



# みんなで子育て No.3

## 「新たな日常」を創りましょう

### ○「新たな日常」

#### (1)「人との距離の確保」「マスク着用」「手洗い」習慣を

新型コロナウイルスはどこにも潜んでいます。一人ひとりが基本的な感染防止対策を新しい習慣として身に着けましょう。

#### (2)感染リスクの回避を

感染リスクが高まる3密(密閉空間・密集場所・密接場面)が揃う場には、近づかないようにしましょう。

清流の国ぎふ  
岐阜県ミナモトより

不要不急の外出を避け、  
感染対策に努めよう！



手洗い



咳エチケット

### 「新しい生活様式」の実践例

#### (1)一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m(最低1m)**空ける。
- 遊びに行くなら**屋内より屋外**を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に洗う**(手指消毒薬の使用も可)

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

#### 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

#### (2)日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避(密集、密接、密閉)
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



外出控え

密集回避

密接回避

密閉回避

換気

咳エチケット

手洗い

学校や園・所が再開されます。集まることに関して制限はありますが、お知らせを配布することがしやすくなります。ここで、実践に入りましょう。在宅取組型という方法を取り組んでみましょう。これは取り組んで、その結果を集めて様子を紹介することが大事です。仕事があつて学校などでの家庭教育学級に参加できない方も各家庭で取り組まれた内容をお知らせすることで、自分の家庭だけでなく、周りの様子を知ったり、話題として他の家庭の方とお話できるきっかけにして、広がりを作っていけるとよいと思っています。その例を裏面で紹介します。(リーダー研修会の資料にも入っています)

# 「話そう!語ろう!わが家の約束」運動の実践

各務原市立稲羽中学校

平日の親子の約束にもチャレンジできそうですね

## 夏休み 話そう!語ろう!「わが家の約束」取組カード

年 月 日 氏名



### 「わが家の約束」宣言

起床 就寝  
6時30分 11時00分まで

※一週間実践し、約束が守れた日は○をつけましょう。

| 月日        | 1% | 2% | 3% | 4% | 5% | 6% | 7% |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|
| 曜日        | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
| 約束を守りましたか | ○  |    | ○  |    | ○  | ○  | ○  |

子どもから

☆取組んだ感想や、家族への思いなどを書きましょう。



お家の方から

☆励ましの言葉等をお願いします。



子どもから

お家の約束も決めて、実践すること。生活習慣を身につけることができている。これからの夏休みも頑張りたい。

お家の方から

約束を決める事で、1ヶ月意識して起床 就寝時間を守れていたと思います。親子で家族の中で決めた事により、コミュニケーションも増え、よかったです。

保護者様

各務原市立稲羽中学校  
PTA会長  
子育て広場委員  
校長

## 案内文

### 第1回子育て広場のお知らせ

夏木立の緑豊く、木漏れ日も輝く季節になりました。いよいよ夏休みです。地域と家庭で過ごす39日間が始まります。地域の助けを借りながら、親子で実りある夏休みにしましょう。

さて、今年度の子育て広場委員会は、「子どもの目線と、ともに学びましょう。」をスローガンに活動していきます。第1回子育て広場は、稲羽中学校PTAスローガン「ふれあう時間未来をつなぐ心の和」に伴い、「話そう!語ろう!我が家の約束」運動を実施します。

【活動内容は次の通りです。】

1. 家庭の絆を深める為の我が家の約束を決めましょう。  
例) 起床時間、就寝時間を決める。  
スマートフォンは、夜10時以降は使わない。  
家族の役割を定めます。  
食事の手伝い。  
家庭学習の時間を決めます。



2. 我が家の約束宣言を記入する。(取組カード(裏面))

3. 「我が家の約束」を親しみながら実践する。(毎日、取組カードに記入する。)  
⇒ 連続一週間(7日間)を決めて実践してください。

4. 取組んだ感想を話し合い、子どもからお家の方へ、お家の方から子どもへメッセージを送り合い、取組カードに記入する。

※返って振り給ひ事が出来た。継続して取り組みたい事等、出来たことを報告の上事が大切です。  
◎取組カードは、8月30日(金)までに、担任の先生へ提出してください。

令和元年の夏は、家族の良いところを沢山話して、沢山見つけて、お互いを褒め合い、絆を深めましょう!!

### ●取組後の振り返りが配布されています。

委員会の皆さんが提出されたカードを見ながら、親子の会話や、お家の方からの励ましの言葉の良さをみつけ、広めたい内容が紹介されています。毎年継続されているので、次年度につながります。

## 取組の様子

稲羽中学校では、「わが家の約束」を夏休みに取り組むことが続いています。今年は案内とカードを厚手の上質紙の裏表に印刷し1枚で配布、取り組んで回収という方法で行われました。案内がついているので、ねらいや提出期日がすぐ確認できます。

案内文に、『稲羽中学校PTA スローガン「ふれあう時間未来をつなぐ心の和」に伴い、「話そう!語ろう!わが家の約束」運動を実施します。』と紹介されていてPTA全体での取組であることが示されています。

手順も示され、4番目に「取り組んだ感想を話し合い、子どもからお家の方へ、お家の方から子どもへのメッセージを送り合い、取組カードを記入する」と示されていて、大事にしたいことが明確です。

### ★紹介されている言葉の例

○約束 2年生：洗濯

子どもから：部活から帰ってきた後や、夜に自分から洗濯を手伝うことができました。また、洗濯だけでなく、ご飯のときお皿を運んだり、洗ったりすることができました。

お家の方から：ありがとう。感謝の気持ちでいっぱいです。一週間だけでなく、夏休み中ずっと、家事を手伝ってくれて本当にありがとう。仕事の疲れがふっ飛びました。

子どもに感謝する気持ちがよく伝わります。良さを認めていけることが素晴らしいですね。

保護者様

## 振り返り

### 「話そう!語ろう!わが家の約束」運動の取組より

今年度、第1回子育て広場、「話そう!語ろう!わが家の約束」運動を各家庭において取組んでいたいただき、ありがとうございました。この取組を通して、より一層家族の絆を深めることができたのではないかと感じます。取組の内容をいくつか紹介させていただきます。

《わが家の約束宣言の主な内容(こんな取組がありました。)》

- ・家事の手伝い。(お風呂掃除、夕食の準備、食器片付け、洗濯物を干す・たたむ等)
- ・ゲーム、携帯、スマホの使用制限を守る。 ・一日0時間学習をする。
- ・家族全員そろって食事をする。 ・ベッドの世話をする。
- ・早寝早起き、起床時間と就寝時間を守る。 ・毎日、挨拶をする。









ここではリーフレットを紹介します。QRコードから見るすることができます。  
パソコンからは検索し、『清流の国ぎふ「子どもたちの健やかな成長のために』』と入力すると「みんなで家庭教育」のページにこのチラシのリンクがあります。

清流の国ぎふ「子どもたちの健やかな成長のために」のQRコード



### 保護者の皆様へ

ちょっとした約束ごとであっても、続けていくというのは、大人でも難しいものです。でも、約束したことをきちんと守り続けることができれば、「できた」という自信が芽生えることでしょう。

そうした子どものがんばりに対して、いつも声をかけてあげてください。保護者からの声かけがあると、子どもは「自分のことを見守ってくれているんだ」という安心感をもつことができます。また、大切な家族から見守られ認められることは、子どもの自信をさらに強くしてくれます。家庭のなかで安心感と自信をもって穏やかに過ごすことが、次の取組のやる気へとつながっていきます。

ひょっとしたら、約束を守れない日があるかもしれません。そんなときでも、叱るのではなく守れるように励ましの声かけをしてください。自分で守ろうという気持ちを持てるような励ましの言葉が、子どものやる気を引き出してくれると思います。

