

『育ちあう親子の絆』 応援プロジェクト

提 言 書

Hello! Happiness.

Hello! Smile.



下都賀教育事務所ふれあい学習課
下都賀地区ふれあい学習推進会議

目次

00 はじめに ~Prologue~ 「『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト」について

P1

- 1 親子が日常をともにする家庭での生活が
笑顔と安らぎに満たされた空間の中で営まれるために
- 2 Hello! Happiness. ➡ Hello! Smile.
- 3 「育ちあう親子の絆」を応援するためのキーポイント

01 提言1 子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを応援しよう ～感じる、小さな幸せ。～

P3

Happiness1 ありのままの子どもを愛おしく感じられる幸せのために

P4

- Point1 わが子について、親同士で前向きに語り合える機会を提供しましょう。
- Point2 子どもが誕生したときのかけがえのない気持ちを思い出せる機会を提供しましょう。

Happiness2 子どもの成長から得られる幸せのために

P5

- Point1 家庭では見られない子どもの姿にふれられる機会を提供しましょう。
- Point2 子どもの成長について親同士で語り合える機会を提供しましょう。

Happiness3 親でいられる自分の幸せのために

P6

- Point1 親である自分について語り合える機会を提供しましょう。
- Point2 親として頑張っている自分が認められる機会を提供しましょう。

02 提言2 和やかな家庭を創るつながりを応援しよう ～一緒に生まれる、柔らかな笑顔。～

P7

Smile1 親同士の交流から生まれる笑顔のために

P8

- Point1 親同士が交流し、つながり合える機会を提供しましょう。
- Point2 同じ悩みをもつ親が集い、つながり合える機会を提供しましょう。

Smile2 親子が笑顔で包まれるために

P9

- Point1 親子が笑顔になれる機会を提供しましょう。
- Point2 親子が心を通わせる機会を提供しましょう。

Smile3 親子の笑顔をサポートするために

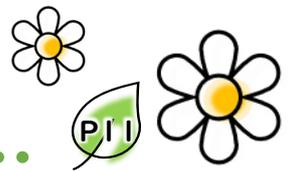
P10

- Point1 子育てがしやすい地域づくりを推進しましょう。
- Point2 家庭教育支援や子育て支援に関する情報を提供しましょう。



03

「育ちあう親子の絆」を応援するための参考事例



事例1 就学时健康診断の待ち時間を活用した講座の事例 その1

P12

事例2 就学时健康診断の待ち時間を活用した講座の事例 その2

事例3 学級懇談の時間を活用した保護者の交流の事例

P13

事例4 家庭教育・子育て講座を活用した学びの機会提供の事例

事例5 学年PTA、親子レク、家庭教育講座等を活用した

親子一緒に体験活動の事例

P14

事例6 既存の活動や事業を活用して

親子のふれあいの時間を生み出した事例

P15

事例7 人が集まる機会を活用した子育てを応援する情報提供の事例

事例8 地域の郷土芸能の保存・継承の機会を活用した

つながりづくりの事例

P16

事例9 子どもたちの育ちを支える団体の研修会を活用した事例

事例10 職員研修の機会を活用し保護者を応援するために

「学校」ができることを考えた事例

P17

04

アンケート調査

「『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト」調査の結果

P18

調査の概要（目的、実施期間、対象及び回収数、調査方法、調査内容）

P18

1 児童・生徒を対象とした調査結果

P20

Point1 笑顔が多く、居心地のよい家庭で育つ子どもは、自己有用感が高い

Point2 「笑顔」と「居心地のよさ」は実感しにくい

Point3 「家族の笑顔」と「家庭の居心地のよさ」は、子どもの自己有用感にとっても大切

Point4 笑顔が多く、居心地のよい家庭環境づくりを応援することが重要

2 保護者を対象とした調査結果

P26

Point1 保護者を対象とした調査の実施にあたって

Point2 子育てに関する幸福感が子どもの自己有用感に大きく影響

Point3 幸せを日頃から感じている保護者ほど家族との関係性は良好

Point4 「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」は実感しづらいがとても重要なキーポイント

Point5 「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」は子どもへの関わりや捉え方に大きく影響

Point6 子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを応援するための手がかり

Point7 目には見ることができない幸せを実感できることへの期待

Point8 親自身の笑顔と子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを応援していくために



アンケート調査
『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト」 調査結果集計表



1 アンケート調査結果（児童・生徒用）



2 アンケート集計結果（保護者用）



参考資料
下都賀地区ふれあい学習推進会議 グループ協議の記録



1 協議題：親自身が小さな幸せを実感するために



- ・親のネガティブ要素を軽減するための支援
- ・親のポジティブ要素を高めるための支援

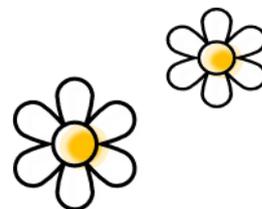
2 協議題：親のつながりを広げるために



終わりに ～Epilogue～
『育ちあう親子の絆』とは



巻末 下都賀地区ふれあい学習推進委員名簿





Hello! Happiness.

Hello! Smile.

はじめに ~Prologue~



育ちあう親子の絆 応援プロジェクト

について



Prologue

1

親子が日常をともにする家庭での生活が
笑顔と安らぎに満たされた空間の中で営まれるために

～『育ちあう親子の絆』応援プロジェクトアンケート結果から～

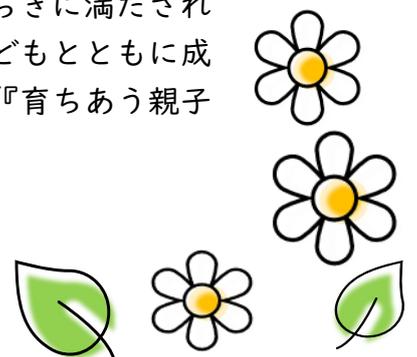


親子が日常をともにする家庭での生活が、笑顔と安らぎに満たされた空間の中で営まれることは、親の自己肯定感¹を高め、子どもの健やかな心を育む上でとても重要であることがわかりました。また、家庭での生活において、「家族の笑顔が多い」、「家庭は居心地がよい」と感じ取れている親は、子どもの自己有用感を高めていくための良好な関わりや捉え方ができる傾向が見られ、子育てにおける幸せを日頃からよく感じている傾向が強いことも明らかとなっています。

日頃の子育てにおいて目には見えない小さな幸せを親自身が積み重ねていくことで、笑顔の多い家族と、居心地のよい家庭が創り上げられていくものです。毎日の子育てにいろどりを与え、子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを応援していくためには、まず、親としての希望や生きがいにつながっていく肯定的な情動、目には見ることができない小さな幸せを、親自身が少しでも感じ取れるような機会を、学校と地域が連携・協働しながら意図的、計画的に提供していくことが望まれます。

親子が日常をともにする家庭での生活が、笑顔と安らぎに満たされた空間の中で営まれるよう応援し、親も親として、子どもとともに成長していけるよう、親子の育ちを支えていくことが、『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト」の目的です。

¹ 親の自己肯定感とは、「親である今の自分はこれで十分幸せという気持ちと、それに付随して高まる子どもをありのまま受け止めようとする感覚」と捉えることにします。





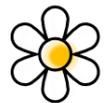
私たちは、おもしろいことやおかしいことがあった時に笑顔になります。また、うれしい時や心地よい時、幸せであったり楽しかったりする時にも、私たちは笑顔になります。英語では、前者のような状況で声を出して笑う時は“laugh（ラフ）”を使い、後者のようににっこり微笑んでいる時は“smile（スマイル）”を使うようです。

笑顔には、笑顔になっている本人の心を安定させるだけでなく、それを見た周りの人やその場の雰囲気を穏やかなものにする力があります。親子の笑顔を同時に応援することも大切ですが、まずは家庭教育の担い手であり、子どもの笑顔に大きな影響を与える親自身の笑顔を応援することが、家庭教育支援に携わる私たちに求められているのではないのでしょうか。

親としての希望や生きがいにつながる小さな幸せを実感できたとき、多くの親は笑顔になり、親としての自己肯定感を高めることができます。親としての希望や生きがいにつながっていくような、小さな幸せを実感できるよう応援していくことが、私たちに望まれています。



それでは、親としての希望や生きがいにつながっていくような、小さな幸せを実感できる機会を、どのように提供したらよいのでしょうか。P3 以降にキーとなるポイントを提案しました。それをもとに、それぞれの立場で自由に発想し、アイデアを広げてみてください。



Happiness
1

2
子どもの成長から得られる幸せのために

Point
2

1
家庭では見られない子どもの姿にふれられる機会を提供しましょう。

3

〈活動の例〉

- レクリエーション活動、野外活動、調理実習など、子どもがいろいろな人と関わりながら活動している様子を見ることができる体験活動を親子一緒に行う。
- 親子で生まれてからこれまでに手紙に書いて送り合い、読み合う。

〈提供の機会〉

学校や園では…	親子レク 学年PTA 家庭教育・子育て講座 etc.
地域では…	公民館講座 子ども会・育成会や自治会でのイベント etc.

4

〈先生だからできること〉

- 各種活動や行事での子どもの様子をスライドショーや動画で見てもらい、その様子を話題にしたワークショップやおしゃべりタイムを設ける。
- 日頃の子どもの様子が分かる写真やコメントを、各種たよりやホームページで積極的に発信する。
- 最近ががんばっていることや、子ども同士のよいところ探しの結果など、親が知らな

① 「育ちあう親子の絆」を応援するためのアプローチについて、キーポイントとなる「小さな幸せ」と「笑顔」をテーマに提案しています。提言にあたります。

② 提言を実現するために大切となる具体的な到達点を、ポイントとして示しています。具体の方策にあたります。

③ どのような機会にどのような活動を行うとよいかの提案です。あくまでも「例」として捉えていただき、自分ならどのようなことができそうか発想するための手がかりにしてください。

また、〈活動の例〉の前にをつけておきましたので、できそうなこと、やってみたいことに「✓」をつけてみてください。

④ 幼稚園や保育園、学校の先生だからこそできる応援のためのヒントを別枠で提案しました。

01



Hello! Happiness.
Hello! Smile.

提 言 Ⅰ

子育てを楽しもうとする
前向きな気持ちを応援しよう
～感じる、小さな幸せ。～

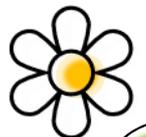
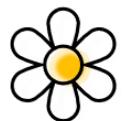


笑顔が多く、居心地のよい家庭を創るためには、まずは親自身が、親としての希望や生きがいにつながっていく肯定的な情動を深く実感できることが大切です。この気持ちや感覚を日頃からよく感じ取ることができている親は、親である今の自分はこれで十分幸せという気持ちと、それに付随して高まる子どもをありのまま受け止めようとする感覚が高く、「家族との関係性」や「子どもへの関わり方」なども良好であることが本調査でわかりました。

しかし、「子どもがそこにいること自体が喜びである」、「子どもに生きる勇気をもたらしている」、「子どもそのものが希望である」などの、親としての希望や生きがいにつながっていく肯定的な情動は、子どものしぐさや声などから直接見たり聞いたりできない気持ちなので、日頃なかなか感じ取ることができない傾向が見られます。

家庭教育支援の目的は、親の支援を通じて、子どもの育ちを支えていくことです²。笑顔が多く、居心地のよい家庭を創ることが、子どもの健やかな心の成長のために大切であることから、親としての希望や生きがいにつながっていく、目には見ることでできない小さな幸せを実感できるよう応援していくことが、家庭教育支援にとって大切なことの一つだといえます。

親に、ぜひ味わってほしい目には見ることでできない小さな幸せと、その幸せを味わってもらうための活動や機会についてまとめましたので、参考にしてください。



² 家庭教育支援の推進に関する検討委員会「つながりが創る豊かな家庭教育～親子が元気になる家庭教育支援を目指して～」(H24)



Point 1

わが子について、親同士で前向きに語り合える機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- わが家で見つけた小さな幸せ、子どもや家族の自慢などを小グループで伝え合い、聴き合う。
- これまでの子育てを振り返りながら、子どもがいてくれたからこそ味わえた喜びや幸せについて伝え合い、聴き合う。
- アルバムやスマートフォンに保存されている子どもの写真を見せ合い、思い出について語り合う。
- 親子の共通体験・ふれあい体験の後などに、「発見した小さな幸せ」等をテーマにして、親同士で伝え合い、聴き合う。

〈提供の機会〉

学校や園では… 学年・学級懇談会 PTA 活動 家庭教育・子育て講座 etc.

地域では… 公民館講座 定期健康診断時 子育てサロン etc.



Point 2

子どもが誕生したときのかげがえのない気持ちを
思い出せる機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 子育ての原点である「母子手帳（父子手帳）」を持ち寄り、子どもが誕生してからこれまでを振り返り、語り合う。

〈提供の機会〉

学校や園では… 家庭教育・子育て講座 etc.

地域では… 公民館講座 定期健康診断時 子育てサロン etc.

〈活動の例〉

- 子どもが生まれた時の様子や親になれた気持ちを手紙に書き、子どもに渡す。

〈提供の機会〉

学校では… 命についての授業 二分の一成人式 立志式 卒業式・卒園式 etc.

今、目の前にいる子どもの親でいられることの幸せを、他の誰と比べることなく味わえることが、保護者の自己肯定感を高め、心の安定につながっていくと期待されます。



Point 1

家庭では見られない子どもの姿にふれられる機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- レクリエーション活動、野外活動、調理実習など、子どもがいろいろな人と関わりながら活動している様子を見ることができ体験活動を親子一緒に行う。
- 親子で生まれてからこれまでについて手紙に書いて送り合い、読み合う。

〈提供の機会〉

学校や園では…	親子レク 学年 PTA 家庭教育・子育て講座 etc.
地域では…	公民館講座 子ども会・育成会や自治会でのイベント etc.

〈先生だからできること〉

- 各種活動や行事での子どもの様子をスライドショーや動画で見てもらい、子どもの成長を話題にしたワークショップやおしゃべりタイムを設ける。
- 日頃の子どもの様子が分かる写真や成長したことが分かるコメントを、各種たよりやホームページで積極的に発信する。
- 最近がんばっていることや、子ども同士のよいところ探しの結果など、親が知らない子どものよさについて機会を捉えて伝える。
- 「家の手伝いをする」「学校での出来事を話す」など、子どもの成長を実感できるようないつもとちょっと違う宿題を出してみる。

〈提供の機会〉

学校や園では…	各種たより ホームページ ブログ 懇談会や面談 etc.
---------	------------------------------



Point 2

子どもの成長について親同士で語り合える機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- これまでの子育てで困ったことや悩んだこと、それ以上にうれしかったことや感動したことなどを、小グループで伝え合い、聴き合う。

〈提供の機会〉

学校や園では…	学年 PTA 家庭教育・子育て講座 etc.
地域では…	公民館講座 定期健康診断時 子育てサロン etc.



子どもが健やかに育ってくれていることへの喜びや、子どものできることが増えていく喜びを感じることで、親としての希望や生きがいにつながっていくと期待されます。



Point 1

親である自分について語り合える機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 初めて我が子と対面したときの、うれしくて、不安な、複雑な気持ちを思い出して語り合い、共感し合う。
- 子どものためだからがんばれたことについて語り合い、共感し合う。
- 「子どもからもらったうれしい言葉」をテーマにワークショップを行う。

Example 1
P12

〈提供の機会〉

学校や園では… 学年・学級懇談会 PTA 活動 家庭教育・子育て講座 etc..

地域では… 公民館講座 定期健康診断時 子育てサロン etc.



Point 2

親として頑張っている自分が認められる機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 子育てで自分自身を褒めたいことや自信がもてたこと、親として成長したなど感じたことなどを親同士で伝え合い、互いに賞賛し合う。
- 親の親世代(地域の子育ての先輩、長年家庭教育支援に携わられている方等)から、親としての日頃の頑張りを賞賛され、親としての成長を認めてもらえる機会をもつ。

Example 3
P13

〈提供の機会〉

学校や園では… 学年・学級懇談会 PTA 活動 家庭教育・子育て講座 etc.

地域では… 地域の行事 公民館講座 定期健康診断 子育てサロン etc.

〈先生だからできること〉

- 家庭で「親子で一緒に手作り料理の日」を設定してもらうよう呼びかけ、親子で栄養素を考えたり、調理したりする活動をとおして、子どもが親の手際の良さを実感し、日頃から食事を作ってくれている親に対して感謝の気持ちがもてるような機会を設ける。※困難な家庭への配慮が必要です。

〈提供の機会〉

学校や園では… 週末や長期休業中、季節の催しやイベントに合わせた宿題 etc.



