



# みんなで子育てNo.9



## 親子の関わり、視点がいろいろ

### 山県市立富岡小学校

### 折れない心の育て方

(行事参加型+講演会型)

開催日：11月11日(日)  
講師：家庭教育カウンセラー  
内田玲子氏



- スマホやインターネットを見る前に子どもを見てほしい。
- 生活の中に答えがある。体の中に答えがある。
- 家の中は練習場で、外は清れ舞台
- ・親が子どもの方を向いていないため、不登校や、いじめ等、子どもの心が折れてしまう。
- ・子どもを怒る親は自分がすっきりするまで怒り続ける。
- ・インターネットの「親子別室」の育児を信じ、夜中見ていないため、生後7か月の子が亡くなった悲しい話。
- ・親が自分を見てくれなくて、不登校になった。担任が見せてくれた中学校の道徳副読本「21世紀の旅立ち」から講師につながり、立ち上がろうとする話は、関わってくれる人の存在の大きさを感じた。
- 子どもをプラスで見て、褒めてあげることが前向きに生きていこうとする子どもになる。



#### コメント

講演歴 4500 回以上の講師から続けて出てくる事例に、うなづくばかり。子どもをちゃんと認めてあげる。子どもをプラスに見てあげることで、安心して外に向かっているというお話でした。「子どものやる気を出すには」の質問に対し、「1日でうれしかったことを話してあげる。」との答えは「なるほどぜひそうしてほしい」と思えるものでした。

聞いていた保護者の方も、質問や講演後もお話をされる方がいて、関心の高さを感じました。

#### <感想等>

- ・本物だと思いました。あたり前の事だから、みんな気づかないのだと思いました。
- ・言われてみれば、あたり前と思う事ばかりですが、家の中でできていないと実感させていただきました。
- ・子どものいいところを引き出してあげたいと思いました。(父親談)



### 各務原市立各務小学校

### 個性心理学キャラナビ

(講演会型)

開催日：11月15日(木)  
講師：個性心理学講師  
佐藤みゆき氏



- 月(相手を考える)・地球(自分軸)・太陽(天才肌)の3分類で大きく分かれ、12種類の動物で60分類のキャラになる。
- ・きちんとしたい母、言うこと聞かない娘2人。素直な息子のそれぞれの理由が、キャラクターを調べてみて納得できる。
- ・自分の家族のキャラを確認、キャラの特徴を講師の先生から紹介されると、言われる通り。扱いにくい理由がわかる。
- ・個性は遺伝しない。受け入れること、柔軟な発想が大事である。
- ・最後に絵本：弦本将裕「杉の木の両親と松の木の子ども」個性を尊重して、育児を行うこと。

#### コメント

自分と家族のキャラクター探しを通して、色々な個性がある事が理解でき、そのために家族としてどう接するのかを素直に考える事ができていました。

講師の豊富な知識や実践から、家庭でも個性を伸ばすために、どのように接すればいいのかを考えられる良い機会になったといえます。

自分が何者であるか知りたいたいのほどの人も自然な欲求です。話に引き込まれました。

#### <感想等>

- ・家族や自分を知ることができ、とても楽しかったです。そうだなあと思う所が多くありました。その子の個性を大切に、これからの子育てに今日学んだことを生かしていきたいです。
- ・日常、子どものことでえっ?と思うことがあっても、それが個性だから、口うるさく言ったり、否定したりするんじゃなく、ありのままを受け入れてあげることがやっぱり大切だとあらためて思いました。早速今日から実践していきます。



# 家庭で親子でするのも楽しみ

## 瑞穂市立穂積小学校

## ハーブ講座

(体験活動型)



開催日：11月6日(火)  
講師：ルブユーティ  
広瀬幸子氏  
瑞穂市の市民講座の講師



- ハーブは美容と健康、心の健康にも役立つ
- ①自宅で育てられた何種類ものハーブを飾り、雰囲気が出ている。ハーブを嗅ぎ比べ、名前を聞いたり、好みの香りなどを言い当てたりして盛り上がる。
  - ②本日使用するカモミールは自宅で育て乾燥させて作ったもの。
  - ③ヨーロッパ発祥のハーブであるが、日本でも育てられる。効能はそれぞれ特徴があり、多くの利用方法がある。
  - ④チンキ剤はドライハーブとアルコールを使えば自分で作ることができる。
  - ⑤今日はカモミールチンキ、グリセリン、精製水、各自好みの精油で香りをつけて、化粧水を作成。
  - ⑥2種類(カモミール、ハイビスカス)のハーブティを試飲。

