



# ライフスキル教育ワークショップ かごつま (鹿児島) 2024

期日 : 2024年8月8日(木) 9:30~17:00, 9日(金) 9:15~16:30

会場 : 宝山ホール (鹿児島県文化センター) 2F 第2会議室, 3階第4会議室

TEL099-223-4221 (〒892-0816 鹿児島市山下町 5-3)



主催 J K Y B ライフスキル教育研究会

後援 鹿児島県教育委員会, 鹿児島市教育委員会

8月8日（木）

09：30～09：45 受付（3階第4会議室）

09：45～10：00

初日開会式（3階第4会議室）

初参加者コース（3階第4会議室）	経験者コース（2階第2会議室）
<p>10：10～12：30  <b>ライフスキル教育の理論的基礎</b>                      （講師：神戸大学名誉教授 川畑徹朗）</p> <p>【知識中心型・脅し型健康教育に代表される古典的健康教育の失敗を踏まえて、行動変容に有効な健康教育を追求する中で生まれたライフスキル教育の理論的基礎について、体験学習を通して学びます。                      またセルフエスティームやライフスキルは、子どもたちが人生上の目標を達成し、他者と協働し、感情をコントロールする能力である社会情動的スキル（非認知的スキル）(OECD, 2015)の中核的内容であり、変化する社会の中で自分を見失うことなく、充実した人生を歩むための土台となることについても理解します。】</p>	<p>10：10～12：30  <b>ストレス対処スキルを用いた食育プログラム</b>                      （講師：大阪公立大学准教授 早見直美）</p> <p>【健康的な食生活がよいと頭では理解していても、できなくなることがあります。ストレスはその要因のひとつといえます。現代の子どもたちは多くのストレスを抱えています。ストレスがかかると、お菓子をドカ食いする、食欲がなくなるなど食行動へ影響があることが知られています。「ストレスをはねのける（強くなる）」「ストレスに健康的に対処する」方法を身につけ、不健康な食行動を予防し健康的な食生活につなげるプログラムの体験学習を行います。】</p>

12：30～13：30 昼食休憩

初参加者コース（3階第4会議室）	経験者コース（2階第2会議室）
<p>13：30～16：30  <b>JKYB 食生活教育プログラム</b>                      （講師：早見直美）</p> <p>【日々の食の営みは、生涯の健康管理に欠かせません。これには、幼少期における食習慣形成が重要となります。JKYB食生活教育プログラムは、プリシードモデルをベースに構成され、知識・態度/ライフスキル・社会資源/身近な人の態度・行動により、健康的な食行動形成・維持を目指します。日々の食生活をとおして、生きる力を育成します。                      本セッションでは、プログラム“バランス朝ごはんを毎日食べよう”“食品表示を読む”をベースに、楽しみながらライフスキル教育”の理論と実践を学びましょう。】</p>	<p>13：30～16：30  <b>JKYB いじめ防止プログラム</b>                      （講師：川畑徹朗）</p> <p>【いじめ対策の基本は「未然防止」です。JKYBライフスキル教育研究会は、「いじめをしない、受けない、見逃さない」子どもの育成を目指す小学校高学年～中学生用のいじめ防止プログラムの開発研究に取り組んできました。                      JKYBいじめ防止プログラムは、レジリエンシー（しなやかに生きる心の能力）を形成し、いじめを含む様々な危険行動を防止し、メンタルヘルスを向上させることを目的とした「ユニット1」と、いじめ目撃者の行動変容に焦点を当てた「ユニット2」から構成されています。                      本セッションでは、JKYBいじめ防止プログラムの理論と具体的学習活動について体験的に学びます。】</p>

16：40～17：00

初日閉会式（体験学習を含む）（3階第4会議室）

8月9日（金）

09：15～09：30 受付（3階第4会議室）

09：30～09：45 第2日開会式（3階第4会議室）

初参加者コース（3階第4会議室）	経験者コース（2階第2会議室）
<p>10：00～12：30</p> <p><b>上手に話を聞こう</b> （講師：前京都府綾部市教育長 村上元良）</p> <p>【学級の中で孤立してしまいがちな児童・生徒は、コミュニケーションの能力が低く、友人関係をうまく結べない場合が多く見られます。また、新型コロナウイルスの流行により、コミュニケーションの不足が課題となりました。コミュニケーション能力は、気持ちを伝え合うための大切な能力ですが、その要素の一つに、上手に相手の話を聞くことが挙げられます。指導要領においても、主体的・対話的で深い学びが求められており、上手に話を聞くスキルは、学力の向上にとっても必要不可欠です。本セッションでは、日常生活や学習活動に活かせるよう、上手に話を聞くためのスキルを体験的に学びます。】</p>	<p>10：00～12：30</p> <p><b>メンタルヘルスプロモーション</b> （講師：川畑徹朗）</p> <p>【我が国の年代別自殺率の年次推移によれば、ほとんどの年代において総じて減少傾向にあるのに対して、青少年の自殺率は漸増傾向にあります。そして、このコロナ禍によってメンタルヘルスの問題はますます深刻化しています。WHOは、学校におけるメンタルヘルスプロモーションを一次予防、二次予防、三次予防に分け、全ての児童生徒を対象とした一次予防がメンタルヘルスプロモーションの基盤になるという考えを提唱しています。JKYBは現在、WHOの考え方を参考に、レジリエンシーを育てる「ユニット1」と、具体的なメンタルヘルス教育である「ユニット2」から構成される一次予防としてのメンタルヘルスプロモーションプログラムの開発に着手しています。本セッションでは、JKYBメンタルヘルスプロモーションプログラムの基本的考え方と、具体的な内容について体験的に学びます。】</p>

12：30～13：30 昼食休憩

初参加者コース（3階第4会議室）	経験者コース（2階第2会議室）
<p>13：30～16：00</p> <p><b>セルフエスティーム形成教育の理論と実際</b> （講師：川畑徹朗）</p> <p>【セルフエスティーム（健全な自尊心）は、「人生の逆境に直面した時に、立ち直り、さらに成長するために必要な能力や特性」と定義されるレジリエンシーの本質的要素であると考えられています。本セッションでは、セルフエスティームの定義とその重要性、セルフエスティーム形成に関わる要因、学校教育における系統的なセルフエスティーム形成教育の内容について学びます。】</p>	<p>13：30～16：00</p> <p><b>ストレスに強くなろう</b>（講師：村上元良）</p> <p>【生涯を通じて大人も子どもも、様々な悩みや不安を日々経験しています。とりわけ児童・生徒は、社会経験が不足していたり、問題解決能力を十分に習得していなかったりするために、不安や悩みを抱えた状態が長く続き、心身の発育・発達に影響を及ぼすことさえあります。そのため、この時期の子どもたちにとって、不安や悩みの原因になりやすい事柄に気づき、それらに適切に対処する力、すなわちストレス対処スキルを形成することは極めて重要な意味をもっています。本セッションでは、まず生活の中において不安や悩みの原因になりやすい事柄に気づくとともに、人によって不安や悩みに対する感じ方には違いがあることを理解できる内容について学びます。】</p>

16：00～16：30 第2日閉会式（体験学習を含む）（3階第4会議室）

