

■ II-1 こころ 子どもを勇気づける子育てを心がけましょう

小学校1年生のミホちゃんとそのお母さんのやり取りから、考えましょう。

エピソード

小学校1年生のミホちゃんが、うれしそうに学校から帰ってきました。

やり取りA

お母さん：「今日は、いいことがあったみたいね」
 ミホ：「そうだよ。とってもいいこと。なんだと思う？」
 お母さん：「なんだろう？なあに？」
 ミホ：「今日の音楽の授業で、上手にピアノで演奏することができて、先生にほめられたの。みんなも『上手だね』って言ってくれたよ」
 お母さん：「みんなの前で上手に演奏することができて、えらいわね！次もがんばってね。」
 ミホ：「うん、次もがんばるね」

やり取りB

お母さん：「今日は、なんだかうれしそう。何かいいことがあったの？」
 ミホ：「うん。とってもいいこと。なんだと思う？」
 お母さん：「なんだろう？なあに？」
 ミホ：「今日の音楽の授業で、上手にピアノで演奏することができて、先生にほめられたの。みんなも『上手だね』って言ってくれたよ」
 お母さん：「そうなの。それはうれしい気持ちになるね。ミホ、おうちでもがんばっていたもんね。なかなか上手に最後まで演奏できなくて、何度も練習していたもんね。あきらめないで練習してよかったね。お母さんもとってもうれしいな」
 ミホ：「うん。いっぱい練習してよかった！ありがとう、お母さん。次もがんばろう」

ワーク1

エピソードのそれぞれのやり取りを読んで、感想を書いてみましょう。

Work



ワンポイントアドバイス 1 勇気づけるとは？

勇気づけとは「相手のやる気を高める」ことです。誰にでも欠点や弱点はあります。それらを受け入れた上で、自分を好きになれたら、どんな困難な状況でも克服できる力をもてます。その力を育てる1つの方法として「勇気づけ」があります。

「勇気づけ」に大切なこと

- いろいろダメなところはあるけど、そんな私でも大丈夫！とまず親が思うこと。(ゆとりをもつ)
- 子どもと同じ目線に立ち、気持ちに寄り添うこと。(子どもの心の声を聴いてみましょう)
- ダメ出しを我慢すること。(子どもの勇気をくじいてしまいます)

ワーク2

つぎの場面で子どもにどんな言葉をかけると、勇気づけられるでしょうか。あなたなら、どの言葉をかけますか？()に○を書いてください。

Work

場面1 子どもが部屋をきれいに掃除してくれた

- () まぁ！めずらしいこと。いつまで続くかしらね。
- () きれいにするなんてえらいわね～！さすが！
- () きれいになって気持ちいいね！ ありがとう。

場面2 子どもが100点をとった

- () やればできるじゃない！ 次もがんばりなさい。
- () これぐらいのテスト、できて当たり前ね。
- () すごいじゃない！さすが！
- () 100点とってうれしそうね。お母さんもうれしいよ！



場面3 子どもがお留守番をしてくれた

- () いい子ね～。
- () お留守番をしてくれて助かったよ！ありがとう！
- () これぐらいできないとね。



ワンポイントアドバイス 2 「ほめる」より「勇気づけ」をしましょう！

「ほめる」と「勇気づけ」とは意味合いが異なります。ほめるのは上から目線になり、勇気づけはヨコから目線になり、子どもと信頼関係を築きやすくなるからです。では、どんな違いがあるのでしょうか。

ほめる 子どもが親の期待していることを達成したときに、「ゴミを拾ってえらいね」「テストがよくできたね」などのような言葉で評価をするのが、「ほめる」です。子どもがしたことの結果のみに着目をして言葉がけをすると、ほめられないとやらないようになっていくのです。また、親や大人の顔をうかがうようになり、まわりの人と自分を比べたり、周囲の評価を気にするようになってしまいます。

