

はじめまして！
こが
茨城県古河市で
活動しています



おやがく
NPO法人 ネットワークサポート親楽です！

•古河親楽ファシリテーターの会の発足

(平成21年 5月20日発足)

•NPO法人 ネットワークサポート親楽

(令和3年 7月12日発足)

•会の構成メンバー 令和5年現在

①正会員23名

②託児協カスタッフ22名

ファシリテーターとしての心得、工夫、役割

①心得と工夫

- 参加型学習会
- 安全安心な居場所作り
3つの約束 「参加」「尊重」「守秘」
自己紹介、アイスブレイク
- 参加者の振り返り
- スタッフの振り返り
- 事前に練習会を行う
- 時間管理

②役割

- スタッフ構成(メイン・サブ・アシスタント)
- 進行役(促進者)→講師ではない
- 参加者の「気づき」や「学び」を促す
- 会場の雰囲気作り

ファシリテーターのスキルを活かした 事業展開と工夫について

取り組んでいる事業

- ①古河市からの依頼
- ②NPO法人事業

【古河市から依頼を受けての活動】

古河市教育委員会作成の「親楽ブック」を使った学習会

- 家庭教育学級等ファシリテーション活動
- 就学時健診時ファシリテーション活動
- 中高生・乳幼児ふれあい交流事業
- ファシリテーター養成講座 講師
- 家庭教育担当者説明会
- 初心者向けZoom体験講座

☆会独自でスキルアップ練習会を開催

古河市教育委員会作成 「親楽ブック」 一例

古河市HPに掲載がございました♪

すべての保護者対象

5-1

言葉かけ

「ありがとう」「よく頑張ったね」など、子どもの意欲を引き出し、自主性を伸ばすために、普段、言葉かけについて何か意識していることはありますか？ そのことについて考えてみましょう。

ワーク1

私たち自身が言われて元気が出たり、うれしくなったりする言葉と、また子どもが言われて元気が出そうな、うれしくなりそうな言葉はどんなものがあるでしょうか？

① 自分が言われて元気が出たり、うれしくなったりする言葉

② 子どもが言われて元気が出そうな、うれしくなりそうな言葉



ワーク2

逆に、私たち自身が言われて落ち込んだり、やる気が無くなったりする言葉はどんなものがあるでしょうか？

① 自分が言われて落ち込んだり、やる気が無くなったりする言葉



② 最近、子どもに言った否定的な言葉

ワーク3

ワーク2の否定的な言葉を、子どもがやる気になるような肯定的な言葉に言い換えてみましょう。

ワーク4

ワーク1～3を通して、感じたことは何ですか？

親も子も“自己肯定感”を育みましょう

「自己肯定感」とは

今の自分が好きだとか、自分には自分らしさがあるなど、自分のあり方を積極的に評価できる感情、自らの価値や存在意義を肯定できる感情などを意味する言葉です。

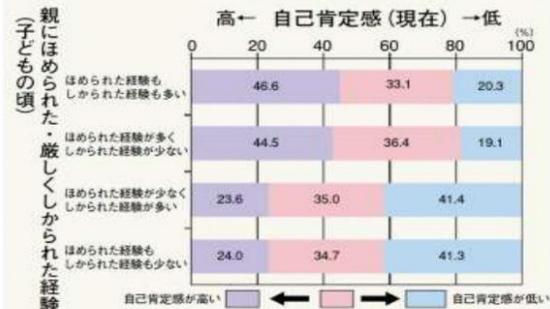
「自己肯定感」が高いと……

(参考：実用日本語表現辞典)

- 自分を大切に、他者も大切に。
- 自信をもって、いろいろなことに取り組もうとする。
- 心の受容が大きく、少々のごときはめげない。
- 意欲的に人間関係を築くことができる。



親から「ほめられた経験」が多かった人は、自己肯定感が高い傾向が見られます。
また、「厳しくしかられた経験」が多くても、「ほめられた経験」も多ければ、自己肯定感が高くなる傾向がみられます。



平成29年度「子供の心の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究」(独立行政法人国立青少年教育振興機構)

6ページからの「子どもとかかわる」、「子どもの心を育てる」で、くわしく見ていきましょう。

Point 子どもの自己肯定感を育む

- 子どもの長所、短所もふくめて、子どもの「個」として受け止めてあげましょう。
- 社会には多様な価値観があることを大人自身がしっかりと認識しましょう。
- 大人自身も自己肯定感を育みましょう。
- 様々な場面で、子どもの良いところをほめたり、認めてあげたりしましょう。
- 良いところは積極的にほめ、しかるべきところではしかるなど、大人がきちんと子どもと向き合しましょう。

