



A yellow notepad with green leaves at the top left and horizontal lines for writing.

おおいた 親の学びプログラム

進め方

ファシリテーターの方へ

- プログラムごとに進め方の例を載せています。1プログラムの実施時間は45分間です。時間の長短に応じてアレンジして活用してください。
- グループの人数が多いと、グループ内の発表や話し合いの時間が長くなりますが、時間が短いときでも3～4人グループで実施してください。
- 無理に結論を出したり、まとめたりする必要はありません。プログラムの活動をとおして気づいたことをこれからの子育てで活かしていくように、参加者への励ましのメッセージで締めくくってください。

学習を始める前に参加する方と一緒に確認しましょう

1. 参加者同士の思いや考えをお互いによく聴きましょう。
2. できるだけ話しましょう。ただし、無理はしないこと！
3. 一人だけが話し過ぎないように注意しましょう。
4. このプログラムの活動中に知った個人情報、他の人に話さないようにしましょう。

1

中学生の生活は？ ～環境の変化～

ねらい

- 中学校入学後(進級後)の自分の子どもの様子について振り返り、周りの保護者と情報交換することを通して、今後の子どもへの接し方に見通しをもつ。

事前準備

- ワークシート1「中学生の生活は？ ～環境の変化～」の参加者分のコピー
- 筆記用具●会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	1	<ul style="list-style-type: none"> ●中学生になって(進級して)、毎日お子さんはどのように過ごしていますか? ●今日は子どもたちの様子について、みなさんと話し合ってみましょう。 	○参加者が話しやすい雰囲気になるように、明るく司会することを心がける。
アイスブレイク (グループ分け)	4	<ul style="list-style-type: none"> ●グループごと自己紹介をしてください。あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことを紹介してください。 <p>※(アイスブレイク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかにも、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。 <p>例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど</p>	※4ページのアイスブレイクをアレンジしながら、自己紹介やグループ分けをするとよい。
役割分担	2	<ul style="list-style-type: none"> ●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。 	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	10	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、活動に移ります。 ●中学校では、小学校と違った環境があります。子どもの様子を思い出して、それぞれの家庭の様子をみなさんと話し合ってみましょう。 ●ワーク1の表の項目について、あてはまることは「はい」、あてはまらないことについては「いいえ」と○を記入してみましょう。書く時間は3分間です。 ●3分が経過したら合図をします。それぞれの項目についてグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。 	○中学校生活の変化や子どもの生活の様子について、小学校のときと違ってきた具体的な話題を出しあうことを伝える。
資料		●それでは、資料をご覧ください。[資料]の左のグラフは中学生の「夜、寝る時刻」を表しています。右のグラフは「夜ごはんを1人で食べる」子どもの割合を表しています。何か気づかれたことはありますか?	

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い	20	<ul style="list-style-type: none"> ●次は、ワーク2です。 ●子どもの生活の中で、あなたが「一番気になること」は何ですか。ワーク1の表の中から「一番気になること」に○をつけましょう。 ●書く時間は2分間です。 ●書けましたか? ●それでは、グループで「一番気になること」を出し合い、どのような対応や言葉かけをしたらよいか話し合ってみましょう。グループの中で出してもらった意見やヒントは下の欄にメモしましょう。 ●それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。 	
ふりかえり 書き込み	5	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、ふりかえりです。ご自身の子どもの生活の様子を振り返って、これから心がけたいことは何でしょうか? ●あなたが、これから心がけたいことを記入しましょう。 ●3分経ったのち、数人の方に発表をお願いしたいと思います。 ●では、ご記入ください。 	○落ち着いた環境で振り返りができるように配慮する。 ○指名のときは、参加者の周りを歩きながら、ワークシートに記入している人、数人にあてる。(無理やり発表させない。断られたら、次の人を指名する。)
まとめ ●エッセイ	3	<ul style="list-style-type: none"> ●お疲れ様でした。 ●中学生の時期は、戸惑い悩みながらも、子どもから大人へ成長していくとても大切な時期にあります。 ●このような時期の子どもに、どのように接したらよいか、みなさんも同様に戸惑い悩むことが多くなるかもしれません。 ●この大切な時期を子どもと保護者がともに乗り越え、たくましく成長していくには、小学生のとき以上に子どもを理解し支えていくことが必要になってきます。 ●今日のワークが、子どもの小さな変化に気づき、解決していくきっかけとなり、有意義な中学校生活を送れることを期待しています。 	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみるなら…(こんなことも話し合ってみましょう。)

