

くまもと「親の学び」プログラム

～ スタート編（乳幼児期編）～

も く じ

I 基本編

- 1 くまもと「親の学び」プログラムとは? . . . P 3
- 2 参加体験型学習とは? . . . P 4
- 3 進行役の役割 . . . P 5
- 4 講座の基本的な流れ . . . P 6

II 展開編

- 1 わが家の家庭教育 . . . P 9
- 2 一人じゃないよ、仲間がいるよ
～悩みも喜びも誰にでもある～ . . . P 15
- 3 子どもの気持ちと親の関わり . . . P 21
- 4 上手なほめ方、しかり方
～伝え方のひと工夫～ . . . P 27
- 5 家族みんなで生活リズム . . . P 33
- 6 上手な話の聞き方 . . . P 40
～聞き上手は子育て上手～

- 平成21年度プログラム検討委員会名簿 . . . P 46

別添 資料編

- くまもと家庭教育10か条
- 【導入】で活用するアイスブレイク集
- 一人で考え込まないで（相談機関の紹介）
 - ・すこやか子育て電話相談
 - ・その他の電話相談機関
- 関連ホームページアドレス紹介

I 基本編

1 くまもと「親の学び」プログラムとは？

このプログラムは、乳幼児期の子どもをもつ保護者をはじめ、「親の学び」をスタートする保護者を対象とした家庭教育の参加体験型講座を進行するための解説書です。

参加体験型講座では、保育所や幼稚園職員、乳幼児健診を行う保健師など、子育て支援に関わっている人たちが、進行役（ファシリテーター）となります。

参加体験型講座で、進行役は、プログラムを通して、一方通行の講座ではなく、受講者の気づきをサポートしつつ、参加者に伝えたいメッセージやねらいを明確にして、一緒に講座をつくりあげていこうとする気持ちが大切です。

そのためには、参加者の人数、参加者の年齢構成、講座設定時間等に応じて、アレンジして活用してください。

このプログラムを通して、子育てを行っている保護者が、自信をもって、健やかな子どもを育てていこうという意欲を高める一つの手がかりとなれば幸いです。

プログラムは基本となる展開例等を示しています。それぞれで実践していただき感想等をいただければ幸いです。実践しながら増補していきたいと思います。



「キャンペーンロゴマーク」
「家庭」「地域」と「子ども」を組み合わせ、若葉のよ
うに健やかに伸びる子どもの明るい瞳と子どもを囲む
家庭、地域のまなざしを表現しています。
安富 勝弘さん(熊本市)の作品

2 参加体験型学習（ワークショップ）とは？

くまもと「親の学び」プログラム講座は、参加体験型学習（ワークショップ）という形で行います。参加体験型学習とは、講演会や講義のように、講師の話を参加者が一方的に聞いて学ぶのではなく、参加者同士で作業をしたり、話し合ったりすることを通じて学びます。

自分の子育てを振り返ったり、他人の話を聞いたりすることをきっかけとして、これまで気づいていなかったことに気づいたり、改めて大切なことを再認識したりすることができます。

☆参加体験型学習の流れ

各プログラムの趣旨に沿って、個人での作業、グループ（ペア）での活動、全体での活動の3段階を組み合わせて展開します。

①個人での作業

与えられたテーマについて考えたり、書き出したりします。グループでの活動の前に行う場合が多いです。

②グループ（ペア）での活動

個人で考えたことを出し合ったり、共同作業をしたりします。

③全体での活動

進行役から説明をしたり、各グループの話し合いで出た意見を共有したりします。

講座の最初と最後に行うことが多いです。

☆参加体験型学習で大切なポイント

ポイント1 主体的な参加

参加者一人一人が「受け身」になるのではなく、それぞれ考え、発言をすることによって、これまで気づかなかったことに気づいたり、もともと知っていたことについて、改めて大切であることを再確認したりすることができます。そのためには、一人一人が参加、発言しやすい雰囲気づくりが必要です。

ポイント2 お互いに学びあう

グループ内で意見を出し合ったり、全員で気づきを発表したりすることを通じて、多様な視点や考え方があることに気づき、学ぶことができます。そのためには、お互いの意見を否定せずに聞く雰囲気をつくったり、発言を引き出すような進行役からの声かけなどが大切になります。

3 進行役（ファシリテーター）の役割

参加体験型学習では、全体の流れを進めていく「進行役」（「ファシリテーター」ともいう）の役目が大切です。進行役は「講師」とは違い、自分の知識や考えを参加者に伝えることが役目ではありません。

参加者同士の話し合いや作業がスムーズに行われるよう、参加者の様子を見ながら説明や声かけをし、参加者自身が「気づき」を得て何かを学ぶことを助けることが役目です。

このため、専門的な知識や特別な経験がない人でも、以下のようなことに気をつければ、参加体験型学習の進行役になることができます。

☆進行役に求められる3つのこと

（1）雰囲気づくり

- ・進行役は、自信をもってはっきりした声で、ゆっくりと話す。笑顔が1番。
- ・話し合いの前に、「正解や間違いはない」ことを参加者に伝えると、参加者は発言しやすく感じる。
- ・発言を強要しない。話せる範囲で話してもらえるとよいことを伝える。

（2）主体性の尊重

- ・進行役自身の考えを押しついたり、参加者の発言を批判したりしない。
- ・参加者の意見を無理に一つにまとめる必要はない。一人一人が気づいたことを大切にするように促す。

（3）流れの調整

①参加者に合わせた進行

- ・参加者が活動や作業の手順などを理解しているかどうか、確かめながら進める。
- ・参加者の様子を見て、じっくりと時間が必要な場合には、用意した内容の全てを行うことにこだわらないほうがよい。
（計画の段階で、時間よりも早く進んでいる場合どうするか、時間が足りなくなりそうな場合どうするか等を考えておくと、その状況になったときに慌てない。）

②テーマに沿った進行

- ・漠然と雑談をするよりも、各プログラムの「テーマ」をはっきり示すことで、より話し合いが深まる。
- ・話題がそれた場合は、発言者の意見にも同調しながら、テーマに戻すように心がける。

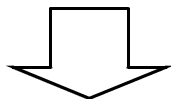
4 講座の基本的な流れ

| 順 | 流れと活動 | 時間 | 説明 | | | | | | | |
|-------------|--|-----|--|---------|-----|---|-----|--------|-------------|--|
| 1 | 【導入】 ①活動のねらいを知らせる。 ②アイスブレイクをする。 | 10分 | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> ★ポイント ・活動のねらいをわかりやすく伝える ・場の雰囲気や参加者の緊張を和らげる。 ・次の活動をやりやすくする。 </div> <p>○本講座のキーワードを知らせる。用紙等を書いておき、提示する。プロジェクターを使ってもよい。</p> <p>○簡単なゲームなどで雰囲気や参加者の緊張を和らげる活動を「アイスブレイク」と呼ぶ。</p> <p>○本プログラムで取り上げている活動は、一例であり、</p> <table style="margin-left: 20px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="border: none;">◇講座設定時間</td> <td style="border: none;">◇目的</td> <td rowspan="3" style="font-size: 3em; vertical-align: middle; padding-left: 10px;">}</td> </tr> <tr> <td style="border: none;">◇人数</td> <td style="border: none;">◇場所の広さ</td> </tr> <tr> <td style="border: none;">◇受講者の構成メンバー</td> <td style="border: none;"></td> </tr> </table> <p>等に応じて、<u>どのアイスブレイクを取り入れるかを考えたり、内容をどう工夫するかを考えたりすることが必要。</u></p> <p>○次の活動をグループで行う場合は、アイスブレイクのゲームでグループを作ると効果的に進行できる。</p> | ◇講座設定時間 | ◇目的 | } | ◇人数 | ◇場所の広さ | ◇受講者の構成メンバー | |
| ◇講座設定時間 | ◇目的 | } | | | | | | | | |
| ◇人数 | ◇場所の広さ | | | | | | | | | |
| ◇受講者の構成メンバー | | | | | | | | | | |
| 2 | 【展開】 ①中心活動をする。 ・個人での活動 ・ペアやグループでの活動 ・全体での活動 | 40分 | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> ★ポイント ・やりかたをしっかりと説明する。 ・グループを見てまわり、声をかける。 ・時間を意識する。 </div> <p>○参加者が「正しく答えよう」「変なことを言わないようにしよう」と思うと、発言しにくくなる。</p> <p>○グループでの活動の時、思うように話し合いが進まない場合は、次のような対処法がある。</p> <p>①スムーズに進んでいるグループで出された意見や活動の様子を紹介する（全体の活動を止めて、短時間で行う）</p> <p>②思うように話し合いが進んでいないグループに、進行役（ファシリテーター）がしばらく入り、進行を手助けする。</p> | | | | | | | |

| 順 | 流れと活動 | 時間 | 説明 |
|---|--|-----|--|
| 3 | <p>【まとめ】</p> <p>①振り返り・分かち合う。</p> <p>②活動をまとめる。</p> <p>※「家庭教育手帳」の読み合わせ</p> <p>※「くまもと家庭教育10か条」の読み合わせ</p> | 10分 | <p>☆ポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りは必ず入れる。 ・振り返りのポイントをはっきり伝える。 ・時間を意識する。 <p>○活動を通して気づいたことを個人で振り返りシートに記入し、グループで発表しあう。他の受講者の思いや多様な価値観にふれ、これまでの自分を見つめ直し、これからの子育てのための気づきを得ることができる。</p> <p>個人→グループ→全体と広げ、個人の振り返りを互いに共有すると、より学びが深まる。</p> <p>○進行役は、参加者の振り返りと関連づけながら、講座のポイントを伝える。</p> <p>○まとめでは、「家庭教育手帳」や「くまもと家庭教育10か条」を紹介する。必要に応じて受講者に配布したり広用紙に書いておいたものを提示したりしながら、みんなで確認し、意識を高める。</p> |

