



いいかも

てるてる坊主を吊り下げてるのも、雨の日を少しでも楽しく過ごす先人たちの知恵なのかな？ ♪「明日天気にしておくれ〜」♪

可茂県事務所 振興防災課
家庭教育推進専門職 安田 早由里
〒505-8508
美濃加茂市古井町下古井 2610-1
TEL : 0574-25-3111 内線 208
FAX : 0574-25-3934
令和6年度 6月号 No.3

可茂地区トレジャーワード

育もう豊かな感性 ~泣いて、笑って、ともに歩もう~

美濃加茂市・可児市・坂祝町・富加町・川辺町・七宗町・八百津町・白川町・東白川村・御嵩町



令和6年度可茂地区家庭教育学級リーダー研修会 ご意見を寄せてくださり、ありがとうございました！



学びのある家庭教育学級を目指し実施したリーダー研修会、多くの皆様に参加していただきました。アンケートにもご協力いただき、ありがとうございました。寄せられたご意見を集約いたしました。よりよい研修会及び家庭教育学級の運営を目指し、成果と課題を次年度に引き継いでまいります。

1 研修内容についてお尋ねします。 本日の研修はいかがでしたか？

	小・中学校
満足	57%
おおむね満足	40%
やや不満足	3%
不満足	

2 小・中学校の実践発表はいかがでしたか？

	小・中学校
参考にできそう	60%
おおむね参考にできそう	31%
多少、参考にできそう	9%
参考にできそうにない	

3 可児市【子育てまなび講座】を活用した家庭教育学級の実践について、ご意見・ご感想をお聞かせください。

○可児市【子育てまなび講座】の活用について・・・「大変有意義」

- ・PTA で計画するものより視野も広くなり、保護者からすると、大変ありがたい。
- ・保護者のニーズに寄り添いながら、講座を企画していただいていると思う。
- ・講師や場所、打ち合わせなど、市の機関と連携できることがとても参考になった。自分も市や関係機関の取り組みを探して実践したいと思う。
- ・大きい会場が借りられたり、予算の都合で呼べない講師が呼べたりと、可能性が広がる。
- ・他の学校の保護者とも交流できるのが魅力的。
- ・会場に乳幼児同伴の席も用意してあり、よいと思った。
- ・教育と行政の連携がよい。講習スタッフの充実を感じた。
- ・市単位の子育ての研修があるのをうらやましく思う。



○可児市内の小・中学校が【子育て学び講座】を家庭教育学級の一つとして位置づけている。

- ・大変興味深い。市全体で大切な学びを講演会形式で行うことはとてもよいことだと思った。
- ・地域の人材を発掘し、いろいろ学ぶ機会を作っておられるのが素晴らしい。
- ・講座展開がとても魅力的。今日的な課題を意識した講座を開いてくださるのはとてもありがたい。単一校での開催では参加人数が集めづらいという問題も解決できる。
- ・可児市中の学校がそろって【子育てまなび講座】を家庭教育学級の一つとして位置付けているのはよいことだと思った。

○講座「～家庭で伝える性教育～」の発表について

- ・いのちと性をテーマにした講座の内容をわかりやすく紹介していただけた。あらためて親御さんに性教育を話題にさせていただくことの大切さを実感した。性に関する本や性教育クイズなど、具体的にもっと教えていただきたいと思った。
- ・「性」に関することは、保護者としてはなかなか子どもと関わるのが難しいものだが、その方法を交流することは、ハードルを下げることになり、良いと思った。
- ・どう伝えたらいいのか悩みがちな性を、クイズを通して子どもと話せるのはよい機会だなと思った。
- ・私自身、性について子ども達にどのように伝えたらよいか悩んでいる。多くの家庭でも伝え方について難しいと感じていると思う。講座を通して学ぶ機会があるのはよい。
- ・実践発表を聞き、「家庭で伝える性教育」を助産師さんに行っていたと聞いて講座を今年度の計画に入れられるように、地域の助産師さんをお願いしてみようと思った。

○発表全般について

- ・参考になることが多く、子どもにも話してみたいと思った。
- ・この講座は、毎年活用している。今年度も、ぜひ年間計画に組み込みたい。
- ・変化の激しい時代を生きていく子ども達のために、親が学んでいくことは大切なので、ありがたい。
- ・保護者の方のニーズをくんで楽しく一緒に学んだり、悩みを共有し一緒に考えたりできる活動を自校でも工夫していきたいと思った。
- ・すごく積極的に活動されていてビックリした。小規模校である自身の学校の、保育園からずっと子どもや親同士が知り合いという強みを活かした活動ができたらしいなと思った。