- 子どもが自立できるようにはたらきかけるために、①子どもに気づけるよう注意すること、②保護者自身の意識や行動を変える必要があること、を考えてみましょう。
- 子どもとどんな会話をしていますか?子どものどんな様子を観察しますか?(例 着るもの、持ち物、…)
- 「プログラム集2」…テーマ1「生活リズム・生活習慣」

ファシリテーター用 メモ欄

※資料編(資料1)38~41ページも参考にしてみましょう。

2

高校生活のはてな？～新しい生活・知りたいこと～

ねらい

- 高校入学後(進級後)の子どもの様子についてふり取り、周りの保護者等と情報交換することを通して、今後の子どもの接し方に見通しをもつ。

事前準備

- ワークシート2「高校生活のはてな？」の参加者分のコピー●筆記用具、紙(アイスブレイク用)
- 会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	1	●高校生になって(進級して)、毎日お子さんはどのように過ごしていますか? 今日は子どもたちの生活の様子について、みなさんでふり返ってみましょう。	○参加者が話しやすい雰囲気になるように、明るく司会することを心がける。
アイスブレイク (グループ分け)	4	●グループごと自己紹介をしてください。 あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことを紹介してください。 ※(アイスブレイク) ●参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかに、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。 例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど	※4ページのアイスブレイクをアレンジしながら、自己紹介やグループわけをするとよい。
役割分担	1	●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	10	●それでは、ワーク1に移ります。 ●高校生になって、それまでの生活と変わったなと思うこと、またはもっと変わっていきたく思うことは何でしょうか。 ●ワーク1に記入してみましょう。書く時間は5分です。 ●5分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○高校生活の変化や子どもの生活の様子について、中学校のときと違ってきた具体的な話題を出しあうことを伝える。
資料		●資料をごらんください。 ●「子どものおこづかい」と「ネット依存と親の会話の頻度の関係」を表しています。 ●おこづかいについては、金額も高校生になると増えていきます。お金についての考え方は家庭によって異なりますが、みなさんで意見の交換ができればと考えています。 ●また、ネット依存と家庭での会話の頻度については、会話の少ない家庭ほどネット依存が高くなる傾向がみられます。みなさんの最近のおうちの会話はいかがでしょうか? ●家庭によって生活の様子や考え方は様々ですが、高校生の生活をみると、これまでと環境が変わり、本人に任せていく部分が増えてきます。より一層、自立が必要となってきますね。	○資料編42～43ページの内容の話題をとりあげてもよい。

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い	10	●では、「ワーク1」の中から、子どもの生活の中で、あなたが一番気になる話題は何ですか?ワーク2に書いてみましょう。 ●例えば ○学習はどのくらいすればいいのかしら? きちんとして行けているのかしら? ○お昼は、お弁当と購買どっちがいいのかしら? ○部活動はどのくらい活動しているのかしら? ○友だちとの遊びは何時くらいまでかしら? ○おこづかいのどのくらいなのかしら?... など、今、あなたが知りたいことや高校生活のことで気になることについて、書いてみましょう。 ●書く時間は3分です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	
活動3 ●ワーク3 書き込み 話し合い	15	●それでは、今までの話し合いを踏まえ、高校生を持つ保護者としてどこまで高校生に任せられるか話し合ってみましょう。 ●ワーク3の欄には子どもが自立していくために、任せられる部分について考えてみましょう。 ●子どものことで気になっていることで、今の子どもの姿からこうなってほしいと考える目標に向けて考えて話し合ってみましょう。 例 学習については、課題や予習などの量も質も難しくなるので、部活の時間と両立できるように時間の使い方を決めさせたい。 例 毎日、部活動に朝練から夜遅くなるまで練習に頑張っている。本人の目標としているのはわかるが、勉強の方と両立できるようになってほしい。 例 おこづかいでは、部活動もあるので週ごとにおこづかいを渡して自分で考えさせていきたい。など ●書く時間は5分です。 ●5分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○お互いの任せたいこと・気になることについて、自分の体験やヒントを情報交換できるように促す。
ふりかえり 書き込み	3	●それでは、本日の話し合いで気づいたこと、感じたことを「ふりかえり」の欄にご記入ください。 ※時間があれば、指名し、感想を共有する。	○落ち着いた環境でふりかえりができるように配慮する。 ○指名のときは、参加者の周りを歩きながら、ワークシートに記入している人、数人にあてる。(無理やり発表させない。断られたら、次の人を指名する。)
まとめ (エッセイ)	1	●お疲れ様でした。 ●本日は子どもの高校生活について話し合いました。 ●これからはいろいろな悩みが出てくると思います。そのときは遠慮なく、本日も知り合いになった保護者や先生方に相談をしてみてください。	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみよう…(こんなことも話し合ってみよう。)