☆講座の受講者、進行役、すべての人が
気をつけること

☆講座の中で知り得た個人情報を他の人にもらすことは
絶対やめましょう。



○講座の始まりや講座終了の時に、受講者に確認しましょう。
もちろん、進行役も知り得た情報はもらしません。
とても大事なことなので、毎回の講座で確認するようにしましょう。

II 展開編

【プログラム①：わが家の家庭教育】

☆ねらい：家庭教育について考え、自分の家庭でも積極的に取り組んでいこう。

《プログラムについて》

◇プログラムのねらいの説明

○保護者の中には、「家庭教育」ということばを聞くと、つい難しく考えてしまい「どのようなことをやったらいいかわからない」と不安に思うことがある。
「わが家の1か条」づくりを通して、「家庭教育」では一つの正解があるのではなく、それぞれの家庭でできることからはじめていこうとする前向きな気持ちになれるようにする。

◇熊本県の保護者の意識

○「少子高齢化における家庭教育及び行政支援のあり方に関する調査研究」のアンケート（熊本県実施）

回答者・・・0歳から小学校2年生までの子どもをもつ父母

「子育てで心がけていること」、「家庭教育で大事にしていること」

・・・あいさつやお礼がちゃんとできること

☆想定時間：60分

☆人数：何人でも可（展開では4～6人組を作る）

☆準備物：振り返りシート（人数分）

☆主な活動

- ①子育てで「大事にしたいこと」を考える。
- ②「わが家の1か条」を考え、紹介し合う。

【プログラム①：わが家の家庭教育】

I 展 開 例

(形態 全→全体での活動 ペ→ペア グ→グループ 個→個人)

| | 形態 | 講 座 の 流 れ |
|-------------------|----|---|
| 導 入 10 分 | 全 | 1. 活動のねらいを知る。 |
| | グ | 2. アイスブレイクをする。 〔例〕「からだジャンケン」をする。 3. グループ作りをする。 (2.アイスブレイクでグループを作ったらそのままよい) |



| | | |
|-------------------|---|--|
| 展 開 40 分 | 全 | 4. 子育てで「大事にしたいこと」にはどんなことがあるか出し合う。(10分) ○「くまもと家庭教育10か条」を知る。 |
| | 個 | 5. 「わが家の1か条」を考える。(10分) ※「わが家の1か条コンクール」の作品を紹介する。 ※早くできた人の「1か条」を紹介し、考えている人のヒントにする。 |
| | グ | 6. 考えたことを紹介し合う。(10分) ・紹介するとき、1か条を作るときに考えたことや「わが家の1か条」に取り上げた項目にした理由などもあわせて話す。 |
| | 全 | ○話し合ったことをいくつかのグループから紹介してもらおう。(10分) |

| | | |
|------------------------|---|--|
| ま と め 10 分 | 全 | 7. 振り返り、分かち合う。 ○いろいろな意見を聞いてどう思ったかや感想などを紹介しあう。 |
| | 全 | 8. 活動をまとめる。 「子育てで大事にしたいこと」はいろいろあるが、その中から家庭でできることからやっいていこうとする気持ちが大事。 ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) P41～P51を読み合わせる。(参考) |

II 基本的な説明・問いかけ例

〔 活動 〕

〔 基本的な説明・問いかけ例 〕

〔 備考 〕

1. ねらいを知らせる

○この講座のキーワードは「わが家のルール」です。それぞれの家庭で大事にしていることがあると思います。その大事にしていることについて考えていきたいと思います。

用紙に書いたキーワードの提示。

2. アイスブレイク 「からだジャンケン」

○今から「からだジャンケン」というアイスブレイクをします。自分の体を使ってジャンケンをします。説明をします。グーは、足を閉じて両手を胸の前で交差します。こうです。チョキは、足は片方を前に出し、もう片方はやや後ろに引きます。同時に、両手を上に上げます。こうです。最後にパーです。パーは両足を広げ、同時に、両手も広げます。このとき、肩より下方向になるようにしてください。こうです。いいですか。やり方です。2人組になり背中合わせに立ちます。「ジャンケンポン」の合図で振り向き、ポーズをとります。ルールとして、ポーズがはっきりわからなかったり、よろけたりした場合はアウトです。まず、一斉に私と練習してみましよう。「ジャンケンポン」（どうですか？）勝ちましたか？1人の人と2回勝負してください。相手にジャンケンをお願いするときは、笑顔で微笑みましよう。それではやってみましよう。できるだけ大きな声でかけ声を言ってくださいね。（全体に声をかけ、盛り上げる。）

進行役は、元気に声を出し、盛り上げる。

参加者が動けるスペースが必要。広い場所がない時はちがうアイスブレイクをする。

3. グループ作り

○（5分間ぐらい行う）どうでしたか？最後にジャンケンした人とペアになってください。そして、さらにどこかのペアと合体してください。今日はこの4人で次の活動をしたいと思います。

グループの人数は4～6人ぐらいが適当。

4. 「くまもと家庭教育10か条」を知る

○みなさんととてもいい表情ですね。みなさんゲームのルールが守れていましたね。ところで、今日の講座のテーマも「ルール」でしたね。ルールを守るってとても大事なことです。みなさんはそれぞれの家庭で、子育てを行ううえで大事にしていることにはどんなことがありますか。グループで紹介し合ってください。（しばらく待つ）

○いろいろな意見が出されていましたね。いくつか紹介してほしいと思います。（指名でもよい）

大事にしていること、大事にしたいことは、それぞれの家庭で違うことを押さえる。

5. 「1か条」を考える

○今、みなさんからいろいろ出してもらいましたように、子育てしていく上で大事なことはいろいろあります。そのことに関係がありますが、みなさんは「くまもと家庭教育10か条」ということばを聞いたことがありますか。(ポスター、リーフレット、子育てどぎゃん等を使って、紹介する。10か条を印刷して配布するとよい。)これをみなさんで読んでみましょう。(進行役が読み上げててもよいし、進行役と参加者が一緒に読み合わせていてもよい。)

「くまもと家庭教育10か条」を紹介するとき、ポスターやリーフレット、子育てどぎゃんのDVDを使って紹介すると効果的である。

○第10条に「わが家の1か条」とありますね。これから、それぞれの家庭で子育てで大事にしていること、家庭のルールを1か条という形にしてみたいと思います。いいですか。難しく考えなくていいですよ。さきほどグループで出し合ったことを参考にして考えてください。考えたことは、ワークシートに書いてください。

「わが家の1か条」づくりに戸惑う参加者もいると思うので、他の作品(参加者や文部科学省募集の作品)を紹介したりする。

6. 紹介し合う

○「わが家の1か条」として考えたことをグループで紹介してください。その時、なぜ「その項目」を考えたのか、それを取り上げた理由なども併せて紹介してください。(しばらく待つ。)

○グループで、どんなことが出されましたか。紹介してください。(指名でもよい。)

進行役は、各グループの意見を聞いてまわる。その中から、発表指名するところを心づもりしておく。

7. 振り返り

○それぞれのグループの意見を聞いてどう思いましたか。思ったことや活動を通して気づいたこと、感想などを紹介してください。気づいたことなどをワークシートに簡単にメモをとってもいいです。(しばらく待つ。)

8. まとめ

◇家庭教育手帳
◇家庭教育10か条
・読み合わせ

○気づいたことをみなさんに紹介してくださる人はいませんか?(進行役からの指名でもよい。)そうですね。子育てをしていくときに大事にしたいことはいろいろありますね。どれが1番というわけではなく、どれも大事ですね。それぞれの家庭で、大事にしたいことを「家庭のルール」として親子で作って、一緒に取り組んでいこうとすることが大事ですね。

進行役の経験で、家庭のルールを作っている場合はそれを紹介してもよい。

Ⅲ 準備物

| 準備物 | 使用段階 | 留意点等 |
|--------------|------------|---|
| ○ワークシート(人数分) | 展開と まとめ | ・「わが家の1か条」づくりと振り返りの2箇所を使う。用紙は、必要に応じて縮小して使う。(基本はA4版) |

