

「親の学習」プログラム

2ー①

あなたにとっての「子育て」とは？

「子育て」実際に口にしてしまうと簡単な言葉ですが、「子育て」のイメージは人によって大きく異なります。自分の子どもが成長するにしたがって、あなた自身の中でも「子育て」のイメージが変化していることも多いものです。

ここでちょっと立ち止まり、「子育て」について肩の力を抜いて考えてみましょう。

ワーク
1

子育てに対するイメージを思い出してみましょう。

①子どもを持つ前に「子育て」についてイメージしていたこと。

②妊娠中に「子育て」について考えたこと。

③第1子が産まれた時に「子育て」について考えたこと。

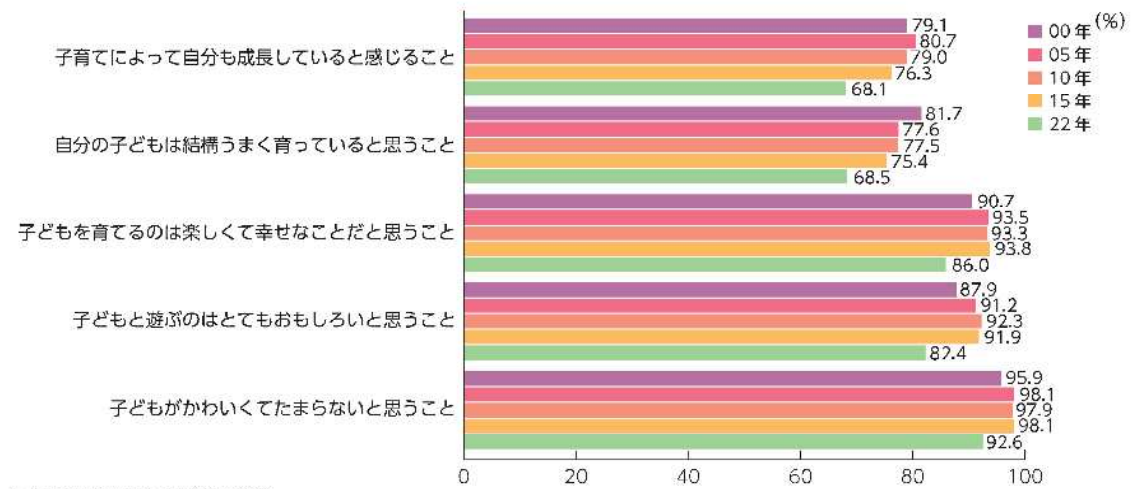
④子どもを持ってよかったこと。

⑤子どもを持って我慢したこと。

⑥資料を見て気がついたこと。

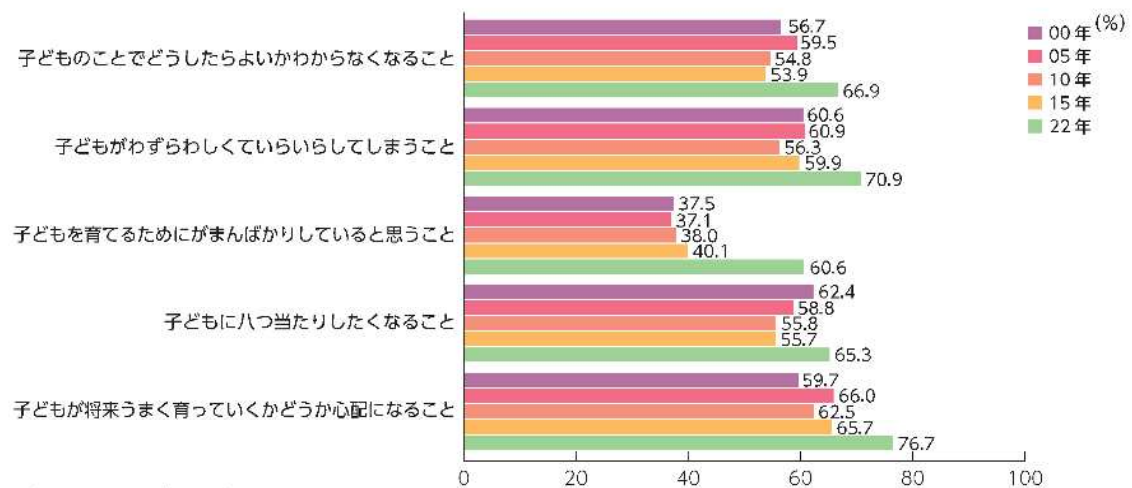
Q あなたは最近、子育てやあなた自身のことについて次のようなことを感じることはありますか。

図2-1-1 子育てへの肯定的な感情(経年比較)



※「よくある+ときどきある」の%。

図2-1-2 子育てへの否定的な感情(経年比較)



※「よくある+ときどきある」の%。

ベネッセ教育総合研究所 第6回幼児の生活アンケート [2022年]

ワーク2 子育ての先輩として、後輩としての意見をメモしてみましょう。

子育てには色々な「とまどい」がつきもの。誰もが、子どものうんちの色やしっくりの心配から始まるものです。子育ての先輩として、後輩にどんなことをアドバイスしてあげたいですか？ 逆に、子育ての先輩にどんなことを聞いてみたいですか？

①子育ての先輩として後輩へのアドバイス

②子育ての後輩として先輩への質問

きっとあなたのまわりには、色々な「子育て」経験をした人がいるはずです。

よろしければ、書いたことを、今日の進行役（「ファシリテーター（学習支援者）」と呼びます）の方に伝えてみてください。何か子育てのヒントが見つかるかもしれません。

ワーク 3

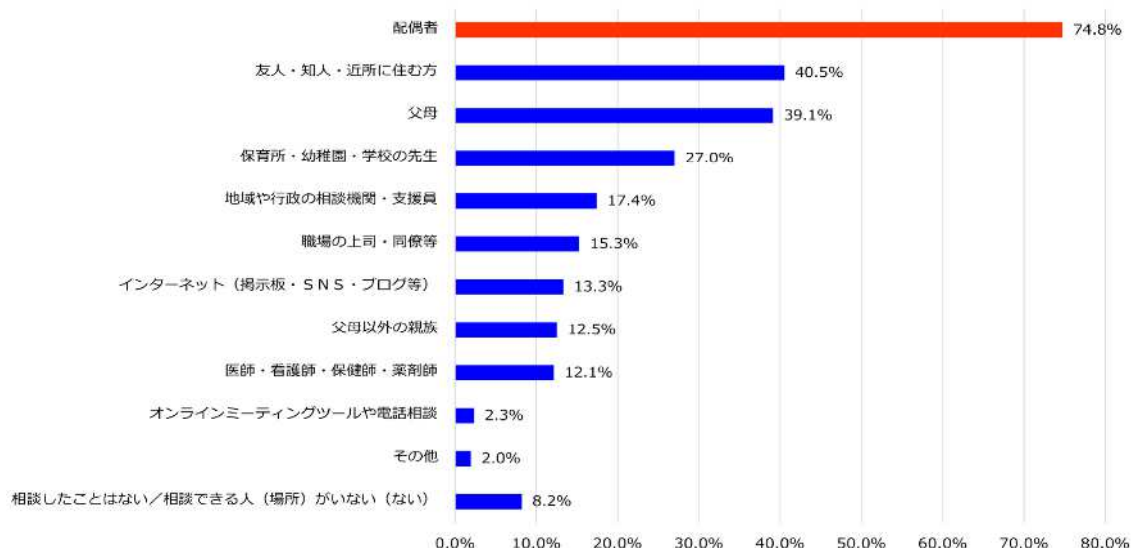
子育ての「?（ハテナ）」ってどうやって知るの？

子供を育てていて「?」に思うことはどんなことですか？また、子育ての「?」をどのように解決しようと思いますか？

（資料を見て、気がついたことなどもメモしてみましょう。）

メモ

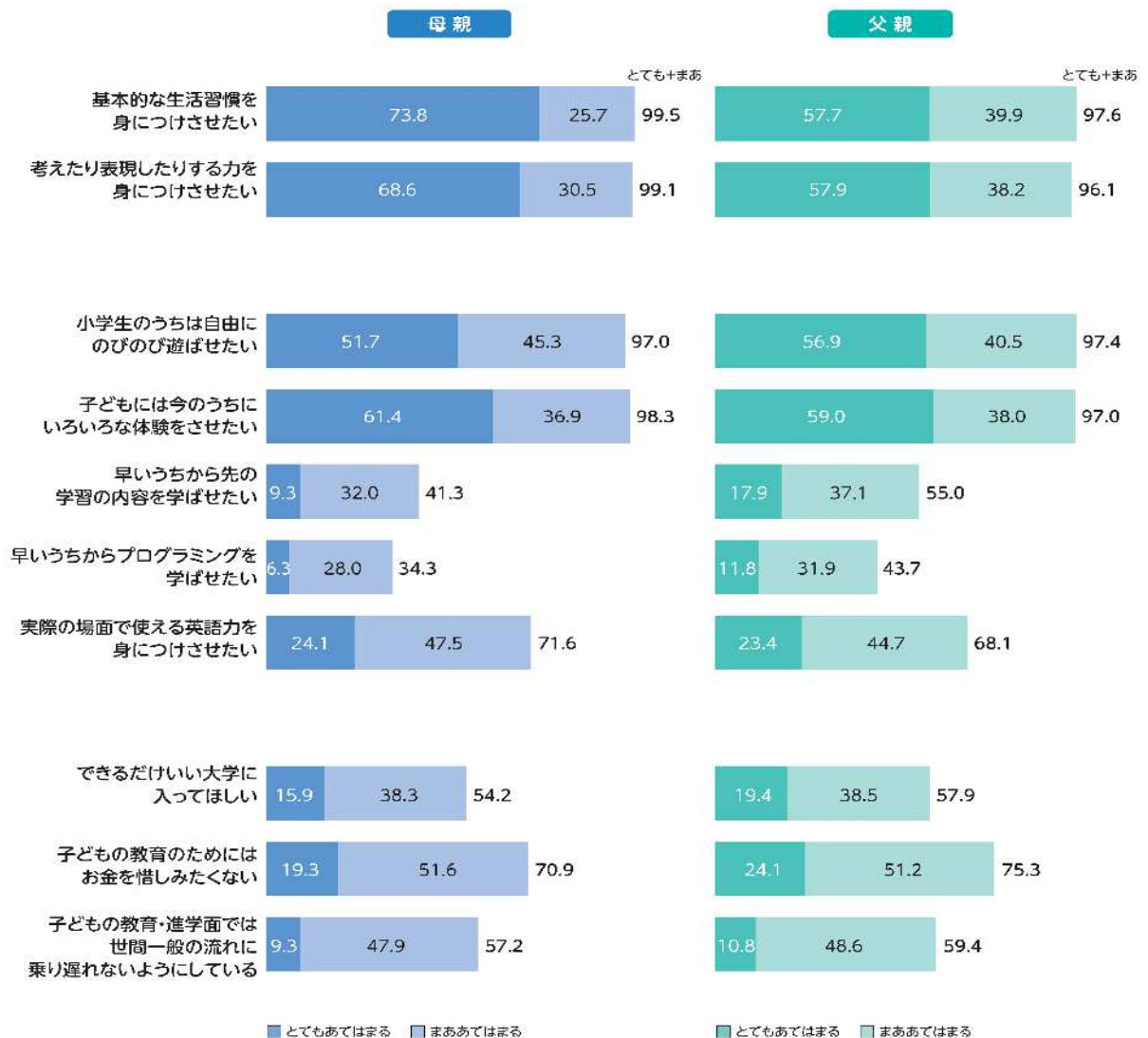
子育ての悩みや不安の相談先について



ふりかえり

皆さんの意見を聞いてどう思いましたか。今日の感想を書いてみましょう。

図2-9 子育て・教育に対する考え方(6歳児期のみ) (%)



「親の学習」プログラム

2-2

子供の育ち・子供の目線で見よう

私たちは、大人の目線で生活しています。ところが、世の中にはさまざまな目線でさまざまな世代が共生して暮らしています。子供の目線にワープ。そのまま身の回りの世界を見てみましょう。いろいろな発見があるはずです。おもしろそうなこと、不思議なこと、怖いこと、それから危ないことなど…。