- 子どもとどんな会話をしていますか?(家族の生活時間やふれあいの時間の持ち方、共通の活動の作り方等)
- 子どもの自立に必要なもの(社会人として生きていくための必要なことを身につけてほしいこと)
- 高校生活の学校との関わり方・親同士の関わり方について(例 PTA、学校への相談の仕方)
- 家庭でお金の価値を考えよう(労働の対価・価値)
- 「プログラム集2 テーマ3『必要なお金』」にチャレンジ、親子で話し合ってみよう。

ファシリテーター用 メモ欄

※資料編(資料2)42～43ページも参考にしてみましょう。

3

子どものサポート～進路選択とどう関わりますか？～

ねらい

- 自分(保護者)が進学先や就職先を選択したときのことをふり振り返り、周りの保護者と情報交換することを通して、進路選択について必要な情報を得るとともに、子どもの進路選択について見通しをもつ。

事前準備

- ワークシート3「子どものサポート～進路選択とどう関わりますか？～」の参加者分のコピー
- 筆記用具、紙(アイスブレイク用) ●会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展 開	時間(分)	ファシリテーターのことは	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	1	●今日のテーマは「子どものサポート～進路選択とどう関わりますか？～」です。子どもの進路選択について、不安なことはありませんか？ 今日は、ご自身の進路選択のころをふり振り返りながら、進路選択の上で大切なことや知りたい情報について整理できたらと考えています。	○参加者が話しやすい雰囲気になるように、明るく司会することを心がける。
アイスブレイク (グループ分け)	5	●グループごと自己紹介をしてください。 あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことを紹介してください。 ※(アイスブレイク) ●参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかにも、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど	※4ページのアイスブレイクをアレンジしながら、自己紹介やグループ分けをするとよい。
役割分担	2	●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	10	●それでは、活動に移ります。 ●ご自身が進路選択のとき、どんなことを考えましたか？また、そのとき、家族や周囲の人たちから、どのような言葉をかけられたり、どのような関わり方をしてくれたか思い出してみよう。 ●ご自身の進路選択のころを思い出して、ワーク1に書いてみましょう。 ●また、今、保護者としてふり返ってみて、そのときのことをどう思いますか？ ●5分間で記入ください。 ●5分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○進学先や、職業の選択についてなどの様々な場合があることを例示する。

展 開	時間(分)	ファシリテーターのことは	展開のポイント
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い	10	●次に、子どもが進学や就職などの進路選択のとき、保護者として大切にすることは何でしょうか？ワーク2の右側の()の枠に、大事だと思うものをそれぞれ3つ選び、順番(①～③)を書きましょう。 ●書く時間は3分です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	
活動3 ●ワーク3 書き込み 話し合い	10	●次は、「ワーク2」のテーマの中から大切だと思うことについて話し合ってみよう。 ●また、保護者として、進路選択に関わることで、知りたい情報はありますか？知りたいこと、もっと聞きたいことについても記入してみよう。 ●書く時間は3分です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○出された疑問については、進路選択を終えた保護者の方や学校関係者(学校での場合は先生)に伺い、答えていただくことよい。 ○進路についての相談場所や方法、学校での進路の考え方などの情報やヒントについての情報交換の場合もある。 ○正確な情報を得る必要性を伝える。
ふりかえり 書き込み	5	●それでは、本日の活動をふり返ってみよう。本日の話し合いで気づいたこと、感じたことを「ふりかえり」の欄にご記入ください。 ※時間があれば、指名し、感想を共有する。	○指名のときは、参加者の周りを歩きながら、ワークシートに記入している人、数人にあてる。(無理やり発表させない。断られたら、次の人を指名する。)
まとめ ●エッセイ	2	●お疲れ様でした。 ●子どもの進路選択に関しては、いろいろお悩みのことも多いと思います。そのときは遠慮なく、周りの保護者や先生方に相談をしてみてください。 ●資料編44～51ページには進路選択に必要な情報を掲載していますので、是非参考にしてください。	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみよう…(こんなことも話し合ってみよう。)

