



「話そう！語ろう！わが家の約束」運動 (3)

ある学校へ訪問した時のことです。委員長さんが『みんなで子育て（家庭教育プログラム）』の冊子を手
に「この冊子の中から生活に関するカードを探しておくわ。」と言って、うまく活用しておられました。

わが家の約束運動にも参考となるページがあります。「みんなで子育てⅢ（小中学校編）」より。

No.1 生活リズム『わたしのおきる時間』

No.5 お手伝い『ハッピー！サンキュー！おてつだい』

No.7 思いやり『おもしろい！ほかほかたからもの』

No.8 家庭学習『こつこつ！ぐんぐん！おうちべんきょう』

No.9 反抗期『反抗期のわが子にどんな言葉をかけますか』

No.13 言葉の力『〇〇の間に「伝えようあなたの思い」を』

第3弾として、4校の実践を紹介します。

- ①「わが家のネット・スマホ宣言」 巣南中学校
③「食でつなぐ家族の絆」 早田小学校

- ②「わが家のやくそく」 鷺沼第二小学校
④「話そう！語ろう！わが家の約束」 鷺沼中学校

瑞穂市立巣南中学校 在宅取組型 夏休み中 「わが家のネット・スマホ宣言」

運営者の願い・目的

笑顔で親子のコミュニケーションを取りながら、携
帯電話・インターネットの使い方について約束を決め、
楽しみながら実践し、お互いの頑張りを認め合う。

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の進め方

- ①「笑顔で親子のコミュニケーション」をし、約束を決める。
- ②「話そう！語ろう！わが家の約束」実践カードに記入する。
- ③「わが家の約束」を楽しみながら実施する。
- ④頑張った・良かった・出来た事を話し合い、メッセージを記入。
- ⑤記入した実践カードは、9/1に提出。

「話そう！語ろう！わが家の約束」実践カード

名前 _____

「家庭教育を実践する日」は 毎月第3日曜と「8」のつく日です。

わが家のネット・スマホ宣言

スマホ（インターネット）は
時間を決めて使うこと。
↓
30分まで！

わが家の約束を決めよう。

月日	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16	8/17
時間を守 て使えた。		ルールを 守って使った。	30分以内 を見守った。	必要時に 1分間のし どをわかった。	夜いかに 注意した。	時間をもち 続けた。	ルールを守 れた。
確認	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

