

エピソード

お母さんがユウイチくんといっしょに、テレビを見ていました。ニュースの時間になり、ある国で起きた事件を伝えていました。そのニュースを見て、お母さんが「ほんとにいやね。なんであの国の人たちって、ああいうことをするのか」とつぶやきました。

すると、ユウイチくんが「みんなひとくりに言ったら、ダメだよ。いい人もいるよ、きっと。決めつけて言わない方がいいよ」とお母さんに言ったのです。

お母さんは、これまでユウイチくんが批判めいたことを言ったことがなかったので、びっくりしましたが、ちょっと大人になったんだなと思い、うれしくなりました。



ワーク1

あなたのお子さんが「ちょっと大人になったな」と感じたときは、どんなときでしたか？

Work



ワンポイントアドバイス 1

子どもの自立がはじまったときは、どんなときでしょう。

「いつからこんな乱暴な言葉を使うようになったのかしら…」 「こんな子じゃなかったのに」 など、わが子の変化に戸惑うお父さん、お母さんもいるかと思えます。親が言うことやすることに対して、反発をしたり、批判めいたことを言ったりするようになったら、それは、子どもが思春期に突入したことを意味します。

「思春期」は、これから起こる大きな変化への助走の時期と言えるでしょう。この時期に、子どもが言うことを聞かなくなっても、むやみに抑えついたりいたずらに動揺したりする必要はありません。親の価値観の中で育ってきた子どもが、その価値観に疑問を抱いたり反抗をしたりしながら、自分の価値観をもつようになります。必要以上の干渉や説教はできるだけ控えて、子どもの力を信じ、あたたかく見守りましょう。

ワーク2

あなたが考える「自立」とは、何ができるようになることでしょうか？

私が考える「自立」とは……

Work

「自立」とは、何かあったとき、自分で考えて、どうしたらよいか判断することができることです。

ワーク3

では、子どもが自立するために、必要なこととはなんでしょう？
必要だと思うもの3つに○をつけましょう。
そして、選んだものについて、みなさんと話し合ってみましょう。

- () 身の回りのことが自分でできる
- () 時間の管理ができる
- () 困ったときは、だれかに助けを求められる
- () 自分の気持ちをコントロールできる
- () 自分の考えをもつことができる
- () 自分のことが好きと思える
- () 周りの人も大事にできる
- () 自分の体のことをよく知る
- () 社会のルールやマナーを守ることができる
- () その他

Work

ワーク4

あなたは、子どもの自立をどのようにサポートしようと思いますか？

-
-
-

Work

子ども一人ひとりに、自分のペースがあります。
自分のペースで自然と自立ができるように、子ども
に目を向け、子どもの心を離さず、自分の足で立っ
て歩いていく姿を見守っていきたいですね。



今日の感想



III-2 からだ からだの中で大人になる準備が始まりました

エピソード

ツバサ君は小学6年生の男の子です。家族は4人。中学2年生のお姉さんと会社員のお父さん。お母さんは、隣町のコンビニで働いています。

いつもだったら起きてくるツバサ君が、この日に限ってなかなか起きてきません。お母さんが心配になって部屋をのぞきに行くと、布団に潜ったまま起きようとしません。「どうしたの?どこか具合が悪いの?」と聴いても「……………」、なかなか返事が返ってきません。何度か聞き返すとやっと返事が返ってきました。「おねしょ…………」。

今までおねしょなんてしていなかったので、お母さんはびっくりしてしまいました。「洗うから、濡れたものを全部脱いで」と、パンツなどを受け取ったものの、シーツはあまり濡れていません。「あれ?」と不思議に思い、パンツを見るとおしっこの濡れ方とは違う感じでした。

ツバサ君は『精通』を迎えていたのです。(ツバサ君は小学4年生の時に、『精通』については、授業で教えてもらっていたのですが…………)

ワーク1

エピソードを読んで、ツバサ君の気持ちと、お母さんの気持ちや関わりを考えてみましょう。また、お父さんはツバサ君にどのように関わればよいのでしょうか?考えてみましょう。

