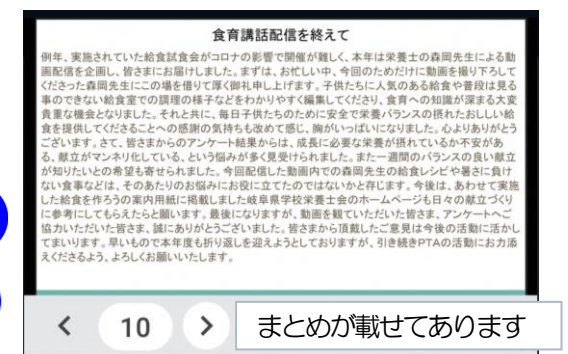


在宅取組の方法が多彩です。

食育と言うと、給食試食会、栄養教諭による講話という形が多く行われます。集まることが難しいという事で、レシピの紹介(動画付き)から家庭で給食を作ってみるという取組、また、栄養教諭による講話の配信をされました。



緑陽中研修委員会



前頁のほか、わが家の約束運動が情報モラルの講座後に実施しました。効果的な方法です。その他いくつか紹介します。

三 緑陽中研修委員会

第3回子育て広場「情報モラル」

【情報モラルオンライン講座参加者再募集】

～被害者にも加害者にもならないために
～

※※募集終了しました※※

講座日時：令和3年10月2日（土）16時～17時

接続テスト：令和3年9月24日（金）
19時～30分ほど

申込フォー

Δ : <https://forms.gle/gHqVRoRL3UvBw1gd6>

長子の学年・クラス・氏名を入力して送信

お知らせ

NEW! 第3回子育て広場「情報モラル」

【話そう！語ろう！わが家の約束】

実施期間：令和3年10月4日～10月13日（実施記録は7日間）

各家庭で情報機器の使用ルールについて話し合しましょう。実践カードを記入し、10月14日に担任の先生に提出してください。（詳しくは9月29日配布の便りをご覧ください）

情報モラルの
約束運動案内
文とチェック
リスト

「使い方チェックシート」

次のチェックシートであてはまるものに○を入れてください。
いくつが入るでしょうな。

	チェック内容	OK
1	家族と使う時間を決めて、時間を守ってスマホやインターネットを止めている。 自分の心やパフォーマンスを他人に奪えない。	
2	友達や恋人や相手と離れる文章や文章をうまく書き止まさない。	
3	SNSなどでも言葉遣いや文面などの個人情報を残さない。	
4	スマホやタブレットなどからフィッシングしている。	
5	連絡先やメールのアドレスは定期的に更新している。仕事しない。	
7	グループウェアはしない。する時は家族に確認をとってかかっている。	
8	ネットショップのネットやメールのアドレスを入力を意図的に控えている。	
9	スマホやタブレットを所持せずして使っている。接続時間が短くなることになっている。	
10	ネットやSNSやネットなどで他人に話しかけても、実際に会わない。	
11	重要なWebページは、必ず定期的にバックアップを取っていることになっている。	
12	自分からなくしたデータや他人から盗まれたデータに迅速に対応している。	

○がつかなかったところに○がつくよう努力し、安全な使い方ができるように心がけましょう。



三 緑陽中研修委員会

子育て広場の
説明

子育て広場（家庭教育学級）とは

親が子どもの心身の発達上の課題を学び、親の役割や家庭の在り方を再認識するなど家庭教育に関する学習機会として重要であるばかりでなく、この事業を通じて同じ悩みをもつ保護者同士が相互に交流し合い、自発的な学習を進めていくきっかけともなっています

三 緑陽中研修委員会

第 1 回進路
のページ

第1回子育て広場「進路」開催！ **
終了しました**

【高校紹介DVD動画配信】

令和3年6月19日（土）9時頃～7月
2日（金）21時頃

今年は高校見学会に代わり、高校紹介DVDを期間限定で配信します！（詳しくは6月14日配布のお便りをご覧ください）

視聴後は、動画の下にあるアンケート
(保護者のみ)の入力にご協力くださ
い。

動画視聴・アンケートは「進路」のメニューボタンもしくは[こちら](#)から

三 緑陽中研修委員会

関連情報のページ

参考サイト（外部講師など）

参考記事（中日新聞より）

参考サイト（他校事例）

- 笠崎町立下羽栗小学校 情報モラル
- 各務原市立鵜沼第一小学校「話そう！語ろう！わが家の約束」運動
- 関市立津保川中学校スマホ・ケータイ安心安全に関する約束宣言
- 下呂市立竹原中学校「スマホ・ケータイ安全教室」・「わが家の約束



