



# いいかも

節分のお豆を年の数だけ食べる習慣は、大人になるにつれて、ややつらくなってきます。「もっと食べたいな」と思っていたあの頃が懐かしい…。

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 2月号 No. 1 1

## 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~



「いいかも」  
 こちらから

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

立春は過ぎたというのに、日本全体が冷蔵庫の中のようになってしまいました。今年最強の寒波は、各地で雪による被害をもたらしています。皆様の地域やご家庭はいかがでしょう。一日も早く、暖かで過ごしやすい時季が来ることを願うばかりです。

さて、家庭教育学級の取組は、閉級の時となりました。役員の皆様には、今年度、大変お世話になり、ありがとうございました。皆様のリーダーシップで、各々の学級は大いに充実し、楽しく学びのある時間になったことと思います。これからの一ヶ月半は、引継ぎをどうぞよろしくお願い致します。新しく役員さんになられた方の不安を払拭するには、経験者の言葉が一番の救いになります。「これはよかった」「こうすればもっとよくなるよ」等、アドバイスをよろしくお願い致します。今月、別添で「引継ぎ資料」をつけております。ご活用いただけたら幸いです。

#### 子育て・家庭教育学級等のミニ情報

#### <皆様のご家庭はいかがですか？> わが家の家事・育児分担

家事・育児の分担割合を尋ねた民間の調査によると、最も多い回答は、「女性7割、男性3割」(21%)という結果でした。次いで、「女性9割、男性1割」(19%)、「女性8割、男性2割」(18%)と続き、女性の家事負担割合が、まだまだ高いことがわかります。皆様のご家庭ではいかがでしょうか？

右に紹介する「共家事・共育チェックシート」アプリを使用すると、各家庭の分担タイプが診断されます。是非、一度、ご覧になって下さい。

子育ては大変な時期もありますが、夫婦で話し合い、お互いの気持ちを共有することで、困難を乗り越えやすくもなります。役割を分担することで、時間を有効に使うことができ、物理的・精神的なゆとりも生まれるのではないのでしょうか。家庭内の良好な親子関係・夫婦関係が、子どもにとっては何より大切な生活環境といえます。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/386942.html>

納得してる?  
 // 我が家の//  
 家事・育児分担

HOUSE WORK CHILD CARE

共家事・共育チェックシートを使ってみよう!!

大切なのは  
 自分とパートナーがどちらも個性に  
 お互いが納得する分担を目指すこと。  
 チェックシートを使って家事・育児を見える化し、  
 家庭の「今」と「これから」を共に考えよう!

共家事・共育  
 チェックシート

詳しくは裏面にCHECK!! >>>

~2月号では、3つの実践例を掲載します。~ 次頁より (P2~4)  
 2月は、小・中合わせて三校の実践を紹介し、各校で工夫を凝らした取組が行われています。





# 講演会型 + 体験活動参加型

No.28

可児市御嵩町中学校組合立共和中学校 家庭教育学級

## 「高校視察」

### 学級の目的

可茂地区内の高等学校を保護者の立場から見学することにより、高等学校の生活の様子、先生方の熱意などを感じていただき、今後の進路を親子で考える機会とする。

### 日時及び内容

- 第1回：R6. 6. 24(月)  
 県立東濃実業高等学校  
 県立加茂高等学校  
 ・ 9時集合  
 ・ 12時30分帰校
- 第2回：R6. 9. 4(水)  
 県立加茂農林高等学校  
 美濃加茂高等学校  
 \*視察後、レストハウスにてランチ  
 ・ 8時45分集合  
 ・ 13時15分帰校

少し緊張気味に校舎の中へ!



ランチルームにて昼食。メニューは、事前に希望をとりました。

## 「給食試食会」「栄養講話」

### 学級の目的

～中学生の食と健康について知ろう～  
 子ども達が毎日楽しみにしている給食を試食し、栄養教諭から食と健康についての大切さを学ぶ機会とする。

- 日時：R6. 10. 4(金)  
 11時10分～12時35分  
 場所：中学校調理室  
 内容：講話「中学生の食と健康」  
 給食試食会  
 給食参観・感想の記入



講師：御嵩町栄養教諭  
 (御嵩町学校給食センター)

### 学校給食は望ましい一食の食事モデル

- ・成長期に大切な栄養素を確保し、栄養バランスのよい食事
- ・旬の食材を使用し、四季を感じ取れる献立
- ・食材の味を大切に味わう～薄味・だしの味を大切に味わう～
- ・日本、地域の食文化を伝える
- ・感謝の心を育む



- ・加茂高校が来年度から学科編成が変更になるということで気になっていました。
- ・東濃実業高校も加茂高校もこれからの社会に必要な力を学んでいける学校だと思いました。どちらの高校も生徒がとても熱心に勉強に励んでいて、先生も楽しく授業をされていてよい高校だと思いました。
- ・私立と公立どちらも見学できたことでどちらの良さも見ることができ、選択肢が増えました。子どもにも伝えたいと思います。現在通っている生徒の生の声が聞けたこともよかったです。
- ・加茂農林高校はそれぞれの科で社会に出た時につながる実習環境が整っていて、子ども達の興味のある分野があればよい学校だと思いました。
- ・美濃加茂高校は進学校でありレベルの高い大学にも何名が合格しており大変魅力的な学校でした。子どもとたくさん進路について話を決めていきたいと思います。(第1回・2回の感想より)

