

みえの親スマイルワークの活用

1 みえの親スマイルワークの概要

みえの親スマイルワークとは

本ワークは、出産前を含め、乳幼児から小学生までの子どもを持つ保護者を対象に、子育ての意義や喜び、家庭の大切さ、子どもとの接し方、しつけ、習慣づくりなどのテーマについて、話し合いやワークをし、交流する中で、子育てや家庭教育について気づき学んでいく参加型のプログラムです。ワークをとおして、参加者同士が自分の子育てを振り返り、悩みを語り合うことで、思いを共感したり、家庭教育について考えたりするきっかけにすることもねらいとしています。

みえの親スマイルワークの内容

- 入門編…すべての保護者向け
- 出産前編…出産を控えた妊婦の方向け
- 乳児編…0歳～おおむね2歳の乳児の保護者向け
- 幼児編…おおむね2歳～おおむね5歳の幼児の保護者向け
- 小学生編…小学生の保護者向け

※乳児編から小学生編の区分については、あくまで目安で、共通して使っていたワークもありますので、状況に応じて選んでお使いください。

また、ワークには番号がついていますが、どこからでも使っていただけます。話し合いたいワークシートを抜き出して、ご利用ください。

みえの親スマイルワークの活用場所

- 幼稚園・認定こども園・保育所、学校でのPTA研修会、保護者会、学級懇談会
- 乳幼児健診、就学時健診の機会を利用した研修会
- 公民館、子育て支援センターで、子育てサロン、サークルにおける研修会や研修講座、利用者への支援ツール
- 企業内研修 等



ワークシートについて

ワークシートは、基本的に「参加者用シート」「資料シート」「進行役用シート」の3種類に分かれています（一部のワークでは「資料シート」がないものもあります）。

- 参加者用シート…参加者が記載するシートで、片面または両面1枚です。ワークの際には、人数分コピーして配布してください。
- 資料シート…参加者用シートの補助資料となります。参加者に配布される際は、ワークショップの終了後に配布するなどして、参加者が意見を述べる際に影響されないよう配慮します。
- 進行役用シート…実施団体や進行役となる方がワークショップを進める際のテーマのねらいや目的、進め方などを記載したシートです。

2 みえの親スマイルワークの進め方

事前準備

会場設定	会議用の長机等（イスのみなら、円形に並べてグループをつくり ます） *各グループの間隔を広めにとり、参加者同士の発言を聞き取り しやすくします。
準備物	○名簿 ○ワークシート（参加者用シート、資料シート） ○黒板、ホワイトボード等 ○筆記用具 ○模造紙 ○付せん ○参加者数分の厚紙等の下敷き（イスのみを使用する場合）



ワークショップの進め方

このワークショップは、進行役（ファシリテーター）が進める参加型のプログラムです。

参加者が多い場合は、各グループに進行役となる方を配置するなど、進行をサポートする方を複数配置するとスムーズに進行します。

参加者数分の参加者用シートを印刷し配布します

(1) 「導入」…アイスブレイクとグループ分け

- ① 進行役の方が子育ての経験や思いを話し、簡単なゲーム等（アイスブレイク）をしたりして、参加者の緊張をほぐし、離しやすい雰囲気をつくります。
*アイスブレイクについては、P 6を参考にしてください。
- ② 話し合う人数（4人～5人程度）のグループに分けます。
*アイスブレイクにより、グループを分けるやり方もあります。
- ③ 各グループでグループの代表者と発表者を決めます。
事前に主催者側等でグループ内の話し合いを進める司会者や意見を全体に発表する発表者、参加者の意見を記録する担当等も決めておくと、すぐに話し合いにはいることができます。
*参加者同士が、初めて会うような場合は、進行役を複数配置し、司会や発表をすると、参加者の負担が少なくなります。