○自らの成長や家族への思いを書きましょう。 ○子どもへの褒め言葉や成長への言葉等をお願いします。

子どもから 家族へのメッセージ

この夏、インターネットの使い方について、しっかりと見直すことができて良かったです。これからも、よい使い方をしていきます。

保護者から 子どもへのメッセージ

しっかりルールを守って使って下さい。わからない事は聞いてから。自分でやっていけずには先に進まないように。上手に使いましょう。

親子で実りある夏休みにするために、「笑顔で親子のコミュニケーション」を取りながら、「わが家のネット・スマホ宣言」（わが家の約束）を実践しました。

中学生にとって切り離すことのできない携帯電話やインターネットだからこそ、親子の話し合いや認め合いを大切に、主体性や自立心を育てています。

◆食事中・学習中は使用しない

◆写真・氏名・住所・電話番号など個人情報は書かない

◆SNSなどでいじめなどをしない

◆トラブル等があったら、友人・家族に相談する

これらは、子どもが納得して決めた約束です。家族の見守りや励ましの中で、自ら約束を守り、子どもは成長していきます。家族や親子の絆も深まっていきます。

『1日1時間まで。夜9時以降は、やらない』

子：最近、ケータイをよく使っているのですが、時間をしっかり決めて、ルールを守って使えるようにしたいです。

親：スマホやラインにしばられた生活をしないで。必要以上に見ない。もっと大切な事、時間を有意義に使ってね。

『勝手にアプリ等をインストールしない パスワードを教える（親閲覧のため） 家から持ち出す時は、親の許可を得る 使用するのは、合計1時間以内』

子：スマホの使いすぎやテレビの観すぎに気をつけていきたいです。

親：自分に必要な事を考え、行動出来るようになった。自分のやるべき事を限られた時間で、効率よく行って、一番に希望する進路に進んでほしい。

『スマホの使用時間を決め、夜の時間帯は使用しない』

子：これからも、約束を守ってスマホを使いたい。前は暇な時は、いつもスマホを見ていたので、必要以上に使用せず、家族の会話を大切にしたい。

親：親にとって子どもの成長は何よりも嬉しいことです。あなたの頑張りはいつも見えています。これからもあなたの成長を近くで見たいです。親子の会話も大切にしましょう。

各務原市立鵜沼第二小学校

在宅取組型 ①夏休み中 ②10/4～10/11

「わが家のやくそく」

運営者の願い・目的

子育ての基本である家庭で、親の願い・子どもの思いを話し合って「わが家のやくそく」を決め、守ることを通して、子どもの自立心・自律心を高める。

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の進め方

- ①親子で話し合って「わが家のやくそく」を決める。
- ②「わが家のやくそく」がんばりカードを使って、8日間（10/4～10/11）日々の達成度を評価する。
- ③子どもが感想やおうちの方へのメッセージを書く。おうちの方から子どもへの励ましの言葉を書く。

や
「わが家のやくそく」がんばりカード

4年 組 なまえ

あなたのおうちでできた、「わが家のやくそく」をかきましょう。

あいさつは人にきこえる声で！
学校でもらった手紙は必ず出す！

まいにち、やくそくがまもれたかチェックしてみましょう。
く しかり まもれたー◎ まあまあ まもれたー◎ すこし まもれなかったー△ ぜんぜん まもれなかったー×

月 日	10/4	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
曜 日	水	木	金	土	日	月	火	水
やくそく がまもれたか	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎

〇とりくんだかんそうやおうちのひとへのおいしいをかきましょう。

こどものかんそうやおうちのかたへのメッセージ
手紙は毎日出すことになりました。大きな声であいさつはふたから気をつけていっているけど、まだ聞かれない人もいます。そのためのキャンペーンとして聞かせる声であいさつできるようにしました。

〇おうちの方から子どもへのはげましのことをお願いします。

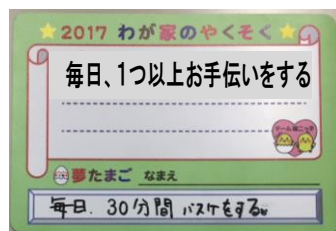
これから
おうちのかたから
ちゃんと相手に伝わるあいさつができるようになりほいね。手紙もいつもちゃんと出してくれてありがとう。ずっとつづくようにがんばろう！！

※記入後、学級担任まで提出ください。10月13日（金）までにお願いします。

第1弾「わが家のやくそく」

7月の学級懇談会で話題にして目的や内容について説明しています。

普段よく言われることで自分でした方がよい、頑張てみたいと思うことを話し合っ「やくそく」を決定。毎年PTAが右上のマグネットシートを配布。それに「わが家のやくそく」と「夢たまご」を記入して、よく見える所に貼り、子どもの主体性を大切にしています。



第2弾「わが家のやくそく」がんばりキャンペーン

8日間（10/4～10/11）、「わが家のやくそく」がんばりカード（左の表）を使用しました。

保護者は、子どもが主体的に取り組めるよう、言葉がけ・見守り・見届けをします。その中で、約束を守るためにはどうするか親子で知恵を絞ったり、目標達成の喜びを一緒に味わったりすることで、よりよい親子関係づくりをしています。

子どもは、自分の思いを大切に決めて「やくそく」であると意識することで、自己を厳しく律しようとする自己コントロール力や主体性を伸ばしています。

学校の「夢たまご」の取組、家庭の教育力を向上させる「わが家のやくそく」の取組で、「チーム鵜二つ子」は、すくすく育っています。

家庭教育学級の年間計画

- ①講話・給食試食会
- ②第1回親子読書（在宅型）
- ③第1弾「わが家のやくそく」（懇談会＋在宅型）
- ④親子クッキング・講話（体験参加型）
- ⑤第2弾「わが家のやくそく」キャンペーン（在宅型）
- ⑥第2回親子読書（在宅型）



