

No.	プログラム名	形態	内 容	対 象 保 護 者				可能人数	所要時間	所管課等
				乳幼児	小学生	中学生	高校生			
1	あなたとお子さんのかかわりを見直してみませんか	ワークショップ	子育て中は日々の生活に追われ、子どもを育てることの意味について考える機会が得にくい。自分の人生の中で、子どもを持ったことの意味を振り返るワークショップ	○	○	○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
2	あなたにとって子育てとは	ワークショップ	日々の子育てに追われていると、子どもとの絆の重要性が見えにくくなる。子育てについて改めて振り返り、また、新しい気持ちで子どもと接することができるようにするワークショップ	○	○	○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
3	子どもを取り巻く環境～子どもの安全について考えてみましょう～	ワークショップ	子どもを取り巻く環境が変化してきている。普段の子どもの行動範囲を振り返り、子どもの周りに潜む危険について考え、親と子どもと一緒に取り組めることを考えるワークショップ	○	○	○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
4	朝ごはん食べていますか～我が家の朝食メニュー～	ワークショップ	朝食の大切さを確認し、子どもに朝ごはんを食べさせるためにどのようなかかわりができるかを考えるきっかけとするためのワークショップ	○	○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
5	ほめられるって、どんな気持ち？～2つのささやき～	ワークショップ	ほめられたり叱られたりする体験をとおして、子どもをほめて伸ばすことの大切さに気づくためのワークショップ	○	○	○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
6	「叱り」の極意	ワークショップ	子どもの心を傷つけずに叱るにはどうしたら良いのかを考え、参加者同士の意見交換を通して今後の叱る基準や叱り方について考えるワークショップ	○	○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
7	いけない親になるために～家庭教育チェックリストづくり～	ワークショップ	理想の親ではなく、意見の出やすいいけない親の行動や言動を出し合うことで、日常の子どもとの接し方についてふりかえるワークショップ	○	○	○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
8	お母さん・お父さんのための子育て井戸端会議	ワークショップ	同年齢の子どもを持つ保護者や家庭教育支援者が集い話をする中で、育児への不安や悩みを解消したり、情報交換をしたり、学んだり、仲間づくりをしたり、親育ちの場にするためのワークショップ	○	○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
9	子どもの思い・大人の役割について考えてみましょう	ワークショップ	それぞれの保護者の話や考えを聞く中で、自分の子どもや他の子どもに対して何を大切にし、どうかかわっていくことがその子のためになるのかを考えるワークショップ	○	○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
10	子どものいいところを伸ばそう	ワークショップ	子どもの特性を理解し、子どもの成長や良いところの見方、子どもとの接し方について、参加者同士の意見交換を通して考えるワークショップ	○	○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
11	進んであいさつしていますか～あいさつはコミュニケーションの第一歩～	ワークショップ	あいさつの大切さを話し合うことにより、家庭や地域でのあいさつの実践をうながすためのワークショップ	○	○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
12	こんな光景、見かけませんか～けんかも大切なしつけの場～	ワークショップ	子どもたちの日常生活の中でよくあるトラブルに対して、親がどうかかわっていくかを考え、自分の子育てについて見つめ直すきっかけとするためのワークショップ	○	○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
13	子どもの生活リズムを考えていますか～大人の時間・子どもの時間～	ワークショップ	子どもの生活時間を考えるとともに、早寝・早起き・朝ごはんをはじめとする基本的な生活習慣の見直し、改善を図るきっかけとするためのワークショップ	○	○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
14	いろんなことにチャレンジしよう～体験のすすめ～	ワークショップ	生活環境が大きく変わってきた今日、子どもたちの自然体験の機会が少なくなっている。親自身が生活体験や自然体験を通して学ぶことの大切さに気づくためのワークショップ	○	○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
15	子どもの「生きる力」を育てるために～親の役割〇力条づくり～	ワークショップ	日常生活をふりかえりながら保護者として自分の役割を考え、改めて保護者の役割（子どもの「生きる力」をつけることの大切さ）を確認するためのワークショップ	○	○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
16	楽しく生活していますか～遊びと学習～	ワークショップ	下校後の子どもの遊び、学習・習い事、睡眠時間等を振り返り、子どもの生活がさらに充実したものになるよう生活を見直すきっかけとするワークショップ		○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
17	目覚ましスイッチ入れていますか～早寝早起き朝ごはん～	ワークショップ	子どもの健やかな健康のためには生活リズムを整えることが大切であり、家族でよりよい生活習慣を築いていくためのワークショップ		○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
18	ゲームばかりで困っていませんか～家庭学習のすすめ～	ワークショップ	子どもがゲームの時間や宿題の時間などを自分でコントロールしながら生活できるようになるために、親としてどのようにかかわれるかを考えるきっかけとするためのワークショップ		○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
19	食事って大切だよ～食育について考えよう～	ワークショップ	食事の形態、栄養のバランスなど毎日の食事の大切さについて考え、これまでの食生活を振り返ることで今後の食生活を改善していくための方向を見つけるワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
20	絵本の読み聞かせ、どうしたらいいの	ワークショップ	参加者同士が絵本の読み聞かせについて情報を交換し、子どもとのコミュニケーションを育むひとつの方法であることを感じるワークショップ	○	○			10～120名程度	60～90分	生涯学習課
21	家庭で読書をすすめてみませんか～本によるコミュニケーション～	ワークショップ	読書の大切さに気づき、これから家族で読書を生活の中に取り入れるきっかけとするワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課

