



みんなで子育て



西濃県務所 振興防災課 振興防災係
家庭教育推進専門職 酒井 俊巨
電話:0584-73-1111 <内線212>
E-mail : sakai-toshinori@pref.gifu.lg.jp

家庭教育についての相談はこちらまで。お待ちしております。

西濃地区家庭教育応援通信「みんなで子育て」(令和5年度) - 岐阜県公式ホームページ (西濃県事務所)
www.pref.gifu.lg.jp

各地で家庭教育学級の担当者会が行われました。

養老町 4/18 (木)
19:00~20:00



養老町では、小・中学校の家庭教育学級の子育て委員長と家庭教育学級長が集まる会が年間2回あります。昨年度3月に新旧の役員さんが集まって、令和5年度の家庭教育学級の交流と令和6年度への引継ぎを行いました。家庭教育推進専門職からは、本通信5月掲載の「習慣づくりのきっかけとなる家庭教育学級」についてお話をさせていただきました。

4月は令和6年度の担当保護者のみの会でした。専門職からは、「聞くタイミング・傾聴・能動的な聞き方」についてお話をさせていただきました。

聞くタイミング

感情を出し切らないと話が入らない。

🙄🙄 相手は×

😊😊 自分はO →

🔥 火に油をそそぐ状態

話す

ひとこと言いたくなる
解決しようとする
助けようとする
何とかしようとする

傾聴

相手の目を見てうなずきながら相手の話を聴く

↓

スマホネグレクト

能動的な聞き方

答えは、その人の中にある。

聴いてもらえた安心感

自分の本当の気持ちに気付く

正解 (正しい) → **納得解** (納得する)

池田町 4/26 (金)
14:00~15:00



池田町では、保小中の家庭教育学級担当の保護者と園長先生、教頭先生が参加する会として、「家庭教育学級開講式」と「閉校式」が年間2回あります。私立の保育園も参加されます。教育長さんは最初に家庭教育についての話をされた後、会の最後まで参加されます。専門職からは、「池田町の家庭教育学級が全保護者対象で開催されていること」「『話そう！語ろう！わが家の約束』運動が全保育園・小学校全保護者で取り組まれていること」などのよさを紹介させていただきました。



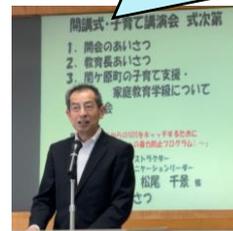
教育長さんは関ヶ原町の子どものよさは家庭教育にあるとお話をされました。
【子ども達のよさ】
「しとやかさ」「あかるさ・あたたかさ」「マナーのよさ」

関ヶ原町 5/11 (土)
9:00~11:30



関ヶ原町では、毎年5月の第2土曜日に保育園と小中学校の園長・校長先生、PTA役員・保護者会役員の方が参加し、「合同開講式」として行われます。今回は、参加者の枠を広げ、乳幼児保護者や一般の保護者の方にも呼びかけました。

教育長さんの挨拶のあと、専門職からは「関ヶ原町の子育て支援・家庭教育学級について」お話をさせていただきました。令和8年に向けて、2つの保育園を統合した新しい認定こども園が新築されます。また、その隣に、幼児が遊べたり、保護者が子育ての相談、交流をしたりする施設ができます。0歳から18歳までの切れ目のない家庭教育支援体制が一層充実していく関ヶ原町です。



「子どもからのSOSをキャッチするために~CAP (子どもへの暴力防止プログラム) より~」
講師：ぎふCAP 松尾 千景 様



【保健・医療・福祉の拠点施設】

関ヶ原町国保保健福祉総合施設 やすらぎ



関ヶ原町の保健・医療・福祉の拠点施設である「やすらぎ」には、母子の健康づくりを推進する健康増進センターがあり、乳幼児健康診査やフッ化物塗布などの成長や発達の支援のほか、妊娠期から子育て期の不安や悩みを相談できる場や親同士の交流の場が用意されています。