各務原市 学校法人杉山学園 うぬま中央幼稚園 在宅取組型 2 例

うぬま中央幼稚園では「地元の団地の子が多く、親子ともどもよく知っていて、今後も同じ小学校、中学校に進むこともあり、保護者が同じ目線で子どもを見られます。バスで通う子どもが少なく、保護者が送り迎えをするため、顔を合わせてお話ができます。」と園長先生からお聞きしました。今回は子育て広場の在宅取組型の例を2つ紹介します。

★その1 「mama's カフェ」

子育ての悩みや感動したこと等の情報を集めて冊子にし、情報交流をしようと考えられました。投稿内容は子どもと行ってよかったところが多かったそうです。全家庭が参加しています。名前はペンネームです。すべての投稿に園長先生のコメント入りです。名前は「mama's カフェ」数年前まで園が主催で進めていたものを受けています。地域ならではの情報が得られ、反響が良かったとのことでした。

保護者各位

令和3年5月21日

うぬま中央幼稚園
園長
子育て広場
学級長

案 内

お 願 い

先日の保育参観にはお忙しい中ご来園いただき、お子様の園の様子をご覧いただきまして、ありがとうございました。
4月から、いろいろな面で成長を見せてくれているお子様の姿を感じていただけたことと思います。
さて、新型コロナウイルスの感染拡大が続き、なかなか終息のめどがたらず、人と人との接触を避けなければならない状況が続いています。
そんな中、子育て真っ最中保護者の皆さまが、子どもの姿に感動したり、悩んだり、いろいろな思いでお子さんの成長を見守っておられることと思いますが、そんな話をする機会が大変少なくなっています。
そこで、今年度の子育て広場では保護者の皆さまの思いを、投稿という形でお寄せいただき、ママ同士がカフェでお話するように意見や情報交換し保護者の皆さまの横断しが出るように「mama's カフェ」と題した井戸端会議通信を発行したいと思っています。
「コロナ感染で注意していること」「近場で子どもと一緒に遊べる穴場スポット」「グルメ情報」「保育参観を見て感じたこと」などどんなことでも結構です。きたんのないご意見ご感想を、気軽に書き添えていただくと嬉しいです。
以前発行していた「mama's カフェ」の投稿に合わせて投稿の事例を別紙に載せました。参考にしていただければと思います。
尚、投稿に際してはお母さん・お父さん・おばあちゃん・おじいちゃんなどでも結構です。ペンネームでお寄せ下さい。
別紙の投稿用紙を5月28日(金)までにお子さんに持たせていただきますようお願いいたします。
多くの皆さまの投稿をお待ちしております。

小さなエピソードでも悩みでも大丈夫!!

保護者同士の情報源になったり、クスツと笑える機会になつたら嬉しいですね。

子育て広場学級長

投稿用紙

キ リ ト リ

タイトル	ペンネーム



タイトル	内容	ペンネーム	イラスト
雨の日の家遊び	雨な日。外遊びが中止になった時の我が家での遊びは、お菓子探しをします。小皿のお菓子を家の中(部屋の中)に隠し、それを子供達に探させてもらうだけです。兄弟がしるで同じお菓子を必ず2個ずつ隠し、同じ物を見つけたら、どちらかに渡すようにする。喧嘩もせず、むしろ「これは持ってるからあげよう」「交換する?」などと教を教えたり、相手の気持ちも考える事にも繋がるかな!と! 何よりも楽しい所に隠すと、時間経過にもなり、もう一回!と我が家では3~4回、宝探しを繰り返してから、おしゃの時間になっています!	雨々	

タイトル	内容	ペンネーム	イラスト
トイレトレーニング	上の子の時(まだ)進めず、トイレ。暗かたふてきて、今日はい!!と2歳の子のトイレを始めました。頑張ります。母もストレスがたまっていいと思い、とある朝パンツにして、1回失敗したら、今日の排便は終わりにして自分ルールを決めてスタートしました。お菓子の条に書いてあるタイミングが守れば合わす、いつも10時くらいにはおしっこオムツ... 先日「お風呂のぬるさ!」と云えてきて、おしっこで「何いぬるさ!」と聞き返して「お湯!!」と返され思わず大笑い。お風呂までおしっこが1回(笑) 毎朝の10時の子に2回おしっこおしっこを聞くことに焦りもあり、地道にやってみよう!! (ま...の裏にま...とれるといふ...!!)	いまわり	