Ⅳ 【家庭教育手帳、くまもと家庭教育10か条】関連ページ

| | | |
|----------------------------|-----|---|
| ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) | まとめ | ・「平成21年版P41～P51」が関連がある。 関連ページを進行役が読んだだけでは、参加者の心に残りにくい。印刷する等の工夫を。 |
| ○「くまもと家庭教育10か条」 | まとめ | ・「くまもと家庭教育10か条」は、どの条も本プログラムと関連があるので、どの条も紹介したり読み合わせをしたりするほうが望ましい。 |

V その他

Q：本講座で考えられる工夫は？

A：①「わが家のルールづくり」の作品を紹介するとき、可能であれば、「子育てどぎゃん」のDVDを見せる。

②「家庭教育10か条」だけでなく、「熊本県子ども輝き条例」を紹介する。

【わが家のルールづくり】

文部科学省

ホームページ

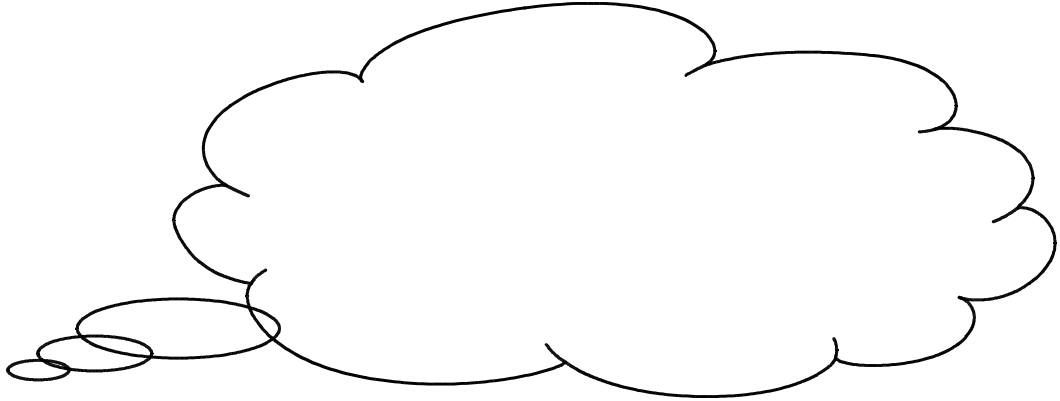
→

わが家のルール

を検索！

ワークシート

◇あなたの家の「1か条」、家庭のルールを作ってみましょう。



◇今日の講座をとおして、気づいたことや感じたことを書きましょう。

A large, empty rectangular box with a dashed border, intended for writing reflections from the lecture.

〔「わが家の1か条」づくり〕の ワンポイントアドバイス

○ここで取り上げる「わが家の1か条」は、標語ではありません。だから、無理して「5, 7, 5」に合わせる必要はありませんよ。

【プログラム②：一人じゃないよ、仲間がいるよ ～悩みも喜びも誰にでもある～】

☆ねらい：今の自分自身を受け止めるとともに、同じ思いをしている仲間がいることに気づき、子育てに対して前向きな気持ちをもとう。

《プログラムについて》

◇プログラムのねらいの説明

○まわりからみると小さな喜びや悩みかもしれないが、子育て中の保護者にとっては、悩みや喜びは「小さなこと」ではないようだ。また、同世代の子育てをしている保護者同士は、喜びや不安を共有できる場合が多いようだ。「悩んだり不安に思ったりしているのは自分だけではない」ということに気づく。

◇熊本県の保護者の意識

○「くまもと家庭教育活性化のために」のアンケート（熊本県社会教育課実施）

回答者・・・年中、年長の保育所、幼稚園の園児をもつ保護者
子育てで悩んだり困ったりしていることがある・・・61%

☆想定時間：60分

☆人数：何人でも可（展開では4～5人組を作る）

☆準備物：広用紙（模造紙）、マーカーペン、ワークシート

☆主な活動

- ①テーマにそって順番に話す。
- ②自分と同じ考え、思いをもっている人がいることに気づく。

【プログラム②：一人じゃないよ、仲間がいるよ

～悩みも喜びも誰にでもある～

I 展開例

(形態 全→全体での活動 ペ→ペア グ→グループ 個→個人)

| | 形態 | 講座の流れ |
|----|----|---|
| 導 | 全 | 1. 活動のねらいを知る。 |
| 入 | グ | 2. アイスブレイクをする。 [例]「両手ジャンケン」をする。 |
| 10 | | |
| 分 | | 3. グループ作りをする。 (2. アイスブレイクでグループを作ったらそのままよい) |



| | | | |
|-------------------|---|--|--|
| 展 開 40 分 | 全 | 4. 「あるあるトーク」を通して考える。 ○「あるあるトーク」のねらいを説明する。 | |
| | グ | ○広用紙に二重円を描き外側の円を人数分に分ける。 その一つ一つにそれぞれの名前を書く。(5分) | |
| | グ | ○進行役がテーマを決め、一人ずつ順番に話す。(25分) ※テーマは子ども、子育てに関するものであれば何でもよい。 ※「子どもが好きな食べ物」「子育てで楽しいこと、嬉しいこと」 「失敗したなと思うこと」「困っていること」「子育てのことでみんなに聞きたいこと」など。 ○二人以上が同じ意見だったら二重円の真ん中の部分に書き込む。他の場合は自分の場所に書き込む。 | |
| | 全 | 5. 同じ意見を他のグループに紹介する。(10分) | |

| | | |
|------------------------|---|--|
| ま と め 10 分 | グ | 6. 振り返り、分かち合う。 ○感想を出し合う。 |
| | 全 | 7. 活動をまとめる。 子育ての悩みや喜びは自分だけではないよ、仲間がいるよ。 ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) P7～P16を読み合わせる。(参考) ○「くまもと家庭教育10か条」の第1条を読み合う。 |

II 基本的な説明・問いかけ例

〔 活動 〕

〔 基本的な説明・問いかけ例 〕

〔 備考 〕

1. ねらいを知らせる

○この講座のキーワードは「喜び、悩み」です。みなさんといろいろな話をしたり聞いたりすることを通して、子育てについて考えます。

用紙に書いたキーワードの提示。

2. アイスブレイク 「両手ジャンケン」

○今から「両手ジャンケン」というアイスブレイクをします。両手でジャンケンをします。両手ともに勝ったときだけ、「勝ち」になります。次々と相手を変えてジャンケンしてください。ジャンケンする前は、自分の名前を伝え、相手に微笑みかけましょう。

進行役は、元気に声を出し、盛り上げる。

まず、一斉に私と練習してきましょう。「ジャンケンポン」どうですか？ 勝ちましたか？

○それではやってみましょう。できるだけ大きな声で名前を言ったりかけ声を言ったりしてくださいね。（全体に声をかけ、盛り上げる。）

グループは参加者名簿で、あらかじめ作っておいてもよい。

3. グループ作り

○（5分間ぐらい行う。）どうでしたか？最後にジャンケンした人とペアになってください。そしてさらにどこかのペアと合体してください。今日はこの4人で次の活動をしたいと思います。

4. 「あるあるトーク」

○みなさんもずいぶんリラックスできましたね。さて、今日の講座のキーワードは「喜び、悩み」でしたね。子育て中のみなさんには「子育ての喜びや悩み」もあると思います。これから行う「あるあるトーク」をしてテーマに迫っていきたいと思います。

広用紙（模造紙）マーカーペンの準備。

○それぞれのグループに広用紙（模造紙）があります。紙に大きくドーナツみたいな二重円を書いてください。そして、円を4つに分けてください。中心の円には線を入れないでください。（しばらく待つ）いいですか？

進行役が書き方の例を示すと、わかりやすい。

○今から私（進行役）が、質問します。その答えになるものを1人1回ずつ答えてください。例えば、「子どもさんは何歳？」と聞いたら、1人ずつ答えてください。1周したときに2人以上が「4歳」と答えたら、真ん中の円のところに、「4歳」と書いてください。自分と同じ答えがなかった場合は、自分の場所の円に「3歳」と書いてください。やり方はわかりましたか？

始めは参加者が話しやすいテーマを設定する。

第1問、「子どもが大好きな食べ物」です。一回りしたら、書き込んでください。

時間を考慮しながら進行を進める。

第2問、「あなた自身が好きな食べ物は？」
第3問、「子どもが好きな遊びは？」

※時間を見ながら、話しやすそうな話題をテーマにする。

◎「子育てで、困っていることは？」

◎「子どもが生まれて今までで嬉しかったことは？」

◎「子育て、子どもに関することで、みなさんに聞きたいことは？」

上記◎の3点は必ず入れる。

5. 意見の紹介

○ここで終わりです。

どんな意見がありましたか。

グループで出された意見の中から多かった意見や特徴的な意見など、紹介してください。聞く時は、自分たちのグループの意見や傾向と似ているところはどこか、違っているところはどこかなど、考えながら聞いてください。

長くならないようにポイントをしぼって発表してもらおう。

6. 振り返り

○それぞれのグループの意見を聞いてどう思いましたか。思ったことや活動を通して気づいたこと、感想などを紹介してください。気づいたことなどワークシートに簡単にメモしてもいいです。(しばらく待つ)

書くことによって参加者自身の振り返りになるので、メモ程度でもよいことを知らせる。

7. まとめ

○気づいたことをみなさんに紹介してくださる人はいませんか？(進行役からの指名でもよい)