- ・子供の必要な栄養についてわかりやすく教えていただきました。岐阜県産の食材もたくさん使って献立を考えていただいて、文化についても学べて素敵だと思いました。
- ・給食を作っているところのスライドを見ることができて、大変さが分かりました。栄養バランスが考えられていることもわかりました。
- ・中学生はカルシウムを一番取らないといけないうこと、骨貯金をしておかないと骨粗しょう症になるリスクが高まるということが分かり、これから食事を作る時に気をつけようと思いました。
- ・野菜もふんだんに使っており、ボリュームもあって、家のごはんづくりもがんばろうと思いました。
- ・とてもおいしかったです。味付けも薄味ですが、うま味がしっかりと感じられてとても食べやすかったです。(感想より)

共和中は、5月の家庭教育学級リーダー研修会で話題に上がった「食べることを取り入れたものが好評」という意見を、今年度の家庭教育学級に積極的に取り入れられたとのこと。久しぶりの給食試食会、ランチタイムを加えた高校視察を多くの保護者が楽しみ、学ばれました。



# 在宅取組型

No.29

## 美濃加茂市立下米田小学校家庭教育学級

### 「親と子の心の交換日記」

**取組のねらい**  
その日の出来事や心に残ったことを短文で書いて相手に伝えたり、相手からの話題に対して短文を書いて応えたりする活動を通して、お互いの興味や関心、出来事を知ると共に、互いの思いや考えに気付くきっかけづくりとする。



**取組期間**：令和6年10月21日（月）～10月30日（水）＊このうちの8日間を目指そう！  
**対象**：全校児童と保護者  
**方法**：○今日の出来事の中で、心に残ったこと、できたこと、できなかったこと等、家族に伝えたいことを子どもが短い文で書く。枠の中にはその時の気持ちを表す顔文字を描く。  
 ○子どもの書いた文章に対して、大人（おうちの人）が感じたことを短い文章でコメントする。同様に丸の中にはその時の気持ちを表す顔文字を描く。  
 ○次の日は書き始める人が逆になり、大人（おうちの人）が今日の出来事で心に残ったこと、できたこと等、短い文で書く。枠の中にある○の中にはその時の気持ちを表す顔文字を描く。  
 ○それに対して子どもが返事を書き、その時の気持ちを○の中に顔文字で描く。  
 ※上記の繰り返し。



おうちの人 親子の心の交換日記

日付	今日心に残ったこと 書きたいこと	今の気持ち
10月21日 (月)	今日、お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月22日 (火)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月23日 (水)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月24日 (木)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊

おうちの人へ  
お風呂掃除してくれてありがとう。お風呂がきれいになると気持ちいい。

3年生 私とお母さんの交換日記より

日付	今日心に残ったこと 書きたいこと	今の気持ち
10月21日 (月)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月22日 (火)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月23日 (水)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月24日 (木)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊

お母さんへ  
お風呂掃除してくれてありがとう。お風呂がきれいになると気持ちいい。

**おうちの人と話して、一番うれしかったこと、心に残ったことは何か？**  
 全部。いつもは、私の今日あった出来事や気持ちを聞いてもらうことが多いので、お母さんが今の気持ちを話してくれて、うれしかった。(子)

**親と子の心の交換日記でお子さんと会話して、どんなことを思いましたか？**  
 普段の会話ではあまり話さないようなこともやりとりでき、嬉しく思いました。日頃親である私の気持ちを伝えることはほとんどなかったかもしれない…との気づきもありました。(母)

**おうちの人と話して、一番うれしかったこと、心に残ったことは何か？**  
 お母さんにうれしい気もちや、時にはかなしい気もちをわかってもらえてうれしい。(子)

**親と子の心の交換日記でお子さんと会話して、どんなことを思いましたか？**  
 わが子のちょっと違う一面を見た気がしました。ワクワクしながらやりました。あまり学校生活のことを話してないのかな～。これからはもう少し会話を増やしたいです。(母)

おうちの人 親子の心の交換日記

日付	今日心に残ったこと 書きたいこと	今の気持ち
10月21日 (月)	空手もかみ、髪が短くなった。お母さんがかみしてくれた。	😊
10月22日 (火)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月23日 (水)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月24日 (木)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊

おうちの人へ  
空手もかみ、髪が短くなった。お母さんがかみしてくれた。

2年生 ぼくとお母さんの交換日記より

日付	今日心に残ったこと 書きたいこと	今の気持ち
10月21日 (月)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月22日 (火)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月23日 (水)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊
10月24日 (木)	お母さんがお風呂を掃除してくれた。お風呂がきれいになると気持ちいい。	😊

お母さんへ  
お風呂掃除してくれてありがとう。お風呂がきれいになると気持ちいい。

この取組を行う際に大切にしたい会話のヒント！  
 ①オープンエンドの質問をする  
 ②相手の話をじっくり聴く  
 ③共感を示す ④肯定的なフィードバックをする  
 ⑤感謝の気持ちを伝える  
 「オープンな対話」と「共感的な聴き方」

取組を通じて、親子で楽しいひと時を過ごすことができました。