育児中のお話や家庭でのアイデアがいろいろですね。最近できた公園やお店のお話も興味わいてきます。「外食は主婦のつかの間のご褒美」という名言もいいですね。

雨の日の「お菓子探し」ゲーム、グットアイデアですね。お菓子を探す側のお父さん・お母さんもお菓子を探す側のお子さんもワクワク・ドキドキ! こんな家遊びがあると、雨の日が待ち遠しくなり...雨降りだ〜いすき...になるのではないのでしょうか。
宝探しの後は、おやつタイム。「雨々」さん家の楽しそうな様子やご兄弟間のやり取りがいろいろですね。ホッとした気持ちになりますね。

トイレトレーニング、同年齢のお子さんがオムツを卒業できたことを見聞すると少し焦りますよね。
でも、そんな中で『いまわり』さんは頑張りますようにしっかりとルールを決めて対処されているのはすごい!
お子さんも、プレッシャーなくトイレトレーニングができていようというですね。
「なんで濡れたの?」に「お湯!!」と返したお子さん座布団1枚ですね。

園長先生からの言葉で自己肯定感が高くなったり、ホッとしたりしますね。
職員の皆さんのコーナーもあり、家庭的な雰囲気がよく出ています。

その2 なかよし family スキンシップチャレンジ

案内には家庭教育プログラム乳幼児編 P86 のスキンシップの資料が使われています。見やすくわかりやすいカードは自作です。シールも配布されたとのことでした

予定していた 11 月の講話がこの環境でできないため普段できない子どもとの触れ合いを考え、子どものダメなところではなく、いいところを見つける機会にしたい、良いことを言ってハグするといったのではないかと役員会で決めたそうです。カードは夏休みなので、保護者だけでなく、祖父母や親せきも入れて書けるようにされました。

集めたものは、園で掲示できるようにまとめられていました。それぞれの子の良さがたくさん並ぶのはうれしいものですね。

保護者のみなさまへ

令和 3 年 7 月

うぬま中央幼稚園

子育て広場学級長

☆なかよし Family
スキンシップチャレンジ☆

みなさんは、お子さんとハグしますか？ お子さんのいいところをいづつ言えますか？
コロナ禍の今、自宅でお子さんと過ごす時間が増えて、ついイライラしてしまったり
子どもの要望に笑顔で応えられないことがあって落ち込んでしまっていますよね、
私は毎日怒って、子どもに我慢ばかりさせているなど反省の日々です…
例年ですと子育て広場で保護者の皆さんとの交流や、子育ての悩みなどを共有する
機会があるのですがまだまだ大勢での交流が難しい為、皆さまの子育てが少しでも
より良いものになればと思います、(ハグ&いいところみつ)を企画いたしました。
改めてご家族でお子様とゆっくり向き合う機会となればうれしく思います。

だいすきだよ♡あなたのいいところ自慢しちゃおう！

子どもはスキンシップをとることで

開かれてるといふ安心感を持ちます

子どもは、愛されている愛の感をもつと、いろいろなことにチャレンジするエネルギーがわいてきます。そして、チャレンジしたことができたとき、「うれしい」「またやりたい」と心から思います。それが、自信になり、自己肯定感になっていきます。

「抱っこ」のあたためたい思ひは、次世代の子育てへ受け継がれていく大切な時間です。0～5歳の頃は、スキンシップで自己肯定感を育てましょう。

家庭教育プログラム
から引用 (6 ページに
載せてあります。)

ハグしながらお子さんのいいところもほめてみましょう

お子さんのいいところを見つけたら「お花」の中に書いてください。(後日展示を考えております)