子どもがいる親だから味わえている幸せや、子どもを育てていることで自分も親として成長させてもらっているということに気づくことが、親としての希望や生きがいにつながっていくと期待されます。

02



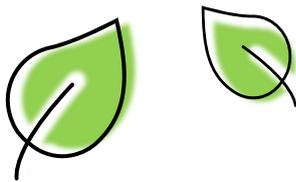
Hello! Happiness.
Hello! Smile.

提言 2

和やかな家庭を創る

つながりを応援しよう

～一緒から生まれる、柔らかな笑顔。～

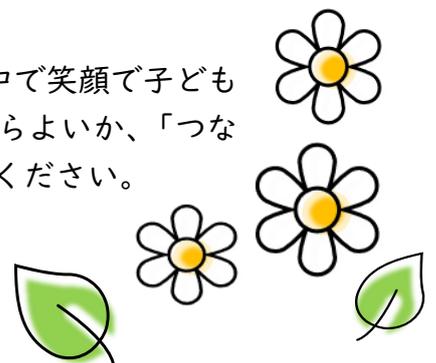


子どもの健やかな心を育むためには、親子の生活が和やかな家庭環境の中で営まれることが大切です。和やかな家庭を創る「安心感」「信頼」「家族の支え」「笑顔」「居心地のよさ」といった家族との関わりや家庭生活の中で感じ取ることのできる肯定的な感覚は、子育てにおいて得られる親としての幸福感に大きく影響していることが本調査で分かりました。

しかし、子どもにとっての理想の親でありたいと思っても、経済的な問題等により家庭生活に余裕がなく、子どもとの団らんの時間がなかなかもてない親がいます。子育てを通じてつながり合う機会をもてず、孤立した状況の中で孤独に『孤育て』し、ささやかな幸せを感じ取っている親もいます。和やかな家庭を創りたいと思っても、自助努力では困難な家庭があります。子どもたちは、それぞれがおかれた家庭環境の中で日常生活を営んでいます。

全ての子どもたちの健やかな成長のために、全ての親が子どもとの関わりの中で、親としてのかけがえのない幸せを味わうことができるよう、地域や社会全体で家庭教育支援を行っていくことが重要です。

全ての親が子育てに幸せを感じ、和やかな家庭の中で笑顔で子どもに関われるよう、どのような機会を提供していったらよいか、「つながり」をポイントにまとめましたので、参考にしてください。





Point 1

親同士が交流し、つながり合える機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- フリートークやテーマトークなどで、親同士が楽しく語り合い、聴き合う。
- 親同士が顔を合わせて、物作りをしたり、普段なかなかできないことを体験したり、親同士と一緒に楽しい時間を過ごす。
- アイスブレイクやレクリエーションを長めに設定し、日頃疲れた心を癒す。

Example 2
P12

〈提供の機会〉

学校や園では…	学年・学級懇談会 PTA 活動 家庭教育・子育て講座 etc.
地域では…	公民館講座 定期健康診断時 子育てサロン 子ども会・育成会 etc.

〈先生だからできること〉

- 職員研修で、「保護者同士が交流し、つながるために、学校にできること」を考え、共通理解を図ってできることから取り組んでみる。
- 多くの保護者が集まる運動会や学校祭、PTA 活動の場を活用して、親同士が気軽に交流を図れる機会を提供する。

Example 10
P17



Point 2

同じ悩みをもつ親が集い、つながり合える機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 発達障害や登校しぶり等、子どもについて同じ不安や悩みを抱える親が集って語り合い、気軽に相談できるカフェやサロンを幅広い施設で機会を捉えて提供する。
- つながる機会に参加できない親が直接会わなくても相談したり、同じ悩みを保護者とつながったりできる SNS 等を活用したコミュニケーション。

〈提供の機会〉

地域では…	公民館講座 定期健康診断時 子育てサロン SNS 広報 etc.
学校や園では…	空き教室・スペースを利用して家庭教育支援チームや教育委員会や福祉部局と連携して etc.



親同士が新たな人間関係を築くことにより、子どもをとおして人とのつながりができたうれしさや自分の居場所ができた充実感を得ることにつながっていくと期待されます。



Point 1

親子が笑顔になれる機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 親子と一緒に気軽に楽しむことができるスポーツや体験活動を提供する。 Example 5
P14
- 四季折々の地域に残る行事で、親と子、地域の人たちが楽しめる機会を工夫して加える。
- 青少年教育施設における体験活動が、親子で楽しみ、親子のコミュニケーションにつながる機会となるようにする。 Example 6
P15
- 親子で一緒に行った活動の後に、感想を伝え合うなど、お互いの気持ちを言語化できる場面を意図的に設定する。

〈提供の機会〉

学校や園では…

親子レク PTA 活動 家庭教育・子育て講座 etc.

地域では…

公民館講座 青少年教育施設主催事業 市町の催しやイベント
子ども会・育成会、自治会の行事 地域のまつり etc.

Point 2

親子が心を通わせる機会を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 母子手帳（父子手帳）を親子で見ながら語り合い、日頃伝えることができていない生まれてきてくれたこと、生んでくれたことに対する感謝の気持ちなどを、互いに言葉で伝え合える機会を設定する。
- 親として子どもの心に寄り合いながら子育てできるような学びの機会の提供や、親としてなるべく心が穏やかでいられるよう心を整えるスキルを身につけられる機会を提供する。 Example 4
P13

〈提供の機会〉

学校や園では…

授業参観 PTA 活動 家庭教育・子育て講座 etc

地域では…

公民館講座 子育てサロン 定期健康診断時 etc



親子と一緒に笑顔でいられる時間は、親としての幸せを実感できる時間であり、子どもにとっても心地のよい時間でもあることから、居心地のよい家庭を創り上げていく土台につながっていくと期待されます。



Point 1

子育てがしやすい地域づくりを推進しましょう。

〈活動の例〉

- あいさつ運動など地域ぐるみで行う活動をとおして、近所・地域が顔を合わせつながらる機会を提供する。
- 地域の自治会や育成会の研修会等で、子育て世代の悩みを共通理解する機会をもち、地域全体で支援できることについて考える。 Example 9
PI6
- 子どもがいつでもいろいろな人々とつながっていることが実感できるよう、親以外の様々な大人と関わることができる機会を設ける。 Example 8
PI6
- 長期休業期間中に、子どもたちが公民館等で過ごせる時間を設け、地域のボランティアの方々と宿題や体験活動ができる機会を提供する。
- 家庭教育が困難な状況にある保護者でも参加可能な時間や場所を設定して、悩みをもつ親同士がつながれる機会を提供する。
- 子どもや親がホッと一息つけるようなサードプレイス（第三の居場所）をつくる。

〈提供の機会〉

学校では…	PTA と学校運営協議会が連携した取組 etc.
地域では…	公民館講座 子ども会・育成会、自治会の行事 NPO 青少年健全育成に関する研修会や会議 空き施設の活用 etc.



Point 2

家庭教育支援や子育て支援に関する情報を提供しましょう。

〈活動の例〉

- 家庭教育支援団体等の協力を得ながら、各種たよりや学校や園のホームページに子育てに悩む保護者向けの相談窓口等の情報を掲載したり、子育ての参考になるような情報を提供したりする。
- 市町の親子で楽しめるイベントや家庭教育支援・子育て支援に関する活動等の情報について気軽に入手できるよう、SNS（メール配信）や音声・映像（FM、ケーブルTV）を活用した情報提供を行う。 Example 7
PI5

〈提供の機会〉

学校や園では…	各種たより ホームページ メール配信 etc.
地域では…	行政による情報提供サービス ラジオ局やテレビ局と連携 etc.



地域の多くの人々が親子の育ちに関わることは、親子を家庭の中に閉じることなく、つながりにくい家庭の孤立を防ぐとともに、多様な世代が関わり合うあたたかな地域づくりにつながっていくと期待されます。

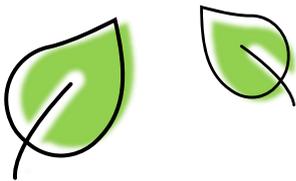
03



Hello! Happiness.
Hello! Smile.

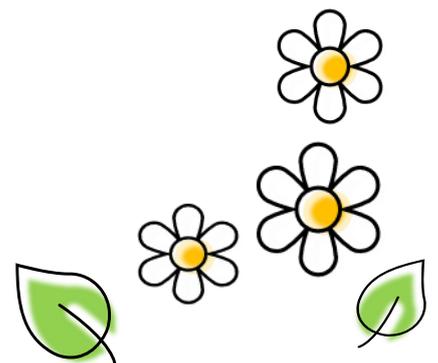
「育ちあう親子の絆」を応援するための

参 考 事 例



「育ちあう親子の絆」を応援するために、「親子の関係づくり」「親同士のつながりづくり」「子育てへの前向きな気持ちの育成」をテーマとして、下都賀地区ふれあい学習推進委員が企画、実施した活動事例を、活用できそうな機会ごとに紹介します。

それぞれの活動事例は、提言1と提言2で示したポイントのうち、どのポイントを応援するための事例なのかを参考として示しました。今後、親自身の幸せや笑顔を応援するプログラムを考える際に、アプローチの仕方をそれぞれの立場で自由に発想し、アイデアを広げてみるためにお役立ていただければと思います。





Example 1

就学時健康診断の待ち時間等を活用した講座の事例 その1



ねらい

子育てを楽しもうとする前向きな気持ちと、親の自己肯定感を高める。



参加対象

来年度小学校入学予定の児童の保護者



準備物

机 椅子 付箋紙 ペン



進め方

- ①子どもからかけられた「うれしい言葉」「ドキッとした言葉」を、一人ずつ付箋紙に記入する。
- ②付箋紙に書いた言葉を、3～4名のグループ内で紹介し合う。
- ③各グループで出た「うれしい言葉」を会場全体で発表し合い、幸せな気持ちを参加した保護者同士でシェアする。



関連する提言や方策  Happiness

3

 Point 1



Example 2

就学時健康診断の待ち時間等を活用した講座の事例 その2



ねらい

入学時の不安の解消と親同士のつながりづくり。



参加対象

来年度小学校入学予定の児童の保護者



準備物

机 椅子



進め方

- ①4～5名のグループに分かれて、入学前に子どもについて不安なことや心配なことなどを自由に話す。
- ②途中くじ引きなどで座席を移動し、メンバーをチェンジする。
- ③講座の時間にあわせて座席移動を何度か行い、たくさんの保護者と顔見知りになれるようにする。



関連する提言や方策  Smile

1

 Point 1



Example 3

学級懇談の時間を活用した保護者同士の交流の事例

講座の名前 保護者同士のよいところ探し

ねらい

日頃の子育てを振り返り、お互いの頑張りを認め合う活動をとおして保護者同士の交流を図るとともに、保護者の自己肯定感を高める。

参加対象

各学年の保護者（実施時期は各学年で設定）

準備物

ワークシート 付箋紙 筆記用具

進め方

- ①子どもの普段の学校生活や校外学習、運動会の様子などのスライドショーを見る。
- ②子どもの様子を見て頑張っていると思ったことや、日頃自分で頑張っていると思っていることなどを付箋に書き、グループで見せ合う。
- ③互いに褒め合い、認め合い、日頃の悩みなどに話題を広げていく。

関連する提言や方策 Happiness
3 Point 2



Example 4

家庭教育・子育て講座を活用した学びの機会提供の事例

講座の名前 心の声、届いてますか？（ハッピー子育て講座）

ねらい

親子の望ましい関わり、子育てに関する知識やスキルの習得を通じて、子育てへの前向きな気持ちを応援する。

参加対象

小学校児童の保護者

準備物

名札 ワークシート

進め方

- ①子どもの「自立」と「自律」に向けた支援の大切さについて説明する。
- ②参加者がペアになり、互いの良さについて伝え合う。
- ③②から、よい言葉かけや態度で伝わる温かさや言葉の力を実感する。
- ④子どもの小さな成長にも、言葉で伝える大切さに気づく。

関連する提言や方策 Smile
2 Point 2

🌱 講座の名前 親子でふれあいスマイルミッション

🌱 ねらい

親子での共同体験の機会提供と保護者同士のゆるやかなつながりづくり。

🌱 参加対象

小学校 3 年生の児童とその保護者

🌱 活動場所

小学校の体育館

🌱 準備物

ミッションカード（簡単なレクリエーションや創作など親子で楽しく活動できる指令） 新聞紙や紙、筆記用具など指令による

🌱 進め方

①親子でペアになり、ミッションカードに書かれている指令を達成できるように楽しく活動する。

②持ち時間に応じていくつかミッションを準備しておく。

〈実際に行ったミッションの例〉

Mission1 「お手玉キャッチボール」

お題を実行してから（「好きな食べ物を言う」「お互いの好きなところをいう」など）お手玉を相手に投げる。

Mission2 「新聞紙で首相撲!？」

1枚の新聞紙にハサミで2つの円を切り抜く（2セット作ります）。2セットできあがったら、親子が向かい合って座り、切り抜いた新聞紙の2つの円からそれぞれ頭を出す。相手側の新聞を切った方が勝ち。2回戦行う。

Mission3 「剣（つるぎ）と兜（かぶと）」

新聞紙を用意して、親子で協力しながら剣と兜を作る。剣と兜が作り終わったら、剣と兜を床に置いて親子で互いに向き合い、ジャンケンをする。

勝ったら→剣で負けた人の頭を軽くたたける。

負けたら→兜で勝った人から頭を守れる。

など…

※当日保護者が来られない児童への配慮が必要

※兄弟がいる家庭では、親子1対1で関われ、互いの体温を感じることができる貴重な時間となる

🌱 関連する提言や方策





Example 6



既存の活動や事業を活用して親子のふれあいの時間を生み出した事例



事業の名前 たき火のつどい（太平山で冬を感じよう）



ねらい

落ち葉や枯れ木拾いをとおして、家族で季節を共有し、自然を介して親子のコミュニケーションを図る。“共に”見る、感じる、味わう、動く、思い出をつくる。



参加対象

家族



活動場所

自然の家広場と隣接する森林



準備物

たき木を入れる袋、火おこし道具、たき火の道具



進め方

- ①活動の注意点の説明
- ②落ち葉、たき木を拾いながらミニハイキング
- ③火おこし（まいぎり式） → 親子で試行錯誤しながら火おこしを体験することで、コミュニケーションを図る。
- ④拾ったたき木を使い、たき火をしながら親子で会話を楽しむ。



関連する提言や方策

Smile

2

Point 1



Example 7



人が集まる機会を活用した子育てを応援する情報提供の事例



ねらい

前向きに子育てしようとする気持ちを応援する。



参加対象

（来年度小学校入学予定の）児童の保護者



準備物

TV パソコンもしくはDVD デッキ HDMI コード 延長コード



進め方

- ①就学时健康診断で、子どもが別室で検査を実施している待ち時間を有効活用し、日頃の子育てを振り返り心がほっこりするような動画や、子育て支援についての情報提供を動画で流す。



関連する提言や方策

Smile

3

Point 2

Example 8

地域の郷土芸能の保存・継承の機会を活用したつながりづくりの事例

教室の名前 太鼓おはやし教室

ねらい

太鼓おはやし活動をとおして人づくり、地域づくり、絆づくりを行う。

参加対象

小中学生と保護者

準備物

おはやしの道具

進め方

- ①講師を郷土芸能の保存・継承に携わっている地域の方に依頼する。
- ②各学区の保護者や子どもたちが交流できるようにグループを編成し、活動する。
- ③地域住民が集えるような発表の機会を設ける（夏祭りなど）。

関連する提言や方策



Example 9

子どもたちの育ちを支える団体の研修会を活用した事例

研修会の名前 育成会・子供会 指導者研修会

ねらい

地域全体で子育て家庭を支えていくため、子育て支援における育成会・子供会の指導者としての役割を確認する。

参加対象

育成会・子供会役員 青少年育成指導者 地域住民

準備物

ワークシート 投影資料

進め方

- ①参加者同士がつながり合えるよう、ワークショップ形式で進めていく。
- ②子育ての現状と課題について資料をもとに説明する。
- ③自分の地域の子どもたちにどのように育ってほしいか、また、そのためにはどのような支援が必要かについて話し合う。
- ④自分たちはどのようなことから取り組んでいくことができるか話し合い、話し合ったことを全体で共有する。

