

# 親楽プログラム一覧表 ～7種類のテーマ・全26のプログラム～

※学習内容、標準時間、参加者の状況に応じて選択してください。

テーマ	プログラム名	対象となる親					標準時間 ▼分	ワークショップ の手法	学習のねらい
		乳 児	幼 児	小 低 学 年	小 高 学 年	中 学 生			
1 親としての心構え	①新米ママ・パパへのメッセージ	○	○				90	ビデオフォーラム	親としての自分（親になる自分）を見つめ、親としての心構えを具体的に考える。
	②あなたならどうする？	○	○	○	○	○	60	インタビュー	子育てに関する問いに対して自分ならどうするかを考え、様々な価値観にふれることにより、よりよい子育てに気づく。
	③子どもに示したい大人のふるまい	○	○	○	○	○	50	カードワーク	大人としてのふるまいを考えることによって、自分の姿をふり返り、子どもとともに自分自身も親として成長していこうという気持ちを培う。
	④素晴らしき思春期				○	○	75	ビデオフォーラム	思春期の子どもたちの特徴を理解し、親として思春期の子どもたちと向き合う。心構えを考える。
2 親子のコミュニケーション	①聞く耳ってどんな耳？	○	○	○	○	○	50	シミュレーション	話し手と聞き手双方の受け止め方や感じ方の違いを体験する、自分自身の聞き方をふり返るとともに、子どもの思いを受け止める聞き方に気づく。
	②子どもに伝えるのって難しい！	○	○	○	○	○	60	シミュレーション	聞く側の受け止め方や感じ方の違いについて体感し、自分自身の子どもへの話し方・接し方をふり返る。
	③私のほめ方・しかり方	○	○	○			60	ロールプレイ	子どもに対するほめ方・しかり方について役割演技をしたり、話し合ったりすることを通して、場や状況に適したよりよい伝え方について考える。
	④心に響く伝え方			○	○	○	60	ロールプレイ	子どもへの思いの伝え方について役割演技をしたり、話し合ったりすることを通して、場や状況に適したよりよい伝え方について考える。
3 生活リズム	①目指せ！早寝・早起き・朝ご飯	○	○	○	○	○	80	ラベルワーク	「早寝・早起き・朝ご飯」を家庭で実行するために、必要なことを考える。
	②朝食は目覚めのスイッチ		○	○	○	○	60	ラベルワーク	朝食をとることの大切さを知り、家庭で実施するために必要なことを考える。
4 しつけとルール	①親のしつけは子どもへの大切な贈り物	○	○	○	○	○	60	ロールプレイ	日頃のしつけについてふり返るとともに、しつけをしていく上での大切なポイントについて考える。
	②我が家のルールづくり大作戦！	○	○	○	○	○	75	ラベルワーク	家庭や社会のルール・マナーについて考え、日常生活をふり返る中で、「我が家のルール」を作成する。
	③しかる基準は？	○	○	○	○	○	60	ランキング	時と場合に応じた子どもへのしかり方・かわり方を考えることにより、社会のルールを教えるためのしかる基準について考える。

テーマ	プログラム名	対象となる親					標準時間 ▼分	ワークショップ の手法	学習のねらい
		乳 児	幼 児	小 低 学 年	小 高 学 年	中 学 生			
4 しつけとルール	④誰が決めるの？	○	○	○	○	○	50	ランキング	子どもの活動や持ち物、家庭でのルールなどの決め方をふり返ることにより、親として適切なかわり方をしようとする意識を高める。
	⑤子どもにとってのお手伝い		○	○	○	○	50	ランキング	手伝いについてお互いの考え方を話し合うことで、手伝いの役割や意義について考える。
	⑥子どもに本当に必要ですか？		○	○	○	○	60	ランキング	子どもにとって必要なものかどうかを話し合うことで、様々な価値観にふれ、子どもにものを与える時、親としてどのようなことに配慮すべきかを考える。
	⑦家庭学習の習慣をつけるために			○	○	○	60	ラベルワーク	家庭学習の習慣化についてのポイントや工夫を考えることにより、子どもが進んで学習するために親としてできることに気づく。
	⑧ケータイ・インターネットとのつきあい方			○	○	○	70	ラベルワーク	子どもたちが携帯電話・インターネットを利用することで考えられる不安や悩み、問題点を話し合い、家庭で取り組めることを考える。
5 安全と健康	①身近なところに危険がいっぱい	○	○	○			50	ピクチャーワーク	身近な生活の中に潜む危険に気づき、子どもの安全に関する意識を高める。
	②危険個所を考えよう		○	○	○	○	60	ランキング	身近な危険個所に目を向け、子どもと一緒に危険について考えることができるように、親の危険意識を高める。
	③食生活を見直そう	○	○	○	○	○	50	レーダーチャート	子どもの食を取り巻く様々な課題について考え、家庭の食生活を見直すきっかけとする。
6 遊びと体験	①あそびのススメ	○	○	○	○		70	ラベルワーク	子どもの頃に遊んだ経験について話し合うことにより、遊びを通じた体験が子どもの成長に豊かさをもたらすことに気づく。
	②子どもにさせたい体験は？	○	○	○	○	○	50	ランキング	体験に含まれる様々な価値について話し合い、子どもの成長にどんな体験が必要かを考える。
7 個性と夢	①もし、子どもが○○で育ったら	○	○	○	○	○	60	カードワーク	自分の考えを話したり、他の人の考えを聞いたりすることにより、子どもの個性や夢を大切にしたい子育てについて考える。
	②こんな子どもに育てほしい	○	○	○	○	○	60	ランキング	こんな子どもに育てほしいという思いを語り合うことで、様々な価値観にふれ、望ましい子育てについて考える。
	③わが子のPR ～短所も長所～		○	○	○	○	70	アサーティブトレーニング	子どものよいところを認め、PRすることを通して、子どもを肯定する気持ちを育てる。

いじめや児童虐待予防に対応した **親楽プログラム 2** もあります。

※実施にあたり、配慮を要するプログラムもあります。詳しくは生涯学習課までお問合せください。