『毎日、えがおになる』

子：毎日、えがおになることによって、そのえがおを見た人がハッピーになることができました。

親：毎日、当たり前に出るような事だけど、その笑顔を見た人がハッピーになれる様な笑顔なんて、すごいです。これからも続けて、お母さんも意識します。

『毎日の早寝早起きを自分の力でがんばる。食事の用意、片付けを進んで行う。家族に頼まれた仕事はすぐやる。』

子：毎日がんばってやくそくがまもれたので、わが家のやくそくをやっていない時もやろうと思いました。（中略）毎日たのまれたのでいそがしかったです。

親：毎日「わが家のやくそく」がんばりカードを見ながら頑張りました。家族と一緒にお手伝いや自分の取り組みを楽しみながらできてよかったと思います。



『学校での出来事、1日の出来事をわかりやすく話す。伝える。』

子：◎や○の日はたくさんありました。でも、△の日はくわしく伝えられませんでした。もっと落ち着いて、よく考えてから話そうと思いました。これからも続けていきたいです。

親：これからも続けていくことで、話す、伝える、自分の気持ち、考えを言える練習になるので、これからも頑張っていこう！

『家でもふわふわことばをつかう』

子：金曜日は守れなかったけど、ほかの日は守れたのでよかったです。来年は全部まもれるように、これからもふわふわことばを使って、友だちをふやそうと思いました。

親：ふだんなかなかできない「ふわふわことば」も、この一週間は、自分で気をつけてすごせたね。ふわふわことばがいっぱいになって、お友だちにもやさしく話せるとすごくいいね。きっと友だちもふえるね。

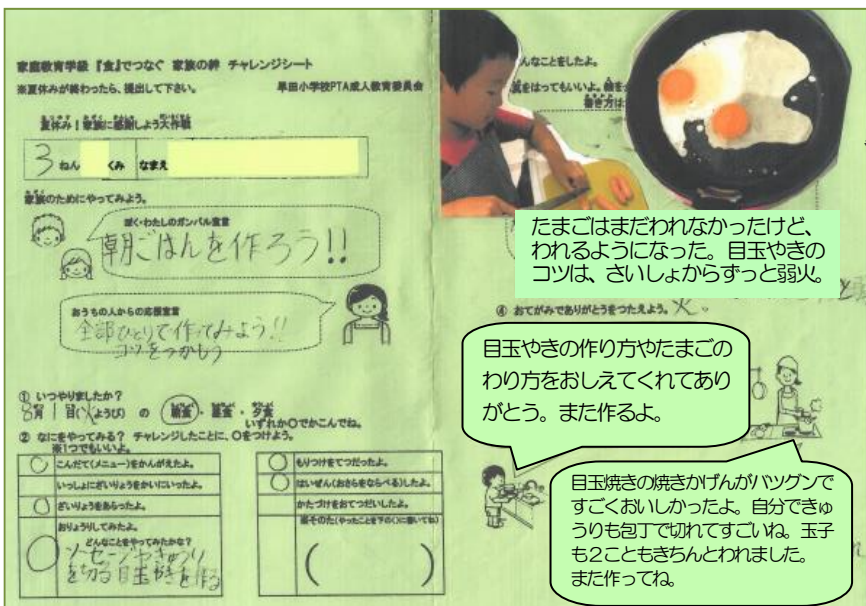
岐阜市立早田小学校

在宅取組型 夏休み中の1週間

「食でつなぐ家族の絆」

運営者の願い・目的

「食」への関心を高め、栄養バランスや調理法を考えるなどして保護者も子どもも成長を実感し、家族の絆を感じることができる食育活動を行い、親子の間で感謝の気持ちを伝え合う。(何年間も継続中)



「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の進め方

- ①「何を」「どのように」やるのか、親子で話し合う。
- ②少し頑張ればできそうな目標を「ガンバル宣言」「応援宣言」として書く。
- ③親子・家族で取り組み、足跡を残す。
- ④お手紙でありがとうを伝え合う。
- ⑤取組のまとめは、放送室前に掲示。

