

令和6年度子どもたちの自己肯定感

を涵養する授業づくり支援事業

通信 Vol. 2

『Well-being!! (ウェルビーイング) 』

発行者：三重県教育委員会

研修企画・支援課

連絡先：TEL：059-226-3731

Well-being!!

2024. 9.4

※タイトルの「Well-being!!」は、三重の教育をとおして、子どもや教職員等一人ひとりのウェルビーイングが向上することを願い名付けました。

伊賀市立府中小学校 「自己肯定感を高める学校づくり研修会」 名張子ども料理教室 リトルシェフ 菅井美幸先生

7月23日(火)
伊賀市立府中小学
校の校内研修で、
名張子ども料理教室 リトルシェフ
菅井美幸先生による
校内研修会を実施し
ました。



菅井 美幸（すがい みゆき）先生

2014年、東京の店を閉じ、家族で三重県名張市に移住。子どもに料理をさせることの大切さに気づき4歳からの子ども料理教室を開始。

2024年「はじめての包丁BOOK」を出版。伊賀市の全小学校に本を寄贈。本の中で「料理の効能は、自己肯定感が高まること」「他者貢献の心が芽生えること」とうったえる。

調理過程での自己肯定感を高めるしかけ

菅井先生から、調理の過程において、教員が行う子どもたちの自己肯定感を高めるしかけとして、次の3点が話されました。

① たくさんの選択肢を与える

調理方法や食材など、なるべくたくさんの選択肢を提案します。子ども自身による選択が料理の出来映えにつながります。

自己決定の機会

② 少しのチャレンジで乗り越えられる活動をつくる

調理過程において少しの負荷を与え、課題を乗り越えさせます。がんばって乗り越えたことが自信につながっていきます。

スモールステップ
の成功体験

③ 相手に寄り添い工夫する場面をつくる

料理を提供する相手の好み等を考え、調理を工夫させます。工夫することにまちがいはないことを伝えることで、自信を持って取り組むことができます。

それぞれのやり方
でみんなが
100点!!



ポイント!

● 子どもたちが相手の気持ちに寄り添ったり、感謝の気持ちを伝えたりする場面の設定

● 達成感や成功体験につながる体験活動

意図的な活動を取り入れることが、自己肯定感の涵養につながります。



自己肯定感を高める学校づくりに向けた校内研修

府中小学校の先生たちが小グループとなり、自分が自己肯定感をどのように捉えているかについての対話が行われました。



自己肯定感って何？

ありのままの自分が好き

- ・「自分なら大丈夫」
- ・「自分には幸せになる価値がある」
- ・「自分の人生にはきっといいことがある」

林校長先生による学校づくりの方向性の共有

① 教科学習が好きになるための全員発表の授業

(授業づくりの工夫)

少人数の学校では、子どもたちの人間関係は保育所の時から大きく変わらず、発表する子が偏ってきます。

そこで、「自分はどのように考えているか全員が伝えられる場面を授業の中に組み込む」ことに取り組みしました。

② 自己肯定感を高めるための「地域の方から、地域を学ぶ学習」

(地域の方から学ぶ良さ)

自分たちが地域のみなさんから期待されていることや大切にされている、応援してくださっていることを感じる

自己肯定感・自己有用感の高揚

(地域を学ぶ良さ)

自分たちが住む地域の自然や歴史・文化などを学ぶことをとおして、地域の良さを知る

地域に親しみや誇りをもつ

学習をとおして、子どもたちに「感謝の気持ちを伝えたい」と言う気持ちが芽生え、「地域のために何かをしたい」と自主的に行動に移す姿が見られました。

各モデル校における校内研修会の予定（9月以降）

9月以降も、各校で行われる研修会等を参観できる機会を継続して実施いたします。モデル校相互の学び合いにつながるようたくさんのご参加お待ちしております。9月以降に行われる研修会等は以下の表のとおりです。

8月20日の国府小学校校内研修会には、他校から3名のご参加をいただきました！

	学校名	日時	実施内容
中学校	東員町立 東員第一中学校	11/22（金） 15:40～17:00 ※変更になる場合があります	コーチング研修 講師：共創コーチング株式会社 稲垣 友仁
	南伊勢町立 南島中学校	10/4(金)・11/28（木） 時間未定	南島中学校校内研修
県立学校	津東高等学校	9/12（木） 15:30～16:20	地域で自分らしく活躍する生徒を育成するには 講師：大正大学 教授 浦崎 太郎

○研修会等への参観希望の方は、実施日の1週間前までに、以下の連絡先までお知らせください。

（連絡先）三重県教育委員会事務局 研修企画・支援課 TEL 059-226-3731

○モデル校の校内研修への参加に係る旅費は、小学校 1181-22 中学校 1183-22 高等学校 1186-07 特別支援学校 0553-07 にて精算をお願いします。