

# 令和5年度（2023年度） くまもと「親の学び」プログラム 次世代編実践事例集



（西原村立西原中学校における次世代編講座の様子）

熊本県教育委員会



## 【 目 次 】

はじめに . . . . . 1

くまもと「親の学び」次世代編実践協力校実施一覧 . . . . . 2

### 各校の実践

宇土市立網田中学校 . . . . . 3

荒尾市立荒尾第三中学校 . . . . . 4

菊池市立旭志中学校 . . . . . 5

菊池市立菊池南中学校 . . . . . 6

菊池市立菊池北中学校 . . . . . 7

大津町立大津北中学校 . . . . . 8

菊陽町立菊陽中学校 . . . . . 9

西原村立西原中学校 . . . . . 10

御船町立御船中学校 . . . . . 11

八代市立第六中学校 . . . . . 12

水俣市立袋中学校 . . . . . 13、14

球磨村立球磨中学校 . . . . . 15

上天草市立松島中学校 . . . . . 16

山鹿市立菊鹿中学校 . . . . . 17

### 紹介

動画で楽しく学ぶ「親の学び」オンデマンド講座



































動画で楽しく学ぶ 二次元コードから簡単に視聴できます！ぜひご覧ください！

# 「親の学び」オンデマンド講座

## 「親の学び」オンデマンド講座とは



科学的知見に基づく子育てのポイントや豆知識について、短時間の動画視聴で、いつでもどこでも楽しく学ぶことができる講座です（6～8分程度）。

※対面講座のプログラムの一つとしても活用できます。

## 1 「睡眠編」正しく理解、睡眠のあれこれ



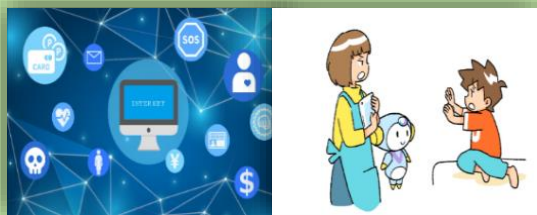
決まった量の睡眠は体内時計を整えることや、発達段階に応じて必要な睡眠時間をとることなど、睡眠の正しい習慣に関するクイズを交えて学びます。

【睡眠編】



<https://youtu.be/hHwDDZZTheae> <https://youtu.be/hHwDDZZTheae>

## 2 「デジタル機器編」正しいデジタル機器との付き合い方



スマートフォン等のデジタル機器の使用時間や家庭内におけるデジタル機器の使用のルール作りなど、クイズを交えて学びます。

【デジタル機器編】



<https://youtu.be/Rz0PcxiXjg> <https://youtu.be/Rz0PcxiXjg>

## 3 「スマホ編」考えようスマホとの距離



日常のスマホやタブレット等の使い方を見直したり、ペアレンタルコントロールの活用について話し合ったりすることで、正しい習慣に関することについて学びます。

【スマホ編】



<https://youtu.be/42KR63jU-SI> <https://youtu.be/42KR63jU-SI>

## 4 「朝ごはん編」朝ごはんを食べよう！



朝食をとることのよさ、朝食を抜くことや夜型生活による悪影響について、調査結果や科学的根拠をもとに、学力や体力との関係について学びます。

【朝ごはん編】



<https://youtu.be/E1FHazsfmaA> <https://youtu.be/E1FHazsfmaA>



つつかないモン  
Keep Diet

WITH



手を洗うモン  
Wash Hand

コロナ



換気をするモン  
Open Window

熊本県教育委員会

問い合わせ先 市町村教育局社会教育課 ☎ 096-333-2697