No.	プログラム名	形態	内 容	対 象 保 護 者				可能人数	所要時間	所管課等
				乳幼児	小学生	中学生	高校生			
22	子どもとのコミュニケーション	ワークショップ	日常生活の中で、子どもと豊かにコミュニケーションをとるために、親として子どもとどう関わるかを考えるワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
23	子どものこころ、大人のこころ ～子どもたちに伝えたいメッセージ～	ワークショップ	子どもの心を育んでいくために、保護者としてどのようなことを伝えていくべきか、また、大人としてのあるべき姿を考えるワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
24	もしかしたら？どうしてうちの子が ～いじめの理解と対応～	ワークショップ	親や身近な大人が子どもの心を受けとめる大切さについて理解し、親としての対応について考えるきっかけとするワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
25	思春期の子どもの気持ちを わかっていますか	ワークショップ	親自身の思春期を振り返ったり、自分の子育てを振り返ったりしながら子どもの思春期について話し合い、子どもとのよりよい関係づくりについて考えるワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
26	子どもとのコミュニケーション 大作戦	ワークショップ	思春期を迎え心身ともに不安定になりやすい子どもを理解するためには、普段の何気ない会話を通してコミュニケーションを深めることが大切であることを理解するためのワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
27	中学生の気持ち～行方、幼幼～	ワークショップ	親自身の中学生時代を振り返ることを通して、中学生特有の感情について共感的に理解したり、他の人の意見を聞き様々な考え方に触れたりする中で、今後の子どもとの接し方を再考するためのワークショップ。			○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
28	我が家のルールづくり ～思春期を迎えた我が子に～	ワークショップ	手がかからなくなってきた分、親としてのかかわりも少なくなってきたという現実気づき、この時期だからこそ親として子どもに伝えたいことを考え、我が子と向き合う手だてを考えるワークショップ			○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
29	異性に関心を持ちはじめた子ども について考えてみましょう	ワークショップ	思春期は発達段階で性に目覚める時期、性や異性に興味を持ち始める時期なので、親として人間の在り方、生き方をどう子どもに伝えていくかを考えるワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
30	本当に大丈夫ですか ～思春期の男女の付き合い方～	ワークショップ	思春期は発達段階で異性や性への関心が高まる時期である。子どもたちの性や男女の付き合い方について、家庭でどうかかわるかにについて考えるワークショップ			○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課
31	あなたの子どもにとっての携帯電話、 どう考えますか	ワークショップ	携帯電話の光と影を話し合うことを通して、家庭でのルールの必要性や親の姿勢について考えるワークショップ		○	○		10～120名程度	60～90分	生涯学習課
32	わくわく、ドキドキ広がる世界 ～高校生活は夢と希望とちょっぴり不安？～	ワークショップ	高校入学当初に体験しがちな心の揺れ動きを理解し、有意義な高校生活が送れるように親として対応できるようにするワークショップ			○	○	10～120名程度	60～90分	生涯学習課

※ 内容や参加人数によって、プログラムにかかる時間も多少かわります。