ワーク
1

つぎの資料を見て、気づいたことをメモしてみましょう。

発達 の 目 安	誕生	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳
		首がすわる 足をバタバタさせる		離乳食を始める	寝返りをうつ	一人座り	ハイハイをする		つかまり立ち 指で物をつかむ		一人歩き 走る	階段を登り降りする その場でジャンプ 高い所へ登れる				
主 な 起 こ り や す い 事 故	<就寝時の窒息事故> ・うつぶせで寝て、顔が柔らかい寝具に埋もれる ・家族の身体の一部で圧迫される ・掛け布団、ベッド上の衣類、ぬいぐるみ、スタイなどで窒息 ・ベッドと壁の隙間などに挟まれる ・家族の身体の一部で圧迫される ・ミルクの吐き戻しによる窒息 4ページ															
	・食事中に食べ物で窒息 ・おもちゃなど小さな物で窒息 ・ボタン電池、吸水ボール、磁石などの誤飲 ・医薬品、洗剤、化粧品などの誤飲 ・包装フィルム、シールなどの誤飲 ・たばこ、お酒などの誤飲 5ページ															
	・ブラインドやカーテンのひも、洗濯機への閉じ込めなどによる窒息 4ページ															
	・大人用ベッドやソファからの転落 ・ベビーベッドやおむつ替えの台からの転落 ・抱っこひも使用時の転落 ・ベビーカーからの転落 6ページ															
	・椅子やテーブルからの転落 ・階段からの転落、段差での転倒 6ページ															
車・自転車関連の事故	・ベランダなどからの転落 ・窓や出窓からの転落 6ページ															
	・ショッピングカートからの転落 ・遊具(すべり台、ジャングルジム、ブランコなど)からの転落 ・ペダルなし二輪遊具、キックスクーター等での転倒 7ページ															
	・チャイルドシート未使用または誤使用による事故 ・車内での熱中症 8ページ															
	・車のドアやパワーウィンドウに挟まれる事故 ・子ども乗せ自転車での転倒 ・自転車に乗せた子どもの足が後輪に巻き込まれる、スポーク外傷 8ページ															
	・道路上などでの事故 ・機械式立体駐車場での挟まれ事故 9ページ															
水まわりの事故	・入浴時に溺れる 10ページ															
	・浴槽へ転落し溺れる ・洗濯機、バケツや洗面器などによる事故 10ページ															
	・ビニールプールやプールなどでの事故 ・海や川での事故、ため池、用水路、排水溝、浄化槽での事故 10ページ															
やけど	・お茶、みそ汁、カップ麺などでのやけど ・電気ケトル、ポット、炊飯器でのやけど ・調理器具やアイロンでのやけど 11ページ															
	・暖房器具や加湿器でのやけど ・ライター、花火によるやけど 11ページ															
挟む・切る・その他の事故	・エスカレーター、エレベーターでの事故・スマートフォン等の充電時に起きる事故 ・子どもの熱中症 13ページ															
	・テーブルなどの家具で打撲 12ページ															
	・カミソリ、カッター、はさみなどの刃物やおもちゃでのけが ・小さな物を鼻や耳に入れる 12ページ															
	・キッチン付近の包丁、ナイフでのけが ・ドアや窓で手や指を挟む ・タンスなどの家具を倒して下敷きになる 12ページ															
	・転倒によりぶら下げていた水筒が腹部にあたる事故 ・歯磨き中に歯ブラシでの喉突きなどの事故 13ページ															

こども家庭庁 事故防止ハンドブック（令和7年3月版）
ページの詳細は二次元コードからご覧になれます。



メモ1

メモ2

メモ3

メモ4

ワーク
2

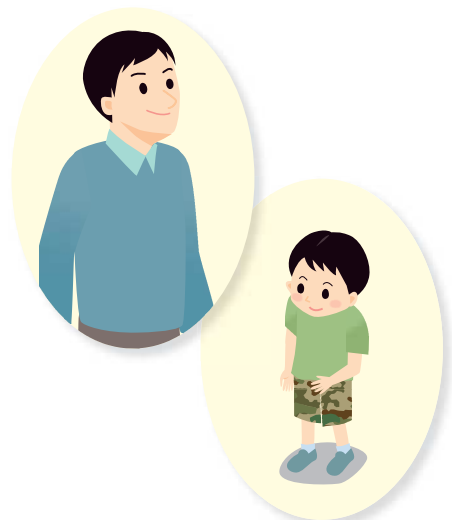
2人一組に分かれて、体験しましょう。ロールプレイで、保護者役と子供役と両方の目線の高さを体験します。
体験で気づいたことを書いておきましょう。



① 1歳児の身長75センチになって、目線を低くしてみましょう。どんなものが見えますか？



② 子供の身長のまま、大人を見るとどのように見えますか？



③ 大人の身長で、子供を見ると、どのように見えますか？

ふりかえり

①ロールプレイをとおして、何か気づいたことがありましたか。

②ロールプレイを一緒にした相手と話し合ってみましょう。気づいたことはありますか？

資料

「わくわく・ドキドキ」が成長の証し

みなさんは、高さ75センチの世界から、何が見えましたか？ なんだか不思議な世界でしょう？

見慣れない風景に、もっと見たいなと思いませんか？

「見慣れない物」、「めずらしいもの」に子供は魅力を感じると言われています。（大人ももちろん同じですが。）赤ちゃん実験で、見慣れないものに赤ちゃんがより注目するという研究結果も報告されています。

見慣れないものを見ると、「もっともっと」を言うのが子供です。

おもしろいもの、わくわく・ドキドキするものへの飽くことない探求が子供の世界のおもしろさです。

そのために、大人にしてほしいこと！

「一緒に楽しむこと」です。そして大人の予想をこえたチャレンジもしますので、「目を離さないようにすること」です。

つまり、子供の成長には、

子供の目線から、子供の成長を、わくわく・ドキドキしながら支えてくれる大人の存在が、大切になります。



資料

歩きタバコの危険！

大人の目線の高さに慣れて生活していることで起きる危険もあります。大人が歩きタバコで手にもっているタバコの火は、実は持ち歩いている幼児の顔の高さにあたります。実際に事故が報告されています。耳をやけどさせられた、ほおをやけどさせられたなど、1件、2件ではありません。

子供が自分でこの危険を回避することは難しいもの。大人自身が、子供が育つ環境に配慮することが必要ですね。

目の高さだけでなく、「相手の立場に優しくなる」というのが、共生社会への第一歩なのかもしれませんね。

東京都消防庁
政府広報オンライン

事故・発生事故 家庭・子育て

2025年12月1日

ご注意ください！窓やベランダからのこどもの転落事故

子どもの事故 予防・発生防止



資料

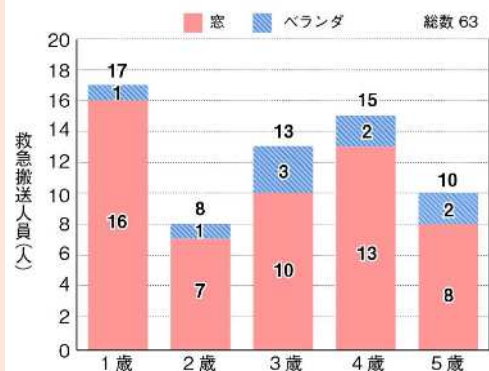
子供の転落事故は、一人で歩きはじめる1歳から2歳から増え始め、3歳から4歳で最も多くなっています。

3歳から4歳の頃は、好奇心や自我が芽生え、興味本位で何でもしたり、走ったり登ったり活発な動きができるようになりますが、まだ危険かどうかを判断することが難しく注意が必要です。

また、こどもが窓枠や出窓に座って遊んでいるときに網戸が外れて転落、ベランダで遊んでいるときに置いてあった物を足場にして手すりを乗り越えて転落、保護者が1階にいるときにこどもが2階から転落など、こどもだけで遊んでいるときに多く発生しています。

政府広報オンライン「ご注意ください！窓やベランダからのこどもの転落事故」を加工して作成
(右グラフは、令和2年から令和6年までの東京消防庁管内で発生した事故の累計データです。)

グラフ：転落事故の年齢別・場所別比較



窓やベランダ^(注)からの転落事故における年齢別の救急搬送件数 (n=63)

「親の学習」プログラム

2ー③

「しつけ」ってなに？

「しつけ」ってなんでしょう？「うちは自主性にまかせるから」とか「放任主義だから」と「しつけ」は考えていないといわれる方がいます。ひとが社会の一員であるためには、ある一定のルールが必要になります。そのためには、やはり、「しつけ」は重要。家族の支えの中で、身につけていきます。

ワーク
1

つぎの資料を見て、気づいたことをメモしましょう。

エピソード

公園のブランコ前で

ブランコは子供たちみんなが大好きな公園の乗りもの。いつも4つあるブランコは子供でいっぱい。そして、待っている子供たちがたくさんいます。

ブランコが大好きな子供たちも、ずっと乗ってきたいのですが、みんなの道具ですし、次の子供が待っているのです。やはり、順番を教えていくことが必要になります。とはいえ、スムーズに子供に応じるはずは、ないのです。

ある秋の日。さくら公園のブランコの乗り場で、よしきくん、かなこちゃん、まさこちゃんゆうたくんがブランコに乗って遊んでいました。みんなもうすぐ3歳になる子供たちです。

ブランコの近くには、次に乗りたくて待っている子供たちがたくさんいました。それぞれ、並んだり、砂場の方でこちらをちらちら見たりしながら、待っていました。

さて、かなこちゃんもまさこちゃんもゆうたくんもお母さんに言われて、ブランコをしばらく次の友だちにゆずりました。

ところが、よしきくんは「絶対いやだあ。」と言って、ゆずりません。次に乗りたい子供たちもじーっと見つめて待っていますが、「ぼくが先だから。」と言ってゆずりません。

おかあさんは、困ってしまいました…

それぞれの立場になって考えてみましょう。

- ① あなたがよしきくんだったらどんな気持ちでしょうか。
- ② では、お母さんはどのような気持ちでしょうか。
- ③ 順番を待っている友だちなら、どのような気持ちでしょう。また、どうしますか。

メモ1

メモ2

メモ3

メモ4



ワーク
2

グループに分かれて、話し合ってみましょう。

- ① エピソードのような場面で、困った経験はありますか。
- ② エピソードの場面で、もしあなたがお母さんならどうしますか。
- ③ 現在、あなたが「しつけ」として「困っていること」はありますか？
- ④ グループ内で「順番で遊ぶこと」「順番で楽しむ遊び」について話し合ってみましょう。

ふりかえり

①話し合いで、参考になった意見や考えがありましたか。

②みなさんの話を聞いてどう思いましたか。

資料

しつけには次の2つのことがあります。

まず、子供の行動に、ここまでは目をつぶるけどこれ以上はだめだよ、と枠を教えること。このとき、その枠は大きく大きく設定することがコツです。

もう一つは、あいさつや言葉遣い、起きる時間や寝る時間、食事の仕方、歯みがき、お片づけなど気持ちよくくらすためのマナーと習慣という「型」を教えていくことです。

本来、これらはどちらも楽しい行為です。枠があるということは、その範囲内では自由に行動できるということでもあります。また、今までできなかったことが、一つ一つ自分にもできるようになっていくことは、子供にとって誇らしいことであり、よろこびです。

