

## 静岡県家庭教育ワークシート



# 「つながるシート」の活用について

～ みんなで支える家庭教育 ♪ ～

静岡県教育委員会



### ● 「つながるシート」とは ♪

現代社会において、子どものいる世帯は減少しており、さらに、三世帯家族の減少や地域のつながりの希薄化など、血縁や地縁が弱まる傾向もあり、親や子が家庭内の関係に閉じて、孤立化していくことが懸念されます。

静岡県が実施した家庭教育実態調査では、8割の親が子育てや家庭教育についての悩みや不安を抱えているという結果が出ました。また、親同士の話し合いや仲間づくりをしたいと考えていることもわかりました。

静岡県家庭教育ワークシート「つながるシート（※）」は、親同士が子育てや家庭教育について意見を交換したり、悩みや不安について相談したりする際に使用するもので、子どもの健やかな成長を願い、互いに子育てや家庭教育について学び合い、親として育ち合うことを支援するためにつくられたものです。

※「つながるシート」…親同士がつながる、  
悩みや不安の軽減につながる、  
子どもの健やかな成長につながるシート。

### ● このシートの特徴 ♪

「つながるシート」を使った活動は、小グループ（4～5人）でのグループワークを基本とした参加型の活動で、身近なエピソードや資料等をもとに参加者同士が話し合い、交流しながら子育てや家庭教育についてお互いに学び合うものです。参加者がお互いの考えや思いを伝え合うことで、自分にはなかった子育てや家庭教育の見方や考え方に触れ、自らが学んでいきます。学び合いの中で、自分の子育てや家庭教育を振り返ったり、仲間から新たな情報を得たりして、これからの子育てに生かしていきます。「これが正解」はありません。いろいろな情報から、自分なりの「答え」を見つけていきます。

この活動を通して、「悩んでいるのは自分だけじゃなかったんだ」「この接し方でよかったんだ」と互いに共感し合ったり、「そう考えれば気持ちが楽になる」「こういう接し方もあるんだ」と主体的に学んだりすることができます。

集い!

親が集まる活動  
(保護者会、懇談会等)  
に参加しましょう!

つながり!

「つながるシート」を  
使ってグループで  
話し合しましょう。

学ぶ!

お互いの意見で学び合い、  
これからの子育てに  
生かしていきましょう!

# 1. 「つながるシート」活用の流れ

## ① 準備をする

※60分で進めますが、シートの設問を減らすことで30分で行うこともできます。

※次頁にタイムテーブル等を記載した「展開例」を作成しています。

- ・会場の椅子、机などを準備します。
- ・相手を覚えたり、「〇〇さん」と呼んだりしやすいように名札を用意するのもよいでしょう。

## ② 進行役が自己紹介と主旨説明をする

- ・雰囲気や和ませるような自己紹介をしましょう。
- ・主旨説明では、次の主旨を参加者に伝えます。

- ・顔見知りになり、参加者同士がつながることが目的であること。
- ・結論を導き出すための話し合いではないこと。
- ・参加者がお互いの考えや思いを伝え合うことで、自分にはなかった子育てや家庭教育の見方や考え方に触れ、自らが学んでいくこと。

## ③ 三つの約束の確認をする

- ・**発言の平等**、**他の人の発言の肯定**、**秘密の保守**について参加者みんなで確認します。掲示物を作成して貼ったり、黒板・ホワイトボードに書いて示すのもよいでしょう。
- ・話したくないことは、無理に話さなくてもよいことを確認します。

## ④ グループをつくる

- ・リラックスした雰囲気をつくるために、アイスブレイクを行うのもよいでしょう。
- ・4～5人のグループづくりをします。

## ⑤ エピソードを読む

- ・「つながるシート」を配布し、タイトルとねらいを参加者に伝えます。
- ・エピソードを各自黙読します。その後、代表で参加者に読んでもらいます。

## ⑥ 設問①～③について意見交換をする

- ・設問の順番に従って、参加者に意見交換をしてもらいます。
- ・進行役はグループの間を回りながら様子を見ます。時間と全体の様子から、設問を①から②、③へと進めていきます。
- ・回っていて意見交換ができていないグループがあったら、グループに加わって意見交換を促しましょう。(上手な聞き役になることがポイントです)

