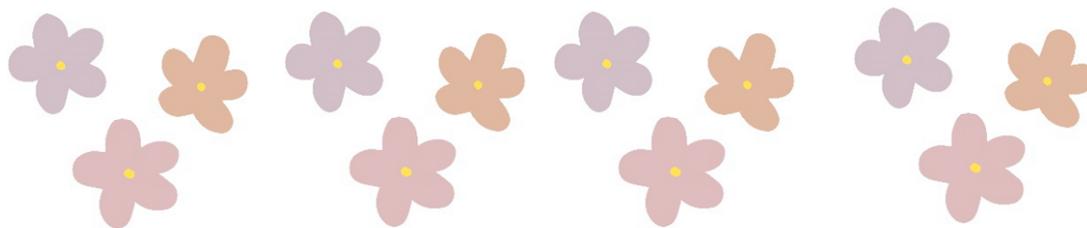


令和6年度



揖斐郡PTA連合会子育て委員会



はじめに

今年度の活動テーマ 『深めよう 親子の絆・育てよう 豊かな心』

今年度は、揖斐郡内の23の小中学校の子育て委員とご家族とで、2回の研修を行いました。毎日忙しく、大変な子育ての期間。研修で子供と一緒に学び、楽しい時間を過ごすことができました。きっと、あっという間に過ぎてしまう貴重な子育ての期間。親子で過ごすことの大切さを改めて考える1年となりました。

コロナウイルス感染症が5類に移行し、一年以上が経ちました。コロナ禍を経験し、各学校のPTA活動も色々と変化があったことと思います。

子育て委員会でも「あゆみ」を冊子ではなく、デジタル版にすることとなりました。スマートフォンやパソコンから、いつでもどこでもご覧いただけます。たくさんの人に見ていただき、活動を知っていただけると嬉しく思います。



第1回研修会 『親子で学ぶ防災講座』



日時：令和6年7月27日（土）

14：00～16：30

場所：揖斐川町 小島コミュニティセンター

第一回目の研修では、防災士の
伊藤 三枝子さんによる防災講座
高校生ボランティアさんによる防災
クイズ
新聞でのゴミ箱づくり
を行いました。

講師紹介

伊藤 三枝子 防災士

清流の国ぎふ女性防災士会 会長
清流の国ぎふ防災・減災センター コーディネーター

東日本大震災をきっかけに、災害ボランティア活動を始める。2017年に「清流の国ぎふ女性防災士会」を立ち上げる。
防災士としての知識に、女性ならではの意見をプラスし、家庭や学校などにおいて日常での防災力向上を目指し、講演会や研修会などの活動を行っている。



防災ってなんだろう～心構え、準備など～

みなさんは防災の準備してますか？

生き延びるための備え

- ・うごかない
- ・たおれない
- ・おちてこない

安全な「う」「た」「お」の場所をつくりましょう。

✧皆さんの寝ている部屋を描いてもらいました。



危険なところはいくつあるかな？

災害がおきた時に逃げるための時間をつくるため。対策し、一つでも危険な場所を減らしましょう。

窓の飛散防止フィルム

家具の転倒防止バーやポールなど

★おうちの中で、**バスタオル一枚分**でも良いので「う」「た」「お」の安全な場所を見つけ、家族で決めておくの良いですよ。危険を感じたら、すぐそこに逃げて！

安全な場所をつくるために

大切なのは**整理整頓**です

✿先生が、能登半島地震の被災地にボランティアに行ったときに、とても役立ったものベスト3を教えてくださいました。

1位

折りたたみコップ

先生が手に持っている小さなコップですが。大きくすると水をたくさん運ぶことができ、とても便利だったそうです。



2位

携帯トイレ

3位

マルチツールナイフ



防災の準備をしていないという方もいました。災害が起きる前にとる対策が命を守ります。できそうなことからやってみましょう。



『小島地区高校生ボランティアによる防災クイズ』のようす



楽しいクイズで防災を学べました。

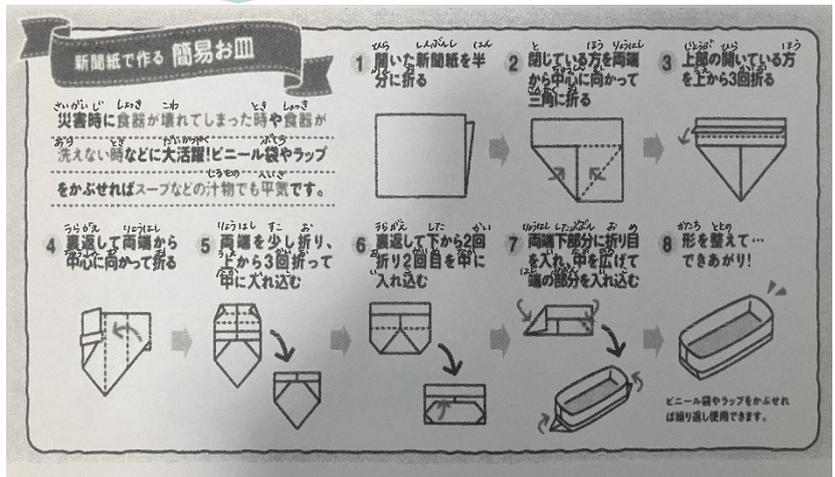
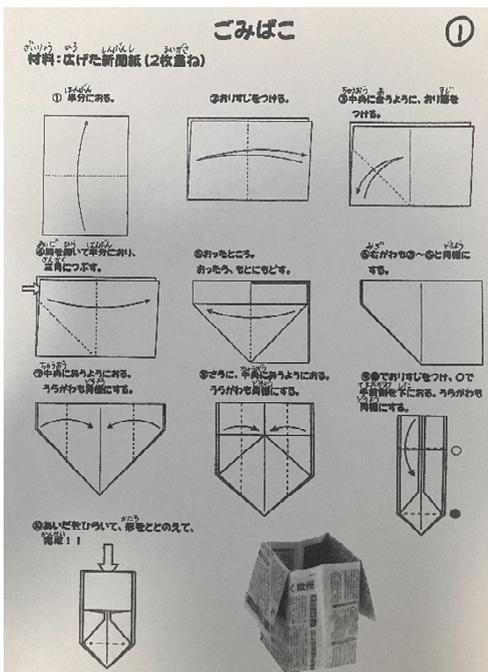
『新聞紙でゴミ箱づくり』のようす

ぼうし
みたい(笑)



☆新聞紙のごみ箱は色々使えて便利です☆

少し難しいけど、新聞紙のお皿は被災地でも活躍しています。チャレンジしてみてください。



みなさんの感想

- ・災害の合言葉「お・は・し・も」以外にも、「う・た・お」の合言葉を知ることができて、地震が起きた時にも活躍しそうだなと思いました。
- ・ふだん学校では防災のことについてはあまりふれないので、今日学んだことを参考に、家でも防災について対策をしたいと思いました。
- ・防災の事がよくわかりました。家族で今日の事を話し合いたいと思います。
- ・ごみ箱作り、とても勉強になりました。お皿も家で作ってみようと思います。
- ・防災の知識が増えて良かったです。ごみ箱づくりが楽しかったです。
- ・防災バッグに何を入れたら良いのか勉強になりました。自分の家でどこが安全かを確認できるきっかけになりました。時間が長かったです。もう少し短くしてもらえると良いです。
- ・防災のことについてクイズで学べたので、楽しかったです。
- ・防災バッグは用意していますが、他には何もしていませんでした。「う」「た」「お」をこれから意識していきたいと思います。地震がおきた時、すぐ子供の名前を呼んでしまうと思いますが、しっかりどこに集合するのか、安全な場所をしっかりとみつけておきたいと思いました。
- ・実際に災害現場に行かれた方のお話を聞くことができ、勉強になりました。家族で防災意識を高めていきたいです。

・お話を聞いて自分の災害への備えが足りていないことに気付くことができました。何か防災グッズをリュックにまとめて家族分用意しておこうと思います。子供もぬりえやクイズに楽しんで学べたと思います。ありがとうございました。

・ぜんぜん防災のことが知らなかったので勉強になって良かったです。

・改めて災害に対して心がけや備えの大切さを考えさせられました。まずは、家族で家の中での安全な場所、危険な所の再点検を行いたいと思います。防災グッズや転倒防止グッズのまえに、まず家の片づけをつねにできるように家族全員協力して行いたいです。身近にあるものでつくる防災用品も役に立つと思いました。貴重な体験をありがとうございました。

・防災についてとても勉強になりました。家でも取り組みたい内容もいくつかあり参考になりました。クイズは子供たちが楽しく取り組めて良かったです。

・子供たちにも分かりやすい説明をしてくださり、真剣に話を聞いていました。ごみ箱を作るのが楽しかったです。クイズで学ぶことができ、貴重な話を聞いて、とても良かったです。

・防災セットをじっくり見直したいと思いました。新聞でゴミ箱は、子供も楽しんで作れました。講習は、子供の集中力がだんだんと切れてきていたので、もう少し短い時間だとよかったかなと思います。

・クイズで防災を学ぶことができたので、子供もたのしくできて良かったです。

・折りたたみコップが重宝するとは思っていなかったので目からウロコでした。今一度防災リュックの中身の見直しと、部屋の中の配置を考え直そうと思います。自分の防災リュックを作ってみたいです。クイズが楽しかったです。

・生き延びるための備えを家に帰ってチェックして防災の意識を高めたいです。

・防災について、どこか自分には起こらない…と思っているところがあると感じました。備蓄について、いざという時、どのような行動をとると良いのか、子供と一緒にもう一度話し合いたいと思います。大人より子供の方が、学校での訓練もあり、考えて動ける姿があったので、日頃から、防災について、気にとめる時間を大切にしたいと感じました。クイズがおもしろかったです。

・講座は1年生の息子には難しい内容でしたが、できるだけわかりやすくまとめていただけたので最後まで聞くことができました。息子はクイズが楽しかったそうです。

・防災について見直すことができて良かったです。家の中のキケンなところをもう一度しっかり整理整頓をしようと、つよく思いました。いつくるかわからない災害なので、日頃からの意識をもって取り組んでいけたらと思います。

・本日は、親子で学ぶ防災講座を聞くことができ、改めて防災に対して意識をもち、自分でできていない事は、すぐ対応したいと思いました。子供も先生から聞きました「う」「た」「お」を学ぶことができ、生き延びるために、忘れずに日々の生活から備えていきたいです。本当に勉強になりました。ありがとうございました。

・今日1日だけで防災の意識が高まりました。自分の部屋の家具の配置は改めて考えると入り口を防ぐことになってしまい、危険なことが分かりました。この時間で分かったことを自分の命を守るために直したり、掃除などをしたりしたいです。

第2回在宅研修

「親子でクッキング」

取り組み期間： 令和6年8月1日～10月31日

場 所： 各委員の自宅にて

内 容： 親子でクッキングに取り組む

第2回目の研修は、各家庭で親子・家族と一緒にクッキングに取り組みました。「どんなメニューにしよう?」「作り方は?」などと親子間でコミュニケーションを取りながら一緒に料理をすることにより、食への関心や親子の絆を深める事を目標としました。



【アンケート内容】

- ① だれと作りましたか?(年齢・性別)
- ② 工夫した点、難しかった点、苦労した点、お勧めしたい点など
- ③ 親子で取り組んでみての感想

★春日小学校 ★【カボチャ&ジャガイモグラタン】

① 10歳女、7歳男2人

②家で採れたジャガイモとカボチャを使いました。

どちらも子供たちで収穫した(選んだので)大きくて切るのが大変でしたが、子供たちは指を切らないように気をつけながら切ってくれました。器の右側はジャガイモで左側はカボチャにして選べるようにしました。



③日頃なかなか、時間もなくて一緒に作る事がなかったので、よい機会でした。また、頼んだことが任せられるようになり、成長を感じることができました。



★池田中学校 ★【アップルパイ】



①娘(中1)

②夏休みで時間があるので、普段は作らないスイーツを娘の希望で作ることにしました。りんごの芯をくり抜いたり、卵を黄身と白身に分けたり、苦戦しながら取り組んでいました。

③普段は、料理を作る手伝いはしてくれないので、一緒に作れてとても楽しかったです。これを期に、少しずつでも時間をつくって、一緒に料理をする時間を増やしたいと思いました。



★谷汲小学校 ★【ハンバーガー】

①息子(5年)

②夏休みに通っている施設で、みんなでお出かけするためお昼は軽食でとの事。



息子の希望で、ハンバーガーを作りました。写真にはありませんが、照り焼きソースも1から作りました。

こちらから手伝ってほしいと言うと嫌がりますが、自分からやりたいと言った時は、色々と進んでやってくれるので、そういった時間が増えてくるといいなあと思います。

③普段、気軽に買って食べる事ができる物でも、こうやって作ってみると、色んな工程があった、「お店の人の大変さが分かった！」と話してくれました。



★小島小学校 ★【コロッケ】

①息子(小4、中2)

②いつも子供達からのリクエストが多いおかずを作ろうと思い、コロッケにしました。兄は具材調理、弟はじゃがいも担当と分担して作っていました。整形は一口サイズでお願いをしたので、逆に難しかったようで、大きさはバラバラになりましたが、それもよしということで楽しくできました。



③普段から弟の方は進んでお手伝いはしてくれるのですが、兄の方は年頃になってきてなかなか一緒に料理をすることがないので、久しぶりに3人で料理ができとても楽しかったです。これを機にご飯をただ食べるだけでなく、作る楽しみも知ってもらえたらいいと思いました。

★大野小学校 ★【ドーナツ】

①娘(5年生)

②ホットケーキミックスで簡単に作りました。フワフワ食感になるよう牛乳の代わりに、プレーンヨーグルトを入れました。柔らかいので絞って形を作るのが、難しかったです。

③娘は、初めて油を使ったので、ひっくり返す時が難しかったそうです。楽しく調理が出来たそうで、また作りたいと言っていました。

外側はカリカリで、中はフワフワして美味しかったです。



★南小学校 ★【レモン汁の豚汁】

①娘(6年生)

②今年の夏はとても暑いので夏バテ防止の為にさっぱりとした献立を作りました。バラ肉を切る時にヌルヌルして中々切れなくて苦戦していました。



③一緒に料理を作ることがあまりないので、よい機会でした。家族に喜んでもらえたので、また作りたいと思います。



★清水小学校 ★【オムライスとスープ】



①娘(小2、小5)

②子供2人がそれぞれ好きな物を作ることになりました。下の子はまだ包丁が苦手を手伝いましたが。上の子は上手にできるようになりました。お肉は切りにくいので、キッチンばさみでカットしました。



③なかなか時間が無く、一緒にご飯を作ることができていませんでしたが。子供達が「とても楽しかった」と喜んでいて、良い時間を過ごせたと思います。味も100点満点だとたくさん食べてくれました。



★北和中学校 ★【ポテトサラダ】

①娘(13歳)と母

②きゅうりとにんじんを細かく切るのに苦労しました



③普段一緒に料理をしないので、作ってみて楽しかったです。また一緒に料理を作りたいと思いました。



★揖斐川中学校 ★ 【ピザ】

①息子(小6)娘(年長)

②子供たちの大好きなピザを作りました。今回はホットケーキミックス粉で作ってみました。生地をねかせる手間もなく、すぐ作れるのでおすすめです。



③娘はとくに一緒に料理を作ることが大好きなので、喜んでいました。でき上がりもなんとか上手くって美味しくみんなでいただきました。野菜が苦手ですが、自分で作ったこともあり、ペロりと食べていました。また子供たちいろいろな料理を作りたいと思います。

★池田小学校★ 【コンソメスープ】

①娘(小5)

②野菜でも色々な切り方があることを教えました。包丁に慣れていないので、細かく切るのに苦労しました。

③家族みんなで美味しくいただきました。これを機に料理のお手伝いをしてくれると嬉しいです



★谷汲中学校★【大豆ミートのヘルシー餃子】



- ①15歳、女
- ②大豆ミートを使うことで環境と身体に優しい餃子の提案をしました。
- ③娘の方が餃子包みは上手なので頼りになります。



★揖斐川小学校★【夏野菜カレー】

- ①娘(小3)
- ②夏バテ気味の家族の為に、畑で採れた夏野菜を使って夏野菜カレーを作りました。普段苦手なナスやピーマンも細かく切って入れる事で美味しく食べることができました。最後に素揚げした夏野菜を飾りつけて見た目も楽しく作ることができました。
- ③普段は苦手な野菜は口にしてくれない事が多いのですが、一緒に作る事で、進んで食べてくれました。自分で作ると一層美味しく感じられた様で、また一緒に作りたい！と言ってくれました。



★大野西小学校★ 【きゅうりとハムのサラダ】



①息子小6

②暑いので火を使わずにできる料理がしたいとの事だったのでサラダにしました。

夏野菜のきゅうりをたくさん使って作れたかったので、初めての千切りはとても大変そうでした。



③普段、料理をしない息子でしたが積極的に作ってくれました。

千切りは時間がかかりましたが最後まで頑張って切ってくれました。とてもあっさりしていて食べやすいのでまた作ってもらおうと思います。

思春期なお年頃ですが一緒に料理する事で、コミュニケーションが取れていいかもと感じました。



★大野中小学校★ 【ぎょうざ】

①息子 2年生

②息子の希望で、大好きな餃子を作りました。具材を細かく刻むために、チョッパーやハサミを使って子供でもやりやすいように工夫しました。

③普段は出来上がったものしか見ていないので、どんな具材が入っていてどのような工程でつくられるか知ることができ、「こんな大変な事をしてご飯を作ってくれているのか」と驚いていて、学校で食べている給食や、家でのご飯のありがたみを感じることができたようです。



★北方小学校★【野菜の肉巻き】

①娘 4年生

②ナスが苦手な弟(2年生)のために、祖父の畑の野菜を使って肉詰めを作りました。ナス以外にも、オクラ、ピーマン、人参をスティック状に切って入れることで野菜をたくさん摂れるようにしました。



③最近、なかなか一緒に料理を作る時間がもてなかったのが、とても良い機会でした。ナスが苦手な弟も



「美味しい」と言って食べてくれたので、娘も嬉しかったようです。

★八幡小学校★【ミニどら焼き】



①息子 4年生

②祖父母も好きなどら焼きを、定番のあんこや栗の他に、ジャムやフルーツも用意して、サイズも小さめにしているいろんな味を家族みんなで楽しめるように作りました。

③家族でテーブルを囲んで、この組み合わせ美味しそう！と、とても楽しめました。みんな美味しそうに食べていて、息子も大満足でした。



★大野中学校★【手作り味噌】

①中学 3 年から小学 1 年男女

②自分のが。わかるように、ビニール袋で、豆をつぶした。

日本の食は、素晴らしい。発酵食品を、摂ると、免疫力がアップするので。ぜひ手作りお味噌で、お味噌を作って下さい。

③お味噌は、毎年作っています。我が家の恒例行事ですので、ずっと続けて行きたいです。



★大和小学校★【手作り餃子】

①娘(小 2)

②具がたくさんだったので、ボウルの中で具をこぼさないように混ぜるのが難しかったです。

③餃子の皮に具をのせて包むときに、具を真ん中にしながら包むのが難しかったです。

ニラは、途中から何本か束にして切るようにしたら、早く切れました。



③家族皆で作ったので、楽しかったです。子ども向けに具を少なめにすると包みやすくなり、はりきってたくさん包んでくれました。とても助かりました。



★大野北小学校★【ささみのピカタ】

①娘(小2)

②子どもでも簡単に作れて、しかも包丁いらずです！

パサつきやすいササミをしっとり、簡単に歯で噛み切れるように仕上げました！

タマゴをとく、味付けをする、焼く。簡単な料理の基本で子どもたちの最初の料理にもオススメです。



③熱したフライパンにタマゴのついたササミを入れる際に飛び跳ねる油に少し驚いていましたが、無事に焼き上げることが出来ました！
これからは食べる喜びだけではなく、作る楽しみも体感してもらえたらな、と思います！



★大野東小学校★【手作りじゃがりこ】

①娘(小5)

② 最近添加物が気になって、よく食べるじゃがりこを手作りしてみようと思いました。



米粉と米油をつなぎに使っているのが身体に優しいのですが、生地がまとまり辛く、じゃがりこの細さに切り分けたり、鉄板に乗せる時に苦労しました。

③いつもはピーラーでじゃがいもの皮をむいていましたが、初めて包丁で皮むきをしました。最初は怖々やってましたが、コツを掴んで嬉しそうにしていました。

なかなかゆっくり教えたり出来なかったのですが、とても良い時間になりました。



★温知小学校★【クリームシチュー】

①息子 小4

②普段は、ジャガイモで作るシチューですが、旬のサツマイモを使って、作ってみました。いつもより甘い仕上がりになりました。
サツマイモを切ることが、難しかったようですが、自分で考え、慎重に進める姿に、成長を感じました。



③お手伝いが、大好きなので、親子で楽しい時間を過ごすことが出来ました。
部活で疲れて帰ってきた、お姉ちゃんたちに「美味しい」と喜んで食べてもらえて、とても嬉しかったです。時間を見つけては、一緒に楽しむ時間を大切にしたいと思います。



★養基小学校★【米粉のチーズケーキ】

①小3男子 年長女の子

②身体のことを考えて小麦粉をなるべく摂らない食生活をしています。混ぜるときにこぼれそうになっていましたが、ゆっくり丁寧と言って上手に作ることができました。

③みんなで協力してなにか一つのものを作る。そして美味しく食べる。いい時間になりました。



★損東中学校★【鮎の塩焼き】



①中3息子と母と祖父

②毎年恒例行事であるお庭で鮎の塩焼き。今年は初めて息子も祖父と一緒に鮎の串刺しから挑戦！なかなかまっすぐに串が刺さらず、手こずってたけど、祖父の補助もあり綺麗に焼くことができました。



③普段から料理が好きで家庭でも手伝ってくれていますが、初めての鮎の塩焼きは難しかったみたいです。普段なかなか話せないことも色々会話しながらとても充実した時間が過ごせました。



おわりに…

今年度のテーマ「深めよう 親子の絆・育てよう 豊かな心」のもと、皆様と共に素晴らしい活動を行えたことを大変嬉しく思います。

防災講座では、防災士の方のご指導のもと、親子で防災の重要性を再認識し、実践的な知識を身に付けることができました。また、新聞のゴミ箱づくりを通じて、親子での協力や創造力を育むことができました。

夏休みのクッキング活動では、各家庭で親子と一緒に料理を楽しみながら、家庭内でのコミュニケーションを深める良い機会となりました。親子の絆がさらに強まり、思い出に残るひとときを過ごせたことと思います。

これらの活動を通じて、親子の絆がより一層強まり、豊かな心を育むことができました。これからも親子で多くの時間を共有し、共に成長していくことを願っております。

最後になりますが、活動にご参加いただき、ご協力いただいた全ての皆様に心から感謝申し上げます。今後とも、子育て委員会の活動にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。1年間ありがとうございました。