西濃地区家庭教育応援通信　Ｎｏ９　令和８年１１月２日発行



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
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。お待ちしています。

家庭教育応援通信
バックナンバー

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動

～家族の絆を深めるひとときをいっしょに～

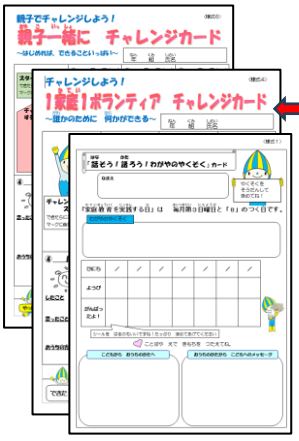


長期休業だからこそできる体験を

長期休業は、普段の学校生活ではなかなかできない体験に挑戦できる大切な機会です。親子で一緒に活動に参加することで、家族の会話が広がったり、地域とのつながりを感じたりすることができます。冬休みには、ぜひ親子で楽しみながら約束運動に取り組み、心に残る学びと成長のある充実した休みにしてみませんか。

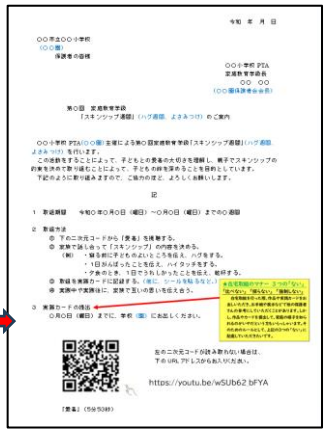
まずは「わが家の約束」のよさを、動画でチェック！

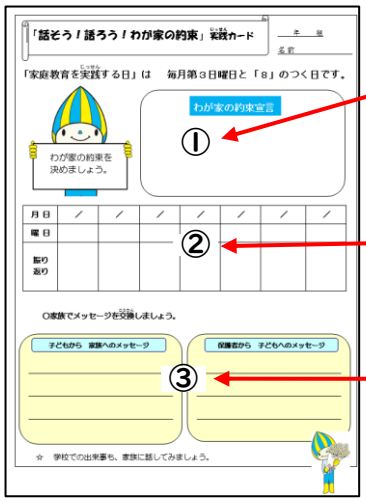
非認知能力を育む「話そう！語ろう！わが家の約束」運動
https://youtu.be/wrAGnbLu1vI　（５分４８秒）



実践カード
わが家の約束・１家庭１ボランティア・親子一緒にチャレンジの３種類あります。

おうちで家庭教育
（在宅取組型家庭教育学級）
１０種類の動画と動画二次元コード付き案内文があります。





① めあての共有
親子でいっしょに考えましょう！

② 取組の見える化
ふり返りをしましょう！できないときでも、温かく見守りましょう！

③ 言葉で伝える
親子で気持ちを伝え合う時間を楽しみましょう！

冬季休業中だけでなく、家庭教育を実践する日に合わせて取り組むと効果的です。
・第３日曜日（家庭の日）
・８のつく日（早く家へ帰る日）

１２月にデジタル版チラシを配信！

県内すべての幼保こども園、小・中学校、特別支援学校に配信します。

このチラシは、デジタル配信（PDF）のため、約束運動を進める上で役立つ情報のほか、家庭教育情報や動画コンテンツなど、ほぼ１タップで見ることができます。

今年、前半に行われた 在宅取組型家庭教育学級を参考にしよう！

海津市立海津小学校　家庭教育学級
情報モラル宣言
１家庭１ボランティア　在宅取組型
夏季休業中　対象：全校親子対象



情報モラル宣言

「情報モラル宣言」は、海津市文化・スポーツ課が作成した実践カードを活用して行っています。全校分のカードを市で印刷していただけるため、各家庭で手軽に取り組めます。スマートフォンやインターネットとの上手な付き合い方について、親子で考えるよい機会となっています。

1家庭1ボランティア

「1家庭1ボランティア」は、毎年、岐阜県道徳教育振興会議の提言を受けて配付される「1家庭1ボランティアチャレンジカード」を活用した取組です。

長期休業中には、地域の活動や学校の奉仕作業などが行われます。こうした活動に親子で参加し、地域や周りの人の役に立つ喜びを感じることで、「自分にも誰かのためにできることがある」という自信や自己肯定感を育む貴重な機会となります。



