

# みんなで子育て No.3



バックナンバーは  
こちらから▶



岐阜県環境生活部 県民生活課  
家庭教育推進専門職 : 辻  
Tel 058-272-8752

「こどもの日」に、岐阜市ファミリーパークへ行ってきました。開園時刻を少し過ぎた頃に到着したのですが、天気がよかったこともあり、既に多くの家族連れが訪れていました。園内の通路脇の芝地には、小型のドームテント等が所狭しと設置されており、子どもたちが楽しそうに遊具を使って体を動かしている姿、それを温かく見守る保護者の姿を見るにあたり、幸せな空間と時の流れを感じることができました。

この前日に義父母の法事があり、久しぶりに家に帰ってきていた息子が、小さい頃に義母によく連れて行ってもらっていたこの施設に久しぶりに行ってみたいというので訪れたのですが、当時の記憶が、祖母とのよき思い出として彼の中で生きているのかなと思いました。日常の多くのことは忘れてしまいますが、家族や親しい人との思い出のいくつかは、いつまでも記憶として残ります。その記憶は、多かれ少なかれその人の人生や人格形成に影響を与えているのではないのでしょうか。特に家族との楽しい思い出は、子どもの自己肯定感を高めることにもつながります。家族で楽しく過ごす時間をたくさんつくってあげてください。

## 岐阜地区家庭教育リーダー研修会 ありがとうございました！

幼稚園・保育園等の部 事例発表：瑞穂市立別府保育所 5月10日



「活動を通して、各家庭のライフスタイルに合わせた日常を創ろう」と題し、発表いただきました。子どもの成長のサポートとなる取組、家庭と委員に負担をかけない取組の2点に重点をおき、活動されたということで、あるものを上手に活用するという意味で、**県が作成した「YouTube動画」を積極的に使用**されました。また、取組後の**アンケートは、フォームを活用**し、オンラインで回答いただくことで、集計作業などの手間を軽減されたということでした。

7月 「早寝、早起き、朝ごはん」の実施

**<目的>**  
子どもたちの基本的な生活習慣を確立させ生活リズムの向上を図ること

**<ポイント：保護者>**

- 岐阜県環境生活政策課YouTube「生活リズム」の共有
- Googleフォームによるアンケート収集

**<ポイント：子ども>**

- 目標時間の見える化  
→針のない時計の絵
- 達成したご褒美は「シール貼り」で簡単に
- 絵本の配布  
(「早寝早起き朝ごはん」全国協議会より)

【年長】  
【年中】  
【年少・未満】

「基本的な生活習慣」を確立するために取り組みされた「早寝、早起き、朝ごはん」では、取組カードに「針のない時計」の絵を描き、目標の時刻を「針」を描きこむことで確認できるようにしたり、協議会から、この取組のために作成された絵本を取り寄せ、各家庭で読み聞かせてもらい、**子どもがより意識できるように工夫**されたりしたことが発表されました。

「性についてどう教える？」については、開催方法や内容についていろいろ悩まれたようです。まずは保育所で、どのように性教育が行われているかを保護者に知っていただくことが大切と考えられ、園児が受けている性教育の様子を動画で撮影し、それを講話の中で見ていただくよう計画されました。

しかし、より多くの保護者に知っていただけのように在宅型での動画視聴に切り替えられたということでした。計画はあくまで計画なので、このように**よりよいと思われる形に、途中変更することも参考にしたい**ところです。



糸貫中学校には、「生徒の為に、生徒と共に歩む家庭教育学級」と題し発表いただきました。

スマートフォンやゲーム機等の利用について、「親子で話し合い支障なく使用している」と回答できる保護者の割合を更に高めるために、**保護者向けの情報モラル研修会を岐阜県警察本部の方を講師に招いて実施**されました。実際に起きている事例から学ぶこと、各家庭での取組を交流することを通して、保護者として何をすべきか、その役割を確認され、家庭での親子の会話につなげられました。その結果、令和5年度の評価結果は75%となり、その成果が報告されました。

また、糸貫中学校では、**近隣の高等学校等との連携**に力を入れており、いろいろな学びの機会を設けてみます。保護者の方にも高校生との共同活動を通して、未来のわが子の姿を想像したり、高校生の考えや思いを知っていただいたりすることで、わが子の今後の成長を見通していただけるようにと「花の寄せ植え体験活動」を企画されました。岐阜農林高等学校に協力いただき実施されました。参加された保護者からは、「高校生とたくさん会話することができた。」「生き生きと活動する姿や、細やかな気遣いに感動した。」「今後もこの活動が継続できるとよい」という感想や意見があったとのことでした。

### 情報モラル研修会

**1：目指したいこと** 「できている」「おおむねできている」

学校評価の項目	令和3年度	令和4年度
お父さんは、スマートフォンやゲーム機等の利用について、親子で話し合い、支障なく使っている。	64.7%	68.4%

7割に満たない状況。トラブルに対する様々な情報が、正しく判断し、適切に扱うためには必要。

非行防止対策と対話が子供の安全を守ることに

---

### 花の寄せ植え体験

**2：得られたこと**

～参加レポートより抜粋～

本校さんたちの生き生きとした姿や、細やかな気遣いに感動しました。参加していた方が、まじめな生徒さんとお話したり、作業を通して楽しんでいる様子も見て、とても良い交流になりました。また、お話を聞いたり、お話を聞いたり、交流も楽しみの一つを感じました。

