



# 飛騨っ子



令和7年9月16日発行 NO6  
 飛騨県事務所 振興防災課 振興防災係  
 家庭教育推進専門職：水口 悟  
 TEL: 0577-33-1111 (内線 235)  
 E-mail: mizuguchi-satoru@pref.gifu.lg.jp

## 暑い夏の挑戦!



< 通信【飛騨っ子】 >

□ 飛騨市宮城保育園 毎日のはみがきで 親子の時間を楽しもう! 在宅取組型  
 ○期間 7月7日(月)~25日(金)のうちの2週間 ○対象 全家庭 ○主催 幼児学級委員会

宮城保育園 保護者の皆様  
 令和7年7月3日  
 宮城保育園 幼児学級委員

幼児学級について

日頃は、宮城保育園保護者会、幼児学級の運営にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、今年度の幼児学級ですが、以前お伝えしたように、在宅で行うことのできる「はみがき」を、親子で取り組んでもらおうと計画しました。お子さんの大切な歯をきれいに保つために欠かせないのが「はみがき」です。毎日の習慣になっているとは思いますが、改めて、歯磨きの大切さを考えてみましょう。

今回の活動では、『親子でじっくりお顔を合わせて、丁寧に磨く』ことを意識して、取り組んでいただきたいと思います。

『毎日のはみがきで 親子の時間を楽しもう!』

◎期間:7月7日(月)~7月25日(金)  
 この期間のうち、14日分行ってください。

◎内容:カードを活用し、親子と一緒に取り組んでいただきます。  
 普段の歯磨きの時間(朝昼夜どの時間でも結構です)に行ってください。  
 お子さんが自分で磨ける場合でも、必ず仕上げ磨きをさせてあげてください。

◎カードの使い方:裏面を参考にし、取り組んでください。

歯磨きをする時間は1日のうちのほんの少しの時間ですが、じっくりお子さんの顔を見て、スキンシップをとる良い時間でもあります。お子さんが一生懸命自分で磨く姿を見守り、仕上げ磨きでは、「きれいに磨けているよ」などと声をかけながら、じっくり関わってみてはいかがでしょうか。お忙しいとは思いますが、よろしくお願ひ致します。

### ○ 家庭教育学級の応援は、市の施策の1つ

飛騨市子育て応援課では、幼児学級運営会議を位置づけ、市内の保育園による家庭教育学級の企画・運営を応援しています。

「親子でじっくり顔を合わせて、丁寧に磨く」ことを意識しましょう!

朝・昼・夜どの時間でも結構です。

歯磨きをする時間は1日のうちのほんの少しですが、じっくりお子さんの顔を見て、スキンシップをとる良い時間でもあります。

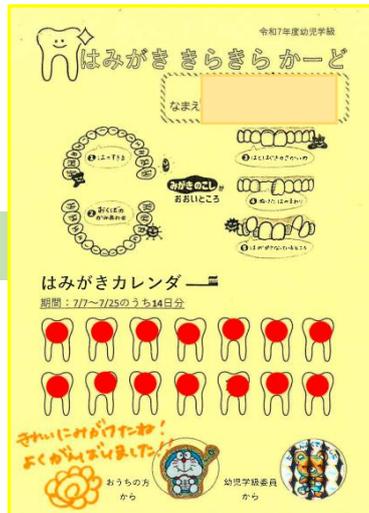
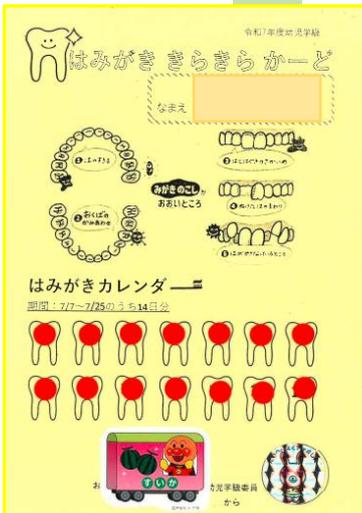
お子さんが一生懸命自分で磨く姿を見守り、仕上げ磨きでは「きれいに磨けているよ」などと声をかけながら、じっくり関わってみてはいかがでしょうか。

### ○ 毎日の取組を活かす

今年度の役員さんが提案した内容は、毎日家庭で行われている「歯磨き」の時間に合わせた取組です。日常生活に合わせ、誰もが取り組みやすい内容を企画されました。

### < 案内文 >

たくさんの方々からの取組後の実践カードとアンケートが寄せられました。企画する役員として何より嬉しいことは、保護者の反応です。園長さんが「役員さんと保護者みなさんの関係がとても嬉しい。」と言われました。提出された実践カードには、保護者によるシールの横に役員による見届けシールが貼られ返却されます。



### <感想>



・いつも歯磨きの時間は慌てるように終わっていくのですが、親子の時間として楽しむことを意識して取り組んでみると、優しく声をかけてあげたり、わが子の顔をゆっくり見ることができたりして、とてもよい時間となりました。