<グループ内の自己紹介（例）>

1. 私は 名前〇〇〇〇です。
2. こどもは〇人です。女の子〇歳 男の子〇歳と〇か月です。
3. 趣味は〇〇〇〇〇〇です。みなさん今日はよろしくお願ひします。

（グループで拍手）

※参加者が発言したり、発表者が発表したりした後、拍手をすることで、お互いを認め合う雰囲気をつくりましょう。

※参加者の気持ちや状況等を考え、必ず本名や子どもの年齢や性別等を紹介する必要はありません。「今日、呼ばれたい名前やニックネーム」等でも構いませんが、簡単に一言、発言できるような配慮をします。

「趣味は」「好きな食べ物や嫌いな食べ物」「よく買い物に行くお店」など、気軽に話すことができる話題を考えてもよいでしょう。

(2)「話し合おう・考えよう」

ワークシートの設問に全員の参加者が自分の意見や考えを記載し、一人ひとりがグループ内で発表し、その後、グループで出された意見等を全体に発表します。全体での発表は時間や雰囲気を見ながら行い、パスすることも認めてください。

(3)「ふりかえり・感想」

話し合った内容について、自分の参考になったことや感想等を交流します。

必ずこの順序で進行する必要はありません。シートを組み合わせたり、設問の数を1つに絞ったりして、意見発表の際に<資料シート>を効果的に活用しても結構です。

進行役の方へ

(1) 役割

- * 全ての参加者が意見や思いを出し合える温かい雰囲気づくりを心がける。
- * 多様な意見や情報、考え方を求め全体に還元する。
- * 参加者の意見や考えを否定せず、どれも貴重な意見として尊重する。

(2) 留意点

- * 「傾聴」「肯定」「同調」を心がける
- ① 設問には正解を用意する必要はなく、話し合いの中から参加者自身が「気づき」「学ぶ」よう話し合いを進行する。
- ② 参加者の意見を批評したり自分の意見や子育て論を押し付けたりしない。
- ③ 参加者の発言が一人にかたよらないように気を付ける。
- ④ 質問の仕方を工夫する
 - 「・・・についてどう思われますか」
 - 「・・・その時、どうされましたか、どんなことがありましたか」
 - 「・・・それは、なぜですか」など、「はい」「いいえ」では、答えられない質問方法が好ましい。
- ⑤ 感想や意見以外にも参加者からの質問を全体に投げかけ、参加者からのアドバイスを取り入れる。

(3) 対応例

- ① ワークショップの途中や終了後に、参加者からの具体的な相談や困りごとが出された場合
→関係機関、専門機関を紹介するなどし、あやふやな知識で答えたりしない。
- ② 答えることが難しい質問があった場合
→他の参加者に意見を求めてみる。
「いい質問が出されましたが、他の参加者の方はどう思われますか」など
- ③ グループでの話し合いが活発になり設定した時間を超える場合
→話し合いを止めたり、整理したりしようとせず、聞き役になり、少し時間をとり、議論が収まりかけた時、次の話題に移るよううながす。
- ④ 設問の回答のみに終始するような場合やあまり話し合いが深まらない場合
→進行役自身が興味関心を示す。
「それは、ぜひ私も参考にしたいですね。もう少し詳しく教えてください」
「それは、いつのことですか」「その後、どうされましたか」 など
- ⑤ どうしても受け入れがたい意見が出された場合
→進行役自身の経験や子育てワンポイントアドバイスを活用し、ポイントを押さえる。

(4) 進行役から参加者への確認事項

- *話し合いに積極的に参加しましょう。ただし、話したくないことは話さなくてもOKです。
- *気持ちよく参加するために、参加者同士お互いに尊重しましょう。
- *自分と異なる意見でも、否定せず自分自身を振り返る場としましょう。
- *発表する時間は平等に使いましょう。
- *話し合った内容は、その場に置いて他で話さないようにしましょう。
- *参加者用シートは必ず意見を書く必要はありません。書かずに発表していただいても結構です。
- *参加者用シートは集めません。自分用のメモとして使用してください。