2005年3月19日毎日新聞掲載分 より加筆修正
牛田美幸 独立行政法人国立病院機構善通寺病院小児科医師

資料

順番を守ること、ルールがわかることへの道。

「順番を守る、ルールを守る」大人には、大変なことではありませんが、子供が守るようになるためには、いくつかのステップが必要です。ルール理解のために必要な力…。

資料

子供の社会性の発達から見る遊びの分類

ひとり遊び：ひとりで遊ぶ。他の子供に影響されずに遊ぶ。0歳～1歳ころ

傍観あそび：目では他の子どもの遊びをみて、遊んでいる。他の子どもの遊びに関心をもっている。1～2歳ころ

平行あそび：同じ場所で同じ遊びをしている。それぞれ、ひとりで遊んでいる状態。2～3歳ころ

合同あそび：一緒に同じ遊びを楽しむ。一緒に遊ぶことが楽しい。役割分担はしていない。5歳ころ

協同あそび：目的にむかってみんなで遊ぶ。分担したりテーマをもって楽しめる。小学校低学年ころ



「親の学習」プログラム

2-4

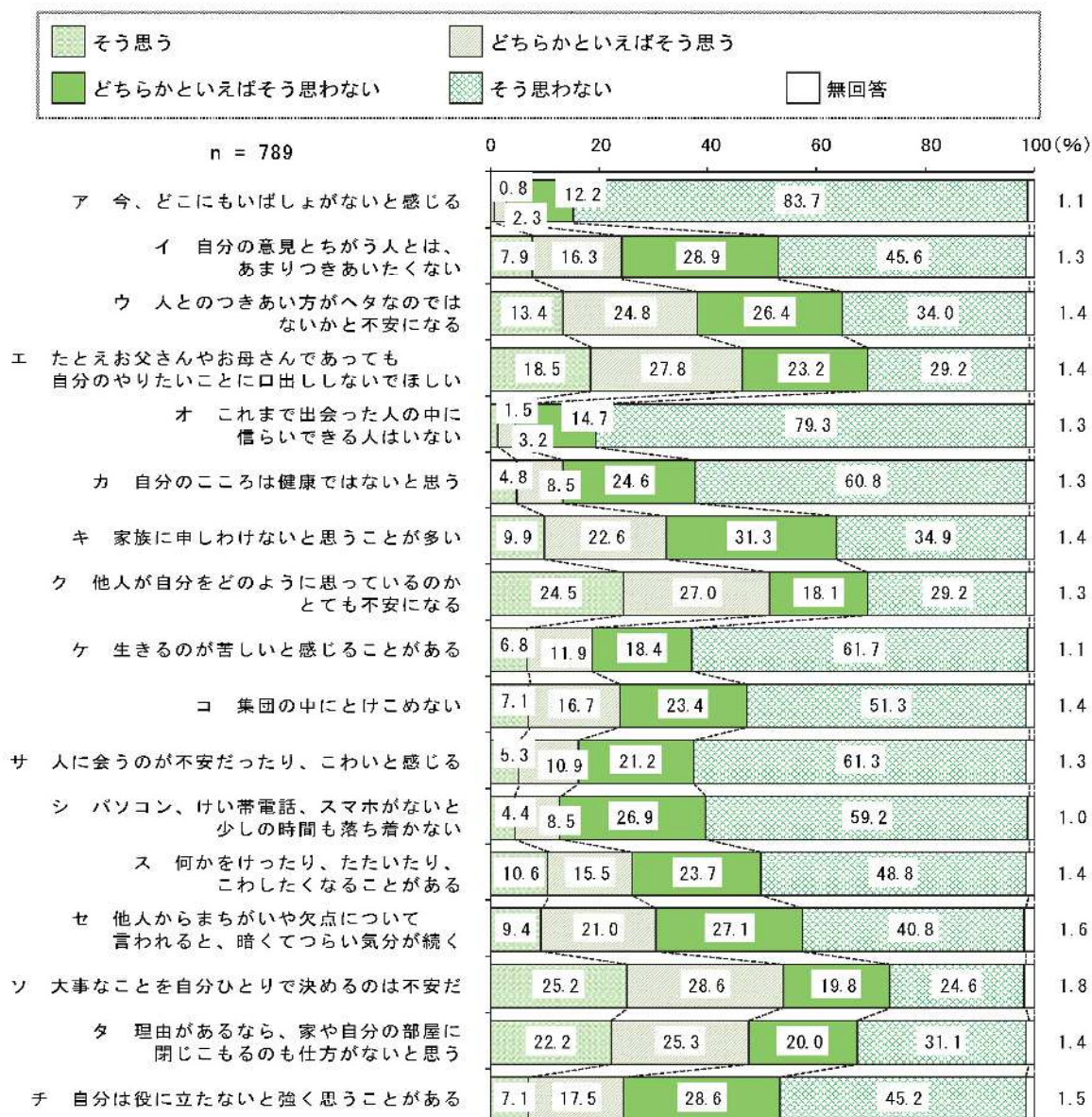
家族の役割

子供の成長とともに、親や保護者など、子供に関わる周囲の大人の悩みは変わります。
そこで、家族の中でのそれぞれの役割について考えます。
また、子供からみた「あなた」の姿についても、考えてみましょう。

ワーク
1

つぎの資料を見て、気づいたことをメモしてみましょう。

あなた自身に対して思うこと



メモ1

メモ2

メモ3

メモ4



グループに分かれて、話し合ってみましょう。

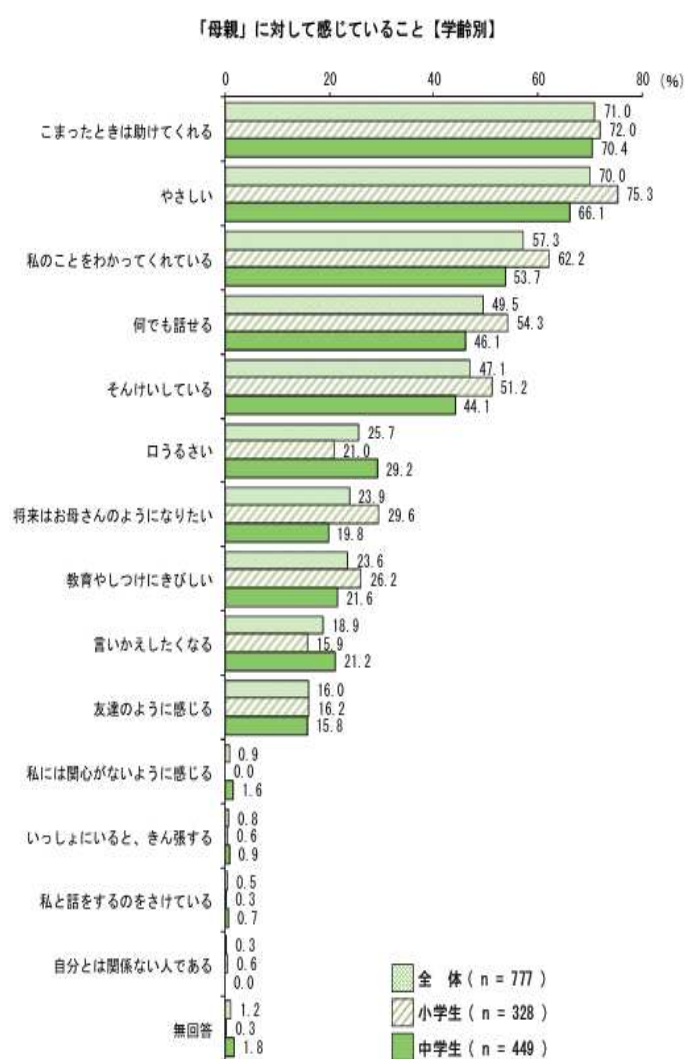
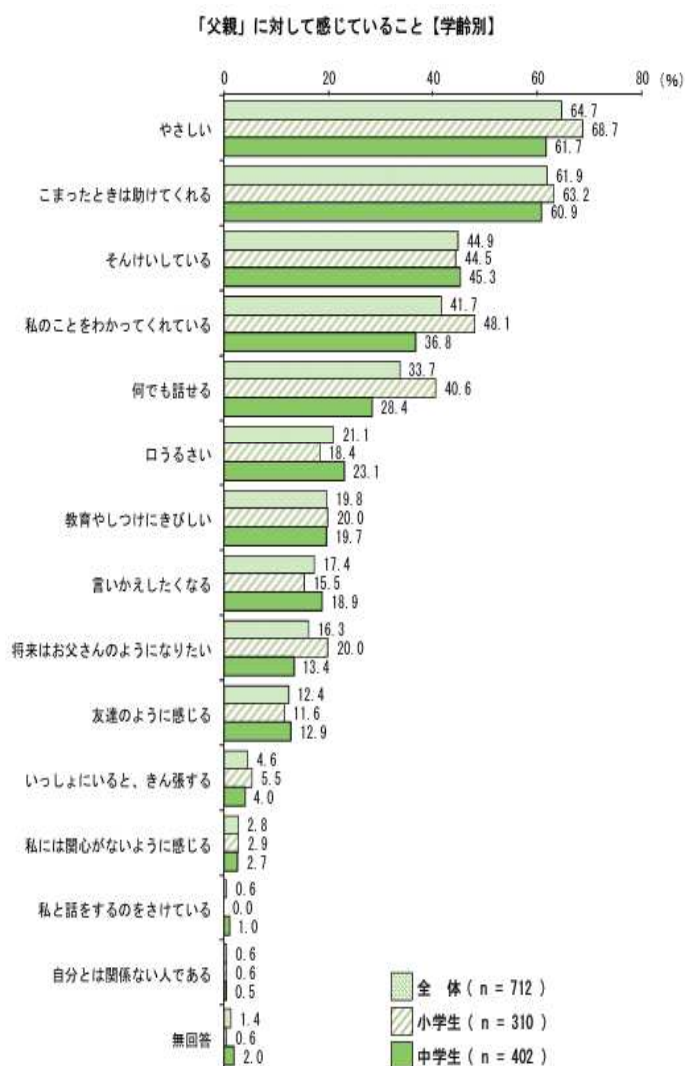
- ① グラフをみて気づいたことはなんですか。
- ② あなたが小・中学生だった頃のこと思い出してみよう。
- ③ 寂しいとき、不安なとき、あなたが小・中学生ならだれに相談しますか？
- ④ 上記①～③に記入したことをもとに、グループで話し合ってみよう。



ふりかえり

①話し合いで、参考になった意見や考えがありましたか。

②みなさんの話を聞いてどう思いましたか。



資料

家庭はどのような意味をもつ？（複数回答）

休息・やすらぎの場 61.8%

家族の団らんの場 60.2%

家族の絆を強める場 42.9%



内閣府「国民生活に関する世論調査」（令和6年）

令和6年の調査では、家庭の機能、役割はさまざまですが、休息・やすらぎの場そして家族の団らんの場と捉えています。

相談事例

心理相談の現場から

子どもをめぐる相談は実に多様です。相談の内容が多様であることに加え、問題の背景もまた、多様です。相談の経過もさらに多様です。心理相談の現場にいと多く子どもたちや保護者が抱える悩みの中に、家庭の場への不安、家庭が支えや安らぎの場になっていないことが形を変えて問題を引き起こしているケースに出会います。そして困難な状況の中から立ち上がっていく子どもにもまた出会います。「子どもの力はたくましい」と思わずにはいられません。しかし、困難な状況の中から子どもたちが立ち上がるには、やはり安心できる場と安心できる人の支えが必要です。

「親の学習」プログラム

2ー⑤

地域とのかかわりってなに？

「子育て」を取り巻くさまざまな支援があるということは何となく知っていても、どこでどのようなサービスを行っているかは意外に知られていません。

子育てに悩んだ時、迷った時、家族からの援助、以前からの友人からの援助は非常に有用ですが、それ以外に地域にはどのような役割があるのかを考えてみましょう。

「子育て」について、肩の力を抜いて考えてみましょう。

ワーク
1

あなたは、子育てに関連するつぎのことで悩んだ時には、誰に相談したら（聞いてみたら）よいと思いますか？

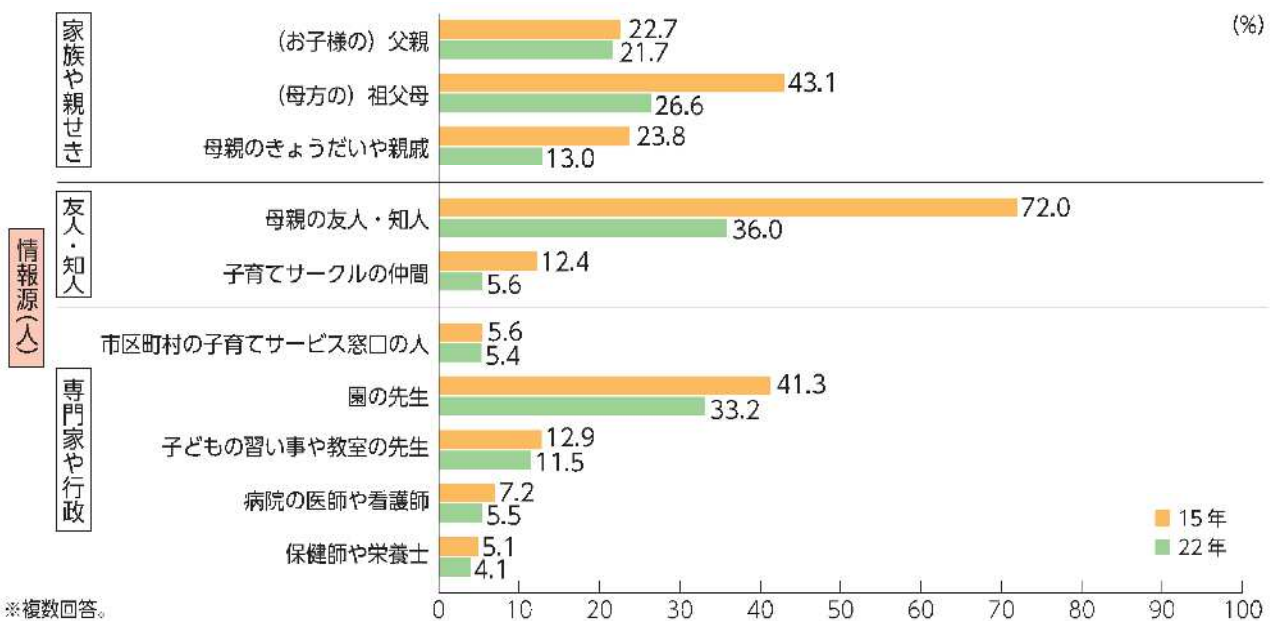
- ①子どもの病気のこと
- ②子どもの行動や言葉の発達のこと
- ③子どもにどう接すればよいのかと迷ったとき
- ④子どもの勉強のこと
- ⑤子どもの学校生活のこと
- ⑥子どもの進路のこと
- ⑦子どもの反抗的な態度
- ⑧いじめや不登校
- ⑨子どもが悩んでいる（悩んでいそうな）こと
- ⑩子育てのストレス