- 子どもの長所と短所について(自分らしさを持ちながら、社会人として求められる力を身につけていくためのライフデザイン)
- どんな学校・学科があるのかな？ ー自分の進路ー ー資料編(資料3)44ページ(例 学校・学科の種類と特徴、職業の種類、必要な資格について…)
- 子どもの学費について ー資料編(資料5)48～49ページ
- 修学支援について ー資料編(資料6)50～51ページ

ファシリテーター用 メモ欄

※資料編(資料3～6)44～51ページも参考にしてみましょう。

4

ネット社会とケータイ・スマホについて ～情報モラル・ネット社会～

ねらい

- 子どものケータイ・スマホ等の使い方について、周りの保護者等と情報交換することを通して、子どもとケータイ・スマホ等の使い方について家庭で話し合うきっかけをつくる。

事前準備

- ワークシート4「ネット社会とケータイ・スマホについて～情報モラル・ネット社会～」の参加者分のコピー
- 筆記用具
- 会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	1	●今日のテーマは「ネット社会とケータイ・スマホについて」です。本日の研修をとおして、携帯電話やスマートフォンが生活の中で便利な反面、トラブルや危険性があること、そして家庭での使い方について話すきっかけをつくることができると考えています。	○参加者が話しやすい雰囲気になるように、明るく司会することを心がける。
アイスブレイク (グループ分け)	5	●グループごと自己紹介をしてください。 あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことを紹介してください。 ※(アイスブレイク) ●参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかに、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど	※4ページのアイスブレイクをアレンジしながら、自己紹介やグループわけをするとよい。
役割分担	2	●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	10	●それでは、活動に移ります。 ●みなさんの家庭では、子どもは携帯電話やスマートフォンを持っていますか?またどんな使い方をしているでしょうか?あるいは、まだ持たせていない場合も、今後持つことを想定して考えてみましょう。 ●それではワークシートのエピソードを皆さんで読んでみましょう。皆さんはワークシートをご覧になってください。(エピソード)「なんでくるの」の意味は? ●それぞれ読んでみましょう。 ●AさんとBさんは、どうしてこうなってしまったのか考えてみましょう。Aさんの気持ち、Bさんの気持ちを考えて書いてみましょう。 ●また、そのときあなたはどのような言葉をかけますか?書いてみましょう。書く時間は3分です。	

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
		●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際、司会者の方は、全員が発表できるように進行をお願いします。	
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い	10	●さて、みなさんの子どもの携帯電話やスマートフォンの使い方について、どのような約束が必要だと思いますか? ●ワーク2に記入してみてください。書く時間は3分です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○グループで出た話題や対応のヒントなどを交流する。 〔「青少年インターネット環境整備法第6条」では、子どもにインターネットを利用させる際の保護者の責務が規定されています。〕 ※資料7～1 52ページ
活動3 ●ワーク3 書き込み 話し合い	10	●それでは最後に、ご自身のことについても振り返ってみましょう。保護者として、あなた自身は携帯電話やスマートフォンにどのようにつきあっていきますか? これまでの話し合いから、みなさん自身の今後のご家庭でのつきあい方を書いてみましょう。 ●ワーク3に記入してみてください。書く時間は3分です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○資料編ページの内容も取り上げる。
ふりかえり 書き込み	5	●それでは、本日の話し合いで気づいたこと、感じたことを「ふりかえり」の欄にご記入ください。 ※時間があれば、指名し、感想を共有する。	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。
まとめ	2	●お疲れ様でした。 ●携帯電話やスマートフォンに関するトラブルは、毎日のようにニュースで流れています。便利な面もたくさんありますが、いじめや重大事件にもつながることもあります。 ●本日の話し合いが、ご家庭での携帯電話やスマートフォンの使い方について話をするきっかけになれば幸いです。 ●巻末に資料としてインターネットに関しての情報も掲載していますので、是非参考にしてください。	○資料編を話題にしながら、子どもとネットとのかかわりについて知らせる。 ○さらに子どもを交えた学習会や研修会で一緒に学ぶ方法もあります。資料編にある相談箇所連絡や相談する方法もある。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみるなら…(こんなことも話し合ってみましょう。)