## ⑦ 進行役がまとめの話をします

- ・自分なりの「答え」を見つける活動なので、こうあるべきだという断定的な話はしないようにします。
- ・資料を参考にした内容や感想でもよいでしょう。

## ⑧ 片付けをする

- ・会場の椅子、机などを参加者全員で元の状態にもどします。
- ・参加者の感想を知りたい場合は、アンケートをとるのもよいでしょう。



## 〈展開例〉

※あくまで目安ですので、用途・状況によって自由に展開してください。

# Ⅱ-Ⅰ 楽しみながら子育て！ ～子育てを楽しむために～

【準備物】 学習者：筆記用具

主催者：ワークシート（名札、フェルトペン、鉛筆、アンケート用紙など）

時 間	展 開 例	留 意 点	備 考
	(○来た順に名札付けをします。)	○相手を覚えたり、呼びやすいように、ニックネームを考えたり、名札をつけるのもよいでしょう。	会場に活動の流れを掲示しておきます。
5分	○進行役(支援者)が自己紹介、主旨、ルールなどの説明をします。 ○三つの約束(発言の平等、他者の発言の肯定、秘密の保守)の確認をします。 話したくないことは、無理に話さなくてもよいことを確認します。	○和やかな雰囲気づくりに配慮しましょう。写真を撮る場合は、了解を取るようにしましょう。(肖像権)	グループごとに机を配置しておきます。
(10分) ※省略可	(○アイスブレイク(雰囲気づくり)) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">タイトル・ねらいは 次頁「つながるシート一覧」を参考</div>	○リラックスした雰囲気をつくるために、アイスブレイクを行うのもよいでしょう。 ○ワークシートを配布します。	アイスブレイク集から条件を考えて選びます。
35分	○タイトル、ねらいを読みます。 エピソードを読みます。(5分)  ○設問①(15分) 「子育てをされていて、ついイライラしながら子どもに接してしまったことはありますか。意見を交換しましょう。」  ○設問②(15分) 「子育てをされていて、どんな時に楽しいと感じますか。」	○エピソードを各自黙読します。その後、代表で参加者に読んでもらいます。(進行役または支援者が読んでよいです。  ○話し合いでは、設問の内容から話がそれても、発言者を尊重して傾聴する姿勢を大切にしましょう。	ワークシートを用意します。
15分	《学習を振り返る》 ○設問③(10分) 「ストレスをためないようにしたり、解消したりしながら楽しんで子育てをするには、どんなことを工夫したり心がけたりしていくとよいと思いますか。お互いに発表しましょう。」  ○進行役がまとめの話をします。(5分)	○設問③は各自の振り返りなので、シートに記入する時間をとるとよいでしょう。また、無理に話し合わなくてもよいです。  ○進行役の話は、資料を参考にした内容や感想でもよいでしょう。(こうあるべきだという断定的な話はないようにします。)	進行役の話は状況によってカットしてもかまいません。
5分	○片付けをします。 ○終わりのあいさつをします。 (○アンケートの記入)	○参加者全員で片付けをします。 ○参加者の感想を知りたい場合は、アンケートを採るのもよいでしょう。	

## 〈新シート展開例〉

※あくまで目安ですので、用途・状況によって自由に展開してください。

### IV-10

### これって しつけ？

【準備物】 学習者：筆記用具

主催者：ワークシート（名札、フェルトペン、鉛筆、アンケート用紙など）

時 間	展 開 例	留 意 点	備 考
	(○来た順に名札付けをします。)	○相手を覚えたり、呼びやすいように、ニックネームを考えたり、名札をつけるのもよいでしょう。	会場に活動の流れを掲示しておきます。
5分	○進行役(支援者)が自己紹介、主旨、ルールなどの説明をします。 ○三つの約束(発言の平等、他者の発言の肯定、秘密の保守)の確認をします。 話したくないことは、無理に話さなくてもよいことを確認します。	○和やかな雰囲気づくりに配慮しましょう。写真を撮る場合は、了解を取るようにしましょう。(肖像権)	グループごとに机を配置しておきます。
(10分) ※省略可	(○アイスブレイク(雰囲気づくり))	○リラックスした雰囲気をつくるために、アイスブレイクを行うのもよいでしょう。 ○ワークシートを配布します。	アイスブレイク集から条件を考えて選びます。
25分	○タイトル、ねらいを読みます。 エピソードの表に記入してもらいます。(5分)  ○設問①(10分) 「昔と今とでは、しつけはどのように変わったと思いますか。」  ○設問②(10分) 「どんな時に、子どもに対して否定的な感情になりやすいと思いますか。」	○エピソードの表は、司会者が読んで一斉に行ってもよいです。記入せずに、心の中で思い浮かべてもらうのもよいでしょう。  ○話し合いでは、設問の内容から話がそれても、発言者を尊重して傾聴する姿勢を大切にしましょう。  ○自分のことを話しにくい場合は、一般的にどう考えるかを話してもらうとよいでしょう。	ワークシートを用意します。
25分	《学習を振り返る》 ○設問③(10分) 「話合いを受けて、今後、どのようなことを意識していきたいと思いましたが。お互いに発表しましょう。」  ○進行役が裏面の資料を活用して体罰によらない子育てのための工夫のポイントについてまとめの話をします。(15分)	○設問③は各自の振り返りなので、シートに記入する時間をとるとよいでしょう。また、無理に話し合わなくてもよいです。  ○資料を読む時間を多くとることで、参加者が知識として学べる時間を確保しましょう。	
5分	○片付けをします。 ○終わりのあいさつをします。 (○アンケートの記入)	○参加者全員で片付けをします。 ○参加者の感想を知りたい場合は、アンケートを採るのもよいでしょう。	