ワーク 2

次の資料を見て、気づいたことをメモしてみましょう。

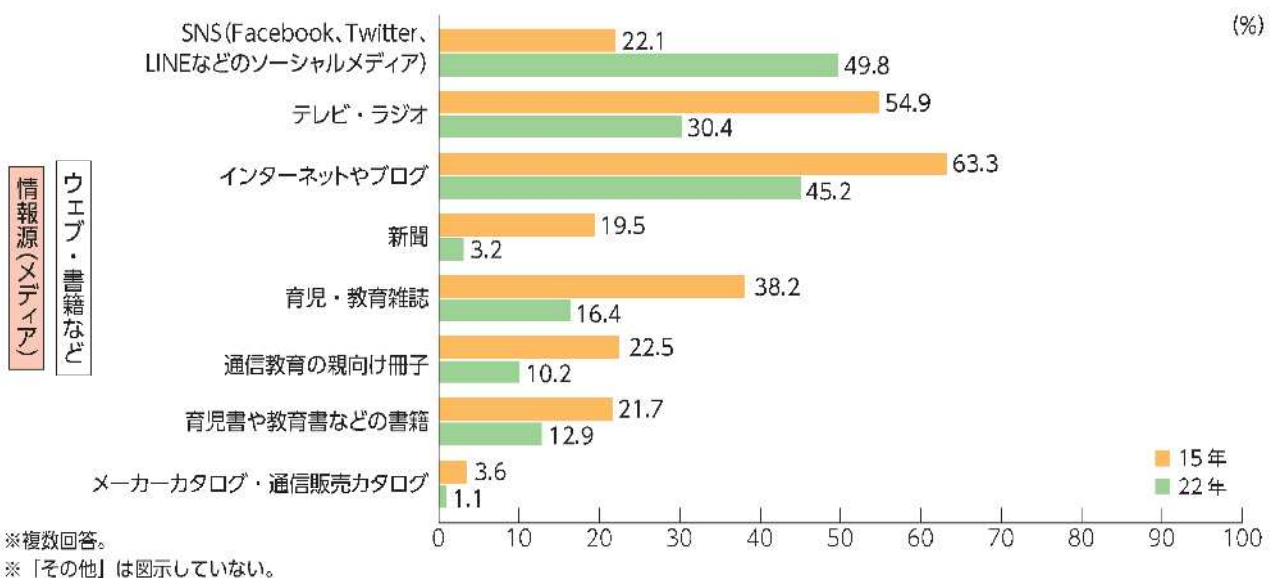
Q 現在、あなたは「お子様のしつけや教育」に関する情報を誰から得ていますか。

図2-6-1 しつけや教育の情報源【人】(経年比較)



Q 現在、あなたは「お子様のしつけや教育」に関する情報をどこから得ていますか。

図2-6-2 しつけや教育の情報源【メディア】(経年比較)



資料

相談者・相談機関など

<市町村の相談機関など>

- 各市町村の保健センター
- 各市町村の児童福祉担当課、家庭児童相談室
子育てなど、子供についての相談に応じています。
- 各市町村の社会福祉協議会
- ファミリー・サポート・センター
育児の援助を受けたい人（依頼会員）と育児の応援をしたい人（援助会員）が、お互い会員となって一時的に子供を預かる会員組織です。
- 子育て支援センター
地域における子育て支援の中核的施設である保育所に設置された「子育て支援センター」では、子育てに関する不安や負担感を解消するための相談や情報提供などを行っています。
- こども家庭センター
市区町村の母子保健機能と児童福祉機能が一体的に妊産婦や子育て家庭への相談支援を行い、早期から切れ目のない包括的で継続的な支援を実施することを目的としています。

<身近な相談者>

地域には、子育ての悩みなど身近に相談できる児童委員、主任児童委員、母子愛育班員、家庭教育アドバイザーなどがいます。

- 児童委員（民生委員と兼務）、主任児童委員
児童委員は、担当する地域の子供と妊産婦の福祉に関し、相談に応じるとともに、県福祉保健総合センターや福祉事務所、児童相談所と連携を図り、次のような仕事をしています。

- ・担当地域の子供に関する状況の把握
- ・保護や指導を必要とする子供の発見・通告、子供とその家庭の調査・指導
- ・里親制度のPR、里親申込希望者の発見
- ・「子ども会」など児童健全育成活動への援助

主任児童委員は、子供に関する事項を専門的に担当し、地域を担当する児童委員と一体となって活動します。児童委員、主任児童委員には守秘義務が課せられていますので、相談の秘密は守られます。

- 母子愛育班員（埼玉県支部（母子愛育会埼玉県支部））
愛育班活動とは、健康づくりを目標にした住民自身による活動です。
妊産婦、乳幼児死亡の減少を目標に地域ぐるみで取り組んだ活動から、現在は、地域に住むすべての人を対象にして、健康で住みよいまちづくりを目指し、行政とともに訪問活動などを展開しています。その活動する人を母子愛育班員と言います。
なお、母子愛育班員は、活動の中で知った個人や家庭の事情を、他の人に話しません。

- 埼玉県家庭教育アドバイザー
家庭の教育力の向上を図るとともに、子育て中の親を支援する目的で養成している。
「親の学習」講座等のファシリテーターとして、学校や公民館などへ派遣している。

① 知っていたこと

② あらためて知ったこと

ワーク
3

あなたにとっての「地域」のイメージをメモしてみましょう。

①よいと思えるところ

②あまりよくないと思えるところ

③「公園デビュー」や「公民館デビュー」という言葉を聞いたことがありますか？

（ は い ・ いいえ ）

④「公園デビュー」や「公民館デビュー」のよいと思えるところとあまりよくないと思えるところ

⑤あなたの場合は、どのように地域とつきあっていこうと思いますか？

⑥地域に対して、自分（あなた）が何か力を貸すことができそうなことはありますか？

あなたのまわりに、同級生や同じ年くらいの子どもはいますか？ もしかしたら、その子の保護者も同じようなことが気になったり、悩んだりしているかもしれません。

ふりかえり

皆さんの意見を聞いてどう思いましたか。今日の感想を書いてみましょう。

2-⑥

働きながらの子育て

共働き共育ての家庭が増えてきました。子育てとの両立には、喜び・楽しみとともに不安や悩みもでてきますが、家庭と職場で生きている親の姿は社会人としての生き方を子供に伝えていくことにもなります。今日はそういった「働きながらの子育て」を話し合ってみましょう。

ワーク 1

仕事と家事・子育ての両立について考えてみましょう。

- ① 家事……両立していく上で、家族で工夫していることはありますか。

《工夫していること》・・・



グループで話し合ってみましょう。

- ② 子育て……具体的な体験（失敗談など）から、これだけは注意していきたいと心がけていることはありますか。

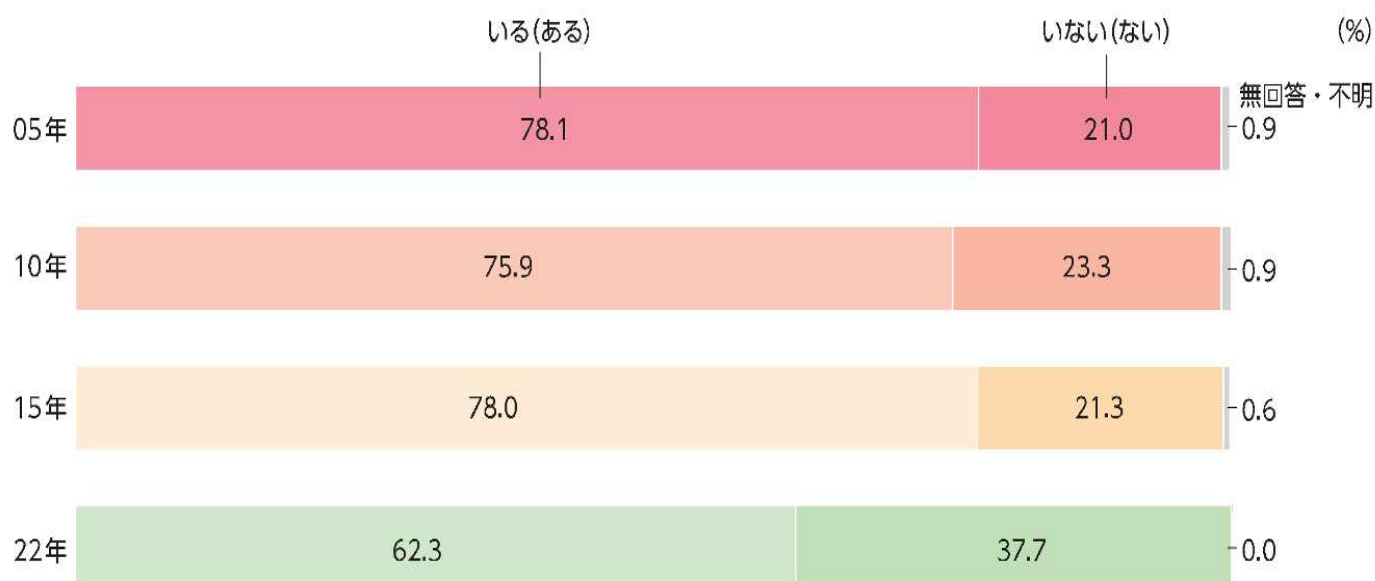
《具体的な体験から心がけていること・そこから得た教訓は》・・・



グループで話し合ってみましょう。社会的サポートについても考えてみましょう。

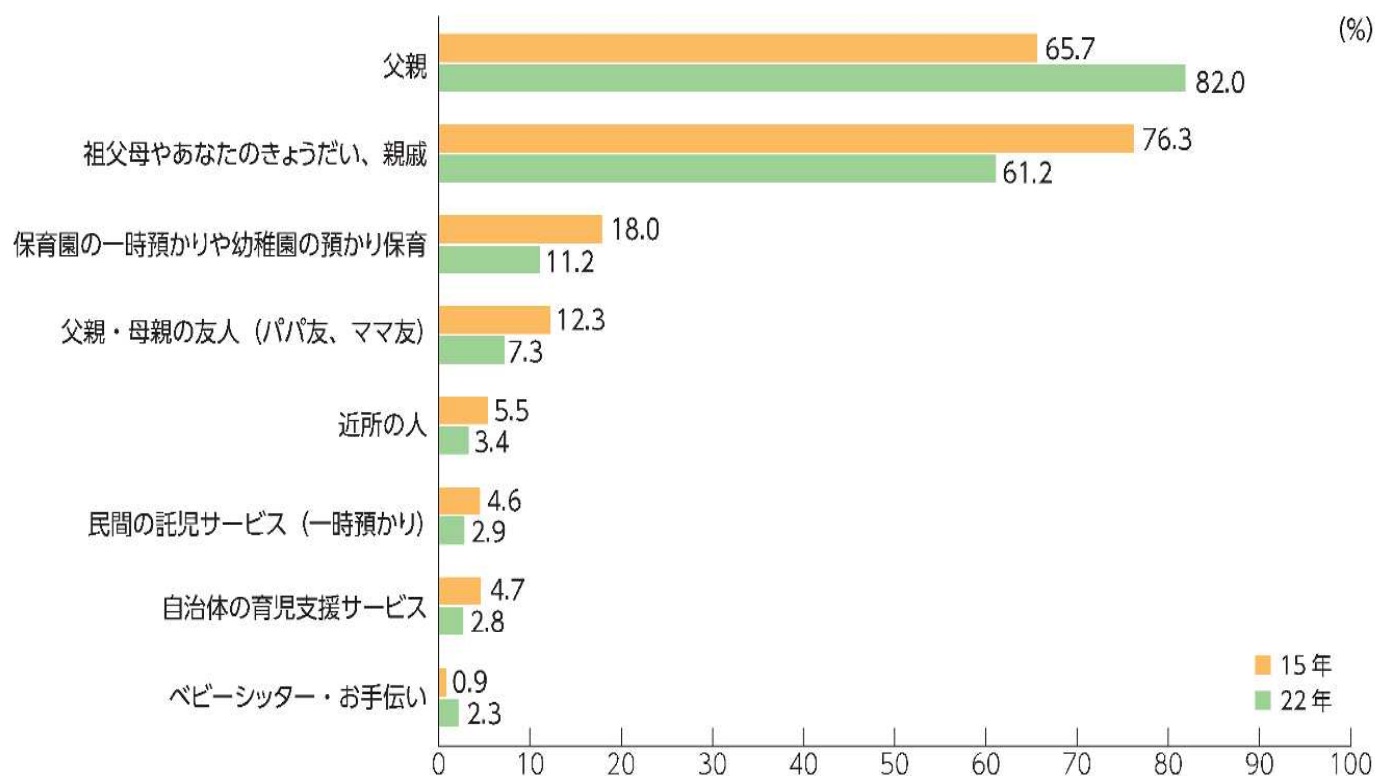
Q あなたが家をあけるとき、子どもの面倒をみてくれる人(機関・サービス)がいます(あります)か。通常、幼稚園・保育園などにお子様を通わせている時間は除いてお答えください。

