


# 学校行事参加型＋子育てサロン型＋講演会型（中学校）

学校名等	岐阜市立厚見中学校
実施日時	平成29年7月1日(土)9:30～11:00
会場	厚見中学校 アゴラの部屋
参加人数	保護者32名 学校関係者3名
学習課題(分野)	「わが子のいいところ 見～つけた!」「早寝早起き朝ごはん」
運営者の願い	「良い習慣づくりで元気な体と心を育てよう」の年間テーマのもと、わが子のいいところを見つけて“自己肯定感”を育むヒントや“早寝早起き朝ごはん”の推奨について学んでほしい。



◎「わが子のいいところ見つけ」を子育てサロン型で実施

- ・わが子のよさを5つ見つける過程で、自分の子育てを振り返る。
- ・よさ見つけのさまざまな視点を見出し、子育てのヒントを得ている。

## 学 習 の 内 容

<開催の工夫>  
土曜授業公開日に開催。家庭教育学級開講式ではPTA会長の挨拶、次に校長による子育てサロン型の講話、その後、養護教諭の講話を位置付けた。子どもの様子も参観でき、参加しやすかった。

### <「わが子のいいところ 見～つけた!」(子育てサロン型)> 講師:岡田芳子 校長

- ①アイスブレイク、グループ作り
  - ・自分の紙に書かれた曲名と同じ人を探し、1テーブル4人位で座る。会話をしないで、ハミングだけで確かめ合いながら、7～8人を見つけたら2つに分かれてグループ作りをする。この日の曲は、「きらきら星」と「どんぐりころころ」であったが、多くの人とのネットワーク作りを楽しんだ。
- ②自己紹介「自分の名前と“わが子のいいところを5つ”話す」
  - ・「面倒見がよい、夕食を作る、部活を頑張っている、勉強も自分なりにやっている、早起き。」
  - 「まじめ、時間を守る、やり遂げる、やさしい、手伝う。」
  - 「明るい、よくしゃべる、友だちが多い、細かい、人の話をよく聞いている。」

はじめは、えーと言いつつも、わが子のよさを様々な面から見出し、笑顔で自慢し合えた。  
\*「いいところ4面鏡」:家族でそれぞれのよさを見つけ合い、自己理解を深める資料とする。
- ③「子どもの成長」「子どもとの関わり方」「子どもの育ちと学びを支える」について学ぶ
  - ・“時間がかかる”人間の子ども。思春期の中学生は、大きく揺れ動き、自分を確立する時期。
  - ・大人にとって都合のよい子ではなく、“甘え”(心理的満たし)体験で成長を促す。
  - ・一生を支える基盤である“自尊心(自己肯定感)＝ぼく(わたし)はこれでいい”を育む。自己肯定感を育む場を意図的に作り、子どもの言動の事実を賞賛することがポイント。



いいところ4面鏡			
( )さんのいいところはどこかな?			
	いろいろな「いいところ」	から	から
1	やさしい		
2	人なつっこい		
3	あたたかい		
4	落ち着いている		
5	ひかえめだ		
6	おだやかだ		
7	親切だ		
8	たよりになる		
9	しっかりしている		
10	がまん強い		
11	意思が強い		
12	正直だ		
13	素直だ		
14	無邪気だ		
15	おおらかだ		
16	活発だ		
17	ユーモアがある		
18	好奇心たっぷりだ		
19	物知りだ		
20	笑顔が素敵だ		
21	愛想がいい		

### <「早寝早起き朝ごはん」について> 講師:曾我部恵美 養護教諭


- ・早寝早起き朝ごはんの調査結果 → 朝ごはんの欠食 1年生18.7%が気になる  
就寝時刻 12時以降20% 1～2時24% 心配
- \*家庭でのメディア活用のルールを作り、生活リズムを改善していく
- ・朝食は脳のエネルギー源 → エネルギー不足は、集中力不足になる  
朝食により体温を上げ、活動モードにする
- ・栄養バランスのよい朝食を → 「主食+主菜+副菜+汁物」を意識した朝食にする  
夏休みの「朝食レシピを考えよう」への協力依頼

### <茶話会>

・茶菓子が準備され、アンケートの記入とともに、同じグループの人とさまざまな会話や情報交流を楽しんだ。こうした時間と場が提供されることで、日頃の悩みの軽減やこれからの子育てへの意欲につながり、みな笑顔になった。

### <参加者の感想より>

- ◇「子どものいいところ5つ」見ているようで見ていない自分に気づいた。まだ中学生と思って「甘え」の心理的な満たしに伝えてあげたい。
- ◇グループでの交流は、最近反抗期の息子に対して、いい所を思い出すよいきっかけになった。
- ◇“いい子＝大人の都合のよい子”になっているかも。子どものよさにもっと目を向けていきたい。
- ◇10時半ころ帰宅、それから食事やスマホで12時を過ぎてしまう。早寝早起きを促したい。



◎中学生の子育てのポイントを学んだ

- ・思春期の成長特性を理解
- ・心理的満たしの必要性
- ・自尊心(自己肯定感)は一生を支える基礎
- ・子どもの事実を賞賛する
- ・早寝早起き朝ごはん  
メディアルール作り  
生活リズムの改善