毎年６月ごろ、各園・学校に、案内チラシと４種類のチャレンジカードが配付されます。





親子で海津小学校の校庭の草取り。これも１家庭１ボランティアです。一緒に草を取りながら、いろんなことをお話したことでしょう。



「あったかい言葉がけ運動」作品募集（令和８年６月１５日発行No.4で紹介しています。）

海津小学校では、夏季休業中に、家庭での「あったかい言葉」がけ運動にも取り組んでいます。

養老町立笠郷小学校　家庭教育学級

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動

在宅取組型

夏季休業中　　対象：全校児童・全保護者



家族の数だけ約束がある　「わが家の約束」実践中

笠郷小学校では、毎年「話そう！語ろう！わが家の約束」運動に取り組み、家庭で親子のコミュニケーションを深めています。今年度から、デジタルチラシになったため、昨年の啓発チラシを県のホームページからダウンロードし、両面印刷して各家庭へ配付しました。取組後の実践カードは、家庭教育学級委員が学年ごとに選び、給食試食会の後、職員室前に掲示しました。家庭ごとの工夫や思いが多くの児童や保護者の目に伝わる機会となります。

家庭ごとに約束の内容はさまざまです。あいさつを大切にする、家族への感謝を言葉にする、家族のよいところを見つける、ハグをしてスキンシップをとるなど、それぞれの家庭に合った約束が考えられています。約束の内容は違っても、家族で話し合い、同じ時間を過ごすことはどの家庭にも共通しています。

この取組を通して、家族の絆を深めるかけがえのない時間が生まれました。







笠郷小が使用した「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の啓発チラシはこちら！



実践カード
わが家の約束・１家庭１ボランティア・親子一緒にチャレンジの３種類あります。

【掲示された実践カードから】

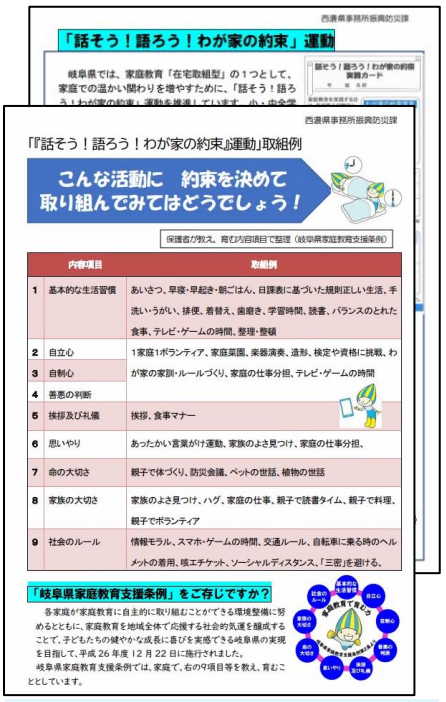
学年	約束	子ども→家族	家族→子ども
1年生	ごはんのときは、テレビをけしてかぞくでおはなしをしながら、ごはんをたべる!	おはなしをするのが、たのしかったです	きょうあったこと、あしたのことをはなすじかんがたのしかったので、これからも、つづけようね。
2年生	１日のできごと、たのしかったこと、かなしかったことをはっぴょうしあおう!!	かぞくでよる、まいにちみんなの気もちをきけてよかった。	ちゃんと自分の気もちをせいりして、1日のおわりにたしかめあうことができてとてもよいしゅうかんだったね!
3年生	ねる前に、「ありがとう」を伝える。	「ありがとう」を言うと、自分の気持ちがよくなるし、相手の気持ちもよくなっていることを感じました。	○○が「ありがとう」を言うと、家族に連鎖して、みんなで「ありがとう」を伝え合うことができたね。「ありがとう」は、心を穏やかにしてくれる良い言葉。大切にしていこうね!!!
5年生	毎日心をこめて「いただきます」「ごちそうさま」とあいさつをする。	私がやったらみんなできてよかった。これからもやろうね。	食材にきちんと感謝してあいさつができていた。 これからも続けていこう!
6年生	「ありがとう」や「ごめん」をちゃんと伝える	この「わが家の約束」を続けて「ありがとう」や「ごめん」を家族じゃなくても、すなおに言えるようにできればいいなと思った。	言葉で感謝を伝える、しっかりあやまることは、大人になってもとても大切です。 意識して続けていけるといいね。

