

## ◆やまがた子育て講座◆

### 事例1 「心がまあるくなる言葉」

会 場：大石田町立大石田南小学校

講 師：菊地 喜美子 氏（県家庭教育アドバイザー）

<PTA教育講演会>

- (1) 自分の気持ちを自分の言葉で伝えることの大切さ
  - ・言葉の表現はいろいろ&言葉が伝わる正三角形
  - ・「まる語」とは ・まる語メソッド
  - ・私のまる語紹介をしよう
- (2) 楽になるコミュニケーション術
  - ・見える言葉とは ・言葉を見てみよう
- (3) 自分らしさで伝える=コミュニケーションのまあるい輪
  - ・間の取り方、伝わる質問、自分の意見を持つには
  - ・言葉を変換して自分の才能を知る



<参加者の感想>

- ・何気なく使う言葉を子どものためにも大切に使いたいと思えるきっかけになりました。
- ・考えたことのない視点で言葉について見ることができました。子どもへ伝える言葉を話す前に考えてから話したいと思います。
- ・分かっているようで分かっていない言葉の受け取り方について、「色や形」に置き換えることでとても分かりやすかったです。



### 事例2 「令和の子育て・親育ち ～発達を踏まえた対処法～」

会 場：最上町立向町小学校

講 師：寒河江 亜衣子 氏（公認心理師・臨床心理士）

<全体講演会>

1. 子どもの脳の発達について
  - ・脳の機能
  - ・10代特有の脳のメカニズム
2. 脳とネット依存等との関係
  - ・なぜ依存するのか
  - ・依存しないための方法
  - ・ネット依存等での親の関わり方

<参加者の感想>

- ・現実的な話、現実的な解決方法で分かりやすかった。
- ・身近な話をしていただき大変分かりやすかった。
- ・先生の子育てでの体験なども踏まえて実感できる内容だった。
- ・とても聞きやすく分かりやすい内容だった。今後の育児の参考にしていきたい。
- ・自身や子ども達に直接関係する話で大変参考になった。



### 事例3 「怒りをコントロールして人生をもっと楽しく！」

～今日からできるアンガーマネジメント～

会 場：舟形町中央公民館

講 師：須藤 好子 氏(県家庭教育アドバイザー)

<全体講演会(研修会)>

- 1 「怒る」ことに対するメリット・デメリットを参加者で考え、情報共有
- 2 「怒ること」の要因分析や「怒る時」の自己診断を通じた、怒ることのメカニズムの理解
- 3 「怒り」をコントロールするための気持ちや行動を分析し、どのように対応するかグループワークで話し合い



<参加者の感想>

- ・子どものやる気を大切に、親として感情をコントロールしていきたい。
- ・怒ることへの理解が深まり、感情にまかせて否定するのではなく、挑戦させることの大切さを学ぶことができた。

### 事例4 「就学直前の今 大切にしたいこと」

会 場：米沢市立上郷小学校

講 師：岩倉 由美 氏(学校教育専門員)

<全体講演会>

- 1 入学前に身につけてほしいこと
- 2 自己肯定感を育てよう
  - ・子どもとの関わり方
  - ・子どもの叱り方
- 3 アンケート記入

<参加者の感想>

- ・耳が痛いところもありましたが、改めて子どもとの関わり方、気を付けなければいけないなど、立ち止まって考える機会になりました。
- ・子どもの叱り方について考えさせられることが多々ありました。再度、自分の子どもへの接し方を見直したいです。
- ・日頃思っているもできないことが多いですが、その事こそが大事なんだと実感しました。



## 事例5 「家庭における子育てについて ～子どもの育ちを支援して～」

会 場：飯豊町立第一小学校

講 師：小松 ひろみ 氏（家庭教育アドバイザー）

<全体講演会>

### 1 自己紹介

- ・養護教諭の役割

### 2 大切にしたい3つの視点

#### ①さまざまな子育て論

- ・家庭の中で目指すものを（学習、スポーツ、人として大事にしたいこと等）話しておくことで、子どもは「何に向かって頑張る」のか見えてくる。

#### ②生活リズムと科学的根拠

- ・生活リズムが「からだ」と「こころ」を支えている。

#### ③やまがた子育て5か条を読み込む「心をつなごう親子の対話 よさを引き出すあったかことば」

- ・何気ない会話の中に大事なことがある。

### 3 子どもの脳を傷つける親たち

### 4 親として大切にしたいこと

<参加者の感想>

- ・子育てについて、快食・快眠・快便のことをくわしく聞けて良かったです。改めて生活リズムの大切さがわかりました。
- ・一人ではなく、家族みんなで子育てしていきたいと思いました。
- ・自分のメディアとの関わり方も見直そうと思いました。さみしい思いをさせていたなどと思いました。