お時間のある時にぜひ取り組んでいただき8月26日までに提出をお願い致します。

パパ、ママ
おじいちゃん・おばあちゃん
お子様に「だいすき」のメール
伝えませんか？



☆なかよし Family スキンシップチャレンジ☆

★お子さんのいいところ自慢しませんか？ぜひ教えてください！

★お花の中に書き込んでください

★おうちのひととたっぷりハグしたライチゴちゃんにシールをはろう！

※感想※

クラス なまえ

8月26日までに提出

☆なかよし Family スキンシップチャレンジ☆

★お子さんのいいところ自慢しませんか？ぜひ教えてください！

★お花の中に書き込んでください

★おうちのひととたっぷりハグしたライチゴちゃんにシールをはろう！

※感想※

クラス

8月26日までに提出

コメント

子育て広場学級長さんの思いや、園長先生に相談したり、役員さんと話し合ったりして、令和3年度に安心して取り組める子育て広場(家庭教育学級)を計画し、お互いの情報交流する場を作ることができました。また褒めることやスキンシップといったこの時期の子どもにとっての大切な内容に取り組まれたことが素晴らしいですね。自作のカードということでも思っています。「素敵な企画でした」とか「ハグの良さを感じました」という感想をみると願った取組になったのではないのでしょうか。



岐阜市立長森東小学校 「我が家の防災」在宅取組型

長森東小学校PTA会員様

長森東小学校校長
長森東小学校PTA会長
学年成人委員長

案内

第1回 家庭教育学級
我が家の防災のご案内

盛夏の候、皆様には、益々御健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は、PTA諸活動に多大なるご支援とご協力をいただき、誠にありがとうございます。さて、近年自然災害が日本各地で発生しております。いつ起こるか分からない「もしも」のときに備えられるよう家族で話し合ってみませんか。

第1回の家庭教育学級は、「我が家の防災」をテーマに、家族ひとりひとりが備えることについて考えたいと思います。チェックリスト(表裏)を活用し、夏休みに子どもと一緒に防災について話し合ってみましょう。アンケートをご記入の上(別紙ピンク用紙)、担任の先生までご提出ください。

記

1. 実施期間：令和3年7月21日(水)～8月31日(火)の夏休み期間

2. アンケート記入：一家族に一枚配布しています。家族で話し合い、アンケート・感想をご記入をお願いします。提出は長子をお願いします。

提出締切日：9月1日(水)

※皆さんにご記入いただいた内容は、後日、家庭教育学級報告書で紹介させていただきます。

我が家の防災 アンケート

9月1日は「防災の日」です！

● 非常用持ち出し袋はありますか？ はい いいえ

はいの方…見直ししましたか？ はい いいえ

いいえの方…これを機会に用意しますか？ はい いいえ

● 水、非常食の準備はありますか？ はい いいえ

● 感染症対策の準備はありますか？ はい いいえ

● 避難場所や親の連絡先の確認はしていますか？ はい いいえ

● チェックリストの他に必要なものがあれば教えてください。

()

★お子さんの感想

★保護者様の感想

提出期間：9月1日(水) 提出先：担任の先生 → 回収：学年成人

災害の「備え」チェックリスト

非常用持ち出し袋 避難の際に持ち出すもの！

□ 水 □ 食品 □ 防災用ヘルメット・防災ずきん □ 衣類・下着 □ 現金・貴重品 □ 懐中電灯 □ 携帯ラジオ □ 予備電池・携帯充電器 □ マッチ・ろうそく □ 救急用品 □ 使い捨てカイロ □ ブランケット

□ 軍手 □ 洗面用具 □ 歯ブラシ・歯磨き粉 □ タオル □ ウェットシート □ 感染予防対策にも有効です!! □ マスク □ 手指消毒用アルコール □ 石けん・ハンドソープ □ ウェットティッシュ □ 体温計

一緒に持ち出そう!! □ 貴重品

子供がいる家庭の備え □ 子供用紙オムツ □ 抱っこひも □ 子供の靴 □ ミルク(赤ちゃん用) □ 使い捨て哺乳瓶 □ 母乳冷凍パック □ 携帯用お風呂用シャワー □ 携帯用トイレ □ 携帯用お風呂用シャワー

女性の備え □ サニタリー用品 □ 防犯ブザー/ホイッスル □ おむつのシート □ 中身の見えるおむつ

高齢者がいる家庭の備え □ 大入用紙パンツ □ 入れ歯 □ 杖 □ 補聴器 □ 入れ歯洗浄剤 □ 男性用吸水パッド □ デリケートゾーンの洗浄剤 □ 持病の薬 □ お薬手帳のコピー

