

改訂版

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

中・高校生  
2



青森県教育委員会

## あおもり親楽プログラムの改訂にあたって

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。しかしながら、近年、少子化や核家族化、地縁的なつながりの希薄化等により、子育てや家庭教育を支える環境は大きく変化しています。親が祖父母などから子育てを学ぶ機会が減るとともに、地域の支えも弱まるなど、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、一人ひとりの親が子どもの良さや個性に気づき、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、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「あおもり親楽プログラム」を、平成24年度から対象別（乳幼児・小学生編、中・高校生編、支援者編、特別編、特別編2）に作成し、令和2年度は、乳幼児・小学生編の改訂版を新しいプログラムを追加するなどして発行しました。

今年度は、平成25年度に作成した「あおもり親楽プログラム2～中・高校生編～」について、社会状況の変化に伴う家庭教育の今日的課題に対応するため、内容を改訂することとしました。改訂にあたっては、プログラム中のエピソードを一層親しみやすい内容に修正したり、新たなプログラムを追加したほか、より活用しやすいように展開例や資料の記載についても工夫しております。

このプログラムを学校等の保護者会やPTA研修会、公民館での家庭教育学級など様々な機会に御活用いただくことで、子どもとの関わりに新たな気づきが生まれるとともに親同士の支え合いやきずなが深まり、子どもたちの健やかな成長へとつながることを期待します。

結びに、本プログラムの作成に御尽力をいただいた青森県家庭教育支援推進協議会委員の皆様にご心より感謝申し上げます。

令和4年3月

青森県教育庁

生涯学習課長 渡部 泰雄

# 目次

あおもり親楽プログラムの改訂にあたって	1
<b>1 あおもり親楽プログラムについて</b>	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 あおもり家庭教育10か条	6
④ あおもり親楽プログラムの流れ	8
⑤ あおもり親楽プログラムの進め方	9
⑥ あおもり親楽プログラムの使い方	10
<b>2 プログラム</b>	11
中・高校生を持つ親を対象としたプログラム	
1 形だけのあいさつでいいの？ ～あいさつの意味を考える～	12
2 時間を有効に使う ～生活リズムをコントロールする～	13
3 思春期の子どもとどう関わる？ ～親子のつながり～	14
4 どうせ私なんか… ～自分の良いところに気づかせる～	15
5 家族みんなで協力 ～家庭での「ありがとう」を大切に～	16
6 知ってますか？スマホの危険性 ～使い方を考える～	17
7 いつまでも持ち続けたい思いやりの心 ～みんなの笑顔のために～	18
8 地域が育ててくれる ～体験から学ぶ～	19
9 地域の大人としてできること ～みんなで見守る子どもの成長～	20
10 悩んで当たり前、大切な進路 ～親子で考える子どもの将来～	21
11 わが家の1か条を決めよう ～できることから始める～	22
<b>3 手引き（展開例・資料）</b>	23
<b>4 共通資料</b>	47
・アイスブレイクのいろいろ	48
・手法のいろいろ	50
・プログラムシート	51
<b>5 アンケート</b>	52
<b>(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)</b>	

本書で使う用語 ・ 親<sup>おやがく</sup>楽プログラム…親同士が学び、気持ち<sup>きもち</sup>が楽になり、子育て<sup>こども</sup>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。