Work



お母さんの気持ちや関わり

ツバサ君の気持ち



お父さんの関わり

ワークグループ

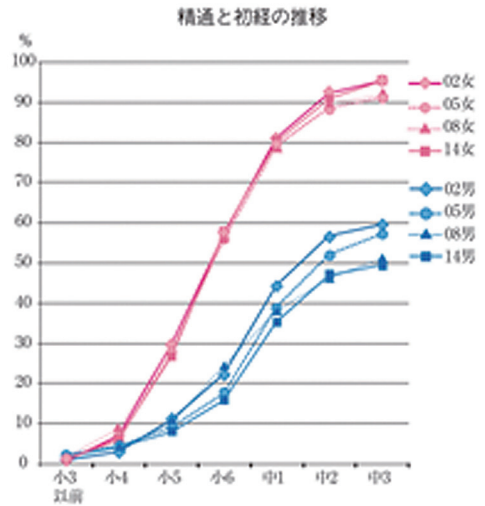
グループになりましょう
書き込んだことについて、お互いの意見を交換しましょう。

小学生高学年の子どもをもつ保護者の方を対象としたプログラム

ワンポイントアドバイス 1

小学4年生の保健体育では、『精通・初経』について女の子も男の子も同じ教室で一緒に学習しています。グラフを見て分かるように、小学校高学年においては、女の子の『初経』の割合に比べて、男の子が『精通』を経験する割合は低くなっています。実際に経験する時期は、もう少し後かもしれませんが、その時のために親としての心構えを考えておきましょう。女の子の場合でも男の子の場合でも、父親、母親は、子どもの良き相談相手になりましょう。子どもを『性的な存在』として受け入れ、『性（体・心・異性との関係のあり方）』について、家族で話し合える雰囲気をつくるのが大切です。

親世代は、自分たちがどのような性教育を受けてきたかを振り返り、今の子どもたちが受けている性教育と一緒に学ぶことで、子どもに対して対応しやすくなります。また、子どもも親に相談しやすくなります。子どもの体の変化をきっかけとして、親自身が『性』について考える機会にしていだければよいと思います。



JASE現代性教育研究ジャーナル2014年No.45
「児童・生徒の性に関する調査」
(東京都幼・小・中・高・心性教育研究会)より

ワーク2

お子さんがステキな女性・男性になるために、『性（体・心・異性との関係のあり方）』について、どんなことを学んでほしいですか？

- 女の子には
- 男の子には

Work

ワーク3

昔に比べて、テレビで性的な映像が流れることは少なくなってきました。しかし、一方では、パソコンやスマートフォンで、簡単に性的な映像を見ることができてしまうのが現状です。もし、パソコンやスマートフォンで、アダルトサイトなどを見た形跡があった場合、あなたならどうしますか？

Work



ワンポイントアドバイス 2

子どもたちは、『性』について正しい知識を学ぶ権利があります。インターネット上には、過激な描写のアダルトサイトが存在します。知識も経験もあまりない子どもたちが目にすることで、誤った知識を得たり、正常な発達に影響を及ぼす可能性がないとも言えません。

『フィルタリング』などで、そのようなサイトを閲覧できないようにする方法もありますが、子どもが正しい知識を学べるように、親も学び、子どもに働きかけることも大事です。

今日の感想



III-3 コミュニケーション 思春期を迎えようとしている子どもとの関わり

小学生高学年の子どもをもつ保護者の方を対象としたプログラム

エピソード

夏の暑い日、小学5年生のミカさんは、汗びっしょりになって学校から帰ってきました。ミカさんを見たお母さんは、「暑そうだなあ、髪の毛をもうちょっと切ればサッパリするのに……」と思いました。