例えば…
「よくできたね」
「えらいね」など

勇気づけ 「ほめる」と違い、「勇気づけ」は子どもに共感的な態度で接することから始まります。失敗したこともうまくいったことも合わせて、子どもの取り組んだ過程にも目を向けて、気持ちに寄り添うことを大切にされた行為です。「ゴミを拾ってえらいね」ではなく、「ゴミがないと気持ちいいね」となります。

例えば…
「ありがとう」
「助かるよ」
「失敗したけど、努力したもんね」など

今日の感想



■ II-2 からだ 親子で体を動かそう

エピソード

僕も小さいときにオヤジとキャッチボールをしました。普段オヤジと話す機会がほとんどなかった。なんとなく心が満たされるような、ほっとするような気がしました。言葉を交わすことよりも、ボールを投げ合うだけで子どもは心が満たされるし、お父さんも子どもと関わることが出来る。キャッチボールするだけでコミュニケーションになるのです。

日本プロ野球選手会公式HP 工藤公康（現福岡ソフトバンクホークス監督）インタビューより

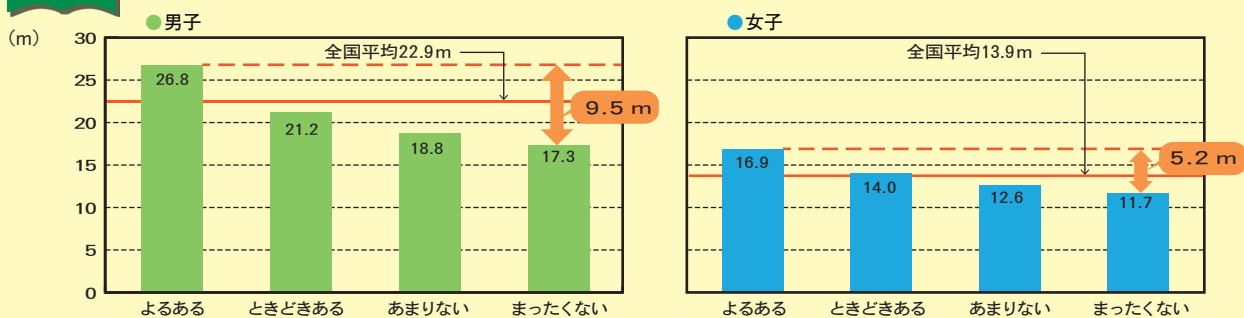
ワーク1

最近親子で体を動かしたことがありますか？
それはどのような遊びや運動ですか？



資料1

ボール投げをよくしている人は、投力が高い



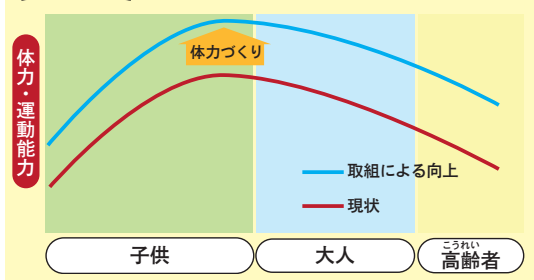
ボールなどを使って投げる運動を行う頻度と投力（5年生） 「平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（文部科学省）より



ワンポイントアドバイス

I どうして運動やスポーツをしたほうがいいのか？

資料2



体力・運動能力は子どもの時期に大きく発達して、大人から高齢者の時期では低下していきます。子どもの時期に、運動習慣や良い生活習慣を身につけて、体力を高めることが、生涯の体力・運動能力を保つことにつながります。

～親の関わりは？～

子どもがスポーツを始めるきっかけとして、また、スポーツを続けていく動機付けとして、親子でスポーツをすることが有効です！

小学校 平成26年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 活用シート（文部科学省）より

ワーク2

あなたは、子どもと「運動」や「からだ」について話す機会がありますか。あるとすればどのような内容でしょうか。

Work



ワンポイントアドバイス 2

親子で簡単にできる遊びを紹介します。

手押し相撲ゲーム

50cm位離れ、2人で向かい合い、足を肩幅に開きます。お互いの手のひらを押し合い、先にバランスを崩して足を動かした方が負けです。押すと見せかけて、手を引くなどのフェイントを混ぜながら行くと、さらに楽しいです。ぜひ、親子で楽しんでください。

