

I - 1 あなたとお子さんのかかわりを見直してみませんか？

対象：子どもを持つ保護者

時間：115分程度

ねらい	子育て中は日々の生活に追われ、子どもを育てることの意味について考える機会を得にくい。そこで、自分の人生の中で、子どもを持ったことの意味をワークを通して振り返ることがこのプログラムの目的である。		
実施のポイント	○自分の子育てを客観的に振り返る機会がもてたか。 ○子育てだけでなく生活の他の部分について考える機会がもてたか。		
事前の準備	○あらかじめ4～6人のグループに分かれておく。(年代別グループにしても、混合グループにしてもいいが、それぞれに意見の出方などが違ってくこともあるので、進行上、その点に留意する。) ○プログラムの内容をワークごとに一枚ずつにし、それぞれをA4に拡大するなどして順番に配布できるようにするとよい。 ○赤のボールペン：グループの数 ○ファシリテーターなどモデルとなるライフサイクルを模造紙などに用意し、展開に沿って書き込み例を提示できるとよい。		
時間	アクティビティの展開	展開のポイント	準備物
導入 20	ワークの主旨説明と 他己紹介	○他己紹介はグループ内での話し合いがしやすくするためのものなので、その他のアイスブレイクでもよい。	
書き込み 15	ワーク1 あなたのライフサイクルについて考えてみましょう。 1) ライフサイクルについて説明をする。 2) ライフイベントの書き込み。	○ライフサイクルの説明を資料などを使わず行う。 例「今日はライフサイクルを通してみなさんの生活で子育てがどんな意味を持っているかを考えていきたいと思います。ライフサイクルって知ってますか？」 ○現在の年齢に赤で○をしてもらい、そこまでのライフイベントを書き込んでもらう。 ①人前で年齢を明らかにすることが嫌な人もいますので、年齢は必ずばりでなくても良いことを伝える。 例：「な～んとなくでいいですよ」 ②書くときは書くことに集中して、相談などしないように声をかける。 ③一般的に重要なことではなく、あなたにとって大事だったと思うことを書いてもらう。	赤ボールペン グループ分ワークシート
話し合い 10	3) 話し合い	○大体書けたところでグループ内で、どのようなことを書いたのか、話し合ってもらおう。 ○まとめとして資料を参照して、ライフサイクルが変化してきていること、子育て後の生活が長いことについて解説する。	
合計 25			
書き込み 10	ワーク2 子育てが一段落したら何をしたいですか？自由に話しあってみましょう。	○ワークシートの丸いスペースに各自、またはファシリテーターが適宜テーマを設定して書き込んでもらう。 例「みなさんの今の生活はやはり子育てが中心だと思うのですが、その後はどういう生活をしてみたいか、考えてみましょう」	
話し合い 20	1) シートの書き込み 2) 話し合い	○書き込みをもとにグループ内で話し合う。ペアを組んで共通点などを探しながら話し合うのもよい。	
合計 30			
書き込み 15 話し合い 15	ワーク3 これからのあなたを自由に書き込んでみましょう。 1) シートの書き込み 2) 話し合い	○できるだけ、具体的に自由な発想で書き込むよう促す。	
合計 30			
話し合い 10	まとめ	○今日のワークに参加した感想を自由に話し合ってもらおう。	