垂井町立北中学校　家庭教育学級

「話そう！語ろう！わが家の約束」運動

在宅取組型

夏季休業中　対象：全校生徒・全保護者



わが家の約束から始まる家族の成長

北中学校家庭教育学級では、毎年夏季休業中に「話そう！語ろう！わが家の約束」運動に取り組んでいます。今年は、西濃県事務所の家庭教育ホームページに掲載されている取組の進め方や実践例と実践カードを配付しました。

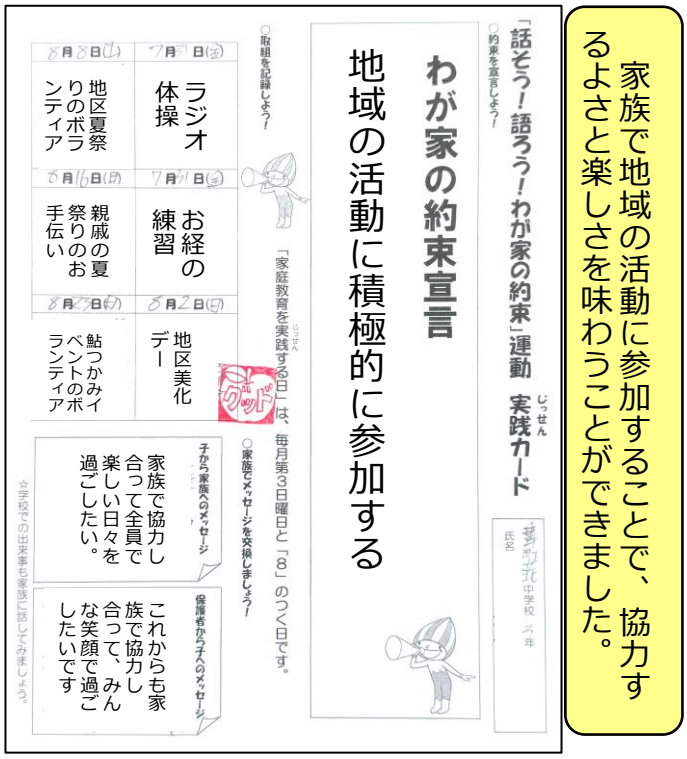
休み明けに提出された全学年の実践カードから、家族がどんな約束で取り組んだか集計したところ、最も多かった約束は「家事・手伝い」でした。この取組を通して、子どもたちは家族が日頃行っている家事の大変さを知り、感謝の気持ちをもつことができました。保護者からも、手伝いへの感謝とともに、子どもの成長を感じたという声が寄せられました。次に多かったのは、「規則正しい生活」、4位が「スマホ・テレビ・ゲームの時間」でした。長い夏休みを有意義に過ごしたいという願いが込められていることがうかがえます。また、3位は「挨拶・ハイタッチ」、5位は「家族との時間」でした。夏休みだからこそ、家族との関わりを大切にしたいという思いが反映された結果でした。

各家庭で決める約束には、「こんな子に育ってほしい」「こんな家族になりたい」という願いが込められています。まずは取り組んでみること、そして続けることで習慣となり、その願いの実現に近づいていきます。この約束運動が家族のよりよい未来につながるきっかけとなることを期待しています。

	約束	合計	1年	2年	3年
1	家事・手伝い	46	13	19	14
2	規則正しい生活（早寝・早起き・朝ごはん）	22	8	9	5
3	挨拶・ハイタッチ	19	5	3	11
4	スマホ・テレビ・ゲームの時間	15	9	4	2
5	家族との時間（話す・食事）	12	5	3	4
6	勉強時間	7	4	2	1
7	言葉遣い	6	2	0	4
8	ペットのお世話	5	3	0	2
9	笑顔・感謝	4	1	1	2
10	安全な暮らし	2	1	0	1
11	地域行事への参加	1	0	0	1

【取り組んだ約束】（家族数）

西濃県事務所の家庭教育ホームページには、約束運動だけでなく、西濃各市町で行われた家庭教育学級の実践事例や家庭教育応援通信のバックナンバー、家庭教育を学ぶ動画などがあります。



家族で地域の活動に参加することで、協力するよさと楽しさを味わうことができました。

家族でメッセージ交換

いつも家事をしてくれてありがとう。	どういたしまして。こちらこそたくさん手伝いをしてくれてとても助かりました。
普段やってもらっていることを自分でやってみて大変なのが分かった。	夏休みで家にいる時間が普段より長い分、いつも以上に家事をしてくれて、本当に助かったよ。もっと休みでもいいよ。本当にありがとう（父）
いつも疲れているのに家事をしてくれてありがとう。自分にできることは積極的に手伝いたいです。	もう中2ということもあり、いろいろ頼ってしまうね。いつもありがとう。
夏休みが明けても、早寝早起き、体調管理を心がけたいです。	規則正しい生活は、大人になってからもとても大切です。覚えておきましょう。（父）
実践できなかったときは、みんなで課題と工夫を話し合えてよかった。	今までのゲーム時間を見直して実践していてよかったです。これを続けられるとグッド。
これからも元気よく挨拶することを忘れません！！	毎日、進んで挨拶をしてくれたので、心がポカポカになりました。
今年は、勉強が多くて、あまり家族の時間がとれなかったけれど、将来について話せた。	進路について話すことができたり、テレビを観て一緒に笑ったり。何気ない時間をこれからも大切にしていこうね。

神戸町立神戸中学校　家庭教育学級

情報モラル　講演会型



令和８年６月２５日（木）
１４：３０～１５：２０

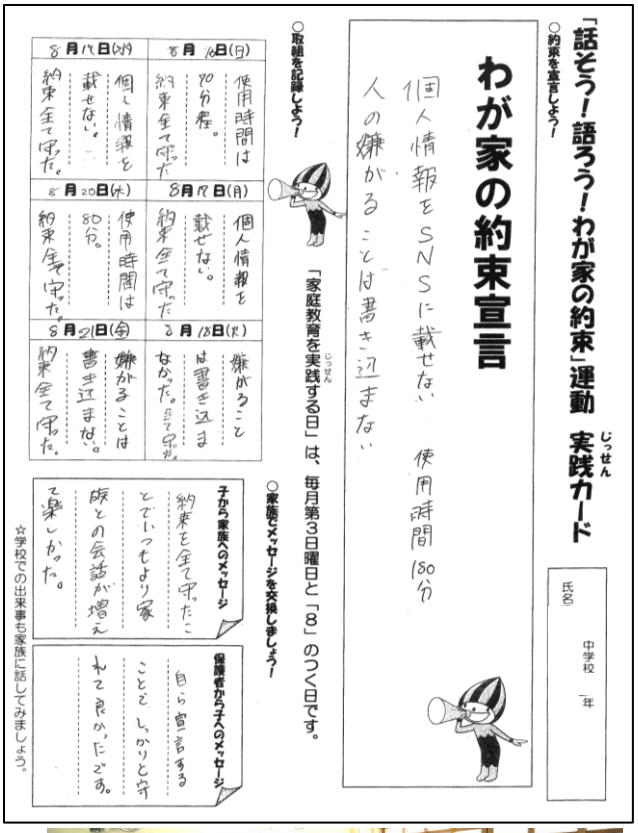
わが家の約束宣言　在宅取組型

夏季休業中
対象：全校生徒・全保護者

【３年生徒　講師へのお礼の言葉】
僕はスマホやSNSを使うとき、情報について真剣に考えたことがありませんでした。しかし、今日のお話を聞いて、軽い気持ちでやったことや「大丈夫だろう」と思っていたことが、人に迷惑をかける大きな問題につながることもあると分かりました。
これからは自分の行動に責任をもち、一度立ち止まってよく考えてから行動できるようにしていきたいです。
今日は貴重なお話をありがとうございました。

神戸中学校では、講師が3年生の教室の１つから講話を配信し、その他の生徒は各教室で話を聞きました。保護者は授業参観のように、わが子のいる教室で子どもたちの様子を見ながら参加しました。講話を受けて、夏休みに情報モラルに取り組んだ生徒もいました。

