

家庭教育 なう

No.7



2023年9月発行

恵那県事務所振興防災課 家庭教育担当 大島
〒509-7203 恵那市長島町正家後田 1067-71

TEL 0573-26-1111(内線 209)

FAX 0573-25-7129

MAIL oshima-akihiro@pref.gifu.lg.jp

体験やふれあいを大切にした家庭教育学級を紹介します。

家庭教育「なう」は、恵那県事務所のHPからご覧いただくことができます。 QRコード →



こども園も家庭教育を推進

恵那市立みさとこども園 行事+体験活動参加型

親子で食育について知ろう! エーナ健幸体操を覚えよう!

日時 令和5年7月5日(水) 9:45~10:45
講師 桐山智子さん、吉田宏子さん(エーナ健幸推進委員)
参加者 年少組園児の親子

エーナ健幸体操で、親子のふれあいを育み、心も体もすこやかに

今年最初の参観日、園児の活動を参観すると共に、プール開きに合わせた病気予防の話、読書活動を推進する読み聞かせの話等、家庭と連携して取り組むと良い様々な内容がありました。その中で、食育・運動についての親子体験活動もありました。食育講話を親子で聞いたり、体操で体を動かしたりしました。お話は、子どももわかるように食育エプロンを使って行われました。腸がぐーんと伸びて、その長さが実感できました。エーナ健幸体操は、食育講話で学んだ内容が歌詞や、動きになっている体操でした。親子で話を聞くことで、家庭での食事の時間が有意義になることが予想できました。親子で食べ物について考え、体を動かす体験活動でした。



親子で食育の話をしている様子

【食育 親子で学ぶ】

- ・食育エプロンで「まーくん」が登場。親子で食事の要素の大切さを4つの色別に分けて学びました。
黄色…炭水化物 お米、パン、パスタ、うどん等
赤色…タンパク質 お肉、お魚、卵、大豆等
緑色…ビタミン お野菜 「みんな、どんなお野菜知ってる?」
白色…うま味 「みんなで食べるとおいしさ倍増!」
- ・ポテトチップスは、片手にのるだけ食べるんだ。
わかりやすい分量を子どもに示し、塩分の取りすぎに警鐘をならします。
- ・消化器官の腸の長さを実体験、うんちの話へとつなぎます。
- ・理想のうんちは…。お腹の調子を自己診断します。

エーナ健幸体操は子どもからお年寄りまで、誰もが気軽に健康づくりに励んでもらうことを目的に平成27年10月に作られた恵那市のオリジナル体操です。歌詞は市食生活改善連絡協議会が手がけているため、楽しく体操をしながら、減塩や野菜を食べることの大切さを知ることができます。この日は、2名の講師(桐山さん、吉田さん)から親子で食育の大切さについて学び、体操をして健康づくりを

実践しました。

体操の制作者の吉田宏子さん(健康運動指導士)に教えてもらえました。「歌詞の内容を考えて体操の動きに取り入れました。子どもたちは、この歌詞の“つるんつるん”のところの動きが大好きです。しっかり体を動かして、健康に育ってほしいです。」と思いを語っていただきました。



親子でエーナ健幸体操



エーナ健幸体操の歌詞

多治見市立平和中学校 講話型(親と子は別会場)

「いのちの授業」～伝えたい命の話～ 生まれてきてくれてありがとう

日時 令和5年7月13日(木) 13:40~16:00
 場所 平和中学校 体育館、視聴覚室
 参加者 全校生徒(中学1、2年生と3年生)と保護者
 講師 宮口晴子さん、村上泰子さん(いのち伝え隊)

子どもたちが、かけがえのない「いのち」と向きあえる

平和中学校では、全校生徒、保護者を対象に家庭教育学級「いのちの授業」を実施しました。案内の文章の中に「皆さんはお子さんと『性』についての会話をしたことがありますか？またはできますか？」とありました。家庭では伝えづらいテーマを「いのちの授業」として学びました。当日は、1・2年生は体育館、3年生は、視聴覚室にて、命の尊さ、かけがえのないあなた自身、大切にしたい性について、授業を受けました。保護者は、別室にて授業の様子をモニターで参観しました。保護者には、事前の案内で「子どもたちへ命の大切さを伝えられるメッセージ」が依頼されており、このメッセージは授業の中で紹介されました。性の授業は繊細な問題を含みます。今回は、助産師さんが「生命の尊厳」をもとに、言葉一つ一つに配慮した教授活動でした。性教育は興味本位とならないように生命の尊厳、生き方と関わらせて学習することがとても重要です。講師の先生は、常に命と向き合っているご経験をもとに中学生に穏やかに語りかけてみえました。親が言いたいこと、言いたいけど言いにくいことに切り込んでいただけました。自分や他者の命を大切に、人生の幸せを親子で考えることのできる家庭教育学級でした。

内容 3年生の授業内容の一部紹介

(命のはじまり 誕生は奇跡の出会いから)
 卵子の命は24時間、精子は約3億個の中の一つ
 (DVD 出産に臨む家族、助産師の記録)
 生まれたときは、ふわっとみんなが喜びに包まれるのです。お母さん、お父さん、親戚の人、そしてわたしたち助産師もみんな喜びに包まれます。(プレゼント)
 おうちの方からのメッセージ、家族の思いを知る。
 (語り) 自分の人生を思いっきり楽しみ、みんなには、大好きな人と幸せになってほしい。

生徒の感想から

・私がこれから夢を叶えて幸せな人生を送っていくために、誤った道に進まないよう正しい知識とすべき行動を教えてもらった。講師の先生が真剣にわかりやすく話してくれたので、こっちは真剣に話を聞くことができたし、幸せに生きていくための術を受け取った。
 (中学3年生)



家庭教育学級のご案内(抜粋)

事前の案内の抜粋です。メッセージの募集や、QRコードによる申し込みなど、参考になります。



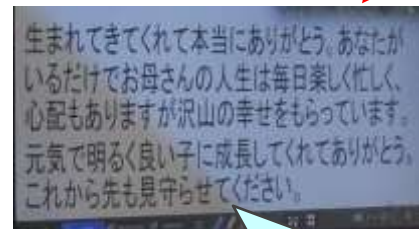
1,2年生が集中して講話を聴く様子



3年生が、真剣に話を聞く様子



保護者は別室にて授業の様子を参観



事前に依頼があったメッセージの紹介授業の中で、講師の先生が朗読されました。子どもたちは、親からのメッセージを聞き逃さまいと、教室が静寂につつまれました。

【このよさを学びたい!】

・多治見市の多くの中学校では、家庭教育学級として「いのちの授業」を行っています。平和中学校 PTA 家庭教育委員長の原田さんも、「自分の子どもにぜひこの授業を受けさせたい。」という強い願いでこの企画運営に臨んでみえました。
 ・講師の先生の体験に基づいた事実の提示と真剣な語りから、集中した学習が展開されていました。望まない妊娠、性感染症から身を守ることの大切さなど、これから生きる子どもたちに必須の知識や考え方を伝えてもらえました。