

みんなで子育て No. 13

子育て(小学生高学年の保護者向け) 本巣市立弾正小学校 2月7日

学校行事参加型 + 講演型 講師：家庭教育推進専門職



その子の一番いいところ

そこに目を向けてください!

ドルシー・ロー・ノルト

コミュニケーション力

- ・話す力 伝える力
- ・聴く力
- ・読み解く力
- ・交渉する力

実社会で生活する上で大切な力です!

叱るときは

- ・感情的にならない
- ・問題である言動に対して叱る
- ・子どもの人格や存在を否定しない
- ・叱る内容に一貫性を保つ
- ・どうするべきかを明確にする

思春期 (11歳前後 ~ 17-18歳)

男の子は、女の子より少し遅め

自我が目覚める! 第二次反抗期

「〇〇しなさい!」と指図をしない

勝手に、〇〇はしない

子どもにもプライバシーはあります!

「INPUT」から「OUTPUT」

知識として単に知っているから
その知識を使って、課題を解決
できる力が求められている。

子どもながらの豊かな発想を大切に!



弾正小学校では、授業参観の前の時間(50分ほど)に、家庭教育学級を位置づけられました。

令和3年度版「家庭教育」に関する国民の意識調査によると、子育ての情報が最もほしかった時期として、約4人に1人の親が「中学生の時」と答えており、一番ニーズが高いという結果が出ています。これに合わせた形で、中学校への進学が近い高学年の子どもの保護者を対象に実施されました。小学生の場合は、低学年と高学年で発達段階が大きく異なるため、聞きたい内容も変わってきますので、このように対象を指定する方法も有効です。

また、低・中・高の3つの学年毎に、それぞれ講話を準備し、3会場で同時に行うという方法をとられた学校もあります。

保護者の声

自己肯定感を高める方法、子どもとのスキンシップの大切さがどうして大切なのか?ということが分かったので良かったです。子どもの一番良いところを伸ばしてあげたいと思います。

我が子と生涯で一緒に過ごせる時間が、母親で7年6ヶ月。短くて驚きました。一緒に過ごせる時間を大切に過ごしたいと思いました。

4月から4年生になり、これから中学に向けて家では何を大切にしていけばいいのか気になっていたので、是非参加したいと思えるテーマでよかったと思います。頭ではわかっているがなかなか実行できず、難しいなと思いました。

この日の授業参観は「総合的な学習の時間」で、1つ下の学年の児童が、上の学年の発表を聞きに行く方式(5年生は6年を)で行われました。そこへ発表学年の保護者も参加されていました。わが子の発表を中心に、小グループで決めたテーマについて視聴されていましたので、保護者も子どもたちの発表から学ぶことが多く、家庭での親子の話題になったのではないかと考えます。

瑞穂市 家庭教育学級実践交流会 2月15日

瑞穂市では毎年2月に、市内にある小中学校・幼稚園・保育所・保育教育センターの中から2つの教育機関が、実践した家庭教育学級の取組について発表し交流を行っています。今年度は、西保育教育センターが「今を生きる子供達へ～経験と思い出を宝物に～(5回)」、生津小学校が「子ども達を守るために知っておきたい事～子どもの事を知ろう・危険な事を知ろう～(7回)」というテーマで取り組んだ実践を発表されました。瑞穂市は「読書のまちみずほ」を謳っており、市の共通課題である「うちどく(家読)」についても、双方の取り組みの紹介がありました。



「話そう！語ろう！わが家の約束」運動

岐阜市立網代小学校

冬休みの取組

網代小学校では、今年度の約束運動の取組について、12月20日付の学校だよりで「目的」などを簡単に告知され、12月23日にPTAより正式な案内を配布されました。

取組カードは、県のHPにアップしてあるものに加筆などし、網代小バージョンに加工したものを使用されました。

また、カードの裏面には、約束の参考例を15種類ほど示されました(右図)。例を示したことで、約束の内容が「子ども中心の約束」から「家庭のみんなの約束」に変化したそうです。回収された取組カードは、集計・分析され、下のようなどとも見やすく分かりやすいようにまとめられました。