そうですね。子育てをしているみなさんには、子どもの成長とともに嬉しいと思ったことや困ったことがあるようですね。その中身は様々ですが、ちょっとした子どものしぐさに喜びを感じたり、他の人からするとそう大したことではないようなことで悩んだりすることも多いようです。

○子育て中のお母さん方(お父さんの場合もある)の心強い味方は誰だと思えますか？(ちょっと間をおく)

家族はもちろんですが、それは同世代の子どもをもつお母さん方です。そう、ここにおられるみなさんです。みなさんは、同じ悩みをもったり、喜びを感じたりすることができます。気軽に声をかけあってみてはどうでしょうか。

進行役が子育て経験者の場合は、自分の体験を紹介し、まとめてもよい。子育ての悩みがないと思っている保護者もいることを念頭におく。

◇家庭教育手帳
◇家庭教育10か条
・読み合わせ

III 準備物

| 準備物 | 使用段階 | 留意点等 |
|-------------------|------|--|
| ○広用紙 (グループの数分) | 展開 | ・広用紙(模造紙)がない場合は、大きめのカレンダー等の裏紙を利用してもよい。 小さい紙だと書きづらい。 |
| ○マーカーペン(人数分) | 展開 | ・マーカーペンの色は、何色でもよい。 ・広用紙(模造紙)に書き込んでいくために使う。 |

IV 【家庭教育手帳、くまもと家庭教育10か条】関連ページ

| | | |
|----------------------------|-----|--|
| ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) | まとめ | ・「平成21年版P7～P16」が関連がある。 印刷して配付してもよい。 |
| ○「くまもと家庭教育10か条」 | まとめ | ・本プログラムに直接関わるものはない。 |

V その他

Q：本講座成功のポイントは？

A：進行役(ファシリテーター)は、自信をもって、はきはきした声で参加者に語りかけましょう。笑顔が大事です。また、早口にならず、ほどよく「間」をとるようにすると、聞く側に安心感をあたえ、効果的です。「あるあるトーク」では、「人と同じことを言った方がいいのかな」とか「違うことは言いにくいな」と感じる人もいるかもしれませんが、「同じ意見もあれば、違う意見もある」ということをあらかじめ伝え、話しやすい雰囲気を作るとよいでしょう。

《プログラム②：一人じゃないよ、仲間がいるよ》

ワークシート

◇今日の講座をとおして、気づいたことや感じたことを書きましょう。

ワンポイントアドバイス

☆困ったことや育児・子育てに関して相談したいこと等は、一人で悩まずに、【すこやか子育て電話相談】(096-354-8822)をご活用ください。

月曜日～金曜日 午後5時～午後9時 土曜日 午後1時～午後5時

(祝日、年末年始と8月13日～15日を除く)

☆相談機関や子育てに関する情報は、お持ちの母子手帳にも記載されています。

MEMO ～身近な相談機関等にはこんなところがあるよ～

【プログラム③：子どもの気持ちと親の関わり】

☆ねらい：子どもの行動や気持ちをいろいろな角度から考え、子どものよいところにも気づく親になろう。

《プログラムについて》

◇プログラムのねらいの説明

○子育てを行っていくうえで「○○な子どもに育ててほしい」という願いは、どの親ももっている。一方で、わが子のよさに気づいていなかったり、一面ばかりを見てしまったりするということも起こりがちである。本プログラムでは、一つの場面でもいろいろな見方があるということを実感するグループワークを行い、わが子を多面的に見て、そのよさに気づくようにする。

◇熊本県の保護者の意識

○「幼稚園・保育所アンケート」（熊本県就学前教育振興対策協議会実施）

回答者・・・年中、年長の園児を保護者

1番多い悩み・・・子どもが言うことを聞かない

☆想定時間：60分

☆人数：何人でも可（展開では4人組を作る）

☆準備物：ワークシート

☆主な活動

- ①場面の状況を聞き、一つの場面にもいろいろな見方があることを感じる。
- ②「いろいろさがし」をして、わが子との関わり方を振り返り、子どものいい点に改めて気づく。

【プログラム③：子どもの気持ちと親の関わり】

I 展開例

(形態 全→全体での活動 ペ→ペア グ→グループ 個→個人)

| | 形態 | 講座の流れ |
|------------------------|----|---|
| 導 入 10 分 | 全 | 1. 活動のねらいを知る。 |
| | グ | 2. アイスブレイクをする。 [例]「早口ことば」をする。 3. グループ作りをする。 (2. アイスブレイクでグループを作ったらそのままよい) |
| 展 開 40 分 | 個 | 4. 「こんなときどうする」を話し合う。(7分) ○状況を聞いて「何があったのか」「自分ならどう声をかけるか」を考える。 (子ども3人。泣いている子が1人。けんかをしている子が2人) ・考えたことは、箇条書きにメモをしてもいい。 |
| | グ | ○考えたことをお互いに紹介する。 ・なぜそう思ったか、考えたわけを質問する。 |
| | グ | 5. 「いろいろさがし」をして、日頃の関わりを振り返る。(28分) ○子どもに望むことをメモに書き出す。(4分) お互いに出し合う。(10分) ○子どものよいところをメモに書き出す。(4分) お互いに出し合う。(10分) |
| | グ | 6. 5の活動をとおして気づいたことや感想等を出し合う。(5分) グループで感想を出し合う。 |
| ま と め 10 分 | 全 | 7. 振り返り、分かち合う。 ○いくつかの感想を全体に紹介する。 |
| | 全 | 8. 活動をまとめる。 一つの場面の状況だけで考えるのではなく、子どもの行動を理解しよう とすることが大事。子どものよいところを見るように心がけよう。 |
| | 全 | ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) P55～P60を読み 合わせる。(参考) ○「くまもと家庭教育10か条」を読み合う。 |

II 基本的説明・問いかけ例

〔活動〕

〔基本的な説明・問いかけ例〕

〔備考〕

1. ねらいを知らせる

○みなさんは、家族や友だちと関わっていくとき、どんな事に気をつけていますか。今日の講座では、「子どもの気持ちと親の関わり」について、考えていきたいと思います。

キーワード「関わり方」は用紙に書き提示する。

2. アイスブレイク「早口ことば」

○まず、リラックスするために「早口ことば」をしたいと思います。まず、私が言いますのでみなさん続けて言ってください。
(いくつか早口ことばを言う)
○私の代わりに、誰かリーダーになって、得意な早口ことばを言ってください。みなさんは、その後続けて言いましょ。 (手拍子をするなど、進行役は盛り上げる)

早口ことばの例を用紙に書き提示すると参加者も言いやすい。

3. グループ作り

○みなさん、ずいぶんリラックスできましたね。さて、今度は、しゃべらずに静かにお願いします。みなさん、今から誕生日順に並んでください。(講座開催の月を先頭にする) ○月を先頭にします。同じ月だったら、日にちの早い方が先に並んでください。しゃべらずに、指などを使って意思表示してくださいね。(しばらく待つ)
並べましたね。先頭から、1, 2, 3, 4の番号をかけてください。(参加者の人数によって、番号が変わる。1グループ4人になるように)今日は、同じ番号の人集まってください。今日は今集まったみなさんで活動したいと思います。

例示のグループ作りは時間がかかるのでほかのやりかたでもよい。人数が多い場合は、あらかじめ2つに分けた後、行ってもよい。

4. こんな時どうする?

○さて、これを見てください。(コップに半分入れた水を見せる) これを見て、どう思いますか。(しばらく待つ)(何人かの人に聞く)(半分しか水がない、半分もある、冷たそうなどが考えられる) 同じものを見て感じ方がいろいろ違いますね。このことをもう少し考えてみましょう。
○今から、ある場面の状況の一部を話します。聞いたことから、いろいろなことを想像してください。想像したことはワークシートにメモをとってもいいですよ。正しい答えがあるわけではありませんので、自由に考えてください。
(場面が想像できる言葉をいくつか言う。例、2人の子どもがけんかをしています。近くの子どもは泣いています。けんかをしている子どもと泣いている子どもの間におもちゃが落ちています。)
○どんなことを想像しましたか。今、自分が想像したことをグループで出し合ってください。(しばらく待つ) グループでどんなことが出ましたか。(発表できそうであれば紹介してもらおう) そうですね。ある言葉だけではいろいろな捉え方ができますね。1つの方向からだけでなく、いろいろな方向から考えることも必要ですね。

1グループは4人ぐらいがよいが参加者の人数によっては5人でもよい。

説明は、わかるように2~3回話す。

できるだけくさんのことを想像するように声をかける。

5. いろいろさがし

- 次は、自分の子どものことを考えてみましょう。まず、お子さんの嬉しそうな顔を想像してください。どんなことがあって嬉しいのだと思いますか。次に、悲しそうな顔を想像してください。これも同じです。どんなことがあって悲しいんだと思いますか。もう、お子さんのことで、頭の中がいっぱいになりましたね。
- これから、ワークに入ります。まず、子どもに望むこと、「～～してほしい」とか「～～なってほしい」とかいう望みをいろいろと書き出してください。メモは簡単でいいですよ。考える時間は4分です。いいですか。(用意、はじめ)(終わりです)
- 今、メモをしたことをグループで紹介し合ってください。(しばらく待つ) いろいろなことができましたね。
(いくつかを紹介してもよい) 次は、お子さんのいいところをいろいろ書き出してください。自分が子どもと関わっていいと思うことです。これも先程と同じで、メモは簡単でいいですよ。考える時間は4分です。いいですか。(用意、はじめ)(終わりです)
- 今、メモをしたことをグループで紹介し合ってください。(しばらく待つ) いろいろなことができましたね。
(いくつかを紹介してもよい)