ある日、ミカさんの友だちが家に遊びに来ました。お母さんは、その子の髪型を見て、「あなたの髪の毛、短くていいわね」と話し、隣にいたミカさんに向かって「ミカ、あなたも、もう少し短くしたら」と言いました。すると、ミカさんは「うるさいなあ～、私はこの髪型が好きなの！」と言い返してきました。この頃、ミカさんはお母さんに、反抗的な態度をとるようになりました。



ワーク1

最近のお子さんのことを思い出してみましょう。

●お子さんの様子はどのタイプ？

タイプ1：反抗するようになってきた

タイプ2：親子関係に距離が出てきた

タイプ3：低学年の頃と変わらない

●お子さんへの対応で困っていることは？



ワンポイントアドバイス 1

思春期初期（小学校高学年）の特徴

身体の成長に心がついていかず、不安定な気持ちになりやすい時期です。その不安に対応するために、同じ状況におかれている同性との友人関係を大切にします。また、「友人からどう思われているか」を気にするようになり、友人から嫌われないように、必死に付き合っている場合もあります。

成長に伴い、「親から自立したい」という思いが強くなります。そのため、親と距離をおいたり、反抗的な態度をとったりします。自己主張をすることが増し、乱暴な言葉づかいをするようにもなります。

ワーク2

あなたがエピソードの母親なら、「うるさいなあ～、私はこの髪型が好きなの！」と言ったミカさんに対して、どちらの言葉を言いますか？



- Aの言葉 「なんなの！その言い方は！反発ばかりして！」
- Bの言葉 「ああ、そうなの。その髪型が好きなのね」

ワーク3

ワーク2のA・Bの言葉を投げかけられたミカさんの気持ちを考えてみましょう。



- Aの言葉を言われた時
- Bの言葉を言われた時

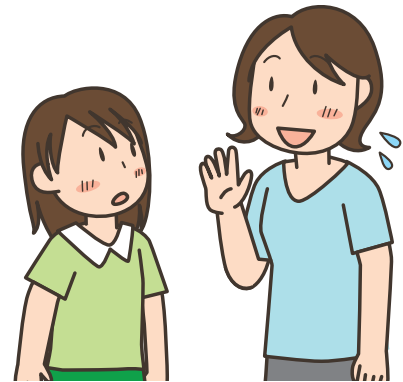
Work



ワンポイントアドバイス 2

思春期を迎えようとしている子どもは、孤独感や不安からその気持ちを反発という形であらわします。毎日の会話の中で、強い口調で言い返す場面が多くあると思います。

その言葉を聞いて親は、イライラしたり、負けまいと子どもに抵抗したくなることもあるでしょう。そのような時、親は子どもの気持ちを理解し、“あなたの気持ちはわかりました”という『確認の言葉』を送りましょう。



Aの言葉

この言葉を返された子どもは、“親にわかってもらえない”、“私のことなんてどうでもいいんだ”と感じ、さらに反抗的な態度をとるようになります。“どうせ聞いてくれないのだから話しても仕方がない”と思い、だんだん親に話さなくなり、親子のコミュニケーションがとりにくくなります。

Bの言葉

「あなたの気持ちは〇〇なんだね」と親が言葉にして返すことにより、子どもは“わかってくれたんだ”と感じます。子どもは、自分の気持ちを受け入れてもらい安心すると、受け入れてくれた親との信頼関係が深まります。

しかし、『確認の言葉』は、その時の子どもの気持ちを受け止めることであり、子どもの言いなりになることではありません。

『確認の言葉』を送り、子どもとの信頼関係を築いた後、伝えたいことがある場合は、『わたしメッセージ』で親の気持ちを伝えましょう。そうすることで、親の気持ちが、子どもの心にきっと届いてくれることでしょう。

➡ 関連学習：Ⅶ-1 コミュニケーションの基本(1) 気持ちを伝える『わたしメッセージ』

今日の感想



III-4 生活 **早寝早起き、できていますか？**

エピソード

小学5年生のタクミ君は、ゲームが大好きです。今日も夕ご飯を食べた後、すぐに部屋にこもり、ゲームをしています。

ゲームに熱中してしまい、気がつくと、11時を過ぎています。“あ～、もうこんな時間かあ。少し休んで、お風呂に入ろうかな”と思いながら、ベッドで横になると、そのままスヤスヤと眠ってしまいました。