関連する提言や方策





Example 10

職員研修の機会を活用し保護者を応援するために 「学校」ができることを考えた事例

🌿 講座の名前 **みんなにここ 作戦会議**

🌿 **ねらい**

保護者の子育てにおける不安感や孤立感をなくし、家族みんなが笑顔の、安らぎのある家庭づくりのために「学校」ができることを考え共通理解し、取り組んでいく。

🌿 **参加対象**

学校の全教職員

🌿 **校内研修の機会**

夏季休業中の職員研修 1回

🌿 **準備物**

模造紙 付箋 ペン 作戦用紙 パソコン 大型テレビ

🌿 **進め方**

- ①「ふれあい学習」「育ちあう親子の絆応援プロジェクト」について説明。
- ②親が笑顔になるために「学校」ができることを付箋に書く。

③グループに分かれ（下学年、上学年）考えを発表しながら、付箋紙を模造紙に貼る。（実践しやすさ・効果の高さの座標にまとめる。）

④実践しやすさ・効果の高さを指標として、模造紙に貼られた考えの中から実践するものを1つ選び、作戦用紙（略案）を書く。

⑤模造紙にまとめたものと作戦用紙に書いたものを全員で共有する。

関連する提言や方策



立てられた作戦により、全ての提言と方策に関連させられる。

お手伝い大作戦 実施報告

実施方法：お手伝いを土日の宿題に加える。親の負担を考え、実施のチェックは、感想を求めるのではなく、印をもらう程度とする。

考えられる効果：親の多忙感の軽減 子どもの成長 親子関係が良好になる。

各学年の実施状況

学年	お手伝いの内容
1年	洗濯物（干す・しまう・たたむ） テーブルふき 食器洗い など
2年	夕飯作り そうじ 風呂掃除 料理の盛り付け など
3年	掃除 洗濯 テーブルふき 犬の散歩 おうちの人と一緒に餃子作りなど
4年	犬の散歩 風呂掃除 夕飯作り ゴミ捨て など
5年	布団たたみ ご飯作り（3食） ゴミ捨て（分別に気を付けて） 落ち葉掃き
6年	味噌汁作り（毎日） 風呂掃除 買い物（地産地消・無駄がないように）

☆担任☆

☆週末などに、時々お手伝いの宿題を出す方法なら、教師側も保護者側も負担が少なく、長く続けられそう。

☆家庭科や総合的な学習（環境保全）で学んだことを生かしてお手伝いできた子が多かった。

☆子ども☆

☆おうちの人が喜んでくれてうれしかった。

☆仕事をすると、さまざまな工夫をすることができた。

☆仕事をすると気持ちよくなった。

☆これからも続けていきたい。

☆成果と課題☆

- 保護者・担任双方の負担が少ない方法で実施できた。
- 家庭の仕事と一緒にすることで、「家族との時間」を作ることができた子が多かった。
- 家庭の仕事を通して、その大変さに気付き、感謝の気持ちを持つことができた。
- ▲学年の発達段階に合わせたお手伝いを設定することはできなかった。
- ▲お手伝いがかえって負担にならないように、宿題に出す頻度を考えた。

職員研修で立てられた作戦をもとに
全校体制で家庭教育支援に取り組んだ事例

04



Hello! Happiness.
Hello! Smile.

アンケート調査

「『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト」

調査の結果

はじめに

調査の概要

Survey 1

調査の目的

家庭教育には、親が子に対して意図的に行う場合と、親子が日常をともにする家庭での生活の中で自然に行われる場合があり、後者の影響が大きいと言われています³。そこで、家庭教育の本質は、毎日の家庭生活の一場面、一場面の中に存在するものと捉え、どのような家庭環境や家族の関わりが、子育てや親子の育ちによい影響を与えているのかを探るとともに、家庭生活に対する親の影響力は大きいことから、親も親として、子どもとともに成長していけるよう応援するための基礎的な資料を収集することを目的に、本調査を実施しました。

Survey 2

調査実施期間

令和3(2021)年8月11日～令和4(2022)年2月末日

※家庭教育支援講座参加者も対象とした調査のため、新型コロナウイルス感染症の感染状況を考慮しながら、適切な感染防止対策をとり、安全に講座が開催できたときにあわせてアンケートを実施していただけるよう、実施期間を長めに設定しました。

³ 家庭教育支援の推進に関する検討委員会「つながりが創る豊かな家庭教育～親子が元気になる家庭教育支援を目指して～」(H24)

Survey 3

調査の対象および回収数

(1) 調査対象

- ① 下都賀管内の小学校1校及び中学校1校の児童生徒とその保護者
(対象学年については各校で判断していただいた)
- ② 下都賀管内の各市町で実施する家庭教育支援講座参加者(保護者)

(2) 回収数 [単位:人]

小学生	中学生	小学生保護者	中学生保護者	講座参加者	計
87	96	71	84	244	582

Survey 4

調査方法

質問紙による自記式調査

- ① 児童生徒及びその保護者については各校に依頼
- ② 講座参加者については講座終了後に実施

Survey 5

調査の内容

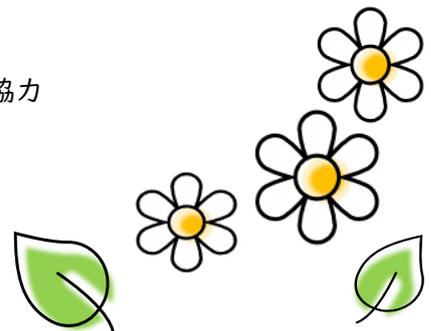
子どもの健やかな成長の土台となる自己有用感、家庭環境や家族との関わりに大きな影響があると考えられる子育てにおける親自身の幸せをキーワードに以下のような内容で調査を行いました。

(1) 児童・生徒を対象とした調査

- ① 自己有用感に関する調査
・存在感 ・承認 ・貢献 ・生活満足度
- ② 家族との関係性に関する調査

(2) 保護者を対象とした調査

- ① 子育ての総合的な幸福感に関する調査
- ② 家族との関係性に関する調査
・子育ての喜び ・子どもとの絆 ・家族の協力
- ③ 子どもへの関わり方に関する調査
・存在感 ・承認 ・貢献 ・生活満足度
- ④ 家族との関係性に関する調査





Point 1

笑顔が多く、居心地のよい家庭で育つ子どもは、自己有用感が高い

子どもの健やかな成長のためには、親子が日常をともにする家庭での生活の中で自然に行われる家庭教育が重要であることを検証するため、児童・生徒を対象にアンケートを実施しました。栃木県総合教育センターが行ったアンケート調査⁴を参考に、「自己有用感に関すること」、「生活満足度に関すること」、「家族との関係性に関すること」の質問項目を設定し、実施しました。回答は、各項目、あてはまる「4」、ややあてはまる「3」、あまりあてはまらない「2」、あてはまらない「1」の4段階で、自分に一番近いと思うものを選んでもらいました。

家族の関係性と自己有用感についての回答結果を点数化し、クロス集計を行ったところ、家族との関係性において、安心感を抱き、居心地のよさをたっぷりと感じている児童・生徒（「家族と一緒にいると安心する」「家族を信頼している」「家族に支えられている」「家族は、日頃から笑顔が多い」「家庭は、居心地がよい」の質問項目において全て「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した児童・生徒）ほど、自己有用感が高い傾向にあること分かりました^{図1}。

図1 「家族との関係性」と「自己有用感」の関係



⁴ 栃木県総合教育センター「高めよう！自己有用感～とちぎの子どもの現状と指導のあり方～」（H25）

【自己有用感】…他者や集団との関係の中で、自分の存在を価値あるものとして受け止める感覚

自己有用感を構成する要素

「存在感」 他者や集団の中で、自分は価値のある存在であるという実感

「承認」 他者や集団から、自分の行動や存在が認められているという状況

「貢献」 他者や集団に対して、自分が役に立つ行動をしているという状況

「関係性」 「自己有用感」の獲得のために前提条件となる重要なもの自己有用感の構成要素ではないものの、自己有用感の獲得において重要と考えられる

また、家族との関係性と自己有用感を構成する三要素「存在感」「承認」「貢献」の間においても、同様の相関関係が見られました^{図2、図3、図4}。子どもの自己有用感は、様々な人との良好な関係の中や多様な体験等の機会を通じて高まっていくものですが、今回の調査の結果によると「家族と一緒にいると安心する」「家庭は居心地がよい」といった家族との関係性の中で得られる心安らぐ感覚は、自己有用感に大きく影響しているファクターの一つである言えます。

図2 「家族との関係性」と「存在感」の関係



図3 「家族との関係性」と「承認」の関係

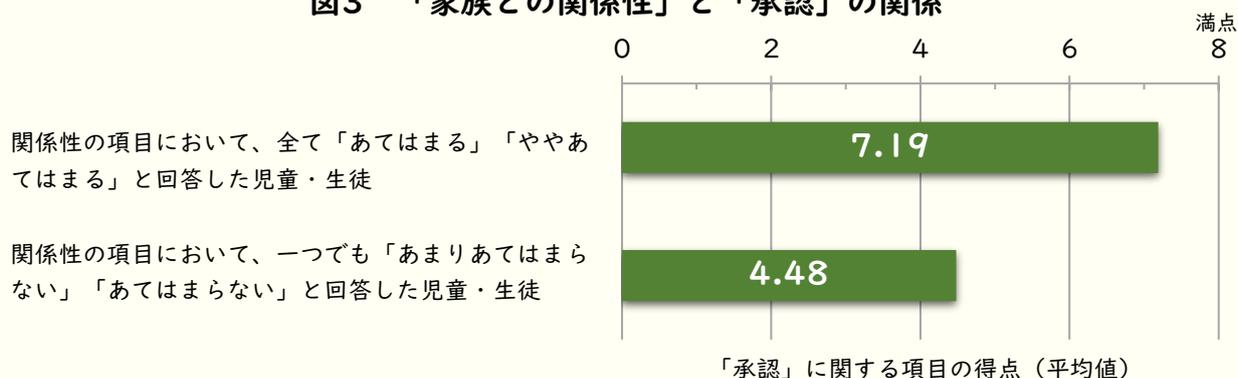
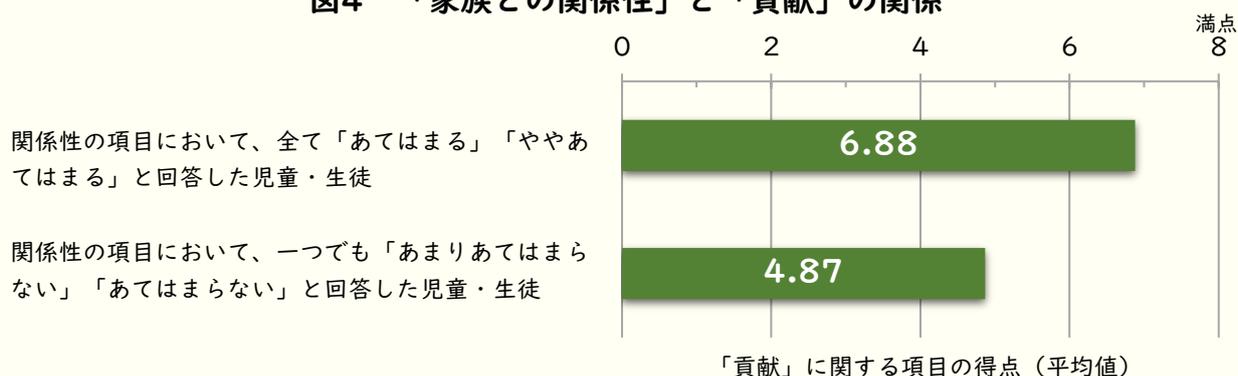


図4 「家族との関係性」と「貢献」の関係



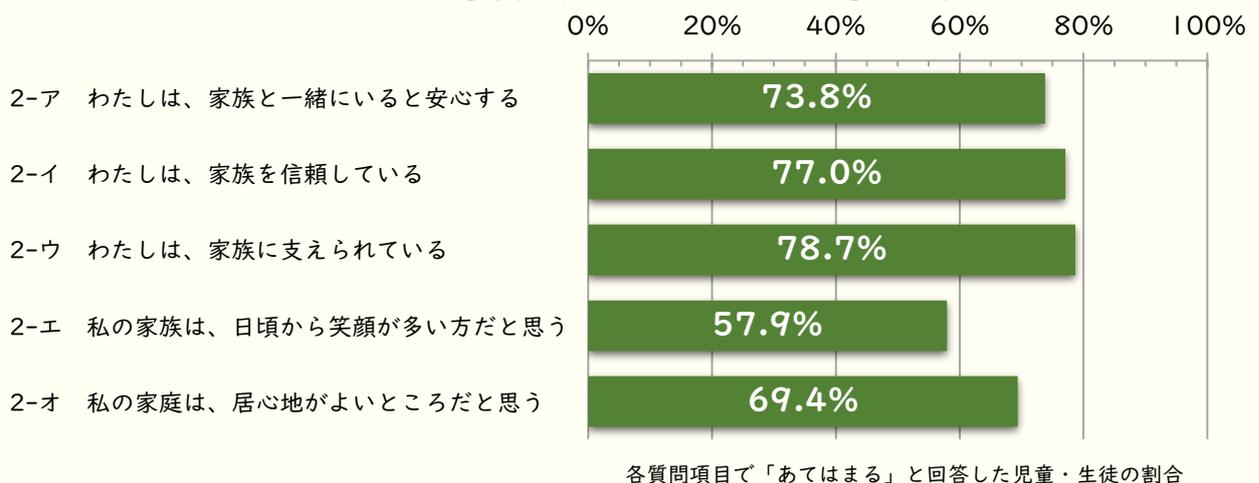
Point 2

「笑顔」と「居心地のよさ」は実感しにくい

家族との関係性に関する各質問項目において、児童・生徒が「あてはまる」と回答した割合を示すグラフが図5です。

「家族は、日頃から笑顔が多い」「家庭は、居心地がよい」と実感している児童・生徒の割合は、他の3項目に比べると低い傾向があることが分かります。特に、「家族は、日頃から笑顔が多い」に関しては、「家族を信頼している」「家族に支えられている」と比べ、20ポイントほど低い値となっています。

図5 「家族との関係性」質問項目別の「あてはまる」と回答した割合



Point 3

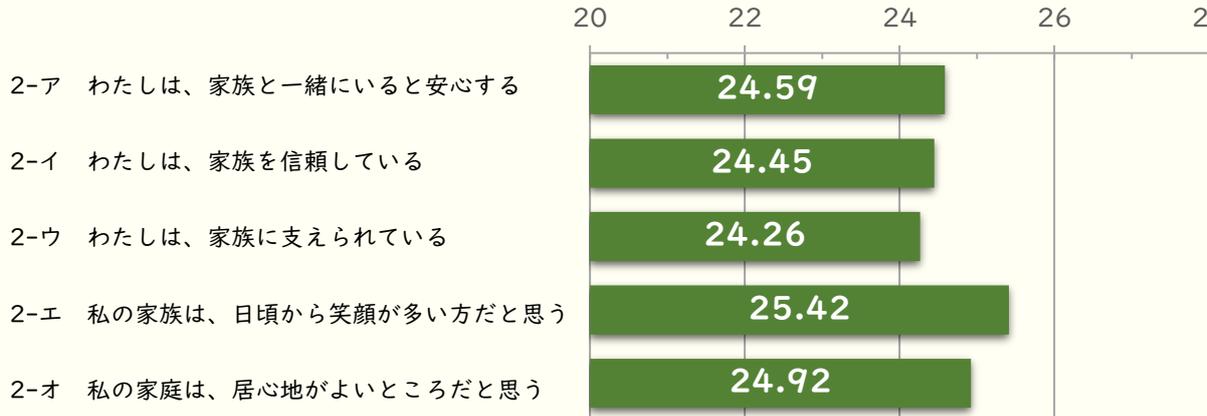
「家族の笑顔」と「家庭の居心地のよさ」は、
子どもの自己有用感にとっても大切

子どもたちにとって、「家族の笑顔」と「家庭の居心地のよさ」は、家庭の生活の中で実感しにくい傾向があるようですが、これらの二つの要素は自己有用感を高めるためのとても重要なキーファクターに成り得ることが、今回の分析の結果から明らかになりました⁶。

家族との関係性に関する各質問項目において、「あてはまる」と回答した児童・生徒を抽出し、自己有用感に関する質問項目の合計得点（平均値）を算出してみました。この結果、家庭の生活の中で「家族の笑顔」を日頃からよく実感している児童・生徒の自己有用感に関する質問項目の合計得点（平均値）は 25.42 点と、他の項目よりも高い値となっていることが分かりました。同じような傾向が、「家庭の居心地のよさ」にも見ることができます。