コメント  
広瀬先生の楽しそうなお話で、ハーブの効能や化粧水の作り方について、とても興味がわくものでした。ついつい質問やお話が弾みました。ハーブティーもいろいろ試したくなる雰囲気でした。  
きっと各家庭のプランターにハーブが一杯になり、家族が美しく健康になりそうです。

### <感想等>

- ・いろいろなものが試せそう。楽しい。
- ・香りでリラックス、子どもにも塗ったり、飲ませたりしたい。
- ・プランターで育つならチャレンジしてみたい。
- ・ハーブティーでおしゃべりが楽しい。盛り上がった。ワイワイガヤガヤと元気が出た。



## 岐阜市立東長良中学校

## 骨盤矯正(カイロプラクティクス)

(体験活動型)

開催日：11月17日(土)  
講師：カイロプラクター  
服部君枝氏



- 身体の事で学ぶことが多くありました。
- ・カイロプラクターは食事・睡眠を学びつつ、施術・運動を伝えている。
  - ・骨盤の左右のずれや背中の歪みは、いろいろな部位に影響が出てくる。場合によっては疾患にもなる。
  - ・栄養素5種類赤色・白色・黄色・みどり色・黒色をバランスよくとる。
  - ・健康法の朝食バナナ・酵素ドリンク・カットイング(断食3日間)などの話。



- ・自分で体の歪みをチェックする方法は家庭で子どもにも実践できる。

### ○骨盤体操は、岐阜支部長が考案

長座でふとももを叩く、ネコ、アシカのポーズ、隣の肩を叩く等楽しく音楽に合わせてできました。腰や首肩などよく動かすため、楽になれたようです。

### コメント

講師の体験によるお話は、運動だけでなく、栄養・睡眠の内容もあり、特に更年期のつらい状況で、医師に異常なしと言われたことへのショックや対応の事例には、いろいろ考えさせられることができました。

骨盤や背骨のゆがみに関して、当日母親と一緒に参加した子にも実践されたり、家庭でも実践しようといった声が出たりしてまいした。

骨盤体操は参加者が楽しくできて、スッキリしたと好評でした。

### <感想等>

- ・体がスッキリしたし、楽しかった。子どもにしてあげたい。
- ・体の状況が良く分かりました。ためになることが沢山ありました。いい運動になりました。
- ・更年期の話がよく分かった。家族の理解は重要だと感じた。気分的な高揚があり楽しくできました。



# 本巣市立弾正幼稚園 親子サッカー教室 (行事参加型+体験活動型)

開催日：11月7日(水)  
 講師：FC岐阜スクールコーチ  
 岩崎真央氏 三ヶ月宏氏



OFC岐阜のコーチは男性がみかんコーチ、女性がマヨネーズコーチという呼び名で、乳幼児が覚えやすい表現をされていた。  
 ・すべての運動の見本を見せながらの説明だったので、親子で動きやすかった。  
 ・子どもの様子を見ながら、親子遊び・親子でボール運動、ゴール練習など、時間を変えたり、動きやルールを加えたりすることで、運動の幅が広くなり、子どもも飽きずに集中できていた。  
 ○どの年次の子どもも、ボールにすぐに慣れる姿があり、親子の運動量が多く、とても楽しそうな雰囲気でした。



## コメント

動きやボールへの躊躇や恐れがないことは、保護者がいるというだけでなく、運動に親しむことができていると感じました。

乳幼児期の運動経験が一生を決めるといふ本巣市の教育長さんの方針を受けて、弾正幼稚園が環境を整えていることが、今回の家庭教育学級の乳幼児の動きから良く分かりました。

この環境の中で、保護者の理解が進むことで、この子たちがどのように育っていくのが楽しみです。

## <保護者の感想等>

年中：楽しい。うまい子がいてびっくり

- ・暑い、疲れた(父親)
- ・楽しいです。子どもの楽しそうな姿を観ていて楽しい。

年少：小さくて、動きに慣れていないため、ボールが離れると手をつかもうとしてしまうので、足だけでやるという約束が入っても、楽しくやっていたので親としても楽しく参加できた。