八百津町立八百津中学校の実践について、ご意見・ご感想をお聞かせください。

○食をテーマに1年間継続した取組を展開されたこと・・・「大変素晴らしい」

- ・斬新で、深みのある学びを追求する講座運営が勉強になった。このような取組は、自校では行ったことがないので、とても参考になった。
- ・食育で継続的な取組がされており、保護者にもわかりやすいと思った。食べることは、全ての生活の基盤となる大切なこと。本校でも、給食試食会をきっかけに、家庭での食事に対する意識を高められるようにしたいと思う。
- ・軸となるテーマを立て、それに応じて内容を考えて行く方法は、継続性もあり、参加型や取組型など様々な形式で行うことで多くの保護者が取り組めるものになっている。
- ・「食」をテーマに年間4回の取組をされていることが素晴らしい。コロナ禍が明け、人と一緒に食事をすることも増えるので、考えたい内容だと思う。
- ・食に関わる学習を保護者だけでなく、子どもたちも関わりながら、学んでいく取組はとてもよいと思った。生活に関わる大切なことを、毎年テーマとして替えていくことで、いろいろと学べる家庭教育学級になると思う。

○「子ども達の命を守る【食】みんなどうしていますか？」の発表について

- ・夏休みの親子ふれあい弁当作りを4つのコースに設定し、生徒さんの実態に合わせて選択できるという個に応じた工夫が素敵だと思った。参加された方はとても深い学びになったと思う。
- ・お弁当作りがとても興味深い。お弁当のレパートリーの参考になるし、子どもが栄養や料理について学ぶチャンスになり、素敵な取組だと思った。
- ・夏休みのお弁当作りは、親子の絆を深められそうだ。小学校でできる内容に落とし込んで計画に入れてみたい。
- ・ICTを使用して、実践を各家庭から閲覧するという方法は、よいアイデアだと思う。
- ・「食」に関することは、親子のコミュニケーションを作るよいきっかけになることが分かった。
- ・子ども達が積極的に取り組んでいる様子が想像できた。
- ・夏休みのお弁当作り、4つのコースを設定し、生徒の実態に合わせて選択できるという個に応じた工夫が素敵だった。



- ・給食の「人気メニューを作ろう。」がよかった。うちの子どもの好きな給食メニューを作れるとよいと思った。

○発表全般について

- ・「食」をテーマの中心に据えると言い切ったところに、とても自信を感じ、憧れをもった。
- ・1つのテーマで学びの機会を増やしたのは参考になった。より深く学べると思う。重点を決めて運営していくことも大切だとわかった。
- ・子どもにも大人にも大切な心と身体を健やかに保つための『食』を大きなテーマとして活動を進められたことが素晴らしい。
- ・実践発表の準備等、大変だったと思う。早速、本校の家庭教育学級でもできそうなことをやっていこうという話し合いができた。活動の幅が広がりそう。
- ・「学び」を中心とした一貫性のある活動がたくさん企画されていたので、運営側の負担が心配になった。やった方がいいことは当然のこととして、どこまでやるかは、地域や学校の実態を踏まえて考えていきたいと思う。プレゼン作成等、軽減されるとよいと思う。
- ・年間計画が丁寧かつ綿密に計画されていた。食は生活する上で欠かせないので、参考になる実践だった。
- ・同じ町内の中学校の具体的な取組を知ることができ、大変参考になった。
- ・「食」についての発表を聴き、おやつに関して見直さないといけない点があるなど自身を振り返った。



可児市様・八百津中学校様、貴重な実践の発表、ありがとうございました。

4 本研修で取り入れたいことは見つかりましたか？

	小・中学校
見つかった	40%
部分的に取り入れたい	58%
あまり見つからなかった	2%



5 本研修や家庭教育学級の運営について意見・感想等お聞かせください。

- * オンラインの研修がありがたかった。各校の取組を聴き、本年度への背中を押していただいたような気持ちになった。
- * 毎年、貴重なお話をありがとうございます。他校の実践を知る、よい機会になった。
- * コロナ前に戻す方向で動くのではなく、活動を精選したり活動方法を工夫したりするなど無理のないようにしていく必要があると思った。
- * 新しいアイデアが教えていただいた。みなさんと楽しく家庭教育学級を学んでいきたい。
- * 地域、家庭、学校が協働して子ども達の成長につながる取組を今後も考えていきたい。
- * 他校の様子や計画だけでなく、困っていることも共有でき、安心した。どの学校も工夫していることがわかった。無理なく、みなさんが参加できる楽しい活動を考えていきたい。
- * 毎年、保護者役員は変わっていくので、研修会の毎年の実施はありがたい。他市、他校の取組が大変参考になった。
- * このような機会をいただき、家庭教育の大切さ、子どもと向き合う時間を大切にしたいと改めて思った。
- * 学級の裏で、先生方や委員の方が、熱い思いで準備や企画などを行っていることを知った。有意義な時間だった。
- * その地域の特性を学んだり、講師ができる近所の方を呼んで教わったりすると、学級が身近に感じられてよいと思う。
- * 学校独自のものに取り組むのではなく、効果的なものに取り組むべきなので、このように研修を受けたり、交流したりすることで、みなさんの知識が高まるのは、とても良いと感じた。他の委員にも伝えていきたい。