離乳食教室

同じ月生まれの親さんが集まり、適切な離乳食の進め方を学んだり、交流したりします。

プレママ・お子さん何でも相談

毎月1回、日頃の子育てやお子さんの発育や発達について相談できます。

キッズビクス

1, 2歳児のお子さんとその保護者対象で、講師の指導で親子で体を動かしたり体操したりして楽しみながら健康づくりをします。

プレママ・ひよこママ交流会

これから赤ちゃんを産む妊婦さんと子育て中のママとの交流会です。

関ヶ原町子ども家庭総合支援拠点

令和5年1月から関ヶ原町役場の住民課内に「関ヶ原町子ども家庭総合支援拠点」が設置されました。対象者は、0歳から18歳までのすべての子どもとその家庭及び妊産婦です。子どもたちの成長や保護者の相談・支援を子育て包括支援センターと連携を進めています。窓口が2か所となり、早期支援が可能となりました。

関ヶ原町では、令和8年に向けて、新しい認定こども園と、幼児が遊べたり、保護者が子育ての相談、交流をしたりする施設の建設を計画しています。それにより、子育てに関するサービスが一か所で受けられるようになります。

このことを機会に、0歳から18歳までの切れ目のない家庭教育支援体制がより一層充実していきますね。

関ヶ原町子育て世代包括支援センター

やすらぎ健康増進センター内に開設されています。妊娠期から子育て期の不安や悩みなどを気軽に相談できる場所です。保健師が相談に応じ、関係機関と連携しながら、必要に応じて支援プランを作ってくれます。

関ヶ原町子育てコミュニティー

関ヶ原小学校と中央公民館の間の放課後児童クラブの2階で実施しています。保育園に入っていないお子さんとその保護者対象です。親子で楽しく遊んだり、スタッフとおしゃべりしたりして、ほっと一息つける場を提供しています。リズム遊びや親子工作なども行います。また、「やすらぎ」にみえる保健師さんが、月1回育児相談を行っています。



健康増進センターの働きかけにより、5月に開かれた幼保小中の家庭教育学級合同開講式の子育て講話に、乳幼児の保護者も参加できるようになりました。対象とする保護者の年齢層を広げていくのも連携の1つですね。



「やすらぎ」にみえる保護者の方のために、子育てコミュニティーの情報を掲示しています。



第2回西濃地区家庭教育推進会議

平成6年5月14日(火)

(大垣市から西濃各地へのオンライン配信)



西濃地区家庭教育推進会議は、岐阜県の施策について情報共有をするとともに、西濃地区の現状や課題を議論する場です。第1回は西濃地区家庭教育学級等リーダー研修会を兼ねており、オンデマンド研修で情報共有をし、会場研修で家庭教育学級開催について話し合っていました。

第2回は西濃地区小・中・高・特生徒指導連携強化委員会、学校警察連絡協議会、万引き防止対策協議会と兼ねて開催されました。

県民生活課生涯学習係の若森美恵子課長補佐から、子どもたちの暴力行為発生件数、いじめ認知件数、長期欠席者数、自殺者数がいずれも増加傾向であること、「自分にはよいところがある」と自信をもって答える子が小中学校ともに4割に満たないことなど、子どもたちを取り巻く厳しい現状が伝えられました。

また、その解決の1つの方法として、「いのちの教育」について紹介がありました。家庭教育学級で行われる「いのちの教育」として、「おうちで伝えるいのちと性のはなし～子どもを守るために親が知っておきたいこと～」「親から子へ『命の大切さ』を伝えるメッセージ」「妊婦さんや赤ちゃんとおふれあう『いのちのふれあい講座』」が紹介されました。こうした学級を行うことにより、親も子も「自分が世界でたった1人の大切な存在」であることを実感し、自己肯定感の高まりが期待されます。

子への「いのちのふれあい講座」から家庭へ (下呂市の家庭教育支援委託事業)



元気に動いてるよね！
きみもこうだったと思うよ。
きみのように元気に産まれて、大きく育ててほしいな。

赤ちゃんが、ここにいるんだ。不思議で大事。無事に産まれて、育ててほしいな。

動いた！すごい！！
この中で生きてる！！
僕もこうだったの？！

毎日、お腹の子に話しかけて、成長が楽しみなの。きっとあなたのお母さんも同じ気持ちよ。



「いのちの教育」の家庭教育学級の効果

講座を受ける前と受けた後の変化

自分のことは好きですか？

わからない
嫌い



好き

- ・「嫌い」と答える子が0に
- ・親子の対話が増えた



分科会では、子どもたちに名前も知らない異年齢のつながりができ、薬物の購入やオーバードーズに陥ってしまうことになるSNSの危険性について話し合われました。



今年度の家庭教育学級に取り入れてはどうでしょうか？
開催のご相談、お待ちしております。



養老郡、不破郡、安八郡、揖斐郡の家庭教育学級リーダー等研修会は、サテライト会場で開催しました。



大垣市、海津市に続いて、養老郡（養老町）、不破郡（垂井町・関ヶ原町）安八郡（神戸町・輪之内町・安八町）揖斐郡（揖斐川町・大野町・池田町）の家庭教育学級リーダー等研修会を行いました。それぞれの郡の中間に位置する垂井町、安八町、揖斐川町をサテライト会場とし、西濃県事務所とオンラインで結び、午前は幼保、午後は小中で、園・学校の担当者と保護者が集まり、熱心に年間計画を交流しました。その中で、家庭教育学級の具体的な内容の質問や回答があり、有意義な会となりました。

令和6年 5月21日(火) (幼・保) 10:00~11:15
(小・中) 14:00~15:15

- ・挨拶 西濃県事務所長（幼・保）
- ・ 西濃教育事務所長（小・中）
- ・ 少人数グループによる交流会
- ・ 全体で質疑・応答
- ・ 各園・校で相談：自園の家庭教育学級年間計画を見直す
- ・ アンケート

| 参加者 (人) | 垂井町サテライト会場 | | 安八町サテライト会場 | | 揖斐川町サテライト会場 | |
|------------|------------|-----|------------|-----|-------------|-----|
| | 園・学校 | 保護者 | 園・学校 | 保護者 | 園・学校 | 保護者 |
| 幼保 | 13 | 13 | 8 | 13 | 6 | 16 |
| 小学校 | 15 | 16 | 10 | 10 | 18 | 26 |
| 中学校 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 7 |
| 合計 | 33 | 34 | 21 | 28 | 29 | 49 |
| | 67 | | 49 | | 78 | |

幼保の部

小中の部

安八町
サテライト会場



アンケートをとって親子のニーズを把握することが大事だ。



家庭教育学級に参加してよかったという思いをもってもらいたい。

垂井町
サテライト会場



役員の負担を減らす工夫は引き続き行っていきたい。



座談会だけでは人が集まらないから、何か活動と結び付けて開催することが必要だ。

揖斐川町
サテライト会場



※詳しいアンケート結果は、後日お知らせします。 4

養老町立養北小学校 家庭教育学級 開級式（校長講話＋己書）

「講演会型」

令和6年5月16日（木）

14:00～14:45



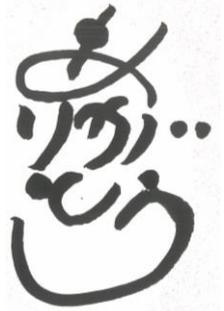
己書（おのれしよ）とは、筆ペンを使って心のままに描く書のことです。書き順も形も自由です。「こうあらねばならない」という思い込みを捨てて、自由に描くことで、オンリーワンの書ができあがります。その書は、「みんなちがってみんないい」ものとなります。

親の笑顔は子の笑顔

今年度から養北小学校に赴任した黒田校長先生のお話が聞きたいという家庭教育学級の願いが実現しました。

校長先生は、保護者にわが子が生まれた時のことを思い出してもらい、「リフレーミング」を使って子どもへの視点や意識を変えて言葉がけをすることで、子どもの自己肯定感が高まり、笑顔になるとお話されました。そして、ご自身が忙しすぎたり苦しかったりした時に己書を描くことで心が救われた話をしながら、保護者に己書を描いてもらい、自分の思い込みをなくすと楽になることを実感していただきました。

己書を体験してもらうことで、親自身が笑顔になってほしいという校長先生の願いも実現しました。



子どもが生まれた時には、「生まれてきてくれてありがとう」という気持ちだったのが、成長するにつれて、思い通りにならなくなり、できないことに目がいったり、他の子と比べたりして、否定的な言葉をかけていませんか。



筆ペンでの作業がとても楽しく、家で子どもとやってみたいなと思いました。

【保護者の声】

ネガティブな発言と意識せず、使っていた言葉がたくさんありました。また、そのネガティブな言葉の方が、短くて言いやすいものばかりで、よく口にしてしまっていたと反省しました。

