

みんなで子育て No.8

バックナンバーは
こちらから▶



環境エネルギー生活部 県民生活課

家庭教育推進専門職 : 辻

Tel 058-272-8206



11月15日は「七五三」ですね。皆さんご存じのとおり、子どもが無事にその年齢を迎えたことへの感謝と、今後の健やかな成長を祈念し、氏神様に参拝する風習です。その起源は、平安時代に貴族の間で行われていた儀式にあり、江戸時代に武家や裕福な商人の間でも行われるようになり、やがて庶民にも広がりました。

七五三といえば千歳飴がつきものですが、その由来は江戸時代にさかのぼり、当時の浮世絵に千歳飴を持つ子どもの姿が描かれています。千歳飴は、米と麦芽から作られる細長い棒状の飴で、砂糖がとても貴重品であったこの時代、甘い千歳飴は七五三のお祝い菓子として大変人気がありました。名前にある「千歳」という言葉には、「長い年月」や「千年」という意味があり、この飴を食べると千歳まで生きられると言われました。また、その形状には「細く長く、粘り強く生きてほしい」という願いが込められています。子どもの長寿や健康、幸せを願う行事が、何世紀にも渡り、大切に受け継がれてきたということですね。

各務原市立那加第二小学校 「アレルギー」 9月4日（木）



講師 : 寺本こどもクリニック院長 寺本 貴英 氏

5年生の児童と一緒に保護者も「アレルギー」について学ぶ機会を設けられました。アレルギー専門医・指導医の寺本氏が講師を務められ、「免疫」「アレルギー」「食物アレルギー」の3点について、お話をされました。

免疫には「自然免疫」と「獲得免疫」があるそうです。前者は、体内に侵入してきた異物や病原体（抗原）に素早く対応する生まれつきもっている防御システムであり、後者は、抗原に対応する抗体というものをつくり、同じ病原体の再侵入があつた際、迅速かつ強力に攻撃するシステムだそうです。「ワクチン」は、このからだのはたらきを上手く利用したものだということを教えていただきました。

この免疫システムが、環境や生活習慣の変化により異常を起こし、過剰に反応してしまうのがアレルギーだそうです。また、腸管内には、アレルギー反応を引き起こす肥満細胞が多く存在しており、特定の食べ物に対して反応してしまうのが、食物アレルギーだということです。乳幼児期の3大食物アレルギーは「卵」「牛乳」「小麦」ですが、近年は「フルーツ」「ナッツ類」が増えているそうです。年齢とともに、腸管のバリアーと消化酵素が成熟してくるため、乳幼児期の食物アレルギーは落ち着きをみせるのだそうです。

最後に、給食の牛乳パックを潰すときには、牛乳の零が友だちの給食の中に入らないよう注意するようにとお話をされました。正しい知識の習得の必要性を考えさせられるお話をでした。

アレルギー疾患が増加した理由

- (1) 食生活の変化
- (2) 大気汚染
- (3) 住環境の変化
- (4) ストレスの増大
- (5) アレルゲンの増加 (スギやダニの増加)

令和6年度の応援通信No.11に、アレルギー情報を掲載していますので、こちらもご覧ください！

保護者の声

- ・うちの子は、アレルギーをもっているので、このようにアレルギーを学ぶ機会をつくっていただき、お友だちも理解を深めてくれて、とてもありがとうございます。
- ・夫は、体調が悪いときや腸が弱っている時に、蕁麻疹が出ることがあるのですが、その理由、メカニズムが、今日の先生のお話をから分かったのでよかったです。
- ・私たち夫婦はネコアレルギーなのですが、子どももネコアレルギーで、アレルギーは遺伝するというお話をあり、納得できました。
- ・「ハンノキ」が、各務原市に果物のアレルギー疾患の人が多い要因という話があり驚きました。うちの子も少し心配なところがあるので、検査してもらいに病院へ連れていきたいと思います。

※ 「ハンノキ」 : 「かばのきの科」の落葉高木で全国に分布しています。

巴産業株式会社 企業内家庭研修 「安全・安心な生活を過ごすために心がけたいこと！」 9月5日（金）

講師：県民生活課 家庭教育推進専門職

巴産業では、毎月「安全研修」を行っています。

今回は、研修時間の一部を使って、生活安全全般について理解を深めました。

はじめに、交通事故の状況について説明を聞き、小さな子どもの姿を見たら、「飛び出し」を想定して注視することが必要であることが確認されました。子どもは、大人に比べ、視野が狭く車を認識できていないことが多いこと。また、速さと距離の関係を的確に捉えることができず、飛び出すことがあることなど、子どもの特性を知ることの重要性について学びました。

災害や事故は、「不安全な状態」と「人間の不安全な行動」が重なった時に起きていることや、睡眠不足やストレス等が原因で認知機能が低下し、集中力・記憶力・思考力が落ちることで、過去の大きな事故が起きているということ学びました。

会の最後に、不安全な行動を厳に慎むことが、安全・安心な生活のために、最も重要であることが確認されました。



災害事故が発生する状況



約9割は、不安全な状態と不安全な行動の双方が原因であると分析されている

岐阜市立岩小学校 「親子で楽しむ 本と手遊び」 9月13日（土）

講師：おはなしパフォーマー かりんとう（芸名）さん（加藤 理香 氏）

岩小学校では、公民館講座とのコラボ企画として家庭教育学級を開催しました。「今年で3回目の講座ですが、毎回、内容が変わっており、大人も楽しめるように工夫されています。」と、公民館主事さんがおっしゃっていました。

この日は、「リズム遊び」「江戸時代に流行った早口言葉」「2本のスプーンを使っての楽器遊び」「もし、●●に顔があったなら、どんな顔！（下図）」「ペットボトルから音を出すには？」など、かりんとうさんのパワフルな話術とパフォーマンスに合わせ、声を出したり、手をたたいたりしながら親子で楽しい時間を過ごしました。

講座の後には、講座の中で使用した新聞紙折り紙パフォーマンスのやり方とペットボトル笛の作り方を教えていただく時間が設けられ、ものづくりにも挑戦し、お土産として、家に持ち帰りました。

※岐阜市の公民館は小学校と隣接した場所にあるため、休日開催の家庭教育学級は、公民館で行われることが多いです。



参加者の声

- 早口言葉がむずかしかったです。ペットボトル笛は、音がちゃんと鳴ってうれしかったです。（子）
- 早口言葉は、大人も真剣になってしまいました。子どもははじめ消極的だったのですが、どんどん引き込まれていった感じで、途中からは自分から進んで活動していました。
- ペットボトル笛が鳴らずにあせりました。お話の時に使われた新聞紙を折って作ったヨットが最後にTシャツの形になったのには感動しました。アレンジされた早口言葉もおもしろかったです。
- とても楽しかったです。思いのほか、早口言葉が言えなくて… 工作は好きで、テレビやYouTubeを見て親子でいろいろなものに挑戦しているのですが、今日は子どもが楽しめそうものを教えていただいたので、家でもやってみようと思います。
- 身近な物を使っての楽しいことを考えて、かりんとうさんは凄いです。家でも新聞紙を使つていろいろな物を作ったりしますが、ペットボトル笛は、簡単にできて新鮮でした。

保護者各位

案内文書

令和7年7月吉日

うぬまなかこども園保護者会

令和7年度第2回子育て広場（在宅型）のご案内

平素よりうぬまなかこども園保護者会の活動にご理解、ご協力、ありがとうございます。

さて、第2回子育て広場として、下記のとおり「親子で暑さをのりきろう！夏のひんやり大作戦」を行います。ぜひこの機会に親子で楽しく取り組んでいただき、親子の触れ合う時間が増え、絆が深まるきっかけとなればと思います。

記

1 実施期間 令和7年8月4日（月）～8月20日（水）の間で1日

方法

2 取り組み方法

- ① 家の中で『冷たい』『涼しい』と感じる遊びや取り組みを親子で考えて、実施します。まだお話し難しい小さな子様は、保護者さんが決めていただいても大丈夫です。
- ② 取り組みを実践カード（別紙）に記入します。写真などがあれば添付をお願いします。

3 参考例

- クッキング・・・冷たい料理や冷たいスイーツ、飲み物などを一緒に作る。
- 工作・・・うちわや風船など涼しさを感じるものと一緒に制作する。
- 遊び・・・氷や水を使って遊ぶ、スライムやゼリーを作って遊ぶなど。