図3-1-1 子どもの面倒をみてくれる人・機関の有無(経年比較)



Q 家をあけるとき、子どもの面倒をみてくれる人(機関・サービス)を教えてください。

図3-1-2 子どもの面倒をみてくれる人・機関(経年比較)



※子どもの面倒をみてくれる人(機関・サービス)がいる(ある)と回答した人のみ。

※複数回答。

※「その他」は図示していない。

第6回幼児の生活アンケート(2022年 ベネッセ教育総合研究所)

ワーク 2

働きながら子育てをしているご自身、そして家族に対し、ほめてあげたいことは？また、私の（家族の）喜び・楽しみはありますか？

《ほめてあげたいこと》・・・

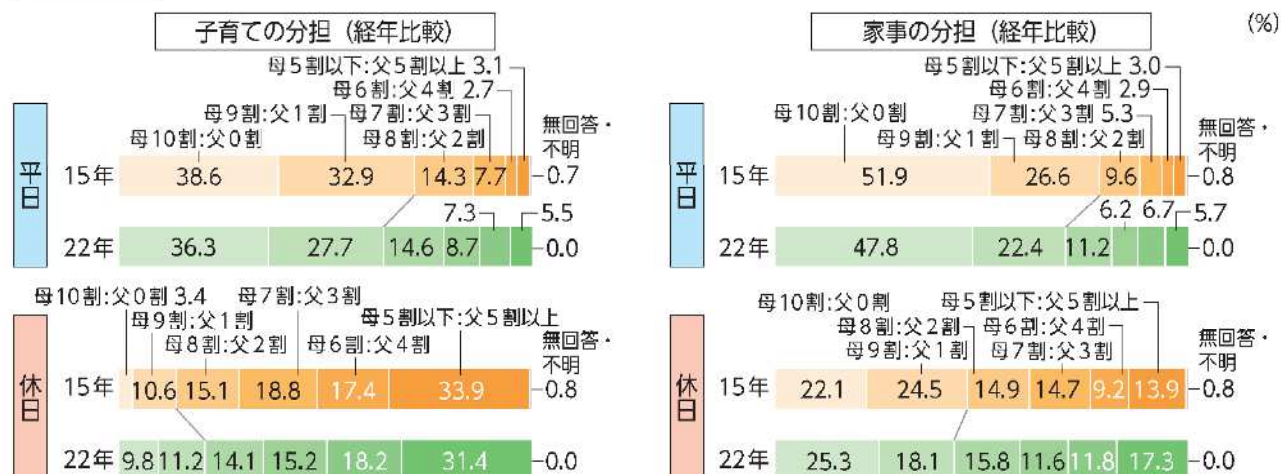
《喜び・楽しみは》・・・



あなたと父親の、子育て・家事の分担の割合は、どれくらいだと思いますか。

※「平日」は月曜日～金曜日、「休日」は土日祝日のこととして考え下さい。

図3-2-2 子育て・家事の分担(経年比較)



※「母5割:父5割」～「母0割:父10割」をまとめて「母5割以下:父5割以上」と表記している。

第6回幼児の生活アンケート(2022年 ベネッセ教育総合研究所)

ふりかえり

みなさんの話を聞いて感じたこと、考えたことを書きとめましょう。



2-7

子供のほめ方・叱り方

子供が成長していく過程の中「ほめられること」「叱られること」で、その行為が「よいこと」なのか「いけないこと」なのかを学んでいきます。しかし、その効果や方法を考える間もなく感情にまかせて怒ってしまった・・・ということはありませんか。

今回は、「ほめることと叱ることの意味」とその「効果的な方法」を考えてみましょう。



次のエピソードを読んで考えてみましょう。

エピソード

4歳のとおるくんのパパたくやさんは、3歳のかけるくんのパパかずきさんと近くの子育て支援センターに遊びにきました。元気に庭で遊んでいた子供たちでしたが、三輪車の取り合いが始まりました。

「あっ、ぼくが使っているからだめ！だめだってば取らないで！」

と、とおるくんは叫びながらかけるくんをたたいています。

「とおる！なにをやっているんだ。やめなさい！」

急いでかけよるたくやさん。かけるくんは大きな声で泣き出しました。

「とおる！またなのか！謝りなさい。ごねんよ、かけるくん。三輪車使っているよ。とおるは大きいのだから、たたいたらいけないよ。謝りなさい！ごめんね、かずきさん。」

ついに、とおるくんまで手足をばたばたさせて、大きな声で泣き出してしまいました。かずきさんは、

「たくやさん、気にしないでいいですよ。かける、大丈夫だよな。えらい、もう泣いていないね。強いね。いい子だね。」

とかけるくんの顔を優しくのぞきこみました。

① それぞれの気持ちを考えてみましょう。

とおるくん	
たくやさん	
かけるくん	
かずきさん	



② たくやさんはどのように対応したらよいでしょう。グループで話し合ってみましょう。

- ③ かずきさんの対応はどうですか、話し合ってみましょう。

資料 1

ほめること・叱ることは、家庭教育の重要な柱の一つです

ほめること、叱ることは、子供の行為を通して、よいことなのか、いけないことなのかを気付かせながら、よい行為は助長されるように、いけない行為はくり返されないようにするアドバイスです。

- ・叱る対象は子供の“行為”……子供の性格などまで責めない
- ・叱る時はその時……時間がたってからでは、何がいけないのかわかりにくくする。
- ・叱るのは“叱られるわけがあるから”……わかりやすく説明し、理由が納得できるようにする。
- ・いつでもどこでも、いけないことは“いけない”……親の気分や叱る人（祖父母等）によって理由が違ったり叱られなかったりでは子供が迷う。
- ・叱る子供は“わが子”……他の子供や兄弟姉妹との比較は、子供の自尊心を傷つけ劣等感を植えつけるもとになる。

家庭教育振興協議会「ハンドブック」
(家庭教育振興協議会 事業部 2012.2.19発行)

ワーク 2

自分の体調が悪い、時間がなくて気持ちが落ち着かないなどの状況で、子供を叱らなくてはいけない場面になったとき、気持ちがエスカレートしていき、子供を追い詰めるような叱り方になってしまった、気がついたら手を上げていた……、ということはありませんか。また、同じような状況で、ほめる・励ますという場面になったとき、それができなかった……ということはありませんか？

- ① こんなとき、自分の感情をコントロールするにはどうしたらよいか、グループで話し合ってみましょう。

- ② ほめる・励ますときのタイミングと適切な言葉について話し合ってみましょう。



ふりかえり

① グループの話し合いの中で、参考になった意見はありましたか。

② みんなの話を聞いて感じたこと、気づいたことは何ですか。

あなたは最近、子育てについて次のようなことを感じることはありませんか。

図2-4-1 子育ての肯定的感情(父母別)

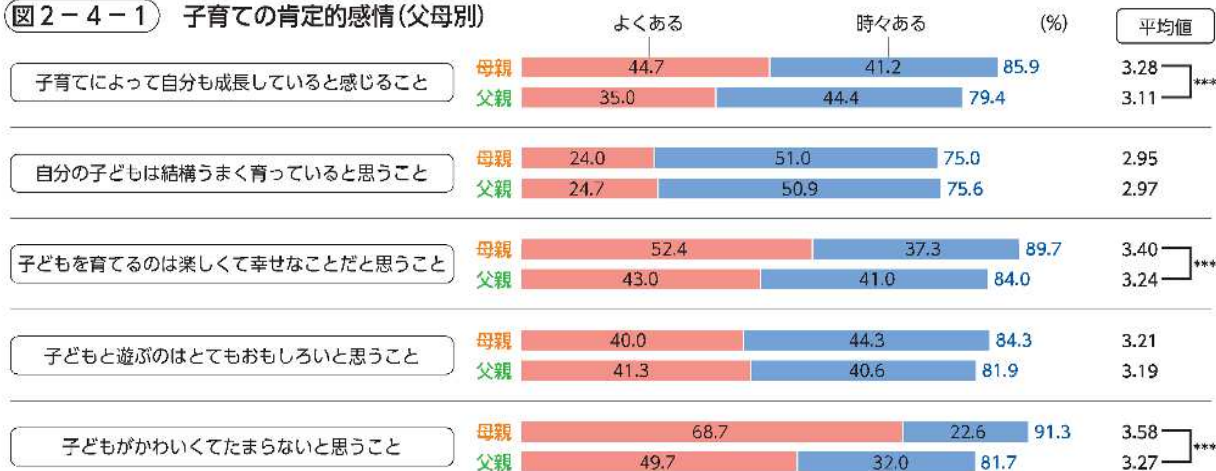
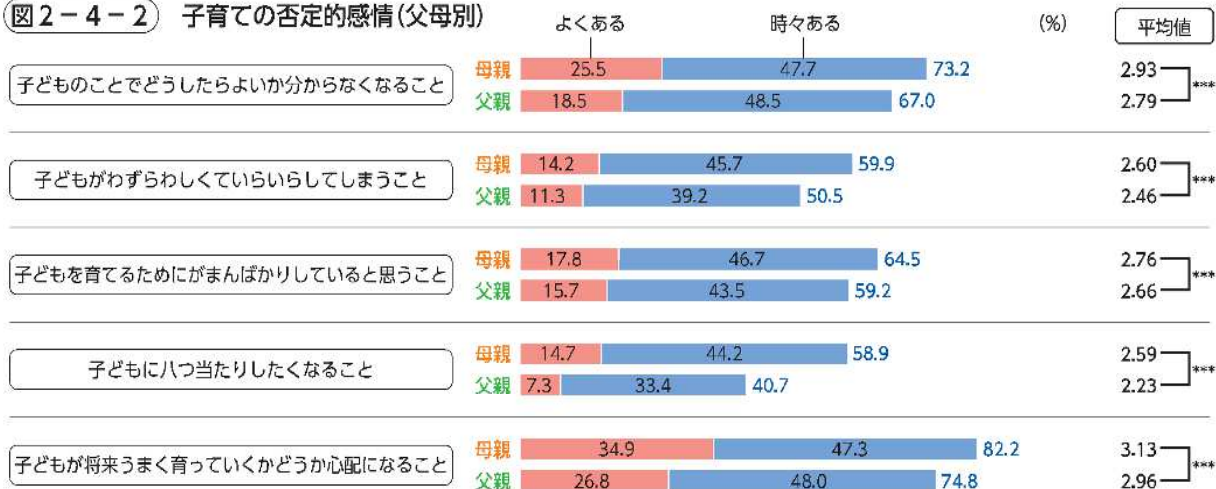


図2-4-2 子育ての否定的感情(父母別)



2-8

おじいちゃん、おばあちゃんの知恵袋

幼いころ同居していた、または田舎の曾祖父母や祖父母との優しく温かいふれ合いが、懐かしい思い出として残っていませんか。違うようで同じ、同じようで変わってきている子育て事情を踏まえながら、次世代へとつなぐ意味を考えてみましょう。

ワーク 1

- ① 父母や祖父母から伝えられた生活の知恵や子育ての方法、伝承遊びなどを思い出してみましょう。

- ② 現在生活している中で、伝えられてきた生活の知恵や子育ての方法に違いがあるものを考えてみましょう。

- ③ グループで話し合ってみましょう。

エピソード

あい子さん夫婦は、小学2年生のまさとくん、幼稚園児5歳のあきちゃん、2歳のれいくん、義父母との7人家族。今日はれいくんをおばあちゃんに見てもらって小学校の参観に行ってきました。

「れいをありがとうございました。」

「お利口でしたよ、鼻水がでていたのもう1枚着せておきましたからね。今日のお風呂は休んだ方がいいんじゃない？」

「鼻水はアレルギーのようなんですよ。」

「でもね、昔から鼻水がでると風邪のはじまりだからお風呂に入れない方が、といいますよ。一枚多く着て暖かくして、あまり外に出ないようにしていたら治るから大丈夫！」

鼻水が出るたびに繰り返される会話にあい子さんも困っています。夫に話しても「心配しているだけだから気にするな」と取り合ってくれません。あいさんが風邪をひいた時も同じように心配をしてくれるおばあちゃん。「金柑シロップ」や「しょうが湯」を出してくれて、嬉しかったことを思い出しましたが、「れいのことはわかってもらいたい……」と思うあい子さんでした。