## 事例6 「これで親の不安解消！我が子の小学校入学に向けて」

会 場：酒田市立浜中小学校

講 師：阿彦 洋子 氏（特別支援教育士）

<講話>

- ・我が子の「ここがよいところ」を出し合おう
- ・新入学児童が小学校生活にスムーズに移行できるような親の関わり方とは
- ・小学校入学にあたって保護者の不安な気持ちや普段の子育てに関する悩みを解決する方法

<参加者の感想>

- ・これからの子育ての不安解消方法や、自信をもって子育てをするための極意を教えてもらえました。
- ・もっと子どもの顔を見て会話しようと思いました。
- ・親として大切にしたい話を聞かせてもらいました。子どもとの普段の関わりについて、改めて見直す良い機会となりました。



## 事例7 「1日1日をハッピーに」

会 場：鶴岡市立朝陽第六小学校

講 師：渋谷 真子 氏 (車いす YouTuber)

### <講演会>

- ・ 萱草職人を目指して活動中、転落事故で脊髄を損傷し、車いす生活に
- ・ 「思いやりの心」「大切な命」「人への感謝」及び「家族の愛」について
- ・ 「できない」とあきらめるのではなく、一歩踏み出す勇気を持って進む

### <参加者の感想>

- ・ 体の不自由な人がいて、困っていたら声を掛けて手伝う…当たり前のことのようにですが、子どもと一緒に話題にするきっかけとなりました。
- ・ いつも子どものマイナス面だけを見て注意ばかりしていたので、良いところを見つけ、ハッピーに過ごすことが大切であると感じました。
- ・ 助けてくれている周りの方に感謝しながら、前向きに楽しく生きていくことのすばらしさに気づくことができました。



## ◆家庭教育出前講座◆

### 事例1 「地域みんなで 子育て・孫育て」

出前先：株式会社 黒田組

講師：土屋 常義 氏（県家庭教育アドバイザー）

#### <講演会>

「子どもの自己肯定感（自尊感情）を高めるために  
～周囲の大人にできること～」

- (1) そもそも「家庭教育」とは何？
- (2) 子どもの育ちで大切なものとは！
- (3) 子どもの「今」を考える…そして大切にしたいこと！
- (4) 体験的活動を重視した「子育て活動論」



#### <参加者の感想>

- ・このような勉強の機会は、社会人となってからあまりなかったため勉強になりました。
- ・親となって自分に不都合な事（汚れ物を洗いたくない）は、子どもに規制をかけがちですが、自分が子どもの頃は、親は何でもさせてくれたと思いました。
- ・時代によって子どもから見た大人の姿も変わってしまったこと、自然の中で好奇心のまま体験することの大切さに気づきました。
- ・地域のかかわり、ななめの関係性、地域で子どもたちを育てていくことの大切さについて、新たな気づきを得ることができました。
- ・「子ども」というワードを、「職場の同僚」「部下や後輩」等に置き換えて考えると、今回の学びは、「職場における人材育成」にも活かせると思いました。

### 事例2 「これからの働きやすさを考えよう」

出前先：南陽ロータリークラブ（南陽市）

講師：小野 卓也 氏（県家庭教育アドバイザー）

#### <全体講演会>

##### ①会社に伝えていない本当の退職理由

- ・1位 職場の人間関係が悪い

##### ②セクハラ、パワハラを生まないための10か条

##### ③産後パパ育休

- ・家庭や育児に専念することで、人として一回りも二回りも大きくなって帰ってくる。

##### ④傾聴とアサーション／ロールプレイング

- ・相手への共感
- ・否定ではなく改善
- ・目標の共有



#### <参加者の感想>

- ・家庭内でのコミュニケーションの取り方を考え直す、よいきっかけとなりました。
- ・相手のことも受け入れる、ということを再確認できました。
- ・コミュニケーションの大切さを学ばせていただきました。
- ・様々な世代と話し合いや意見の交換をしてみたいと思いました。