「タクミ、いい加減に起きなさい!」という声で、タクミ君は目を覚ましました。時計をみると、もうすぐ8時です。「なんで、もっと早く起こしてくれないんだよ!」と怒りながら、階段を下りていくと、「何度も起こしたわよ!」とお母さんの怒鳴り声。タクミ君は、大急ぎで着替え、あわてて家を飛び出していきました。

ワーク1

エピソードを読んで、どのようなことを感じましたか？

Work

ワーク2

お子さんの平日と週末の寝る時刻、起きる時刻を振り返ってみましょう。

【平日】

- 寝る時刻は？
- 起きる時刻は？
- では、睡眠時間は？



【週末】

- 寝る時刻は？
- 起きる時刻は？
- では、睡眠時間は？

Work

知って得する「早寝早起き」知識クイズ

ワーク3

() の中に○か×で回答を記入してみましょう。

- Q 1. 平日に睡眠が足りなくても週末にたくさん眠れば問題ない ()
- Q 2. 帰宅した後、夕方に仮眠をとると勉強の効率が上がる ()
- Q 3. 寝る前にスマートフォンを見たり、ゲームをすると眠れなくなる ()
- Q 4. 睡眠時間を減らすと、たくさんのことができてよい ()
- Q 5. 睡眠不足が続くと、深刻な病気のリスクを高める ()

Work

出典：早寝早起き朝ごはんで輝く君の未来～睡眠リズムを整えよう!～(文部科学省)



ワンポイントアドバイス

スマートフォンやゲーム機などのデジタル機器の液晶画面の光には、ブルーライトという青くて強い光が多く含まれているものもあります。ブルーライトを夜に浴びると、睡眠を促すメラトニンというホルモンが出にくくなり、なかなか眠れなくなってしまいます。

睡眠不足や不眠が続くと、風邪を引きやすくなるばかりでなく、肥満になったり、糖尿病や高血圧などの生活習慣病といわれる深刻な病気にかかりやすくなることが分かっています。

これまでの研究から、睡眠不足になると、血液中の食欲が増すホルモンが増えて、同時に、満腹感を感じさせるホルモンが減ることが分かっています。このため、睡眠不足になると太りやすくなるのです。また、睡眠不足は肌荒れや便秘などの原因にもなります。

出典：早寝早起き朝ごはんて輝く君の未来 ～睡眠リズムを整えよう！～（文部科学省）

ワーク4

学校から帰ってきてから寝るまでの、お子さんの過ごし方はどんな様子ですか？

Work

ワーク5

お子さんの睡眠を、しっかり確保するためにできることを考えてみましょう。

Work



今日の感想



III-5 家族 お父さん、お母さんってどんな存在？ ～「育児」は「育自」～

小学生高学年の子どもをもつ保護者の方を対象としたプログラム

ワーク1

あなたのお父さん、お母さんを思い出して下さい。子どもだったときのあなたにとって、お父さん、お母さんはどんな存在でしたか？
この中で最もあてはまるものに、○をつけてください。

Work

お父さんについて

- ①話を聞いてくれる存在
- ②人生の先輩
- ③友達のような存在
- ④良き相談相手
- ⑤褒めてくれる存在
- ⑥自分の気持ちをわかってくれる存在
- ⑦守ってくれる存在
- ⑧身の回りの世話をしてくれる存在
- ⑨頼りになる存在
- ⑩叱ってくれる存在
- ⑪その他()

お母さんについて

- ①話を聞いてくれる存在
- ②人生の先輩
- ③友達のような存在
- ④良き相談相手
- ⑤褒めてくれる存在
- ⑥自分の気持ちをわかってくれる存在
- ⑦守ってくれる存在
- ⑧身の回りの世話をしてくれる存在
- ⑨頼りになる存在
- ⑩叱ってくれる存在
- ⑪その他()