年長：親子でふだん家ではやれないサッカーができ、楽しむことができたのでよかった。クラスみんなで試合が出来て楽しそうでした。



# ★わが家の約束実践事例の紹介

## 山県市立伊自良中学校

## 「話そう!語ろう!わが家の約束」運動

### 取組の様子

夏休みに家族で取組を決め、実践しました。

#### ○家族そろって朝ご飯を食べる。

子：みんなで一緒にいる時間を大切にしたいと思います。

保：朝6時に毎朝みんな揃って朝食をとりました。勉強で眠い日もあったけど頑張って起きたね。

#### ○朝、どんなことがあっても笑顔であいさつ

子：笑顔であいさつすると、不機嫌でも、気持ちが晴れて、いい朝を迎えられた。

保：今年の夏は熱帯夜が続き、十分に睡眠がとれていないので、朝は不機嫌な顔で起きてくる日が続いた。だから、この約束にして一日が気持ちよく迎えることができたと思う。

#### ○お昼の食器を片づける。

子：毎日きちんと自分で片づけることができた。これからは時間があるときは手伝いたい。

保：仕事から帰ると、毎日キッチンがきれいになっていてうれしかったです。みんなの分も片づけてくれてありがとう。

伊自良中学校の生徒の内容が家族思いで、あたたかい会話や家族の関係が想像されます。イイですね。

はな かた や やくぞく  
**「話そう!語ろう!わが家の約束」実践カード**

★チェックする日を親子で相談してください

わが家の約束を  
決めましょう。

わが家の約束宣言

くつはそろえる。  
 消しかすはする。  
 片付けをする。  
 食器を三ヶ手で持つていく。  
 服は洗濯機

月日	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18
曜日	日	月	火	水	木	金	土
約束を守りましたか	○	○	○	○	○	○	○

○取り組んだ感想や家族への思いを書きましょう。 ○子どもへの励ましの言葉等をお願いします。

子どもから 家族へのメッセージ

言わゆる前に行動に移せたのでよかった。これからも続けていきたい。

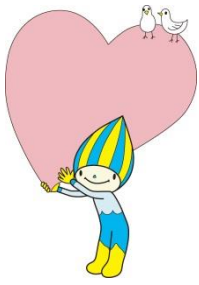
保護者から 子どもへのメッセージ

これからも身の回りの整理整頓ができるようにしていきましょう。

★ 学校で楽しかったことや がんばったことも 家族に話しましょう。

# 家庭教育プログラム資料編

岐阜県のHPにある社会教育から入っていくと家庭教育プログラムがあります。次のような資料があります。家庭教育プログラムは実践するためのものですが、資料としても参考になるものがあります。その一部を紹介します。

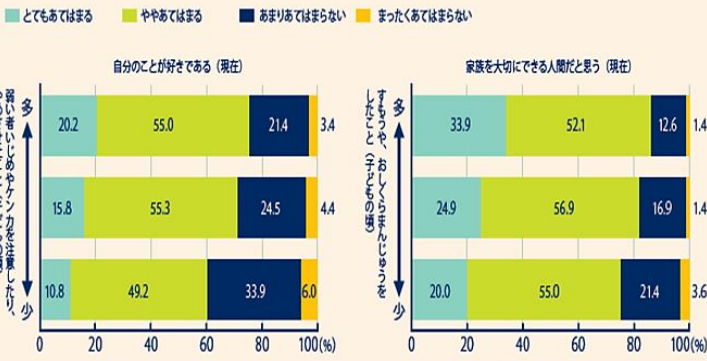


## 6 子どもにさせたい体験（小学校低学年～）

資料 1

### 子どもの頃の体験と大人になってからの生活との関連

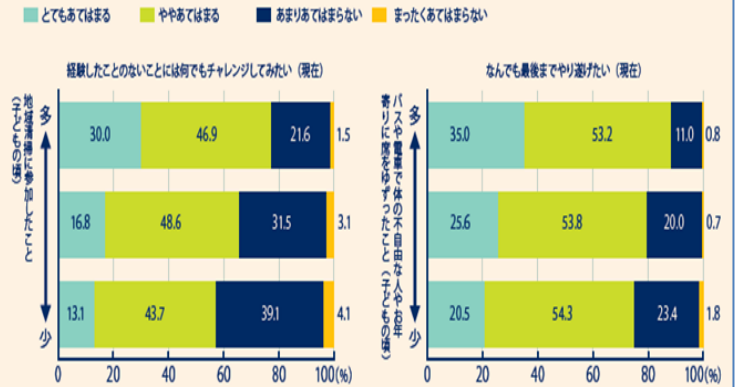
子どもの頃、友達と遊んだ経験の多い人ほど、自尊感情が高い傾向がみられます。



## ●体験活動の経験が大事です。

体験活動の重要性がここに表れています。地域の中での経験やボランティア活動も一つの体験ですし、人との関わりが重要であるということです。

子どもの頃、地域活動に参加した経験の多い人ほど、意欲や関心が高い傾向がみられます。



## ●ネットとの付き合い方には家庭でのルール作りが重要です。

ここに示されているように、家庭でのルールづくりが重要です。ここにつながるには、先ず家庭での約束づくりの経験や、ルールを守ることの大切さを家庭内で実感していないとできません。そのためのプログラムも掲載されています。ぜひご覧ください。