参考例

*インターネットで冷たい遊びを調べていただくと様々なアイデアが掲載されています。

それらを参考に親子で考えていただいてもかまいません。

4 注意事項

- 実践カードは実施期間終了後にクラス別でファイリングし、こども園玄関に展示する予定です。
- 雪賣を添付する場合は不特定多数の方が閲覧することをふまえて、ご注意をお願いします。

5 実践カードの提出日

令和7年8月21日（木）までに、こども園の先生に提出してください。

以上

報告文書

令和7年9月

うぬまなかこども園 子育て広場長

令和7年度第2回子育て広場（在宅型）まとめ

テーマ 親子で暑さをのりきろう！夏のひんやり大作戦

実施期間 令和7年8月4日（月）～8月20日（水）の間で1日

展示期間 令和7年8月22日（金）～8月29日（金）

実施内容 家の中で『冷たい』『涼しい』と感じる遊びや取り組みを親子で考えて実施しました。実施内容は実践カードに記入し、取り組み終了後クラスごとにファイリングしてこども園玄関に展示します。

◆取り組みのねらい

日々夏の気温が高くなり、外で遊びどこができるに室内で過ごすことばかりが増えできました。

暑い夏を家の中で楽しくのりきる方法や遊びを親子で考えて実施することにより、親子のふれあいの増進やコミュニケーションを図ることがあります。

取り組みの様子

◆内容のまとめ

- 全体的に「楽しかった」「子どもが喜んでいた」「またやりたい」という感想が多く、親子や兄弟姉妹で楽しむ姿や、お父さんと一緒に盛り上がりしている様子かられました。
- 未満児さんや年長さんは親子で一緒に楽しむものが多く、年齢が上がって年中さんや年長さんになると子どもの個性を大事にして、子どもの個性を尊重する親の姿もありました。
- 園児の中には期間中に発熱した子がいましたが、それも選手に取って解熱でひんやり作戦を実施していました。発熱やアイデアに驚くことがたくさんありました。

実践例

・プールや水遊び・様々なクラスで行われていたが、特に未満児さん

全体を使って冷たさを感じたり、親子や兄弟で楽しむ姿があった。

・氷を使った遊び・氷の氷を作ったり、物を閉じ込めて凍らせた氷で遊んだりアクセサリーを作った

- ・冷たい食べ物づくり（ゼリー、シャーベット、プリン、水ようかん、チョコレートムース、わらびもち、フルーツポンチ、アイスキャンデー）、流しそうめん、うちわづくり、氷屋、水鉄砲、氷の指輪、夏祭りをしよう！家の縁日



クラスごとにファイリングして玄関に展示

実践カード展示

「夏のひんやり大作戦」

夏休み

うぬまなかこども園では、例年、県が資料提供している「わが家の約束運動の取組力カード」を使って、「歯みがき」「絵本の読み聞かせ」などの在宅型の取組を行っていましたが、今年度は、「親子で暑さをのりきろう！夏のひんやり大作戦」と銘打ち、親子の触れ合う時間、絆を深める時間をつくる在宅型の新たな取組に挑戦されました。

案内文書には、ねらいの他に取組み方法や参考例を示し、「冷たい遊び」でネット検索すると、工夫された取組が閲覧でき参考となることを、情報としてお知らせされました。

実践カードとして、夏の風物詩である「金魚」「風鈴」「あさがお」がデザインされた可愛いカードを委員長さんが作成され、取り組んでいる子どもの様子や、作ったモノの写真などを使って活動内容を記録し、提出するよう保護者に依頼されました。

実践カード

親子で暑さをのりきろう！
夏のひんやり大作戦！

●作戦名 袋ごとに揉むだけアイスを作ろう!!作戦

・牛乳・石けん・ジッパー袋

使ったもの

・バナナ・オレオ

内容



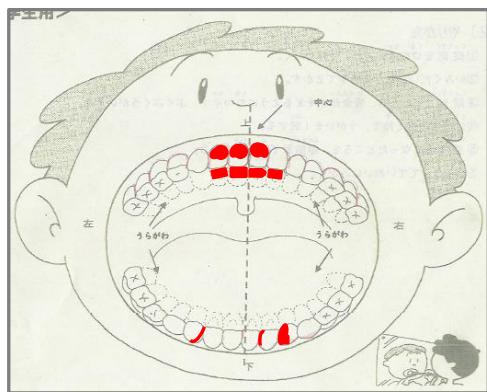
感想

袋ごとに揉んだバナナの感触を楽しんだり、牛乳をそっと入れるのに真剣になたり、色々な体験をしました。完成したアイスの味は...「ひみょう」だったそうです... (笑) それも経験!(笑)