ワーク3

みなさんの知っている親子でできる遊びを紹介してください。

Work

ワーク4

子どもの元気なからだづくりのためには、どんなことが大切だと思いますか。生活全体を振り返り、次の中で、大切だと思うもの3つに○をつけてみましょう。また、理由も書いてみましょう。

- () 睡眠
- () 遊び
- () 食事
- () 運動
- () 習い事
- () 趣味
- () その他

Work

ワーク5

わが子の元気なからだづくりをめざしてできることから考えてみましょう。

～我が家のからだづくり○か条～

Work

今日の感想



エピソード

月曜日の朝、仕事に出かけるお母さんは焦った様子で、書類を探していました。お母さんの机の上は、書類でいっぱいです。最近とても忙しかったので、片づけられなかったのです。

「あっ、ない。どこかな？こっちな？困ったなあ…。仕事に間に合わない…」と言いながら探していると、学校に出かけようとしていた小学3年生のマミちゃんが「お母さん、机の上がゴチャゴチャじゃん。私には、机の上を片づけなさいって、いつも言っているのに、お母さんだって片づけてないじゃん！」

その言い方の憎らしいこと。マミちゃんはこの頃、よく口答えをするようになりました。



ワーク1

エピソードから、どのようなことを感じましたか？

Work

ワーク2

マミちゃんのことを聞いて、あなたなら、どんな気持ちになりますか？

Work

ワーク3

あなたなら、こういう時、マミちゃんになんと言いますか？



Work

ワーク4

あなたの言葉（ワーク3に記入した言葉）を聞いたマミちゃんのことを考えましょう。

Work

ワンポイントアドバイス 1

小学校2、3年生の子どもは、親にも矛盾や間違いがあることに気づき始め、親を批判することがあります。これは、子どもが自分の考えや意見を持ち始めたということです。つまり、子どもの心が健全に成長し、『考える力』が育ってきている証なのです。

子どもは自分の思いをストレートに言うので、親は“生意気になった”、“悔しい”と思います。「何を言ってるの！人のことを言う前に自分がしなさい！」などと言い返すと、子どもは“私は間違ったことを言っていないのに、親は何もわかってくれない”という気持ちになります。そして、ますます不満をつのらせ、反抗的な態度をとってしまいます。

このような時、子どもの発言にも“確かに、その通り”という点があるはずですが。たとえ親にとって都合の悪いことでも、素直に反省して、その気持ちを伝えましょう。

ワーク5

ワンポイントアドバイス1を参考にして、あなたなら、マミちゃんになんと言いますか？



ワンポイントアドバイス 2

親が子どもの批判を受け止め、正しいことをきちんと認めることで、子どもは、自分の感じ方や考えに自信がもてるようになります。

自分の言い分が認められたことで、“私もきちんとしよう”と思い、自己を批判する力が身についていきます。そして、自分自身を反省し、次に何をしたらよいか考え、自分から行動することができるようになります。

育ってきた『考える力』を反抗心に変えないように、親は、子どもの言葉をしっかりと受け止めていきましょう。



今日の感想



■ II - 4 生活 朝ごはんは何を食べていますか？

エピソード

小学2年生のヒロシくんは、好き嫌いが激しく、朝はいつも菓子パン1つだけ。お母さんが、目玉焼きやミニトマト、牛乳を用意してくれても一切食べようとはしません。「好きなものだけじゃ、大きくなれないよ」と言われても、知らんぷりです。

そのうちお母さんも、どうせ食べないからと食卓には、菓子パンを袋ごと置くだけになってしまいました。それを見たお父さんが「こんな朝ごはんで大丈夫？」とお母さんに言いましたが、「どうせこれしか食べないからいいのよ」と言うだけです。お父さんは、ちょっと心配になりました。