図6 質問2の各項目で「あてはまる」と回答した児童・生徒の自己有用感

満点
28



自己有用感に関する項目の得点 (平均値)



Point 4

笑顔が多く、居心地のよい家庭環境づくりを応援することが重要

「家族と一緒にいると安心する」や「家庭は居心地がよい」といった家族との関係の中で得られる心安らぐ感覚が、子どもの自己有用感に大きく影響しているという本調査の結果は、親子が日常をともにする家庭での生活の中で自然に行われる家庭教育の重要性を説明する根拠の一つといえるでしょう。

そこで、家庭での生活の中で自然に行われる家庭教育を応援する手がかりを探るため、「家族との関係性」に着目し、それぞれの関係性はどのように影響し合っているのかを明らかにすることにしました。

「家族との関係性」については5項目の質問を行っていますが、ある項目が良好だ（「あてはまる」）と感じ取れていると、他の4項目の回答結果は図5で示した全児童・生徒の割合と比較してどのように変化するかを分析してみました^{図7-①~⑤}。

この結果、家族との関わりを1項目でも良好であると感じ取っている子は、他の家族との関わりも良好であると感じ取っている傾向が高いことが分かりました。この傾向は、全ての項目間で見ることができました。このように、今回設定した「家族と一緒にいると安心する」「家族を信頼している」「家族に支えられている」「家族は笑顔が多い」「家庭は居心地がよい」という関係性は、それぞれが相互にプラスの方向で関連し合っていることが分かりました。5つの関係性のうち一つでも良好であると子どもが実感できるよう、家庭生活の営みに対しても積極的に応援していくことが大切だといえます。

図7-① 「家族と一緒にいると安心する」と回答した児童・生徒

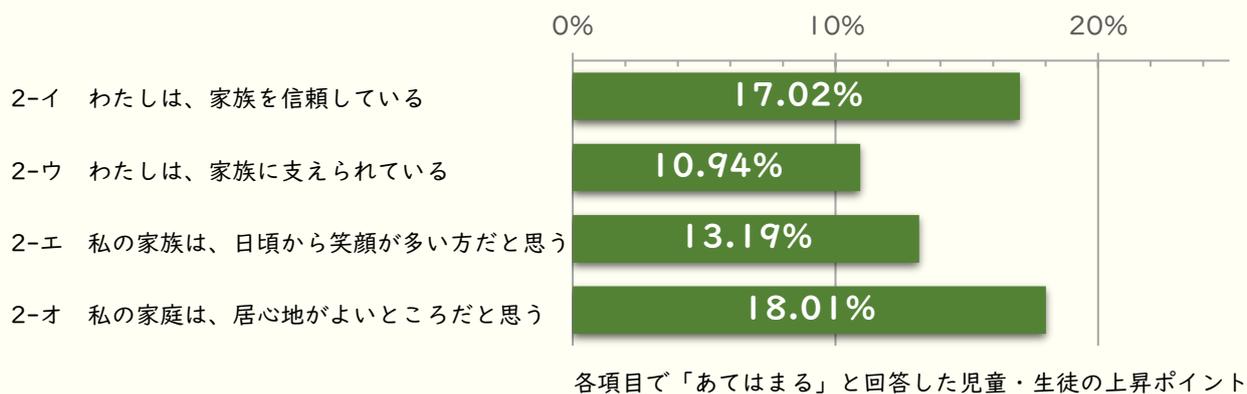


図7-② 「家族を信頼している」と回答した児童・生徒

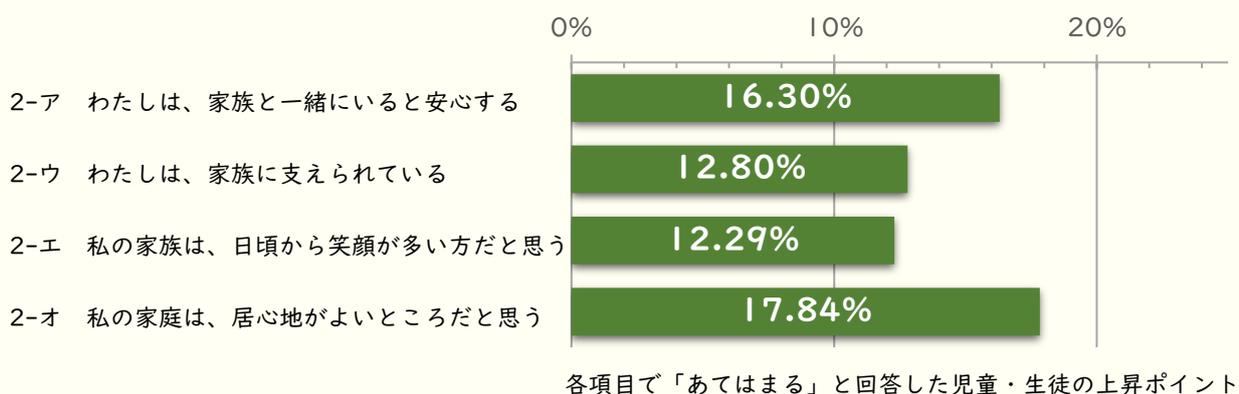


図7-③ 「家族に支えられている」と回答した児童・生徒

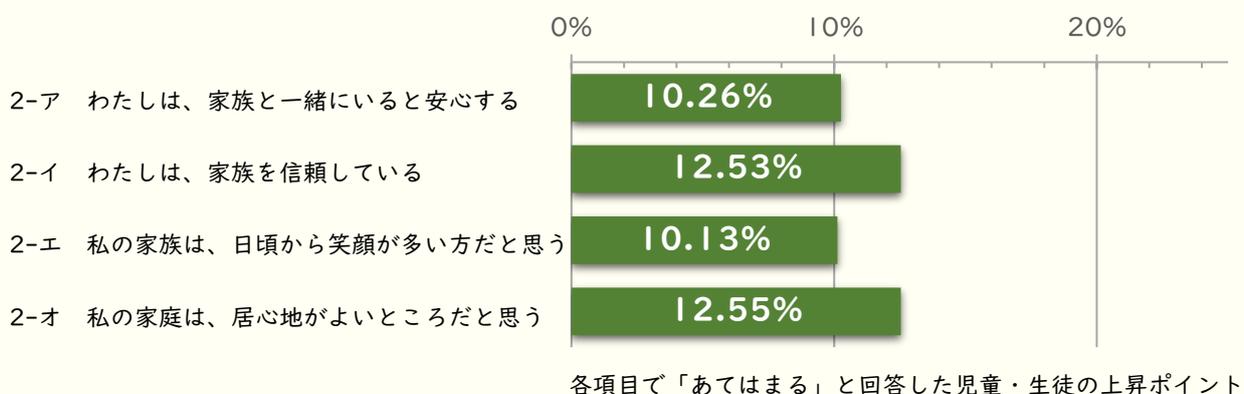


図7-④ 「家族は日頃から笑顔が多い」と回答した児童・生徒

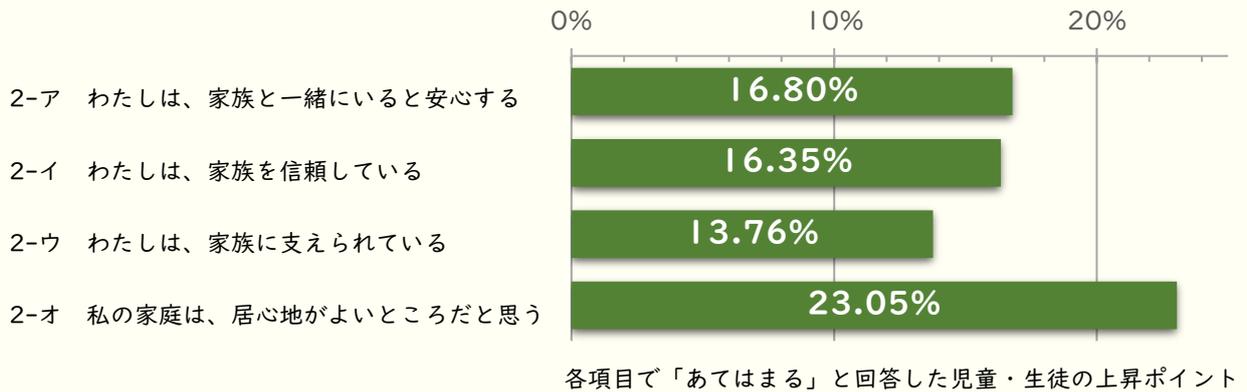
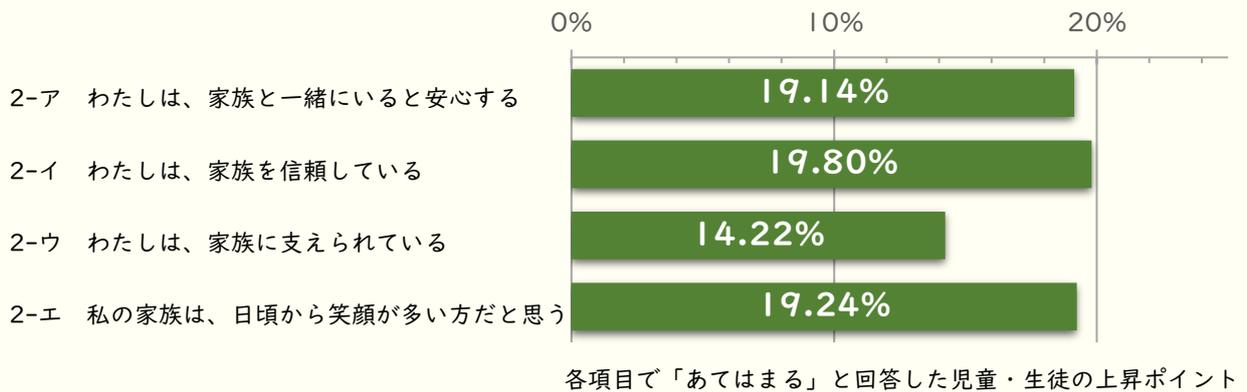


図7-⑤ 「家庭は居心地がよい」と回答した児童・生徒



特に、「家族は、日頃から笑顔が多い」と感じ取っている児童・生徒は、「家庭は居心地がよい」と感じ取っている傾向が強いことが分かります^{図7-④}。また、「家庭は居心地がよい」と実感している児童・生徒は、他の家族との関係性も良好に感じ取っている様子が、上昇ポイントの比較から伺うことができます^{図7-⑤}。このことから、子どもたちは、家族の笑顔から家庭の居心地のよさを感じとり、安心し、信頼できる家族との関係の中で、自分の存在を価値あるものとして受け止める感覚を高めているものと考えられます。

以上のことから、子どもたちの健やかな成長のためには、家族の笑顔と安らぎのある家庭が、とても重要な要素となっているということが言えます。この結果は、家庭教育支援に携わる私たちに対して、保護者に対して望ましい家庭教育が行えるよう支援するだけでなく、親子が日常をともにする家庭での生活が、笑顔が多く、居心地のよい家庭環境となるよう、保護者を応援していくことが重要であることを示唆しています。



Point 1

保護者を対象とした調査の実施にあたって

児童・生徒の回答を分析した結果、家族の笑顔と居心地のよい家庭での生活の営みの中で、子どもたちは健やかな心を育むことが分かりました。同様に、保護者にとっても家族の笑顔と居心地のよい家庭環境は、毎日の子育てにいろどりを与え、子育てを楽しもうとする前向きな気持ちにつながるものと考えられます。

しかし、親である今の幸せや子育ての楽しさを犠牲にしても子どもの将来を優先し、子どもに対して過剰な期待をかける家庭があります。一方では、子どものためにも思っている、経済的な問題等により生活に余裕がなく、家庭生活の中で自然に行われる教育が困難な家庭もあります。それぞれの家庭環境の中で、それぞれの子どもたちは日常生活を営んでいます。

このようなことから、家庭教育支援関係者や先生という立場で見ている世界から、「家庭」をひとくくりにして望ましい家庭教育を語る（「べき論」）のではなく、家庭生活に対する親の影響力は大きいことから、まず親が見ている世界に心を寄せ、親自身の笑顔と子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを応援していくことが重要であると考えます。

そこで、親自身の笑顔と子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを社会全体で応援していくための具体的な方策の基礎資料を収集するため、保護者を対象に「質問1 子育ての総合的な幸福感に関すること」、「質問2 育児中に感じられる肯定的な情動に関すること」、「質問3 子どもへの関わり方に関すること」、「質問4 家族との関係性に関すること」、「質問5 子育ての悩みに関すること」の質問項目を設定し、実施しました。質問2の「育児中に感じられる肯定的な情動に関すること」において設定した質問項目は、育児幸福感尺度⁵を参考に、ア～オが「子育ての喜び」、カ～クが「子どもとの絆」、ケ～コが「家族の協力」に関する項目で、質問内容を設定しました。また、質問3及び質問4については、児童・生徒対象の「自己有用感に関すること」の質問内容を、保護者の子どもや家族・家庭への関わり方や捉え方に置き換えて設定しました。

回答は、質問1が日頃からよく感じる「1」、ときどき感じるこ

⁵ 清水、関水、遠藤 「母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発」日本助産学会誌（2010）

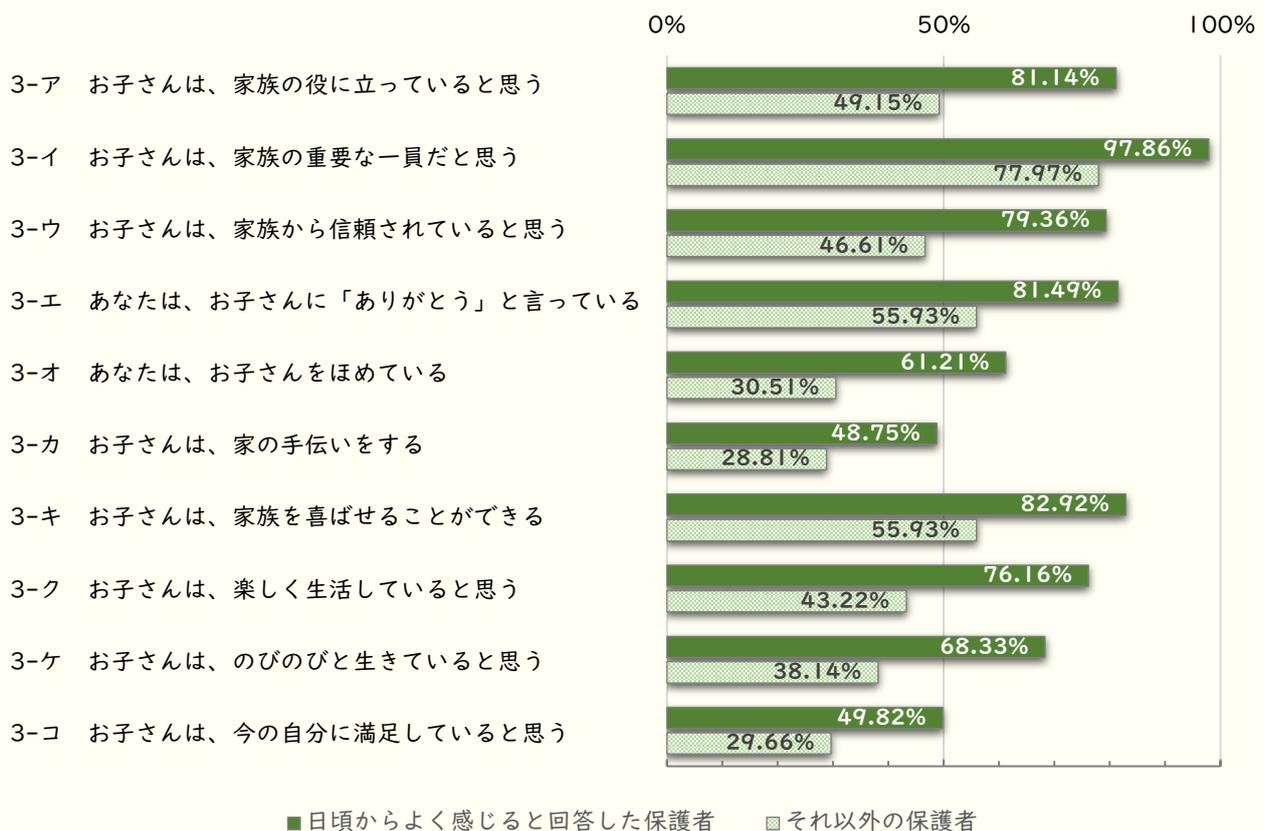
がある「2」、あまり感じることはない「3」、全く感じない「4」、他の各項目は、あてはまる「4」、ややあてはまる「3」、あまりあてはまらない「2」、あてはまらない「1」の4段階で、自分に一番近いと思うものを選んでもらいました。



