



「家庭教育を实践する日」を ご存じですか？

5月の
「家庭の日」は、
5月21日です！



8日、18日、28日
も「家庭教育を实践
する日」です。

これは「岐阜県家庭教育支援条例」に基づき
「家庭の日（毎月第三日曜日）」と
「早く家庭に帰る日（8のつく日）」を合わせ
「家庭教育を实践する日」としています。

♪リフレーミングでやる気を引き出す♪

リフレーミングとは、ある枠組みで捉えられている物事を
枠組みをはずして、違う枠組みでみることです。これを活用
することで、例えば不満や不足といったマイナスの感じ方
を、満足や喜びといったプラスの感じ方に変えられます。

子育て中には、思うようにいかなくてちょっとしたことで
ネガティブになることがあります。そんな時、感じ方の変換
でポジティブに変えられたら、子どものやる気を引き出すだ
けでなく、自分も「これでいいんだ！自分はがんばって
る！」と前向きになれるかもしれません。

大事なことはリフレーミングで自己肯定感をあげることに

♪例えば、こんな言葉にリフレーミングしてみましょう。

いつも怒ってしまう → 真剣に子どもと向き合っている
しつけが間違っている？ → 子どものせいにしないですご
い！

早くして！急いで！ → 何分でできる？

頑固 → 意志が強くぶれない。

心配性 → 先のことをよく考えて準備する。

わがまま → 自分の考えをもっている。

集中力がない → 好奇心旺盛

岐阜県のHPには家庭教育学級に生かせる動画教材がたくさんありま



もし取組に困ったら...

◇県では、乳幼児から小・中学生、次世代(高校生)へと切れ目なく
「家庭教育プログラム」を取り揃えています。



◇「家庭教育を实践する日」に関するご相談は、

環境生活政策課生涯学習係(Tel058-272-8752)まで

◇今月号のニューズレターの URL と QR コードは以下をご活用下さい。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/uploaded/attachment/349495.pdf>



「家庭教育を实践する
日」の具体的な取組と
して、「話そう！語ろう！
わが家の約束」運動を
推進しています。

ご家庭ごとの「あると
いいなあ」と思われる
約束について、家族で
の話し合いを通して作
り、見守り、振り返るこ
とを实践してみませ
んか。

この機会に、家庭の大
切さや家族のあり方
について、見つめ直して
みてください！