- 「プログラム集2」…テーマ3 「インターネットとうまくつきあうために」
- 家族みんなのルール作りについて(使用する時間帯、ゲーム、料金のことなど)
- SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)でのつきあい方
- ケータイ、スマホを使わない家族での楽しみ方(例 みんなで映画、みんなで料理…)
- ☆ミニ講演会、学習会…テーマ「ケータイ・スマホ」「ネット社会」等
- ※講師派遣をしてくれる場合があります。学校や教育委員会に相談してみましょう。

ファシリテーター用 メモ欄

※資料編(資料7)52～55ページも参考にしてみましょう。

5

今どきの子ども ~子育ての不易流行~

ふえきりゆうこう

ねらい

- 自分(保護者)が自身の子どもと同じ年齢だったときのことをふり取り、今の子どもの悩みについて周りの保護者と話し合うことを通して、子どもの悩みに理解を深めるとともに、子どもの悩みについて家庭で話し合うきっかけを作る。

事前準備

- ワークシート5「今どきの子ども ~子育ての不易流行~」の参加者分のコピー●筆記用具
- 模造紙またはA3用紙●大きめの付箋●会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展開	時間(分)	ファシリテーターのことば	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	2	●みなさんの子どもは、悩んだり不安になったりしていることはありますか? 今日のテーマは、「5-今どきの子ども~子育ての不易流行~」です。意見を交流する中で、子どもの悩みや不安を担ったりする原因や支援の方法について考えてみましょう。	○「不易流行」とは、変化しない本質的なものを忘れない中にも、新しく変化を重ねているものをも取り入れていくことを表します。
アイスブレイク (グループ分け)	5	●グループごと自己紹介をしてください。 あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことを紹介してください。 ※(アイスブレイク) ●参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかにも、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど	※4ページのアイスブレイクをアレンジしながら、自己紹介やグループわけをするとよい。
役割分担	1	●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	10	●それでは、活動のワーク1に移ります。 ●みなさんが(中学生・高校生)だった頃を思い出してみましょう。 ●みなさんが(中学生・高校生)の頃、 ①好きだった給食・食べ物 ②好きだった芸能人や歌手・スポーツ選手・有名人 ③夢中になっていたこと、遊びややっていたこと ④今思えば、こうしておけばよかった思い出をそれぞれ書いてみましょう。 ●書く時間は4分です。 ●4分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	

展開	時間(分)	ファシリテーターのことば	展開のポイント
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い	10	●では、次の活動に移ります。 ●みなさんが中学生や高校生の頃に、どんなときに悩みを持ちたり、不安になったりしましたか? ●ワーク2の表の項目から3つ選んで、1位から3位の順番を書いてみましょう。 ●また、そのときの様子も書いてください。 ●次に、自分の子どもの場合、どんなことに不安や悩みを持つと思いますか。1つ選んで、○をつけてみましょう。 ●書く時間は5分です。 ●5分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	
活動3 ●ワーク3 書き込み 話し合い	10	●では、次の活動に移ります。 ●自分が子どものころいろいろなことで悩んだり不安になったりしたことがあったと思います。子どもにどんな言葉かけをしたり、どのような接し方をしたりしたらよいか考えてみましょう。 ●ワーク3に書いてみましょう。 ●書く時間は5分です。 ●5分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。 ●お互いに出し合った言葉やヒントをメモしてみましょう。	○子どもへの言葉かけや接し方を情報交換して、他の人の意見を十分に聞き合えるように促す。
ふりかえり 書き込み	5	●それでは、本日の話し合いで気づいたこと、感じたことを「ふりかえり」の欄にご記入ください。 ※時間があれば、指名し、感想を共有する。	○落ち着いた環境でふりかえりができるように配慮する。
まとめ 資料 エッセイ	2	●左の資料をご覧ください。これは「親の期待にプレッシャーを感じる」割合です。日本では、「とてもそう思う」「まあそう思う」の割合が米国、中国、韓国等と比較し、低くなっています。保護者が子どもの意見を尊重する傾向にある家庭が多くなっていることも関係しているかもしれません。 ●一方、右の資料は、子どもの「自分自身への満足」の割合を表しています。これは、自己肯定感とも言われますが、日本では低い数値となっています。 ●日本では子どもの考えや思いが大切にされているにもかかわらず、一方で子ども自身に対する意識は低いと考えることができます。家庭の子どもへの関わり方を考えていくことも必要かもしれません。 ●お疲れ様でした。 ●今、子どもは思春期の時期を迎えています。本日の話し合いが、子どもへの理解のきっかけにつながれば幸いです。	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみよう…(こんなことも話し合ってみよう。)

