

1. 「とっとり子育て親育ちプログラム」の概要

<プログラムのねらい>

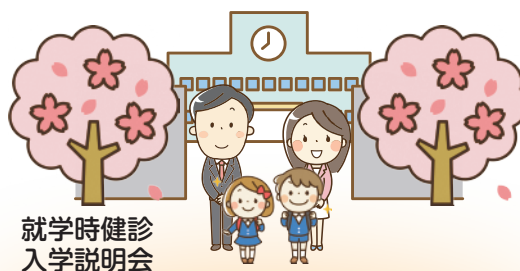
家庭教育は全ての教育の出発点であり、基本的生活習慣や豊かな情操、命の大切さや思いやりの心を育むとともに、社会生活を営むルールやマナーを身に付けさせるなど、子どもの人格形成に大きな役割を担っています。

本プログラムは、妊娠期からスタートし、乳幼児期・小学校・中学校の子どもを持つ親の集まり等で、妊娠期の不安や、子育ての悩みや課題を題材に話し合い、楽しい時間を共有することで、親同士のつながりを深め、家庭教育について学び合う仲間づくりを進めるものです。また、企業や地域においても子育て中の家庭を理解し、安心して子育てできる環境づくりを進めてもらうものです。

プログラムをとおして、楽しい時間を共有し、互いの思いを共感することで、それぞれが子育てをふりかえったり、家庭教育について考えたりするきっかけとすることがねらいです。



<プログラムの活用場面>



とっとり子育て親育ち プログラム



<プログラムの構成>

本プログラムには、身近なものを題材とした全32個のワークショップ（※1）が設けられており、その中から一つ選びグループで話し合います。ワークショップごとに進行マニュアル（偶数ページ）とワークシート（奇数ページ）を見開きで用意しています。

ワークシートのみ参加者の人数分コピーして配布してください。

ワークシートは終了後に回収する必要はありませんので、参加者に自由に使ってもらいましょう。

1. 自分自身のふりかえり編			
① みんなちがって みんないい			
《ねらい》 ○家庭や社会の中でいろいろな側面をもつ「わたし」という存在に目を向け、「わたしの長所も短所も含めた自分らしさや個性を認める」という自己肯定感を持つとともに、参加者が仲良くつながり楽しさを味わう。 《準備物》 ○ファシリテーター：ワークシート ○参加者：筆記用具			
時間	主な活動	発言	留意点
導入 (10)	1. 学習のねらい		
	今日は、自己紹介を通して役職や役割ではない「わたし」自分自身に焦点をあてて話し合ってみましょう。その前にちょっとリラックスするために簡単なゲームをしましょう。		
	2. アイスブレイク	アイスブレイクの例参照	4人程度のグループに分ける。
展開 (35)	3. 自己紹介		
	4. グループで自己紹介をする。(ワーク2)	ワーク1に書いた長所・短所を用いてグループ内で自己紹介してください。プラスのコメントを一言ずつもらいワーク2に記入しましょう。	苦しく考えないで思いついたことを記入すればよいことを伝える。
	5. グループで話し合う。(ワーク3)	グループで気づいたこと・感じたことを話し合い、ワーク3に記入しましょう。	
	6. グループごとに発表する。	各グループでどんな意見がでましたか。	抽出グループでも可。 各グループ一つずつ発表してもよい。
	7. ふりかえり	このワークをふりかえって、気づいたことをワークシートにまとめてください。	
まとめ (15)	9. まとめ		
いかがでしたか、他の人と自分の考えは違っていたと思います。人それぞれ自分の価値観をもって生きています。違いを認め合うことで、より私は私でいいのだと思えたのではないのでしょうか。違いを認め合いながら一緒に生きている。それが社会だと思っています。是非、自分を大切にしながら他の人とつながって楽しんでください。			

進行マニュアル

① みんなちがって みんないい			
今日は、自分のよいところ・得意なこと・趣味・好きなところなど役職や役割ではない「わたし」に目を向けてみましょう。			
ワーク1			
長所			短所
自分の考えを書き込むことができます。			
ワーク2 自分の長所又は短所に対するプラスのコメントをグループ内でもらいましょう。			
さん	さん	さん	さん
ワーク3 メンバー			
グループで話し合った内容を書き込むことができます。			
ワークのふりかえりができます。			

ワークシート

<ワークショップの進行>

ワークショップを進行する人をファシリテーター（進行役）と呼びます。アイスブレイク（※2）を通じて参加者の雰囲気を和ませ、アクティビティ（主たる活動）で参加者の思いや気持ちを導き出し、学習の目標を達成することをサポートします。