### 事例3 「『気になる子ども』への対応について」

出前先：子どもたちの居場所づくりを考える会

講師：伊藤 洋子 氏（県家庭教育アドバイザー）

#### <講演会>

- ・共生社会の形成に向けたインクルーシブ教育という考え方
- ・全ての子どもの自立と社会参加をめざして
- ・関わりとして大切なこととその具体例
- ・自立と社会参加に向け切れ目ない支援を



#### <参加者の感想>

- ・職場の子どもたちのことを頭に浮かべながらお話を聞きましたが、自分の子どもにも当てはまることや大人同士のことにも関連することもあり、日常的に心掛けていきたいと思いました。
- ・子どもだけでなく、大人同士の関係性にも生かせるスキル、考え方だなと感じました。
- ・「特性がわかると関わり方が見えてくる」という言葉が一番に響きました。
- ・インクルーシブ教育、共生社会の実現に向けて、自分ができることを今後もやっていきたいです。



### 事例4 「地域のみんなで 子育て・孫育て」

子どもの自己肯定感（自尊感情）を高めるために～周囲の大人にできること～

出前先：東山ふれあいサロン

講師：土屋 常義 氏（山形県家庭教育アドバイザー）

#### <講演会>

##### ①「家庭教育」とは？

- ・家庭はすべての教育の出発点

##### ②子どもは家庭だけでなく、学校や地域の様々な人たちとかかわり見守られ成長する。

##### ③子どもの育ちで大切なもの

- ・自尊感情の高まり
  - \* 育った環境に左右される「基礎的自尊感情」
  - \* 社会的環境や人生経験が関係する「社会的自尊感情」

##### ④体験的活動を重視した「子育て活動論」

- ・「遊育」、ななめの関係性、感動共有

#### <参加者の感想>

- ・体験を積み重ねていくことが、豊かな心を育てていくことに改めて気づきました。
- ・ななめの関係性を大切に、大人から子どもへどんどん声がけして、ほめて伸ばす子育てを楽しんでいきたいです。
- ・地域の方とも話をするのができ、新鮮な気持ちで家庭教育について考えることができました。
- ・子どもが「楽しい」、「なぜだろう」と思う機会を作って、私自身も楽しみながら子育てしたいと思いました。



**事例5** 「不登校・多様な学びの保障と『フリースペース道』の活動」  
 出前先：地域の子ども会活動を考える会（新庄市）  
 講師：高橋 雅道 氏（一般社団法人フリースペース道 代表理事）

<講演会>

- ・小中学校の不登校の実態
- ・不登校の子どもたちや家庭が孤立する。
- ・不登校児童生徒の支援が学校中心になる。
- ・不登校から社会的自立に向けて
  - ①回復期(自分を受け入れる時期)
  - ②発展期(自分のやりたいことに向かう時期)
- ・「フリースペース道」の紹介
  - 所在地：宮城県大崎市岩出山
- ・不登校の子どもたちに、学校以外の多様な学びの場を提供する。
- ・将来の宮城を担う人材を育成する。



<参加者の感想>

- ・今まで知らなかった子どもや教育に関する法律のことも聞けて、とても勉強になりました。
- ・今悩んでいる周りの人や、知り合いの保護者の方に何をしてあげられるのだろうと考えさせられました。
- ・先生の話聞いて、自分の経験を話して、すてきな時間を過ごせました。
- ・新庄にもこのようなフリースペースがあれば、周囲の理解が進むと思いました。同じような悩みや不安を抱えている人たちが集まれる会があればいいと思いました。

**事例6** 「これからのすてきなライフスタイルとは  
 ～働き方改革でできた余暇を充実させよう～」  
 出前先：南陽ロータリークラブ（南陽市）  
 講師：黒田 三佳 氏（県家庭教育アドバイザー）

<全体講演会>

- ①里山での暮らし
- ②発想の転換で叶える
- ③再発見、再確認、再導入
- ④現在の経済を支えている18才以上の労働者層
  - ・X世代 管理職世代 デジタルイミгранト
  - ・Y世代 活躍中の中間層から若者 デジタルパイオニア
  - ・Z世代 これから活躍するデジタルパイオニア
 一人ひとりの個性による違いもあるが、環境面の違いが、行動特性や仕事への価値観に影響を与えていると考えられる。
- ⑤すてきなライフスタイル
  - ・たようせい／たにんをみとめる／たくさんの考え方がある／たのしむ／たしぎん／たいりつしない