ワーク
2

エピソードを読んで、グループで話し合しましょう。

- ① それぞれの気持ちを考えてみましょう。

あい子さん	
夫	
子供	
祖父母	

- ② 世代をつなぐ、身近な人や地域の人との関わりの大切さとその方法を考えてみましょう。
また問題点やその解決策などを話し合ってみましょう。

関わりの大切さとその方法は・・・



問題点とその解決策は・・・



ふりかえり

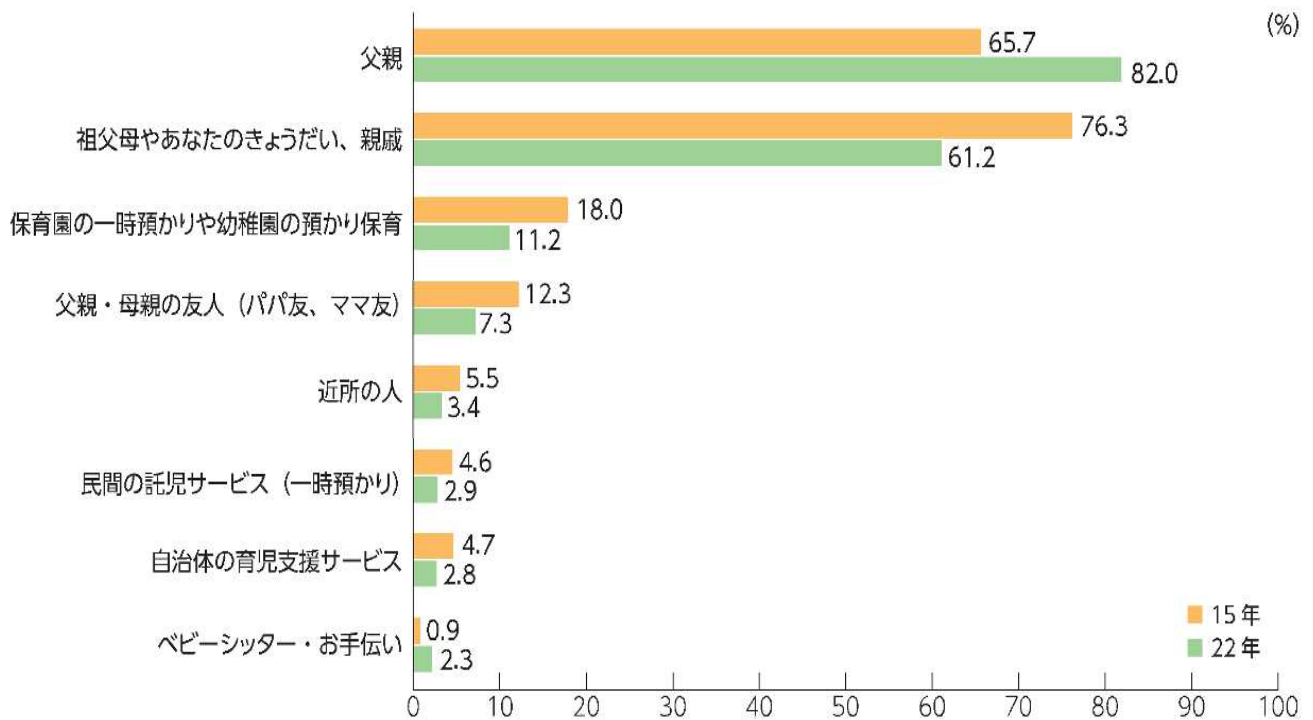
グループの話し合いの中で気づいたことや今日の感想を書いてみましょう。





家をあけるときの、子どもの面倒をみてくれる人(機関・サービス)を教えてください。

図3-1-2 子どもの面倒をみてくれる人・機関(経年比較)

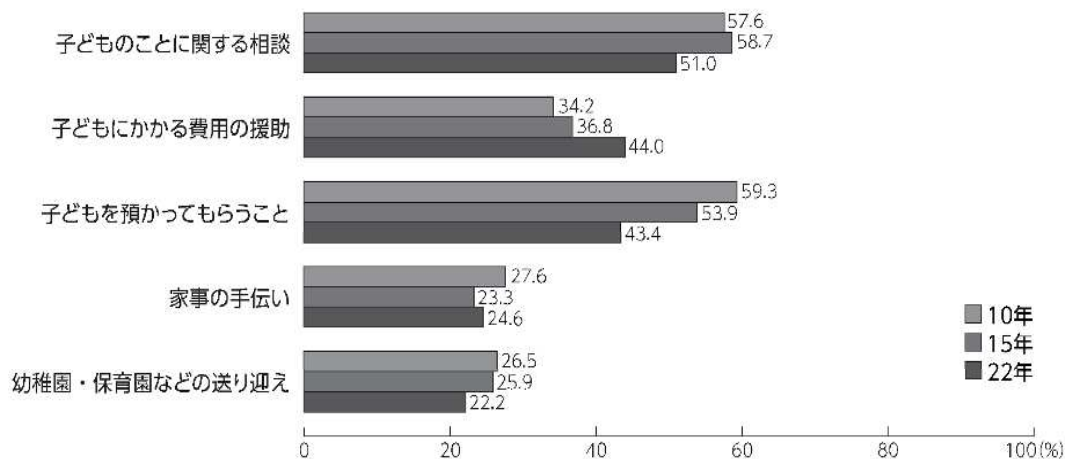


※子どもの面倒をみてくれる人(機関・サービス)がいる(ある)と回答した人のみ。

※複数回答。

※「その他」は図示していない。

図表3-1-4 祖父母の援助(経年比較)



注1) 祖父母のいる人のみの回答。

注2) 数値は「よくある」と「ときどきある」の合計。



2-9

親の役割 ～子供の自立に向けて～

「自分のことは自分でやってほしい。」「子供には自主的、自発的に行動してほしい」という、親の要望をよく耳にします。しかし、子供が自分でできるようになるまでには、長い時間がかかり、何度も繰り返すことが必要です。また、親の支援が欠かせません。

子供が自分でできるようになるには、親はどのように子供を支援するとよいのでしょうか？

ここでは、子供の自立に向けての親の役割について、みなさんで考えてみましょう。

エピソード

パターン・・・！

玄関のドアの閉まる音が聞こえました。しょうたくんが登校したようです。

今朝も「行ってきます。」は言わないで・・・。

わたしが、ふと机の上を見ると、しょうたくんの手さげかばんが残されていました。

しょうたくんは、今日も何か忘れ物をしたようです。

「いったい、今日は何を忘れたの？」

気になって中を見てみました。

「しょうたは忘れ物が多い、困ったな・・・。どうすればいいのだろう。」

ワーク 1

① あなたなら、どうしますか？

② グループで話し合ってみましょう。

ワーク 2

子供の自立に向けて、家庭での支援について考えてみましょう。

- ① 以下の項目で、すでにわが子に身に付いていることはどんなことですか？ また、身に付いていない項目については、いつ頃身に付けてほしいと思いますか？

《生活面》

- ☐ 朝決められた時間に、ひとりで起きる。
- ☐ ひとりで着替える。
- ☐ 裏返った服や靴下を表返す。
- ☐ 衣服をたたむ。
- ☐ 暑い、寒いに応じて、服を脱いだり着たりする。
- ☐ 立った状態で靴をはく。
- ☐ 歯磨き、洗顔などの身支度をする。
- ☐ 髪をとかしたり、結わえたりする。
- ☐ 箸を使って、自分で食事をする。
- ☐ 食事のマナーを守る。
- ☐ 好き嫌いをなく食べる。
- ☐ 遅刻しないよう、登校、または登園する。
- ☐ 忘れ物をしない。
- ☐ 宿題や家庭学習に自ら取り組む。
- ☐ 翌日の準備をひとりでする。
- ☐ 連絡帳や学校からのお便りを親に見せる。
- ☐ 身の回りの片づけをする。
- ☐ 「どこへ、誰と出かけ、何時に帰るか」を家の人に伝えてから出かける。
- ☐ 約束した帰宅時間を守る。
- ☐ 決められた手伝いをする。
- ☐ 先の見通しを立てて、計画的に行動する。
- ☐ テレビやゲームを約束した時間にやめる。
- ☐ ひとりで入浴する。
- ☐ 夜決められた時間にひとりで眠る。



《社会性》

- ☐ 「おはようございます」「こんにちは」「さようなら」「お休みなさい」など適切な挨拶をする。
- ☐ 「はい」「いいえ」「一緒に遊ぼう」「貸して」など言葉で自分の意思表示をする。
- ☐ 「ありがとう」「ごめんなさい」などお礼や謝罪をする。
- ☐ 一対一で話している人の目を見て、話を聞く。
- ☐ 集団の中で、話をしている人の顔を見て、話を聞く。
- ☐ 自分の氏名、年齢、住所などを言う。
- ☐ 恥ずかしがらずに、家の人以外の大人と話す。
- ☐ 家庭以外での様子を家の人に話す。
- ☐ 友達とおもちゃの貸し借りをする。
- ☐ けんかをしても、自分たちで解決する。
- ☐ けんかしている友達の仲裁に入る。
- ☐ 順番を守る。
- ☐ その他（



- ② これらが子供に身に付くようにするには、親はどのように支援するとよいのでしょうか？

- ③ グループで意見交換してみましょう。子供ができるようになった経験がある方は、どのように支援していったのか、経験を披露してください。

ふりかえり

- ① どのような子育てに役立つヒントや工夫を見つけられましたか？

- ② 気づいたことや感想を書いてみましょう。

資料 1

親の背中を見せて子供を育てることは大切です

人からもらう幸せだけでなく、人のためにできる幸せもある。

「バスや電車で体の不自由な人やお年寄りに席をゆずること」を小・中学生の60%は「していない」「あまりしていない」と答えています。人を思いやり、行動する愛情や勇気をもった人に育てるために何ができるでしょう。

思いやりの心は、子供のころからの日常における実践を通してはぐくまれます。まず親が率先してやってみせながら、子供たちが自然に妊婦や高齢者に席を譲ったり、障害のある人が困っているときに声をかけたりすることができるようにしつけを行うことが大切です。

人を差別するような子にはなってほしくない。

親は、子供がいじめに加わったり、他人を差別し傷つけていることに気付いたときには、それが人間として恥ずかしい行いであることを教える責任があります。

その際、理屈であれこれ言うより、子供を愛していること、すてきな人に育ってほしいこと、弱い者をいじめたり差別したりするのを見てショックだったこと、人が傷つくのを喜ぶことに怒りを感じたこと、二度としてほしくないこと、など親としての本当の気持ちを伝える努力をしましょう。

また、まず親自身が偏見をもたず、差別しない、許さないということを、子供たちに示していくことが大切です。

ずいぶん厳しく叱られたけど、今ではそれに感謝しています。

いけないことをいけないことと思わない子供たちが増えています。

「自分さえ良ければいい」「ルールを守らない」という人は、なかなか人から信頼されないものです。間違った行いは本気で叱り、その場で正すことが本当の愛情です。「自分の子だけ良ければいい」という考え方（自子主義）はやめ、叱るときには何がいけないのか、理由をきちんと伝えましょう。また、気分や感情に流されずに一貫性をもって叱ることも大切です。

そして、親自身もルールに反することはしないように気をつけましょう。子供に信頼され、尊敬される親であり続けるためにも。

2-10

あなたの子供のよいところ探し

子供が小さい時は、一生懸命よいところ探しをしていませんか。

でも、高学年になると子供とのコミュニケーションが取りにくくなり、段々とよいところ探しを忘れていませんか。

どのようにしたら子供が自分自身を好きになり、自信を持てるようになるか考えてみましょう。



参加者どうし自己紹介しながらよいところ探しをしてみましょう。

みんなから見た私

私の仮の名前

(短く)

- ◇二人組になり挨拶をする。じゃんけんで勝った人から先に挨拶をする。
- ◇持っている下の用紙を交換し、相手の用紙に相手に当てはまるものを5個選んで○をつけ、自分の仮の名前を記入する。
- ◇右枠から記入し、記入ができれば見えないように折ってから戻す。
- ◇用紙が手元に戻ったら次の相手を探し、じゃんけんから繰り返す。
- ◇時間内にできるだけ多くの人と組んで、記入してもらう。
- ◇最後に私からみた私を記入する。(何個でもよい)

	私から みた私	から みた私	から みた私	から みた私	から みた私	から みた私	から みた私	から みた私
1 しっかりした感じ								
2 責任感のある感じ								
3 真面目な感じ								
4 人なつっこい								
5 活発								
6 ユーモアがある								
7 ひかえめな感じ								
8 意志の強い人								
9 親しみやすい								
10 親切な人								
11 優しい								
12 おおらかな感じ								

