

高知家の 親の育ちを応援する 学習プログラム



高知県地域による教育支援活動推進委員会
高知県教育委員会

はじめに

次世代を担う子どもが、夢や希望を抱きながら健やかに成長していくことは、今も昔も変わらない社会全体の願いです。そして、その出発点は家庭であり、それを取り巻く地域社会があります。

しかしながら、現代社会では、家族形態の変容や人間関係の希薄化、価値観の多様化などの様々な要因により、子育てや地域社会への関わり意識が大きく変化してきています。各家庭の孤立化とともに、子育てに関する悩みや不安感をもつ親や家族の増加は、その影響の現れだと思われます。また、地域社会における活動等への参加・参画などの面でも消極的な考えをもつ大人たちが増えるなど、総じて家庭や地域社会の教育力の低下が指摘されています。

このような状況の中、子どもを健やかに育てていくためには、今後、個々の親や家族だけでなく、家庭や学校、地域社会、NPO 等の活動団体、企業等の様々な主体が手を携え、社会全体で子どもを育てていく環境を整えていくことが求められています。

また、子どもは、日々の生活の中で、親をはじめ家族や地域の大人たちの姿や言動をしっかりと捉えて成長していきます。私たち大人は、子どもの発達段階や個性に応じた適切な関わり必要性を認識し、自分の言動が与える子どもへの影響を考えて行動する必要があります。

こうしたことから、保育所・幼稚園や学校、身近な地域で互いに交流しながら、楽しく学びあうことができる参加型の学習教材「親の育ちを応援する学習プログラム」を作成しました。

本プログラムを就学時健康診断や学校等での保護者会、PTA 研修会、子育てサークルでの勉強会など様々な機会に活用いただき、家庭の教育力の向上が図られるとともに、社会全体で子どもを育てる機運が高まっていくことを期待しています。

結びに、本プログラムの開発・作成に多大なご尽力をいただいた関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

高知県教育委員会事務局

生涯学習課長 安岡 千真夫

もくじ

はじめに

親の育ちを応援する学習プログラム一覧	2
--------------------	---

親の育ちを応援する学習プログラムの概要

1 プログラムの目的について	3
2 プログラムの特色と構成について	3
3 プログラムの流れについて	5
4 プログラムの活用場面について	6
5 ファシリテーターについて	7
6 学習者に心がけてもらいたいことについて	11

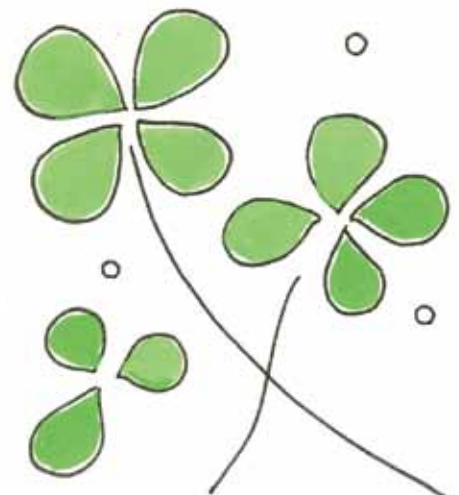
親の育ちを応援する学習プログラム（ワークシート編）	12
---------------------------	----

親の育ちを応援する学習プログラム（学習の進め方編）	43
---------------------------	----

親の育ちを応援する学習プログラム（資料編）	59
-----------------------	----

親の育ちを応援する学習プログラム（参考編）

アイスブレイク集	80
アクティビティ集	84
参考文献等	86



親の育ちを応援する学習プログラム一覧

I 幼児期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

NO.	プログラム名	ワークシート	学習の進め方	資料
I-1	子どもは「生き生き」してる？	P.13	P.44	—
I-2	子育てのイライラとうまく付き合う親になろう	P.15	P.45	P.60
I-3	子ども同士のトラブル・・・どう解決する？	P.17	P.46	—