ワークショップは、誰でも進行できるようにシンプルなものにしておりますので、県が養成したファシリテーターだけでなく、PTA 役員や園や学校の先生も進行することが可能です。是非、皆さんで御活用ください。

なお、ファシリテーターは正解を判断したり、アドバイスをしたりする役割ではなく、あくまでワークショップを進行する役です

※1 ワークショップとは…参加者が自ら参加・体験し、グループで意見交換や共同作業を進める参加型学習のことです。

※2 アイスブレイクとは…簡単なゲームなどを行うことによって、初めて出会った人たちの緊張を解きほぐす手法です。アイスブレイクを行うことによって、参加者同士が気軽に話しやすい雰囲気をつくるすることができます。



2. ワークショップの進め方

<ワークショップの進め方>

各ワークショップは<導入><展開><まとめ>の流れでできています。ワークショップのねらいや進め方の例はワークショップごとの進行マニュアルに記載しています。参加者の状況や人数、使用する場面や時間、場所等にあわせて進め方を工夫してください。

① 導入

ねらいの共有、アイスブレイク等（10分） （目的を共有し、雰囲気のをませる）

- ねらいの確認、共有
進行マニュアルの枠内の内容を参考に、ワークショップのねらいや内容を参加者にきちんと伝えましょう。
- アイスブレイク（P.5～7を参照）
初対面の緊張をほぐし、気軽に思いや考えを話せる雰囲気作りを行いましょう。グループを作ることできます。
- ルールとマナーの説明
アクティビティ（主たる活動）を始める前に、P.4の<確認事項>の3つのキーワード（参加、尊重、守秘）を参加者とともに必ず確認しましょう。



② 展開

アクティビティ（35分） （主たる活動）

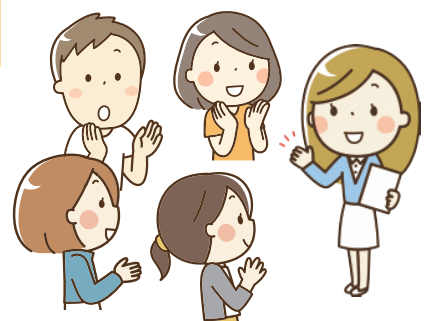
- 進行マニュアルを参考に、ワークシートに参加者自身の思いを記入してもらったり、グループで意見交換を行ってもらったりしながら、楽しく話し合いを進めましょう。



③ まとめ

ふりかえり（15分）

- 学習で気づいたことを参加者個人やグループでふりかえってもらいましょう。他の人の感想を聴くことにより、新たな気づきが生まれます。



<確認事項>

参加

積極的に参加しましょう。

自発的に話合いに参加しましょう。特に、しっかり聴く姿勢を心がけるようにしましょう。もちろん内容によっては「話さない」「パス」という選択も可能です。

尊重

一人一人の考えを尊重しましょう。

参加者一人一人の育った家庭環境が違うので、子育て・家庭教育に関する考え方や意見は違って当然です。どのような意見や発言も批判や否定をしないで傾聴しましょう。参加者一人一人の考えや思いが尊重されることで、安心して話し合うことができます。

守秘

参加者の個人的な情報は守りましょう。

お互いの信頼がなければ話はできません。参加者個人の情報は、その場において帰り、他人に話さないようにしましょう。

※ワークの最後にもう一度確認しておきましょう。



3. 「とっとり子育て親育ちプログラム」体験者からの感想

満足度90%以上！

PTA研修会等に役立つ「とっとり子育て親育ちプログラム」

始めから終わりまでとても楽しい会でした。たくさんのことを学ぶ中で先輩ママから「子育てはあつという間だよ」と言われハッとしました。

ただ話を聞くだけでなく、グループワークで自分たちの体験を含めて話をして意見を出し合うことで、様々な考えを知ることができました。

参加者の感想

たくさん話ができ、ストレス発散！できました。普段話さない人とも話できて良かったです。

グループワークでは、課題以外にも普段のそれぞれの子育ての様子について聞けて良かったです。



グループの人たちと話す中で、色々な意見が聞けて自分だけでは気づけないような考え、発見がありました。今後の自身の子育ての参考にしていきたいです。

みんな同じような悩みを持っていることがわかり安心しました。

アイスブレイクがあり緊張がほぐれました。様々な家庭がある中で、自分の家庭にあったやり方をすればいいことに気づきました。

4. アイスブレイクの例

<ファシリテーション能力を高めよう>

保護者の集まりで、緊張感のある堅苦しい雰囲気の中で困った経験はありませんか？

氷のように固まった雰囲気を壊し、和やかにさせる活動をアイスブレイク（アイスブレーキング）といいます。

初対面の保護者同士の緊張感や抵抗感をなくするために2人以上で行うグループワークの総称です。さらに、保護者同士の相互理解やコミュニケーションの促進など、場の重い雰囲気を和ませ、学習や研修を活性化するための導入として役立ちます。