<次年度に向けて>

① 研修開催の時期や資料提示について

(もう少し早いと、年間計画の立案や予算を組む時に役立つ。)

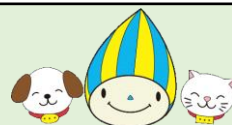
② オンライン環境の確認

(主催者：手際よく発信できるよう、リハーサルを繰り返し行います。)

(受信者：事前配信テストの利用、パソコンの状態を整える、受講場所の工夫等への協力を、お願いしてまいります。)

③ リーダー研修会の開催方法や、セッションの内容について。

(地区の実態や研修の内容に添ったものになるよう、改善に努めます。)



～講座紹介～

子育て・家庭教育学級等のミニ情報

「安全な自転車の乗り方」を家庭教育学級で！

令和5年に、岐阜県内で発生した自転車利用中の事故における死傷者数は465人（死者8人、負傷者457名）で、前年と比較すると死者は3人減少しましたが、負傷者は42人増加しました。死者8人の内6人はヘルメットを着用していませんでした。

子どもたちは園や学校の交通安全教室等で交通安全について学びますが、家庭での保護者からの指導もまた大切です。県民生活課では、無料の講師を派遣しています。「家庭教育学級」として、保護者自身が自転車の乗り方について、改めて学び、確認する機会を設けられてはいかがでしょうか！

自転車安全
運転体験
出前講座



「自転車シミュレータ」を利用した自転車安全運転出前講座

- ・1回あたりの参加人数は、15～30人程度が適当です。
- ・原則として10時～16時とし、時間は概ね1～2時間程度です。
- ・（土日祝日でも可能です）
- ・シミュレータ用の電源として、コンセントが2箇所必要です。

あなたの町に、専門の講師が出張します！

自転車シミュレータ(体験装置)を使って楽しく交通安全を学びましょう！

自転車シミュレータとは？

スクリーンに実際の交通状況を映し、街中での自転車の運転を模擬的に体験できる装置です。

自転車を運転する際に起こりうる危険を体験することで、危機予測能力や安全意識の向上を図ります。



(実際の体験講座の様子)

お問い合わせ・申込み先

岐阜県環境生活部県民生活課

交通安全・コミュニティ係

〒500-8570 岐阜市葦田南2-1-1

TEL 058-272-8205(ダイヤルイン)

FAX 058-278-2889

メール c11261@pref.gifu.lg.jp

子どもたちの睡眠時間が、1～3時間ほど不足しています！

「睡眠」について、詳しく学ぶ機会を設けてみてはいかがでしょうか！



「睡眠ガイド 2023」には、対象者別（成人、子ども、高齢者）の睡眠・休養の推奨事項および睡眠・休養に関する参考情報がまとめられています。

<健康づくりのための睡眠ガイド2023>
令和6年2月 厚生労働省公表
ガイドの15～17頁に、こども版が掲載されています！



PDF
(3.1MB)

全体の方向性

個人差を踏まえつつ、日常的に質・量ともに十分な睡眠を確保し、心身の健康を保持する

【睡眠の機能と睡眠不足による健康リスク】

睡眠には、心身の休養と、脳と身体を成長させる役割があります。適切な睡眠時間を確保することは、こどもの心身の健康にとって重要です。睡眠時間が不足することによって肥満のリスクが高くなること、抑うつ傾向が強くなること、学業成績が低下すること、幸福感や生活の質が低下することが報告されています。

同ガイドこども版より

対象者*	推奨事項
高齢者	<ul style="list-style-type: none"> ● 長い床上時間が健康リスクとなるため、床上時間が8時間以上にならないことを目安に、必要な睡眠時間を確保する。 ● 食生活や運動等の生活習慣や寝室の睡眠環境等を見直して、睡眠休養感を高める。 ● 長い昼寝は夜間の良眠を妨げるため、日中は長時間の昼寝は避け、活動的に過ごす。
成人	<ul style="list-style-type: none"> ● 適正な睡眠時間には個人差があるが、6時間以上を目安として必要な睡眠時間を確保する。 ● 食生活や運動等の生活習慣、寝室の睡眠環境等を見直して、睡眠休養感を高める。 ● 睡眠の不調・睡眠休養感の低下がある場合は、生活習慣等の改善を図ることが重要であるが、病気が潜んでいる可能性にも留意する。
子ども	<ul style="list-style-type: none"> ● 小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間を参考に睡眠時間を確保する。 ● 朝は太陽の光を浴びて、朝食をしっかり摂り、日中は運動をして、夜ふかしの習慣化を避ける。