Point 2 子育てに関する幸福感が子どもの自己有用感に大きく影響

質問1で、子育てをしていて「日頃から幸せをよく感じる」と回答した保護者と、それ以外を回答した保護者とでは、質問2～4の項目において「あてはまる」と回答した割合にどのような差が生じるか分析を行いました（育児中に感じられる肯定的な感情の積み重ねが子育ての総合的な幸福感につながると考えられますので、質問1⇨質問2は参考として提示。質問2からのクロス集計の結果は後述）。その結果、子育てにおいて日頃から幸せをよく感じている保護者は、それ以外の保護者と比べて、質問2～4のどの項目においても「あてはまる」と回答している割合がかなり高い傾向が見られました^{図8-①、8-②}。

図8-① 子育ての総合的な幸福感と子どもへの関わり方との関係



このことから、子どもとの関わりの中で保護者が感じる幸せな気持ちは、親子が日常生活をともにする中で行われる自然な家庭教育や、安らぎのある居心地のよい家庭にとってとても重要なファクターであるということが分かります。

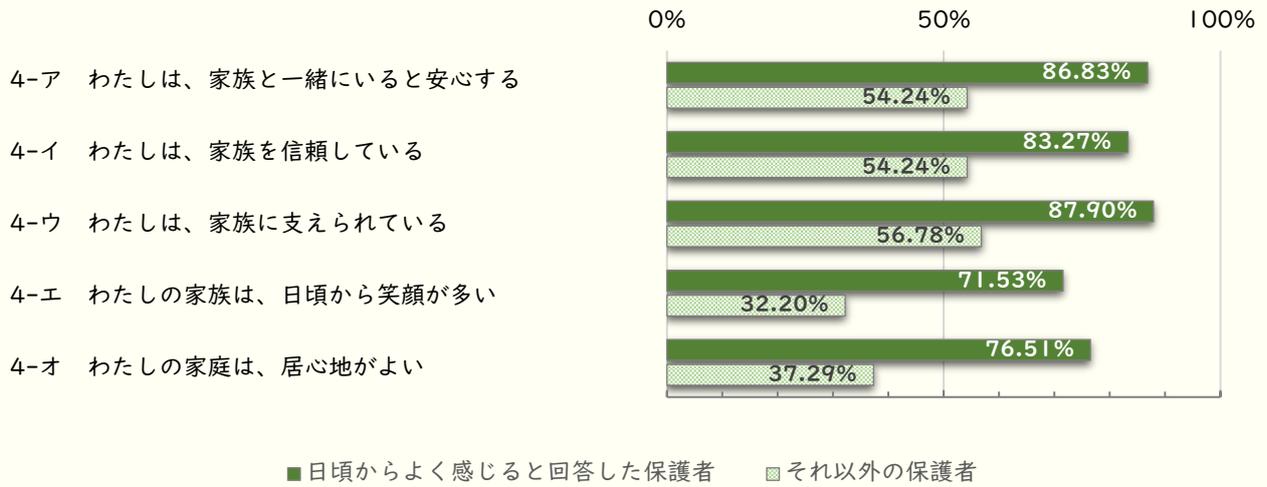
図 8-①を見てみましょう。このグラフは子育ての総合的な幸福感と子どもへの関わり方をクロス集計した結果です。日頃から子育てにおいて幸せを感じる保護者（高群）は、それ以外の保護者（中低群）と比べ、子どもの受け止め方や接し方が肯定的かつ良好であることが分かります。この関わり方が、子どもの自己有用感（3-ア～キ）に大きく影響していることは容易に想像できます。子どもの自己有用感を高めていくためには、日常生活の中で子どもに関わる保護者の子育てに関する幸福感を高めることが、遠回りではありますが、とても大切なことだと推測できるのではないのでしょうか。

家庭生活に余裕がなく、家庭での教育が困難な保護者にこそ、子育てを通じた幸福感が必要です。そのような状況にある保護者に手を差しのべ、日頃の育児を振り返る中で、親としてのささやかな幸せを感じ取れるような機会を、意図的に創出していくことが望まれます。

3-ク・ケ・コは、子どもの日常生活に対する満足度を保護者が想像し、評価した結果になります。こちらの結果も自己有用感の項目と同様に、高群の保護者の方が中低群と比べて肯定的に受け止めていることが分かります。今、目の前にいる、ありのままの子どもの姿を肯定的に捉える気持ちも、日頃の子育てにおいて感じられる幸せが影響していることが分かります。子育ての総合的な幸福感は、子育てにおける保護者の自己肯定感（セルフ・エスティーム）に直結する極めて重要なエッセンスであり、親から子どもへの一方的で過剰な期待を抑止するためにも、子育てにおいて幸せを実感できることは大切になると言えます。

以上のことから、保護者が子育てにおいて幸せを実感できるよう、具体で実効性のある方策を探っていくことが、未来の子どもたちの笑顔のための家庭教育支援にとってとても重要なことになってくると考えられます。

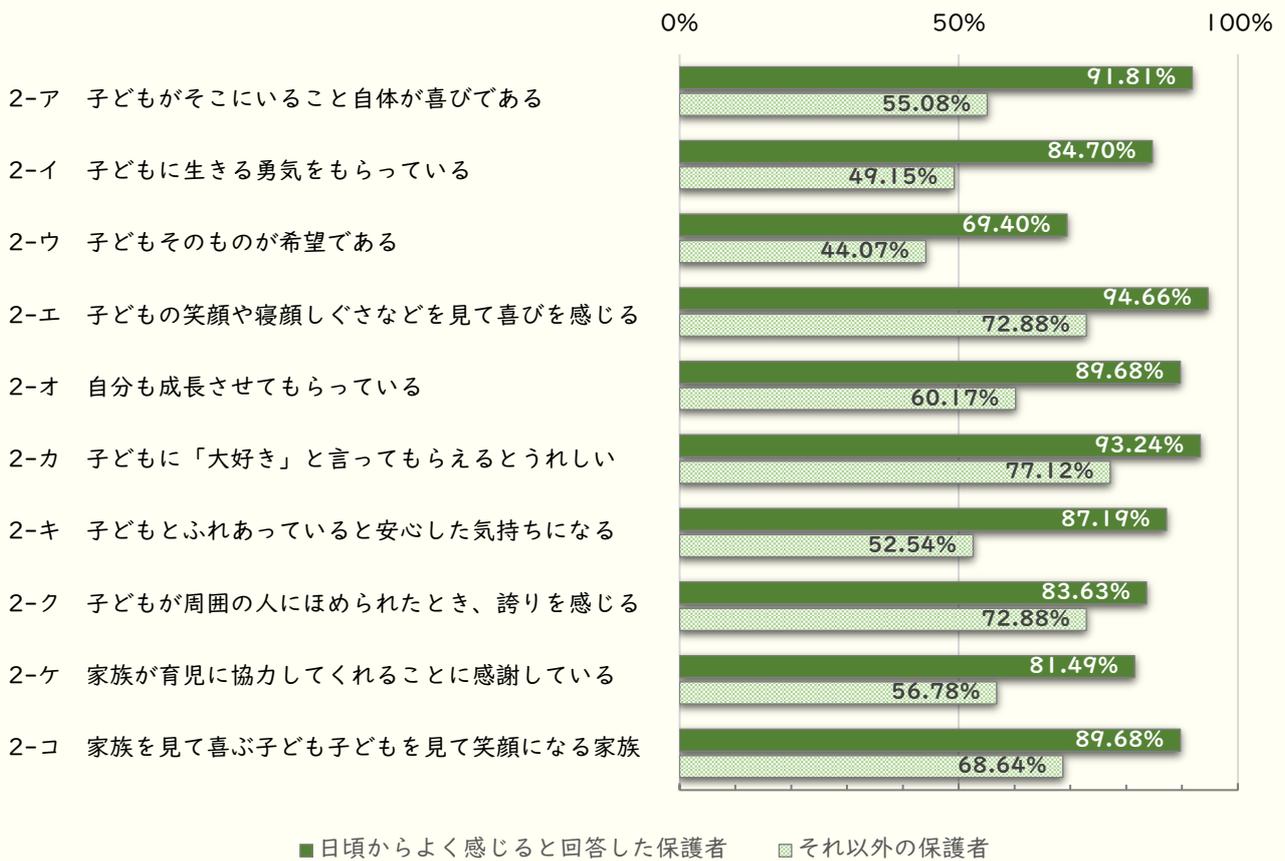
図8-② 子育ての総合的な幸福感と家族との関係性



続いて、図 8-②の子育ての総合的な幸福感と家族との関係性の結果を見てみると、高群と中低群で、顕著な差が見られます。子育てにおいて幸せを実感できている保護者は、家族間や家庭内において良好な関係性を築いている傾向が高く、日頃から幸せを感じる事が困難な状況にある保護者は、いずれの項目においても「あてはまる」と回答する割合が30ポイント程度下回っていることが分かりました。特に4-エと4-オにおいては、それぞれ、40ポイント程度も下回っている状況です。ここでは示しませんが、低群（「あまりあてはまらない」「あてはまらない」）と比較すると、この差はさらに広がります。

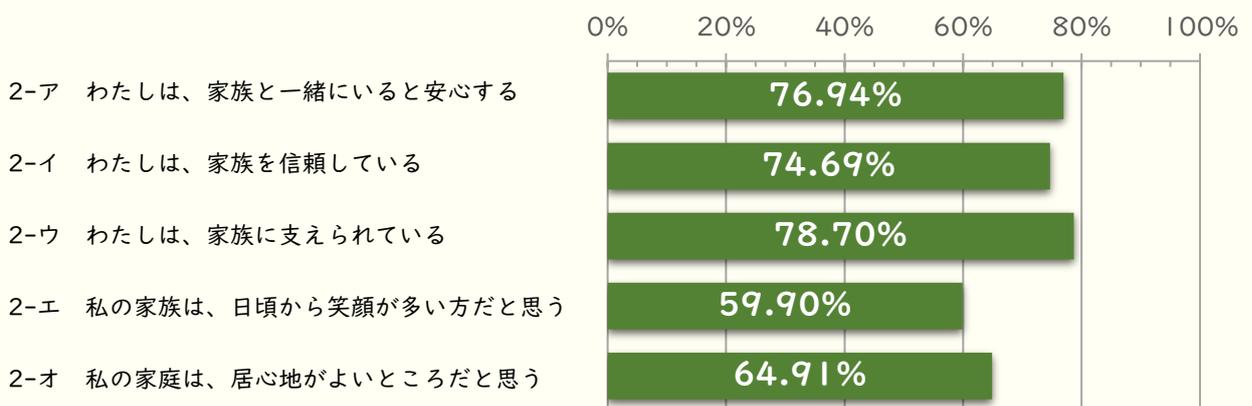
このことから、「子育ての総合的な幸福感」と「家族との関係性」、特に「家族の笑顔」と「家庭の居心地のよさ」は密接に関連し合っていることが予想されます。子育てにおいて幸せを実感できるよう応援するための具体的な方策を探るため、「子育ての総合的な幸福感」「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」をキーポイントとして、さらに分析を進めていくことにします。

図8-参考 子育ての総合的な幸福感と育児中に感じられる肯定的な情動の関係



「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」は実感しづらいが
とても重要なキーポイント

図9 「家族との関係性」質問項目別の割合



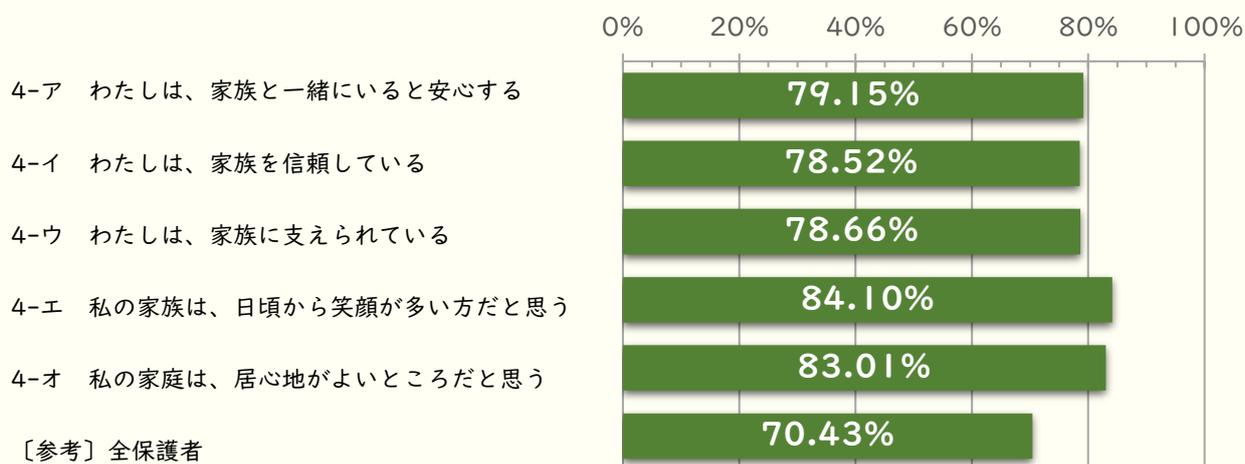
各質問項目で「あてはまる」と回答した保護者の割合

図9は、家族との関係性に関する質問項目において、「あてはまる」と回答した保護者の割合を示したグラフです。保護者も児童・生徒の結果と同様、2-エ「家族の笑顔」と2-オ「家庭の居心地のよさ」の割合が低いことが分かりました。子どもにとっても、保護者にとっても、家族の笑顔が多く居心地のよい空間で、日常の生活を営んでいるということが実感しづらい状況があるように思われます。

しかしながら、「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」は、子育てにおける幸せを実感するための重要なキーポイントであることが分かりました(図10)。「家族の笑顔」や「家庭の居心地のよさ」を実感している割合は他の3項目に比べて低い値ですが、「家族との関係性」の質問項目で「あてはまる」と回答した保護者の「子育ての総合的な幸福感」を見てみると、「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」が「あてはまる」と回答した保護者の「子育ての総合的な幸福感」は、他の3項目で「あてはまる」と回答した保護者のそれと比べて、4~5ポイント程度高いことが分かりました。全保護者の「子育ての総合的な幸福感」と比べると、10ポイント以上も高い割合となっています。

このことから、「安心感」「信頼」「家族の支え」「笑顔」「居心地のよさ」といった家族との関係や家庭の中で感じ取ることのできる肯定的な感覚、特にプラスの作用が大きい「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」というキーポイントは、子育てにおいて感じられる幸せに影響していることが分かります。キーポイントである二つの感覚は、先述の実感できている保護者の割合が低いことから、この二つの感覚を味合わせるよう積極的に支援することが、子育てを楽しみ、前向きに子どもに関わっていこうとする気持ちを応援することにつながっていくものと考えられます。

図10 「家族との関係性」の各項目で「あてはまる」を選択した保護者と子育ての総合的な幸福感



「子育てにおいて幸せをよく感じる」と回答した保護者の割合

「私の家族は、日頃から笑顔が多い方だと思う」と「わたしの家庭は居心地がよいところだと思う」のどちらも、「あまりあてはまらない」または「あてはまらない」と回答している保護者はさすがに少数ですが存在します。参考までにその保護者の子育ての総合的な幸福感を見てみると、「日頃から幸せをよく感じている」と回答している保護者の割合は18.18%でした。このデータからも、「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」は、子育てにおいて幸せを感じるために欠かせないファクターであるということが分かります。

しかし、逆説的にいえば、18.18%の保護者は笑顔もなく、居心地もよくない家庭での生活の中であっても、子育てにおける幸せを日頃からよく感じ取ることができているということが言えます。あわせて「私の家族は、日頃から笑顔が多い方だと思う」と「わたしの家庭は居心地がよいところだと思う」のどちらも、「あまりあてはまらない」または「あてはまらない」と回答している保護者が、家族との関係性についてどのような回答をしているか見てみたところ、「わたしは、家族に支えられている」の質問項目において「あてはまる」を回答した保護者は0.00%、一人もいませんでした。これは、孤立した状況の中で、孤独に、「孤育て」をしている保護者が、子どもとの関わりの中でかけがえのない幸せを味わっているということを物語っているのではないのでしょうか。

このような保護者が実際にいることを決して見逃すことなく、私たち家庭教育支援に携わる者は、べき論や幸せの押し付けにならないように寄り添った家庭教育支援を行っていくことが大切だといえます。