本ワークシートはどなたでも自由に活用いただけます。

三重県子ども・家庭局ホームページ

<http://www.pref.mie.lg.jp/SHOSHIKA/HP/m0074300031.htm>

3 アイスブレイク集

アイスブレイクは、参加者の緊張をほぐしたり、お互いに打ち解けたりするためのウォーミングアップのツールのことです。

参加者同士の緊張感や抵抗感をなくすとともに、安心感や信頼感がアップするなど、場の雰囲気や和ませ、講座などを活性化するための導入として役立ちます。

アイスブレイクには、場を和ませるため、紹介のため、グループ分けのためなど、さまざまな種類があります。

以下に例を紹介しますので、講座やグループワークの参加者や人数、雰囲気などに応じて、活用しましょう。

※注意点：プライバシーを公表させたり、身体の接触を

伴ったりするアイスブレイクは、特に初対面の方が多い場合などに、好まれないこともあります。そのため、これらの内容を含むアイスブレイクは、男女比率や年齢層なども考慮しながら、場の雰囲気がほぐれて問題がないと判断してから行うようにしてください。



1 後出しじゃんけん (5分程度、何人でも、準備不要)

(1) かけ声の練習をします。

進行役：「じゃんけん・ぽん」 参加者：「ぽん」

(2) 進行役が「じゃんけん・ぽん」と言って、みんなは遅れて「ぽん」と言ってじゃんけんをします。

(3) はじめは進行役と“あいこ”になるように同じものを出します。

(4) 以後、「ぽん（進行役）、ぽん（参加者）……」とリズムよく続けます。

(5) 次は進行役に“勝つ”ように。

最後は“負ける”ように出してもらいます。

(「負ける」は、心理的に難しいので、ゆっくりテンポでスタートします。)

※じゃんけんのテンポを徐々にあげていくと盛り上がります。



2 じゃんけん列車 (5分程度、何人でも、準備不要)

- (1) 進行役と参加者で、通常のじゃんけんを何回かします。
- (2) 進行役の合図で身近な人とじゃんけんをします。
- (3) じゃんけんで負けた人は、勝った人の後に並びます。
- (4) 勝った人は別の人と同様にじゃんけんをし、負けた列は勝った人の列の後ろに並びます。

※一列になった後、話し合うためのグループ作りをすることもできます。

3 バースデーライン (10分程度、何人でも、準備不要)

- (1) みんなで円になります。
- (2) 進行役の合図で、言葉を使わないで、身振り手振りで自分の誕生日を相手に伝えます。
- (3) 1月1日を先頭に、誕生日の早い順に並びます。
- (4) 並び終わったら、順番に誕生日を言ってもらいます。



※誕生日順に、話し合うための4～5人のグループ作りもできます。

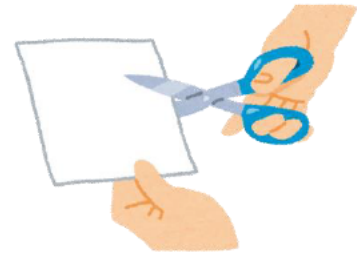
※名前のアイウエオ順などもできます。

4 スノーフレーク

(5分程度、何人でも、準備：A4程度の大きさの白紙を人数分)

- (1) 参加者に紙を配ります。
- (2) 参加者各自で二つ折りにします。その紙の一部を切って、また二つ折りにします。
- (3) この作業を3～4回繰り返したところで、紙を開き、参加者同士で、できあがった紙を見比べます。

※同じ指示で紙を折り・切っても、できた形は人によって異なるので、多様性を学ぶことにつながります。



5 合わせてピタッ！

(5分程度、何人でも、準備：雑誌や新聞の切り抜き等をグループ数と同じ枚数)

- (1) 新しくつくるグループ数の雑誌・新聞等の切り抜きを、それぞれグループ構成員数で、分割します。(5人なら5分割)
- (2) ばらばらになった紙片を全員に配ります。
- (3) 全員で協力して、ばらばらの紙片を元通り1枚の紙面に戻していきます。
- (4) そこにそろったメンバーがグループのメンバーになります。



※絵や写真を切り分けてジグソーパズルのように組み合わせたり、4コママンガを1コマずつ切り離して完成させるというやり方もあります。

6 名前の足し算 (5～10分、何人でも、準備不要)