II 学童期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

NO.	プログラム名	ワークシート	学習の進め方	資料
II-1	早ね早おき朝ごはん、元気もりもり大作戦！	P.19	P.47	P.63
II-2	子どもの食事ってこれでいいの？	P.21	P.48	P.65
II-3	子どもの規範意識ってどうやって育てるの？	P.23	P.49	P.69
II-4	ふりかえろう・・・子どもとの接し方	P.25	P.50	P.70
II-5	困ったことへの対処法	P.27	P.51	P.71
II-6	いろいろなことにチャレンジしよう！体験のススメ！	P.29	P.52	—

III 思春期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

NO.	プログラム名	ワークシート	学習の進め方	資料
III-1	思春期の心～青春時代へタイムスリップ～	P.31	P.53	—
III-2	子どもの「ケータイ・スマホ」どう考える？	P.33	P.54	P.73
III-3	異性との付き合い、男女の付き合い	P.35	P.55	P.75

IV 祖父母をはじめ、子育てを支援する幅広い年代の方を対象にしたプログラム

NO.	プログラム名	ワークシート	学習の進め方	資料
IV-1	子育ての不易流行を考える	P.37	P.56	P.76
IV-2	子どもたちにしてあげたいこと	P.39	P.57	P.77
IV-3	親への接し方・子育てアドバイス	P.41	P.58	P.78

※学習者の実態や関心に合わせて、プログラムは自由に修正してもかまいません。また、違うステージのプログラムを使うこともできます。

親の育ちを応援する学習プログラムの概要

1 プログラムの目的について

「親の育ちを応援する学習プログラム」は、これから親になる若い世代の方から、現在子育て真っ最中の方、そして孫育て期の祖父母世代の方まで、幅広い世代の方を対象にした「親の育ち」を応援するために作成したプログラムです。

このプログラムの目的は、子どもの健やかな成長とともに、親が互いに子育てについて学びあい、親として育ちあうことを支援することです。

現代社会においては、子育てに関する経験をしないまま親となり、不安を抱えながら子育てをしている親、子育てに関する情報に振り回されている親、様々な要因により孤立しがちな親などが増えてきています。子育てに関して困ったことがあったとき、同年代の子どもを育てている方や子育て経験のある方など、身近な地域で気軽に相談できる人がいたら心強いのではないのでしょうか。

このプログラムでは、親同士や若者同士、祖父母を始め地域の方が交流しながら、子育てについてともに気づき、楽しく学びあうことができます。みんなで集まって、身近なエピソードを聞いたり資料等を見たりしながら話し合うことにより、「悩んでいるのは自分だけじゃなかったんだ」「このやり方でよかったんだ」と互いに共感しあったり、「そう考えれば気持ちが楽になる」「こういうやり方もあるんだ」と主体的に学んだりすることができます。そして、参加者同士がつながり合い支え合うきっかけづくりにもなります。

2 プログラムの特色と構成について

★プログラムの特色

このプログラムは、講演会や講義等のように、講師の話を参加者が一方的に聞いて学ぶのではなく、身近なエピソードや資料等をもとに参加者同士が話し合い、交流しながら、主体的に学ぶ、「参加型の学習プログラム」です。

学習者が安心して意見を出し合い、話が聞けるように、ファシリテーター（学習活動を支援し促進する人）が、アクティビティ（学習活動）を進行していきます。学習者は、グループでの話し合い等を通して、自分にとって必要な知識やスキルなどに自ら気づき、主体的に学んでいくことができます。学習者みんなの力で、それぞれが自分に合った答えを見つけしていきます。

「参加型の学習プログラム」とは

学習者が自らの知識や体験をもって積極的に参加し、互いに学び合うことで、豊かな人間関係や積極的に課題解決に取り組む意欲、行動していく力がはぐくまれるプログラムです。