ワーク2

あなたは、子どもにとってどんな存在でいたいと思っていますか？
この中で最もあてはまるものに、○をつけてください。

Work

- ①いつでも話を聞いてあげる存在
- ③友達のような存在
- ⑤褒めてあげる存在
- ⑦子どもを守る存在
- ⑨頼れる存在
- ⑪その他()

- ②人生の先輩
- ④良き相談相手
- ⑥子どもの気持ちをわかってあげる存在
- ⑧身の回りの世話をする存在
- ⑩叱れる存在

資料1

「両親を信頼し、家庭が楽しい」と思う小学生・中学生は増加

	平成26年2月	平成18年3月
○お父さんは、頼りになる	90.9%	85.6%
○お父さんは、自分の気持ちをわかってくれる	82.1%	67.1%
○お母さんは、頼りになる	93.5%	87.5%
○お母さんは、自分の気持ちをわかってくれる	90.4%	82.2%
○家庭での生活が楽しい	99.0%	97.4%

平成25年度 小学生・中学生の意識に関する調査(内閣府)より

ワークグループ

ワーク2であなたが選んだものについて、なぜそれを選んだのか、理由をグループの人に伝えましょう。そして、意見を交換し合いましょう。



ワンポイントアドバイス

この時期に、親に大切な心がけは次のとおりです

- 1 子どもを一人の人間として認めましょう
- 2 秘密を持つことに、エールを送りましょう
- 3 親子であっても異性の礼儀をわきまえましょう

「子育てでハッピーアドバイス大好き!が伝わる ほめ方・叱り方3小学生編」
明橋 大二 著 (1万年堂出版) より

ワーク3

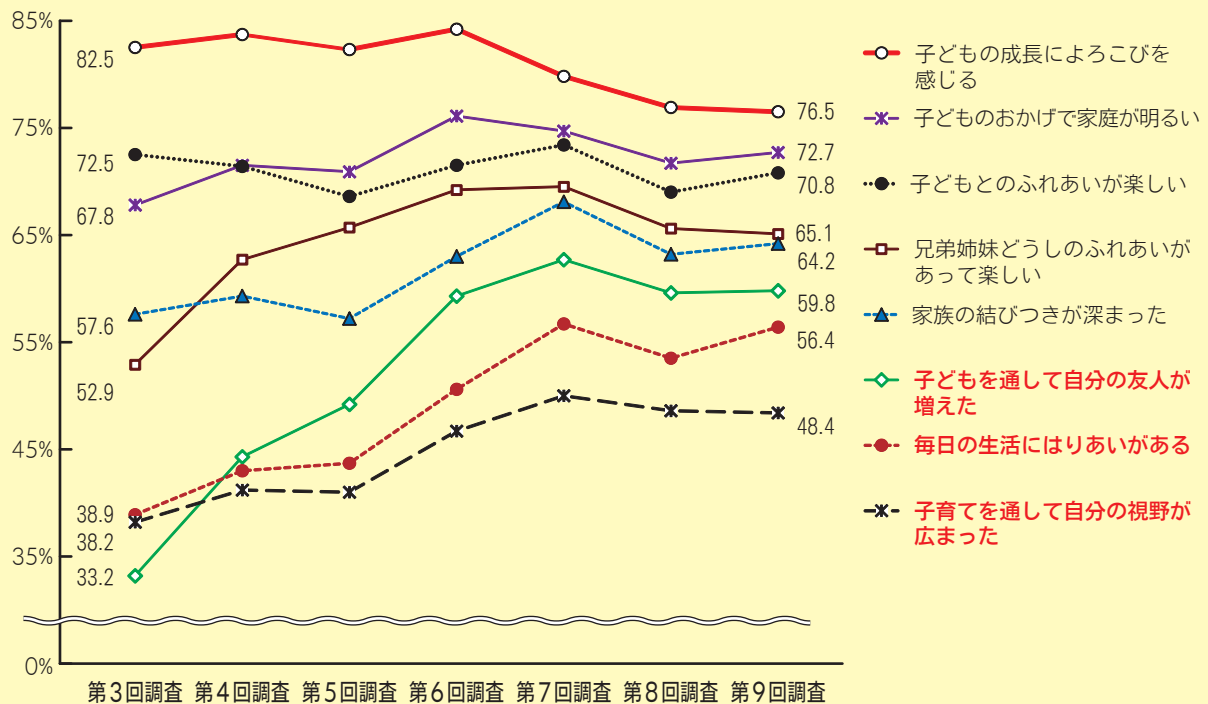
あなたが、子どもの成長に気づいた瞬間を書き出してみよう。

Work

資料2

子どもを育てていてよかったと思うこと（複数回答）

第9回21世紀出生児縦断調査（平成13年に出生した子をもつ親を対象とした調査）平成22年（厚生労働省）より



注：第3回調査から第9回調査まですべて回答を得た者（総数 31,614）のうち、「子どもを育てていてよかったと思うことがある」者をそれぞれ100として集計。集計客体は以下のとおりである。

第3回調査（総数 31,347）、第4回調査（総数 31,296）、第5回調査（総数 31,338）、第6回調査（総数 31,294）、第7回調査（総数 31,336）、第8回調査（総数 31,070）、第9回調査（総数 31,407）。