- (1) 参加者全員 (グループ全員) でお互いが見えるように円になります。
- (2) 人の名前を覚えるコツを進行役が簡単に紹介します。(顔の特徴と名前の特徴をとらえ、連想して覚えるなど)
- (3) 最初に指名された人は「私は〇〇です」と名前を紹介します。
- (4) 次に、その左の人は、「私は〇〇さんの隣の××です」と言います。
- (5) それ以降の人は、「私は〇〇さんの隣の××さんの隣の△△です」というように、隣の人が出したことに自分の名前に付け足していきます。



※ニックネームで紹介することもできます。

7 動作の足し算 (5～10分、何人でも、準備不要)

- (1) 参加者全員 (グループ全員) でお互いが見えるように立ちます。
- (2) 1番目に指名された人がある動作をし、全員でそれをまねます。
- (3) 2番目の人は、その動作に次の動作を加えて、全員でそれをまねます。
- (4) 3番目以降も、覚えている範囲で、それまでの動作をまね、新しい動作を加えていきます。



8 他己紹介 (1ペアにつき5分程度、何人でも、準備不要)

- (1) 知らない人とペアを組んでもらいます。
- (2) 数分間お互いにインタビューをします。
(テーマは何でもOK)
- (3) グループの中で、そのペアになった人のことを紹介します。



9 イメージ他己紹介 (10~15分、何人でも、準備不要)

- (1) グループで、顔が見えるように円になり、簡単な自己紹介をします。
「〇〇〇の◇◇◇です。よろしくお願いします。」
- (2) 2人1組になり、「相手について、イメージで」グループ全員に紹介します。何を想像してもOK。プライバシーに踏み込んで、勝手なイメージでお互いを紹介し合います。

《例》Aさんは、(スポーツマンで野球をされています)
(お酒が好きそうに見えますが、実は甘いもの好きです)
(おおらかな性格で、みんなから慕われています)

- (3) 本人からの補足説明や訂正をします。

※相手がいやがるような紹介はNGです。
相手の見た目や簡単な自己紹介をした際の印象での、「ほめ言葉」を必ず入れましょう。そうしないとアイスブレイクにならず、逆に殺伐とし、緊張感が増します。



10 キャッチ (5分～10分、何人でも、準備不要)

- (1) みんなで一重円になります。
 - (2) 両手を軽く横に出します。
 - (3) 左手の人差し指と親指で輪を作るように軽く握り、右手は人差し指を立て、隣の人左手の輪の中に入れます。
 - (4) 進行役が「キャ・キャ・キャ・キャ・
・・・キャッチ!」と言った瞬間に、
右手の人差し指を輪から引き出すと同時に、
左手は相手の人差し指を逃がさないようにつかみます。
 - (5) 慣れてきたら、左右を逆にするとか、「キャ・ベツ」とか、「キャ・ラメル」などの違う言葉を入れます。
- ※あまり強くつかむと怪我をすることもあるので、はじめに注意します。



【参考文献等】

- ・特定非営利活動法人日本ファシリテーション協会「アイスブレイク集」
https://www.faj.or.jp/modules/contents/index.php?content_id=27
- ・鳥取県教育委員会「とっとり子育て親育ちプログラム」アイスブレイク編
<http://www.pref.tottori.lg.jp/secure/652373/kosodate-3icebreak.pdf>
- ・広島県教育委員会「すぐに使える! アイスブレイク集」
<http://www.pref.hiroshima.lg.jp/uploaded/attachment/99475.pdf>
- ・静岡県教育委員会「家庭教育ワークシート『つながるシート』」アイスブレイク集
<https://www.pref.shizuoka.jp/kyouiku/kk-080/tunagaru/useful/documents/aisubureiku.pdf>
- ・青森県総合社会教育センター「講座や事業で使えるファシリテーションプログラム集」
http://www.alis.pref.aomori.lg.jp/docs/publication/h26_facilitation.pdf