進行役は、明るい表情で話し、雰囲気や和らげる。嬉しい表情をする時の例えなどを話しながら進めてもよい。

望むことはあまりにも遠い日のことや現実離れした望みではないほうがよい。

人と比べて勝っているからよいという捉え方ではないことを知らせる。

6. 感想の紹介

- 今、子どもに望むことと、いいところを書き出し、紹介し合いました。2つのワークをしてどうでしたか。感じたことや感想などをグループで紹介し合ってください。

グループで紹介し合っているとき、どんなことが話題となっているかを把握する。

7. 振り返り

- 今、グループで出し合ったことでもいいし、自分の感じたことでもいいですが、みなさんに紹介してくださる人はいませんか？(進行役からの指名でもよい)

8. まとめ

- ◇家庭教育手帳
- ◇家庭教育10か条
- ・読み合わせ

- そうですね。
「子どもはほめて育てる」とよく言われますが、どうしても、「できて当たり前」と思ってしまうこともあるようです。子どもがだんだん大きくなっていくと、「これもできてほしい」「あれもできてほしい」と望むことも多くなりますね。子どもだけでなく、誰もがほめられると嬉しいですし、また頑張ろうという気持ちになりますね。
- そして、子どものいい点を見つけるには、1つの方向からだけでなく、いろいろな見方があるということも心に留めておきたいですね。

進行役が、子育て経験者の場合は、自分の体験談を話してもよい。
1つの方向からだけみて子どもを叱ったら、実は違っていたこと等の体験談は身近でよい。

Ⅲ 準備物

| 準備物 | 使用段階 | 留意点等 |
|--------------|------|--|
| ○ワークシート(人数分) | 展開 | ○メモ欄には無理に書かなくてもよいことを伝える。 |
| ○場面の状況説明文 | 展開 | ○ここでは、次の場面を設定した。 (子どもが3人いる。その中の1人が泣いている。おもちゃが2人の近くに落ちている。) <ul style="list-style-type: none"> ・他にも、子どもの生活から考えられる状況であればどんな場面でもよい。 |

Ⅳ 【家庭教育手帳、くまもと家庭教育10か条】関連ページ

| | | |
|----------------------------|-----|--|
| ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) | まとめ | ○「平成21年版P55～P64」が関連がある。 読み合わせをするなら、関連ページを配付した がよい。 |
| ○「くまもと家庭教育10か条」 | まとめ | ○特に関連した条はない。 本講座が初めての場合は、全部を紹介するのが 望ましい。 |

Ⅴ その他

Q：本講座の成功のポイントは？

A：本講座では、進行役からの状況を聞いて、自由に場面を想像したり、子どものいいところや子どもに望むことなどを出し合います。発表者の意見は肯定的に聞くことが講座成功のポイントです。

聞いている人が、「えっ!」というような表情をすると、自分の考えたことを言えなくなってしまいます。進行役はこのことを参加者にしっかり伝えましょう。子どもの話を聞けるようになるためには、大人同士でお互いに話をよく聞くことを大切にしたいですね。

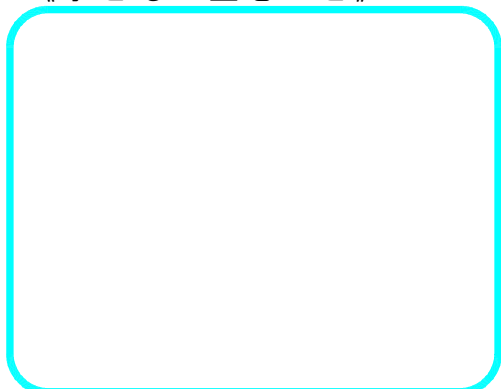
ワークシート

◇メモ1（必要などきに使ってください。）

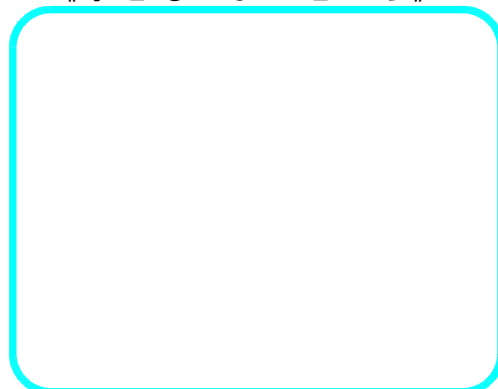


☆「いろいろさがし」をしよう！

《子どもに望むこと》



《子どものよいところ》



◇今日の講座をとおして、気づいたことや感じたことを書きましょう。



【プログラム④：上手なほめ方、しかり方 ～伝え方のひと工夫～】

☆ねらい：子どものほめ方やしかり方について考え、どのような伝え方をすると、子どもの成長につながるか考えよう。

《プログラムについて》

◇プログラムのねらいの説明

○子どもが悪いことをした場合、つい感情的に叱ってしまうということは誰にでもあることで、叱られた子どもは何が悪かったか理解できていないことがある。そこで、本プログラムでは、ほめ方、叱り方の工夫の一つである「IメッセージY o uメッセージ」を使って考えてみる。

◇熊本県の保護者の意識

○「少子高齢化における家庭教育及び行政支援のあり方に関する調査研究」のアンケート（熊本県実施）

回答者・・・0歳から小学校2年生までの子どもをもつ保護者

子どもの叱り方 「理由を言って聞かせる」

「大声で怒る」「だめと注意する」

☆想定時間：60分

☆人数：何人でも可（展開では4人組をつくる）

☆準備物：ワークシート

☆主な活動

- ①ほめる場面、叱る場面を設定し、どのような言い方をするか考え、お互いに言ってみる。
- ②伝え方の一つの工夫として、IメッセージとY o uメッセージについて知り、やってみる。

【プログラム④：上手なほめ方、しかり方～伝え方のひと工夫～】

I 展 開 例

(形態 全→全体での活動 ペ→ペア グ→グループ 個→個人)

| 形態 | | 講 座 の 流 れ |
|-------------------|---|--|
| 導 入 10 分 | 全 | 1. 活動のねらいを知る。 |
| | グ | 2. アイスブレイクをする。 [例]「握手リレー」 3. グループ作りをする。 (2. アイスブレイクでグループを作ったらそのままよい。) |



| | | |
|------------------------|---|--|
| 展 開 40 分 | 全 | 4. 「こんな時どう言う？」を通して考える。(10分) ○やり方を知る。 |
| | ペ | ○自分の考えをお互いに声に出して言う。 5. 「IメッセージとYouメッセージ」について知る。(30分) |
| ま と め 10 分 | 全 | ○「Iメッセージ、Youメッセージ」のねらいと説明を聞く。(6分) |
| | グ | ○場面1の状況に合わせて、言い方を考え、グループ内で紹介する。(12分) ○場面2の状況に合わせて、言い方を考え、グループ内で紹介する。(12分) ○(時間がある場合は、自分で場面を想定し、言い方も考える。) |

| | | |
|------------------------|---|---|
| ま と め 10 分 | 全 | 6. 振り返り、分かち合う。 ○感想を出し合う。 |
| | 全 | ☆気持ちが伝わる言い方をするように心がけよう。 7. 活動をまとめる。 ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) P30～P32を読み合わせる。(参考) ○「くまもと家庭教育10か条」の第3条を読み合う。 |

II 基本的な説明・問いかけ例

〔 活動 〕

〔 基本的な説明・問いかけ例 〕

〔 備考 〕

1. ねらいを知らせる

○この講座のキーワードは「子どものほめ方、しかり方」です。
みなさんは、日頃、子どもをしかるときどんな言い方をしていますか。今日は、ほめ方やしかり方の一つの方法を体験して、考えていきます。

用紙に書いたキーワードの提示。

2. アイスブレイク「握手リレー」

○今から「握手リレー」というアイスブレイクをします。全員で円になり隣の人と手をつなぎます。隣の人から手を握られたら、次の人の手を握ってください。声は出さないようにしてください。練習してみましょう。(スタートの人を決める)「用意、はい。」できるだけ素早くしましょう。(1回実施) どうでしたか。次は、スタート地点を2箇所にします。しっかり集中してください。(スタートの人を決める) 用意、はい。
※2つのグループで競争することもできる。場や人数によってやり方を変える。