学習者中心の学習であり、学習者が他者の意見や発想から、互いに学び合い、最後に振り返るという一連の学習過程で生まれる「気づき」や「学び」を大切にしています。そして、学習後に学びを実践する意欲が生まれ、学習者の意識や行動の変容につながります。

★プログラムの編成

「親の育ちを応援する学習プログラム」は、下記の4つのステージ、15の学習プログラムで構成されています。

I 幼児期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

II 学童期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

III 思春期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム


IV 祖父母をはじめ、子育てを支援する幅広い年代の方を対象にしたプログラム

保護者だけでなく、次代の親となる中・高校生から、祖父母を始め子育てを支援する幅広い年代の方を対象に、子どもの年齢や発達課題等に応じて内容を設定しています。参加者の関心によっては、違うステージの内容を選んで使用していただくこともできます。



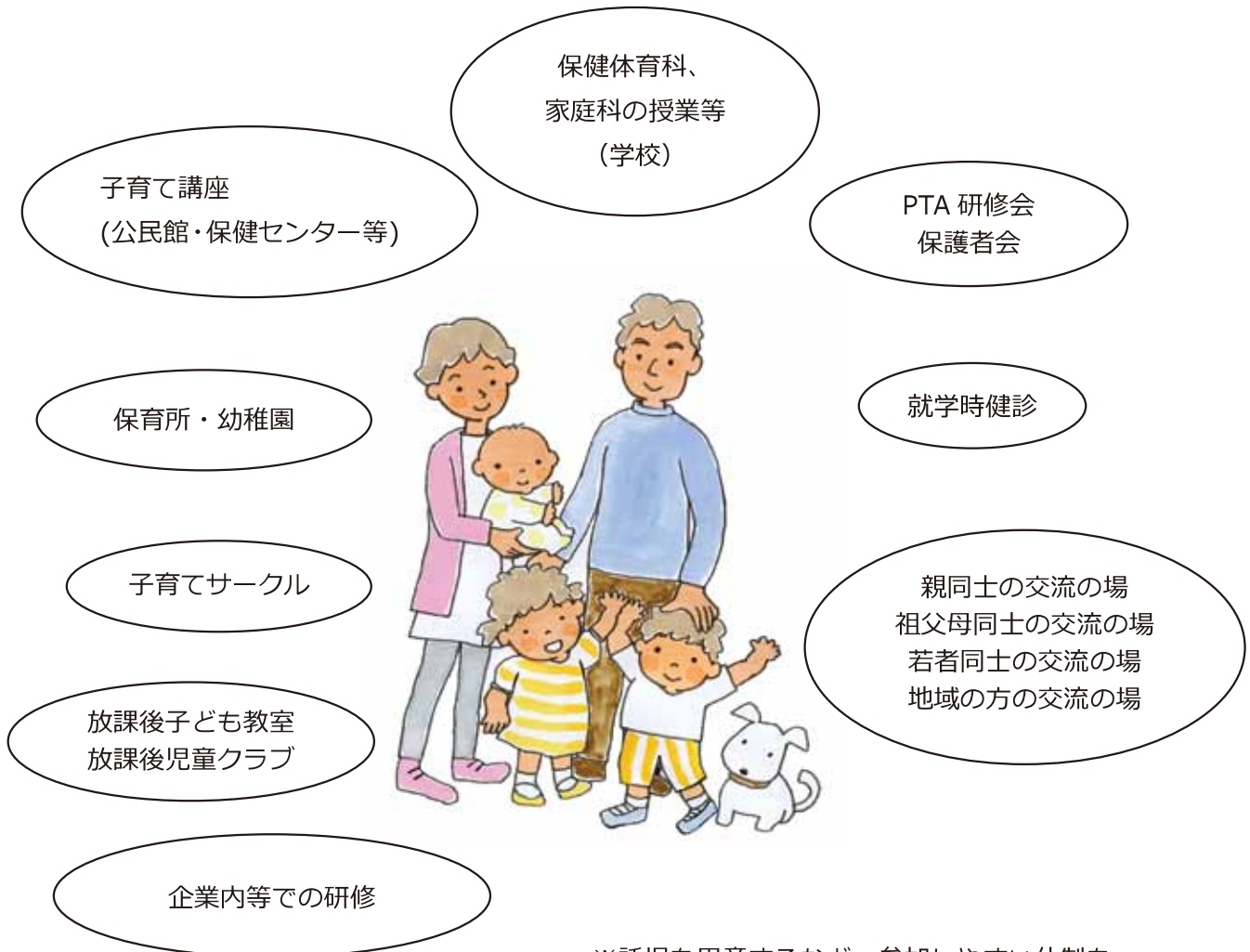
3 プログラムの流れについて

プログラムによっては多少の違いはありますが、学習活動は、だいたい次のような流れで進められます。

時間	学習活動	学習活動のポイント・留意点等
10～15分	<導入> <ul style="list-style-type: none"> ・学習のねらい ・三つの約束 ・アイスブレイク ・グループ分け 	<ul style="list-style-type: none"> ○学習（ワーク）の趣旨をわかりやすく伝えます。 ○はじめに参加者全員で三つの約束（P.11 参照）を確認し、互いに尊重し、みんなが協力しながら学習できるようにします。 ○参加者同士が打ち解けられるような雰囲気づくりをします。 ○話し合い等の活動がしやすい人数でグループをつくります。 