## 2. 「つながるシート」一覧

段階・対象	項目	内容・ねらい
<p style="text-align: center;">Ⅰ</p> <p>“キラキラ”未来の子育て世代 (中・高・大学生対象)</p> <p>(子育てを多様な価値観で受けとめ、親のあり方について考えることで、子育てに関心を持つ)</p>	1 親の心	親になったらしたいこと(親の立場で考える) (将来親になったらときを想像することで子育ての楽しさを理解し、親になる期待を持つ)
	2 家族観	未来の家族(結婚観、家族観を育む) (将来の家族を想像し、親になる期待を持つ)
	3 子育て環境	人口減少を考えよう(出産・子育て環境を考える) (人口ピラミッドから将来の人口推移を理解し、子育て環境を考える)
	4 命の尊厳	赤ちゃんポストって何?(命の尊さを理解する) (親になることの意味と責任を考える)
	5 親の心	親ガチャ(親の子に対する思いを考える) (親の子に対する愛情について考える)

段階・対象	項目	内容・ねらい
<p style="text-align: center;">Ⅱ</p> <p>“スクスク”乳幼児期 (0～2才の乳幼児の親対象)</p> <p>(子どものいる生活を受け入れ、子どもの成育の過程を楽しみながら、共に成長する)</p>	1 親の心構え	楽しみながら子育て!(子育てを楽しむために) (子育てに追われながらも、ストレスをためないストレス対処法を知る)
	2 家族の理解	みんなで子育て(夫婦・家族の子育て) (夫婦や家族で、互いに思いやったり、協力したりするよりよい子育ての仕方を考える)
	3 親の心構え	比べないで、ぼくのことわたしのこと(個人差を理解する) (子どもの発達を考え、その子の成長を見守る)
	4 子育て環境	パパも子育て(お父さんの子育て) (家族が一緒に過ごし、コミュニケーションや家族の絆を深めるためのワークライフバランスについて考える。) *乳幼児期だけでなく、すべての世代で使用することが可能

段階・対象	項目	内容・ねらい
<p data-bbox="280 819 312 864">Ⅲ</p> <p data-bbox="165 864 427 976">“ドキドキ” 幼児期 (3～6歳児の親対象)</p> <p data-bbox="165 1025 427 1214">(子どものいる生活を受け入れ、子どもの成育の過程を楽しみながら、子育てについて考える)</p>	1 生活習慣	早寝早起き朝ごはん（生活習慣を見直す） （生活リズムを整え、健康で元気な生活を送るために、親としてどのように子どもと関わるか考える）
	2 コミュニケーション	子どもと向き合って！（より良い親子関係を考える） （より良い親子関係を築くために、子どもとのコミュニケーションのとり方について考える）
	3 自主自立	子どものやる気をどう育てる？（子どもの意欲を育てる） （子どもが好奇心で、大人がやっていることを自分でやろうとして関わってきたとき、親としてどう対応するか考える）
	4 親の心構え	イライラと上手に付き合う（子どもの成長を見守る） （イライラして子どもに当たってしまう気持ちを、どうコントロールして子どもの成長を見守るか考える）
	5 善悪の判断	こんなときどうする？（公共の場での過ごし方） （人に迷惑をかけている子どもに、どう対応すればよいか考える）
	6 子どものトラブル	親としてどうかかわる？（人間関係づくり） （日常生活でよくある子ども同士のトラブルに対して、親としてどう関わるか考える）
	7 コミュニケーション	どうかかわっていますか？（お父さんの子育て） （遊びも含めた子どもとのコミュニケーションのとり方、かかわり方について考える）
	8 読書	絵本は心の栄養！（親子の絆を深める） （絵本の読み聞かせを通じた、子どもとのコミュニケーションについて考える）
	9 ネット社会	インターネットと子育て（インターネットを考える） （子どもにインターネットを使用させるときに気を付けたいことについて考える）

