



「県中域内家庭教育支援者研修会」

演題：子どもに伝わる魔法の「ほめ方」「叱り方」

講師：親子カウンセラー・言葉かけコーチ 島谷 留美 氏

11月15日(土)参加者56名(男11,女45)。
子どもに対する言葉かけや接し方の実践的な知識、技能を身につけることをねらいとして開催しました。講話等の一部を紹介します。

《効果的な聞き方》

「は・ふ・へ・ほ+そ」を使う

は……はい

ふ……ふーん

へ……へー

ほ……ほー

そ……そ（そうなんだね・それから）

「そ」は最強のリスニングツール



《レッテル用語を使わない》

親が勝手に判断して使っている言葉

「できないでしょ」「やっぱり」

「続かないよね」「また〇〇～」

「いつも〇〇～」……等々

『ぐずぐずしている子』『だらしのない子』

等といったやる気を損ねる言葉

《「わたしメッセージ」は最強のほめ方・叱り方》

「わたしメッセージ」を伝える

3
つ
セ
ッ
ト

①事実：事実は何か

②理由：（ほめたい・叱りたい）理由は何か

③気持ち：「わたし」の気持ちは



「は・ふ・へ・ほ+そ」の相槌は、「私はあなたの話を聞いていますよ」という事実を子どもに伝えることができる。

↓ そうすることで

- 話す人が主役になる。
- 話しているうちに考えるようになる。
- 自分で結論を出すようになる。

～例～

子：「図書館行った方がいいかなあ。ヤバいんだよねー、今度のテスト。」

親：「へー」

子：「今日やっておかないと、明日きつくなるんだよねー。」

親：「ふーん」

子：「やっぱり図書館行こうかな・・・。」

親：「そ」

↓

◎子どもは、今回のテストのために、自分でどうすればよいか答えを出すことができた（自主性）。

事実ではないことをきめつけてしまう「レッテル用語」での言葉かけは、親子コミュニケーションに壁を作り、子どものやる気を損ねてしまう。

↓

子どもを伸ばすための「ほめ方」は、写真に写して目で確認できるような事実ベースの言葉かけを意識することが大切である。

「すごいね」「えらいね」は、ほめ言葉ではあるが、上の立場からの評価で、子どもを伸ばすことにつながらない。「わたし」（親）を主語にして伝えることで、子どものやる気を刺激し、行動に変化が見られるようになる。叱るときも同様で、「わたし」は子どもの何を叱りたいのか、「わたし」の本当の気持ちはどこにあるのかを振り返り、「わたしメッセージ」を伝えることが大切である。

～例（叱るとき）～

子どもが、泥がついた靴下のまま部屋に入ってきた場合

母：「何回言ったら分かるの！」・・・×レッテル用語

（何回言っても分からない子）

子：「何回も言われてねえし」

（なんでお母さんは怒っているんだろう？・反感）

↓ ここで

◎「わたしメッセージ」

母：①事実を伝える 「床が汚れていると」

②叱りたい理由 掃除しなくてはいけなくて

③私の気持ち 大変なんだよね・・・」

◎母親の気持ちを知り、その後の行動を子ども自ら考えるようになる（自主性）。

～参加者の声～

- ・ 事例を交えながらの講演で、具体的に「ほめ方」や「叱り方」を学ぶことができました。3つセットの「わたしメッセージ」で、子どもと保護者だけでなく、色々な場面で活用していきたいと思いました。
- ・ 「事実を見る」ということは、できてそうでできていなかったことがわかりました。自分で解釈して判断してしまっていることに気がきました。
- ・ 言葉の大切さが分かりました。子どもに限らず大人との会話にも同じように気をつけて話せば、お互い嬉しい気持ちになると思います。



「令和7年度福島県教育・文化関係表彰(功績顕著な施設)受賞」

喜久田公民館・田村公民館

令和7年度福島県の公民館表彰を受賞された「郡山市立田村公民館」と「郡山市立喜久田公民館」の取り組みについて紹介します。

田村公民館

「人づくり」「生きがいくくり」「まちづくり」「夢を叶える生涯学習の場」とした活動を重点目標とし、教育の枠を越えた他分野との連携を図りながら、地域の実情に即し地域資源を最大限に生かした多面的な視点の事業展開を紹介します。

1 伝統文化の継承による地域づくり ～世代間対象事業：「守山じめ伝承講座」～

「守山じめ」とは、五穀豊穡と家内安全を願うとともに、稲（わら）の美しさや形の美しさを追求することが特徴です。江戸時代から続く「守山じめ」の技術を継承するとともに、参加者の交流や季節の行事を大切にする心を育む場を提供することを目的としています。参加者の交流と季節の行事を大切にする心の醸成を深め、それぞれの味わい深い作品を仕上げ、また、大地の恵みをもって幸せを願う「しめ縄文化」を地域の暮らしの中に浸透させています。



2 ボランティア活動を通じた地域づくり ～男性対象事業：団塊世代の地域デビュー「粋な男塾」～

講座を通して、多種多様な見識・経験を地域活動に生かし、地域貢献・新しい仲間づくり・生きがいくくりを目的としています。陶芸教室や果実酒作り、福島県歴史などを学ぶほか、地区の文化祭や公民館事業への支援・協力など、ボランティア活動を通じた地域事業のデビューにつなげています。参加者の親睦が図れ、地域貢献の意識が高まり、地域行事への参加と公民館事業への協力など地域で活躍できる人材育成につながっています。



3 地域資源を生かしたまちの活性化 ～一般対象事業：宇津峰親善登山大会～



登山とレクリエーションを通して、住民の体力づくりと親睦を図り、また、故郷の自然を愛する心を養い、心身ともに健全な青少年の育成を図ることを目的としています。地域・学校・行政の協力のもと、子ども会を介して多くの子ども達も参加しています。自然に触れ合う楽しさを味わうとともに、地域を学ぶ取組は地域資源を最大限に生かした活動になっています。

喜久田公民館

基本理念を「ともに学び、ともに育み、未来を拓く教育の創造」とし、多様化する住民ニーズに対応するために、公民館が有する情報収集能力やコーディネート力を発揮した事業展開を紹介します。

1 人材の育成を通じた地域づくり ～男性対象事業：セカンドライフ「きくた男登坂」～

今まで培ってきた知識や経験を生かしながら、セカンドライフを有意義に過ごすための仲間づくりと地域活動に参加する足がかりとし、地域で活躍できる人材の育成を目的としています。毎年新規参加者があり、非常に活気があり和気あいあいとした雰囲気です。また、今何に興味があり、何を求めているのかをリサーチし、希望に沿った講座内容になるよう努めています。積極的に学ぶ姿があり、家に籠りがちな熟年男性像を打ち消す生涯学習の模範的な講座となっています。



2 子どもの学びを通じた地域づくり ～青少年対象事業：「地域未来塾こどもの広場」～

学校や家庭ではできない様々な体験活動を通して子ども達の好奇心を高め、健全な育成と自主性、協調性を養うことを目的としています。リズムに合わせて楽しく体を動かすHIPHOPダンスをしたり、館外学習として工場を見学し、製造から物流までの仕組みなどを学んだりもしています。同級生や異なる学年と一緒に学ぶことで刺激し合いながら熱心に取り組み、また、親子が協力し合って1つの作品を作り上げる学習等もあり、様々なことに興味を持って楽しく学んでいます。



3 地域資源を活かしたまちの活性化 ～一般対象事業：桜まつり～



地域住民が一同に会す「桜まつり」を通して、親睦と融和を図り、町の活性化とふるさとづくりにつながるようにしています。婦人会、子ども会育成会、有志会など多種多様な団体が協力し合い実施しています。まつり開催後には、次年度に向けた改善点等を話し合い、住民の満足度の向上を目指しています。藤田川のふれあい桜堤を提灯で電飾し、カラオケ・民謡・舞踊、大正琴、太鼓等を発表する演芸会など、環境と活動を整えた場で、住民が広く交流し絆を深める取組が、地域コミュニティの推進につながっています。