30～60分	<発展> <ul style="list-style-type: none"> ・学習活動 <ul style="list-style-type: none"> 個人で グループで 全体で 	<ul style="list-style-type: none"> ○エピソードや資料等をもとに、個人やグループで学習活動を行います。 ○互いに意見を出し合いながら、楽しく学び合います。 ○グループでの活動において出された意見等を全体に紹介します。 ○話し合い等がスムーズに進んでいない場合は、ファシリテーター（進行役）がサポートします。
10～15分	<まとめ> <ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえり 	<ul style="list-style-type: none"> ○学習活動を通じて感じた「気づき」や「学び」を記入し、みんなでも共有しながら考えを深めます。

4 プログラムの活用場面について

★こんな場でプログラムを使ってください。



※託児を用意するなど、参加しやすい体制を整えるようにしましょう。

5 ファシリテーターについて

★ファシリテーターとは

学習活動を支援し促進する人を「ファシリテーター」（進行役）といいます。ファシリテーターの役割は、学習者みんなが安心して学習に取り組めるように工夫したり、学習効果が高まるようサポートしたりすることです。

ファシリテーターは、次のようなことに留意しながら実施しましょう。また、初めてされる方は、事前にファシリテーター経験者等と一緒に経験しておくことがよいでしょう。

(1) 学習者が自ら気づき、主体的に学ぶ力を引き出しましょう。

グループでの話し合いなどを通して、学習者自身もっている力を引き出すようにしましょう。内容をわかりやすく説明したり、学習者の話から質問を変えてみたりするなど、臨機応変に進行することが大切です。

自分の子育てに自信をもち、楽しみながら子育てをしていくことができるように、学習者自身もっている力を引き出しましょう。

(2) 学習者の発言をしっかり受け止め、上手な聞き手になりましょう。

学習者同士が語り合うことを中心に、学習を進行しましょう。そのためには、ファシリテーターは、「上手な聞き手」になることが求められます。

学習者一人ひとりの発言をよく聞き、相づちを打ったり、共感したりすると、話し手は安心し、語りやすくなります。そして、話し手の思いに焦点を当てたり、要点を整理して言葉を繰り返したりしていくと、話し手自身が客観的に自分を見つめ、自らに気づきやすくなります。