- 日頃忙しい毎日では、つい子どもの様子の変化に気づけないものです。あなたは、いつ、どのようにして、子どもの様子の変化に気づけるよう取り組みますか?
- 子どもの成長とともに、これから直接手を出さずに目をかけようと思っている事柄は何ですか? その転換がうまくいくようにどんな工夫をしますか?

ファシリテーター用 メモ欄

※資料編(資料8)56~57ページも参考にしてみましょう。

6

子どもの悩み・不安に対して ～このようなときどうしますか？～

ねらい

●子どもが抱える悩みやトラブルを想像し、不安を抱える子どもへの対応について周りの保護者と交流することを通して、子どもとの接し方について考えを深めるとともに、子どもの悩みについて家庭で話し合うきっかけを作る。

事前準備

●ワークシート6「子どもの悩み・不安に対して～このようなときどうしますか？～」の参加者分のコピー ●筆記用具 ●会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展開	時間(分)	ファシリテーターのことは	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	2	●今日のテーマは、「子どもの悩み・不安に対して～このようなときどうしますか？～」です。子どもが抱える悩みや不安への関わり方について、みなさんと一緒に考えていきましょう。	○参加者が話しやすい雰囲気になるように、明るく司会することをお心掛ける。
アイスブレイク (グループ分け)	6	●グループごと自己紹介をしてください。 あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことを紹介してください。 ※(アイスブレイク) ●参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかにも、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど	※4ページのアイスブレイクをアレンジしながら、自己紹介やグループわけをするとよい。
役割分担	2	●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	10	●それでは活動に移ります。 ●ワークシートのエピソードを皆さんで読んでみましょう。私が読みますので、皆さんはワークシートをご覧ください。 ●エピソード①②に出てくる子どもの気持ちを考えて、ワーク1に記入してみてください。書く時間は3分です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い		●子どもは日々、いろいろなことを経験し、感じながら過ごしています。そして、悩んだり不安になったりすると、周囲にさまざまなサインやシグナルを発信しているといわれています。	○これまでに、子どものサインをどのようなときに気づきましたか?また、どのような場面のときに気づくと思いますか?そのときの子どもの悩みは、どんな悩みでしたか?など

展開	時間(分)	ファシリテーターのことは	展開のポイント
活動2 ●ワーク2	10	●それでは、子どもに悩みがあったり、困ったりしたときに、子どもはどんな形でサインを出すのか、考えて、ワーク2に書き出してみましょう。ふだんの子ども様子や経験などから、子どもの変化についてできるだけ多く想像してみましょう。 ●時間は3分間です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、話し合ってみましょう。その際、司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○それぞれのグループで出た話題をさらに深めて参加者で考えてみるように促してもよい。
資料		●資料をご覧ください。これは中学生・高校生の悩みの調査についての資料です。将来のこと、学習のこと、友だちのことなどがあります。また、悩みがないという人もいます。いかがでしょうか?子どもたちの悩みや不安は、一人ひとり様々だと思います。	
活動3 ●ワーク3 書き込み 話し合い	10	●それでは、子どもの様子の変化に気づいたとき、どんな対応をしたらよいか考えてみましょう。 ●ワーク3に記入してみましょう。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、話し合ってみましょう。その際、司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○子どもの悩みを気づいた場面の具体的な経験を出し合い、保護者としての配慮や工夫を話してもらうようにする。 ○グループ内で発表するとよい。 ○それぞれのグループで出た話題をさらに深めて参加者で考えてみるように促してもよい。
ふりかえり まとめ 書き込み エッセイ	5	●今日の話し合いを通して、気づいたことを書いてみましょう。 ●私たちがそうであったように、子どもたちもその年齢に応じて様々な悩みを抱えています。悩みは子どもの成長にもつながりますが、同時に時々、大人が支えてあげないと解決できない悩みにも出会います。子どもが声に出さなくても、普段から大人が子どもの出すサインに気づいてあげられることが大切ではないでしょうか。	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみよう…(こんなことも話し合ってみよう。)