段階・対象	項目	内容・ねらい
<p data-bbox="280 891 312 936">Ⅳ</p> <p data-bbox="177 936 427 1010">“ワクワク”学童期 (小学生の親対象)</p> <p data-bbox="165 1055 432 1285">(子どもを多様な価値観で受け止め、成長を支援するとともに、子どもの主体性を伸ばす親のあり方について考える)</p>	1 生活習慣	<p data-bbox="624 282 1114 309">早寝早起き朝ごはん（生活習慣を見直す）</p> <p data-bbox="624 320 1398 389">(生活リズムを整え、健康で元気な生活を送るために、親としてどのように子どもと関わるか考える)</p>
	2 生活習慣	<p data-bbox="624 450 1321 477">家での過ごし方～宿題が先?ゲームが先?～（生活習慣を見直す）</p> <p data-bbox="624 488 1398 557">(生活習慣を見直し、計画的に時間を使うために、親としてどのように子どもと関わるか考える)</p>
	3 家庭学習	<p data-bbox="624 613 1251 640">やる気を引き出す魔法の言葉！（やる気を引き出す）</p> <p data-bbox="624 651 1398 721">(子どもの気持ちを理解し、親としてどのようにやる気を引き出す関わり方をするか考える)</p>
	4 交友関係	<p data-bbox="624 777 1378 804">友達とのかかわり方①～こんなとき、どうする!?!～（子どもの人間関係）</p> <p data-bbox="624 815 1398 884">(子どもの交友関係、態度に対して、親としてどのように子どもと関わるか考える)</p>
	5 善悪の判断	<p data-bbox="624 940 1378 967">友達とのかかわり方②～こんなとき、どういう!?!～（子どもの規範意識）</p> <p data-bbox="624 978 1398 1048">(子どもに善悪の判断をつけさせるとき、親としてどのように子どもと関わるか考える)</p>
	6 ほめ方、しかり方	<p data-bbox="624 1104 1251 1131">子どものほめ方・しかり方（子どもを伸ばすために）</p> <p data-bbox="624 1142 1398 1211">(子どもを伸ばすために、親としてどのような言葉がけをするか考える)</p>
	7 親の心構え	<p data-bbox="624 1267 1225 1294">聞いて 聞いて！（信じる、見守る、待つ、聞く）</p> <p data-bbox="624 1305 1398 1375">(多感な時期の子どもとの接し方から、親子のより良いコミュニケーションの取り方について考える)</p>
	8 子ども理解	<p data-bbox="624 1431 1378 1458">子どものこと わかってる？（子どもとのコミュニケーション）</p> <p data-bbox="624 1469 1398 1538">(子どもの成長を理解し、子どもと関わるためのコミュニケーションについて考える)</p>
	9 ネット社会	<p data-bbox="624 1594 1321 1621">わが家のネット・スマホルール！（ネット・スマホの使用）</p> <p data-bbox="624 1632 1398 1702">(子どもがインターネットやスマホを上手に使用するために、親としてどのように子どもと関わるか考える)</p>
	10 しつけと体罰	<p data-bbox="624 1758 1171 1785">これって しつけ？（体罰に頼らないしつけ）</p> <p data-bbox="624 1796 1398 1865">(子どもが持っている権利を守り、子どもがのびのびと成長できるように、体罰に頼らないしつけの方法について考える)</p>