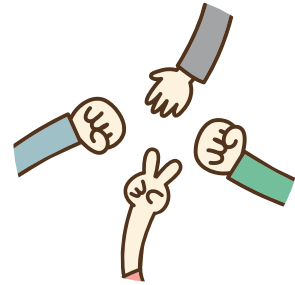
G …グループ分けに使えるアイスブレイク

1 緊張をほぐすアイスブレイク

（5分程度、何人でも、準備不要）

ア. 後出しジャンケン

1. ファシリテーターと参加者で、通常のジャンケンを何回かします。
 2. 「後出しジャンケン」の説明をします。
 - ・ファシリテーターが「ジャンケンポン」というかけ声で出したジャンケンを見て、参加者全員が「ポン」と言いながら、後出しでジャンケンをします。間違えてもそのまま続けます。
 - ・練習後、5回程度続けて行います。
 3. 最初に、ファシリテーターに「勝つ」ジャンケンをします。続いて、「負ける」ジャンケンをします。時間があれば、「あいこ」を入れてもよいです。
- ※ゆっくりから徐々にスピードをあげると楽しいです。



イ. ジャンケンチャンピオン **G**

1. ファシリテーターと参加者で、通常のジャンケンを何回かします。
 2. 「ジャンケンチャンピオン」の説明をします。
 - ・ファシリテーターの合図で身近な人と握手してからジャンケンをします。
 - ・勝っても負けても相手を替えて、別な人と握手してから、ジャンケンをして、合計で“3回勝った”人から順番に一列に並びます。
- ※“負けたら”とか、“あいこになったら”と変えらるもおもしろいです。
- ※一列になった後、話し合うためのグループ作りをすることもできます。

ウ. ジャンケン列車 **G**

1. ファシリテーターと参加者で、通常のジャンケンを何回かします。
 2. 「ジャンケン列車」の説明をします。
 - ・ファシリテーターの合図で身近な人とジャンケンをします。
 - ・ジャンケンで負けた人は、勝った人の後ろに並びます。
 - ・勝った人は別の人と同様にジャンケンをし、負けた列は勝った人の列の後ろに並びます。
- ※一列になった後、話し合うためのグループ作りをすることもできます。



エ. セブン・イレブン・ジャンケン

1. ファシリテーターと参加者で、通常のジャンケンを何回かします。
 2. 「セブン・イレブン・ジャンケン」の説明をします。
 - ・かけ声は「セブン・イレブン・ジャンケン、ぽん！！」
 - ・このジャンケン「グー・チョキ・パー」ではなく、指の数で「1～5」を示します。
 - 2人組の場合は指の数の合計が「7」になったら腰掛ける。
 - 3人組の場合は指の数の合計が「11」になれば腰掛ける。
 - ・練習後、5回程度続けて行います。
- ※ファシリテーターがかけ声をかけてもよいですが、会場で一斉にかけ声をかけると盛り上がります。

オ. ジャンケン・アンケート

1. ファシリテーターと参加者で、通常のジャンケンを何回かします。
2. 「ジャンケン・アンケート」の説明をします。
今、気になっていることを調査します。
参加者はグー・チョキ・パーで意思表示をします。
グー：あまり気になっていない チョキ：気になっている パー：とても気になっている
・例：「子どもの人見知り」「子どもの好き嫌い」「子どもの発達」「子どもの友達関係」
「子どもの成績」「きょうだい喧嘩」等、子育てにまつわるものの中から出題する
※知識を問うものは避けたほうがよい。

カ. ジャンケン・グリコ G

1. ファシリテーターと参加者で、通常のジャンケンを何回かします。
2. 「ジャンケン・グリコ」の説明をします。
・スタートとゴールを決めます。
・ファシリテーターと参加者でジャンケンをします。
勝った参加者は、ゴールに向かって決まった歩数を進みます。
グー：グリコ（3歩） チョキ：チョコレート（6歩） パー：パイナップル（6歩）
・ゴールに入った人から順に列に並びます。
※一列になった後、話し合うためのグループ作りをすることもできます。