ポジティブな言葉をかけられるだけのゆとりをもちたいです。子どもころ、習字をして心を落ち着かせていたことを思い出しました。とても幸せな時間でした。

ポジティブな言葉で声かけをしようと改めて思えました。やっぱり、親の笑顔が子の笑顔につながるんだな、親の笑顔は大事なんだなと気付かれました。

今日のお話の内容は、リアルタイムな悩みに関連していて、とても勉強になりましたし、今後の生活に取り入れ、楽しい毎日を過ごしていきたいなと思いました。



校内の掲示にも、校長先生の素敵な己書がありました。

「安全な自転車の乗り方」を家庭教育学級で！

令和5年に、岐阜県内で発生した自転車利用中の事故における死傷者数は465人（死者8人、負傷者457名）で、前年と比較すると死者は3人減少しましたが、負傷者は42人増加しました。死者8人の内6人はヘルメットを着用していませんでした。

子どもたちは園や学校の交通安全教室等で交通安全について学びますが、家庭での保護者からの指導もまた大切です。県民生活課では、無料の講師を派遣しています。「家庭教育学級」として、保護者自身が自転車の乗り方について、改めて学び、確認する機会を設けられてはいかがでしょうか！

自転車安全
運転体験
出前講座



「自転車シミュレータ」を利用した自転車安全運転出前講座

- ・1回あたりの参加人数は、15～30人程度が適当です。
- ・原則として10時～16時とし、時間は概ね1～2時間程度です。（土日祝日でも可能です）
- ・シミュレータ用の電源として、コンセントが2箇所必要です。

あなたの町に、専門の講師が出張します！

自転車シミュレータ(体験装置)を使って楽しく交通安全を学びましょう！

自転車シミュレータとは？

スクリーンに実際の交通状況を映し、街中での自転車の運転を模擬的に体験できる装置です。

自転車を運転する際に起こりうる危険を体験することで、危機予測能力や安全意識の向上を図ります。



(実際の体験講座の様子)

お問い合わせ・申込み先

岐阜県環境生活部県民生活課

交通安全・コミュニティ係

〒500-8570 岐阜市藪田南2-1-1

TEL 058-272-8205(ダイヤルイン)

FAX 058-278-2889

メール c11261@pref.gifu.lg.jp

子どもたちの睡眠時間が、1～3時間ほど不足しています！



「睡眠」について、詳しく学ぶ機会を設けてみてはいかがでしょうか！

<健康づくりのための睡眠ガイド2023>
令和6年2月 厚生労働省公表
ガイドの15～17頁に、こども版が掲載されています！



PDF
(3.1MB)

「睡眠ガイド2023」には、対象者別（成人、こども、高齢者）の睡眠・休養の推奨事項および睡眠・休養に関する参考情報がまとめられています。

全体の方向性

個人差を踏まえつつ、日常的に質・量ともに十分な睡眠を確保し、心身の健康を保持する

【睡眠の機能と睡眠不足による健康リスク】

睡眠には、心身の休養と、脳と身体を成長させる役割があります。適切な睡眠時間を確保することは、こどもの心身の健康にとって重要です。睡眠時間が不足することによって肥満のリスクが高くなること、抑うつ傾向が強くなること、学業成績が低下すること、幸福感や生活の質が低下することが報告されています。

同ガイドこども版より

| 対象者* | 推奨事項 |
|------|--|
| 高齢者 | <ul style="list-style-type: none"> ● 長い床上時間が健康リスクとなるため、床上時間が8時間以上にならないことを目安に、必要な睡眠時間を確保する。 ● 食生活や運動等の生活習慣や寝室の睡眠環境等を見直して、睡眠休養感を高める。 ● 長い昼寝は夜間の良眠を妨げるため、日中は長時間の昼寝は避け、活動的に過ごす。 |
| 成人 | <ul style="list-style-type: none"> ● 適正な睡眠時間には個人差があるが、6時間以上を目安として必要な睡眠時間を確保する。 ● 食生活や運動等の生活習慣、寝室の睡眠環境等を見直して、睡眠休養感を高める。 ● 睡眠の不調・睡眠休養感の低下がある場合は、生活習慣等の改善を図ることが重要であるが、病気が潜んでいる可能性にも留意する。 |
| こども | <ul style="list-style-type: none"> ● 小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間を参考に睡眠時間を確保する。 ● 朝は太陽の光を浴びて、朝食をしっかり摂り、日中は運動をして、夜ふかしの習慣化を避ける。 |