他の家庭の様子も知ることができるよう工夫されており、たいへん素晴らしいです。参考にしていただきたいです！

★ここにあるものは一例です。参考にして考えてみてください。*



【お手伝い編】

- 「げんかんのくつを、毎日そろえよう。」
- 「自分の使った食器を流しへ運ぼう。」
- 「食べ終わったら、テーブルの上をふこう。」
- 「家族みんなでごはんのじゅんぴをしよう。」

【あいさつ編】

- 「毎朝、家族に「おはよう」とあいさつしよう。」
- 「ねるときに「おやすみなさい」を言おう。」
- 「(家族の)顔を見たら、あいさつしよう。」
- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう。」

家庭教育学級通信～第三回家庭教育学級～

「話そう！語ろう！我が家の約束」

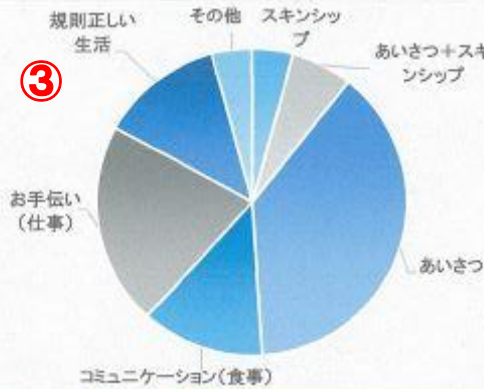
令和5年1月30日
網代小学校 PTA
成人保健委員会

報告だよりの素晴らしい点！

① 第三回家庭教育学級「話そう！語ろう！わが家の約束」への参加ありがとうございました。90%以上の方が参加していただきました。どのご家庭でも、お子さんと話し合い、約束を決め、素敵な取組を行ってみたいことが、提出していただいたカードから伝わってきました。

さて、各ご家庭ではどのような約束に取り組まれたのでしょうか？

下に示したグラフは、各ご家庭で取り組んでいた約束を分類したものです。



④ 各家庭で取り組まれた約束の一部を紹介

- ・笑顔で、朝あいさつをする
- ・「おはよう」と「おやすみなさい」を言う
- ・「ただいま」「おかえり」を忘れずに言う
- ・毎日あいさつをしてグーかハグをする
- ・一日一回家族みんなで大笑いする
- ・どんな一日だったか、みんなと話そう
- ・家族の一員としてしっかりお手伝いをする
- ・長い時間ゲームをやらない
- ・テレビは9時30分に消す
- ・一日に一回体を動かす

取組カード

【子どもから家族へ】
朝、大きな声であいさつすると気持ちいい。
【家族から子どもへ】
毎朝、元気にさわやかにあいさつしてくれて、うれしくなったよ。これからも、毎日グーしようね。

⑤ メッセージの一部を紹介しませう！

【子どもから家族へ】
役に立てるようにがんばった。いっしょけんめいできてよかった。こんなに大変なんだと気づいた。
【家族から子どもへ】
大掃除(洗車とお風呂掃除など)を手伝ってもらい、とても助かりました。来年もよろしくお願ひします。

⑥ 今回はお忙しい中、たくさんの方々にご参加いただきありがとうございました。
この運動は、約束を決めて取り組むことにより親子のコミュニケーションを深め、子どもの笑顔を生み出すとともに心を育てることを目的としていました。

取組を終えた皆さんのカードには、「子ども達だけでなく家族全体で心が温まった」などの感想が見られ、自分も取組後に同じことを感じていたので、とてもうれしい気持ちになりました。

⑦ 今回の取組がきっかけとなり、今後もこうした親子間のコミュニケーションが自然と続き、たくさんの笑顔が生まれるといいなと思います。
成人保健委員長



⑧ ★評価は○△×やシールなどさまざまでした。
★日数も4日～8日まで自由に取り組んでもらいました。

①まずは、協力に対するお礼と感謝の言葉。

②参加率を示し、保護者の多くの方が取組に賛同して下さったことを知らせている。

③円グラフを使い、どんな取組がどのくらいの割合で行われたか、一目でわかるようしている。

④具体的な約束の内容を示し、どんな取組がなされたかを周知し、次回の取組の参考となるように努めている。

⑤親子でどんなやり取りがされたか、いくつかの例で示されている。

⑥取組目的の達成具合を取組の提案者の立場から振り返っている。

⑦取組期間だけでなく、日常的に親子間のコミュニケーションづくりが行われるように促している。

⑧いろいろな評価方法について紹介している。

「ぎふ環境学習ポータルサイト」の掲載内容もご一考ください！

県では、県民一人ひとりが環境問題を自身の問題と捉え、自発的に日々の暮らしや仕事、事業活動を見直し、環境にやさしいライフスタイルが定着するよう様々な取組みを推進しています。