備蓄品 □ 食料や水(最低3日分)でできれば1週間分 × 家族分 □ 生活必需品

ほかにも、家庭で必要なのは日ごろから備えておきましょう

長森東小学校PTA会員様

長森東小学校校長
長森東小学校PTA会長
学年成人委員長

アンケート
報告

第1回 家庭教育学級(我が家の防災)のご報告

夏休み中、我が家の防災について取り組んでいただき、ありがとうございます。夏休み中は、日本各地で豪雨による洪水や土砂災害もありましたので、家庭でも、もしもの備えについて話し合う機会がもてたのではないかと思います。その中で、準備をしながら思っているが、準備できていない、準備しているが、まだ足りないものがあるなど、再確認できた家庭も多くみられて良かったと思います。当たり前の日常生活に欠かせない電気、ガス、水がとまってしまった時、対処できるように普段から備えておきたいものです。休日を利用して電気や水を使わないと決めて過ごしてみると、備えが足りているかどうか実感できると思います。集計結果と感想を一部紹介しますので、今後の参考にさせていただきたいと思っています。

(アンケート全体集計) *無回答は省く

● 非常用持ち出し袋はありますか？ はい 47%、 いいえ 53%

● 水、非常食の準備はありますか？ はい 72%、 いいえ 27%

● 感染症対策の準備はありますか？ はい 68%、 いいえ 31%

● 避難場所や親の連絡先の確認はしていますか？ はい 74%、 いいえ 25%

298世帯の方に協力いただきありがとうございました。

【チェックリストの他に必要なもの】

モバイルバッテリー、ペット用品、子供への手紙(はげます内容)
こどものおもちゃ、ガムテープ、ラップ、簡易トイレ、薬、眼鏡
カセットコンロ、ワンタッチテント、小銭、地図、保険証

【子供の感想】

水がないと困る。非常食は好きなものが良いと思った。
持ち出し袋の中に入れる物の多さに驚いた。ちゃんと準備したい。
どこに避難するか親と確認した。親の電話番号を覚えようと思った。
避難場所の確認ができた。

【親の感想】

不足している物もあったので備えたい。
非常食の期限を確認できてなかったで、定期的に見直したい。
コロナ対策、隔離対策も考えたい。
連絡先の確認を子供に伝えないといけない。

【次回 第2回家庭教育学級のお知らせ】

ブロック講演会 10月24日(日)

【第3回家庭教育学級のお知らせ】

第3回は、親子でクッキングです。
11月頃を予定しています。
詳細が決まり次第ご連絡いたします。お楽しみに～♪

「我が家の防災」という名前は、防災の取組を各家庭でも話し合うきっかけにしてほしいとの思いから、長森東小学校の役員さんで相談して取組名をつけられたそうです。

「防災」「チェックシート」というワードでいくつか検索をかけて、皆さんで検討されました。その中で、子供、女性、高齢者と分かれていて、とても見やすいという意見が多く、このチェックリストに決めたそうです。このチェックリストとアンケートを使って家族で話し合うきっかけになっていますね。

内容を明確にした案内・アンケートで298世帯という多くの参加があります。アンケートの集計結果をまとめて紹介することで、取組への意識がさらに高まります。

「非常用持ち出し袋」の中身はとても多く、今回チェックすることで確認ができますね。

案内文にもありますが、ここ数年災害が頻繁に起こり、身近な問題だという事がわかる取り組みです。色々な方法で意識を継続していく必要がありますね。

※ 家庭教育学級の取組事例を教えてください。

今回のように、家庭教育学級をオンデマンド・オンラインで実施されている事例や工夫された取組がたくさんありそうです。いろいろな取組を紹介し皆様の活動を広げていきたいと考えています。そこで、各家庭教育学級の実践事例を教えてくださいませんか。ご協力のほど宜しくお願い致します。

お電話、メールは、
こちらまで

岐阜県 環境生活政策課 家庭教育担当 河野
TEL:058-272-8752 (直通) (県庁内6階)
Email:kono-kazuhiko@pref.gifu.lg.jp