ワーク1

エピソードを読んで、気になることや感想を書いてみましょう。

Work



ワンポイントアドバイス 1

1日のスタートは朝ごはんから！
何を食べたらいいの？

《主食、主菜、副菜がそろって栄養のバランスがよくなります》

- 【主食】 ごはんやパンなどです。「糖質（炭水化物）」が多く含まれており、主に体温を上げたり、脳や体のエネルギーのもとになります。
- 【主菜】 魚や肉、卵や豆類を料理したもので、「タンパク質」が多く含まれています。主に体を作り、成長するもとになります。
- 【副菜】 野菜や海草などを料理したもので、「ビタミン」や「食物繊維」が含まれています。主にかからだの調子を整えるもとになります。

ワーク2

ワンポイントアドバイス1を参考に、朝ごはんのメニューを考えてみましょう。

- 主食は？
- 主菜は？
- 副菜は？

Work



ワンポイントアドバイス 2

朝ごはんをおいしく食べるためには

- 【1】 寝る前に、食べないようにしましょう
- 【2】 早寝、早起きをしましょう
- 【3】 朝起きて、すぐに食べないようにしましょう
- 【4】 朝ごはんの前に 体を動かしましょう



ワーク3

忙しい朝ごはんに、工夫していることを書いてみましょう。

Work

作ってみましょう 「チーズのおにぎらず」

忙しい朝でも、簡単に作れる朝ごはんを紹介します。行楽にも大活躍ですよ！！

おにぎらず 朝ごはん、行楽に彩り三色 《“えりもへさん”のレシピ》

- ① のりをそれぞれ半分に切る。ごはんにまぜ込み青菜をまぜる。
- ② のりの上半分に①のごはん1 / 8量、鮭フレーク、チーズ1枚、ごはん1 / 8量の順でのせる。
- ③ 半分に折りたたんだら、ラップで包み、手で押さえる。ラップで包んだまま、包丁で斜めに切る。同じものをあと3個作る。
- ④ サンドイッチのようなおにぎり…いや、おにぎらず、完成！！

◆材料(2人分)

- ・焼きのり …………… 2枚
- ・ごはん …………… 1合分
- ・スライスチーズ …… 4枚
- ・鮭フレーク …………… 適量
- ・まぜ込み青菜 …… 適量

出典：クックパッド 「クックパッド みんなのおにぎらず(主婦の友社)」掲載

ワーク4

栄養バランスを考えながら、中に入れる具材をアレンジした『おにぎらず』を考えてみましょう。

Work

ワーク5

これからの食生活改善に向けて、できることを考えてみましょう。

Work

今日の感想



エピソード

ミノルくんは、小学3年生です。お母さんが夕飯の後片づけをしていると、ミノルくんが「ぼくも、お皿洗う」と言って、手伝ってくれました。それから毎日お皿洗いを手伝ってくれたので、家族で話し合い、ミノルくんの『お手伝い』がお皿洗いに決まりました。

食器に汚れが残っていたり、流し台を泡だらけにすることもありましたが、頑張って『お手伝い』を続けていました。

《でも実は…、時々、お母さんがやり直すこともあったのです》



しばらくたったある日のことです。夕飯を食べ終わってもミノルくんは、お皿を洗う様子がありませんでした。お母さんが「ミノル、お皿洗わないの？」と聞くと、ミノルくんは「もうやらない」と言って、テレビを見ていました。お母さんは「まったく！」と怒りながら、お皿を洗いました。