・毎日、楽しく歯磨きをしていました。一人で20回数えながらブラッシングしていました。仕上げは、親子で目を見つめ合い笑ったり変顔したりと言葉がなくても楽しむことができました。カードには、シールを貼れる楽しみもあり良かったです。

< はみがき きらきら かーど >

□ 下呂市立小坂中学校 子ども睡眠健診プロジェクト 学校行事（授業）参加型 + 在宅取組型  
 ○期日 7月11日（金） ○会場 体育館 ○講師 東京大学准教授 ○主催 PTA 執行部+学年委員会



< PTA 親子眠育講演会 >



< 睡眠健診レポートから >



< 生徒と准教授との対話 >

<主な流れ>

- ◇5月  
事前にデバイス（リストバンド型加速センサー）を個人の腕に付け（希望制）各自の睡眠の時間・質・リズムについて測定。
- ◇7月  
データ解析後、「子ども睡眠健診レポート」を一人一人に配布。  
親子睡眠講演会の開催。
- ◇夏休み  
在宅取組（睡眠について 川柳募集 生徒会健康委員会）



◇東京大学特任講師からのメッセージ

- ・保護者の立場からは「寝る子は育つ」→「寝る子を育てる」意識へ
- ・睡眠に対し「自己管理する力」の育成を
- ・家庭の中で睡眠について話題としてほしい

○ 親子が一緒になって学ぶ授業のカタチ（家庭教育学級）

小坂中学校では、「睡眠の役割と重要性」について、子どもたちの健やかな成長だけでなく家族の健康な生活のためにも、家庭教育学級の一環としてこの取組を継続しています。

今年度で3年目の取組となり、子どもたちと保護者が一緒になり睡眠について主体的に学ぶ姿が印象的でした。

○ 親子授業の値打ち（学校教育×家庭教育=子どもの成長）

学校における子どもの学びを保護者が共有することで、家庭でも一緒に考えたり取り組んだりする時間が生み出されます。その時間を通して、親と子のコミュニケーションが生まれ、お互いを理解したり支えたりする姿が培われます。

仕事中心となりがちな生活の中で、保護者の皆さんにとって貴重な時間となるに違いありません。「学校と家庭の連携の大切さ」についてはよく話題となりますが、家庭教育学級はそのツールに大いになり得ます！

○ 子どもの睡眠健診の結果 = 保護者の睡眠健診の結果

令和6年度は、生徒だけでなく保護者も睡眠健診を受けました。データ分析によると、子どもの睡眠（時間・質・リズム）の状態はそっくりそのまま保護者の睡眠（時間・質・リズム）の状態と同じであることが解りました。

保護者自身も、睡眠の状態を改善することで、健康の維持増進や仕事のパフォーマンスを高めることができます。さらに、お爺さんやお婆さんの健康な生活を支えるなど、少しずつ家族ぐるみで睡眠について声をかけ合って取り組むことができれば、どんなにすばらしいことでしょう。



夏休み在宅取組 『睡眠について 川柳募集！』 生徒会健康委員会

- （川柳） **同じ時間 布団に入れば 夢の中**  
（想い） 休みの日と用事のある日でも寝る時間が同じになることで習慣化するというから。
- （川柳） **心地よい 眠りが明日を つくるのさ**  
（想い） 心と体をリラックスさせ、質の高い睡眠をつくり、明日の集中力や心の安定をつくるため。
- （川柳） **意識して 自分のために 八時間**  
（想い） 自分のためにも中学生に必要な8時間睡眠をしたい。

□ ハルジオン（飛騨市家庭教育支援チーム） ハルジオン ピザ交流会

○期日 令和7年8月23日（土） ○場所 彩り館（古川町朝開町）

○主催 ハルジオン×生涯学習課 ○参加者 保護者8名子ども10名・大学生等8名・地域住民1

\*ハルジオンは、不登校や不登校経験者の子と親と一緒に歩む会としてR3:発足し、R5:文部科学省「家庭教育支援チーム」に登録

○ 関係スタッフを増やしたい！

ハルジオンは、「地域がみんなの応援団」（すべての子どもを受容し見守る地域・安心して失敗ができ、それを経験にかえられる地域・多様性に寛容で孤立せずにすむ地域）をめざし、活動を進めています。

課題は、今後この活動を続けていくために、「現在のスタッフに加え、一時的であっても関わっていただけるスタッフ（関係スタッフ）を増やしたい」ということでした。

今回の取組は、課題解決に向け「子どもたちの体験の場」「大学生とのつながり」を創出することめざし、ハルジオンと生涯学習課が協働し、挑戦した取組です。（ぎふ地域学校協働活動センター事業を活用）



**ハルジオン ピザ交流会**

日時 8月23日（土曜日）11:00～15:00  
場所 \*彩り館（古川町朝開町） \*ハルジオン

内容① ピザ作り（11:00～13:00） 彩り館 \*予約制  
ピザ窯でピザを作って食べよう！

内容② ハルジオンで楽しもう（13:00～15:00） \*片付け  
・パソコン教室でいろいろやってみよう！  
教室は13:00～14:00頃で、あとは自由に遊べます。  
・ボードゲームなど好きなことをして遊ぼう！  
・お母さんたちも「カフェ」で、いろんな話をしよう！  
・誰かだけでも大丈夫！子どもが参加できなくても大丈夫！  
・ハルジオンってどんなところ？見学もできます！