今日の感想



■ III-1 ころ 自立しようとするわが子のサポーターに

ねらい

●子どもの成長に喜びとともに、とまどいを感じる時期である。立ち止まって、いろいろな人と話したりすることで、わが子の成長を改めて実感し、新たな気持ちで子どもと接することができるようにする。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 15分	<p>◆本プログラムの趣旨説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ●自己紹介をし合って、参加者の心をほぐす活動をする。 ※ちょっとしたゲームをして、和やかな雰囲気づくりをするとよい。 ●話し合いをしやすいように、グループに分ける。 ●学習のルールや目的を確認する。 	ネームプレート
展 開 15分	<p>◆話し合いをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●エピソードを読む ○エピソードを読んで、子どもが「ちょっと成長した」と思った出来事について、書き出してみる《ワーク1》 ○グループになり、わが子の成長を感じたときについて、互いに伝え合う。 ●ワンポイントアドバイスを読む 	ワークシート
25分	<ul style="list-style-type: none"> ○「自立」とは、何ができることをいうのか、考える《ワーク2》 ○なぜ、そう思ったのか、グループで話し合う。お互いに意見を交換し合う。 ○子どもが自立するために必要だと思うことを選ぶ。《ワーク3》 ●選んだ項目について意見を交換することで、「自立」に対する捉え方の幅を広げる。 ○選んだものについて、お互いに伝え合う。 ●子どもの自立をどうサポートするかを書き出してみることで、思春期を子どもが自立するために必要な過程の1つとして捉え、それを親としてどうサポートしていくか、子離れへの準備として考えられる機会にする。 ○子どもの自立をどうサポートしようと思うか、自分がしたいことを書き出してみる。《ワーク4》 	
まとめ 5分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートの「今日の感想」欄に記入する。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