【講師】岐阜県警察本部少年育成支援官　黒田裕子　様
- **軽い行動も犯罪**：いたずらでも犯罪・賠償の可能性
- **SNSは拡散する**：投稿は誰でも見ており炎上も起きる
- **他人の権利を守る**：写真や作品は許可が必要
- **個人情報に注意**：投稿から場所や生活が知られる
- **文字のやりとりに注意**：誤解を防ぐため相手の立場で考える
- **悪口はNG**：誹謗中傷は犯罪になりうる
- **ネットの出会いは危険**：犯罪に巻き込まれる可能性あり
- **写真・動画は消えない**：一度拡散すると止められない
- **情報は一生残る**：将来に悪影響が出ることがある
- **困ったら相談**：一人で抱え込まない
- **闇バイトは犯罪**：高額・簡単な仕事は疑う
- **大切なこと**：「一度考えて行動する」



家族でメッセージ交換

闇バイトなどが多くなってきているので、自分も気を付けるし、みんなも気を付けて。	毎日、ネットで情報を得る今、すぐに信じず、正しい情報かどうかを確認しましょう。自分で考えることを大切に。

池田町立池田中学校　家庭教育学級

スマホ時代と私たち　講演会型

令和８年７月１４日（火）１０：４０～１１：３０
対象：全校生徒・全保護者



池田中学校では、講師が放送室から講話を配信し、生徒は各教室で、保護者は学校が用意した会場で話を聞きました。
保護者に参加した理由を聞くと、「スマートフォンをめぐるさまざまな事件が起きているため、私たち保護者も学ぶ必要があると思いました。」と話していました。
参加された皆さんは、講師のお話を真剣に聞いてみえました。

【講師】一般社団法人ソーシャルメディア研究会
竹内　義博　様　　講演のまとめ
- ☐ SNSの投稿は相手の気持ちを考える。
- ☐ 生成AIは便利だが使い方を間違えない。AIは人の気持ちを理解できない。
- ☐ ネット上の人を簡単に信用しない。
- ☐ 困ったら大人や専門機関に相談する。
- ☐ スマホやネットを「人を幸せにする道具」として賢く使うことが大切。

子どもたちは、インターネット上でつながった相手を、実際に会ったことがなくても「知り合い」ととらえてしまうことがあります。そのため、ネット上で親しくなった相手に個人的な相談をするなどして、トラブルや犯罪被害に巻き込まれてしまうケースもあります。
今回の両中学校の取組は、スマートフォンの向こう側にいる相手をどのように理解し、付き合っていけばよいのかについて、親子で考える貴重な機会となりました。



大垣市立東中学校　家庭教育学級

夏休みのスマホの使い方を考える取組

在宅取組型　**夏季休業中　対象：全親子**



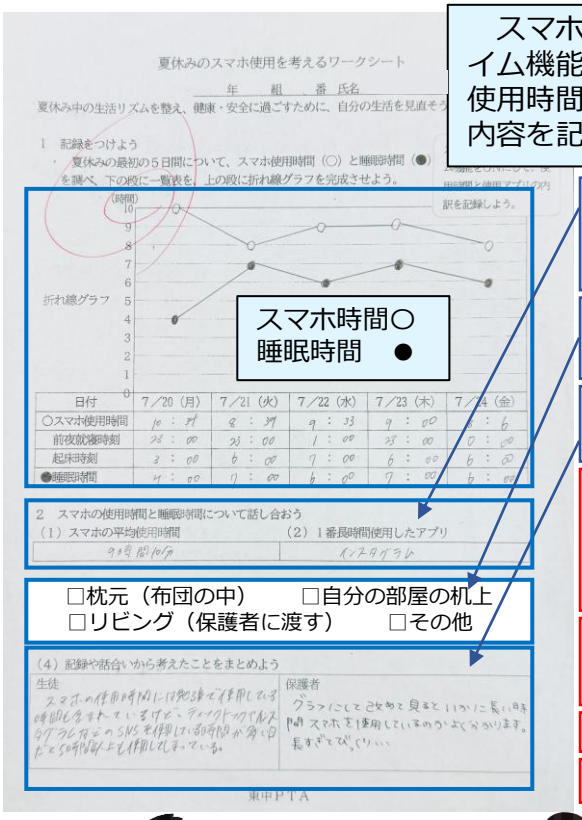
見える化で気付く　親子で考えるスマホとの付き合い方

　中学校への入学を機にスマートフォンを持つ子どもが増えています。子どもたちはあっという間にその使い方を覚えます。購入時には家庭ごとに約束を決めることが多いものの、中学校においても、利用時間の増加やSNSの使い方が問題となることが少なくありません。「保護者の知らないところでどれだけスマホを使っているのだろう」「学習や生活への影響はないだろうか」と、不安を感じる保護者が多くいます。

