家庭教育ナビゲータースキルアップ研修会

開催 レポート

令和2年10月10日(土)、北海道教育委員会(主管:留萌教育局)と遠別町教育委員会の両主催で「家 庭教育ナビゲータースキルアップ研修会」を実施しました。

当日は遠別町の 15 名の家庭教育ナビゲーターや社会教育委員、スポーツ推進委員などの皆様に御参加い ただき、子どもの体力低下の原因から体の発育発達から紐解く体力づくりについて学ぶとともに、参加者の 交流を通じて子育て世代を支えるためにできることを考えました。

説明:「家庭教育ナビゲーターについて」

家庭教育ナビゲーターとは、日常の 様々な場面で、保護者同士の交流を通 して、子育てについて情報交換や、悩 みなどを相談できる場づくりを担う人 です。参加された皆さま、家庭教育ナ ビゲーターの皆さまには、「身近な子育 てサポート役」として、「聞き役」とし て、「つなぎ役」として、地域全体で子 育て世代を支えていただきますよう御 協力をお願いします。

門間 奈月氏

情報提供:「子どものゲーム依存・ネットトラブル防止について」

子どものインターネットの利用時間は年々長くなってい ます (R1 平均 / 小学生 129 分、中学生 176 分、高校生 248 分)。特に幼少期の子どもの長時間利用は、睡眠時間 が短くなりやすく成長に与える影響は大きくなります。保 護者は、インターネット使用の一方的な禁止や取り上げを 行うのではなく、子どもと一緒に家庭でのルールづくりを 行うことが大切です。また、ネットトラブルについて「心 配している、何かあったらすぐに相談して」と伝えるなど、 初期の受け止めを確実に行い、わからないことは専門機関 につなげることが大切です。





講話・実技:体の発育発達から紐解く体力向上のための運動 ~体づくり・動きづくりの成り立ち~

師:宗谷健幸人プロジェクト代表 門間 奈月 氏

◆身体を動かしながら、自分の身体を意識◆

指を交互に組む、自分の身体全体をゆっくり触っていくなど、参加者が実際に身体を動 かすことを通じて、身体の感覚や動きの大切さを実感しました。

子どもの姿勢を正すために◆

乳幼児が、抱っこひもを使って抱かれている姿勢や、座椅子(股に仕切りがある)に座 ったときの姿勢、子どもが携帯ゲームで遊んでいるときの姿勢など、実演などを通じて、 その問題点を確認しました。また、座骨の位置を確認して椅子に座ることで、正しい姿勢 を意識できることや、子どもたちには「ピタッ・グッ・ピッ」など簡単な言葉を使って正 しい姿勢で椅子に座らせる声かけの仕方などを学びました。

◆子どもの発育・発達◆

昨今の子どもたちに増えている「アレルギー」「体力の低下」「疲れやすい」「平熱が低 い」「姿勢が保てない」などは、身体の機能を十分に発揮できていないことが原因のひと つであると教えていただきました。

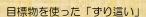
◆発育発達の再学習による身体の機能改善へ◆

参加者は、「寝返り」「ずり這い」「ハイハイ」などを 実際に行い、大人になってからでも乳幼児の体の発育 発達の再学習を通じて、体の機能を呼び起こすことが できることを学びました。

◆大人は子どもにとって環境の一部◆

「私たち大人のあり方で、子どもの環境は変えられる」 子どもを健全に育てていくために、私たちにできること を実践していくことが大切とお話されました。







子どもと一緒に「高這い」

流:子どもも大人も共に育ちあうつながりづくり



交流では、講習での学びを 共有するとともに、日常生活 や地域の活動のなかで、子育 て世代のためにできること、 この度の講習で活かせそうな ことについて、話し合いまし

●参加者からの感想●

- 身体に向き合う機会をもつことができて良かった。
- 子どもに対して過保護により経験を増やせない状況 を、改善していく必要があると思いました。
- 子どもが思いっきり遊べるイベントをつくりたい。
- 今日学んだことを子どもたちに伝えていきたい。