くみ：なまえ

提出期限: 令和7年8月21日(木)

実践カードは、左図のように玄関に展示し、お迎え時に自由に閲覧できるようにするとともに、報告文書を作成し、他の家庭ではどのような取組が行われたかを報告されました。



<おうちの人から一言>

- ・思ったよりも赤くなつてびっくりしたね。気をつけて磨かなければならないところがわかったから、一緒に気をつけていこうね。
- ・歯の裏は磨きにくいうございましたが、歯ブラシの持ち方や角度と一緒に考えながらていねいにブラッシングで
- ・いつもテレビを見ながら歯磨きしているので、磨いているようできちんとできていなかつたのかなと思いま
- ・仕上げみがきをもっとしっかりしてあげないといけないなあと思いま

笠松小学校では、PTAと協力して夏休み期間に、歯の健康維持・増進を目的とした取組、「5日間はみがきチャレンジ（在宅型の取組）」を実施しました。

- ① 1日目 親子で染め出し錠を実施。（左図に記録）
磨き残しの状態を知り、歯磨きの目標を立てる。
- ② 2～5日目 親子で決めた歯磨きの目標を意識して、
1日3回歯磨きを行う。

※保護者も子どもと同様に、染め出し錠を実施し、図に記録します。

2. 2日目～5日目：「はみがきの目標」を意識して1日3回歯を磨こう！

	2日目 8月21日	3日目 8月22日	4日目 8月23日	5日目 8月24日	5日間 よくがんばりました！
【目標】	歯の一本一本を意識して、特に裏側をていねいにみがく。				
「はみがきの目標」 を意識し みがけたか	○	○	△	○	これからもはみがきで びかびかな歯を 目指しましょう！
1日3回 みがけたか	○	○	○	○	 

「5日間はみがきチャレンジ！」をふりかえって感想を書きましょう。

お母さんに、歯ぶらしの持ち方と動かし方などをおしゃてもらつたので、つぎから気をつけてみがきたいです。

おうちの人からひとこと ふだんはあまり意識してみがけていないので、この機会にもう一度みがき方を教えることができ良かったです。これからも1本1本を意識してがんばってほしいです。

瑞穂市立穂積北中学校 「私が作るお家（うち）ごはん」 夏休み

穂積北中学校PTAでは、生徒自身が自分のお弁当をつくり持参する「お弁当の日」の取組みを行つていきましたが、新型コロナ感染症の流行により、自宅で料理をつくり、報告書を提出する「私が作るお家ごはん（在宅型の取組み）」に形を替え、継続した取組みとして実施しています。

皆さんには夏休みを利用して、「私が作るお家ごはん」にチャレンジしていただきたいと思います。朝ごはん、昼ごはん、夜ごはん、どの時間帯のごはんでも構いません。一食でなくて、一品でも構いません。ご家族からアドバイスをもらひながら、是非楽しんでください。

★活動のルール 「自分の力で作る」（失敗を恐れない 安全に取り組む）

（PTAより、生徒に向けて出された案内文書より 抜粋）



とてもおいしくできました。思ったより時間がかかりましたが、家族が楽しみに待ってくれていたのでうれしかったです。小食の妹が「おかわり」というぐらい大好評でうれしかったです。

（1年生）

家族が多いため、みんなの分をつくるのが大変でした。こんなに大変なのに、いつも家族のために食事を作ってくれるお母さんに、感謝しかありません。

（1年生）



とても難しかったし、大変だったけどお母さんに教えてもらひながらできたのでよかったです。最後まであきらめずにできることはよかったですし、完成した時はうれしかった。

（2年生）

家族に食べてもらうときに、「作ってくれてありがとう」「おいしい！」と言つてももらえたことがうれしかった。「また、作ろう」と思えた。親の手伝いをもっとやろうと思いました。

（2年生）