- 悩みや不安なことに対して、問題が深刻で解決できない時は、どこに相談しますか?深刻なトラブルを想定して、資料編の専門機関等を見ながらどこに相談するか考えましょう。
- 悩みを抱えている保護者がいると想定してアドバイスや支え方を考えてみましょう。
①どのような悩みを抱えていると想定しますか。②その悩みに対してどのようなアドバイス、支え方を行いますか?

ファシリテーター用 メモ欄

※資料編(資料9)58～59ページも参考にしてみましょう。

7

子育て〇年、親育ち〇年。～未来のわが子へ～

ねらい

- 今までの子育てをふり振り返りながら、子育てのときの気持ちを思い出すことを通して、子どもの成長と自身の成長に気づき、今後の子どもとの成長に新たな目標を見つける。

事前準備

- ワークシート「子育て〇年、親育ち〇年。～未来のわが子へ～」の参加者分のコピー ●筆記用具
- お子様が小さかったときの写真(携帯・スマホに入っている写真等)○会場案内(1グループ4人程度で机を囲んで座るようにする)

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
導入 (趣旨説明)	2	●今日のテーマは「子育て〇年、親育ち〇年。未来のわが子へ」です。 ●研修を通して、子どもとご自身の成長した姿に改めて気づいていただけたら幸いです。	○参加者が話しやすい雰囲気になるように、明るく司会することをお心掛ける。
アイスブレイク (グループ分け)	4	●グループごと自己紹介をしてください。あなたの名前、子どもの名前(学年、クラスなど)、最近あった楽しかったことについて話してください。 ●例(アイスブレイク)をします。お手持ちの写真を元に、子どもの思い出話をしてください。1人の持ち時間は1分です。(1分間計る) ●はい、1分経ちました。では、次の方に移ってください。(以下、繰り返し)	○参加者と子どもの名前(学年、クラス)のほかにも、もう一つ紹介してもらおう(誰でもすぐに話せることがよい)。例:好きな食べ物、苦手な食べ物、趣味、子どものころに好きだった遊び・アニメなど ○写真は、携帯に入っているものでもよい。
役割分担	1	●これからワークシートに記入しながら、グループごとに話し合いを行っていきます。 ●全体の進行は私がいたしますので、グループ内の司会者を一人決めてください。 ●司会の方には、グループの全員が発表できるように、一人ずつ順番に話をするように進めてもらいたいと思います。決まったところは手を挙げて合図してください。	○司会者は、グループの全員が次々に話していくように、指名をするのが主な役割であることを伝える。
活動1 ●ワーク1 書き込み 話し合い	13	●それでは、活動に移ります。 ●ワーク1を見てください。 ●お子さんは今、いくつでしょうか?○オオの場合、子育て〇年、親育ち〇年となります。子育てをふり振り返るとこれまでに様々なことがあったかと思えます。まず、子育ての中のエピソードや心に残っていることなどを思い出してみましょう。 ●それぞれのエピソードについて、思いつくものをご記入ください。後ほど班でエピソードを紹介しあいますので、よろしくお願いたします。 ●書く時間は7分間です。 ●7分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○エピソードについて、話し合いで出し合う場面があることを伝える。 ○お互いに聴きあった話については、個人的な部分について配慮が必要であることを伝える。 ○心に残っている場面、うれしかったことや心配したことなど、それぞれのできごとと気持ちや様子についてイメージを持たせる。 ○グループの司会の進行で全員が出し合えるように配慮する。
活動2 ●ワーク2 書き込み 話し合い		●次に、ワーク2に移ります。 ●子育ての中で、様々なことがあったかと思えます。 ●これまで、お子さんの成長とともに保護者自身も様々なことを考え、経験してきました。保護者として成長してきたかと思えます。どのようなものがあるかと思えますか。	○全体の中からみんなの前でも読んでよい参加者がいれば、みんなの前で読んでもらう。無理強いはいしない。