<参加者の感想>

- ・それぞれの世代の仕事や余暇に対する考え方を尊重できるように「多様性・他人を認める・たくさん考え方がある・楽しむ・たし算・対立しない」ということを大事にしていきたいです。

**事例7** 「みんなちがってみんないい ～みんなにやさしいまちづくり～」

出前先：庄内町民生委員・児童委員協議会（庄内町）

講師：長谷川 薫 氏 高橋 幸 氏（花笠ほーぷ隊）

<講話・疑似体験>

- ・「共生社会」・・・誰もが自分らしく楽しく過ごす社会。
- ・「描いてみよう」・・・描きにくい言葉は伝わりにくい。
- ・「探してみよう」・・・探している物以外目に入らない。
- ・「これなあに」・・・みんなが同じように見てはいない。
- ・「後出しじゃんけん」・・・時間をかければ処理できる。
- ・「軍手をはめて花紙開き」・・・優しく声をかけて待つ。
- ・「伝えてみよう」・・・違う言葉で違う気持ちを伝える。
- ・「平等・公平・公正」・・・みんなに優しい合理的配慮。

<参加者の感想>

- ・目に見えない障がいは、たくさんあることに気づきました。
- ・障がいのある人の見え方や感じ方について、疑似体験を通して学ぶことができました。
- ・障害のある人の状況を知り、理解することの大切さを感じました。偏見を持たない接し方をしたいなと思いました。
- ・今回のような研修会を、子どもたちや学校の先生など、さらに多くの人に広め、障がいのある人についてみんなで理解し合う「共生社会」になってほしいです。



## ◆幼児共育ふれあい広場◆

### 事例1 「子どもの自己肯定感（自尊感情）を高めるために ～周囲の大人にできること～」

会 場：西川町子育て支援センター「ぽっかぽか」  
講 師：土屋 常義 氏（県家庭教育アドバイザー）

#### <研修内容>

- (1) 幼児期の教育について考える
- (2) 子どもの育ちで大切なものを理解し、対応を考える
- (3) 子どもの「今」を考える……そして大切なこと！
- (4) 様々な経験から思う「子育て論」

～かつて「子ども」だった大人の皆さんへ～

#### <参加者の感想>

- ・ 何気ない言葉や体験が、子どもにとって大きな影響を与えること、親はさせるだけでなく、一緒に体験することが大切だということに気づきました。自分だけでなく家族も一緒に聞いてほしい内容でした。
- ・ 怒るときは、自分の価値観で怒っていたんだと反省しました。
- ・ 基本的自尊感情を築く大切な今この時期に子どもとのかかわりを大切にし、「共に学び、共に笑い、共に育ちあう」ということをやっていきたいと思います。心に響くキーワードがたくさんあり、大変ためになりました。



### 事例2 「親子ふれあい体操」

会 場：鮭川村立鮭川保育所  
講 師：伊藤 淳子 氏（県家庭教育アドバイザー）

#### <親子ふれあい体操>

- ・ 子育てに関するアドバイスを交えながら、親子で一緒に体操をすることで、親子のふれあう時間をつくった。



#### <参加者の感想>



- ・ 親子の笑顔が見られとても楽しそうに見えたので、こちらもいつの間にか顔がほころんでいた。
- ・ 子どもと一緒に体操することが無かったので、このような機会があってよかった。
- ・ 手をにぎったり、こちょこちょで触れ合ったりで、スキンシップがたくさん取れたのでよかった。

### 事例3 「親子でクリスマスミニパフェづくり体験（えほんの森SP共催）」

会場：戸沢村中央公民館

協力：おはなしサークルくれよん

<講座内容>

- (1) 絵本の読み聞かせ
- (2) 親子でクリスマス時期に合わせた簡単なトライフル風ミニパフェ作り  
→ 子ども用包丁でスポンジを切ったり、食材を混ぜたりと調理を一緒にすることで新鮮な体験となったようだ。

<参加者の感想>

- ・ 保育園に行っても送迎は祖母だったりして日ごろ母親同士で会う機会がないので、子どもの様子を見ながら話す良い機会になりました。
- ・ 年齢が違う子どもたちが一緒に楽しめて良かったです。
- ・ 家では包丁を使ってないので、これを機に家でも経験させたいです。
- ・ 楽しくお菓子作りができました。簡単な工程なのでお家でも作りやすいなと思いました。