高校生の専門性の高さと生き生きとする姿を実感した。

高校生の姿をまるごと感じて我が子の明るい未来を描くことに

- 自信をもって話す生徒の姿に高校生の頼もしさを感じる。
- 自宅に戻ってから、子供と将来の話ができる。

那加第三小学校には、「～ふるさと教育～ 地域で子供を育てよう」と題し発表いただきました。

県では、「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の実施をお願いしていますが、この運動の一環として、「話そう！守ろう！自分の命」と銘打って、**非常時における「自分の命を守る行動」について、家族で話し合っ**て確認する活動を企画されました。

地震等の災害時以外にも、溺れかけた時や不審者と遭遇した時など、各家庭でテーマを決め、いざという時にどのような行動をすべきかを交流されました。子どもだけで対応しなければならない場合を想定し、「確認することができよかった」等の保護者の声があったとのことでした。

また、那加中学校区では**3校合同での家庭教育学級を年間2回実施**されました。中学校区の**学校運営協議会とも連携**され、家庭、地域、学校が1つになって子育て支援を行い、子どもの成長を促してまいります。昨年度行った**花壇づくりの後には、子育て交流会の時間を設けられ、小グループで、子育てに関わる疑問や困りごと相談等の交流が行われたこと**が報告されました。市長さんもこの交流会に参加され、給食や子どもの医療費助成等について、直接質問できるというメリットもあったようです。



#### 実践紹介

- 家族との時間を大切に 「話そう！守ろう！自分の命」  
在宅家庭教育学級
- 学校と連携する食育講座  
食育講話・給食試食会・給食参観
- 地域で子育て  
学校運営協議会 挨拶を啓発するための看板作り、花壇の花植え、那加中校区3校合同子育て交流会

---

#### 取り組み紹介③

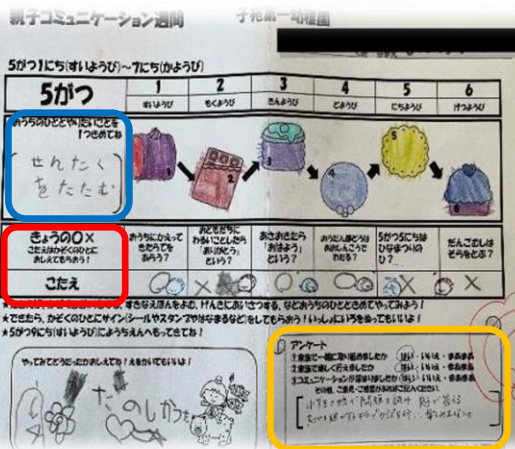
4回目の開催

「学校運営協議会・  
那加中校区3校合同子育て広場」

挨拶を啓発するために...

学校運営協議会、那加中学校・那加第一小学校・那加第三小学校、那加中央保育所から標語を募集し、看板作りをする。市長をお招きし、花壇の花植えとともに、看板を立てる。昨年度初めて3校合同で子育て交流会を行った。





子苑第一幼稚園の子育て広場（各務原市の家庭教育学級の名称）では、今年度の取組の第一弾として、5月1日からの1週間を「親子コミュニケーション週間」と銘打って、子どもが家族とやりたいことを1つ決めて、毎日取り組む活動を企画されました。

取組カードは、実施できたら家族のサイン（花丸やシール、スタンプなど）を記したり、子どもと一緒に色塗りをしたりして、楽しみながら取り組めるように工夫されました。

また、「きょうのOx」という欄が作られていて、「おうちにかえたら、てをあらう？」などの日常生活に係わるクイズを出題されました。これらのクイズが、親子の会話につながるように工夫されています。

### 保護者の声

- ・今年度はOxクイズもあり、子どもと楽しく取り組みました。子どもに自分でやりたいことを決めてもらい、自分で進んでやってくれる姿も可愛かったです。
- ・いつもの「おはよう」は小さな声で言っていました。今回の取組期間は元気に挨拶してくれたので、親として嬉しかったです。
- ・子どもが本当に愛おしい存在だと確認でき、他の子どもとの時間ももてました。

この活動のアンケートでは、「家族で楽しく行えましたか」（はい94% まあまあ6%）「コミュニケーションが深まりましたか」（はい93% まあまあ7%）との回答があり、親子のつながりを大切にしたい企画をという委員さんたちの願いどおりの活動となったのではないかと考えます。

### みやま保育園 「こんな汚れどう落とす？プロが教えるお洗濯」 5月23日

講師：Save the Ocean株式会社 代表取締役 東本 猛 氏



子どもたちには、思いっきり遊ばせてあげたい。でも、汚れた服のお洗たくは大変！そんな毎日の洗濯の悩みを解消するために、環境に優しい洗剤を開発された春日井市にあるクリーニング会社の代表を講師に招いて、洗たくの原理・原則、基本を学ぶ会を企画されました。前半は親子による洗たく実験（30分）、後半は保護者向けの講話（40分）の2部構成で行われました。