(3) 互いに尊重し、全ての人に参加できるように配慮しましょう。

学習者同士が互いに尊重し、みんなで協力しながら学習できるように配慮しましょう。「一部の人が一方向的に発言している」「他人の意見を頭から否定している」ということがないように、学習を始める前に参加者全員で確認しておくことが大切です。もし、好ましくない状況になっている場合は、適宜アドバイスして流れを変えましょう。

ファシリテーターは、みんなが平等に話すことができる雰囲気づくりができているか、全体の様子に常に気を配りましょう。

※学習を進めるに当たっては、様々な立場の人が参加している場合もあることを想定して、十分な配慮をしましょう。

(4) 流れの調整をしましょう。

学習者が活動や作業の手順を理解しているかどうか、時間が足りているかどうかなど、確かめながら進めましょう。学習者に合わせた進行を心がけ、流れの調整をしながら、学習を進行しましょう。計画どおりに進行しないことも予測して計画しておくといよいでしょう。

(5) 学習者同士がつながり、関係が築けるよう配慮しましょう。

学習者の中には、地域で孤立しがちな人や家にこもりがちな人、他人との付き合いが苦手な人もいることが考えられます。

このプログラムを通して出会った学習者同士が、学習後もつながり合い、支え合っていくことができるようになることが理想です。

ファシリテーターは、参加者同士がつながり合うことができるようコーディネートしましょう。

(6) 深刻な問題は関係相談機関を紹介しましょう。

学習活動の中、あるいは学習後に、いじめや虐待、DV等の、深刻な問題について相談を受けることもあります。

相談者の思いを受け止め、適切な関係機関に相談するようアドバイスしましょう。そのためには、関係相談機関についての情報をもっておき、安心して紹介できるようにしておくといでしょう。

関係相談機関へ紹介するときは、相談者の信頼感を得ながら、責任をもって丁寧につなぎましょう。

★実施の計画

(1) プログラムの選定

ファシリテーター（及びスタッフ）は、どのような方を対象に、どのような内容（ねらい）の学習を実施するのか検討し、プログラムを選定します。

学習者の実態や関心に合わせて、プログラムは自由に修正してもかまいません。また、違うステージのプログラムを使うこともできます。学習者の状況や人数、使用する場所や時間等に応じてアレンジし、効果的に学習ができるように十分に検討しましょう。

(2) 実施するスタッフ

ファシリテーターとして、このような学習活動を進行することに慣れている場合は、一人で実施してもかまいません。しかし、参加者の人数や場所等の状況によっては、複数のファシリテーターで実施する方がよい場合もあります。また、進行の補助（受付や資料の準備等）をする人がいれば、よりスムーズに進行できます。

(3) 学習の形態

グループにおいて話し合いや作業等の活動がしやすい人数は、4～6人です。あらかじめグループ分けをしておいてもかまいませんし、アイスブレイクを行う中でグループを編成することもできます。学習者の状況や学習のねらい等に応じて学習の形態を検討しましょう。

★プログラムの使い方

各ステージごとに、3～6つのプログラムがあります。全てを連続講座用としても使用できますが、場合によってはその中のいくつかのプログラムを使用してもかまいません。また、違うステージのプログラムを使用してもかまいません。

前半の「ワークシート編」には、各プログラムで活用できるワークシートを掲載しています。見開きの2ページにエピソードや書き込み欄、参考となる資料等を載せています。そのまま活用するだけでなく、部分的に活用するなど、学習の場面に応じて効果的にご活用ください。

<ワークシート例>

学童期

II-3 子どもの規範意識ってどうやって育てるの？

【エピソード】

小学校4年生の息子は、カードゲームに夢中。学校から帰ってきて暇さえあれば友達とカードを持ち寄り遊んでいます。

ある日、息子がカードを散らかしたまま遊びに出かけてしまい、見るに見かねて片付けることにしました。その数の多さに驚かされながらもよく見ると、買った覚えのないものがあることに気がきました。息子とは、友達とのトラブル回避のためカードをあげたりもらったりしない約束をしていたはずなのに…。