### 事例4 「親子でモンテサッカー教室」

会場：向山壮 体育館

講師：モンテディオ山形 星野 高輝 氏 ・ 平吹 永太郎 氏

<親子ふれあい体験講座>

- 1 開会
- 2 挨拶・講師紹介
- 3 「親子でモンテサッカー」

【ねらい】

- ・ サッカーを通して親子のコミュニケーションを図る。
- ・ スポーツやサッカーの楽しさを伝えること。また、多くの仲間とサッカーを通して、関わる中で健やかな心や社会性を育めるようにする。

<参加者の感想>

- ・ 他の子どもと一緒に楽しそうにしている姿を見ることができてよかった。
- ・ 子どもと一緒に体を動かし、運動をすることができて有意義な時間だった。
- ・ 娘となかなかすることができないサッカーができて楽しかった。
- ・ 家では、ゲームやメディアにしか興味を示さなかった子どもが、とても楽しそうに、一生懸命ボールを追いかけている姿を見て、スポ少に入るきっかけになればいいと思った。



### 事例5 「うれしいな うたにあわせてげんきいっぱい！」

会場：飯豊町町民総合センターあ～す

講師：二瓶 明美 氏 他2名

<親子ふれあい体験講座>

#### 1 はじまりの音楽

素敵な演奏からスタートした音楽会

#### 2 演奏だけでなく歌もききました

キレイなハーモニーにうっとり

#### 3 子どもたちが楽器を持って演奏

みんなで奏でる音楽は楽しかった

<参加者からの感想>

- ・子どもたちが実際に演奏できたことが良かった。
- ・有名な講師の方もいて、贅沢な会だなあと考えた。
- ・子どもが知っている曲もあったので、飽きずに聞くことができた。



### 事例6 「親子で楽しいリトミック」

会場：遊佐町子どもセンター（遊佐町）

講師：鍋谷 志麻 氏（八幡子育て支援センター子育て相談員）

<親子体験>

- ・ピアノの音色に合わせた動き（歩く、回る、早歩き）。
- ・ペープサート、スカーフ遊び、ロープ遊び。
- ・プリンカップでクラゲ作り。
- ・バルーン遊び。カラフルなバルーンくぐり。

<参加者の感想>

- ・リトミックに興味があったので、参加して良かったです。子どもとゆっくり過ごすことができました。
- ・スカーフ遊びが楽しかったです。クラゲを手作りする時間も良かったです。
- ・子どもにもっと音楽に触れさせたいと思いました。リズム感や音感を大事にしたいです。



## 事例7 「親子運動遊び広場」

会 場：みかわ幼稚園（三川町）

講 師：鎌田 里香 氏 （全日本リトミック音楽研究会山形県支部）

### <親子体験>

- ・親子運動遊びを楽しみ、家庭でのふれあいのきっかけにする。

### <参加者の感想>

- ・音楽（ピアノ）や身近な道具を使った遊びは、思っているよりもたくさんあり、子どもや友達と一緒に楽しむことができました。
- ・兄弟がいるので、なかなか親と子1対1でふれあう機会が少ないです。今回の運動遊びで、子どもがずっと笑顔でした。色々な体の動きを2人で一緒にできてよかったです。
- ・子どもとの遊びのバリエーションを増やすという面で、このような機会はありがたいと思いました。



## ◆家庭教育支援フォーラム◆

### 村山地区「家庭教育支援フォーラム」①

- 1 テーマ 「怒りをコントロールして人生をもっと楽しく！  
～今日から始まるアンガーマネジメント～」
- 2 期日・会場 令和5年5月10日（水） 村山総合支庁西村山地域振興局講堂
- 3 対象者 山形県家庭教育アドバイザー、各小中学校教職員、  
市町教育委員会家庭教育支援担当者及び読書活動・図書館担当者、  
図書館職員、読み聞かせサークル及び読み聞かせボランティア、  
市町児童福祉部局担当者、子育て支援センター職員、幼稚園・認定  
こども園・保育所職員、一般 等（参加者45名）
- 4 内 容 講師（県家庭教育アドバイザー 須藤 好子 氏）  
グループワークを交えた講座（90分）

