

みんなで子育て

今年の冬休みは、懐かしい人との集まりが期待できますね。子どもたちにとっても、楽しい冬休みになりそうです。

西濃県務所 振興防災課 振興防災係
家庭教育担当:酒井 俊巨
電話:0584-73-1111 <内線212>



バックナンバーはこちら ↑

大垣市立西中学校 家庭教育学級 給食試食会

「学校行事参加型」 + 「子育てサロン型」
+ 「講演会型」

令和5年10月27日(金)
12:00~15:10



数年前までは、ストローを使っていた。今は、牛乳パックに飲み口の開け方の説明が印刷されています。



3年ぶりの開催

保護者に人気の高い給食試食会。給食を食べながらの、保護者同士のお話もしみの一つです。

「牛乳にストローがついてない! どうやって飲むの?」
「給食は、薄味ねー。子どもたちは慣れているのかしら。」

「こんなにご飯の量が多いけど、これでも『お腹すいたー。』って帰ってくるのよ。」

長い間、黙食でしたが、食べながら話ができることは、幸せなことだと感じました。

また、試食会のあとは、PTA会長さんが心待ちにしてみえた講師の方から食育の話をしていただきました。

今日の献立
肉じゃが、春雨、シチュー、マイ、春サラダ、牛乳、ごはん



お隣同士、話が弾みます。



「学級長さんの発声でいただきます。」

講師:元小学校長 堀部マサさん

パン屋さんのオーナーで、広く食育や子育てについてのお話をしています。この日は、読み聞かせもしていただきました。

積極的に摂るとよいもの

- ま:まめ類
- ご:ごまなどの種子(命のもと)
- は(わ):わかめなどの海藻類
- や:やさい(生野菜と火を通した野菜)
- さ:さかな:タンパク質(大豆→魚→肉の順で摂取できるように)
- し:しいたけなどのキノコ類
- い:いもなどの穀物
- こ:こうそ(味噌、キムチなどの発酵食品)



新型栄養失調

食物繊維・ミネラル・ビタミンが不足しがち
摂り過ぎ3兄弟
小麦・砂糖・油は摂り過ぎ

食品添加物を気にしましょう。

日本では、他の国の10倍以上、1500品目の使用が認められています。パッケージ表示を確認しましょう。



こんなこともやっています!

- ・ オンデマンド配信による講演会
- ・ ヨガ教室 ・和菓子作り
- ・ 卒業記念写真用ボード作り

脳は昼に活動が活発になる
腸は夜に活動が活発になる
夕食で発酵食品を食べるといいですよ。

命を使う=使命
奇跡が重なって生まれてきた子。
子育ては親の大切な使命。
親の生き様を見せること。

海津市 認定こども園庭田保育園 家庭教育学級 保護者会通信「なかよし」

「在宅取組型」 2カ月に1回発行

保護者と子どもの宝物

庭田保育園保護者会では、全園児を順番に毎年6回に分けて紹介する通信を発行しています。用紙を配付し、保護者がわが子のことを書いて提出し、それを保護者会で通信にまとめて発行します。毎年なので、保育園の在園中の子どもの好きな事や成長する姿を残しておくことができます。コロナ禍のマスク姿、ソーシャルディスタンスで子どもも保護者も友達のことがよくわからない時期にも、お互いを理解することに役立ちました。

10年にわたって発行しており、職場体験で卒園生の中学生が来たとき、「うちにもしまってるわ。なつかしー。」と園長先生に話をしたこともあったそうです。

以前は、保護者会役員の書記の担当でしたが、一人では負担が大きということで、役員全員で分担して行うことになりました。絵が得意な役員の方がみえるときには、オリジナルのカットを描いて掲載した時期もありました。

紹介の仕方は変わっても、長年にわたり続けられていることがすばらしいですし、子どもの小さなころの様子が分かる通信は、保護者にとっても、子どもにとっても宝物になっていると思います。

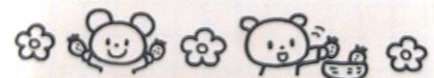


保護者会通信「なかよし」では
2カ月に1回順番にお友達の紹介を
していきます!!