場所の広さに応じて、隊形ややり方は工夫する。

3. グループ作り

○スタートの人から1, 2, 3, 4の番号をかけてください。次の活動からは、4人組で意見を出し合います。

4人組を作るのに時間をかけすぎないようにする。

4. こんな時どう言う？

○こんな場面ではあなたは子どもにどんな言い方で何と言いますか。「子どもが『初めて、前跳びが続けて10回できたよ。』と、嬉しそうに言ってきました。」さて、日頃、あなたが子どもに言っているようなことばで応えてください。席の隣同士でお互いに言ってみてください。(しばらくしてから) 聞いた方はどんな感じがしましたか。
○次は、「自分の子どもが、家の中で暴れて花瓶を壊してしまいました。でも、子どもは何も言いません。」このとき、あなたは、子どもに何と言いますか。これも、日頃、あなたが子どもに言っているようなことばで応えてください。お互いに言い合ってください。(しばらく待つ) これも聞いたときどんな感じがしたか話し合ってみましょう。

よい答えをしようではなく、日頃の言い方を基本とすることを知らせる。

5. Iメッセージ Youメッセージ

○日頃子どもに話しているように言えましたか？自分の気持ちや思っていることを子どもに伝えるとき、どんなことに気をつけていますか。（しばらく間をおいて、全体に問いかける。無理して答えてもらわなくてもよい）伝え方にはいろいろな方法がありますが、誰かに伝えたいことを伝える方法の1つに、「IメッセージとYouメッセージ」があります。

Youメッセージは、例えば、「あなたは片付けが上手ね」というように、「あなた」を主語にした言い方です。また、Iメッセージは、「私は、あなたが一生懸命したことが嬉しい」というように、「私」を主語にした言い方です。ワークシートを見てください。場面1、「子どもがおもちゃを出しっ放しにしたまま、外に出かけようとしています。」このとき、「IメッセージやYouメッセージ」を使った言い方だとどんな言い方になるのでしょうか。ワークシートに書いてみましょう。

（しばらく待つ）考えたことをグループで出し合ってみましょう。発表者以外の方は、どんな感じがするか考えて聞きましょう。（しばらく待つ）

○次は場面2です。「自分の子どもが、遊んだおもちゃを進んでかたづけています。」この時はどんな言い方をするのでしょうか？さっきと同じように、ワークシートに書いてください。（しばらく待つ）これも考えたことをグループで紹介しましょう。

初めての場面難しく感じるので、IメッセージYouメッセージのどちらか、考えやすいほうから考えてよいことを知らせる。

ここでは4人組だが、ペアでもよい。考えの紹介の時間は短い、聞く意見は1つになる。

進行役がこれまでの経験で、理由を十分把握しなかったために、叱った後に後悔した事などを話してもよい。

6. 振り返り・ 意見の紹介

○今日のグループワークを通して気づいたことや感想などをみなさんに紹介してほしいと思います。（考えたりメモをしたりする時間をしばらくとる）

○気づいたことをみなさんに紹介してくださる人はいませんか？（進行役からの指名でもよい）

7. まとめ

◇家庭教育手帳
◇家庭教育10か
条
・読み合わせ

○そうですね。子どもへの伝え方にはIメッセージYouメッセージのほかにもあります。「走りません」ではなく、「歩きましょう」のように、否定のことばを先に言うのではなく肯定的なことばを先に言うのも一つの方法です。

○大事なことは、叱るとき、感情に任せて叱るのではなく、子どもがなぜ叱られたのか、どうするのいいのかがわかるように伝えることだと思います。場面場面で言い方は変わりますが、ちょっと心に留めておいてはどうでしょうか。

家族みんなで心がけていこうとするのも「伝え方」のポイントである。

Ⅲ 準備物

| 準備物 | 使用段階 | 留意点等 |
|--------------|-----------|--|
| ○ワークシート(人数分) | 展開 まとめ | ・ワークシートは、3段階に分けて使う。感想等はメモ程度の記入でもよいことを伝え、参加者の負担を軽くする。 |

Ⅳ 【家庭教育手帳、くまもと家庭教育10か条】関連ページ

| | | |
|----------------------------|-----|--|
| ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編) | まとめ | ・「平成21年版P30～P32」が関連がある。関連ページをすべて印刷、配付してもよい。 |
| ○「くまもと家庭教育10か条」 | まとめ | ・第1、3条と関連があるが、他のプログラムにも関連があるため、本講座が1回目か2回目かによって扱い方を工夫する。 |

Ⅴ その他

Q:「Iメッセージ、Youメッセージ」以外の伝え方は?

A:いろいろな方法がありますが、例えば、次のようなものがあります。

[例]

○同時に2つ以上のことは言わない。

○否定文「～したらダメ」ではなく、肯定文「～したがいい」を使う。

○「ほめる、しかる、ほめる」のサンドイッチで伝える。

例:「皿を運んでくれてありがとう。でも、落とさないように気をつけてね。

また、手伝ってね。」

※他にもいろいろな伝え方があると思います。どんな工夫をしているか等を参加者から出してもらったり、一緒に考えたりする活動を取り入れる方法もあります。

1 こんなとき、あなたはどのように言いますか？

① ○子どもが「今日、初めて前跳びが連続で10回できたよ。」と言ってきたとき

② ○家の中で暴れていて花びんをこわしてしまって子どもが何も言わないとき

2 「Iメッセージ」と「Youメッセージ」を使ってみよう。

☆Iメッセージは「私は・・・です。」という、「私」を主語にした言い方です。
☆Youメッセージは、「あなた（は、が）・・・です。」という、「あなた」を主語にした言い方です。

【場面1】子どもが、おもちゃを出しっ放しにして外に出かけようとしています。その時

| | |
|----------|-----|
| Iメッセージ | 私 |
| Youメッセージ | あなた |

【場面2】子どもが、自分が遊んだおもちゃを、進んできれいに片付けています。その時

| | |
|----------|-----|
| Iメッセージ | 私 |
| Youメッセージ | あなた |

振り返ろう！

◇今日の講座をとおして、気づいたことや感じたことを書きましょう。

【プログラム⑤：家族みんなで生活リズム】



☆ねらい：「早寝早起き朝ごはん」に代表される生活リズムづくりを、
家庭でできることから実行しよう。

《プログラムについて》

◇プログラムのねらいの説明

○「早寝早起き朝ごはん」という言葉は聞いたことがあるが、その大切さはよく理解していない保護者の方や「うちでは（早寝早起き朝ごはん）は、できない」と思い込んでいる保護者の方がある。そこで、「早寝早起き朝ごはん」の有効性を確認し、それぞれの家庭の子育ての環境は違っても、「自分の家庭でできることからまずやってみよう」という気持ちが必要であることに気づくようにする。

◇熊本県の子どもたちの状況

○「熊本県の子どもの生活状況調査」のアンケート（熊本県教育庁義務教育課実施）

回答者・・・就学前の子どもをもつ保護者

「朝食を食べないことがある」・・・ 4. 5%

「10時以降に就寝する」・・・ 33. 1%



☆想定時間：60分

☆人数：何人でも可（展開では4人組を作る）

☆準備物：広用紙（模造紙）、マーカーペン、ワークシート

☆主な活動

- ①「早寝早起き朝ごはん」の様子を出し合う。
- ②「早寝早起き朝ごはん」を实践していくうえで、心がけていることや工夫していること等を出し合う。

【プログラム⑤】：家族みんなで生活リズム

I 展開例

(形態 全→全体での活動 ペ→ペア グ→グループ 個→個人)

| | 形態 | 講座の流れ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 導入 10分 | 全 | 1. 活動のねらいを知る。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 全 | 2. アイスブレイクをする。 〔例〕「早寝早起き朝ごはん」○×クイズをする。 3. グループ作りをする。 (2.アイスブレイクでグループを作ったらそのままよい) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 展開 40分 | グ | 4. 「テーマでトーク」を通して考える。 ○「早く寝せる」「早く起こす」「朝ごはんを食べさせる」に関する日頃の様子や苦労していること等を出し合う。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | グ | <ul style="list-style-type: none"> ・順に話しながら、マス目に書き込んでいく。(10分) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td></tr> <tr><td>D</td><td>★</td><td>E</td></tr> <tr><td>F</td><td>G</td><td>H</td></tr> </table> <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse; margin: 0 10px;"> <tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td></tr> <tr><td>D</td><td>★</td><td>E</td></tr> <tr><td>F</td><td>G</td><td>H</td></tr> </table> <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td></tr> <tr><td>D</td><td>★</td><td>E</td></tr> <tr><td>F</td><td>G</td><td>H</td></tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ・1枚の紙に左枠を3つ書き、テーマの部分(左図では★)には「早寝」「早起き」「朝ごはん」について家庭の様子など1つずつ書いていく ・A～Hは参加者の意見 ・マス目のまわりにアイデアを書いていく </div> <ul style="list-style-type: none"> ○「テーマ」を実践していくためのアイデアを考える。(15分) ・広用紙(模造紙)のマス目以外の部分に書き込んでいく。 ・なかなか実践できないところは、「なぜできないか」を考えるとともに「こうするとできそう」という視点で考え、アイデアを出す。 <p>例：早く寝るように体を動かせる、朝ごはんのメニューを夜から考えておく、朝になったら目覚めのよい曲をかける。等</p> | A | B | C | D | ★ | E | F | G | H | A | B | C | D | ★ | E | F | G | H | A | B | C | D | ★ | E | F | G |
| A | B | C | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D | ★ | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| F | G | H | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | C | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D | ★ | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| F | G | H | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | C | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| D | ★ | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| F | G | H | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| まとめ 10分 | 全 | 5. グループの意見を紹介しあう。(15分) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| まとめ 10分 | 全 | 6. 振り返り、分かち合う。 ○感想を出し合う。(感想は簡単にメモする) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 全 | 7. 活動をまとめる。 生活リズム向上のために、「早寝早起き朝ごはん」運動を、それぞれの家庭で、できることからやっていこうとすることが大事。 ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児編)P17～P22を読み合わせる。(参考) ○「くまもと家庭教育10か条」の第7条を読み合う。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