ワーク1

エピソードから、どのようなことを感じましたか？

Work

ワーク2

『お手伝い』継続のために、親ができることはなんですか？

Work



ワンポイントアドバイス 1 『お手伝い』継続への秘訣

親は、子どもの頑張りを認め、「ありがとう」、「助かったよ」と感謝の気持ちを伝えましょう。



子どもは、「うれしい」、「自分は必要とされている」と感じ、意欲的になります。

親は、子どもに任せたら手や口を出さず、時間がかかっても待つことが大切です。



子どもは、「任せられている」、「頼りにされている」と感じ、責任感が育ちます。

ワーク3

もし、お子さんが『お手伝い』をうまくできなかった時（食器に汚れが残っている、流し台が泡だらけになっているなど）、あなたはなんと声をかけますか？



Work

ワーク4

『お手伝い』を通して、子どもに身につくものはなんですか？

Work

ワンポイントアドバイス 2

『お手伝い』の経験は、男の子にとっても女の子にとっても、とても大切なことです。子どもは、家庭での役割ができると“自分は家族の一員だ”と強く感じます。“家族の役に立っている”という気持ちは、子どもにとって大きな自信につながります。

また、人の役に立つうれしさや満足感を味わえることで、“人のために何かやってあげたい”と思うようになり、人の気持ちを考えることができるようになります。この思いやりの気持ちが、よりよい人間関係を築くことができる力（『生きる力』）となります。

そして、家庭で身につけた『生きる力』は、やがて社会の一員となった時、さらに大きな力となり、自信をもって活動することができるでしょう。



ワーク5

お子さんの『お手伝い』について、今後、親子でどのように取り組んでいきたいですか？

Work

今日の感想

■Ⅱ-1 ころこ 子どもの勇気づける子育てを心がけましょう

Ⅱ

ねらい

- 子どもの心を満たす子育てとは、「ほめる子育て」や「叱る子育て」のどちらでもなく、子どもの「やる気」と「自信」を引き出す「勇気づけ」が大切であることについて理解する。

時間	指導展開	準備
導入 15分	<p>◆本プログラムの趣旨説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自己紹介をし合って、参加者の心をほぐす活動をする。 ※ちょっとしたゲームをして、和やかな雰囲気づくりをするとよい。 ●話し合いをしやすいように、グループに分ける。 ●学習のルールや目的を確認する。 	ネームプレート
展開 15分	<p>◆話し合いをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●エピソードのやり取りA、Bを読む ○エピソードを読んで、感想を書く《ワーク1》 ○グループになり、エピソードのそれぞれのやり取りについて、どう感じたか互いに伝え合う。 (2つのやり取りの違いやどちらの方が子どもの気持ちに寄り添えているかなど) ●ワンポイントアドバイス1を読む 〈子どもの気持ちに寄り添う話の聴き方のポイント〉 <ul style="list-style-type: none"> ・最後まで急かさず、ゆっくり聴く。 →最後まで聞いてくれる→(子)安心する ・子どもの方を向いて聴く。 →「大切に思っているよ」のサイン→(子)安心する ・あいづちをしながら聴く。 →「聴いているよ」のサイン→(子)話しかけやすい 	ワークシート
20分	<ul style="list-style-type: none"> ○実際に、どんな言葉がけをすると、子どもを勇気づけられるのか考える《ワーク2》 ●*回答 場面1 きれいになって気持ちいいね。ありがとう！ 場面2 100点とってうれしそうね。お母さんもうれしいよ 場面3 お留守番をしてくれて助かったよ。ありがとう ○なぜ、他のものでは、勇気づけられないのか、グループで話し合う。 お互いに意見を交換し合う。 ●ワンポイントアドバイス2を読む 	
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ●資料1 親に言われて嬉しかったことを紹介する。 ○ワークシートの「今日の感想」欄に記入する。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	<p>巻末資料</p> <p>振り返り用紙</p>