また、環境学習を支援するため、環境関連情報や企業・団体等が行う環境学習プログラム、学習教材などを一元的に集約・管理し、ワンストップでアクセスできる「ぎふ環境学習ポータルサイト」を公開しています。家庭教育学級の講座の1つとして、是非ご活用ください！



<https://gifu-kankyo.pref.gifu.lg.jp>



環境学習といっても内容はいろいろあります！

温暖化・気候変動

海洋ごみ・プラごみ

食品ロス

自然環境

生物多様性

大気・水・土壌

取組事例

私たちが実生活の中でできる具体的なこと・・・



やってみよう！環境にやさしいこと

● 詳細はこちら

おうちの中で ●

お出かけで ●

お買い物で ●

地域や学校で ●

50年前、小学校で学習した世界人口は37億人でした。ところが昨年11月には、80億人を超えたとされています。食物連鎖から考えられる地球上に存在できる人類の数は、一説によると5千万人です。そうすると、その160倍もの人類が現在地球に暮らしていることとなります。それを可能にしているのは「科学の進歩」です。ただ、地球にはたいへんな無理をかけており、そのことが今、環境問題として我々に降りかかってきています。

一人ひとりにできることは、微々たることですが、少しでも地球に優しい、環境に配慮した生活をするには、人類の繁栄にとってはとても大切なことです。

左の「清流の国ぎふ環境教育副読本」は、**小学校5年生を対象に、県の脱炭素社会推進課より配付**されている副教材です。

小学校では、「社会科」「理科」「家庭科」の授業の中で、自然や環境問題について学習します。郷土の豊かな自然や環境と絡めて学習できるように作られていますので、お子さんと一緒に是非ご覧ください。

授業で**学んだことを、実践するのは実際の生活の中で**ということになります。家庭でできる事を親子で話し合ったり、お子さんから教えてもらったりして、是非行ってみてください。

知識は、活かしてこそ価値がありますので！

清流の国ぎふ環境教育副読本

環境について考えよう

もくじ

- はじめに この本を学ぶあなたへ …… ①
- その1 岐阜県の自然 …… ②
- その2 『生物多様性』って何だろう? …… ③
- その3 自然まつり(岐阜県社会福祉協議会主催) 『地球温暖化』って何だろう? …… ⑪
- その4 『資源循環』って何だろう? …… ⑮
- その5 ふり返りのページ …… ⑳

ぎふ県
岐阜県は、岐阜県の川、山、湖(琵琶湖)に恵まれています。

ぎふ市
ぎふ市は、岐阜県の「清流」です。

岐阜県
岐阜県は、岐阜県の「清流」です。

ぎふ県
ぎふ県は、岐阜県の「清流」です。

○ 清流の国ぎふ環境教育推進事業

環境教育の講師を派遣します!

お問い合わせ・申し込み先：脱炭素社会推進課
(教育普及係)

電話番号：058-272-8405



「親子で料理」に取り組まれるときの参考に！

親子の会話が、昔に比べると減っています。某食品メーカーの調査では、仕事が忙しいうえ、子どもとの会話時間より、スマホの画面を見ている時間の方が長くなっているという結果がでています。

在宅型の家庭教育学級として、「親子で一緒に料理をつくる」ことを企画し、取り組んでみえる小中学校が多数見られますが、岐阜県のHPを「レシピ」で検索すると、いろいろなレシピが掲載してあるサイトが紹介されます。紹介されている料理を親子で作ったり、子どもたちが自分で料理する「お弁当の日」の参考にしたりしてみてください。市町村ゆかりの食材レシピもあります。

おうちでごはんが楽しめる簡単レシピ

フライパンde五平餅



7月21日配信

岐阜県産：米

おすすめポイント

五平餅は岐阜県の郷土料理です。地域によって形や味に違いがあります。

フライパンを使って手軽に作ることができます。

ミナモTV

ミナモTVでは動画で料理を作り方を紹介しています。



岐阜県の魚を食べよう

あゆのごま浸し



アユのさばき方とアユ料理6種類のレシピと、ニジマスのムニエルの作り方が紹介されています。

野菜ファーストレシピ集

野菜を食べよう！ 酢豚風炒め



作り方

- ①豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ②なす、ピーマン、赤パプリカは乱切り、たまねぎはくし切りにする。
- ③Aの調味料を合わせる。
- ④フライパンにごま油にひき、豚薄切り肉を炒め、野菜を加えてさらに炒める。
- ⑤具に火が通ったら②を加え、とろみがつくまで炒める。

おすすめポイント
ケチャップ味でお子さんも食べやすい炒めものです。野菜は冷蔵庫にあるもので代用できます。

材料(2人分)

・豚肉薄切り	100g	・片栗粉	小さじ1
・なす	100g	・水	80ml
・たまねぎ	80g		
・ピーマン	40g		
・赤パプリカ	40g		
・ごま油	小さじ2		



主菜レシピ30種

調理時間
20分

栄養成分表示(1人分)

エネルギー	248 kcal
たんぱく質	10.4 g
脂質	13.8 g
炭水化物	20.2 g
食塩相当量	0.7 g
野菜の量	130 g

作成：笠松町食生活改善連絡協議会

野菜を食べよう！ 小かぶとえびの含め煮



作り方

- ①むきえびは水につけて解凍し、塩水で洗ってキッチンペーパーでしっかりと水気をとる。
- ②かぶは茎の部分を落とし、皮を厚めにむき、食べやすい大きさに切る。茎に近い断面に竹串で小さな穴を開ける。
- ③耐熱容器にかぶの根に近い断面を下にして入れ、だし汁を注ぐ。蓋を軽くして電子レンジ500Wで3分加熱する。
- ④えび、Aを加えてひと混ぜし、かぶを上下返す。再度、電子レンジ500Wで2分20秒加熱する。蓋をしたまま冷まし味を含ませる。

おすすめポイント
電子レンジで簡単に調理できます。

材料(4人分)

・かぶ	280g	・薄口しょうゆ	大さじ1
・むきえび(冷凍)	100g	・みりん	大さじ1
・だし汁	180ml		

副菜 1

副菜レシピ44種

調理時間
15分

栄養成分表示(1人分)

エネルギー	49 kcal
たんぱく質	5.4 g
脂質	0.2 g
炭水化物	5.7 g
食塩相当量	0.9 g
野菜の量	75 g

作成：山県市食生活改善連絡協議会

離乳食の作り方

離乳食の基本から初期・中期・後期と段階的に、YouTubeチャンネルを使って紹介しています。



[だしの取り方\(かつお・昆布だし\)](#)
<外部リンク>

離乳食 だしの取り方 (かつお・昆布 だし)



[おかゆの炊き方\(10倍がゆ・7倍がゆ・5倍がゆ\)](#)
<外部リンク>

離乳食 おかゆの炊き方 (10倍がゆ・7倍がゆ・5倍がゆ)



わが家のレシピ・料理法

「里芋の煮っころがし」をつくるときに、煮汁が吹きこぼれてしまいがちですが、サツマイモも一緒に入れると防ぐことができます。これは、母が祖母から教えてもらった「ワザ」で、私も母から教わりました。今ではネットでも紹介されています！

同じ料理でも、わが家の「隠し味」としてほかの家では使わないような調味料や食材を加えることがあるかもしれません。一緒に料理をしていると、このように親から子へ伝えることがたくさんあるのではないのでしょうか。そのようなことも大切にしていきたいですね！

「ロールキャベツ」ふつうはコンソメで煮込みますが、わが家ではケチャップで煮込みます！ケチャップが当たり前の私にとって、コンソメの方が驚きでした・・・。

各市町からの推薦レシピが紹介されています。