- ・怒ることのデメリット・メリット
- ・アンガーマネジメントとは
- ・私たちが怒らせるもの
- ・怒りの連鎖を断ち切ろう



### 5 参加者のアンケートから（記述抜粋）

- ・今後も参加していきたいです。グループワークをしながらの形式だったので、参加しやすく充実した研修となりました。
- ・とても楽しい充実した講座でした。自分の中の意識を変えて、怒りと上手に付き合っていけるようになりたいと思いました。また、今日学んだことを仕事の中でも生かしていきたいと思います。先生のお話がとても楽しく、興味が高まるような内容でした。
- ・様々な業種の方々がアンガーマネジメントでグループワークをしたことで、自分が思っていたことを共有できたり視野を広げたりすることができました。自分だけで参加するのではなく、家族などで参加できるとお互いにいい影響がありそうだと思います。
- ・先生のお話がとてもおだやかで、また具体的で分かりやすかったです。自分のふだん怒っていることなど、よくよく考えればちっぽけなことだと感じました。
- ・怒りをコントロールするためには、まず自分のストレスをコントロールすることが必要だと思います。ストレスマネジメントと一緒に子ども、保護者に伝えてみようと思います。また、数値や言葉にしてみると、自分の怒りは小さなものだと思うことができました。怒りの温度計等保健室でも活用できそうだと思います。

## 村山地区「家庭教育支援フォーラム」②

- 1 テーマ 「怒りをコントロールして人生をもっと楽しく！  
思いが伝わる叱り方で円滑な人間関係～」
- 2 期日・会場 令和5年10月18日(水) 寒河江市中央公民館 中公ホール
- 3 対象者 山形県家庭教育アドバイザー、各小中学校教職員、  
市町教育委員会家庭教育支援担当者及び読書活動・図書館担当者、  
村山総合支庁子ども家庭支援課担当者、市町児童福祉部局担当者、  
図書館職員、読み聞かせサークル及び読み聞かせボランティア、  
保育施設園職員、一般等(参加者43名)
- 4 内容 講師(県家庭教育アドバイザー 須藤 好子氏)  
グループワークを交えた講座(90分)

- ・アンガーマネジメントとは
- ・上手な叱り方を身につける
- ・普段からできる叱るトレーニング
- ・さらに知ってほしいアンガーマネジメント



## 5 参加者のアンケートから(記述抜粋)

- ・叱り方について、伝える声のトーン、場の雰囲気を変えて実行してみたいと思います。トライ・アンド・エラー、トライ・アンド・エラーをくり返し、伝え方上手な人間になれるよう努力していきたいと思います。今まで気づけなかったことがたくさんあり、明日からさっそく実践していきたいと思います。
- ・学んだことをすぐに現場で生かせる内容でよかったと思います。グループワークの使い方も今回とても有意義でした。自分で考えながら他の人の意見を聞くことにより、考えが深まり、また違う視点で考えることもできました。実体験の話はやはりわかりやすく良かったです。
- ・初めての参加で学ぶことがたくさんありました。グループでの話し合いもとても楽しかったです。先生のお話もとても楽しく、時間があっという間でした。これから先、よりよい人生を過ごすため、アンガーマネジメントを心におき、自分も相手も気持ちの良い職場・家庭環境を作っていきたいと思います。
- ・初めて参加しましたが、自分の普段の姿を改めて客観的に見ることができました。自分の信念をもつことも大切ですが、相手に寄り添うことも忘れず頑張っていきたいと思いました。
- ・2回目の参加でしたが、毎回納得と「次はこうしてみよう」という意欲がわいてきました。

## 最上地区「家庭教育支援フォーラム」①

- 1 期日・会場 令和5年6月3日(土) 新庄市エコロジーガーデン
- 2 参加対象 市町村教育委員会、地区PTA協議会母親委員及び保護者、小中義務教育学校教員、保育士、子育て支援者等 56名
- 3 内 容

- (1) 講演 演題「子どもの心に響く励ましの言葉がけ～ペップトーク～」  
講師 小野 弘志 氏 (一般財団法人日本ペップトーク普及協会認定講師)