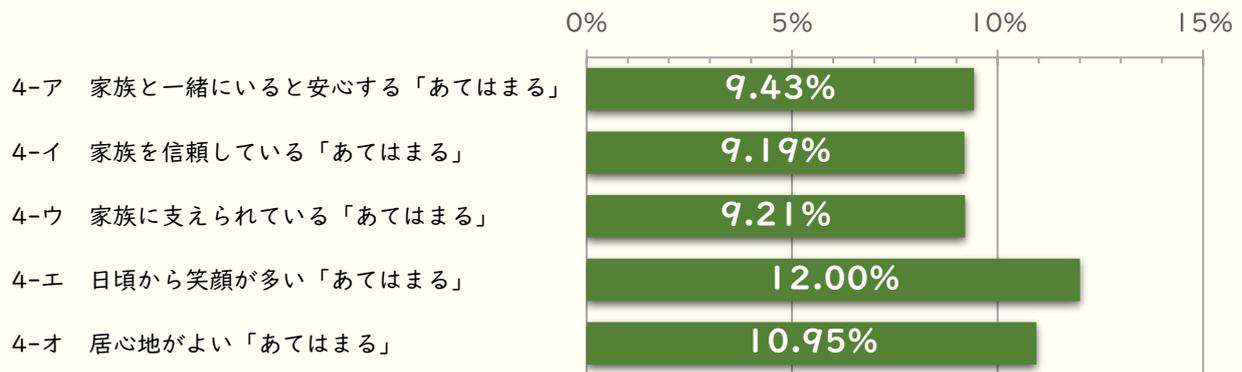


「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」は 子どもへの関わりや捉え方に大きく影響

家族との関係や家庭の中で、「安心感」「信頼」「家族の支え」「笑顔」「居心地のよさ」を肯定的に感じ取ることのできている保護者は、子育てにおいて日頃からよく幸せを感じていることが分かりました。そこで、家族との関係や家庭の中で感じ取っている肯定的な感覚は、子どもの関わりや捉え方にもプラスに作用していると仮定し、検証することにします。

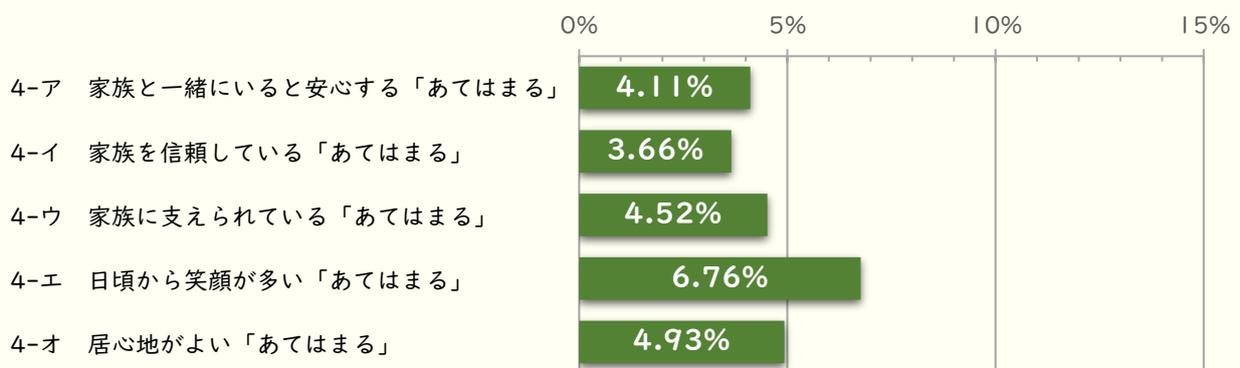
ここでは、「家族との関係性」の各質問項目において「あてはまる」と回答した保護者を抽出し、「子どもの関わり方」の各質問項目において「あてはまる」と回答する保護者の割合は、保護者全体の割合と比べて、何ポイント高まっているかを算出することにしました。

図11-① 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-ア「家族の役に立っている」 上昇ポイント



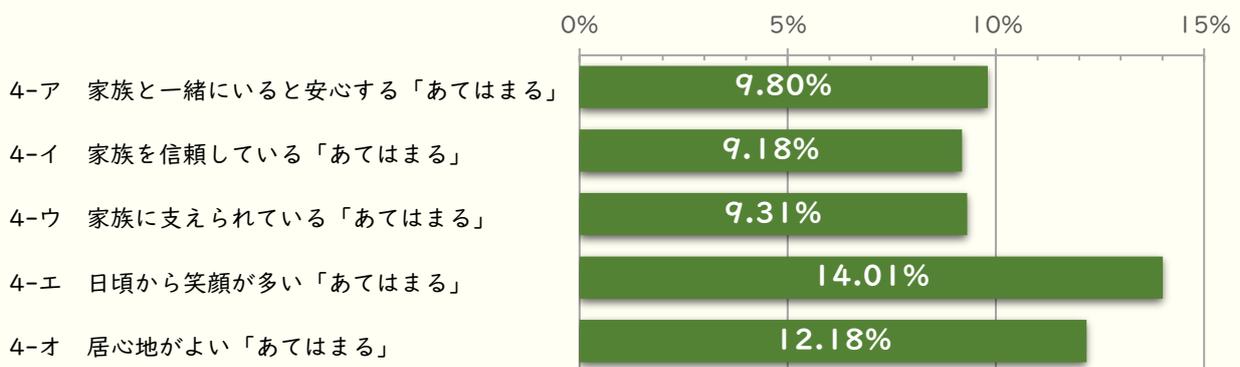
各項目で「あてはまる」と回答した保護者の上昇ポイント

図11-② 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-イ「家族の重要な一員」 上昇ポイント



各項目で「あてはまる」と回答した保護者の上昇ポイント

図11-③ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-ウ「家族から信頼されている」 上昇ポイント



各項目で「あてはまる」と回答した保護者の上昇ポイント

図11-④ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-エ「『ありがとう』と言っている」 上昇ポイント

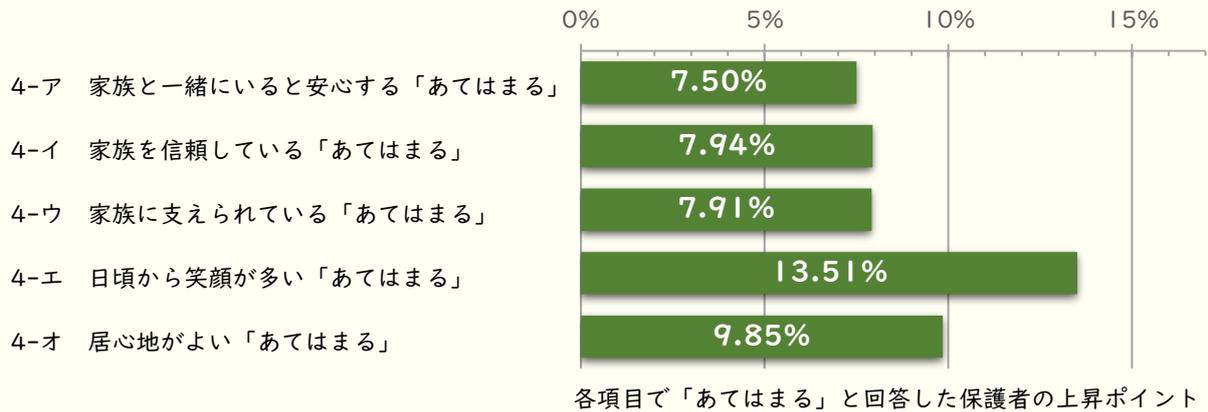


図11-⑤ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-オ「お子さんをほめている」 上昇ポイント

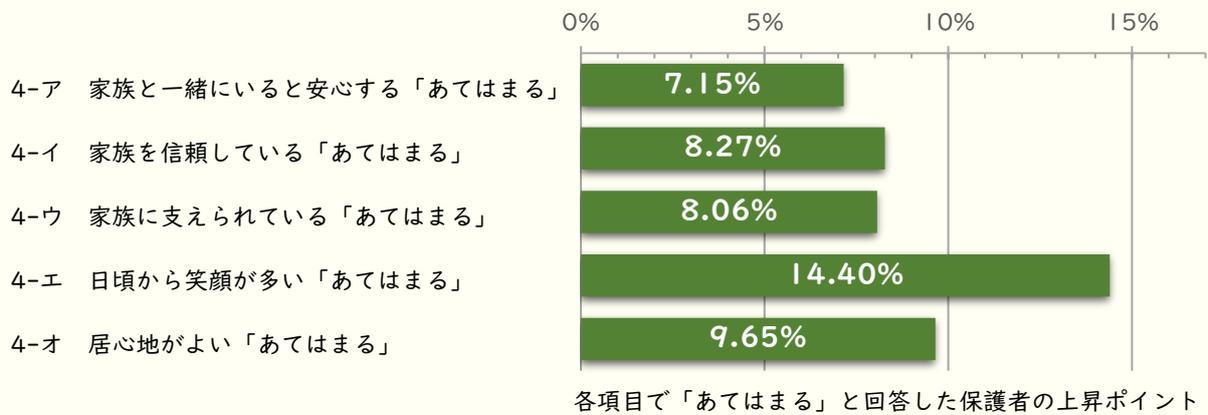


図11-⑥ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-カ「家の手伝いをする」 上昇ポイント

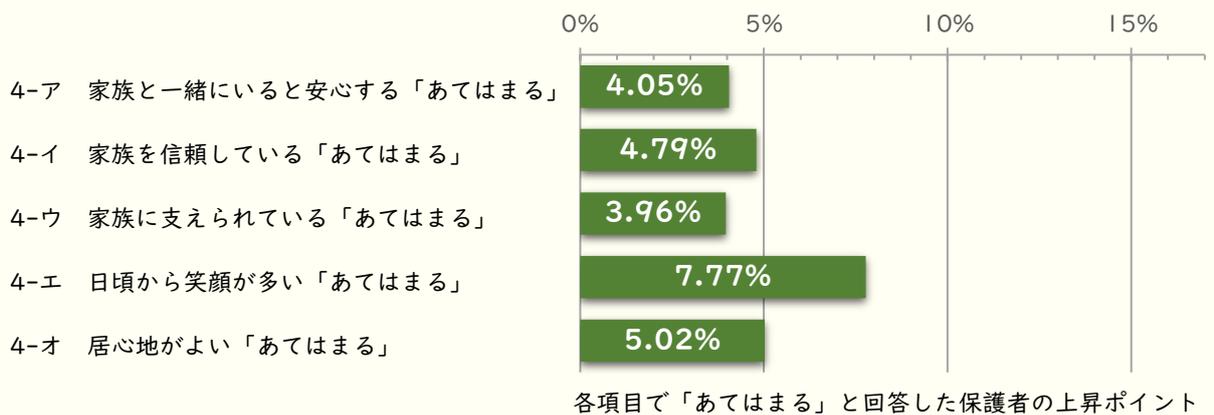


図11-⑦ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-キ「家族を喜ばせることができる」 上昇ポイント

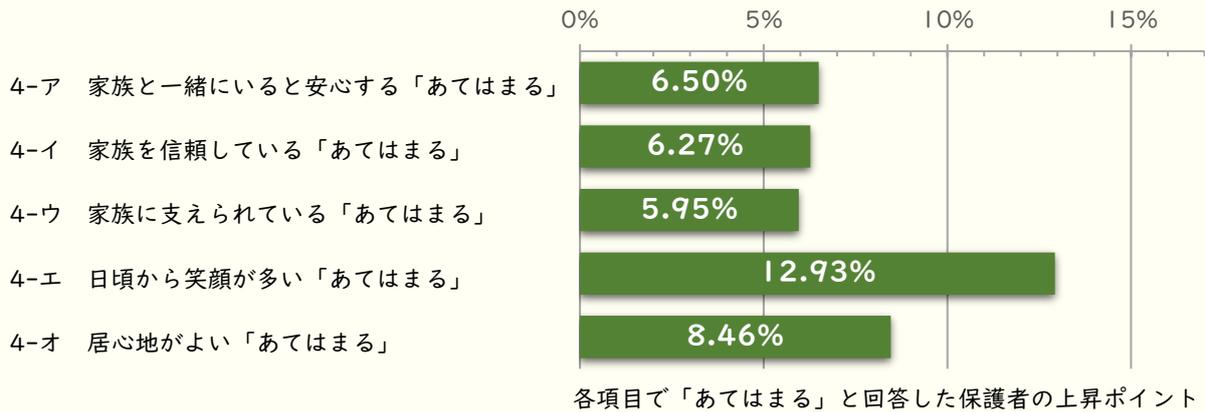


図11-⑧ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-ク「楽しく生活していると思う」 上昇ポイント

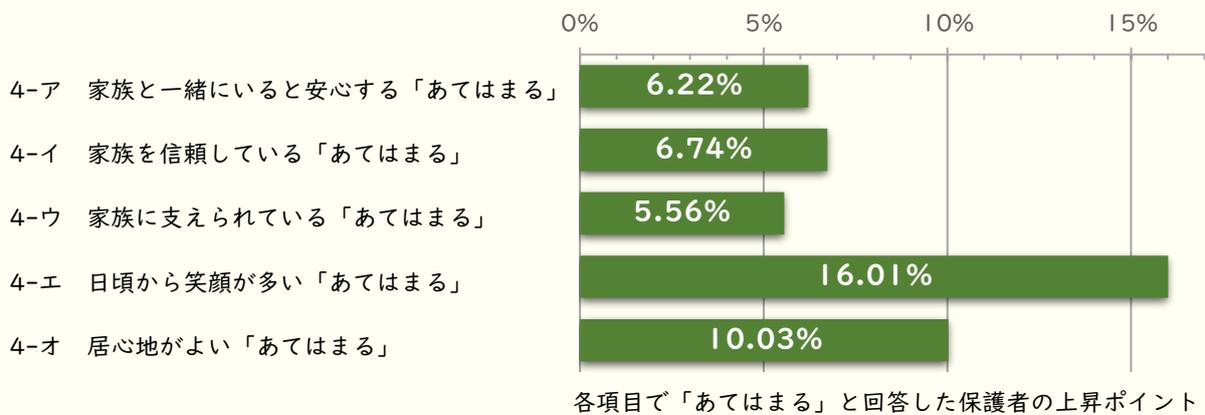


図11-⑨ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-ケ「のびのび生きていると思う」 上昇ポイント

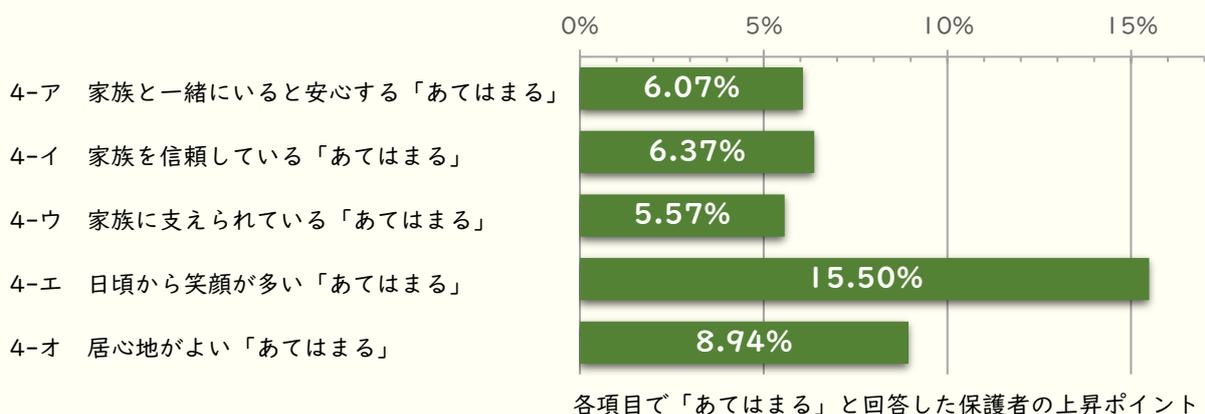


図11-⑩ 「家族との関係性」で「あてはまる」を選択した保護者の
3-コ「今の自分に満足していると思う」 上昇ポイント



上昇ポイントを算出しグラフに表したものが図11です。この結果、「家族は日頃から笑顔が多い」と感じている保護者は、「子どもの関わり方」に関するいずれの項目においても大きくポイントが上昇している結果が見られます。その次にいずれの項目でも上昇ポイントが高いのが、「家庭は居心地がよい」と回答した保護者でした。(図11-②の上昇ポイントは、他と比較すると低い値となっていますが、そもそも保護者全体で「あてはまる」と回答している割合が91.98%と高いためです。)