段階・対象	項目	内容・ねらい
<p>Ⅴ “イキイキ”思春期 (中学生の親対象)</p> <p>(子どもの成長を見守り、受け入れる中で、親もともに成長しようとする姿勢を持つ)</p>	1 コミュニケーション	進路選択 どうかかわる？(気持ちを伝える、受け止める) (進路選択は親子にとって大事な選択であり、子どもと気持ちを通じ合わせることの難しさと大切さを考える)
	2 親子の自立	ほどよい距離感って？(子どもの自立と親の自立) (思春期の子どもと向き合い、見守るために、親としてどのように子どもに関わるか考える)
	3 学校不適応	学校に行きたくない(親としての対応) (「学校に行きたくない」という子どもの気持ちに、親としてどう対応したらよいか考える)
	4 規範意識	うちの子はだいじょうぶ？①(子どもの変化、親の気付き) (子どもの規範意識を高めるため、親としてどのように子どもに関わるか考える)
	5 いじめ	うちの子はだいじょうぶ？②(子どもの変化、親の気付き) (いじめについて、親として子どもにどう向き合うか考える)
	6 お父さんの子育て	お父さんの出番！？(お父さんの子育て) (子どもの成長を理解し、自立する子どもを見守りながら、父性のあり方を考える)
	7 ネット社会	我が家のネット・スマホルール！(インターネットを考える) (インターネットのトラブルをどう防ぐのか、また使う上での我が家のルールを考える)

段階・対象	項目	内容・ねらい
<p>Ⅵ “ユウユウ” シニア世代 (自分の子育てを終えた中高年対象)</p> <p>(子どもと親の成長を見守り、受け入れる中で、子どもと親の成長を支援しようとする姿勢を持つ)</p>	1 声の掛け方	地域の子どもに声をかけよう！(地域の子どもとの関わり方) (地域の子どもとの関わり方を考え、地域で子どもを育てる機運を高める)
	2 ほめ方、 しかり方	地域の子どもに、どんな言葉をかける？(子どもの心をつかむ) (子どもの心をつかむ、ほめ方の方法を理解する)
	3 子育ての ギャップ	今どきの子育て(現代の子育て事情の理解) (昔の子育てと今の子育ての違いを知り、よりよい子育て支援の仕方を考える)
	4 祖父母の 心構え	孫育ての心得(孫の両親と孫の成長を見守る) (初めて出産する娘夫婦と生まれてくる孫へのサポートを考慮することで、祖父母としての心構えについて考える)

\* 「つながるシート」の段階・対象は目安なので、内容を見て自由に活用してください。

### 3. 進行役・参加者が心がけること

#### 〈事前〉

- ・進行役は参加者のニーズを把握し、「つながるシート」のテーマを選びましょう。
- ・グループごとにシートのテーマが違う場合は、各グループに進行役が必要になります。事前にグループごとの進行役を決めておきましょう。

#### 〈当日〉

#### 三つの約束(進行役・参加者共通の約束)

##### 1 「発言の平等」

みんなが平等に発言できるように配慮しましょう。(ある特定の人ばかりがしゃべっているような状況にしないようにします。)

##### 2 「他の人の発言の肯定」

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。(参加者一人ひとりの考えや思いが尊重されると、安心して話し合うことができます。)

##### 3 「秘密の保守」

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、その場だけのこととして、他の人に話したりしないようにしましょう。

- ・話したくないことは、無理に話さなくてもよいことを参加者に伝えましょう。
- ・最後に結論を導き出すようなまとめはしないようにしましょう。  
この活動は、参加者がお互いの考えや思いを伝え合うことで、自分にはなかった子育てや家庭教育の見方や考え方にふれ、自らが学んでいくものです。「～すべきだ」という結論を導き出すものではありません。
- ・設問の内容からそれた話し合いもOKです。  
「つながるシート」に沿って展開していきますが、話がそれて別の話題になってしまっても、無理に話を戻す必要はありません。話が広がったり、深まったりすることは望ましいことです。
- ・グループをつくる時、4～5人が最適の人数です。グループの人数が多すぎると一人が話す時間が短くなります。人数が少なすぎると話し合いが続かなかったり、深まらなかつたりします。
- ・進行役は全体の司会を行います。また、グループの話し合い活動を巡視しながら、全体の様子を把握します。進行役は話し合いが進まないグループについては、話し合いに加わったりして、話し合いが進むように促しましょう。(上手な聞き役になることがポイントです)
- ・進行役は、参加者の話し合いが進むように心がけ、自らが発言しすぎないように注意しましょう。また、グループの中で、平等に話し合いがなされているか気を配りましょう。
- ・世の中には、見えにくい、聞こえにくい、うまく話せない、落ち着きがない、発達に遅れがある、身体が不自由であるなど、様々な子どもたちがいます。どの子どもよりよく生きようとしています。「つながるシート」のエピソードには、様々な子どもの表れが出てきますが、温かな心で見守っていく気持ちで話し合いを進めましょう。
- ・話し合いの内容によっては、保育士、臨床心理士等を招聘して話し合いを進行する必要があります。示唆的な助言は、専門家をお願いをしましょう。