　こうした問題意識から、東中学校のPTA役員が話し合い、スマホ利用について親子で考える取組を実施しました。ワークシートはPTA副会長が作成し、子どもたちは夏休みの始まりの5日間について、スマホの利用時間と睡眠時間を棒グラフに記録しました。その結果をもとに親子でスマホの使い方について話し合い、「我が家のチャレンジ」として家庭ごとのルールを決めました。そして、夏休み期間を通して実践し、夏休みの中頃と終了時に親子で振り返りを行いました。実際の利用状況を見える化してから話し合いを進めることで、子ども自身が問題に気付きやすくなり、家庭の実情に合ったルールづくりにつながります。この取組は、親子がスマホとの上手な付き合い方を考えるよい機会となりました。



夏休みのスマホ利用を考えるワークシート



スマホのスクリーンタイム機能をONにして、使用時間と使用アプリの内容を記録します。

スマホの平均使用時間と長時間使用アプリ

睡眠中のスマホの置き場所

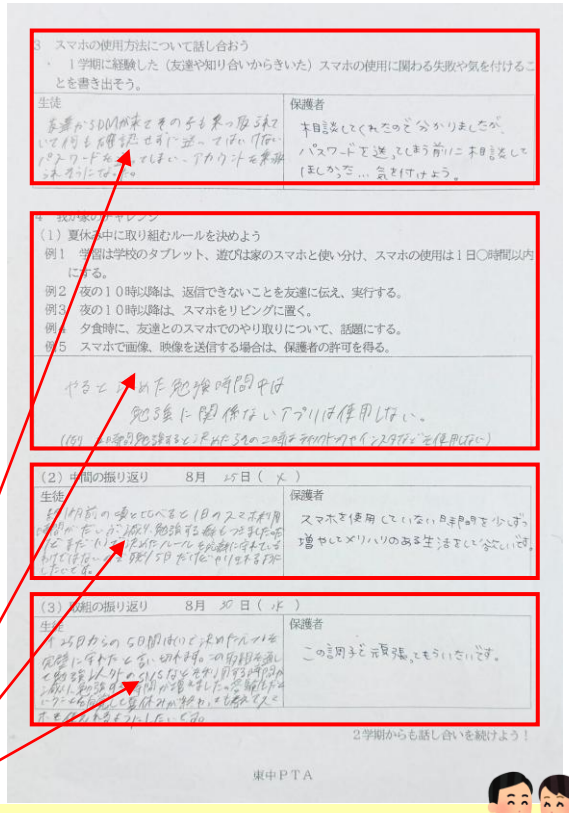
記録や話し合いから考えたこと

１学期に経験したスマホ使用での失敗、または気を付けること

我が家のチャレンジ（例あり）

中間の振り返り

取組の振り返り





【生徒】

　ルールを決めたことで学習中にスマホを気にすること が減り集中して勉強することができました。

　これからも家族の中でそういうルールを守ってスマホの使い方を、改めて考えて使っていきたいです。



【保護者】

　この取組を通して、子どものスマホの使い方を 見直すことができました。

　一方的に制限するのではなく、本人が自分で 使い方を考えられるように見守っていきたいです。



【取組を企画した役員の感想】

- スマホ利用を見直すよい機会になった。
- 睡眠時間とスマホ時間を視覚的に理解できた。
- 保護者の意識の高さが感想から伝わってきた。
- 親子で利用ルールを考えることができた。
- SNSの返信ルールを家庭で決めることが大切。
- 保護者自身のスマホ利用も見直す必要がある。
- フィルタリングなどの設定も重要である。
- 中学生のうちに正しい使い方を身に付けさせたい。

「毎日同じ時間でスマホを使用しているし、睡眠時間を見る限り、十分な睡眠がとれているから良い。」



この感想を書いた生徒の保護者は、子どものスマホのスクリーンタイムに時間制限をかけていました。

ペアレンタルコントロールが有効