## 11 ネットとの付き合い方（～小学校高学年～）

資料 1

### 家庭でルールをつくろう！

岐阜県青少年健全育成条例の改正により青少年が使用するスマートフォン等の携帯電話について、保護者には以下の項目が義務付けられました。

- ① フィルタリングサービスを利用しない場合、携帯電話事業者（販売店）に書面を提出しなければなりません！

### 1 フィルタリングサービスとは？

インターネット上の情報を一定の基準で評価判別し、青少年に見せたくないサイト（自殺・暴力・虐待・アダルト・違法薬物サイト等）の閲覧を制限する機能のことです。フィルタリングは接続する回線ごとに必要であり、スマートフォンの場合、携帯電話回線（4G、3Gなど）に対応する「フィルタリングサービス」と、無線LAN回線（Wi-Fiなど）に対応する「フィルタリングソフトウェア（アプリ）」の2通りの設定が必要です。\*フィルタリングの設定方法は携帯電話事業者によって異なります。詳しくは、ご利用の携帯電話事業者又は販売店にお問い合わせください。

- ② 家庭において、青少年のインターネット利用状況を適切に管理し、ルールづくりに努めなければなりません！

### 2 家庭で話し合い、ルールをつくろう！

アダルトサイトや出会い系サイトなどの有害サイトや、コミュニティサイトを通じたトラブル、ネット依存症など、インターネット利用に関連した問題が増えています。インターネットを安全・安心に利用するには、インターネットについて、親子で一緒に考え、正しく理解することが重要です。

- フィルタリングだけでは万全ではありません！
- 有害サイトの一部には、フィルタリングによる制限対象にならないものもあります。
- コミュニティサイトは利用を制限するトラブルに巻き込まれる恐れがあります！
- 個人情報の流出や悪質な書き込みなどは、トラブルや犯罪を誘発する可能性があります。
- 長時間のインターネット利用は、日常生活に支障をきたします。
- 携帯電話は生活を便利にする道具ですが、過剰利用は健康や学習に影響を与えます。

～家庭におけるルールの例～

- 使ってもよい時間・場所を決める
- 利用料金の上限を決める
- ネット上で知り合った人とは会わない
- 個人情報・悪口を書き込まない
- 写真などの画像を安易に公開しない
- 困った時は必ず大人に相談する



岐阜県環境生活部私学振興・青少年課

## 11 ネットとの付き合い方（～小学校高学年～）

資料 2

### ネットトラブルから子供を守る

大人がインターネットを正しく理解し、子どもを有害情報・危険・トラブルから守りましょう！

#### 個人情報の流出

SNSに書き込んだ日記や写真から個人が特定される。撮影した写真をSNSに掲載し、写真の位置情報から、自分の居場所や自宅が特定されるなどストーリー・被害等が発生しています。◆個人情報保護は危険です。◆スマホ・タブレットでは、クラウドサービスと連動して、勝手に画像等を公開してしまうことがあります。

不審な無線LANアクセスポイントへの接続は通信内容を盗み見られる。「野良アクセスポイント」と呼ばれる盗み見られるアクセスポイントは、通信内容を盗み見られるために設置された悪質なアクセスポイントもあります。◆通信内容が盗まれ悪用される危険性があります。

不正アプリのインストールによって意図しない個人情報の流出がある。安全を確認せずに「今だけ無料」のアプリをダウンロードし、端末にインストールしたら、個人情報の流出・不正請求の連絡が来た被害が発生しています。◆アプリには危険なものがあることを理解することが必要です。

#### 書き込みやメールでの誹謗中傷やいじめ

SNSやブログへの書き込みがもとでトラブルが起きている。SNSやブログなどで、身のまわりで起きた出来事を発信したり、友だちの書いた日記などにコメントを書き込んだりする子どもが増えています。その中に悪口を書き、いじめや犯罪となることがあります。◆軽い気持ちで書き込んだ言葉でも、相手をよく傷つけてしまうことがあります。◆SNSやブログはみんなが見ています。

なりすまし投稿で大きなトラブルになることも。悪質な誹謗中傷の場合、警察が誰が書き込んだのか特定することができ、名誉棄損で訴えられることもあります。◆他人になりすまして、インターネット上で悪口を書いたり誹謗中傷をすることは、違法行為です。

- \*SNS: ソーシャルネットワークサービス
- \*ブログ: 自己紹介サイト
- \*スマホ: スマートフォンの略

参考: 「インターネットトラブル事例集」(総務省)

[http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/joho\\_truszin/kyouiku\\_joho\\_ka/jireishu.html](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_truszin/kyouiku_joho_ka/jireishu.html)