○学習者 ●ファシリテーター

■ II - 2 からだ 親子で体を動かそう

ねらい

- 運動習慣作りには、学校だけでなく家庭の役割も大きく、親子で体を動かすことが動機付けの一つになることを理解する。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 5分	<p>◆テーマの説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自己紹介をする。 ●子どもの「運動習慣」について、気になっていることや困っていることを含めて自己紹介をしてもらうよう声をかける。 	ワークシート
展 開 30分	<p>◆小グループで話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソードから最近親子で体を動かしたことを話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・遊びや運動の内容をワークシートに書き込む 《ワーク1》 ○書き込んだことについてグループで意見を出し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ※近くの人同士でいくつかのグループをつくる 《グループワーク》 <p>◆知識の習得</p> <ul style="list-style-type: none"> ●資料1のデータを紹介し、ワンポイントアドバイス1を関わらせながら、運動やスポーツの必要性を学習者に伝える。 ○親子で「運動」や「からだ」について話した機会を思い出す。 <ul style="list-style-type: none"> ・親子で話した内容について書く。 《ワーク2》 ・グループごとに書いたものを発表しあう。 ●ワンポイントアドバイス2の遊びを紹介する。 ○親子で簡単にできる遊びについて書き、紹介し合う。 《ワーク3》 ●実際に体験してみようと声をかける。 <p>◆小グループで話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ○子どもの元気な体作りに向けて問題点を明らかにする。 <ul style="list-style-type: none"> ・生活全体を振り返り、大切だと思うことを選び、理由もワークシートに書き込む。 《ワーク4》 ・選んだ3項目を発表する。(グラフに表す) ・多い順に理由を話し合う 	シール、グラフ用の用紙
15分	<p>◆我が家で今日からできる元気な体作りについて考える</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「我が家のからだづくり○か条」をワークシートに書き込む。 《ワーク5》 ●あまり高い理想を掲げずに、「これだったらできそうだ」という内容を考えてもらうように声をかける。 ●時間があれば、何人かに発表してもらう。 	
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○今日の感想を一言で書く。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■ II-3 コミュニケーション 子どもの言葉を受け止めよう

II

ねらい

- 普段の子どもとの会話を振り返り、中間反抗期（小学校2、3年生頃）の子どもについて学ぶ。
- 中間反抗期の子どもへの接し方を考える。

時間	指導展開	準備
導入 10分	<p>◆ 雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 簡単なゲームで雰囲気をほぐす。 ○ 4～6人のグループになり、自己紹介をする。 	<p>ネームプレート</p>
展開 20分	<p>◆ ロールプレイ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● エピソードを読む。 ○ エピソードから感じたことをワークシートに記入し、グループ内で発表し合う。《ワーク1》 〈例〉 “うちの子もよく口答えをして、困っている” ○ マミの言葉を聞いた時の気持ちを考え、ワークシートに記入する。《ワーク2》 〈例〉 “イライラするなあ” ○ マミにかける言葉を考え、ワークシートに記入する。《ワーク3》 〈例〉 「お母さんは、他の仕事もあって忙しいの！」 ○ グループ内で、[母親]役、[マミ]役に分かれて、ロールプレイを行う。 マミのセリフ：私には、机の上を片づけなさいって、いつも言っているのに、お母さんだって片づけてないじゃん！ 母親のセリフ：[マミ]役の人がワーク3に記入した言葉 ※ [母親]役、[マミ]役を入れ替えて、ロールプレイを行う。 ○ ロールプレイを通して、母親の言葉（ワーク3に記入した言葉）を聞いたマミの気持ちを考え、ワークシートに記入する。《ワーク4》 〈例〉 “お母さんって、自分勝手だなあ” ○ ロールプレイを通して、感じたことをグループ内で発表し合う。 	<p>ワークシート</p> <p>役割のカード [親]・[子]</p>
20分	<p>◆ 学び・話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ワンポイントアドバイス1を読む。 ○ 中間反抗期（小学校2、3年生頃）の子どもについて学ぶ。 ○ ワンポイントアドバイス1から感じたことをグループ内で話し合い、代表者が発表する。 ○ ワンポイントアドバイス1を参考に、マミにかける言葉を考え、ワークシートに記入する。《ワーク5》 〈例〉 「あら、確かにそうね。お母さんもちゃんと片づけないとね」 ● ワンポイントアドバイス2を読む。 ○ 今後の子どもとの接し方について、グループ内で話し合い、代表者が発表する。 	
まとめ 10分	<p>◆ プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 今日の感想をワークシートに記入し、発表し合う。 ○ 振り返り用紙に今日の感想を記入する。 ● 振り返り用紙を回収する。 	<p>振り返り用紙</p>