図書文化社「エンカウンターで学級が変わる（グループ体験を生かしたふれあいの学級づくり）
＜中学校編＞」（平成8年）をもとにアレンジ作成

ワーク
2

普段見えていないあなたのよいところをたくさん見つけてもらえましたか。気づいたことを書いてみましょう。



エピソード

ある日の夜、残業のため少し帰りが遅くなりました。部活動を終えて帰宅したAさんは、スマホを見ています。

親：「ただいま。遅くなってごめん。すぐご飯の支度をするよ。」

子：「おかえり。洗濯物、入れておいたよ。」

親：「ありがとう。」

ワーク
3

このような時、子供にどのように声かけしますか。ロールプレイングを試みましょう。



ワーク
4

あなたの子供のよいところを 10 個以上書いてみましょう。

ワーク
5

リフレーミング辞書を使って、さらに子供のよいところを書いてみましょう。

*リフレーミング辞書は次ページを参照

ふりかえり

今日の学習をふり返って、気づいたことや感想を書いてみましょう。

リフレーミング辞書

牽引	書きかえたい語	リフレーミングすると	牽引	書きかえたい語	リフレーミングすると
あ	甘えん坊な 飽きっぽい ／ あきらめが悪い ／ あわてんぼ ／	人にかわいがられる 好奇心旺盛な 興味が広い 一途（いちず）な チャレンジ精神に富む 行動的な 行動が機敏な	し	消極的な ／ ずうずうしい せ	ひかえめな 周りの人を大切にする 堂々とした 行動的な 行動が機敏な 無邪気な・自由な 社交的な
い	いいかげんな ／ 意見が言えない ／ いばる	こだわらない おおらかな 争いを好まない 協調性がある 自信がある	そ	外面がいい た	素直な・純粋な 人を信じられる こだわらない おおらかな 感受性豊かな 情熱的な
う	浮き沈みが激しい うるさい ／	心豊かな・表情豊かな 明るい・活発な 元気がいい	ち	調子にのりやすい ／	雰囲気明るくする ノリがいい
お	おこりっぽい ／ おしゃべりな おっとりした ／ おとなしい ／	感受性豊かな 情熱的な 社交的な 細かいことにこだわらな い・マイペースな 穏やかな 話をよく聞く	つ	つめたい ／ でしゃばり な	知的な・冷静な 判断力がある 世話好きな 自立心がある 人情味がある 感受性豊かな
か	面白みがない かたくな 勝ち気な カッとしやすい 変わっている がんこな ／ ／ ／	きまじめな きまじめな 向上心がある 情熱的な 味のある・個性的な 意志が強い 信念がある 一貫性がある	ね	根暗な の	自分の心の世界を大切に している 細かいことにこだわらな い・マイペースな 細かいことにこだわらな い・マイペースな
き	気が弱い ／ 気性が激しい きつい感じの きびしい ／	人を大切にする 我慢ができる 情熱的な シャープな感性の 責任感がある 自分に自信がある	は	八方美人な 反抗的な ／ 人づきあいが下手 ／ 人に合わせる 一人になりがち 人をうらやむ	人づきあいが上手な 自立心のある 考えがはっきりした こまやかな心をもった 心の世界を大切にする 協調性豊かな 自立した・独立心がある 理想のある
く	口がきつい 口が悪い 口が軽い ／ 口下手な 暗い感じの	率直な 率直な うそのつけない 社交的な うそがつけない 自分の心の世界を大切に している	ふ	ふざける プライドが高い ほ	陽気な 自分に自信がある 細かいことにこだわらな い・マイペースな
け	けじめがない けちな	物事に集中できる 経済観念がある	ま	周りを気にする 負けず嫌い む	心配りができる 向上心がある 思い切りがいい 行動的な 決断力がある 穏やかな 話をよく聞く
こ	強引な 興奮しやすい こだわりやすい ことわれない ／ ／ ／	エネルギッシュな 情熱的な 感受性の強い 相手の立場を尊重する 人のために尽くす 寛大な	め	無理をしている ／ 命令しがちな 目立たない ／ 目立ちたがる 面倒くさがる よく考えない 乱暴な ルーズな ／	期待に応えようとする 協調性がある リーダーシップがある 素朴な 協調性がある 自己表現が活発な おおらかな 行動的な たくましい こだわらない おおらかな
さ	さわがしい ／ しつこい 自分がない 自慢する ／ 地味な	明るい・活発な 元気がいい ねばり強い 協調性豊かな 自己主張できる 自分を愛している 素朴な・ひかえめな	よ		

図書文化社「エンカウンターで学級が変わる part3 <中学校編>」（平成 11 年）をもとに作成

可愛くば、二つしかって三つほめ、 五つ教えて良き人にせよ

人間には、様々な欲求があり、その中に「人に認められたい」という強い欲求があると言われています。この欲求は、認めてくれる相手を必要とすることから、自分一人だけでは満足できない欲求です。つまり、子供たちは、常に友達、親、先生などから自分を認めてもらいたいという欲求を心に抱いているといえます。子供たちが様々な場面の中で「自己存在感を味わう」ことは、子供たちの可能性を広げ、未来へのエネルギーを培う重要なことだと言えるのではないのでしょうか。

ほめ方のポイント

- ・長所を見つけ、自信をつけさせるようにほめましょう。
- ・言葉や態度に喜びをあらわして心を込めてほめましょう。
- ・結果だけではなく、努力している姿やその過程をほめましょう。
- ・「何をほめるか」を明確にし、具体的にほめましょう。
- ・満足感や成就感を味わえるようにほめましょう。
- ・子供の発するサインを見逃すことなく、積極的にほめましょう。

ほめることは存在を認めることです。子供の話を興味・関心を持って受け止め、積極的に関わっていくことが重要です。



I（愛）メッセージを伝えてみませんか？

子供をほめるときに「あなたが頑張っている姿を見て、私（I）はとてもうれしかったよ」というように、ほめる側の気持ちを伝えてみませんか？ きっと子供は元気が出るはずです。

しかり方のポイント



- ・人格を否定するのではなく、誤った行動をしかりましょう。
- ・しかり方に一貫性を持ち、公平にしかりましょう。
- ・感情的にしからずに子供の心に訴えかけましょう。
- ・他の子供の言動と比較しながらしからないようにしましょう。
- ・子供を追いつめるようなしかり方はやめましょう。

2-11

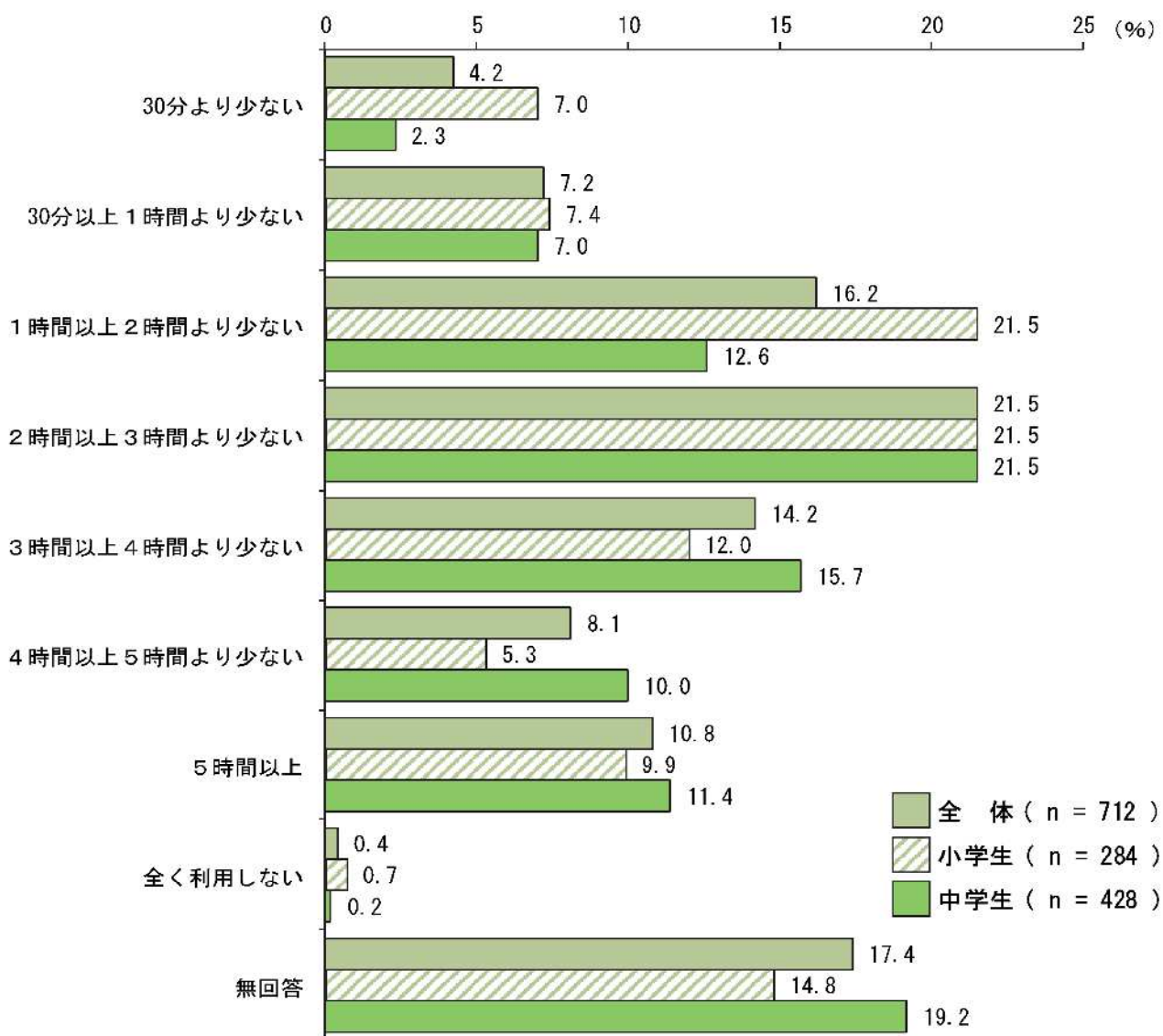
デジタルメディアとの付き合い方を考えよう ～家族と触れ合うために～

テレビやテレビゲーム、スマートフォンなどのメディアは、私たちの日常にあふれています。子供たちにとって、こうしたメディアとの長時間の接触は運動不足や睡眠不足、人との対面でのコミュニケーション不足を招くことになります。子供の成長に及ぼす影響を、親が学び具体的に子供にどう向き合っていけたらよいかを考えます。



次の資料を見て、気がついたことや感想を書いてみましょう。

インターネットの利用時間【学齢別】（*メール、SNS、ゲーム、動画視聴含む）



埼玉県青少年課「埼玉県青少年の意識と行動調査」（令和3年）

（感想欄）

ワーク 2

グループに分かれて、話し合ってみましょう。

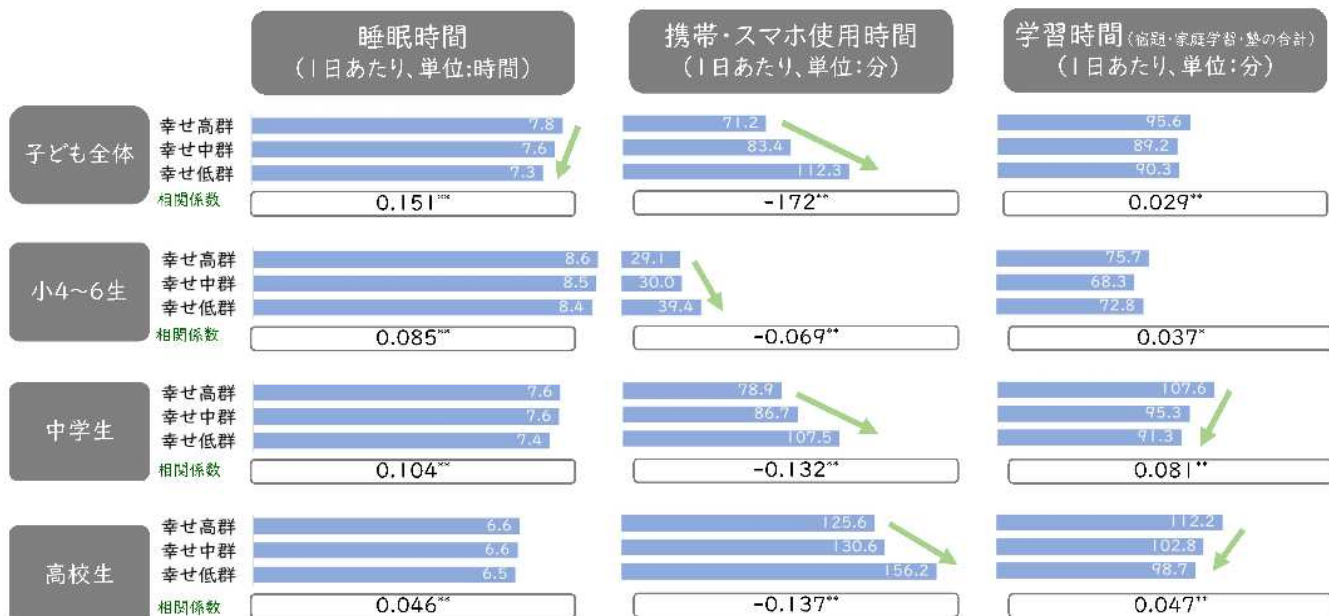
- ① メディアに長時間接触することで、子供への悪影響はどんなことですか。

- ② グループで話し合ってみましょう。



資料 1

●生活時間（幸せ実感別）【2023年データ】

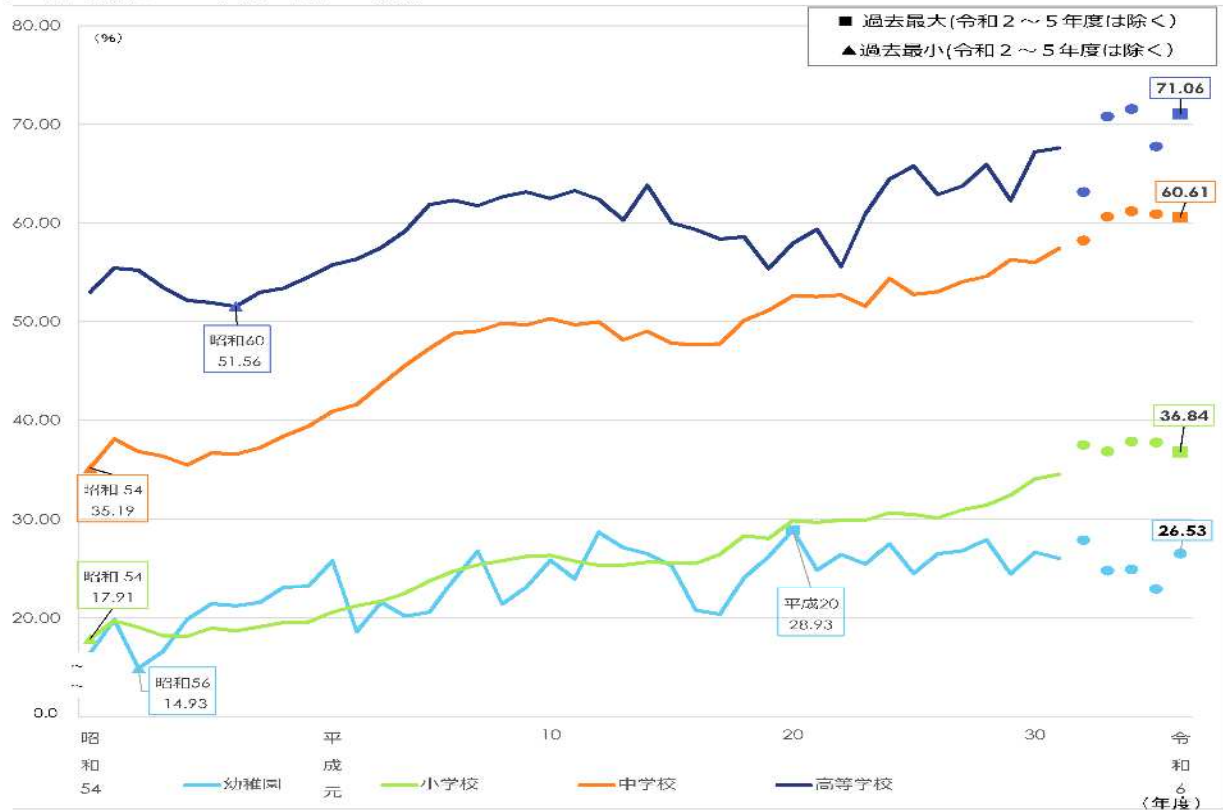


*「睡眠時間」は就寝時間と起床時間の差から算出(単位:時間)。「携帯・スマホ使用時間」と「学習時間」は、「しない」を0分、「5分おを5分」「4時間」を240分、「4時間以上」を300分と換算して平均値を算出(単位:分)。「学習時間」は、宿題の時間、宿題以外の家庭学習の時間、学習塾の時間(1日あたりに換算)の合計。
 *小4～高3生の子どもの回答。子ども全体の数値は、小4～6生:中学生:高校生=1:1:1になるように重みづけを行った。
 *幸せ実感は、「自分は今、幸せだ」と「自分は将来、幸せになれる」について「とてもそう思う」4点～「まったくそう思わない」1点として合算し、8～7点を「幸せ高群」、6点を「幸せ中群」、5～2点を「幸せ低群」とした。「幸せ低群」の数値は省略した。相関係数は、幸せ実感得点とそれぞれの会話との関連をみた。**p<0.01、*p<0.05。
 *東京大学社会科学研究所・ベネッセ教育総合研究所「子どもの生活と学びに関する親子調査」2023年。

「子どもの生活と学びに関する親子調査」2015～23年
 をもとにした子どもの幸せ時間～調査結果からわかること
 (東京大学社会科学研究所・ベネッセ教育総合研究所による共同実施 2024.2)

資料2

○「裸眼視力1.0 未満の者」の割合



文部科学省「学校保健統計調査」（令和6年度）

内閣府・内閣官庁・警察庁・消費者庁・総務省・法務省・文部科学省・厚生労働省・経済産業省 2021年1月発行

ネット・スマホのある時代の子育て

保護者が知っておきたい 4つの大切なポイント

児童・生徒編

学習面での活用が一気に増えてきたインターネットやスマートフォン。コミュニケーションや息抜き等、生活をサポートする道具だからこそ、トラブルを避けて上手に使いこなすスキルを身につけてほしいものです。

Point1 長時間利用の中身に 着目！



連絡？遊び？
それとも勉強？
どれだけ使っているかではなく、何にどう使っているかが、肝心です。

Point2 オンラインゲームで 起きている トラブルとは！？

ゲームの中でつながる仲間との関係。だからこそトラブルや犯罪に巻き込まれることも！



Point3 SNSで誹謗中傷？ いじめ？



仲間外れや個人攻撃などの被害・加害を防ぐためには？

Point4 写真・動画の安易な 投稿が危険を招く！

自撮り写真の投稿・送信や動画投稿に起因するトラブルとは？



子供たちの使い方やネットトラブルの現状を知り、助言や話し合いの際にお役立てください

ワーク 3

左の資料をもとに考えてみましょう。

- ① 左の資料を見て、気がついたことや感想を書いてみましょう。

- ② グループで話し合ってみましょう。

ワーク 4

- ① 各家庭でふれあいや団らんの時間を多くするために、メディアの上手な活用策を考えてみましょう。

- ② グループで話し合ってみましょう。

<団らんの過ごし方>

例として、「外遊び」、「家のお手伝い」、「子供との会話」、「本を読む」、「いっしょに遊ぶ」等から考えてみましょう。

ふりかえり

- ① 何を学んだり、感じたりしましたか。

- ② 今後の生活にどのように生かしますか？



2-12

孫育ての関わり方

社会の変化に伴い、家庭教育に関する親の考え方にも変化が生じています。親の無責任な放任や過保護が見られ、またモラルの低下が生じているなども指摘されています。

家族を結ぶものは、いろいろ考えられます。祖父母の孫育ての関わり方によって、家庭を明るくし、子供の心を豊かにしていきます。

ここでは、孫育ての関わり方について考えてみましょう。

ワーク
1

次の事例をみて、話し合ってみましょう。

【事例】

- ㊦ 道路にごみをポイッと投げ捨てる子に無関心な親
- ㊧ 動物園の入場で、長蛇の列の中で、じっと並んでいる子をほめる親
- ㊨ 近所の人に挨拶ができた子に、「えらかったね」と声かけをする親
- ㊩ レストランで席から離れ、食器で遊んでいる子に注意をしない親
- ㊪ 病院の待合室で、子供がぐずりはじめ泣きやまないのに、平気な顔でスマートフォンを操作している親
- ㊫ 横断歩道で、手をつなぎ手を挙げてわたる親子
- ㊬ その他（ ）

- ① 事例の㊦～㊬のような場面に出くわしたことがありますか。
あなたが、子供だった頃や、子育てをしていたころと比べて、今の子供や親についてどんなことを感じていますか。

- ② グループの中で発表し合い、話し合ってみましょう。



ワーク
2

あなたのお孫さんが生まれたときのことを思い出してみましょう。

- ① 孫が生まれてどんなことを思いましたか。

- ② 親に対して、どんなことを感じましたか。また、どのような言葉がけをしましたか。

- ③ グループで意見交換をしてみましょう。



ワーク
3

孫育ての関わり方について情報交換してみましょう。

- ① 孫や親にどのようにかかわっていますか。

- ② グループで孫や親とのかかわりについて、楽しみ、喜び、失敗などの情報交換をしてみましょう。

- ③ グループごとに発表しましょう。



「孫育ての関わり方について」 一考え方の例として

< 孫に対しては… >

- 孫の言いなりにならない。
- 孫から教わる気持ちで遊ぶ。
- 孫の成長を楽しむ。

< 親に対しては… >

- 自分の子育てを押し付けない。
- 親の子育てを尊重する。
- 親の家庭教育を支援する。

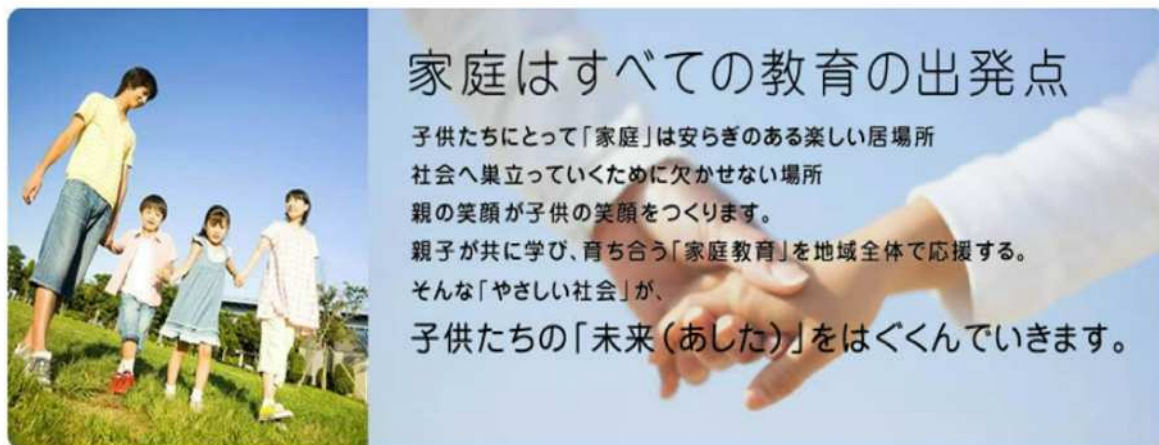


ふりかえり

① グループの話し合いの中で、気づいたことはありましたか。

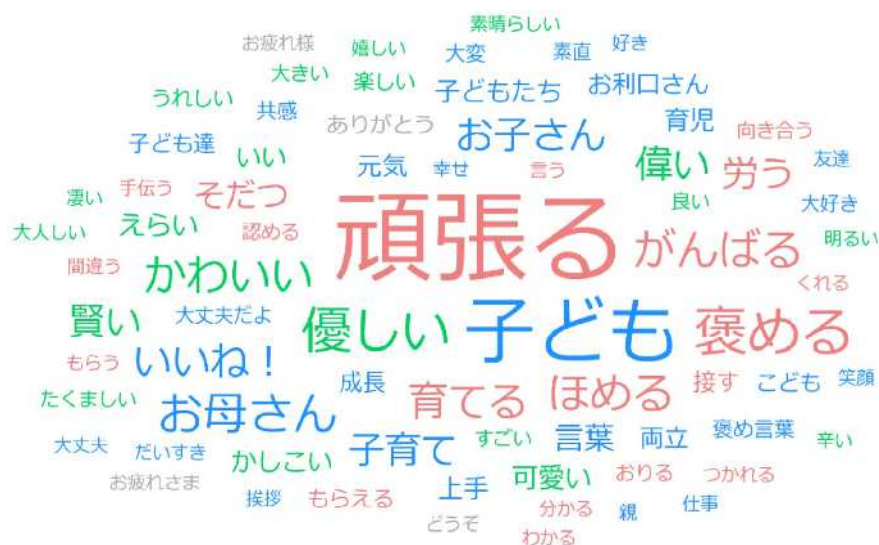
② 今日の学習を通して、考えたこと、参考にしたいことは何ですか。

資料1 家庭教育について



文部科学省ホームページより

資料2 子育てについて、人に言われて嬉しい言葉



注) 赤色は動詞、青色は名詞、黄緑は形容詞、単語の大きさは出現頻度を表す。