家庭教育プログラム みんなで子育てⅡの紹介

プログラム10 スキンシップ（乳幼児期）

スキンシップは誰のため？（乳幼児期）

こんなことはありませんか・・・？

2歳のりおちゃんは、言葉の数は増えてきましたが、まだ、自分の思いを伝えられませんか。おかあさんの「抱っこ」が大好きで、一日に何度も「抱っこー！」とせがみます。でも、りおちゃんの体は大きくなり、抱っこすると、ずっしりと重みを感じるようになってきました。

最近おかあさんが困っていることは、重い物で重い荷物を持っているときや、大事な電話をしているときに、「抱っこ」をせがまれることです。スキンシップは大切だと思っていますが、こんなとき、どうしていいかわかりません。



ワーク1

みなさんも、無理なときに「抱っこ」を求めてくるわが子への対応を出し合ってみましょう。



★ワークシート：記入できる部分とお話が載っています。

-81-

- 資料のスキンシップに取り組んでいる保護者の感想を読んでみましょう。図書館で本を借りて「絵本の読み聞かせ」もいいてね。

今日からぜひやってみてくださいね。お疲れ様でした。



子どもの要求に丁寧に応えてやることは、親の大切な役目じゃ。子どもが話しかけてきたときには、スマホの画面を見ていたりしても、顔をあげ、子どもの目を見て話を聞いてあげてな。「スマホよりもあなたが大事」というメッセージが伝わるもんじゃ。でも、すぐにはできない時もあるわな。そんな時はなぜできないのか、いつできるのかなどを説明してやると、結構子どもで理解するもんなんじゃよ。

-82-

★進行案：60分の流れの例を載せてあります

プログラム10 スキンシップ（乳幼児期）

進行案

ねらい

- 誰もが乳幼児期にスキンシップは必要だとわかっていて、でも毎日の家事に追われて、なかなか子どもが求めて来るときに対応できないことが多いのではないでしょうか。参加者同士が交流する中で、無理なときの「抱っこ」や対応についての工夫をもち帰してもらいましょう。
- 乳幼児期のスキンシップには、心の栄養としての大きな役割があります。それは子どものためばかりでなく、親にとっても必要な栄養素となります。子どもの心を満たし、自己肯定感を高める効果的なスキンシップについて考えていただきましょう。

時間	内容	主な活動	留意点
例：60分 00:10	はじめのことば	「みなさん、こんにちは。ご多用のところ、参加いただきありがとうございます。今日は、年齢に応じた“お手伝い”について、考えてみたいと思います。司会の○○です。よろしくお願いします。」	○笑顔で親しみやすい言動に努めましょう。 ○道具として「お茶」やちょっとした「お菓子」があるとか、わらかい雰囲気を出し、話も弾みやすくなります。
	3つの約束確認	「この会は、ともに楽しく学び合い、みなさんで作り上げていくものです。誰もが『参加してよかった』と思える会にするために、協力していただきたい3つの約束があります。」	○会を成功させるために、学習を始める前に参加者全員で「3つの約束」を確認しましょう。 ○一人が話し過ぎないように、時間配分を考えたうえで、全員が話す機会を回すようにしましょう。 ○相手の目を見てうなずきながら聞くとか、相槌を打ながら聞くなどすると、話す人も嬉しくなります。
	①参加	「積極的に話し合いに参加しましょう。全員が参加できるように、協力をお願いします。」	○子育て中の親として、家族に関わることも話題になりますが、自由に話してもらいますが、信頼関係が大切であることを確認していきましょう。
	②発言	「お互いの意見や感じ方を尊重しましょう。他の参加者の意見を否定したり、自分の考えを押し付けたりしないようにしましょう。話したくないことは、パスしてもかまいません。」	
	③守秘	「子育ての交流ですから、個人情報に関わる内容も出てきます。同じ時間を共有する参加者の信頼関係の土壌	

★家庭教育プログラムにはワークシートで記入するもの、資料、進行案があります。家庭教育学級でそのまま利用したり、参考資料したりできます。使い方もいろいろできそうです。ぜひご覧になり、利用方法を見つけてください。