「食」でつなぐ家族の絆は、食を通して、子どもが家族への感謝の気持ちを持ち、保護者は子どもの成長を喜べるように願って継続して実施されています。

「ガンバル宣言」「応援宣言」は、自信や喜びにつながるものとなっています。「ありがとう」の伝え合いでは、「家族っていいな・一緒に作って食べるっていいな」と実感できるものとなっています。

宣言：子『おひるごはんをつくるぞ』

親『かぞく5人ぶん がんばってつくろうね』

子：まいにち、ごはんをつくってくれて、ありがとう。

おいしいって聞いてくれて、うれしかったよ。

親：少しでもごはんを食べることの大切さをわかってもらえてよかったです。これからたくさんご飯を食べてね。

宣言：子『だしをしっかりとっておいしいみそ汁を作るよ』

親『「だし」のとり方を勉強しよう！』

子：むずかしいから、簡単にできるように教えてくれて、ありがとう。

親：「だし」はいろんな料理で使うから、またチャレンジしてみよう！包丁の練習もしようね。

宣言：子『おいしいコロッケができるようにがんばる』

親『じゃがいもがたくさんあるのでいっぱい作ろう』

子：コロッケの作り方を教えてくれてありがとう。今度からは、料理のお手伝いするね。

親：おじいちゃんの畑で掘ったじゃがいもでまん丸の美味しいコロッケが作れたね。他のじゃがいも料理も考えようね。

宣言：子『きれいに内臓を取って、3枚におろしておさしみにする』

親『難しいけど、ていねいにやりとげよう！』

子：自分の包丁を使って内臓部分をきれいに取り除いて、じゃこうずきさばくことができました。少し難しかったのは3枚おろしの部分。

親：「マイ包丁」を買ってから、ますます料理に興味をもち、楽しみながらやっています。魚をさばく事にも挑戦し、上手くてびっくり。

体験活動参加型＋サロン型 10月19日(木)

「コサージュ作り」

講師：AUBE プリザーブドフラワー協会

Sweet Flower time 主宰 清水 啓子 氏



<保護者の感想>

- ◇わが子の分を作れてラッキー。卒業生みんなに喜んでもらえるとうれしい。
- ◇初めてプリザーブドフラワーの作品を作れて楽しかった。卒業式につけたい。
- ◇おしゃべりもできてストレス発散にもなった。



運営者の願い・目的

卒業生の胸を飾るコサージュを保護者が愛を込めて手作りするとともに、大人用のコサージュを作りながら保護者同士で意見交流などをして楽しんでもほしい。

前半は、卒業生用コサージュ(赤いバラ) 75個分を30名で、愛を込めて手作りしました。6年生の親さんは、透明ケースにわが子の名前を貼りました。「お母さんが作ったよと伝えてやりたい」と嬉しそうに話されていたのが印象的でした。

後半は、大人用のプリザーブドフラワーを使ったコサージュ作りです。3色のバラを中心にリボンや葉などを合わせた豪華なものです。

近くの人とは、家での会話の様子やご主人の子どもへの関わり方など、自然に会話が弾んでいました。

出来上がったコサージュを手に「オシャレ!」「卒業式が楽しみ!」と、みんな笑顔でした。(最後ドリンクを飲みながら)

名務原市立鵜沼中学校

在宅取組型

夏休み中

「話そう！語ろう！わが家の約束」

運営者の願い・目的

子どもの約束だけでなく、保護者の約束（親子同一でも別でも可）を決めて、夏休みに実践することで、親子の新しい関わり方のきっかけとしてほしい。

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の進め方

- ①子どもの約束・保護者の約束を決めて、記入する。
親子で同じ約束でもよい。子どもと一緒に取り組める事を目的としている。
- ②達成度を自己評価し、それぞれにメッセージを書く。
- ③9月1日に実践カードを提出。
- ④実践カードは10月28日に掲示する。（美術部生徒協力）

「話そう！語ろう！わが家の約束」実践カード

2年 組 名前

我が家の約束

< 自分の約束 >

- 部活、ワラジ活動等に、休まず参加する
- 家族にあいさつをする

< 保護者の約束 >

- その日あった事を家族みんなと話し合う。
- 仕事に行く前には必ず声をかけて出かける。

達成度の自己評価

100 %

80 %

< 子どもから親へのメッセージ >

いつも仕事で帰りが遅いけれど、ワラジの間でも色々な事話せたので良かったです！

< 保護者から子どもへのメッセージ >

この夏休みは部活、英語スピーチコンテスト色々あって忙しかったけど充実していたね。家族でたくさん会話も出来たし、お母さんもお仕事頑張れたよ。

取り組みが終わって、感想や反省など...

部活には積極的に参加したり、自主活動も頑張れたので良かったです。英語のSpeech Contestにも参加したり、習い事でいい毎日でした。充実した夏休みだったので良かったです。

昨年度から継続の実践は、約束をきっかけとして、親は子育てを考え、子どもは家族の一員であることを実感しています。

約束は、親が別の視点から子どもに関わろうとするものが多くあり、親が新たな子育てに挑戦しています。

- ◆1日1つ以上、家族をほめる
- ◆子ども達との時間を大切にする
- ◆～しなさいと言わないように心掛ける
- ◆マイナス言葉を使わない



実践すると、子どもをほめていない事実気づいたり、思いを伝える難しさを実感したりし、もっとほめる・プラスの言葉で伝える等、新たな関わり方をしています。

約束運動が、家庭の教育力を高めるものとなっています。

子『お手伝いをする』

親『毎日、家族とたくさん会話する』

子80% 親100%

子：いつも家事や仕事を頑張ってくれてありがとう！ちょっとでも楽になるようにお手伝い頑張るよ。

親：その日の出来事や思ったことを毎日話したね。夏休みはいつもより一緒にいられて楽しかったよ。

感想：夏休みのことを活かして家族の一員としてできることをしたい。

子『1日の中で朝食と夕食を食べ終わったら、自分の分はもちろん、家族の分の食器も洗う』

親『子どもが元気に楽しく部活に取り組めるよう手作り弁当を毎日作る』

子90% 親100%

子：お弁当を毎日作り、仕事で疲れて帰ってくる家族に「感謝」を伝えようとほぼ毎日できた。

親：毎日必ず洗い物や洗濯物たたみを進んでしてくれて助かりました。

子『日常少しでも支えになってあげられるように考え動く。言われた事を守り、親を困らせない。』

80%

親『子供の人格を尊重し命令語を使わない。親自身が感謝の心を持ち“ありがとう”の言葉を多く語ろう。』

80%

子：いつも毎日、食事などの面で助けてくれてありがとうございます。

親：“ありがとう”は子どもの方が多く、その時の心の喜びを私自身が学びました。夏休みの親子の触れ合いに感謝。

行事型+講演会型

10月28日(土)

「命の授業」

講師：「命の授業」講演家 腰塚 勇人 氏

運営者の願い・目的

親子講演会である「命の授業」を通して、命の大切さ・生きていることの素晴らしさ・誰かの何かを照らす存在であることについて、親子で考えてほしい。



< 保護者の感想 >

- ◇親として人としてドリームメーカーになりたい。
- ◇ひたすらに希望を語っていただけてよかった。子どもには素直に受け止めてほしい。
- ◇とても分かりやすい心に響く命の授業であった。ドリームキラーに打ち勝って生きていきたい。

スキー事故で首の骨を折り、全身が動かない状態に。そんな腰塚先生が、絶望の中から学んだ生き方の秘訣。

- ①ドリー夢メーカー（自分のために まわりの人のために）
勇気を与えてくれる人、やる気スイッチを入れる人。
逆にドリー夢キラー（だめ人間、やめろ）が、自分の中に居る。
自分と誰かのためのドリー夢メーカーになろう！

②命の喜ぶ生き方 「5つの誓い」

- ❶ 口は人を励ます言葉や感謝の言葉を言うために使おう
- ❷ 耳は人の言葉を最後まで聴いてあげるために使おう
- ❸ 目は人のよいところを見るために使おう
- ❹ 手足は人を助けるために使おう
- ❺ 心は人の痛みがわかるために使おう

お願い1：「感」じたら「動」き、「感動」体験しよう

2：大人・先生・自分を信じて「幸せ」になろう