キ. グーパー体操

1. 右手を胸の前でグー、左手を前に出しパーの状態にします。
2. ファシリテーターの「せーの」の掛け声で右手を前に出しパーに、左手を胸の前でグーに入れ替えます。
・何回か繰り返し行います。
3. 慣れてきたら、右手を胸の前でパー、左手を前に出しグーの状態にします。
4. 2と同じように「せーの」の掛け声で左右の手を入れ替えます。
・何回か繰り返します。
※チョキを入れて行うの也可。

ク. バースデーライン G

1. みんなで円になります。
2. 「バースデーライン」の説明をします。
・ファシリテーターの合図で、言葉を使わないで、身振り手振りで自分の誕生日を相手に伝えます。
・1月1日を先頭に、誕生日の早い順に並びます。
・並び終わったら、順番に誕生日を言ってもらいます。

※できあがった列を基に、話し合うための4～5人のグループを作ることができます。

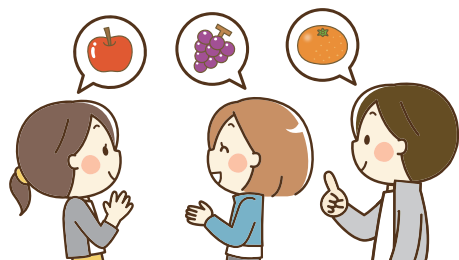
※「名前アイウエオ順」、「電話番号（携帯電話）の下2桁の小さい順」、「7桁の郵便番号順」、「現在のやる気を%で表してもらい、その順」などでもできます。

ケ. 仲間探し G

1. みんなで円になります。
2. 「仲間探し」の説明をします。
・全員が起立して、ファシリテーターの言葉を待ちます。
・ファシリテーターが、同じ仲間を探すキーワードを言います。
「生まれた月が同じ人を探してください。」など
・できたグループごとに、どんな仲間か聞いていきます。

※仲間探しの例「生まれた月」「好きな果物」「好きな（嫌いな）動物」「好きなスポーツ」「嫌いな食べ物」
他

※仲間が見つからない場合でも、「個性的で貴重な存在である」という肯定的な認識が持てるようにファシリテーターが支援します。



コ. 何に見える？

1. 紙とペンを用意します。
2. 一つの図形を、ホワイトボード等に描き示します。
3. 「何に見える？」の説明をします。
 - ・絵から想像できるものをすべて、書き出します。
 - ・縦、横、斜めどの方向から見てもかまいません。
 - ・制限時間は1分間です。
4. 書き出した数を確認します。
5. 隣りの人と相談して書き足していきます。
 - ・2人で○個以上書きましょう。
 - ・制限時間は2分間です。
6. 発表してもらいます。

※すべて、見えたことなので、間違いはありません。否定されずほめてもらおうと、嬉しいものです。



2 自己紹介や名前を覚えるアイスブレイク

(5分程度、4人程度で)

サ. しりとり自己紹介

1. グループに分かれます。(1グループ4人程度)
 2. 「しりとり自己紹介」の説明をします。
 - ・グループ内ではじめに自己紹介する人を決めます。
 - ・その人の右側の人の名前の最後の一字をとり、その言葉から始まる自分を説明するような形容詞をつけて自己紹介をします。

＜例＞右側の人の名前が、「とっとりはな ㊦」さんだったら
「㊦ どもが6人いて、小中高大にフルエントリーしているよなごたる ㊧ です。」

 - ・自己紹介をした人の左側の人は同様にしりとりで自己紹介します。
- ＜例＞「㊧ るわしいとよく言われる、さかいみな ㊨ です。」
- ・時計周りで順番に自己紹介をします。

※1周だけでなく、2周、3周とすることで、相互理解が深まります。

シ. 4項目自己紹介・4項目子ども紹介

1. グループに分かれます。(1グループ4人程度)
 2. A4サイズの用紙を4つ折りにしてから広げる。4つのうち1つは自分の名前を記入します。
 3. 残りの3つに次のような内容のものを記入してもらいます。

＜例＞「生まれた場所」「好きな食べ物」「好きな(思い出の)歌」「マイブーム」「私の宝物」
「私のドジなところ」「尊敬する人」など、共感できそうなテーマを設定します。

それを手がかりに自己紹介(一人1分以内)してもらいます。
- ※“子ども紹介”の場合は、1項目は「自分の名前」その他に「子どもの名前と由来」「子どもの長所」「子どもへの期待」等を記入してもらい、それを手がかりに自己紹介(一人2分程度)してもらいます。