### 【要旨】

- ・ペップトークとは
- ・スポーツ選手を励ますのに指導者やリーダーが試合前に使う「短い激励のメッセージ」＝「前向きな背中の一押し」のこと
- ・短くて、わかりやすく、肯定的な言葉を使った、魂をゆさぶる、人をその気にさせる
- ・ペップトークの特徴
- ・現在の状況を受け入れる
- ・肯定的な言葉を選ぶ
- ・短くわかりやすく
- ・背中の一押し
- ・ネガティブな表現をポジティブな表現に変換する
- ・思い込みによる自己形成 (ネガティブな発言はマイナス思考になる)

- (2) 感想交流 (グループワーク)

### 【講演の様子】



### 【感想交流・情報交換の様子】



## 4 参加者のアンケートから (記述抜粋)

- ・ポジティブな言葉をたくさん使っていて良かったです。
- ・先生のおはなしに元気をいただきました。子どもに対してはプラスの声かけを意識してきましたが、周囲の大人、そして自分自身に対しても意識してみたいと思いました。
- ・完璧をめざさなくてもよいという言葉が響きました。
- ・子どもの自己肯定感を伸ばすには、親も自己肯定感を高めることが必要だと感じました。
- ・子どもにとって一番身近な家族がきちんと受け止めてあげることで、自分に自信をもって成長できるのかなと思いました。
- ・まず自分が楽しんで、わくわくしたほうが前に進めると思いました。こうしなければならぬと考えがちな時に、ポジティブに自分をペップトークで励まして、さらに周りにもポジティブを分けられたらいいなと思いました。

## 最上地区「家庭教育支援フォーラム」②

- 1 期日・会場 令和5年9月7日（木） 新庄市エコロジーガーデン
- 2 参加対象 市町村教育委員会・福祉主管課職員、幼稚園教諭、保育士、子育て支援者（読み聞かせサークル会員）等 17名

### 3 内 容

#### (1) 講演とワークショップ

演題「子どもと一緒に楽しく体を動かすアイデア」

講師 伊藤 淳子 氏（山形県家庭教育アドバイザー）

#### 【要旨】

- ・「まねっこヨガ」の体験
- ・子どもと一緒にやりたい体ほぐし、ストレッチの体験
- ・「幼児共育ふれあい広場」などでの実践事例の紹介

#### (2) 感想交流・情報交換



#### 4 参加者のアンケートから（記述抜粋）

- ・親子の触れ合いは大事なのだと改めて感じました。
- ・遊びの中で体幹が鍛えられるので、一緒に遊びながら親も子も鍛えていきたいと思いました。
- ・講演だけでなく、今日のような体を使った講座も重要であることを改めて認識しました。楽しみながら何かをすることは、すべての講座に通じるものがあります。
- ・子どもの運動遊びの時のポイント（気を付けること）が分かってよかったです。実際に体を動かして楽しかったです。
- ・親子で楽しく体を動かすアイデアで、心も体もリフレッシュし、ウェルビーイングにもつながると思いました。

## 置賜地区「家庭教育支援フォーラム」①

- 1 期日・会場 令和5年9月28日(木) 置賜総合支庁西置賜地域振興局 講堂  
(オンラインと参集のハイブリット開催)
- 2 参加対象 家庭教育アドバイザー、各市町家庭教育支援担当者、幼稚園・保育園・こども園等関係者、養護教諭、PTA関係者、子育て支援担当者、適応教室職員(参加者25名)
- 3 内 容  
講演・感想交流「子どものメディアのルールづくりと家族のかかわり方  
～人生を豊かに、楽しく生きていくための使い方～」  
講師 増田 貴久 氏(精神保健福祉士、公認心理師、ASK 認定依存症予防教育アドバイザー)

- 1 こどものメディア利用状況
    - ・ほぼ100%の子ども(0歳～9歳)がインターネットに触れている状況
    - ・中学生のスマホ利用は、47.3%(H28)→80.8%(R3)
  - 2 ネットやゲームはこどもたちの第3の居場所
    - ・「遊び場としての居場所」「学び場としての居場所」
    - 「浮かぶ場、漂う場としての居場所」
  - 3 IT後進国からの脱却を託されている子供たち
    - ・文明が後戻りすることはない。日本は海外に比べITが30年遅れている。
  - 4 こどもたちが安全にネットの世界を歩けるようにするには？
    - ・性教育とネットリテラシー教育
    - 危ないからと成人するまで遠ざけるのは大丈夫？
    - 危ないからこそ、しっかり教えて話し合うことが大事
  - 5 思春期を見据えたルール作り
    - ・「約束守らなかったらスマホ取り上げるよ!!」は中学生から通じない
    - ・「何時間より何時まで」「継続1時間で30分オフ(中断の練習)」等
  - 6 ゲーム依存症について
    - ・ゲーム依存は研究中
- 終わりに
- ・伴走型支援の導入を