今年度から「好きな食べ物」「好きなあそび」
「好きなテレビ番組」「チャームポイント」を
お伝えしていきます

ご協力よろしくお願ひします!!

保護者会役員一同



保護者のオリジナル イラスト入り通信



くみ
[好きな食べ物] ぶどう、パイナップル、キウイ
[好きなあそび] 可なり台
[好きなテレビ番組] パナソニック(あたまのゲーム)
[チャームポイント] ぶちぶちの足、とパンパンのおおぼか、よく食べるので、たくさん動いているのに、おぼか、細くはりません。



くみ
[好きな食べ物] 白米・かにはん
[好きなあそび] おままごと
[好きなテレビ番組] からだダンダン
[チャームポイント] たっぷり笑いの時の笑顔



こんなこともやっています!

※ 最初の保護者会通信で、年間の家庭教育学級の期日をお知らせしていますので、予定が立てやすいと好評です。

【園行事の保育参観後に年齢ごとに親子活動を実施しています。】

- 6月8日(木) 座談会・救命救急・親子給食 (3歳児親子)
- 11月7日(火) 卒園制作(親子陶芸教室血作り)・親子給 (5歳児親子)
- 12月7日(木) 運動遊び・親子給食 (4歳児親子)
- 9月~3月 親子読み聞かせ: 毎週金曜日に園文庫から絵本を借りて家庭で読み聞かせをする。 (全園児親子)
- 2月17日(土) 親子写真展示「とびっきりの笑顔」: 親子給食の前にマスクをとった親子の写真を撮り、生活発表会の際掲示して見ってもらう。(3~5歳児親子)

「はるかのみまわり」6月~

1人1鉢のみまわりの苗を自宅に持ち帰って親子で育てました。

★はるかのみまわりとは・・・

平成7年1月17日大きな地震が神戸を襲いました。木造の建物は、2階部分が崩れ落ち、1階は完全に押しつぶされていました。はるかちゃんからガレキの下から発見されたのは、地震発生から7時間後でした。震災から半年後、はるかちゃんの家が空いた。はるかちゃんの遺体を発見した場所には驚いたことに、無数のひまわりの花が、力強く、太陽に向かって咲いていました。お母さんはひまわりを見て、「娘がひまわりとなって帰ってきた」と涙しました。近所の人たちは、この花をこう呼びました。

『はるかのみまわり』

はるかちゃんと同級生の娘さんを持つ藤野芳雄さんは、はるかちゃんを助け出せなかった悔しい思いから、はるかのみまわり、を全国へ普及させる活動を愚直に続けてこられた、はるかのみまわり、の生みの親です。“はるかのみまわり絆プロジェクト”も藤野芳雄さんの真摯な思いから生まれた活動です。藤野芳雄さんは2012年11月に逝去されましたが、ご冥福を祈りつつ、向日葵の種の配布活動を継続しています。



<https://haruka-project.jimdo.com/>

はるかのみまわり絆プロジェクト



海津市立城山小学校 家庭教育学級

小さな音楽会

「学校行事参加型」 3年生親子
令和5年10月5日(木)
13:45~15:00



ほぼ100%の出席率

3年生保護者のほとんどが参加して、親子で楽しんだ家庭教育学級でした。保護者には、5月に年間計画を配り、家庭教育学級の開催日時を伝えていきます。また、開催日の1か月前に、学校の連絡アプリを使って参加を確認しています。

ドリームベルさんは、みんながよく知っている曲を鍵盤ハーモニカやリコーダー、ハンドベルなど、いろいろな楽器を使って演奏しました。曲の間には、楽器の音当てクイズや同時に演奏した曲あてクイズを出し、親子で相談して答えました。

ドリームベル

メンバーには、城山小学校の保護者が2人みえます。海津市を中心に、参加型の演奏会を開催しています。

3年生は、ドリームベルと一緒にリコーダーで「ミッキーマウスマーチ」を演奏しました。



城山小学校の先生もマンドリンで演奏会に参加しました。



こんなこともやっています！

- ※ 3年生親子対象の家庭教育学級は、今回と同様、地域の人や保護者の仕事関係の方を講師として招いて開催しています。
- ・ 7月7日(金) 情報モラル講話(海津警察署)
 - ・ 12月7日(木) 食育講話(グリコマニュファクチャリングジャパン)