小学生高学年の子どもをもつ保護者の方を対象としたプログラム

■Ⅲ－２ からだ からだの中で大人になる準備が始まりました

Ⅲ

ねらい

●思春期にさしかかり、第二性徴を迎える子どもたちを見守るために必要な知識と心の準備を学ぶ。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 5分	<p>◆テーマの説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいを確認する。 ●小学校高学年は体の変化だけではなく、精神的にも不安定になりやすい。そのような子どもたちを温かく見守るために、親自身の学びと心の準備をしていくことが大切であると伝える。 ○母親と子どもの気持ちになって、エピソードを各自が読む。 	ワークシート
展 開 45分	<p>◆小グループで話し合いをする</p> <ul style="list-style-type: none"> ○お母さんの気持ちや関わり、ツバサ君の気持ち、お父さんの関わりをワークシートに書き込む。 《ワーク1》 ○書き込んだことについてグループで意見を出し合う。 ※近くの人同士でいくつかのグループをつくる 《グループワーク》 ※オープンに意見交換をする <p>◆知識の習得</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワンポイントアドバイス1について学ぶ。 ●性の多様性についてもふれる。 ○子どもが、性（体・心・異性との関係のあり方）について学んでほしいことを考え、ワークシートに書き込む。 《ワーク2》 ●ステキな女性・男性になるためには、自分を大切に、相手も尊重できる関係を作ることが大事であることを伝える。 <p>◆小グループで意見交換</p> <ul style="list-style-type: none"> ○子どもが性的な興味を持ち始めたとき、どのように対応していったら良いかワークシートに書き込む。 《ワーク3》 ○書き込んだことについてグループで意見を出し合う。 ●ワンポイントアドバイス2を読む。 ○親としての心構えについて意見を出し合う。 	
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○今日の感想をワークシートに書く。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

※小学校の保健体育の教科書を資料として、関係したページを印刷して配付してもよいでしょう。

※子どもが読める書籍を紹介するのもよいでしょう。

下記は一例です。

◇小・中学生向 山本直英ほか『性の絵本』(全5冊)(1992年、大月書店)

◇安達倭雅子・浅井春夫ほか『幼児・小学生、そしておとなへ あっ！ そうなんだ！ 性と生』(2014年、エイデル研究所)

※性同一性障害・同性愛等に係る児童生徒に対するきめ細かな対応の実施等について(2015年、文部科学省HP)を参考にしてもよいでしょう。

ねらい

- 普段の子どもとの会話を振り返り、親子関係を見直す。
- 思春期を迎えようとしている子どもの気持ちについて考える。

時間	指導展開	準備
導入 10分	<p>◆ 雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 簡単なゲームで雰囲気をほぐす。 ○ 4～6人のグループになり、自己紹介をする。 	ネームプレート
展開 10分	<p>◆ 振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ● エピソードを読む。 ○ 最近の子どものこと（様子、困っていること）を考え、ワークシートに記入する。《ワーク1》 ○ ワーク1について、グループ内で発表し合う。 	ワークシート
5分	<p>◆ 学び</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ワンポイントアドバイス1を読む。 ○ 思春期初期（小学校高学年）の特徴について学ぶ。 	
15分	<p>◆ ロールプレイ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 母親の言葉（A・B、どちらの言葉を使うか）を考え、ワークシートに記入する。《ワーク2》 ○ グループ内で、[母親]役、[ミカ]役に分かれて、ロールプレイを行う。 ミカのセリフ：うるさいなあ～、私はこの髪型が好きなの！ 母親のセリフ：A・B、それぞれの言葉を返す ※ [母親] 役、[ミカ] 役を入れ替えて、ロールプレイを行う。 ○ ロールプレイを通して、母親の言葉（A・B）を聞いたミカの気持ちを考え、ワークシートに記入する。《ワーク3》 〈例〉 Aの言葉 … “また怒ってる…、もう話したくない！” Bの言葉 … “私の気持ち、わかってくれたんだ” ○ ロールプレイを通して、感じたことをグループ内で発表し合う。 	役割のカード [親]・[子]
10分	<p>◆ 学び・話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ワンポイントアドバイス2を読む。 ○ A・Bの言葉がけの違い、気づいたことをグループ内で話し合い、代表者が発表する。 ● VII-1(1)のワークシート（関連学習）を配付する。 ○ 各自が読み、今後の参考とする。 ※ 時間があれば、内容を説明してもよい。 	VII-1(1)の ワークシート
まとめ 10分	<p>◆ プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 今日の感想をワークシートに記入し、発表し合う。 ○ 振り返り用紙に今日の感想を記入する。 ● 振り返り用紙を回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■Ⅲ－４ 生活 早寝早起き、できていますか？

