



みんなで子育て No.2

在宅取組型のススメ

みんなで子育て



4月には在宅型の取組を始めましょうとお知らせしました。具体的な事例を紹介します。家庭教育学級運営マニュアル「みんなで子育て」の7ページには、在宅取組型のポイントが示されています。その中で「話そう！語ろう！わが家の約束」運動について

<目的>

「わが家の約束」について取り組んだり話し合ったりすることを通じて、家庭内のコミュニケーションを深め、子どもの健やかな成長を目指す。

<どのように取り組むの？>

- ① 家庭で話し合って「わが家の約束」を決める。
- ② 取組を実践カードに記録する。
- ③ 実践後、家族で互いの思いを伝え合う。
- ④ 次の約束（取組）を話し合う。

子どもだけでなく、家族一人一人の取組になるよう工夫しましょう！

「わが家の約束」運動について



岐阜県の家庭教育学級紹介のQRコード

実際の事例について紹介しておきます。4月に配布しましたカードを利用して行っています。それぞれの家庭で行い、後に集めて、お知らせで交流しています。おススメです。再度、実践カードを送ります。

羽島市立足近小学校の例

一昨年度の実践です。書かれている例の約束は「おはようとおやすみのあいさつは、ハグをしながらする。」です。心が温かくなりますね。

取組の様子

家族で取組を決め、実践するというものです。足近小学校1年生の取り組みの内容は

- 家族みんなで10分読書。
子：いろいろな本が読んで楽しかった。
保：みんなで本を読む時間は楽しかったね。
- あいさつやハグ。
子：ハグするとうれしい気持ちになって寝やすくなった。
保：ハグする時間が少なかったので、きちんとふれあえる時間が作れてよかった。
- みんなでご飯を食べる。
子：みんなで食べるとおいしい感じになりました。
保：準備をしてくれてすごく助かりました。ありがとう。
- ごはんの時に箸を並べる。
子：おかあさんが喜んでくれてうれしいです。
保：朝から子どもに元気をもらえます。とてもうれしかったです。ありがとう。
等、うれしい気持ちが素直に表現されていました。約束をつくることで、楽しい会話がうまれていますね。

岐阜地区家庭教育学級応援通信 令和2年5月18日発行

「話そう！語ろう！わが家の約束」実践カード

家庭教育学級運営マニュアル「みんなで子育て」7ページ参照

家庭教育学級実践する日は 毎月第3日曜日と「8」のつく日です。

わが家の約束を 決めましょう。

わが家の約束宣言
おはようとおやすみの
あいさつはハグ
をしながらする

月日	7/12	7/17	7/24	8/6	8/15	8/22	8/29
曜日	もく	きん	と	すい	と	けつ	い
約束を 守りま したか	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎

◎守り出した証や家族への思いを書きましょう。 ○子どもへの励ましの言葉等をお知らせします。

子どもから 保護者へのメッセージ
おとうさん、おかあさん、おばあちゃん、おじいちゃん、とほめてくれてうれしいです。

保護者から 子どもへのメッセージ
いっしょに読んでくれて、ありがとう。あわせて本も読んでくれた。こころもほめてあげようね。

★学校で楽しかったことや、がんばったことも、保護者に話しましょう。



新型コロナウイルス感染症に関する子どもの心のケアについて

真生会富山病院心療内科部長 明橋大二 氏より

幼稚園に行けない、学校へ行けない、遊びにも行けない、テレビでは新型コロナウイルスのお話ばかりで怖い……。今、親子、家族の関わりが大切です。「子育てハッピーアドバイス」といった本で有名な子育てカウンセラー・心療内科医の明橋先生からのアドバイスを紹介します。

1. このウイルスは、すべての国の、あらゆる人が感染する可能性があります。
どんな状況にいたとしても、感染する可能性は0ではありません。
ですから、このウイルスを持った人を非難したり、攻撃したりするのではなく、共感と思いやりを持って接しましょう。悪いのは、その人ではなく、ウイルスです。
2. テレビやネットなどで繰り返し、ネガティブなニュースを見たり聞いたりすると、必要以上に不安になったり、怖くなったりすることがあります。そういう場合には、そのような情報に接する機会を最小限にしてください。
一日一度か二度で十分です。信頼できる情報源から情報を得るようにしてください。
子どもが怖がる時には、そのようなニュースはなるべく見せないようにしてください。
噂でなく、事実や、科学的に正確な情報に従って行動しましょう。それは不安を和らげます。
3. 子どもが、不安や恐怖を表現する方法を見つける手助けをしましょう。
遊びやお絵描きなどの創造的な活動が役立つこともあります。
安心できる環境で、自分の気持ちを表現したり、人に聞いてもらったりすることで、子どもは安心します。
4. できるだけ子どもを親や家族の元に置き、世話をする人から離さないようにしてください。
どうしても離さなければならない時には、代わりに適切なケアをしてくれる人をそばに置いてください。またその場合、電話やテレビ電話で1日2回は、家族と連絡を取るようにしてください。
5. 家庭での日常的な日課はできるだけ続け、特に子どもが家でずっと過ごさなければならない時には、新しい日課を作りましょう。学習のための時間を含む、楽しめる活動を与えましょう。なるべく人と接する時間を持つようにしましょう。(外出制限のため、それが家族だけであったとしても)
6. ストレスや不安のある時、子どもは、親に甘えたり、赤ちゃん返りをしたり、逆にわがままを言ったり、いらいらしたり、攻撃的になることがあります。子どもが甘えてきたら、可能な範囲でそれを受け入れましょう。不安があるようなら、心配事について率直に話し合うことで、子どもは落ち着くことがあります。
7. 親も、不安になっています。親自身も、自分のケアを大切にしましょう。不安について大人同士で話し合ったり、自分の趣味に打ち込んで気分転換をしたり、リラックスできる時間を持つことは大切です。
みんなが我慢しているし、不安になっています。それを人を攻撃したり八つ当たりすることで発散したくなることもあるでしょう。しかしネガティブな感情は循環してまた自分に返ってきます。
事実は事実として、お互いなるべく希望の持てる話題を共有しましょう。

「あなたの家族にもっと望むことがあるか？」と子どもたちに聞いたところ、どの年代の子どもでもいちばん多かった答えは「家族のみんなが楽しく過ごす」と家庭教育手帳(文部科学省)にあります。心優しい子どもたちに真剣に向かう必要があります。