「お手伝いチャレンジ」(全校親子対象)
夏休み期間に、ビンゴ式の実践カードに記録し、児童は楽しみながらお手伝いをします。

家庭教育ちょこっと情報！

「早寝早起き朝ごはん」

子どもの生活習慣づくりについて、社会全体の問題として子どもたちの生活リズムの向上を図っていくため、平成18年4月に「早寝早起き朝ごはん」全国協議会が発足し、文部科学省と同協議会が連携して、「早寝早起き朝ごはん」を合言葉に推進している国民運動です。



基本的な生活習慣

子どもの体や心の成長

学力の定着



「早寝 早起き 朝ごはん」運動

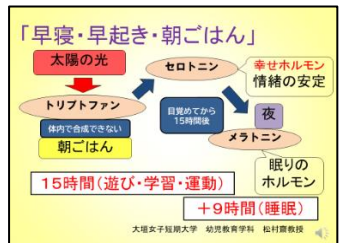
ご活用ください！

岐阜県家庭教育動画教材

「生活リズム」

<https://youtu.be/UebmaB9Wzbc>

- ◇ 生活リズム(早寝早起き朝ごはん)が子どもの体や成長に大切であることを再確認することができます。
- ◇ 7分14秒の動画です。



冬休みや新年のめあてづくりに合わせて「話そう！語ろう！わが家の約束」運動を

早いもので、令和5年もあと1か月も終わりです。親子がともに過ごす時間が増える冬休みが近づいています。家族の絆を深めるために、まだ約束運動に取り組まれていない園や学校は、冬休みに「話そう！語ろう！わが家の約束」運動を取り入れてみましょう。

「1年の計は元旦にあり」

1年の計画は、年の初めである元旦に立てるべきであり、物事を始めるにあたっては、最初にきちんとした計画を立てるのが大切だということ。

● 約束を決めます

家族みんなが気持ちよく生活できる約束を話し合って決めましょう。

大きな約束を家族で1つ決め、それぞれ個人の約束を決めてもいいですね。

● 実践を記録します。

一言声をかけ合えるといいですね。


- 「がんばってるね。」「気持ちがいいね。」「よかったね。」「うれしいな。」「ありがとう。」
- △「もっと、がんばろう。」「明日は守ろうね。」

● 親子でメッセージを交換します

約束に取り組んで、よかったこと、できるようになったことを見つけて、伝え合いましょう。

【実践カード】

「話そう！語ろう！わが家の約束」
「家庭教育実践する日」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よう。

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。 ○子どもへの話ましの言葉等をおいします。

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。

動画QRコード付き保護者向けの案内文をダウンロードできます。



🔍 **西濃県事務所** **検索**

「家庭教育」をクリック

在宅取組型家庭教育学級に取り組みましょう
3 保護者の方に案内を出しましょう

ワード文書。ダウンロードして修正可能。

約束運動を行う際の説明動画のQRコードが
ついています。

【案内文】


〇〇〇〇〇〇小学校
保護者の皆様

〇〇〇〇〇〇小学校
家庭教育学級
（〇〇〇〇保護者委員会）

〇〇〇〇〇〇小学校（〇〇〇〇）事務局による個別家庭教育学級の開催を予定しています。令和5年12月から仮設校舎に移行され、開始が「しつじ」として開催を行うことが出来なくなりました。しかし、個別・小人数で開催したい保護者の皆様からのご要望が寄せられています。そこで、この取組について子育て学習委員会を設けました。下記のように取り組んでみて、ご協力ください。よろしくお願ひします。

記

1. 開催期間：令和5年12月（曜日）～令和6年1月（曜日）までの開催
2. 開催方法：
 - ① 下記QRコードから「個別の開催」を選択する。
※ 子供が子どもの顔に写る影響を軽減し、顔に写らない子でやるのがベストです。
 - ② 家で実践する。
 - ③ 別紙に感想を添付する。
3. 感想の提出
〇〇〇〇〇（曜日）までに、学校（〇〇）にお持ちください。



このQRコードを読み取れない場合は、下のURLアドレスから入力ください。
<https://youtu.be/cVutBKnV2u0>

【案内の書きかた例】(9/1679)

中学校では、冬休み前に学校から全保護者に「話そう！語ろう！わが家の約束」運動のリーフレットが配付されます。ぜひ、ご利用ください。



中学校版
約束運動
リーフレット

指導員家庭教育実践事例を知っていますか？

令和5年12月、子どもを指導員や保護者に指導を受ける形で家庭教育実践事例を募集いたします。

12月、2月、4月、6月、8月、10月、12月の各月に、指導員や保護者から実践事例を募集いたします。

募集要項については、この案内文の裏面に、詳細な説明が記載されています。

詳しくは、指導員のホームページをご覧ください。

応募先：家庭教育実践事例募集委員会
〒505-8501 岐阜県岐阜市1-1-1
TEL: 057-242-2100

「話そう！語ろう！わが家の約束」実践カード

名前 _____

学年 _____

性別 _____

住所 _____

電話番号 _____

Eメール _____

〒505-8501 岐阜県岐阜市1-1-1
TEL: 057-242-2100

子どもたちの「健やかな成長」のために

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動は、子どもたちの成長を促すために、保護者と子どもが一緒に取り組む運動です。

運動の取組方法

1. 約束を決めて「話そう！語ろう！わが家の約束」運動を始める。
2. 約束を守りながら実践する。
3. 実践の様子を記録し、感想を添付して提出する。
4. 実践の様子を共有する。
5. 実践の様子を共有し、成長を促す。

どんな約束をするのがいいの？

例えば・・・

1. 約束を決めて実践する。
2. 実践の様子を記録し、感想を添付して提出する。
3. 実践の様子を共有し、成長を促す。
4. 実践の様子を共有し、成長を促す。
5. 実践の様子を共有し、成長を促す。

実践のヒント

1. 約束を決める際は、子どもと一緒に話し合おう。
2. 実践のときは、子どもと一緒に実践しよう。
3. 実践の様子を共有し、成長を促そう。
4. 実践の様子を共有し、成長を促そう。
5. 実践の様子を共有し、成長を促そう。

実践のヒント

1. 約束を決める際は、子どもと一緒に話し合おう。
2. 実践のときは、子どもと一緒に実践しよう。
3. 実践の様子を共有し、成長を促そう。
4. 実践の様子を共有し、成長を促そう。
5. 実践の様子を共有し、成長を促そう。

実践のヒント

【実践のヒント】

1. 約束を決める際は、子どもと一緒に話し合おう。

2. 実践のときは、子どもと一緒に実践しよう。

3. 実践の様子を共有し、成長を促そう。

4. 実践の様子を共有し、成長を促そう。

5. 実践の様子を共有し、成長を促そう。

揖斐川町子育て支援センター

室内は、岐阜県の杉やヒノキをふんだんに使っており、ぬくもりのある造りです。

揖斐川町立いびがわ図書館



さくらんぼ・ひよこ交流 「図書館訪問」

0. 1歳児親子

令和5年10月12日(木)

10:30~11:30



年齢別交流で情報交流

揖斐川町子育て支援センターでは、同じ年齢の子どもがいる親どうしの交流を深めています。この日は、近くの図書館まで歩いていき、図書館の方に読み聞かせをしていただきました。そのあとは、図書館を見学したり、親子で絵本を読んだり、木のブロックで遊んだりしました。図書館訪問やおさんぽ会のように、同年代のイベントを行うことで、自然に親どうしの情報交流が始まります。センター職員に相談があるときは、イベントが終わってから行います。

図書館には、大会を開くことができるくらいたくさんのカプラ（木の造形ブロック）があります。ここは床暖房で暖かいので読み聞かせをしたり、ブロックで遊んだりしてくださいね。いつ来ていただいてもいいですよ。」と、図書館の方からお話がありました。近くに、こうした施設があるとうれしいですね。



大型絵本も、たくさんあります。

おさんぽ会 「電車で行こう」

希望親子

令和5年10月14日(土)

10:00~14:30



電車でお出かけしてリフレッシュ

養老鉄道を使って、大垣公園まで出かける10組限定の人気のイベントです。大垣公園には、大型遊具のほか、ボールや縄跳び、砂遊びセット等が用意されています。子どもが遊ぶ遊びを親子で遊んだあとは、お母さん手作りの楽しいお弁当の時間。暖かな日差しの中、親子でゆったりと過ごすことができました。

ここに集まったお母さんは、子育て支援センターで知り合い、仲良くなりました。おさんぽ会は、子どもだけでなく、親のリフレッシュの時間でもあります。

プレーパーク



たくさんの遊具で遊びました。みんな楽しそう!



日陰でランチタイム!



青空のもと、元気いっぱい!

企業内家庭教育研修 (株) リリフル

みなさんの職場でも研修してみませんか。何人でも、どの時間帯でも、無料で開催できます。
西濃県事務所にお電話ください。

日時：令和5年10月7日（土）

- ① ドリームタッチ保育所
10:30~11:30
- ② タッチテラス保育所
13:00~14:00

対象：従業員（保育士・看護師・調理員・子育て支援員）

テーマ：アンガーマネジメント

講師：NPO法人あゆみだした女性と
子どもの会 理事長 廣瀬 直美 氏

岐阜県では、家庭の教育力の向上と地域社会全体での子育ての推進を目的に、企業や事業所と連携しながら、子育て中の親だけでなく、これから親になる従業員、子育てが一段落した従業員、管理職など幅広い層への家庭教育研修会を開催しています。

このたび、(株)リリフル様にて、従業員の皆さんを対象に開催させていただきましたので、紹介します。



【講話概要】

- ・「アンガーマネジメント」とは、怒らないようにすることではなく、怒る必要のあることは上手に怒り、怒る必要のないことは怒らないようにする心理トレーニングである。
- ・怒りの正体は、外ではなく内にある。現実と理想のギャップで、「〇〇はこうあるべき」という心の中にある価値観が怒らせているのである。
- ・「〇〇はこうあるべき」という価値観は、その時代、人の年代、地域、文化によってさまざまであるため、そうしたギャップとどのようにつきあうかである。そのためにアンガーマネジメントの3つのコントロールを身に付けることが大切である。
- ・「衝動のコントロール（6秒待つ）」
- ・理性が働き出すまでの6秒間を衝動的な行動が出ないように深呼吸したり、その場から離れたりしながらやり過ごす。
- ・「思考のコントロール（三重丸でゾーン分け）」
- ・怒りが「許せるゾーン」「まあ許せるゾーン」「許せないゾーン」のどこに入るか仕分けをする。
- ・「まあ許せるゾーン」を広げる努力をする。「許せないゾーン」ならば、次の行動を考える。
- ・「行動のコントロール（自分でコントロールできるかできないかの分かれ道）」
- ・「自分で変えられないこと、コントロールが不可能なこと」ならば、受け入れるか、放っておくしかない。
- ・「自分の行動によって変えられるコントロールが可能なこと」ならば、どう変われば気が済むのか考える。

【アンケート結果】

本日の研修テーマと内容についてどう思いますか。			
たいへん良い	おおむね良い	あまり良くない	良くない
79%	21%	0%	0%
企業で家庭教育についての研修を実施することについてどう思いますか。			
必要である	どちらかというと必要である	あまり必要はない	必要ない
37%	58%	5%	0%

【主催者様の声】

不適切な保育が問題視されている中、アンガーマネジメントを新たな知識として学ぶベストなタイミングでした。



【参加者の感想】

- ・怒ることについて、特に考えたこともなかったので、怒ることのメリット・デメリットや、どうすれば落ち着いて相手に伝えられるかが分かったのでよかったです。
- ・アンガーマネジメントとは、怒ることによって後悔しないための技法であるという新たな学びがありました。
- ・必要でない怒り（どうにもできないこと）は、すぐに手放す。このことに気づけてとても助かりました。
- ・自ら研修に行くことがないので、学びたいことを学ぶことができる企業での研修の時間はありがたいです。
- ・スタッフの仲間みんなで聞くことによって、お互いがよりフォローし合い、分かり合えるようになると思います。
- ・保育の仕事は子どもと関わるという点において家庭教育と共通するので、職場やプライベートで生きるものでした。