

親育ち応援学習 プログラム

岡山県で作成した「親育ち応援学習プログラム」は、地域での家庭教育支援に活用できる参加体験型の学習プログラム集です。

このプログラムには、決まった答えがある訳ではありません。無理に答えを出すのではなく、参加者同士が話し合いを進めていく中で、自分自身の問題に気付いたり、保護者としてのあり方や役割について考えたり整理したりするきっかけとして活用することができます。



気づきを
大切に…

保護者が
つながる

子育てに悩んでいるのは、私だけじゃ
なかったんだ…と気づきました。

(研修会参加 保護者感想)

おかやま子ども応援推進委員会 地域家庭教育推進部会
岡山県教育委員会



「親育ち応援学習プログラム」は、これから親になる若い世代の方から現在子育て真っ最中の方、そして孫育て世代の方まで、幅広い世代の方を対象にした「親育ち」を応援するために開発したプログラムです。

親プロで
気付き・ふりかえる
自分の子育て!

親プロで
うまれる
保護者どうしの
つながり!



子育てについて、語り合いながら学び合うことができます。

溶け込みやすい会になっていたのので、壁を作ってしまうがちな私でもスムーズに参加できました。
グループの皆さんに共感してもらい、多くの人と関わる楽しさを実感しました。

意外に皆さんも同じことを悩んでいるんだということが分かりました。他の人に共感してもらえて、毎日の子育てをがんばれるような気がします。



●浅口市鴨方町連合 PTA 交流会●

交流



●総社市立池田幼稚園 PTA 研修会●

共感

参加者の声



●真庭市立米来小学校 PTA 研修会●

学び



●岡山市立津島小学校学級懇談●

安心

この研修を通して、いろいろな考えにふれられてよかったです。他の人から参考になる話をたくさん聞けたので、自分でも実行することができればいいなあと思います。

身近なテーマで話しやすかったです。他の方の意見にも共感でき、イライラしたり大変なのは自分だけじゃないんだと気付き、少し安心しました。



プログラムの一例を紹介します

Ⅱ 乳幼児をもつ保護者を対象にしたプログラム（就学前）

Ⅱ-9 プログラム名：自分でできたよ！うれしいな～入学までに応援できること～

ワーク1

●入学を目前にしたわが子の様子を振り返ってみましょう。

★わが子の様子で、「今、入学してもこんなことは気になるけれど、まあ大丈夫かな。」「こんな事ができるようになってきているので、このことなら大丈夫！」ということを出し合ってみましょう。

★わが子の様子で、入学してから「こんな事ができるかど
れをやらせたことがない、大丈夫かなあ。」ということを出し合

ねらい

小学校生活をスムーズにスタートするに当たって必要な生活習慣等を身に付けさせるために、保護者として大切にしたいポイントについて考える。

実施のポイント

小学校入学時に「自分のことは自分でできる」という自信をもつことができるように、関わり方のポイントについて考えることができる。



玉野市立和田幼稚園すくすくサロン

ワーク2

●～子どもが自信をもって小学校入学を迎えるために～
入学に向けて、どんな関わりができそうでしょうか？出し合ってみましょう。

ふりかえり

●今日の学習をふりかえって、参考になったことや気づいたことを記入しましょう。

小学校就学前の研修に最適です!!

プログラム名

自分でできたよ！うれしいな
～小学校入学までに応援できること～



美咲町立柵原西小学校校内研修





気軽に進行できます！ ワークシート・流れ・資料

II 乳幼児をもつ保護者を対象にしたプログラム（学童期も可）

II-7 そういえば自分も…考えよう 認めよう
～子どものいいところ・気になるところ～

ワーク1

- 自分が子どもだった頃の「いいところ」と言われたことは？
また「当時気にしていたところ」「注意されていたところ」は？

(いいところ)

(気にしていたところ・注意されていたこと)

ワーク2

- 「気にしていたところ・注意されていたところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。

ワーク3

- 私たちの子どもを見つめ直してみよう。
(いいところ・気になるところを出し合ひしよう。)

