



# いいかも

てるてる坊主を吊り下げのり、雨の日を少しでも楽しく過ごす先人たちの知恵なのかな？♪「明日天気にしておくれ〜」♪

可茂県事務所 振興防災課  
家庭教育推進専門職 安田 早由里  
〒505-8508  
美濃加茂市古井町下古井 2610-1  
TEL：0574-25-3111 内線 208  
FAX：0574-25-3934  
令和6年度 6月号 No.3

## 可茂地区トレジャーワード

### 育もう豊かな感性 ~泣いて、笑って、ともに歩もう~

美濃加茂市・可児市・坂祝町・富加町・川辺町・七宗町・八百津町・白川町・東白川村・御嵩町



### 令和6年度可茂地区家庭教育学級リーダー研修会 ご意見を寄せてくださり、ありがとうございました！



学びのある家庭教育学級を目指し実施したリーダー研修会、多くの皆様に参加していただきました。アンケートにもご協力いただき、ありがとうございました。寄せられたご意見を集約いたしました。よりよい研修会及び家庭教育学級の運営を目指し、成果と課題を次年度に繋いでまいります。

#### 1 研修内容についてお尋ねします。 本日の研修はいかがでしたか？

	幼・保・こ園
満足	38%
おおむね満足	54%
やや不満足	5%
不満足	3%

#### 2 実践発表はいかがでしたか？

	幼・保・こ園
参考にできそう	52%
おおむね参考にできそう	34%
多少、参考にできそう	9%
参考にできそうにない	5%

※オンライン等の具合で、内容が十分伝わらなかった会場があったようです。ご迷惑をおかけしました。

#### 3 坂祝町立坂祝幼稚園「親子ふれあい運動」「日めくりカレンダー作り」の実践について、ご意見・ご感想をお聞かせください。

##### ○講座「親子ふれあい運動」について

- ・親子で取り組むゲームはとてもよかった。
- ・身体を動かす親子のできる取組をうまく使っていると感じた。
- ・自分の園では、これまで体操系の講師を呼んだことがないので参考になった。

##### ○講座「日めくりカレンダー作り」について

- ・日めくりカレンダー作りがとてもよいと思った。楽しそうだった。
- ・作って終了ではなく、家へ帰ってから毎日「カレンダーめくった？」など、親子で交流できてよい活動だなと思った。
- ・その場だけの活動で終わらず、その後も使えるものを親子で作成するというアイデアがとても素敵だと思った。
- ・子どもたちの興味のあるものが出来ていいなと思った。準備が大変そうなので、園との協力も必要だと感じた。

##### ○発表全般について

- ・親子で参加する講座が多く、楽しそうだった。とても参考になった。メッセージカードや日めくりカレンダー作りが参考になった。
- ・親子活動と実体験のよさを保護者の方々も感じることができる内容だと思った。
- ・全てテーマや目的がはっきりとしていた。聞き取りやすく分かり易い発表だった。



- ・学年別で、2種類の活動を組み合わせている点が、とても参考になった
- ・他の園でどんなことをしているか、知る機会がありよかった。
- ・親子で作業をする行事が自分の園ではないので、カレンダー作りと親子活動、どちらも今年度、園で取り入れたいと思った。
- ・参集型や在宅型等を組み合わせて家庭教育学級が行われており、仕事をもっている保護者が参加しやすい内容になっていると思った。子ども達のために親子のために、案を出して下さる先生方にも、改めて感謝の気持ちをもった。
- ・内容の濃い実践であった。保護者の勤務状況にもよるが、自分達の家庭教育学級に反映させたいと思う。
- ・うまく時間を組み合わせ、親が参加しやすく、しっかり親子でふれ合える場を設けていてよい取組だと思った。
- ・楽しそうな活動で、親子の会話も弾み、家庭でも話題になるような取組だと思った。
- ・園と連携して進められるのはとてもよいと思った。
- ・発達段階に応じて運動遊びができるように、時間をずらすという工夫がとても参考になった。
- ・内容や日程、子どもの発達段階を組み合わせることにより、親子のふれあい活動を充実させていると感じた。昨年度の活動を振り返り、さらに充実させるための工夫点が盛り込まれた実践だった。
- ・自園で実施する内容と似ており、保護者さんにも満足していただけるものなのだと、自信になった。自分の園は、世帯数が少ないので、ダイナミックな集団ゲームとはいかないが、和気あいあいとできることに喜びを感じ、運営していきたい。
- ・とても分かり易い発表で、段取りも完璧だと感じた。

多くの学びをいただきました。

坂祝幼稚園様、貴重な実践の発表、ありがとうございました。

#### 4 本研修で取り入れたいことは見つかりましたか？

	幼・保・こ園
見つかった	45%
部分的に取り入れたい	52%
あまり見つからなかった	3%



#### 5 本研修や家庭教育学級の運営について意見・感想等お聞かせください。

- \* 家庭教育学級の目的やねらいなどを改めて確認することができた。
- \* 初めてでわからないことが多いが、頑張っていきたいと思った。わからないことを伝えると市町村担当者が親身になって考えて下さるので心強い。
- \* 研修会に参加出来て楽しかった。とても勉強になった。親同士のつながり地域とのつながりを大切にしたいと思った。この1年間、家庭教育学級長を頑張りたい。
- \* 他園の方と話ができてよかった。よいアイデアや意見を聞くことができた。改めて行うばかりでなく、今までに行っていることを見直して進めていくこともできるので意識して取り組みたい。
- \* 家庭教育学級の形はいろいろあるので、様々に取り入れていけるとよいと思う。
- \* 他の市町村との意見交流はとても刺激になる。こんな活動しているんだ、うちでも取り入れたいという声が上がっていた。交流会は、是非、今後も位置付けてほしい。
- \* 家庭教育学級は、とてもいい活動だと思っている。まだまだ活かされていないことが多いのでこの一年を通してできるだけ多くの保護者の方によさを伝えていけたらと思っている。
- \* 園の立場として、保育園の行事や在宅をうまく組み入れながら大人も子どもも無理のない方法で家庭教育学級が楽しいと思える内容を考えたい。

- \*参加された保護者の皆さんから、生の声が聴けたことが収穫だった。サロン型がやはり大切だと思った。
- \*初めて役員になり、不安だったが、交流できてよかった。他の園を知る機会になった。
- \*自分自身、子育てに悩みはたくさんある。このような機会を参考に、子どもとたくさん向き合っていきたい。

### <次年度に向けて>

#### ①研修開催の時期や資料提示について

(もう少し早いと、年間計画の立案や予算を組む時に役立つ。)

#### ②オンライン環境の確認

(主催者：手際よく発信できるよう、リハーサルを繰り返し行います。)

(受信者：事前配信テストの利用、パソコンの状態を整える、受講場所の工夫等、ご協力願います。)

#### ③リーダー研修会の開催方法や、セッションの内容について。

(地区の実態や研修の内容に添ったものになるよう、改善に努めます。)

今年度は、これまでと比べ、保護者の方の参加が多くなりました。役員さん同士、声を掛け合い、複数名で参加していただいた園が多かったようです。ありがとうございました。この出会いを大切に、今年度、皆さまの園の家庭教育学級を訪問・取材させていただくことを担当者として楽しみにしております。今後とも、どうぞよろしく願いいたします。

### 皆様、こんな教え、ご存知ですか？ 『子どもを伸ばす魔法の11カ条』



す

アメリカインディアン

の教え (扶桑社)

著者 加藤 諦三

詩 ドロシー・ロー・ノルト

### 『子どもを伸ばす魔法の11カ条』



第一カ条 批判ばかり受けて育った子は非難ばかりします

第二カ条 敵意に満ちたなかで育った子は誰とでも戦います

第三カ条 ひやかしを受けて育った子はいかにかみ屋になります

第四カ条 ねたみを受けて育った子はいつも悪いことをしているような気持ちになります

第五カ条 心が寛大な人のなかで育った子はがまん強くなります

第六カ条 励ましを受けて育った子は自信を持ちます

第七カ条 ほめられるなかで育った子はいつも感謝するのじょうを  
知ります

第八カ条 公明正大ななかで育った子は正義心を持ちます

第九カ条 思いやりのあるなかで育った子は信仰心を持ちます

第十カ条 人に認めてもらえるなかで育った子は 自分を大事  
にします

第十一カ条 仲間の愛のなかで育った子は世界に愛をみつけます

# ～講座紹介～

## 子育て・家庭教育学級等のミニ情報

### 「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！



「睡眠ガイド2023」には、対象者別（成人、子ども、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。

<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)

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"> <li>● 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。</li> <li>● 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。</li> <li>● 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。</li> </ul>
成人	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 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。</li> <li>● 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。</li> <li>● 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。</li> </ul>
子ども	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 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。</li> <li>● 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。</li> </ul>