

あるある

—身近なエピソードから学ぶ—

おや がく

あおもり親楽プログラム

特別編2～幼児期(4～6歳)の生活習慣～



青森県教育委員会

あおもり親楽プログラムの作成にあたって

家庭は、子どもたちの健やかな育ちの基盤であり、家庭教育は、すべての教育の出発点です。

しかし、家族構成の変化や地域における人間関係の希薄化の影響を受けて、親が身近な人から子育てを学んだり助け合ったりする機会の減少など、子育てや家庭教育を支える地域環境が大きく変化しています。そのため、親自身の地域からの孤立や、ひとり親家庭や貧困家庭の増加、さらに家庭教育に関する多くの情報の氾濫による取捨選択の困難さなど、親自身が子育てについて学ぶ環境も変化し、家庭教育を行うことが困難な社会になっているという指摘があります。

このような中で、充実した家庭教育が行われていくためには、個々の家庭だけではなく、行政や学校、支援団体、企業、地域住民など子育てに関わる様々な主体が協力し、一人一人の親が子どものよさや個性に気づき、子どもの発達段階に応じた適切な関わりができるように「親の学びと育ち」を支えていくことが課題となっています。

そこで、県教育委員会では、平成24年度から、親同士の話し合いを通じて主体的に学び合う学習プログラムとして、「あおもり親楽プログラム（乳幼児・小学生編、中・高校生編、支援者編、特別編）」を作成し、県内各地の研修会等で活用いただいているところです。

今年度は、昨年度に引き続き「特別編2」として、幼児期（4～6歳）の生活習慣に焦点を当てたプログラムを作成しました。

また、昨年度より実施している「あおもりの未来を変える0歳からの家庭教育応援事業」において、幼児期からの生活習慣、特に「運動」や「生活リズム」に関する保護者の意識啓発に係る調査研究に取り組んでいるところですが、本冊子に掲載したプログラムは、その調査研究の成果と連動させる形としています。

このプログラムを通して、子どもの生活習慣について新たな気づきをもたらされ、それぞれの家庭での実践に役立てていただければ幸いです。また、本冊子を乳幼児健診や保育所・幼稚園等の保護者会、公民館の家庭教育学級など様々な機会において御活用いただき、親同士の支え合いやつながりが築かれ、子どもたちの健やかな成長へとつながることを期待しています。

結びに、本プログラムの作成に御尽力をいただいたあおもり親楽プログラム作成委員会委員の皆様にご心より感謝申し上げます。

平成30年3月

青森県教育庁
生涯学習課長 渡部 靖之

目次

あおもり親楽プログラムの作成にあたって	1
1 あおもり親楽プログラムについて	3
① あおもり親楽プログラムとは	4
② あおもり親楽プログラムの構成と内容	5
③ あおもり親楽プログラムの流れ	6
④ あおもり親楽プログラムの進め方	7
⑤ あおもり親楽プログラムの使い方	8
2 プログラム	9
主に幼児を持つ親を対象としたプログラム	
・ 1 お散歩もどう？	10
・ 2 「読み聞かせ」は美味しい！？	11
・ 3 パパが夢中！？	12
・ 4 誰のためのルール？	13
・ 5 生活リズムは「早起き」から	14
3 手引き（展開例）	15
4 資料	21
・ 資料	22
・ アイスブレイクのいろいろ	40
・ 手法のいろいろ	42
5 アンケート	43
（あおもり親楽プログラムを活用した感想をお知らせください）	

本書で使う用語 ・ おやがく親楽プログラム…親同士が学び、気持ち[・]が楽になり、子育てが楽しくなる学習プログラムの意。
・ 親…家庭において子に教育を行う者、保護者を含む。