帰ってきて、話を聞いてみると、やはり、友達同士でカードをあげたりもらったりしていました。息子は、いけないことだとわかっていながらも、仲良しの友達が数多くこのようなやりとりをしているのを見ているうちに、我慢できず約束を破ってしまったようです。また、友達の中には、子ども同士で売買したりしている子もいて、トラブルが起きていることもわかりました。

エピソードや資料などをもとに、参加者が互いに感じたことや経験を出し合います。



- ・どうしても友達のカードがほしかったが！
- ・友達に「交換しようや」と言われて断り切れなかったが！
- ・友達みんながやりゆうき、ついやってしまった。
- ・友達みんながやりゆうき、自分もやらんと仲間はずれになると思うたが。

ワーク2

●このエピソードと似たような経験を語り合ってみましょう。(お子さんのエピソードでも、あなた自身が子どもの頃のエピソードでもどちらでもかまいません。)

	あなたのお子さんのエピソード	あなた自身が子どもの頃のエピソード
話す内容	<ul style="list-style-type: none"> ・どのような出来事？ ・保護者としてどのように対応した？ ・保護者として考えさせられたことは？ など	<ul style="list-style-type: none"> ・どのような出来事？ ・あなたの保護者の対応で心に残っていることは？ ・あなたが考えたことは？ など

互いに意見を出し合いながら、学習を進めていきます。

ワーク3

●家で約束やルールをつくるときに気を付けていることはどのようなことですか。また、お子さんがその約束やルールを大切に思い、守っているようにするためにどのようなことをしていますか。

あなた

【つくるとき】

【大切に思い、守っているように…】

グループ

直接書き込むことができます。

資料1

ルールって だれのためにあるの？

子どもたちは、家庭でのルールや約束を守ったり破ったりしながら、人との関係の在り方や社会のルールの大切さを学んでいきます。

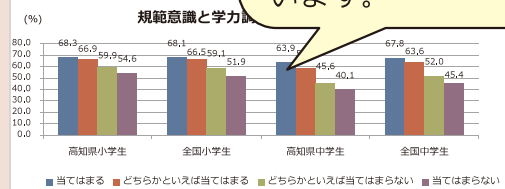
家庭のルールには、あいさつ、家に帰る時間、寝る時間、きちんとした姿勢などの生活上のルールもあれば、他人に迷惑をかけない、うそをつかないなどといった道徳上のルールもあります。

しつげに一貫性をもたせ、しっかりと身にきりしたルールをつくり、子どもとともに親と一緒にルールをつくるという姿勢も大切です。

『家庭教育手帳』小学生

話し合いや学びを深めるための資料等を掲載しています。

資料2



ふりかえり

●子どもの規範意識を育てるために取り組んでみようと思ったことを書いてみましょう。

後半の「学習の進め方編」には、各プログラムの学習活動の展開例を掲載しています。ファシリテーターは、学習を進める際の参考にしてください。必ずこのとおりにする必要はありません。学習者の状況や人数、使用する場所や時間等に応じて効果的に学習できるようアレンジしてご活用ください。