保存版

令和元年改訂版

家庭教育プログラム（乳幼児期編）
みんなで子育てⅡ



岐阜県

★4ページの「うねま中央幼稚園の取組案内」の資料引用部分

資料編

◇スキンシップは、なぜ大事なの？

お母さんは、スキンシップをすることで、子どもがかわいく思えます。

スキンシップを図る

ハグ時間
親子の絆づくり

オキシトシン（愛情ホルモン）

子どもへの愛情が増す。

世話する能力が活性化される。



満足感・安心感は子どもの愛着を形成します。愛着は、人と人との信頼関係の基礎となります。

子どもは、スキンシップをすることで愛されているという安心感をもちます。

私は愛されている



自己肯定感

私は存在しているんだ

子どもは、愛されている安心感をもち、いろいろなことにチャレンジするエネルギーと勇気がわいてきます。そして、チャレンジしたことができたとき、「うれしい」「またやりたい」と心から思います。それが、自信になり、自己肯定感になっていきます。

「抱っこ」のあたたかい思い出は、次世代の子育てへ受け継がれていく大切な時間です。0～5歳の頃は、スキンシップで自己肯定感を育てましょう。

-84-

資料編

★資料編：学べる内容が一杯です。

0歳児

抱っこは親子の最高の対話
—スキンシップが子どもの心育てを—

0歳児にとっては、何もかも初めての体験なので、この時期にお母さん、お父さんが抱っこして安心させてあげることが、健康な成長の力になります。たくさん抱っこされながらおっぱいを飲ませてもらったり、お母さん、お父さんから語りかけられたり、微笑みかけられたり、赤ちゃんは愛されることの喜びを感じ、人との信頼関係を築いていきます。なぜ赤ちゃんが泣いているのか分からない時、まず抱っこをしてみませんか。すると、「おなかを空かせている」「遊んでほしい」といった赤ちゃんの気持ちが伝わってきます。このように、抱っこすることによって赤ちゃんの気持ちに耳を傾け、赤ちゃんの立場になって受けとめてあげることができるのです。ただ、抱っこする人が悲しかったり、イライラしたりしている時は、抱っこによって赤ちゃんの心が不安定になってしまいます。そんな時は、赤ちゃんの顔をやさしく見つめ、落ち着いてから抱っこしてあげると、お互いの安心につながります。抱っこは、赤ちゃんが気持ちを伝え、それを母さん、お父さんが受け入れ、お互いの気持ちが伝わり安心する、とても大切なコミュニケーションのひとつです。

1歳児

抱っこで愛情の補給
—子どもの気持ちを受けとめて—

子どもの自我が芽生えてくると、興味も幅が広がっていき、少しずつ自分の力で外の世界へ歩き出そうとする時期に入ります。今まではお母さん、お父さんにべったりだった我が子が、自分から離れて楽しく遊んでいる姿に、少し寂しさを感じるかもしれません。子どもは自分でやりたい気持ちはありますが、いきなりひとりではできません。不安もたくさん感じています。そんな時、抱っこして欲しいと子どもは言うかもしれません。お父さん、お母さん、抱っこして欲しいと子どもは言うかもしれません。お母さん、お父さんの変わらない愛情を確認し、また安心して冒険を続けていくことができるのです。あり赤ちゃんを抱きかかえて、何でもお母さん、お父さんがやってくれると安心感の部分が育ちます。反対に「早く自立してほしい」と思ってしまうと、子どもは不安でいっぱいになり、かえって自立できません。振り返った時にお母さん、お父さんがいてくれる——子どもは戻れるところがあると、安心して新しいことにチャレンジしていきます。お母さん、お父さんに助けを求めたから、抱っこで「愛情」をたっぷり補給することで、子どもの安心感につながります。1歳児は、愛情確認のための抱っこが必要な時期です。

出典：「心をほぐす」—乳幼児期に大切にしたいこと—
(公益財団法人 ソニー教育財団)



上記の掲載冊子は、<http://www.sony-ef.or.jp/>からダウンロードできます。また、「問い合わせフォーム」からご相談されると、必要数を送っていただけるそうです。

自己肯定感は自立へのエネルギーになるんじや。その先に待つ困難に立ち向かう時も、土台になる大切な感情なんじや。親子のスキンシップで、その大事な感情が育つような時間をもってやると、安心感の中で心が育っていくんじや。言葉の通じない小さなうちからしっかりと育ててやるのがいいの。何か大事な事を伝えるときや叱るときなども、手をにぎったりひざにかけたりして、ゆっくりわかりやすく言うとか、子どもは安心してよく理解できるんじや。しかし、ついつい大声で叱ってしまう事もあるわいな。その後は手を握ってやるだけでも安心感につながるんじや。

-85-