このことから、家族は笑顔が多く、家庭は居心地がよいと感じながら家庭生活をおくっている保護者は、子どもの自己有用感の高揚につながるような良好な関わりや捉え方ができている傾向があるということがいえるのではないのでしょうか。親と子どもとでは「家庭の居心地のよさ」を捉える感覚は違うでしょうが、ここで導き出された結果は、「なぜ笑顔が多く、居心地のよい家庭で育つ子どもは自己有用感が高いのか」を説明するエビデンスの一つになるものと考えられます。

児童・生徒の自己有用感に関する分析結果と、保護者の「家族の笑顔」「家庭の居心地のよさ」をキーポイントとしたこれまでの分析結果から、子どもの健やかな成長にとって、家族の笑顔と居心地のよい家庭がとても重要なファクターであることが明らかになりました。親子が日常をともにする家庭での生活が、笑顔と安らぎに満たされた空間の中で営まれるよう、子育てを楽しみ、前向きに子どもに関わっていかうとする保護者の気持ちを、私たちはどのように応援していったらよいのかを、ここからは、質問2の「育児中に感じる肯定的な情動」の回答結果を手がかりに探っていきたいと思います。

「育児中に感じる肯定的な情動」に関する質問項目において、「あてはまる」と回答している保護者の割合をグラフに表したものが図12-①です。このグラフを見てみると、2-エ「子どもの笑顔や寝顔しぐさなどを見て喜びを感じる」、2-カ「子どもに『大好き』と言ってもらえるとうれしい」、2-コ「家族を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族」など、保護者が子育ての中で見たり、聴いたりといった直接体験できることから、多くの保護者は愛おしさや幸せな気持ちを感じ取っている様子が窺えます。ここで高い割合を示している項目は、日常生活の中で、日頃から比較的多く味わうことができている感覚であるということが言え、子育てをとおして感じられる幸せな気持ちの必須のエッセンスと言えるのではないのでしょうか。

図12-① 「育児中に感じる肯定的な情動」で「あてはまる」と回答した保護者の割合

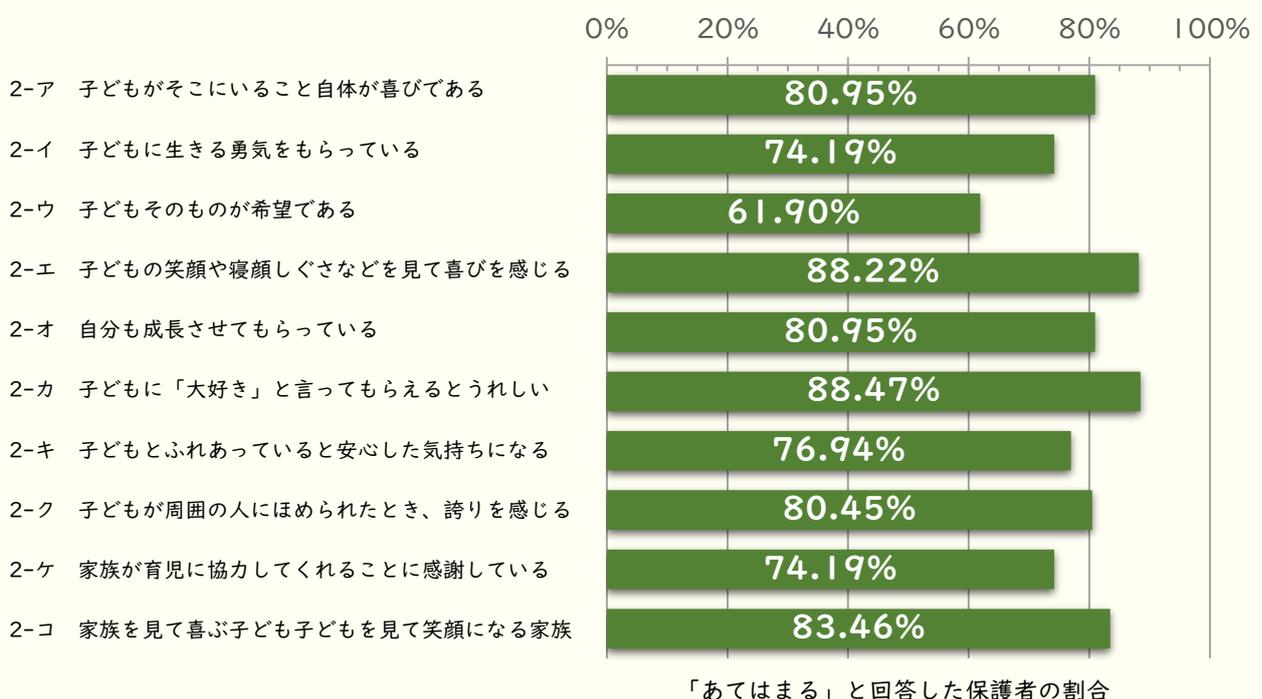


図12-①で分かりますとおり、2-ア「子どもがそこにいること自体が喜びである」、2-イ「子どもに生きる勇気をもらっている」、2-ウ「子どもそのものが希望である」といった、見たり聞いたりすることで直接実感できない肯定的な情動については、「あてはまる」と回答している保護者は低い割合となっています。しかし、これらの情動を実感できることは、子どもの親であるという喜びや生きがいにつながり、親である今の自分はこれで十分幸せという親自身の自己肯定感に大きな影響を与える要素であると考えます。

そこで、「家族との関係性」と同様に、「育児中に感じる肯定的な情動」に関する質問項目においても「あてはまる」と回答した割合が低い項目だからこそ実は重要であると予想し、更に分析を進めることにしました。「育児中に感じる肯定的な情動」に関する質問項目で「あてはまる」と回答した保護者の各質問項目で「あてはまる」と回答した割合を算出し、全保護者のものと比較してどの程度上昇（下降）するのか算出してみると、予想どおり多くの項目で「あてはまる」と回答している割合が高まっていることが分かりました。

2-ア「子どもがそこにいること自体が喜びである」、2-イ「子どもに生きる勇気をもらっている」、2-ウ「子どもそのものが希望である」という目には見ることができない幸せを実感している保護者と、2-ケ「家族が育児に協力してくれることに感謝している」保護者においては、10ポイント以上も上昇する項目が見られました^{図12-②~⑤}。他の肯定的な情動では10ポイント以上の上昇は見られませんでした。

図12-② 「そこにいること自体が喜びである」が「あてはまる」保護者10ポイント以上上昇した項目

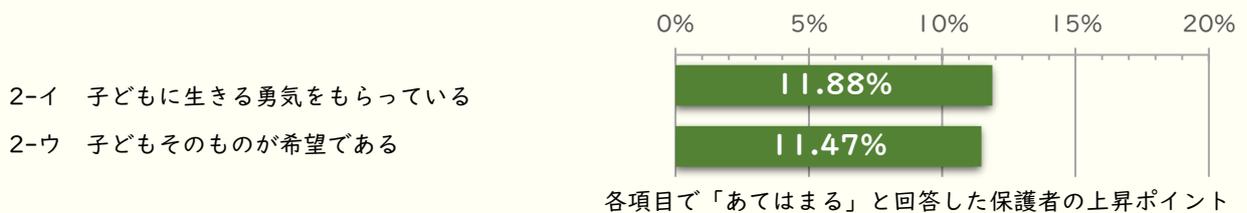
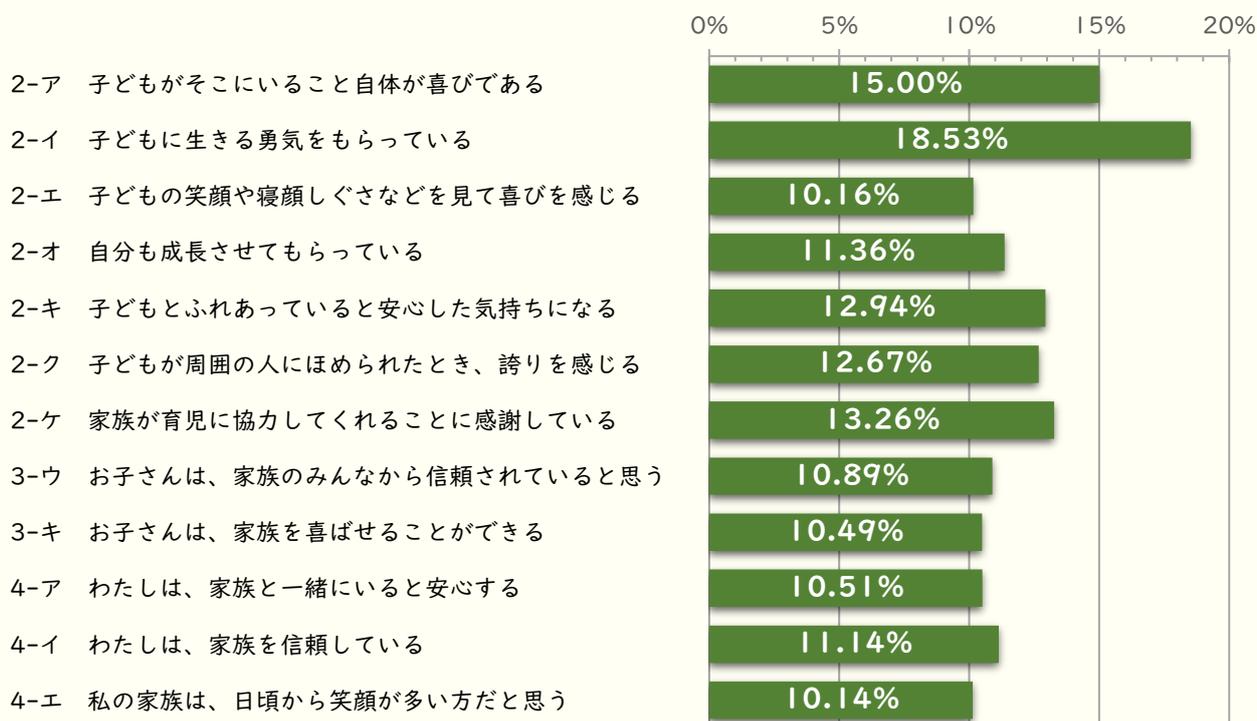


図13-③ 「子どもに勇気をもたらしている」が「あてはまる」保護者
10ポイント以上上昇した項目



各項目で「あてはまる」と回答した保護者の上昇ポイント

図12-④ 「子どもそのものが希望である」が「あてはまる」保護者
10ポイント以上上昇した項目



各項目で「あてはまる」と回答した保護者の上昇ポイント

図12-⑤ 「家族が協力してくれることに感謝」が「あてはまる」保護者
10ポイント以上上昇した項目



各項目で「あてはまる」と回答した保護者の上昇ポイント

図12-①で割合が高かった、「子どもの笑顔や寝顔しぐさなどを見て喜びを感じる」「子どもに『大好き』と言ってもらえるとうれしい」などで「あてはまる」と回答している保護者からは、10ポイントまで上昇する項目は見られませんでした（もちろん他の項目に対してマイナスの影響を与えていることはありません）。このことから、「子どもに生きる勇気をもらっている」、「子どもそのものが希望である」という項目において「あてはまる」と回答した保護者は、10ポイント以上上昇した項目がそれぞれ11項目、12項目であり、この数字は傑出していると言えます。

「子どもに生きる勇気をもらっている」、「子どもそのものが希望である」といった、親としての希望や生きがいにつながっていく肯定的な情動が深く実感できている保護者は、「親としての自分は、子どもや家族と良好に関われている」と、自分自身を肯定的に捉えることができているといえます。このことから、「この子の親でよかった」といった親としての希望や生きがいにつながっていく幸せで心が充足されると、親である今の自分はこれで十分という気持ちと、子どもをありのまま受け止めようとする感覚、つまり、保護者自身の子育てにおける自己肯定感が高まっていくものと考えられます。

「子どもがそこにいること自体が喜びである」、「子どもに生きる勇気をもらっている」、「子どもそのものが希望である」といった、目には見えないけれど、親としての希望や生きがいにつながっていく肯定

的な情動は、保護者自身の自己肯定感を高め、家族の笑顔と居心地のよい家庭を築いていくための“マルチ・ファクター”とすることができます。（家族の協力に対する感謝の気持ちも見逃せません。）

子どもたちにとって、他者や集団の中で自分の存在が認められ、自分を価値あるものとして受け止めることができる自己有用感は、豊かな未来を描き、将来多様な人との関わりの中で自分に自信をもって生きていく上でとても大切なことです。しかし、保護者の子育てにとって大切なのは、自己肯定感なのではないでしょうか。誰かから、子どもの行動や成長、保護者自身の子どもへの関わり方などを賞賛されることよりも、今、目の前にいる子どもの親でいられることの幸せを誰と比べることなく味わえることが、保護者の自己肯定感を高め、安心感と安らぎのある心の安定につながっていくものと思われま



親自身の笑顔と

子育てを楽しもうとする前向きな気持ちを応援していくために

親子が日常をともにする家庭での生活が、笑顔と安らぎに満たされた空間の中で営まれることは、親の自己肯定感を高め、子どもの健やかな心を育む上でとても重要であることが今回の調査をとおして見えてきました。日頃の子育てにおいて目には見えない小さな幸せを親自身が積み重ねていくことで、笑顔の多い家族と、居心地のよい家庭を創り上げていくのでしょう。毎日の子育てにいろどりを与え、保護者の前向きに子育てを楽しもうとする気持ちを応援していくためには、まず、親としての希望や生きがいにつながっていく肯定的な情動、目には見ることができない小さな幸せを、少しでも感じ取れるような機会を意図的、計画的に提供していくことが、家庭教育支援に携わる私たちに望まれていることと言えます。

05



Hello! Happiness.
Hello! Smile.

アンケート調査

『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト

調査結果集計表



Table 1 アンケート調査結果（児童・生徒用）

1 自己有効感に関する調査

n=183

次のアからコの質問は、あなたがふだん思っていることや感じていることに、どのくらいあてはまりますか。一番近いもの一つを選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。		あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない	無回答
存在感	1-ア わたしは、家の人の役に立っていると思う	60 32.8%	87 47.5%	25 13.7%	11 6.0%	0 0.0%
	1-イ わたしは、家族の重要な一員だと思う	100 54.6%	59 32.2%	17 9.3%	7 3.8%	0 0.0%
	1-ウ わたしは、家の人から信頼されていると思う	89 48.6%	57 31.1%	28 15.3%	9 4.9%	0 0.0%
承認	1-エ わたしは、家の人から「ありがとう」と言われる	112 61.2%	47 25.7%	14 7.7%	10 5.5%	0 0.0%
	1-オ わたしは、家の人からほめられる	101 55.2%	48 26.2%	23 12.6%	11 6.0%	0 0.0%
貢献	1-カ わたしは、家の人の手伝いをする	102 55.7%	50 27.3%	25 13.7%	6 3.3%	0 0.0%
	1-キ わたしは、家の人を喜ばせることができる	83 45.4%	59 32.2%	33 18.0%	8 4.4%	0 0.0%
生活満足度尺度	1-ク わたしは、生活が楽しいと感じる	125 68.3%	45 24.6%	8 4.4%	5 2.7%	0 0.0%
	1-ケ わたしは、のびのびと生きていると思う	104 56.8%	56 30.6%	13 7.1%	8 4.4%	2 1.1%
	1-コ わたしは、まあまあ、今の自分に満足している	80 43.7%	61 33.3%	26 14.2%	16 8.7%	0 0.0%

2 家族との関係性に関する調査

n=183

次のアからコの質問は、あなたがふだん思っていることや感じていることに、どのくらいあてはまりますか。一番近いもの一つを選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。		あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない	無回答
2-ア	わたしは、家族と一緒にいると安心する	135 73.8%	34 18.6%	10 5.5%	4 2.2%	0 0.0%
2-イ	わたしは、家族を信頼している	141 77.0%	31 16.9%	8 4.4%	3 1.6%	0 0.0%
2-ウ	わたしは、家族に支えられている	144 78.7%	30 16.4%	7 3.8%	2 1.1%	0 0.0%
2-エ	わたしの家族は、日頃から笑顔が多い方だと思う	106 57.9%	56 30.6%	14 7.7%	6 3.3%	1 0.5%
2-オ	わたしの家庭は、居心地がよいところだと思う	127 69.4%	41 22.4%	8 4.4%	7 3.8%	0 0.0%