○学習者 ●ファシリテーター

■ II - 4 生活 **朝ごはんは何を食べていますか？**

ねらい

- 子どもの食生活について、これまでの食事の内容を振り返る。
- 食事の大切さを学び、今後の生活に生かす。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆テーマの説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ○グループに分かれる。 ○自己紹介をする。 <p>*子どもの食事のことで、気になっていることや困っていることも含めて自己紹介をする。</p>	ネームプレート
展 開 15分	<p>◆話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソードを読み、気になることや感想をワークシートに記入し、グループ内で話す。《ワーク1》 例「菓子パンだけの食事ではよくない」 ○ワンポイントアドバイス1を読み、朝ごはんの栄養のバランスを考える。 ○自分の家の様子はどうか振り返る。 例「栄養のバランスは大事だと思うけど、朝は忙しいからね…」 ○ワンポイントアドバイス1から、朝ごはんのメニューを考え、グループ内で発表する。《ワーク2》 	ワークシート
10分	<ul style="list-style-type: none"> ○ワンポイントアドバイス2を読み、朝ごはんをおいしく食べるためにはどうしたら良いかを考える。 ○忙しい朝ごはんに工夫していることをワークシートに記入する。《ワーク3》 ○ワーク3について、グループ内で話し合い、代表者が発表する。 	
15分	<ul style="list-style-type: none"> ●「チーズのおにぎらず」を紹介する。 ○具材をアレンジした「おにぎらず」を考え、ワークシートに記入する。《ワーク4》 ○我が家で今日からできる食生活改善について考える。《ワーク5》 例「朝・昼・晩ごはんの栄養バランスを意識する」 	
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○今日の感想をワークシートに書く。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■ II - 5 家族 家族の一員として、『お手伝い』をしていますか？

II

ねらい

- 子どもの『お手伝い』について、親としての関わり方を考える。
- 『お手伝い』の重要性について学ぶ。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ●簡単なゲームで雰囲気をほぐす。 ○4～6人のグループになり、自己紹介をする。 	ネームプレート
展 開 15分	<p>◆話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ●エピソードを読む。 ○エピソードから感じたことをワークシートに記入し、グループ内で発表し合う。《ワーク1》 〈例〉 “ミノルくんが手伝ってくれるのもいいけど、後が大変” “子どもがやらないと思った時は、親がやってしまう” ○『お手伝い』継続のために親ができることを考え、ワークシートに記入する。《ワーク2》 ○ワーク2について、グループ内で話し合い、代表者が発表する。 	ワークシート
25分	<p>◆学び・話し合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ワンポイントアドバイス1を読む。 ○『お手伝い』継続への秘訣について学ぶ。 ○ワンポイントアドバイス1から感じたことをグループ内で話し合う。 ○子どもが『お手伝い』をうまくできなかった時の言葉がけを考え、ワークシートに記入し、グループ内で話し合う。《ワーク3》 〈例〉 「手伝ってくれて、助かったよ」 「頑張ってくれたんだ。ありがとう」 ○『お手伝い』を通して身につくものを考え、ワークシートに記入する。《ワーク4》 〈例〉 継続する力、責任感、自分で生活することができる力 ○ワーク4について、グループ内で話し合い、代表者が発表する。 ●ワンポイントアドバイス2を読む。 ○『お手伝い』の重要性について学ぶ。 ○ワンポイントアドバイス2から感じたことをグループ内で話し合う。 ○『お手伝い』について、今後の取り組み方を考え、ワークシートに記入する。《ワーク5》 ○ワーク5について、グループ内で発表し合う。 	
まとめ 10分	<p>◆プログラムの振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○今日の感想をワークシートに記入し、発表し合う。 ○振り返り用紙に今日の感想を記入する。 ●振り返り用紙を回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター