



「家庭教育を实践する日」

# News Letter

令和6年12月号

●ご家庭で簡単に実践できる取組を毎月紹介しています。

## 新年に向けて親子で 目標を立てよう

### 目標を立てるメリット

あと一ヶ月で2025年。一年を振り返りながら、親子で新年の目標を立ててみませんか？目標を立て、それに向かって努力することは、子どもの成長につながるとともに、社会人になってからも必要なスキルです。

また、自分で考えた目標が達成できると、「結果だけではなく、やり遂げることができた」という達成感を味わうことができます。前向きにチャレンジし、さらに成功体験を積み重ねることで、「やればできる」という自信をつけることができ、自己肯定感の向上にもつながっていきます。

### 目標を立てる時のポイント

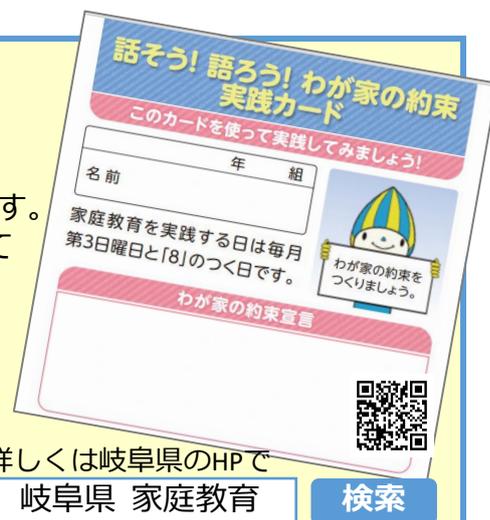
- 子どもに考えさせ、意見を尊重する  
ゴールに向けて努力を継続するために、子どもが「自分で決めた」と思えるようサポートしましょう。
- ワクワクするような目標にする  
「やってみたい」「楽しそう」と思えるような目標は、モチベーションをアップさせます。また、楽しんで取り組むことができます。
- 短期・長期で達成できる目標を立てる  
努力やモチベーションを維持するためには、短期目標もいっしょに設定することがおすすめです。一つずつ小さなゴールを達成する経験を積み重ねることが、達成に向けた自信の源となり、次のステップへの意欲がわきます。

### 「話そう！語ろう！わが家の約束」運動

「家庭教育を实践する日」の具体的な取組として「話そう！語ろう！わが家の約束」運動を推進しています。取組をとおして、家庭の大切さや家族のあり方について見つめ直してみませんか？

#### ●運動の取組方法

- ① 家族で話し合っ「わが家の約束」をつくる
- ② 取組実践カードに記録
- ③ 実践中や実践後に家族に互いの思いを伝え合う
- ④ 次の約束を話し合う



詳しくは岐阜県のHPで

岐阜県 家庭教育

検索

#### ●家庭教育を实践する日とは？

「家庭の日（毎月第三日曜日）」と「早く家庭に帰る日（8のつく日）」を合わせた日です。12月は8日、15日、18日、28日です。

#### ●家庭教育に関するご相談は

岐阜県 県民生活課 生涯学習係 TEL 058-272-8752