参考：平成29年6月教育再生実行会議「第十次提議」

リフレーミングとは「フレーム」を変えて見ること。
見方を変えると、短所と思っていたところが長所に見えてきます。ちょっと視点を変えてみましょう。

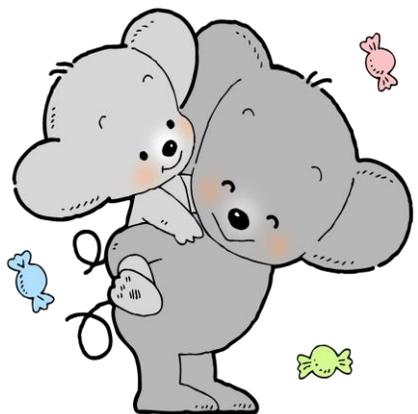
リフレーミングの例

リフレーミング前	リフレーミング後
飽きっぽい	・好奇心旺盛 ・環境になじみやすい
あわてんぼ	・行動的な ・行動が早い
いいかげん	・おおらか ・寛大な
おこりっぽい	・感受性豊かな ・情熱的な
落ち着きがない	・活動的である ・こまめに動く
おとなしい	・考え深い ・穏やかな
頑固	・一貫性がある ・意志の強い
きまぐれ	・気が付く ・物事にこだわらない
ぐずぐずしている	・着実 ・念入り
計画性がない	・発想が豊か ・応用力がある
騒がしい	・明るい ・元気がいい
集中できない	・視野が広い ・気が回る
消極的	・落ち着いてこつこつやる ・冷静
責任感がない	・自由な ・無邪気な
だらしない	・おおらか ・こだわらない
長続きしない	・環境になじみやすい ・いろいろなことに興味を持つ
のんびりしている	・おおらか ・信念のある
反抗的	・自立心がある ・考えがはっきりしている
ひねくれている	・ユーモアのある ・独創的な
ふざける	・陽気な ・雰囲気明るくする
マイペース	・自分らしさをもっている ・信念がある
負けず嫌い	・向上心がある ・一生懸命
よく考えない	・行動的である ・発想力が豊か
乱暴な	・たくましい ・ものおじしない

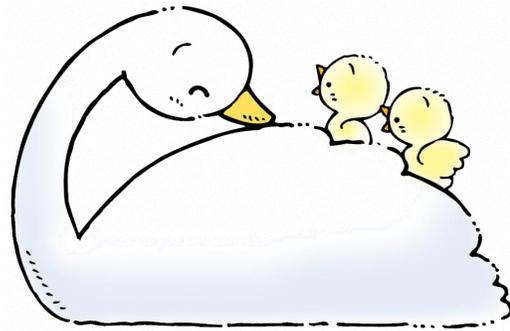
【NPO法人事業】

- 子育て中のママ集まれ！
- 子育て中のパパ集まれ！
- 0歳から聴けるわくわくコンサート
- マミーズサロン ・Zoomデトーク
- 孫育て講座 → シニア'sサロン
- 野菜収穫体験
- 託児研修

・子育て中のママ集まれ！



マミーズサロン



マミーズサロンオンライン



子育て中のパパ集まれ！



孫育て講座



野菜収穫体験



シニア'sサロン



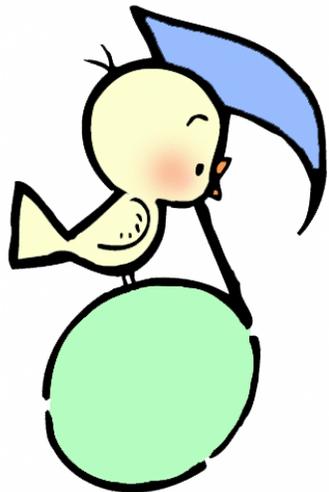
たのしく歌おう♪



かんたん体操



0歳から聴けるわくわくコンサート オンライン



0歳から聴けるわくわくコンサート



0歳から聴けるわくわくコンサートvol.10



法人が目指すこと

- 多世代交流
- ネットワークづくりの場の提供

参加者の感想

3つの約束があることで安心して参加することができました。

仕事をしているとほかのママと話す時間がないので他のおうちのことが聞けて参考になりました。

託児があって安心して親同士で話せて気づきがありました。

普段、家から出ず家族くらいしか話をしないので、子どものことを話せるのは楽しかったです。

ご清聴ありがとうございました。