岐阜聖徳学園大学教育学部  
教授 安藤史高

### 岐阜県のホームページをご覧ください

岐阜県 家庭教育 検索

「話そう！語ろう！わが家の約束」実践カードや「家庭教育プログラム」などの関係資料を掲載しています。

問合せ先

岐阜県環境生活部環境生活政策課  
〒500-8570 岐阜市葦田南 2-1-1  
TEL 058-272-8752

## 話そう！語ろう！わが家の約束 実践カード

年 組 名 前

家庭教育を実践する日は、毎月第3日曜日と「8」のつく日です。

### わが家の約束宣言



|           |   |   |   |   |   |   |   |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|
| 月日        | / | / | / | / | / | / | / |
| 曜日        |   |   |   |   |   |   |   |
| 約束を守りましたか |   |   |   |   |   |   |   |

○取り組んだ感想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願いします。

子どもから  
家族へのメッセージ

家族から  
子どもへのメッセージ

☆学校で楽しかったことやがんばったことも家族に話しましょう。  
このカードを使って実践してみましょう！

清流の国ぎふ

## 子どもたちの 健やかな成長のために



岐阜県は、  
「話そう！語ろう！わが家の約束」  
運動を推進しています。

岐阜県

### 平成30年度 「あったかい言葉かけ運動」より

小学校のころから、ずっとおはあちゃんに毎学期の成績を見せています。成績が良くても悪くても、「ようがんばったなあ。」と言ってくれます。そしてきまって「勉強ができてできなくても、挨拶だけは大切にしやあね。」と言います。僕はなかなかこの言葉にあったかさを感じ、挨拶を大切にしています。

瑞浪市立瑞隆中学校 2年男子

結果だけでなく、子どもの普段の行動や習慣を認めるという家族の温かなかわりが、子どもの心を安定させています。

### 家庭内の温かなかわりを うみだすために

### 「話そう！語ろう！わが家の約束」 運動はいかがでしょうか？

#### どのように取り組むの？

- ① 家族で話し合って「わが家の約束」をつくる
- 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(実践)を話し合う

#### 誰が取り組むの？

- ◆ 子ども  
話し合っただけ「約束」を意識して生活します
- ◆ 保護者  
子どもをほめたり励ましたりして、子どもの成長を応援します
- ◆ 家族一人一人  
子どもだけの約束にならないような工夫があるとよいです  
(例:「お父さんは○○するよ!」家族全員で○○しよう!等)

### 家庭は子どもの心と体を育む原点です!

「約束」をきっかけにして  
家庭内のコミュニケーションが深まります

#### 大人の適切なかわりが

- ▶ 子どもの心を豊かにします
- ▶ 子どもの生活・学習習慣を確かなものにします
- ▶ 自己肯定感を高め、強く生き抜く子にします

#### どんな約束をするといいの？

- パジャマをたたむ(保育園)
- テレビやゲームは7時まで(こども園)
- 家族みんなで大掃除(義務教育学校)
- 家族みんながあつた言葉を使おう(小学校)
- おにぎりを作ろう〜おにぎり弁当の日に向けて〜(小学校)
- スマホは21時以降は親に預ける(中学校)

平成30年度の例(一部)

### 約束で子どもをしぼるわけではありません。

「約束」はきっかけです。



### 実践事例を紹介します

#### 高山市立江名子小学校

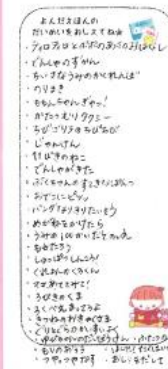


江名子小学校では地域ぐるみで「甲斐性のある子」の育成をめざした取組を行いました。

子どもたち一人一人が家庭でできる仕事を決めて取り組みました。取組の様子は母親委員通信を通して各家庭に紹介されました。



#### 坂祝町立坂祝幼稚園



坂祝幼稚園では本好きな子を育てる取組をしています。保護者の方が読み聞かせを学んだり互いに本の紹介をしあっています。夏休みにはどんな本を読んだか、「とくみカード」に記録して励みになりました。