Ⅲ

ねらい

- 子どもの睡眠について、これまでの生活を振り返る。
- 睡眠の大切さを学び、子どもの睡眠に親としてどう関わったら良いかを考える。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆テーマの説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ○グループに分かれる。 ○自己紹介をする。 *子どもの睡眠のことで、気になっていることなども含めて自己紹介をする。 	ネームプレート
展 開 15分	<p>◆話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソードを読み、気になることや感想をワークシートに記入し、グループ内で話す。《ワーク1》 例 「ゲームの時間を減らさないとよくない」 ○子どもの睡眠について、ワークシートに記入する。《ワーク2》 <ul style="list-style-type: none"> ・子どもの就寝時刻、起床時刻を平日と週末に分けてワークシートに記入する。 ・子どもの大体の睡眠時間を出してみる。 ・グループ内で話す。 	ワークシート
15分	<ul style="list-style-type: none"> ○知って得する「早寝早起き」知識クイズをする。《ワーク3》 ●クイズの答えと、ワンポイントアドバイスを読む。 ※知識クイズの答え Q1. × Q2. × Q3. ○ Q4. × Q5. ○ ○ワンポイントアドバイスについて、グループ内で話す。 	
10分	<ul style="list-style-type: none"> ○就寝までの時間の子どもの過ごし方を思い出して、ワークシートに記入し、グループ内で発表する。《ワーク4》 例 「テレビをよく見ている」 ○これから、子どもが十分な睡眠がとれるように、親はどのように関われば良いのか考えて、ワークシートに記入する。《ワーク5》 ○グループ内で話し、代表者が発表する。 	
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○今日の感想をワークシートに書く。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■ III - 5 家族 **お父さん、お母さんってどんな存在？** ~「育児」は「育自」~

ねらい

●当たり前のように子どもの生活の基盤となっているそれぞれの家庭、家族のあり方について、子どもの気持ちに立って考えたり、他の人と話したりしながら見つめなおし、新たな気持ちで子どもと接することができるようにする。

小学生高学年の子どもをもつ保護者の方を対象としたプログラム

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆本プログラムの趣旨説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自己紹介をし合って、参加者の心をほぐす活動をする。 ※ちょっとしたゲームをして、和やかな雰囲気づくりをするとよい。 ●話し合いをしやすいように、グループに分ける。 ●学習のルールや目的を確認する。 	ネームプレート
展 開 15分	<p>◆話し合いをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートを配る。 ○参加者が子どものとき、自分の父親・母親がどんな親だったか、思い出しながら、あてはまるものに○をする。《ワーク1》 ○どんな父親・母親だったか、グループで伝え合う。 グループで、どんな存在の父親・母親が多かったか、発表する。 ○子どもにとってどんな存在でいたいと考え、あてはまるものに○をする。《ワーク2》 ○なぜ、そう思ったのか理由も合わせて、グループで伝え合う。 ●資料1を読む <ul style="list-style-type: none"> ・両親を信頼し、家庭が楽しいと思う小学生や中学生が増えていることを知る。 	ワークシート
25分	<ul style="list-style-type: none"> ●ワンポイントアドバイスの補足をしながら、参加者へ伝える。 *右記の書籍を確認していただくと、分かりやすいです。 ○子どもの成長に気づいた瞬間を書き出し、日々子どもが成長していることを実感する《ワーク3》 ○グループで伝え合う。 ●資料2の説明をする。 資料2をみると、子どもの成長に喜びを感じる親が多いが、子どもが成長するにつれ、徐々に「子どものおかげで視野が広まった」と親自身も成長していると感じる人が増えていることを知る。 子どもの成長について実感するワークであるが、実は、親も一緒に成長してきていることに気付いてほしい。「子育て」をとおして、親も人として成長できることを意味している資料である。 *資料2について…厚生労働省で縦断的に行っているもので、平成13年に出生した子どもとその親を対象とした調査である。 	子育てハッピーアドバイス 大好き!が伝わるほめ方・叱り方3 小学生編 明橋大二(著) (2013年、1万年堂出版)
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートの「今日の感想」欄に記入する。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター