

ユーモア詩が親・子ども・教師の心をつなぐ ～子どもの不快感情を共有することの意味～

6月6日(土) 14:00～16:00

講師 増田 修治

(白梅学園大学こども学部こども学科教授)



講師紹介

1980年、埼玉大学教育学部を卒業後、埼玉県の小学校教諭として28年間勤務。小学校では「ユーモア詩」を中心に学級づくりを進め、その取り組みが紹介され、2003年「徹子の部屋」出演。若手の小学校教諭を集めた「教育実践研究会」の実施や、小学校教諭を対象とした研修の講師なども務めている。

平成27年4月 フジテレビ「ホンマでっか!?TV」出演

平成27年4月 FM-TOKYO「ホンダスマイルミッション」出演

心と体の発育発達

各成長段階で直面する問題と向き合うことで
家族の心のつながりを深める



講師 増田 修治(白梅学園大学こども学部こども学科教授)

① 子どもの体幹と学ぶ意欲を育てる ～乳幼児期から小学校低学年との間につけたいか～

日時：6月19日(金)10:00～12:00

定員：25名 会場：九段生涯学習館

「体幹を鍛える」＝「カラダのバランス能力を高める」。訓練主義ではなく、遊びの中で取り入れることが大きなポイントです。サッカーや陸上を例にあげて、体幹について学んでみましょう。

② 子どもが直面している困難さについて ～スクールカースト等を通して、自己承認を求める子ども達～

日時：7月3日(金)10:00～12:00

定員：25名 会場：九段生涯学習館

子ども達がなぜ自己肯定感を持てないのか、どのようにしたら持てるのか…。現代の子ども達が何に悩み・苦しんでいるのかも紹介しながら、子どもの幸せを実現する教育の姿を考え合いましょう。

(※1) 対象は小学生の子どもと保護者1組2名。1組3名の場合は材料費の追加あり。子ども1名につき1kgのおみそを作ります。(大人=150円、子ども=850円)

(※2) 対象は6/23時点で、6ヶ月～まだ歩く前の子ども

(※3) 対象は6/23時点で、ひとり歩き～未就学児の子ども

(※1～※3共通) 大人1名につき、子ども2名まで

心を豊かにする子どもごはん

心を育むには食事も大切。
現状の食を見直し、今後の食事に生かす

時間栄養学



講師 島田 奈美(管理栄養士)

③ 好き嫌いがあっても大丈夫！勇気づけのコツ

日時：6月9日(火)10:00～11:30

定員：24名 会場：九段生涯学習館

子どもの成長には沢山の栄養が必要です。いつも頑張っているお父さん、お母さんへ「勇気づけの心理学」と言われるアドラー心理学をベースに管理栄養士が「食」との向き合い方をお伝えします。

④ 時間栄養学から考えるごはん

日時：6月16日(火)10:00～11:30

定員：24名 会場：九段生涯学習館

「いつ」食べる？必ずしも「今」ではありません！子どもの学力や運動能力は食事内容はもちろん、食時間とも相関します。体内時計の仕組みを理解し各栄養素を効果的に取り入れる方法を学びましょう。

⑤ 乾物×缶詰ではばばクッキング

日時：6月30日(火)10:00～12:45

定員：24名 会場：スポーツセンター(内神田2-1-8)

備蓄にも便利な乾物や缶詰を上手に使って時短料理を実現します。栄養価も抜群！

【メニュー】乾物バーグ・夏野菜のプロパンス風
切干し大根のサラダ・人参ピラフ

材料費
700円
ランチ付

心を育む親子のふれあい

親子で協力しながらふれあうことで、
コミュニケーションを図る

⑥



講師 五味 洋子
(五味醤油株式会社)

⑦⑧



講師 大久保 裕美
(社)日本親子体操協会理事)

⑥ 発酵を楽しもう！親子で手前みそづくり

日時：6月20日(土)13:30～15:00 おみそ持ち帰り

定員：16組32名 会場：スポーツセンター(内神田2-1-8)

材料費
1,000円

自分の手で作るおみそはひと味もふた味も違うおいしさがあります。おみそ作りを通して、親子で発酵の不思議を体験します！おみそ作りを頑張っているお子さまをサポートし、一緒に手前みそを完成させましょう。(※1)

⑦ 赤ちゃんと一緒にママのボディメイク

日時：6月23日(火)10:30～11:30

定員：15組30名 会場：九段生涯学習館

赤ちゃんとのタッピング(ふれあい)でコミュニケーションを図りながら、産後に大切なママトレも楽しく取り入れます。ボールや抱っこ紐も使って気持ちいい汗を流しましょう！パパも大歓迎！(※2)

⑧ アロジェネ体操で親子スキンシップ

日時：6月23日(火)13:30～14:30

定員：15組30名 会場：九段生涯学習館

様々なことを吸収する3歳までに、世代の違う人たちと触れ合って、たくさん新しい刺激をあげましょう。抱っこしたり色々な道具を使ってカラダを動かし、子どもとの楽しみ方をご紹介します。※アロジェネ体操とは、様々な世代の方と一緒に行う体操です。(※3)