ふりかえり

どのような話が出たのか、ふりかえてみましょう

ワークシート

コピーして使えます！

II 乳幼児をもつ保護者を対象にしたプログラム（学童期も可）

II-7 そういえば自分も…考えよう 認めよう～子どものいいところ・気になるところ～

対象：乳幼児をもつ保護者（学童期も可）
時間：60分～80分程度

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> 子ども一人ひとりの個性や発達の様子は、違いがあることを理解し、それぞれの存在の大切さを再認識する。 子どものいいところ・気になるところを伝え、（保護者）それぞれであることに気づき、幅広い見方で子どもに接することが大切であることを認識する。 																												
実施のポイント（評価など）	<ul style="list-style-type: none"> 保護者同士が自分の子どもについていいところや気になっているところを自由に交流し合うことができるようにする。 																												
事前準備	<ul style="list-style-type: none"> あらかじめ4～6人のグループに分けておく。（グループ構成は、仲のよいいばかりで構成されないよう配慮する。） 筆記用具 ○ 付せん紙 ○ マジック ○ 糊紙 ○ 時計 ○ 記録用紙 リフレーミングのワークシート 																												
時間	<table border="1"> <thead> <tr> <th>時間</th> <th>学習活動</th> <th>学習活動のねらいとポイント</th> <th>準備物</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>導入 10分</td> <td>ワークの趣旨説明 ○アイスブレイク（自己紹介）</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 和やかな明るい雰囲気になるよう心がける。 ねらい・活動の流れ等について、ポイントを絞って説明する。 3つの約束を守るよう周知する。 自己紹介により互いに親近感がもてるようにする。（例）今日これまで起こったよいことを併せての自己紹介・状況により省略してもよい。 </td> <td>3つの約束 掲示物</td> </tr> <tr> <td>展開5～10分</td> <td>●ワーク1 「自分が子どもだった頃の『いいところ』と 言われたことは？ また『当時気にしていたところ』『注意されていたところ』は？」</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 気さくなことでもよいので、できるだけ具体的に書いてもらおう。 「いいところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。 </td> <td>付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート</td> </tr> <tr> <td>15～20分</td> <td>●ワーク2 「気にしていたところ・注意されていたところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 注意されていたところを「見方を改めてみれば」として意見交換し、物を変え直すことで自分の個性を多面的にとらえることができることを実感することをおすすめする。 例：（気が取る→好奇心が旺盛）、（人見知りが強しい→慎重さがある） 進行役を中心に自由に話し合う。 </td> <td>記録用紙</td> </tr> <tr> <td>20～30分</td> <td>●ワーク3 私たちの子どもを見つめ直してみよう。 （いいところ・気になるところを出し合ひしよう。）</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 子ども一人ひとりの個性や発達の様子は、違いがあることを理解し、それぞれの存在の大切さを再認識する。 子どものいいところ・気になるところを伝え、（保護者）それぞれであることに気づき、幅広い見方で子どもに接することが大切であることを認識する。 </td> <td>付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート</td> </tr> <tr> <td>まとめ 5分</td> <td>●ふりかえり 自分の考えをワークシートの「ふりかえり」に書き込む。 ●グループで感想を話し合う。</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 話し合いの中で出た話題について、印象に残ったことや思ったことをワークシートに書き込むことで活動を振り返り、自分自身の意識の変化や高まりに気づくことをねらいとする。 </td> <td>付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート</td> </tr> <tr> <td>5分</td> <td>●まとめ</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 各グループで出た意見について交流する。時間にあわせて、各グループの記録用紙を見回す。 ファシリテーターから、交流の中でそれでも気づいていることや、心配に感じている子どもの情報については、学校をはじめとして、連携せずに相談することができる機関があることも知らせる。 </td> <td>相談機関資料（総合相談センターチラシ）</td> </tr> </tbody> </table>	時間	学習活動	学習活動のねらいとポイント	準備物	導入 10分	ワークの趣旨説明 ○アイスブレイク（自己紹介）	<ul style="list-style-type: none"> 和やかな明るい雰囲気になるよう心がける。 ねらい・活動の流れ等について、ポイントを絞って説明する。 3つの約束を守るよう周知する。 自己紹介により互いに親近感がもてるようにする。（例）今日これまで起こったよいことを併せての自己紹介・状況により省略してもよい。 	3つの約束 掲示物	展開5～10分	●ワーク1 「自分が子どもだった頃の『いいところ』と 言われたことは？ また『当時気にしていたところ』『注意されていたところ』は？」	<ul style="list-style-type: none"> 気さくなことでもよいので、できるだけ具体的に書いてもらおう。 「いいところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。 	付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート	15～20分	●ワーク2 「気にしていたところ・注意されていたところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。	<ul style="list-style-type: none"> 注意されていたところを「見方を改めてみれば」として意見交換し、物を変え直すことで自分の個性を多面的にとらえることができることを実感することをおすすめする。 例：（気が取る→好奇心が旺盛）、（人見知りが強しい→慎重さがある） 進行役を中心に自由に話し合う。 	記録用紙	20～30分	●ワーク3 私たちの子どもを見つめ直してみよう。 （いいところ・気になるところを出し合ひしよう。）	<ul style="list-style-type: none"> 子ども一人ひとりの個性や発達の様子は、違いがあることを理解し、それぞれの存在の大切さを再認識する。 子どものいいところ・気になるところを伝え、（保護者）それぞれであることに気づき、幅広い見方で子どもに接することが大切であることを認識する。 	付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート	まとめ 5分	●ふりかえり 自分の考えをワークシートの「ふりかえり」に書き込む。 ●グループで感想を話し合う。	<ul style="list-style-type: none"> 話し合いの中で出た話題について、印象に残ったことや思ったことをワークシートに書き込むことで活動を振り返り、自分自身の意識の変化や高まりに気づくことをねらいとする。 	付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート	5分	●まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 各グループで出た意見について交流する。時間にあわせて、各グループの記録用紙を見回す。 ファシリテーターから、交流の中でそれでも気づいていることや、心配に感じている子どもの情報については、学校をはじめとして、連携せずに相談することができる機関があることも知らせる。 	相談機関資料（総合相談センターチラシ）
時間	学習活動	学習活動のねらいとポイント	準備物																										
導入 10分	ワークの趣旨説明 ○アイスブレイク（自己紹介）	<ul style="list-style-type: none"> 和やかな明るい雰囲気になるよう心がける。 ねらい・活動の流れ等について、ポイントを絞って説明する。 3つの約束を守るよう周知する。 自己紹介により互いに親近感がもてるようにする。（例）今日これまで起こったよいことを併せての自己紹介・状況により省略してもよい。 	3つの約束 掲示物																										
展開5～10分	●ワーク1 「自分が子どもだった頃の『いいところ』と 言われたことは？ また『当時気にしていたところ』『注意されていたところ』は？」	<ul style="list-style-type: none"> 気さくなことでもよいので、できるだけ具体的に書いてもらおう。 「いいところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。 	付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート																										
15～20分	●ワーク2 「気にしていたところ・注意されていたところ」を「いいところ」としてとらえ直しをしてみましょう。	<ul style="list-style-type: none"> 注意されていたところを「見方を改めてみれば」として意見交換し、物を変え直すことで自分の個性を多面的にとらえることができることを実感することをおすすめする。 例：（気が取る→好奇心が旺盛）、（人見知りが強しい→慎重さがある） 進行役を中心に自由に話し合う。 	記録用紙																										
20～30分	●ワーク3 私たちの子どもを見つめ直してみよう。 （いいところ・気になるところを出し合ひしよう。）	<ul style="list-style-type: none"> 子ども一人ひとりの個性や発達の様子は、違いがあることを理解し、それぞれの存在の大切さを再認識する。 子どものいいところ・気になるところを伝え、（保護者）それぞれであることに気づき、幅広い見方で子どもに接することが大切であることを認識する。 	付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート																										
まとめ 5分	●ふりかえり 自分の考えをワークシートの「ふりかえり」に書き込む。 ●グループで感想を話し合う。	<ul style="list-style-type: none"> 話し合いの中で出た話題について、印象に残ったことや思ったことをワークシートに書き込むことで活動を振り返り、自分自身の意識の変化や高まりに気づくことをねらいとする。 	付せん紙 マジック 糊紙 ※進め方によりリフレーミングワークシート																										
5分	●まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 各グループで出た意見について交流する。時間にあわせて、各グループの記録用紙を見回す。 ファシリテーターから、交流の中でそれでも気づいていることや、心配に感じている子どもの情報については、学校をはじめとして、連携せずに相談することができる機関があることも知らせる。 	相談機関資料（総合相談センターチラシ）																										