II 基本的な説明・問いかけ例

〔活動〕

〔基本的な説明・問いかけ例〕

〔備考〕

1. ねらいを知らせる

○この講座のキーワードは「生活リズム」です。「生活リズム」と言ったらどんなことだと思いますか。「生活リズム」と言ったら「早寝早起き朝ごはん」と考えた人もいます。今日は、このことを考えていきたいと思います。

用紙に書いたキーワードの提示。

2. アイスブレイク 「早寝早起き朝ごはん」○×クイズ

○今から「早寝早起き朝ごはん」○×クイズをします。問題を聞いて○だと思ったら頭の上で大きく○をつくってください。×だと思ったら体の前で両手で×を作ってください。第1問です。(問題を読み、答え合わせをする。)(3問ぐらい行う)みなさんどうでしたか。難しかったですか。ここでみなさんに質問です。「朝起きは苦手である」どうですか。○か×で答えてください。ここで、○と×の人が混ざるように4人組を作ってください。今日はこの4人で次の活動をしたいと思います。

進行役は、元氣よく声を出し、盛り上げる。

3. グループ作り

グループの人数は4～5名がよい。参加者の人数によって決めてよい。

4. 「テーマでトーク」

○今日の講座は「生活リズム」でしたね。「生活リズム」と言ったら「早寝早起き朝ごはん」ですね。もちろんこれだけではありませんが。みなさんは、毎日子どもを早く寝せたり、早く起こしたり、朝ごはんを食べさせたりされていると思います。毎日がどのような様子か、どんなことが大変かなど日頃の様子を紹介してください。広用紙を配ります。マス目のあいているところに、グループから出された意見を書き込んでください。難しく考えなくて、日頃の様子を自由に出してください。書く人は誰でもいいですよ。また、話しやすいところから、自由に話してください。(例えば、なかなか起きない、一緒に布団に入るなど)(約10分間続ける)

広用紙(模造紙)マーカーペンの準備。

配布する広用紙にはあらかじめ3つのマス目と3つのテーマを書き込んでおく。

○いろいろな意見が出されましたね。次に、それぞれのテーマ（早く寝せる、早く起こす、朝ごはんを食べさせる）を実践していくためのアイデアを紹介してほしいと思います。今、工夫されていることでもいいですし、こうするとできそうというアイデアでもいいです。そして、さっきの広用紙のマス目のまわりのあいている部分に書き込んでください。（例：昼間、体をしっかり動かさせる、朝目覚めのよい曲をかける、夜から朝ごはんのおかずを考えるなど）

グループでの活動の時は進行役は各グループの状況を把握し、困っているグループには個別に声をかける。

5. 意見の紹介

○ここで終わりです。
グループでは、どんな意見がありましたか。いくつかの意見（アイデア）を紹介してほしいと思います。自分の家でもできそうなアイデアが聞かれますので、しっかり聞いてくださいね。
（グループの数にもよるが、多くのアイデアを紹介できるようにする）

グループで出されたアイデアの紹介のほか、自分が工夫してやっていることの紹介でもよいことを伝える。

6. 振り返り

○それぞれのグループの意見を聞いてどう思いましたか。思ったことや活動を通して気づいたこと、感想などを紹介してください。気づいたことなどをワークシートに簡単にメモをしてもいいです。
（しばらく待つ）

それぞれの家庭の状況が違うことを進行役は忘れないようにする。

7. まとめ

◇家庭教育手帳
◇家庭教育10か条
・読み合わせ

○今日の講座の感想をみなさんに紹介してくださる人はいませんか？（進行役からの指名でもよい）
そうですね。早く寝ることも早く起きることも朝ごはんを食べることも、子どもの健やかな成長にはなくてはならないものです。それぞれの家庭の様子は違いますが、生活リズムを整え、向上させていく取組を家庭の様子に合わせて取り入れていくことが大事ですね。ぜひ今日から、何かひと工夫取り入れてほしいですね。
（まとめにDVDを活用する時は、時間配分等を考慮し、まとめのことばも工夫する）

熊本県教育委員会作成DVD「はじめよう！早寝早起き朝ごはん」を活用してもよい。

Ⅲ 準備物

| 準備物 | 使用段階 | 留意点等 |
|------------------------------------|------------------|---|
| ○「○×クイズ」問題 | 導入 | ・○×クイズは導入で行うので、問題数は3～5問でよい。答えるときは、○×カードを用意したり、ジェスチャーで行ったりしてよい。 |
| ○広用紙（模造紙） （グループに1枚ずつ） | 展開 | ・1枚の用紙に3つの枠を書くので、大きめの紙がよい。マーカーも1グループに2～3本用意をする。 |
| ○ワークシート（人数分） | まとめ | ・振り返りの時に使う。「書く」ことが苦手としている参加者もいると思うので、「書ける範囲でよい」ということを伝える。 |
| ○「はじめよう！早寝早起き朝ごはん」のDVD（熊本県教育委員会作成） | 導入 または まとめ | ・全部流すと約13分になるので、一部を紹介してもよい。（早寝、早起き、朝ごはんがそれぞれ約3分程で構成） ・導入、まとめで活用する場合は、全体の時間配分等に気をつける。 |

Ⅳ 【家庭教育手帳、くまもと家庭教育10か条】関連ページ

| | | |
|----------------------------|-----|---|
| ○平成21年版ドキドキ子育て（家庭教育手帳乳幼児編） | まとめ | ・「平成21年版P17～P22」が関連がある。取り上げたいページは配付してもよい。 |
| ○「くまもと家庭教育10か条」 | まとめ | ・「朝ごはん」の観点から第7条を取り上げるが、直接的に関係があるわけではない。 |

Ⅴ その他

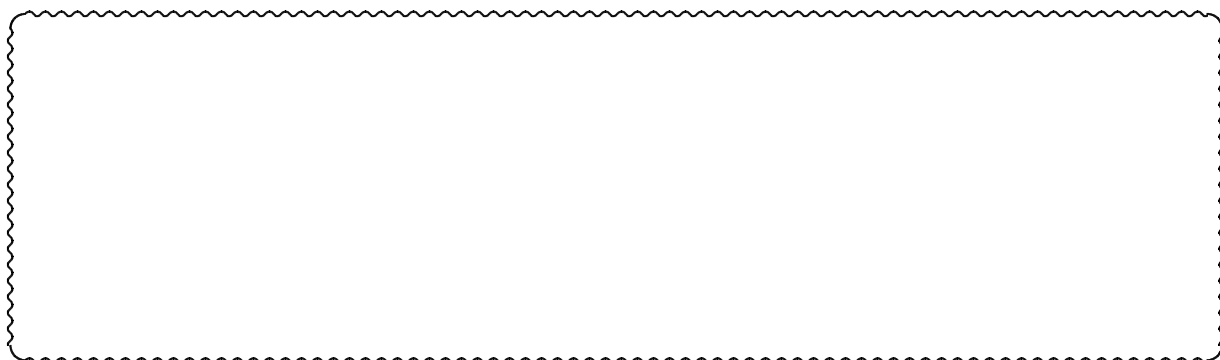
Q：本講座で気をつけることは？

A：「早寝早起き朝ごはん」運動を進めていくうえで、それぞれがもつ家庭環境が関わってきます。それぞれの家庭に、両親の共働き、主として子育てに関わる保護者の就労時間帯、家族構成など様々な事情があります。

どの家庭も一律的に取り組めるわけではないということに、進行役が十分配慮することが大切です。

ワークシート

◇今日の講座をとおして、気づいたことや感じたことを書きましょう。



ワンポイント アドバイス

◇「早寝早起き朝ごはん」運動に関しては、
・熊本県ホームページや文部科学省ホームページ

早寝早起き朝ごはん で検索を！！

◇「**短時間で！**」「**栄養豊富！**」「**子どもも大好き！**」

この3拍子の「朝ごはん、おかず」を話題に、ママ友やご近所さんとおしゃべりするのも楽しいですよ。

【プログラム⑥：上手な話の聞き方 ～聞き上手は子育て上手～】

☆ねらい：ロールプレイをとおして、子どもの気持ちに寄り添った「聞き方」について考え、家族みんながお互いに「聞き上手」になろう。

《プログラムについて》

◇プログラムのねらいの説明

○子どもは、多種多様なことに興味・関心をもち、おしゃべりも得意になり次々に質問したり話しかけたりする。一方、保護者は、携帯電話のメール等で返信しているときに子どもが話しかけてくると、子どもの話をつい「～しながら」聞いてしまうこともある。そこで、本プログラムでは、聞き手の態度や聞き方によって、話し手がどんな印象を受けるかを体験し、親子や家族などでお互いに肯定的な話の聞き方ができるようになることを目指す。

