

令和4年度

あったか家庭塾

美浦村教育員会生涯学習課



令和4年度も、まだまだ制限の多い状況下でしたが、あったか家庭塾研修会全5回を実施することが出来ました。多くの保護者のみなさまにご参加いただき、ありがとうございました。

生きる力をはぐくむ親子の片付け講座<7月8日> ☆対面とオンラインで同時に開催☆

家庭内の片付けには「仕組みづくり」だけでなく、子どもとの「関わり方」が必要。片付けを通して選択力・想像力・習慣力などの「生きる力」を身につけ、子どもの「わかる」「できる」を増やしてやる気アップさせる。1人でイライラ片付ける日常から、家族みんなで快適な空間づくりができる日常へ変えていくためのポイントを教えていただきました。



～参加者アンケートより～

- ・<親と子の片付けの「ずれ」。子どもは片付けなくても困っていない> 全くその通り！と驚きました。その事を頭に入れてこれから言葉のかけ方を考えてみようと思いました。
- ・片付けの正解は1つではない。家庭や状況に合わせて最良の方法を見つけられればいいという話に肩の荷が下りる思いでした。

研修の様子が、茨城新聞に掲載されました。

SDGsってなあに？楽しく学ぼう SDGs <9月15日>



ワークショップの様子

マイバック・マイボトルの持参、節水・節電、食品ロスの削減など無意識に取り組んでいることもSDGsだと再確認できたようです。子どもたちの未来のために家庭や地域で取り組めることがたくさんあると知ることができた研修でした。女性学級や高齢者学級との合同で開催され、他学級との交流の場となりました。

自律神経セルフメンテナンス講座 <12月14日>

講演と実践を織り交ぜた講座でした。講演では自律神経の重要な役割や性質をわかりやすく学びました。実践では簡単で即効性の高いセルフメンテナンスを体験。説明を受けながらツボを簡単に刺激するだけですぐに、「ポカポカして体が軽い」「視界がスッキリした」という参加者も!!

実践後半は参加者同士でお互いにケアを行い、自宅でも家族に施せるようにコツを学びました。お子さんにも効果が高いそうで、習得しようと真剣に取り組む様子が見られました。

首や顔には自律神経を整える
ツボがたくさんあります



味噌づくり教室 <2月2日>

毎年人気の味噌づくり。通常、下準備を含めて数日間かかる味噌の仕込みですが、あったか家庭塾では下準備済みの材料で簡単に仕込みます。簡単とはいえ、豆をつぶしたり均等に混ぜたり…なかなかの力仕事です。10ヶ月程度冷暗所でじっくり発酵させて仕上がり待ちます。未就学の小さな参加者もいて、「おいしくなあれ」と小さな手でママのお手伝いをしていました。

発酵熟成したおいしい味噌が食べられるのが楽しみです。



味噌活用の紹介として、子どもでの簡単に作れる味噌蒸しパン作りも実施しました。

プリザーブドフラワーでコサージュ作り <2月22日>

長期間保存可能なプリザーブドフラワーを使用して、コサージュ作りを体験しました。様々な色や形のバラやリボンを自分で選び、世界に一つだけのオリジナル作品を仕上げました。仕上がった作品はそれぞれ個性があり、素敵な仕上がりでした。

初めて体験した方も「楽しかった」「卒業式・入学式に使います!」「可愛く仕上がってうれしい♪」と、気分もリフレッシュできたようです。