学習活動の流れ

ねらいや活動等が分かります。

性格や特性をリフレーミングすることで、性格や行動の特性に良い悪いはないことを理解し、自他の良さを見出し、自尊感情を育む。

リフレーミング

※リフレーミング：心理的枠組み（フレーム）の変換の意味。意見や見方を変えることによってストレス等を解消し行動様式を変えていくこと。

進め方

- 4～6人グループでワークシートの言葉から連想される言葉を出し合います。（15分）
例えば、おしゃべり→言語能力があり、誰でも気軽に話せる、社交的、流暢（りゅうちよう）。
- 気づいたことをグループで発表し合います。
- 2人組になって、自分の短所を言い換えます。自分の最大の短所と聞くとワークシートに2つ書き、順番を決め、向かい合って発表します。（事前に以下のような例を説明します。）

資料

(例)

A：「私は、自分の短所が『おしゃべり』です。」
B：「私は、Aさんの『人にいやと言えない』ところが好きです。なぜなら、『人にいやと言えない』ことは、自分より人の気持ちを大事に考えようというやさしさの現れだからです。私は、Aさんのそういうところが好きなのです。」
A：「Bさん、ありがとうございます。」（交代して対話）

4 気づいたことをグループで発表し合います。

5 自分の子どもの短所を言い換えます。自分の最大の短所と聞くとワークシートに2つ書き、順番を決め、向かい合って発表します。（事前に以下のような例を説明します。）

参考になる資料もついています。

(例)

A：「私は、〇男の『ルーズなところ』がいやでいつも注意をしています。」
B：「私は、あなたのお子さんの『ルーズなところ』が好きです。なぜなら、『ルーズなところ』と見えるのは、彼が人や物に対して寛容なためのおおらかさの現れだからです。私は、〇男くんのそういうところが好きなのです。」
A：「Bさん、ありがとうございます。」（交代して対話）

6 終われば、どのようなことに気づいたかを聞きます。

<参考>兵庫県立教育研修所作成資料



※生涯学習課HPからダウンロードできます。

親育ち応援学習プログラム

検索



親育ち応援学習プログラム一覧

I 子育て準備期中・高校生、まもなく親になる方を対象にしたプログラム

No.	プログラム名
I-1	お母さんになるってどんな感じ?
I-2	子どもをもつということ
I-3	ワーク・ライフ・バランスって?



II 乳幼児をもつ保護者を対象にしたプログラム

No.	プログラム名
II-1	赤ちゃんといっしょ
II-2	いやいや期をどうのりこえる? (2歳児)
II-3	子ども同士のトラブル…どう解決する? (3~4歳児)
II-4	子どもは「生き生き」してる? (4~5歳児)
II-5	子育てのイライラとうまく付き合う親になるう
II-6	お父さんがイクメンに変身する魔法の言葉
II-7	そういえば自分も…考えよう 認めよう ~子どものいいところ・気になるところ~
II-8	本を通して親子でコミュニケーション ~読み聞かせ、どうしてる?~
II-9	自分でできたよ!うれしいな ~入学までに応援できること~
II-10	私の子育て、これでいいの? ~開かれた子育て関係~
★II-11	たっぷり愛して、しっかり認めよう ~子どもの自己肯定感を育む関わり方~
★II-12	子どもの心に寄り添うって… ~子どもの心のおくのおく、見えていますか~
★II-13	楽しく遊んで 体を動かそう!