- 4 参加者のアンケートから(記述抜粋)
  - ・メディアの使用状況が年々変化しており、小さい子供が当たり前に触れる時代だからこそ、大人がメディアについてしっかりと知識を持たないといけないと感じました。
  - ・子どもに応じて守れるルールを作ること。ルールを守れたことを評価することで子どもの自尊心が高まり、ルールを守る意識が育つことが新しい発見でした。
  - ・勉強は仕事、ゲームはリラックスという考え方は学ぶことが多かったです。

## 庄内地区「家庭教育支援フォーラム」①

- 1 期日・会場 令和5年6月9日（金）・三川町子育て交流施設テオトル
- 2 参加対象 保育士、幼稚園・中学校教諭、養護教諭、社会教育関係職員、家庭教育アドバイザー、市町家庭教育担当者等（参加者54名）

### 3 内 容

- (1) テーマ：「子どもの育ちと学びの環境を考える」
- (2) 講 師： 矢生 秀仁 氏（こども環境デザイン研究所所長、絵本作家）

- |   |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. こどもをとりまく環境の変化 ～余白の少ないこどもたち～</li><li>2. こどもたちがのびのび育つ環境づくり</li><li>3. まとめ ～教育のゴールとは～</li></ol> |
|---|



### 4 参加者のアンケートから（記述抜粋）

- ・ 矢生先生の熱意ある講演の最後に「教育は幸せになるためにある」のまとめに改めて納得しました。子どもの見方をもう一度見直してみたいと思いましたし、我が子の育ちを振り返るお話でした。
- ・ 大人の関わりが子どもの育ちにつながることを改めて感じました。スマホに頼りがちになってしまう世の中だが、子どもへの語りかけを大切にしていきたいです。大人になっても「しあわせ」と思えるような子どもたちを育てていきたいです。
- ・ 保育園で勤務している中で、「指導」してしまう自分がいると振り返りました。できる範囲で、ゆとりある関わりを大切にしていきたいと思いました。
- ・ 子どもたちがのびのび育つために十分に楽しむことができ、満足できる遊びの環境づくりというものを大切に、仕事や子育てをしていきたいと思いました。



## 庄内地区「家庭教育支援フォーラム」②

- 1 期日・会場 令和5年8月31日(木)・庄内総合支庁  
2 参加対象 保育士、幼稚園・小中学校教諭、社会教育関係職員、養護教諭、家庭教育アドバイザー、市町家庭教育担当者等(参加者25名)

### 3 内 容

- (1) テーマ: 「助けて…心の声がきこえますか?  
～悩み相談から見えたわたしたちにできること」
- (2) 講 師: 後藤 敬子 氏(ごっと助産院院長 思春期保健相談士、助産師、  
県家庭教育アドバイザー)

1. 相談を始めたきっかけと相談方法
2. 変わる相談内容
3. 学校、家庭、家族、仕事、職場の相談あるある
4. 妊娠・避妊、デートDV等についての紹介
5. グループワーク
  - (1) 講師が実際に受けた相談内容を読む
  - (2) 相談する役と相談される役になり、ロールプレイ
  - (3) 相談者のメッセージ・心の声(何に悩み、どうしたいと思っているか)を想像し、考えてグループ共有・全体共有
6. まとめ

### 4 参加者のアンケートから(記述抜粋)

- ・相談される機会には、ぜひこの研修で学んだことを生かしていきたいと思います。
- ・5つの「あ(愛する・焦らない・慌てない・あきらめない・安心)」、相談時の留意点等、とても勉強になりました。子どもとの会話時等、様々な場面で参考にしたいと思います。
- ・相談内容が変化していることが分かりました。相談時の留意点が細かく、分かりやすくまとめてくださったので、とても参考になりました。仕事だけでなく、自分の子育てにも役立てられそうです。我が家にも「きれいな虹が出るといいな」と思いました。
- ・後藤先生のたくさんの経験談を聞くことができました。話を聞き出したり、相手の心を開かせたりする技についての部分をさらに詳しく知りたくなりました。