展開	時間(分)	ファシリテーターのこぼ	展開のポイント
活動2 ●ワーク2	8	ワーク2に書いてみましょう。 ●書く時間は3分間です。 ●3分が経過したら合図をしますので、それぞれ書いたことをグループ内で発表し、情報交換をしてください。その際司会者は、全員が発表できるように進行をお願いします。	○あたたかい雰囲気で行っておこなう。
活動3 ●ワーク3 書き込み	12	●次に、ワーク3に移ります。 ●ワーク1やワーク2を通して、これまでの子育てについてふり返ることはできたでしょうか。 【パターン1:将来の子どもへの手紙】 ●さて、ワーク3では、みなさんの子どもへ向けて、手紙を書いていただきます。新たな旅立ちに際し、子どもへの思いや今後への期待、保護者としての夢等、様々な思いをこめて、手紙を書いてみましょう。書く時間は10分です。では、はじめてください。 【パターン2:将来の自分への手紙】 ●さて、ワーク3では、将来のご自身へ向けて、手紙を書いていただきます。子どもの新たな旅立ちには、私たち保護者にとっても子育て一区切りともいえます。これからの新たな子育てのスタートに際し、数年後のご自身へ向けて、手紙を書いてみましょう。手紙を書く際は、何年後のご自身に手紙を書くかを各自で設定し、書き始めてください。書く時間は10分です。では、はじめてください。 【パターン3:過去の自分への手紙】 ●さて、ワーク3では、過去のご自身へ向けて、手紙を書いていただきます。子どもの新たな旅立ちには、私たち保護者にとっても子育て一区切りともいえます。これまでの子育てをふり振り返り、子育て真っ最中のご自身へ向けて、手紙を書いてみましょう。手紙を書く際は、何年前のご自身に手紙を書くかを各自で設定し、書き始めてください。書く時間は10分です。では、はじめてください。	○全体の中からみんなの前でも読んでよい参加者がいれば、みんなの前で読んでもらう。無理強いはいしない。 ○あたたかい雰囲気で行っておこなう。
ふりかえり 書き込み	4	●それでは本日のふり振り返りをします。 ●これまでの子育てをふり振り返るとさまざまなことがあったかと思えます。子育てと同時に親育ちの年数を経たことと思えます。 ●今日は、子育て当初の気持ちやこれまでの子育てをふり振り返り、そしてこれからのことを考えながら、新たな気持ちで前向きに子育てに向かう気持ちを持つことはできたでしょうか。 ●本日の活動をふり振り返り、考えたことや感じたことはどんなことがありましたか。書いてみましょう。	
まとめ エッセイ	1	●お疲れ様でした。 ●「子育て〇年、親育ち〇年」の活動はいかがだったでしょうか。 ●いよいよ子どもは、未来に向けて新たな進路へと進みます。 ●子どもの成長を日々感じるとともに、この研修を機会にご自身の成長にも目を向けることができれば幸いです。	○エッセイは時間があれば、音読する。時間がなければ、各自で読むように伝える。

※話し合いの時間や参加者によって、それぞれのワークや話し合いの時間をアレンジしてみましょう。

発展的に話し合ってみるなら…(こんなことも話し合ってみましょう。)

- 子どもと同様にあなたのことも据え直してみましょう。あなたの①現在の魅力はどのようなところですか?(積極的にお答え下さい)、②将来(例えば、10年後)どのような魅力を身につけていきたいですか?
- 子どもは社会人として求められる力を身につけなくてはならない部分があります。子どもは①どのような力がまだ十分身につけていないですか?②その力を身につけるためにどのような取組が必要ですか?

ファシリテーター用 メモ欄