I-2 あなたにとって子育てとは？

対象：子どもを持つ保護者
時間：105分程度

ねらい	日々の子育てに追われていると、子どもとの絆の重要性が見えにくくなり、どうしても短期的見方で子育てをするようになってしまう。このアクティビティは、いくつかのグループワークを通して、子育てについて、改めて振り返り、また新しい気分で子どもと接することができるようにすることが、このプログラムの目的である。		
実施のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ○子どもを持ったときの気持ちを思い出せたか。 ○自分の子育てを客観的に振り返る機会がもてたか。 		
事前の準備	<ul style="list-style-type: none"> ○あらかじめ5～6人のグループに分かれておく。(できれば子どもの年代別グループがよい。混合グループの場合はまとめ方が難しいので、進行上、その点に留意する) ○できれば、プログラムの内容をワークごとに一枚ずつにし、それぞれをA4に拡大するなどして順番に配布できるとよい。 ○以下のような簡単に読めるお産に関する絵本などを用意し、最後に読んだりできるとなお良い。 例：長野ヒデ子『おかあさんがおかあさんになった日』童心社／鈴木せい子『生まれてきてくれてありがとうーいのちの大切さをつたえる絵本』ばすてる書房／浜田圭子『赤ちゃんの生まれた日』福音館書店／神沢利子『まおちゃんの生まれた日』のら書房 		
時間	アクティビティの展開	展開のポイント	準備物
導入 20	ワークの主旨説明 アイスブレイク ・子どもについての 他己紹介	<ul style="list-style-type: none"> ○他己紹介はグループ内での話し合いがしやすくするためと、子どもについての状況を把握するために行う。 ○参加者の中で、子どもが病気とか障害があるとかいう話がでた場合は、そのグループについて特に注意を払っていくようにする。 ○情報の持ち方について、特に注意を喚起する。 例：今日は子どもとの関係ということで、お話の中で、「とても個人的なことも出てくるかもしれないのですが、それは、ここに参加している人だけで共有することにして、参加していない人には話さないようにしましょう」など。 	
書き込み 5 話し合い 15 合計 20	ワーク1 あなたがお子さんを持つ前には、子育てについてどう思っていましたか？理想と現実とは？ 1) シートの書き込み 2) グループで話し合う	<ul style="list-style-type: none"> ○個々で考える時間をとった後、自由にグループごとに話しあってもらう。 例「結婚する前は子どもについてこんなイメージを持っていました」「実際に子育てしてみてもうことは」 ○可能であれば、簡単に書いた内容について発表してもらい、今、子どもを持つことの楽しさや大変さについて考えてもらう。 	ワークシート 筆記用具
書き込み または 読み聞かせ 10 話し合い 15 合計 25	ワーク2 お子さんがおなかにいたときのこと、生まれたときのことを思い出してみよう。 1) 参考文献の読み聞かせ またはシートの書き込み 2) グループで話し合う	<ul style="list-style-type: none"> ○参考文献が用意できるのであれば「お子さんが生まれたときのことを思い出してみませんか。『○○』という本があるので、まずそれを読んでみたいと思います」と読んでから、その感想や生まれた日のことについて自由に話し合ってもらおう。 ○参考文献がない場合は、それぞれに生まれた日のことを思い出して書いてもらい、グループで話し合ってもらおう。 	
書き込み 15 話し合い 10 合計 25	ワーク3 お子さんを持ったことで、あなたの人生はどう変わったと思いますか？ 1) シートの書き込み 2) グループで話し合う	<ul style="list-style-type: none"> ○今日の全体の話をつまみ、より具体的に自分にとっての子育てについて考えてもらう。 ○「子どもを持ってわかったこと」などの項目について、実施者が別に作成してもよい。 ○白紙の枠だけの用紙を用意し、その場で、話し合いの中で出てきた項目について、書いてもらうことにしてもいい。 	
話し合い 10	まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ○資料を参照して、子育ての意味について考えてみる。 ○今日のワークに参加した感想を自由に話し合ってもらおう。時間がなければ、まとめを省略し、ワーク3で終わりにしてもよい。 	

I-3 子どもを取り巻く環境 ～子どもの安全について考えてみましょう～

対象：小学生の子どもを持つ保護者
時間：120分程度

ねらい	子どもを取り巻く環境が変化してきている。普段の子どもの行動範囲を振り返り、子どもの周りに潜む危険についてイメージし、子どもの安全を守るために親として行うことについて、また、子どもと一緒に取り組むための視点について考えることを目的とする。		
実施のポイント	○子どもの行動の範囲を振り返ることができたか。 ○子どもの周りに潜む危険についてイメージすることができたか。 ○親として安全を守るための視点について考えることができたか。		
事前の準備	○あらかじめ、4～6人のグループに分かれておく。(子どもの年齢、性別、居住地域の環境など、それぞれ意見の出方などが違ってくるので留意する。) ○筆記用具 ○可能な限り参加者の地域での取り組みについて情報を収集しておく。		
時間	アクティビティの展開	展開のポイント	準備物
導入 10	ワークの主旨説明 1) ファシリテーターの自己紹介を行う。 2) 資料のリード文を読み上げながら、学習のねらいを確認する。 3) グループの中で自己紹介をする。		
書き込み 10 見せ合い 5 合計 15	ワーク1 「マップづくり」 1) 子どもの生活について家を中心としたマップを作る。 2) グループ内で、できあがったマップを見せ合う。	○学校、友達の家、お店等を書き込み、移動手段や移動の状況、時間帯など、日頃の子どもの生活、行動範囲を振り返られるよう言葉をかける。	ワークシート 筆記用具
書き込み 10 話し合い 10 合計 20	ワーク2 「潜んでいる危険」 1) 作ったマップから考えられる危険について記入する。 ・事故・犯罪・災害 2) グループ内で話し合う。 どんな場所で、どんな危険が考えられるか書き込んだ内容について発表し合う。	○事故、犯罪、ケガ、災害、家の中等幅広い危険についてイメージするよう言葉をかける。 ○時間があれば、各グループで出た意見について全体で共有する。	
書き込み 10 話し合い 10 合計 20	ワーク3 「あなたの地域等での取り組み」 1) 地域や学校での対応や取り組みについて記入する。 2) グループ内で発表し合う。 真中に地域や学校で取り組むべき課題を書き、その対策をまわりの囲みに入れていく。	○事前に地域での取り組み等について情報を収集できている場合は必要に応じて情報を提供する。 ○特に特別に行っていない場合は、ワーク2で取り上げた一つを設定して個人で考えてみるよう声をかける。 ○話し合いには十分時間をとる。	
書き込み 10 話し合い 20 共有 10 まとめ 5 合計 45	ワーク4 「家庭での対応を考える」 1) 家庭でどんな対応をしていくか考え記入する。 2) 個人で書き込んだ対応策をもとにグループで話し合う。 3) 全体で共有する。 4) プログラムを行って気づいたことについて振り返る。	○ワーク3の取り組みを参考にしながら、親が行うこと、子どもと一緒に考えること等を考えられるよう言葉をかける。 ○各グループで出た意見を発表し合い全体で共有する。	