大学生のお兄さんお姉さんが7名参加してくれるよ。お話ししたり、相談したり、一緒に遊んだり、楽しく過ごそう！

一緒に活動したい方もお待ちしています。事前連絡いただければ詳細が伝えます。

参加希望の方は、ご連絡くださいとあるものが貼ってあります  
ハルジオン代表

○ 格別の味！（11:00～13:00）

大学生の皆さんが会場に到着すると、本格的に会場の準備やピザの具材準備が始まります。そして、参加された親子が、大学生と一緒にピザの生地に様々な具材を自由にトッピングしていきました。まずは、生地の上にトマトソースをたっぷりとかけ、ベーコン・ウィンナー・ナス・ピーマン・ピクルス・マッシュマロ…最後にチーズをたっぷりとかけ、屋外のピザ窯へ持っていきます。「窯の中は今一番いい温度になってるよ!」と、係の方。早速ピザ窯の中へ。アツアツのピザを囲み、親も子どもも大学生もそれぞれに交じり合って、口に運び満面の笑み。美味しい！この夏の格別の味を共有しました。



○ 前のめり！（13:00～15:00）

「いえ～い!」「めっちゃ、成長!」・・・ボードゲームを囲み、親子と大学生がゲームに夢中になり遊んでいます。子どもたちにとっては難しい内容もありますが、大学生皆さんがいればへっちゃら。お互いに声が弾み、言葉が増え、前のめりになり、心が通い合う。子どもたちの意欲的な姿に、大学生の声も高まります。



交流会が終了し、参加した親子と大学生皆さんが分かるときのお母さんの「また、会いたい!」との言葉がとても印象的でした。



<大学生の参加した動機・感想>

- ・現在、福祉と心理学を専攻しています。居場所とは、カウンセリングも重要ですが、今日のような形の方が居場所になるのではないかと思います。
- ・自分自身が楽しまないといけないなだと思いました。ピザづくりもパズル遊びも自分が夢中になって楽しむことで、まわりに楽しさを広げていけると思いました。

<保護者の感想>

- ・申し訳ないくらいゼイタクな時間でした！
- ・大学生の皆さんが優しく声をかけてくれて、楽しく過ごすことができました。
- ・大学生皆さんのそれぞれに思いや目指す姿があり、素敵な人たちと出会えて刺激をもらいました。

<ハルジオン代表> みんなの笑顔と「また、会いたい」の声が嬉しかったです。素敵なお縁に感謝です!

<生涯学習課担当> 多くの大学生が参加してくれて、参加者にとって珍しくも楽しい体験になりました!

□ ほっと こそだてひろば 行事参加型+親子体験型  
 ○期日 令和7年8月27日(水) ○場所 湯之島集会所 ○参加者 23名  
 ○主催 下呂市子育て支援センター・保健センター・地域振興課・中央児童館



こんにちは！

お願いしま〜す

ありがとう  
 ございます！

< お子さんも親さんも妊婦さんも集まれ〜 >



< 交流タイム >

参加者は、ネパール・インドネシア・中国・タイの皆さん。「皆さん、とってもピュアな人たち!」と言われた方がみえました。お子さんを抱っこしながらも、しっかりと挨拶を交わされます。とにかく明るく礼儀正しい皆さんに触れ、会場準備に取り組まれた皆さんも気持ち晴れ晴れ!! すばらしい〜

担当者である下呂子育て支援センターの方が『下呂市内で働いている外国籍の方を孤立しないように支援をしていきたい。外国籍の方だけの家庭教育学級を開催し、子育てに関わる情報や学びや子育てを通してのネットワークづくりを進めたい。外国籍の方々に向け「移動支援センター」を開催したい。』と、熱い思いを聞かせてくださいました。

この日は、初めての開催ということで、市内の関係機関の方々が課の枠を超えてたくさん参加されました。(参加者14名)



< 自己紹介 >

### じこしょうかい

- ・わたしのなまえは ○○ です。
- ・わたしは ○○ からきました。
- ・わたしは ○○ にすんでいます。
- ・わたしは ○○ がすきです。

よろしく おねがいます。



< 絵本の読み聞かせ >

いろいろな遊びのコーナーが準備されており、子どもたちは大喜び。自己紹介が始まると、一家族ずつがみんなの前に立ち、例に習って、ゆっくりと丁寧な日本語で話し始めました。

「わたしのなまえは○○です。インドネシアからきました。げろしにすんでいます。わたしはおすしがすきです。よろしくおねがいます。」お父さんが話し終わると、次にお母さんがそして子どもたちが自己紹介をしました。一家族の自己紹介が終わる度に、会場内は大拍手。大拍手。とってもピュア!な「ほっと こそだてひろば」が、一歩を踏み出しました。(次回の開催は、10月30日(木) 場所:湯之島集会所の予定です。)