III 学童期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

No.	プログラム名
III-1	早ね早おき朝ごはん 元気アップ大作戦!
III-2	子どもの規範意識ってどうやって育てるの?
III-3	ふりかえろう…子どもとの接し方
III-4	困ったことへの対処法
III-5	気づいていますか?子どものサイン!
III-6	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~
III-7	ママ友・パパ友づくりしてますか? ~親同士のコミュニケーションづくり~
III-8	「いただきます」「ごちそうさま」 ~食事への感謝、食事のマナー~
III-9	子どもの食事ってこれでいいの?
III-10	考えよう!子どもの安全・安心
III-11	大人と子どもとケータイ・スマホ
III-12	子どもはどこで育つの? ~開かれた子育て環境~



IV 思春期の子どもをもつ保護者を対象にしたプログラム

No.	プログラム名
IV-1	思春期の心 ~青春時代へタイムスリップ~
IV-2	子どもの「携帯電話」どう考える?
IV-3	異性との付き合い、男女の付き合い
IV-4	揺れ動く「新思春期」
IV-5	夢見る力を育む応援 ~大人の役割を考えよう~



V 祖父母をはじめ、子育てを支援する幅広い年代の方を対象にしたプログラム

No.	プログラム名
V-1	子育ての不易流行を考える
V-2	子どもたちにしてあげたいこと
V-3	親への接し方・子育てアドバイス



保護者だけでなく、次世代の親となる中・高校生から、祖父母をはじめ子育てを支援する幅広い年代の方を対象に子どもの年齢や発達課題等に応じて内容を設定しております。



親育ち応援学習プログラムを御活用ください

親育ち応援学習プログラムを活用した研修会等を実施してみませんか？

● 年齢時健診等、全ての保護者が集まる、就学前のできるだけ早い時期に実施するのが効果的です！

●●●●●●●●●● 親育ち応援学習プログラムを活用した研修会等の例 ●●●●●●●●●●

【保護者を対象とした研修会】

- 保育所・幼稚園等の保護者会
- 乳幼児検診・就学時健康診断
- 新一年生入学説明会
- 小・中学校のPTA研修会や学級懇談会
- 公民館等地域での研修会
- 子育てサークル等の学習会

【指導者を対象とした研修会】

- 保育所・幼稚園・認定こども園・小学校・中学校教職員研修
- PTA役員研修
- 公民館職員研修
- 子育て支援センター等職員研修
- 放課後こども教室スタッフ研修 他

岡山県では「親育ち応援リーダースキルアップ講座」を開催し、研修会の進行役（ファシリテーター）資質の向上を図っています。



研修会をスムーズに進行します



保護者の主体的な学びを大切にします



県内各地で子育て支援・家庭教育支援のための講座や研修会で「ファシリテーター」が活躍しています。

親プロ

はじめて
みませんか？

「親育ち応援学習プログラム」に関心がある方及び「親育ち応援学習プログラム」を活用した研修会等をお考えの方はお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先



市町村
教育委員会



岡山県教育庁 生涯学習課

〒700-8570 岡山市北区内山下2丁目4番6号
TEL 086-226-7597 FAX 086-224-2035



岡山教育事務所 生涯学習課

〒700-0813 岡山市北区石関町2-1
TEL 086-221-7751 FAX 086-221-0919



津山教育事務所 生涯学習課

〒708-0052 岡山県津山市田町31
TEL 0868-24-8703 FAX 0868-24-1095

親育ち応援学習プログラム

検索