<学習の進め方例>

I-1

子どもは「生き生き」してる？

対象：4～5歳児を持つ子育て中の保護者
 時間：90分程度

ねらい	<input type="checkbox"/> 4～5歳児の特徴を把握する。 <input type="checkbox"/> 4～5歳児の「生き生き」した活動を促すためのポイントを学ぶ。		
実施のポイント (評価など)	<input type="checkbox"/> 子どもの「生き生き」した姿をできるだけ多くイメージし、子どもの気持ちへの共感が大切であることに気付くことができる。		
事前準備	<input type="checkbox"/> 名札 <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 付箋紙 <input type="checkbox"/> 模造紙		
時間	学習活動	学習活動のねらいとポイント	準備物
導入 10分	ワークの趣旨説明 <input type="checkbox"/> 名札づくり <input type="checkbox"/> 自己紹介	<input type="checkbox"/> 3～4人のグループをつくる。 <input type="checkbox"/> 自己紹介では、氏名と今日呼んでほしい名前、今日参加した理由などをお互いに話すことでリラックスできるようにする。	名札
展開 25分	1	<input type="checkbox"/> 子どもの「生き生き」していた場面を思い出し、4～5歳児の特徴を共有することをねらいとする。 <input type="checkbox"/> プレーンストーミングでできるだけ多く出すようにする。 <input type="checkbox"/> 書いたものを発表し合う中で、どんなときに4～5歳児が「生き生き」しているかを整理していく。	付箋紙 模造紙
20分	ワーク2 <input type="checkbox"/> 子どもがなぜ「生き生き」できたのかグループで話し合う。 <input type="checkbox"/> グループ内で出た意見を発表し合う。	<input type="checkbox"/> 子どもの立場になって考えることをねらいとする。 <input type="checkbox"/> グループの中で発言しやすい状況をつくる。	
30分	ワーク3 <input type="checkbox"/> 資料を読んで関わり方のヒントを得る。 <input type="checkbox"/> 実行しやすいアイデアを話し合い、ワークシートに記録する。 <input type="checkbox"/> グループ内で出た意見を発表し合う。	<input type="checkbox"/> 「生き生き」した活動を促すポイントに気付き、実際にできることを出し合うことをねらいとする。 <input type="checkbox"/> 無理をせず、できることから行うことを勧め	
まとめ 5分	ふりかえり <input type="checkbox"/> 感想を記入する。 <input type="checkbox"/> 発表し合い、共有する。	<input type="checkbox"/> 何人かに発表してもらい、全体で共有する。	

学習活動の大まかな流れを示しています。

◎は各ワークのねらいを示しています。

- 44 -

「資料編」には、プログラムを進行するうえで参考となる資料や、活用できる資料等を掲載しています。

「参考編」の「アクティビティ集」には、学習活動の中でよく使われる手法について掲載しています。また、「アイスブレイク集」には、学習者の気持ちをほぐすアイスブレイクを掲載しています。学習の導入などでご活用ください。

6 学習者に心がけてもらいたいことについて

★学習を始める前に参加者全員で確認しましょう。

この学習プログラムは、参加者の皆さんが積極的に参加しながら、ともに楽しく学び合い、皆さんでつくり上げていく学習プログラムです。

「今日の学習に参加してよかった。」

「この人に出会えてよかった。」

「自分の思いを聞いてもらえてスッキリした。」

「こんな見方や考え方もあるんだ。」

「何かはじめてみよう。」

など、**この学習プログラムを通して皆さんがこのような思いをもっていたら、大成功です。**そのためには、参加者の皆さんの協力が欠かせません。

参加者は、次の「三つの約束」を心がけ、積極的に参加しましょう。

三つの約束

(1) 参加者はみんな平等です。

参加者（ファシリテーターやスタッフも含めて）は、みんな平等です。一人の人が話しすぎないように、みんなが発言できるように心がけましょう。平等に学び合える場になるよう、みんなで考えましょう。

(2) 互いの意見や感じ方を尊重しましょう。

他の人の意見をしっかり聞き、意見を尊重しましょう。他人の意見を否定したり、自分の考えを押しつけないようにしましょう。自分とは違う意見を知ることが、新たな視点で自分を見つめるきっかけとなります。

また、話したくないことは「パス」してもかまいません。他の人の話を聞いて考えることも大切な学習活動です。個人の思いを尊重しましょう。

(3) 参加者の秘密を守りましょう。

同じ時間を共有する中で、参加者同士に信頼関係が築かれ、安心して自分や家族のことについて話ができて、学習が深まりますが、個人情報に関わる内容が出てくるともあります。

学習する中で知った参加者の個人情報は、その場だけのこととし、他の人に話さないようにしましょう。