食事後の油が付いた食器は、そのまま水で洗い流すのではなく、ティッシュ等で可能な限り汚れを拭き取るようにしましょう。そうすることで、水を汚さず、食器洗いの手間を軽減することができます。

子どもにも手伝わせ、浮いた時間を子どもとのふれあいの時間に使うようにとアドバイスをいただきました。

#### <教えていただいた洗濯のコツと洗剤あれこれ>

- ・油汚れは、水につける前に洗剤を直接塗布する。（洗剤は油と同じはたらきをし、油を溶かし浮かせる）
- ・市販の洗剤（食器洗い、洗濯洗剤）の成分はほぼ同じ、濃度が異なっている。
- ・泥んこ汚れは一度乾かし、はたいて泥を落とした後、洗剤を直接塗り込んで洗う。
- ・残った洗剤が黄ばみや臭いのもとになる。すすぎ1回でOKと書いてあっても2回は行き、洗剤をしっかり洗い流す。（洗濯槽も月1回は酸素系の洗濯槽洗浄剤を使って洗浄し、汚れを除去する。）
- ・着用した衣料品等は、通気性のよいカゴに保管し、なるべく早く洗う。（直接洗濯槽はNG!）
- ・洗浄力をあげるポイントは、40℃のお湯で、少ない点数を、洗剤量少し多めで、時間をかけて洗う。
- ・おしゃれ着は、水（お湯）に洗剤を入れ、少し泡立てたところへ洗濯物を浸し、短時間で洗う。
- ・柔軟剤については、タオルや靴下、下着類など、直接肌に触れるものへの使用は好ましくない。

アトピー性皮膚炎などお肌が弱い人は要注意！

### 保護者の声

- ・漬け置き不要とコマーシャルで宣伝していますが、頑固な汚れには必要だということがわかりました。
- ・洗剤は入れれば入れるほどよいと思っていたので、これからは、環境のことも考えて、適正量を使用したいと思います。子どもたちのために、できるだけ水を汚さないようにしたいです。

## 「怒り」を覚えた時に試してみてください！

「怒りを覚えたら、その状況や感情を紙に書いて、ゴミ箱に投げ捨てたり、シュレッダーにかけたりするとその怒りを抑制する効果がある」ことを、名古屋大学大学院情報研究科：川合伸幸教授らの研究チームが科学的に実証しました。

子育てをしていると、思わずカッとなって、わが子を強い口調で叱りつけたり、怒鳴りつけたりしてしまいそうになることがあります。なんとか理性をもってその言動を止めても、その後もイライラが続いてしまい、気分が晴れないことを経験された方も多いでしょう。そんな時は、上の方法を是非試してみてください。

### ＜書籍等で紹介されているその他の方法＞

- ・深呼吸しながら、6秒間がまんする（1～6をゆっくり心の中で数える）
- ・その場から離れる（距離をおく）
- ・落ち着くことができる言葉を何度か唱える
- ・何に対して怒りを感じているのかを客観的に見つめる

怒りの原因は、自分の中にある「〇〇は、こうあるべき」という価値観によることが多いです。普段から、自分の価値観の幅を広げたり、多様性を認めるように努めたりすることで、怒りを減らすことができるかもしれません。怒りをぶつけても、人（子）を変えることは難しいものです。しかし、学びを通して、自分を変えることはできます。

## 災害から命を守る 岐阜県民運動

### LINE 岐阜県公式防災アカウント



県では、県民総ぐるみで自助・共助の底上げを図る「災害から命を守る岐阜県民運動」を展開しています。その取組みの一つとしてLINEに公式防災アカウントを開設し、災害から命を守るための情報を発信しています。ぜひ登録してください！



#### LINEでできること

##### 普段は…

- ハザードマップの確認
- 防災キャラバン等に参加しスタンプを集めると防災グッズ等をプレゼント！
- YouTube視聴 等

##### 災害時は…

- 避難情報・災害警戒等の情報を即時にお知らせ
- 河川水位情報の確認
- 道路情報の確認 等



## 是非ご登録を！

「天災は忘れた頃にやってくる」という諺がありますが、近年、100年に1度と言われるような気象現象や震度6を超えるような大規模な地震が発生しています。これらに伴い家庭教育学級の在宅型の取組として、「わが家の防災会議」等を計画される学校が増えています。

既に各種の防災情報が自動的に携帯電話へ送られてくるように設定されている方が多いかとは思いますが、**岐阜県でもLINEを介して、個人が必要とする防災情報を取得できるシステムを準備しています。**防災会議を実施される折には、これらへの登録も家族で行うようにしましょう。

また、各市町が提供している水害や地震に対するハザードマップについても、できればすぐに確認できるような場所に掲示しておきたいものです。**自宅がある場所、通勤通学路の地理的な特徴については、是非家族で確認しておきましょう。**



公式アカウントのQRコードはコチラ  
友だち登録をお願いします！

命を守る 岐阜県 LINE 検索

岐阜県 危機管理部防災課 TEL. 058-272-8189

