



「家庭教育を実践する日」

# News Letter

令和8年5月号

## 子どもの 「途中」を大切に

●ご家庭で簡単に実践できる取組を毎月紹介しています。

### 「疲れ」「慣れ」が出やすい5月

子どもたちは、新しい学年や環境の中で、それぞれのペースで前に進んできました。順調に見える日もあれば、戸惑いや不安が顔に出る日もあります。どちらも、「頑張りを続けている『途中』の姿」であり、成長の大切な一場面です。

4月に張りつめていた気持ちが少しゆるみ、疲れや迷いが表に出やすくなるのが5月です。

- ・元気がない
- ・怒りっぽい
- ・口数が少ない
- ・朝の支度が遅い

そんな様子も、一生懸命過ごしてきた証かもしれません。

### 頑張りは「結果」より「過程」に

子どもの「小さな成長」に目を向けてみましょう。うまくできたかどうかより、やろうとしたこと・続けていることといった「成長の途中」に目を向けてみませんか。たとえば...

- ・朝、自分から準備しようとしていた
- ・行くのが嫌でも園・学校に向かおうとしていた
- ・苦手なことに、ほんの少し向き合っていた

大きな成果でなくても大丈夫です。

「昨日より少し」の変化に目を向けてみましょう。そして、「毎日よく頑張ってるね」、「前よりできるようになったね」と声に出して伝えてみましょう。認められた経験は、子どもが自分を信じる力につながります。

### リニューアル動画「見つけよう！みんなのステキなところ」

新しい環境の中で、「一生懸命取り組んでいるのにうまくいかないとき」の不安や悩みの対処法を解説しています。

子どもも大人も見方を変えてふわっと心を軽くするためのヒントが見つかるかもしれません。

**動画を見ると答えが分かる！？**  
**みんなで家庭教育クイズ！！**

Q. 物事の見方を捉え直し、ネガティブな見方をポジティブに変えることをなんと  
いうのでしょうか？



- |            |           |
|------------|-----------|
| 1 リマインディング | 3 リセッティング |
| 2 リライティング  | 4 リフレーミング |

### ●家庭教育を実践する日とは？

「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）」を合わせた日です。5月は8日、17日、18日、28日です。

### ●家庭教育に関するご相談は

岐阜県 県民生活課 生涯学習係  
TEL 058-272-8752

このNewsLetterは  
岐阜県HPにも掲載しています。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/13009.html>



子育ての疑問や心配、  
お悩みの解決に  
つながる家庭教育の  
情報サイトです。

★PDF等のデジタル版であれば、画像やQRコードをタップすると、動画やWebページのリンク先を開くことができます。