Table 2 アンケート調査結果（保護者用）

1 子育ての総合的な幸福感に関する調査

n=399

あなたは、子育てをしていて幸せを感じますか。あてはまるものを一つ選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。	日頃からよく感じる	ときどき感じることもある	あまり感じることはない	全く感じない	無回答
子育て中に感じる幸福感の頻度	281 70.4%	103 25.8%	3 0.8%	0 0.0%	12 3.0%

2 育児中に感じられる肯定的な情動に関する調査

n=399

次のアからコの質問は、あなたがふだん思っていることや感じていることに、どのくらいあてはまりますか。一番近いものを一つ選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。		あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない	無回答
子育ての喜び	2-ア 子どもがそこにいること自体が喜びである	323 81.0%	64 16.0%	4 1.0%	2 0.5%	6 1.5%
	2-イ 子どもに生きる勇気をもたらしている	296 74.2%	83 20.8%	15 3.8%	0 0.0%	5 1.3%
	2-ウ 子どもそのものが希望である	247 61.9%	117 29.3%	25 6.3%	3 0.8%	7 1.8%
	2-エ 子どもの笑顔や寝顔、しぐさなどを見て喜びを感じる	352 88.2%	41 10.3%	3 0.8%	0 0.0%	3 0.8%
	2-オ 子どもを育てていることで、自分も成長させてもらっていると感じる	323 81.0%	64 16.0%	6 1.5%	0 0.0%	6 1.5%
子どもとの絆	2-カ 子どもに「大好き」と言ってもらえるとうれしい	353 88.5%	32 8.0%	7 1.8%	0 0.0%	7 1.8%
	2-キ 子どもとふれあっていると安心した気持ちになる	307 76.9%	78 19.5%	8 2.0%	1 0.3%	5 1.3%
	2-ク 子どもが周囲の人にほめられたときに、子どもに誇りを感じる	321 80.5%	67 16.8%	5 1.3%	1 0.3%	5 1.3%
家族の協力	2-ケ 家族が育児に協力してくれることに感謝している	296 74.2%	82 20.6%	11 2.8%	1 0.3%	9 2.3%
	2-コ 家族を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て、幸せを感じる	333 83.5%	51 12.8%	6 1.5%	1 0.3%	8 2.0%

3 子どもへの関わり方に関する調査

n=399

次のアからコの質問は、あなたがふだん思っていることや感じていることに、どのくらいあてはまりますか。一番近いものを一つ選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。		あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない	無回答
存在感	3-ア お子さんは、家族の役に立っていると思う	286 71.7%	95 23.8%	10 2.5%	0 0.0%	8 2.0%
	3-イ お子さんは、家族の重要な一員だと思う	367 92.0%	25 6.3%	0 0.0%	0 0.0%	7 1.8%
	3-ウ お子さんは、家族のみんなから信頼されていると思う	278 69.7%	100 25.1%	12 3.0%	0 0.0%	9 2.3%
承認	3-エ あなたは、お子さんに「ありがとう」と言っている	295 73.9%	89 22.3%	6 1.5%	1 0.3%	8 2.0%
	3-オ あなたは、お子さんをほめている	208 52.1%	155 38.8%	28 7.0%	0 0.0%	8 2.0%
貢献	3-カ お子さんは、家の手伝いをする	171 42.9%	154 38.6%	61 15.3%	6 1.5%	7 1.8%
	3-キ お子さんは、家族を喜ばせることができる	299 74.9%	85 21.3%	7 1.8%	0 0.0%	8 2.0%
生活満足度尺度	3-ク お子さんは、楽しく生活していると思う	265 66.4%	118 29.6%	10 2.5%	0 0.0%	6 1.5%
	3-ケ お子さんは、のびのびと生きていると思う	237 59.4%	136 34.1%	16 4.0%	1 0.3%	9 2.3%
	3-コ お子さんは、まあまあ、今の自分に満足していると思う	175 43.9%	199 49.9%	15 3.8%	2 0.5%	8 2.0%

4 家族との関係性に関する調査

n=399

次のアからコの質問は、あなたがふだん思っていることや感じていることに、どのくらいあてはまりますか。一番近いものを一つ選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。		あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない	無回答
4-ア	わたしは、家族と一緒にいると安心する	307 76.9%	75 18.8%	9 2.3%	0 0.0%	8 2.0%
4-イ	わたしは、家族を信頼している	298 74.7%	81 20.3%	12 3.0%	0 0.0%	8 2.0%
4-ウ	わたしは、家族に支えられている	314 78.7%	65 16.3%	11 2.8%	0 0.0%	9 2.3%
4-エ	わたしの家族は、日頃から笑顔が多い	239 59.9%	135 33.8%	15 3.8%	2 0.5%	8 2.0%
4-オ	わたしの家庭は、居心地がよい	259 64.9%	111 27.8%	16 4.0%	3 0.8%	10 2.5%

5 子育ての悩みに関する調査

n=399

次のアからコの質問は、あなたがふだん思っていることや感じていることに、どのくらいあてはまりますか。一番近いものを一つ選び、回答用紙の数字を○で囲んでください。		あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない	無回答
5-ア	子育てに専念していると、社会から取り残されたような気持ちになる	40 10.0%	114 28.6%	128 32.1%	107 26.8%	10 2.5%
5-イ	子育てに自信をもてない	34 8.5%	161 40.4%	122 30.6%	70 17.5%	12 3.0%
5-ウ	家事や仕事との両立に自信をもてない	45 11.3%	146 36.6%	131 32.8%	65 16.3%	12 3.0%
5-エ	完璧な子育てをすべきだというプレッシャーを感じる	28 7.0%	90 22.6%	164 41.1%	107 26.8%	10 2.5%
5-オ	子どもとの接し方が分からないときがある	32 8.0%	146 36.6%	123 30.8%	89 22.3%	9 2.3%
5-ア	子どもと一緒に過ごせる時間が少ない	39 9.8%	109 27.3%	145 36.3%	97 24.3%	9 2.3%
5-イ	家族の中で、子育てに関する考え方の違いが大きい	22 5.5%	91 22.8%	165 41.4%	109 27.3%	12 3.0%
5-ウ	子育てに関して、家族の協力が得られない	17 4.3%	55 13.8%	136 34.1%	178 44.6%	13 3.3%
5-エ	子育てに関して、相談できる人がいない	10 2.5%	31 7.8%	122 30.6%	223 55.9%	13 3.3%

06



Hello! Happiness.
Hello! Smile.

参考資料

下都賀地区ふれあい学習推進会議

グループ協議の記録



Subject 1

協議題：親自身が小さな幸せを実感するために

[親のネガティブ要素を軽減するための支援]

	場所・機会	A 不安感	B 負担感	C 多忙感	D 孤独感
学校	(入学前)入学説明会や就学时健診、一日入学	○			○
	授業参観後の懇談会	○			○
	学校、学年、学級通信・たより	○			
	学校のHP	○		○	
	手段	A 不安感	B 負担感	C 多忙感	D 孤独感
	ICTの活用,タブレットで意見をすいあげる		○	○	
	学校の様子を情報発信	○			
	先生との交流	○		○	
学校・地域	場所・機会	A 不安感	B 負担感	C 多忙感	D 孤独感
	親子サロン		○		
	子ども向けの事業	○			
	屋外(緑のあるところ)	○			
	手段	A 不安感	B 負担感	C 多忙感	D 孤独感
	親同士の交流会	○			○
	親同士のおしゃべりタイム・相談タイムをつくる	○			○
	親子の交流(発達段階に合わせたお手伝いデー)			○	
	ピアカウンセリング	○			
	リフレッシュ・リラックス		○	○	
宿題応援、宿題なし		○			
子どもの成長を実感させる		○	○		
親子が笑顔になれる動画視聴				○	
地域	場所・機会	A 不安感	B 負担感	C 多忙感	D 孤独感
	地域の広報誌	○			
	長期業中		○		
	公民館		○		○
	(市・町)動画サイト		○	○	
	カフェ			○	
	手段	A 不安感	B 負担感	C 多忙感	D 孤独感
相談窓口,つらいことを口に出す		○		○	



Subject 1

協議題：親自身が小さな幸せを実感するために

[親のポジティブ要素を高めるための支援]

学校	場所・機会	A ありのままを愛おしく感じる	B 子どもの成長を感じる	C 親としての成長を感じる
	学級懇談会・授業参観	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	PTA活動	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	保護者面談	<input type="radio"/>		
	学習発表会、文化祭		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	立志行事		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	卒業式		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	手段	A ありのままを愛おしく感じる	B 子どもの成長を感じる	C 親としての成長を感じる
	ワークショップ	<input type="radio"/>		
	子ども自慢	<input type="radio"/>		
先生から親へ子どもの学校の様子を伝える	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
宿題の工夫(学校のことを話す・お手伝いする)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
親子で手紙を送り合う		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
学校・地域	場所・機会	A ありのままを愛おしく感じる	B 子どもの成長を感じる	C 親としての成長を感じる
	家庭教育学級	<input type="radio"/>		
	体育館		<input type="radio"/>	
	図書館		<input type="radio"/>	
	子育て講座	<input type="radio"/>		
	家庭	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	手段	A ありのままを愛おしく感じる	B 子どもの成長を感じる	C 親としての成長を感じる
	親子で語り合う 幼い頃の思い出		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	子どもが親におすすめの本を選ぶ		<input type="radio"/>	
	親学	<input type="radio"/>		
	写真(アルバム)を見る・撮る 思い出を共有	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	共同作業で創作料理をつくる	<input type="radio"/>		
	親子スポーツ大会		<input type="radio"/>	
	親子体験教室		<input type="radio"/>	
セルフカウンセリング・マインドフルネス			<input type="radio"/>	
親としての自信がもてる講座			<input type="radio"/>	
地域	場所・機会	A ありのままを愛おしく感じる	B 子どもの成長を感じる	C 親としての成長を感じる
	公民館	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	地域のイベント	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

目的		A 親同士	B 親子	C 親と地域
学校・地域	親同士の悩みの共有・解決	○		
	身近な相談相手づくり	○	○	
	情報交換	○		
	安心感を与える		○	○
	信頼関係づくり		○	○
	お互いの気持ちを理解する		○	
	子どもの自己肯定感を高める		○	
	楽しい時間を共有する		○	
	信頼できる人とのつながりづくり			○
	孤立しないつながりづくり			○
	近所・地域の和(輪)をつくる			○
	手段	A 親同士	B 親子	C 親と地域
	地域の人も授業参観できる			○
	顔を合わせる機会をつくる	○		
	共同作業をする	○	○	
	ワークショップ・意見交換	○	○	
レクリエーション		○		
体験活動		○		
見守ってくれる存在(地域ボラ等)について情報発信			○	
シチズンシップ教育を広める			○	
あいさつキャンペーン			○	
地域	手段	A 親同士	B 親子	C 親と地域
	地域の祭に参加	○		○
	講座の開催			○

07



Hello! Happiness.
Hello! Smile.

おわりに ～Epilogue～

育ちあう親子の絆

とは…

「あなたの家族は、日頃から笑顔が多い方だと思いませんか？」と質問されたとき、日頃から家庭生活の中で味わっている心安らく心地のよい気持ちがまず想起され、その気持ちを追従するように心の中で家族の笑顔が広がった心象風景が描かれて、「わたしの家族は、笑顔が多いです。」と答えるのではないだろうか…。

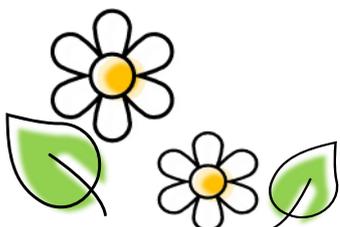
親にしても、子どもにしても、終日にここに笑顔で家庭生活を送っているということは希なことです。一方、「あはは。」と声をあげて笑うことはなくても、互いの心が安らぐ穏やかな表情で1日を過ごすことはあるでしょう。家族の笑顔が多いかどうかの判断基準には、家族の誰が、いつ笑顔だったかという具体的な表情としての笑顔はそれほど重要なことではなく、自分が穏やかな家族に囲まれながら安心して家庭生活を送ることができているかどうか重要なことなのだと思います。あたたかな関係で結ばれた家族の間では見ることができる、「心の笑顔」というものがあるのでしょうか。

このようなことをふと思ったのは、「安らぎのある家庭は親の笑顔から ～親の笑顔は子どもの幸せ～」をテーマとしたインタビュー・フォーラムを行うため、ご登壇いただく先生と打合せをしているときでした。本提言書の2週間前のことです。

さて、皆さんは、本提言書のプロジェクト名の中にある「育ちあう親子の絆」という言葉に、どのようなイメージをもたれましたか？特に本提言書では、あえて定義づけをしませんでした。皆さんが思い描いたイメージが、「育ちあう親子の絆」でいいのです。

子どもにとって、「今の自分はこれで十分OK」という、よいも悪いも全部ひっくるめて、ありのままの自分を肯定的に受け止める感覚（自己肯定感）は、自立に向けその子にとってバックボーンとなるととても大切なものだと言われています。この感覚の根幹には、「この世に生まれてきてよかった。」という気持ちが必要です。「生まれてきてよかった」という気持ちは、親（保護者）からの愛情を受け、自分が無条件に受け入れられているという経験を積み重ねていく中で高まっていくものです。そのためには、何の条件もなく、目の前の子どもの存在をただただ愛おしいと思える親の気持ちが不可欠なことは言うまでもありません。

親の笑顔を応援することが子どもの健やかな成長につながり、子どもからもらう愛おしい気持ちが親を笑顔にします。「この子の親でよかった」「この家族のもとに生まれてきてよかった」という、あたたかな親子の心のつながりを、全ての家庭が生涯にわたって紡ぎ続けられるよう、この提言書が少しでもお役に立つことを期待しております。



令和5年2月2日

下都賀地区ふれあい学習推進会議

下都賀地区ふれあい学習推進委員



令和 3 (2021)年度

松山 美由紀	壬生町地域学校協働活動推進事業実施委員会・壬生町社会教育委員の会議委員
小泉 祐子	小山市家庭教育支援チーム「かざぐるま」
大塚 由美	栃木市都賀家庭教育支援チーム「らっこっこくらぶ」
西村 百代	野木町立野木小学校教頭（地域連携教員）
石川 孝之	下野市立南河内第二中学校教諭（社会教育主事有資格者）
高橋 唯拓	壬生町教育委員会事務局生涯学習課課長補佐兼社会教育主事
茂田 佳子	野木町教育委員会事務局生涯学習課生涯学習係長
大巴 樹音	小山市教育委員会事務局生涯学習課主事
槌本 晃輔	栃木市教育委員会事務局生涯学習課課長補佐兼社会教育主事
本橋 優花	下野市教育委員会事務局生涯学習文化課主事
櫻井 竜彦	栃木県立太平少年自然の家社会教育主事



令和 4 (2022)年度

松山 美由紀	壬生町地域学校協働活動推進事業実施委員会・壬生町社会教育委員の会議委員
小泉 祐子	小山市家庭教育支援チーム「かざぐるま」
大塚 由美	栃木市都賀家庭教育支援チーム「らっこっこくらぶ」
野口 由紀	野木町立野木小学校教諭（地域連携教員）
川井 明子	下野市立南河内第二中学校教諭（地域連携教員）
町田 直美	壬生町教育委員会事務局生涯学習課課長補佐兼社会教育主事
竹内 和徳	野木町教育委員会事務局生涯学習課生涯学習係長
大巴 樹音	小山市教育委員会事務局生涯学習課主事
根岸 昭人	栃木市教育委員会事務局生涯学習課課長補佐兼社会教育主事
本橋 優花	下野市教育委員会事務局生涯学習文化課主事
石川 孝之	栃木県立太平少年自然の家社会教育主事

〔事務局〕

磯 宜男	下都賀教育事務所ふれあい学習課所長補佐兼ふれあい学習課長
鈴木 正俊	下都賀教育事務所ふれあい学習課副主幹
神山 陽子	下都賀教育事務所ふれあい学習課社会教育主事（令和3年度）
椎名 裕美	下都賀教育事務所ふれあい学習課社会教育主事
河原 千枝	下都賀教育事務所ふれあい学習課社会教育主事（令和4年度）

『育ちあう親子の絆』応援プロジェクト



本リーフレットは、下都賀教育事務所ホームページから
ダウンロード（PDF）できます。

ご質問・お問い合わせは

下都賀教育事務所ふれあい学習課
〒328-8504 栃木市神田町 6-6 下都賀庁舎
TEL 0282-23-3422 / FAX 0282-23-3502
Email : shimotsuga-kyouiku@pref.tochigi.lg.jp

令和5(2023)年2月2日