

# 家庭教育企業出前講座

## 実施プログラム例一覧



テーマ	プログラム名	プログラム内容の一例	研修形態 例・実施時間 の目安
働き方	ワーク・ライフ・バランス	ワークを通して、男性を含めた働き方の見直し、固定的性別役割分担意識の解消や男性の家事・育児参加について考えます。また、子どもとの過ごし方に限らず、家庭での過ごし方の充実が仕事の充実につながることに気付くことができます。	ワーク ショップ型 60～90分
	お父さんがイクメンに変身する魔法の言葉	子育てを母親一人で背負い込まず、父親の役割を理解し、一緒に子育てをしていこうという思いをもってもらうために、父親が子育てに積極的に関わるようになるポイントを考えます。	ワーク ショップ型 60～90分
自己肯定感	たっぷり愛して、しっかり認めよう	これまでのわが子とのかかわり方を振り返ったり、子どもの立場を体験したりすることで、わが子の自己肯定感が高められるような子どもへのかかわり方について考えます。また、職場内の仲間へ接し方についても振り返り、今後のかかわり方について考えます。	ワーク ショップ型 60～90分
	相手の自己肯定感を育むかかわり方を学ぼう	自己肯定感を高めるような相手へのかかわり方について、グループで話し合いながら学びます。子育てだけでなく、部下への接し方などにもつながる講座です。	ワーク ショップ型 60～90分
コミュニケーション	コミュニケーション能力がアップするコツ	親子のコミュニケーションを例としながら、お互いが円滑にコミュニケーションを行うために必要なことを学ぶことができます。	ワーク ショップ型 60～90分
	やる気を起こさせる魔法の言葉	家庭学習に関する子どもへの接し方を振り返り、親としての理想のかかわり方を話し合う中で、子どものやる気が出る接し方について考えます。	ワーク ショップ型 60～90分
	子どもの家庭学習について楽しく話し合おう～探そう！魔法の言葉・技～	自分の幼い頃に掛けられた言葉や、今、子どもたちにどのように声を掛けているのかを振り返ります。子どもとの接し方に留まらず、大人同士の関係にも生かせる言葉かけについて考えます。	ワーク ショップ型 60～90分
非認知能力	まだ間に合う非認知能力の育成	テストなどの点数では測れない「意欲」「我慢強さ」などの力が「非認知能力」です。「『非認知能力』とは何か」から始まり、何歳になっても伸ばすことができる「非認知能力」についてワークを通して迫ります。	ワーク ショップ型 60～90分
	いいところを見つけよう～非認知能力レンズを使って～	子どもの「非認知能力」を伸ばすために、子どもの言動の見取りを行います。子どもの姿や行動から価値を見つける「非認知能力レンズ」により、子どもの力を伸ばしていく方法について、ワークを通して考えます。	ワーク ショップ型 60～90分

テーマ	プログラム名	プログラム内容の一例	研修形態 例・実施時間 の目安
メディア	これからのスマホ・ネットとのかかわり方を親子で考えてみませんか	スマホ・ネット(ゲーム等のネット機器)が、子どもに与える健康被害やトラブルの危険性について理解するとともに、子どもがスマホ等をもつことについて、家庭でのルール作り等、その準備のために必要なことを考えます。また、これからの親子のかかわり方について考えます。	講演 60～90分
	赤ちゃん絵本、メディアとのかかわり方について考えよう	発達段階(0～1歳時)に応じた絵本の紹介を通して、子育てにおいて、絵本が与える効果について学びます。また、スマホやテレビなどのメディアを使った子育ての問題点を考え、メディアとのつきあい方について振り返ります。	ワークショップ型または親子ワークショップ 60分程度
	ネット社会の見えない危険性～あなたのスマホに潜む危険性～	便利で、生活には欠かせない存在となっているスマホの利用について考えます。スマホとの関係を振り返り、スマホに潜む危険性について考えていきます。	講演 60～90分
子育ての不安やイライラ	私の子育て、これでいいの?～開かれた子育て関係～	子育てにおいて自分の価値観と異なるものに触れたときに感じる戸惑いや疑問を共有し、価値判断のプロセスを理解するとともに、多様な価値観を受け入れながらの子育てを考えます。	ワークショップ型 60～90分
	イライラとうまく付き合う方法	イライラしてしまう感情とうまく付き合っていく基本を学ぶことができます。子育て中以外の方にも、学びとなる内容です。	ワークショップ型 60～90分
心と体	心と体のセルフケアについて学ぼう	ちょっとしたときにできるストレッチを通して運動の重要性を学んだり、心のストレスケアについて学んだりします。実技を伴ったワークショップ型講演を行います。	講演 60～90分
	みんなで体を動かして絆アップ!	みんなで体を動かして、絆をアップさせましょう。親子の絆を深める方法だけでなく、社員同士の同僚性の向上にもつながります。	講演・エクササイズ 60～90分
	心と体に笑顔の食事	毎日の食事を振り返りながら、「食べることの大切さ」「食べるものの選び方」「必要な栄養を考える」等、これからできる家庭での食育について学びます。	講演 60～90分

実施内容、時間等は企業の皆様のご要望に合わせて対応します。  
 少人数での実施、オンラインでの実施、対面とオンラインを組み合わせた実施も可能です。お気軽にご相談ください。