	好奇心たっぷりだ				
19	物知りだ				
20	笑顔が素敵だ				
21	愛想がいい				