◇熊本県の子どもたちの状況

- 「幼稚園・保育所アンケート」（熊本県就学前教育振興対策協議会実施）
回答者・・・幼稚園教諭や保育士
「人の話を注意して聞くことができていない」・・・約23%
- 「くまもと家庭教育活性化のために」のアンケート（熊本県社会教育課実施）
回答者・・・年中・年長の保育所、幼稚園に通う幼児をもつ保護者
「子どもに大人として手本を示していない」・・・約22%

☆想定時間：60分

☆人数：何人でも可（展開では2人組をつくる）

☆準備物：ワークシート

☆主な活動

- ①話し手と聞き手にわかれてロールプレイする。
- ②1回目と2回目を比較して、感じたことを出し合う。

【プログラム⑥：上手な話の聞き方～聞き上手は子育て上手～】

I 展開例

(形態 全→全体での活動 ペ→ペア グ→グループ 個→個人)

| | 形態 | 講座の流れ |
|------------|--------|--|
| 導入 10分 | 全 全 | 1. 活動のねらいを知る。 2. アイスブレイクをする。 [例]「いろいろな顔」をする。 (説明、練習、1分間の2回、間でコメント等で5分間) 「嬉しい顔」「困った顔」「怒った顔」など、進行役の投げかけに合わせて いろいろな顔(表情)をする。 |
| 展開 40分 | ペ | 3. ロールプレイを通して考える。 ※ロールプレイのポイント ☆場面設定をはっきりさせる。 ☆話し手、聞き手の役になりきらせる。 ○ねらいややり方を知らせる。(7分) ○1回目をペアで交互に行う。(8分) ◇話し手・・・昨日したことなどを2分間言い続ける。 ◇聞き手・・・話し手と目を合わせない。相手を見ないであいづちを時々うつ。 4. 話し手の時に感じたことを出し合う。(5分) 5. 2回目をペアで交互に行う。(2回目はペアを交代した方がよい)(10分) ◇話し手・・・将来の夢や楽しみなどを2分間言い続ける。 ◇聞き手・・・話し手を見て聞く、相手を見てあいづちを時々うつ。 6. 1回目と比べてどうだったか、他にどのような聞き方が話しやすいか、 話しにくいかな等について感じたことや考えたことを出し合う。(10分) |
| まとめ 10分 | 全 全 | 7. 振り返り、分かち合う。 ○ペアで出し合ったことを全体に紹介する。 8. 活動をまとめる。 ☆聞き手の姿勢によって話し手の受ける安心感に違いがあることに気づく。 ○平成21年版ドキドキ子育て(家庭教育手帳乳幼児期編) P7～P16を読み 合わせる。(参考) ○「くまもと家庭教育10か条」を読み合う。 |

II 基本的な説明・問いかけ例

〔活動〕

〔基本的な説明・問いかけ例〕

〔備考〕

1. ねらいを知らせる

○この講座のキーワードは「聞き方」です。
子どもの話を聞く時の聞き方について、体験をもとに考えます。

用紙に書いたキーワードの提示。

2. アイスブレイク 「いろいろな顔」

○今から「いろいろな顔」というアイスブレイクをします。私（進行役）が「うれしい顔」と「怒った顔」といろいろ言いますので、みなさんは、その言われた表情をしてください。
まず、練習してみましよう。（練習中）できましたか？ それでは1回目をやってみましよう。できるだけ大きな表現でやってください。「うれしい顔」「困った顔」「怒った顔」「幸せの時の顔」「悲しい顔」「真剣な顔」
どうでしたか？（2回ぐらい行う）

2回目はペアで行ってもよい。

進行役はゆっくりはっきり言う。

3. ロールプレイ 1回目

○いろいろな表情から、相手がどんな感じを受けているか等を感じることが出来ますね。これから、話し手と聞き手になって、態度や表情によってどのような印象を受けるかを考えたいと思います。やり方の説明をします。話し手も聞き手も大人、友だち同士です。
1回目は、話し手は、昨日したことを親しい友だちに言うような感じで2分間しゃべり続けてください。実際はしていないことでもあったように話しても構いません。
聞き手は、メールの返信をしている時に話しかけられているという感じで、聞こえてはいるけど自分はメールを中心にしていう状況で、話す人の方をあまり見ないで、あいづちも上の空というようにしてください。
やり方はわかりましたか。後で話し手、聞き手を交代します。いいですか。
はじめます。（2分後） 終わりです。
それでは交代しましよう。
はじめます。（2分後） 終わりです。

時計やストップウォッチで2分間計る。

話す内容は、何でもいいので、あまり難しく考えすぎないように伝える。

昨日したことが話しづらい場合は、内容を変更してもよい。

4. ロールプレイ1回目の気づき

○今、自分が話し手だった時、どんな感じがしましたか。感じたことをお互いに言い合ってください。(参加者がお互いに言い合っていることから1~2つ全体に紹介する。「みなさんはどうでしたか?」と全体に投げかけてもよい。)

あまり時間をかけすぎないようにする。

5. ロールプレイ2回目

○2回目をします。同じようなやり方ですが、少し変わったところがあります。話す内容は、先ほどと同じ「昨日したこと」です。聞き手は、さっきと同じでメールの返信をしている時に友だちから話しかけられますが、友だちから話しかけられたら、一旦していることをやめて、友だちの方を見て話を聞き、あいづちも行ってください。今度は、ペアを座っている席の前後の人としましょう。どちらから話してもいいです。いいですか。(2分後) 終わりです。それでは交代しましょう。はじめます。(2分後) 終わりです。

ペアは1回目とかえた方がよい。

話し手は、気楽な気持ちで話す。話の中身より、聞き手の態度が今回は大事ということを押さえる。

6. ロールプレイ2回目の気づき

○話し手だった時、どんな感じがしましたか。1回目の時と比べて感じたことをお互いに話し合ってください。(参加者がお互いに話し合っていることから1つ2つ全体に紹介する。「みなさんはどうでしたか?」と全体に投げかけてもよい。)

ロールプレイ2回目の気づきの発表と振り返りをまとめて行ってもその場合は、「気づき」と「自分のことやこれからのこと」の2点について考えさせる。

7. 振り返り

○今日の講座の振り返りをしたいと思います。今日、お互いに話し手、聞き手とやってみて気づいたことから、「今まで自分はどうだったか」や「どんなことがこれから大事なのか」等あわせて考えてください。
○考えたことをみなさんに紹介してくださる人はいませんか?(進行役からの指名でもよい)

8. まとめ

◇家庭教育手帳
◇家庭教育10か条
・読み合わせ

そうですね。聞き手の態度によって話し手の受ける感じ方が違いますね。大人でもこう感じるので話し手が子どもだったらどうでしょう。親子の間だけでなく、子どもに関わる家族みんなで聞くという環境を整えていくことが大事ですね。

Ⅲ 準備物

| 準備物 | 使用段階 | 留意点等 |
|--------------|------|--|
| ○ワークシート（人数分） | まとめ | <ul style="list-style-type: none"> ・人数分印刷して用意する。 ・書くことが苦手な参加者に負担をかける心配もあるので、書く量については「できる範囲で」ということを伝える。 |

Ⅳ 【家庭教育手帳、くまもと家庭教育10か条】関連ページ

| | | |
|----------------------------|-----|---|
| ○平成21年版ドキドキ子育て（家庭教育手帳乳幼児編） | まとめ | <ul style="list-style-type: none"> ・「平成21年版P7～P16」が関連がある。 取り上げたいページだけを配付してもよい。 |
| ○「くまもと家庭教育10か条」 | まとめ | <ul style="list-style-type: none"> ・特に関連した「条」はない。 ・「くまもと家庭教育10か条」や「熊本県子ども輝き条例」を紹介してもよい。 |

Ⅴ その他

Q：本講座成功のポイントは何ですか？

A：ロールプレイ（役割演技）の場合、参加者が恥ずかしがって役になりきらなかったり、必要以上にアレンジしすぎたりすると、ロールプレイを通した気づきが、「楽しかった」、「恥ずかしかった」等のねらいに迫るものではなくなってしまう可能性があります。

そこで、進行役（ファシリテーター）は、説明の時に、「極端な例」、例えば、「恥ずかしがる」、「演技（話し方や聞き方）が度が過ぎる」を実際にやって示してみると、留意点が参加者に一目瞭然でわかり、ねらいにそったロールプレイを行わせることができます。

ワークシート

◇今日の講座をとおして、気づいたことや感じたことを書きましょう。

ワンポイントアドバイス

◇話の聞き方のポイント

- 相手の目を見て聞く
- 何かしていたら、しばらくやめて話を聞く
- あいづちを入れる

☆他のポイントも考えてみましょう！