

令和7年度（2025年度）第1回函館市社会教育委員の会議

障がい者の生涯学習推進について

令和7年10月2日(木) 14:00～ 函館市役所8階大会議室

北海道教育庁 渡島教育局 教育支援課 社会教育指導班
松田 夕紀

説明のながれ

1. 障がい者の生涯学習に関する動向

- (1) 障がい者の生涯学習推進の背景
- (2) 障がい者の生涯学習に関する現状と課題
- (3) 障がい者の生涯学習の推進方策

2. 北海道の現状と道教委の取組

- (1) 北海道の現状
- (2) 道教委の取組

3. 渡島教育局の取組

- (1) 障がい者の生涯学習に関する理解促進に向けたキャラバン隊
- (2) 「ウェル活」しませんか？

4. 道教委からのお知らせ

1. 障がい者の生涯学習に関する動向

- (1) 障がい者の生涯学習推進の背景
- (2) 障がい者の生涯学習に関する現状と課題
- (3) 障がい者の生涯学習の推進方策

(1) 障がい者の生涯学習推進の背景

平成26年 「障害者権利条約」の批准

→障がい者の生涯学習機会の確保が明記

平成28年 「障害者差別解消法」の施行

→国・自治体における合理的配慮の義務化

平成29年 文部科学大臣メッセージ（松野大臣）

→「特別支援教育の生涯学習化に向けて」

私はかねてより、障害のある方々が、この日本の社会でどうしたら夢や希望を持って活躍していくことができるかを考えてきました。その中でも印象的だったのが、特別支援学校での重い知的障害と身体障害のある生徒とその保護者との出会いです。その生徒は高等部3年生で、春に学校を卒業する予定であり、保護者によれば、卒業後の学びや交流の場がなくなるのではないかと大きな不安を持っておいででした。他にも多くの保護者から同様のご意見をいただきました。

これまでの行政は、障害のある方々に対して、学校を卒業するまでは特別支援学校をはじめとする「学校教育施策」によって、学校を卒業してからは「福祉施策」や「労働施策」によって、それぞれ支援を行ってきました。しかし、**これからは、障害のある方々が、学校卒業後も生涯を通じて教育や文化、スポーツなどの様々な機会に親しむことができるよう、教育施策とスポーツ施策、福祉施策、労働施策等を連動させながら支援していくことが重要**です。私はこれを「特別支援教育の生涯学習化」と表現することとしました。

文部科学省では、このような観点から昨年12月に「文部科学省が所管する分野における障害者施策の意識改革と抜本的な拡充」を公表しました。併せて、省内の体制を確立するために「特別支援総合プロジェクト特命チーム」を設置しました。さらに、今年度から生涯学習政策局に「障害者学習支援推進室」を新設しました。今後、この「障害者学習支援推進室」を中心に全省的に「Specialプロジェクト2020」や特別支援学校等における地域学校協働活動の推進、卒業後も含めた切れ目ない支援体制の整備の促進、障害のある学生への大学等における支援体制の充実等に取り組んでいきます。

各地方公共団体におかれては、障害のある方々がそれぞれのライフステージで夢と希望をもって生きていけるよう、生涯にわたる学習活動の充実を目指し、生涯学習や特別支援教育、スポーツ、文化、福祉、労働などの関係部局の連携の下、国とともに取り組んでいただきますようお願いいたします。

今週（4月2日～8日）は発達障害啓発週間です。

改めて、**国と地方公共団体、企業に加えて地域の皆さまとともに、障害のある方々がわけ隔てなく、互いに尊重し合いながら共生する社会の実現を目指していきたい**と強く願います。

(2) 障がい者の生涯学習に関する現状と課題

学校卒業後の状況

◆特別支援学校卒業生の高等教育機関への**進学率**
約2.1%

(卒業生の9割近くを占める知的障がい者の進学率 約0.5%)



就職または障がい福祉サービス

(2) 障がい者の生涯学習に関する現状と課題

障がい当事者の声（アンケート調査）

- ◆生涯学習の機会が「十分にある」「ある程度ある」
38.2%
- ◆現在生涯学習に取り組んでいる
20.7%
- ◆（生涯学習に取り組んでいない理由）
どのような学習があるのか、知らない
55.8%

※令和4年度調査

(3) 障がい者の生涯学習の推進方策

学校卒業後の障がい者が学ぶ場が十分でない



目指す方向性

- 誰もが、障がいの有無にかかわらず共に学び、生きる
共生社会の実現
- 障がい者の主体的な学びの重視、個性や得意分野を
生かした社会参加の実現

取り組むべき施策

- 国、地方公共団体、特別支援学校、大学、民間団体が
役割分担し、多様な学びの場づくりを推進
- 教育、福祉、労働等の分野の取組と連携の強化が重要

2. 北海道の現状と道教委の取組

(1) 北海道の現状

(2) 道教委の取組

(1) 北海道の現状

道内市町村における「障がい者の生涯学習」に関する
実態調査（令和7年4月、全道178市町村）

①障がいの有無にかかわらず参加可能な生涯学習
事業を実施している市町村の割合

※障がい者が参加することを想定して、情報保障や
アクセシビリティ等について検討しているもの

43.8%（78市町村）

(1) 北海道の現状

- ②「障がい者の生涯学習」に関する事業等の
情報を提供している市町村の割合
19.7% (35市町村)
→「広報誌への掲載」、「ホームページへの掲載」
「チラシ、パンフレット等の配布」が多い

- ③市町村が策定する教育全般に関する計画
(教育振興基本計画等) への障がい者の
生涯学習支援に関わる施策や事業を記載
している市町村の割合 21.9% (39市町村)

(1) 北海道の現状

- ④教育委員会職員を対象とした
「障がい者の生涯学習」に関する
研修を実施している市町村の割合
1.7% (3市町村)

- ⑤教育委員会職員を対象とした
「障がい理解等」に関する
研修を実施している市町村の割合
3.9% (7市町村)

(1) 北海道の現状

⑥障がい者の生涯学習推進上の課題が「ある」とした市町村の割合

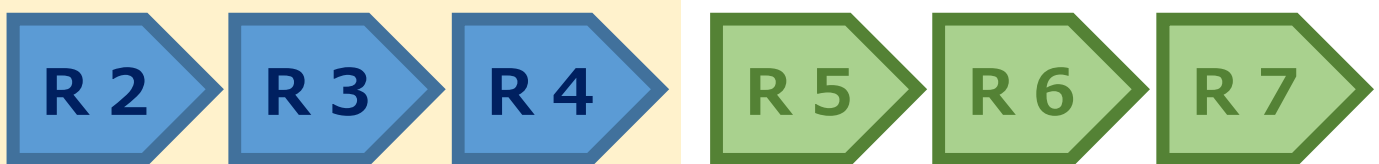
96.1% (171市町村)

障がい者の生涯学習推進上の課題

- ・ニーズの把握
- ・体制の整備
- ・施設や設備等の整備
- ・講師、指導者、ボランティア等の確保・養成

（２）道教委の取組

障害者の生涯学習推進コンソーシアム形成事業



インクルーシブ推進事業「ビッグフラグアート」

- ▶ ビッグフラグ制作
- ▶ 共生社会の祭典「東京2020パラリンピック」
- ▶ 北広島市民が応援する気持ちをアートで表現、障がい者・子ども・女性・高齢者・大学生等100人の「ビッグフラグ事業」として横断幕（10メートル）にチャレンジ
- ▶ 制作指導：Satoly（サトリー）



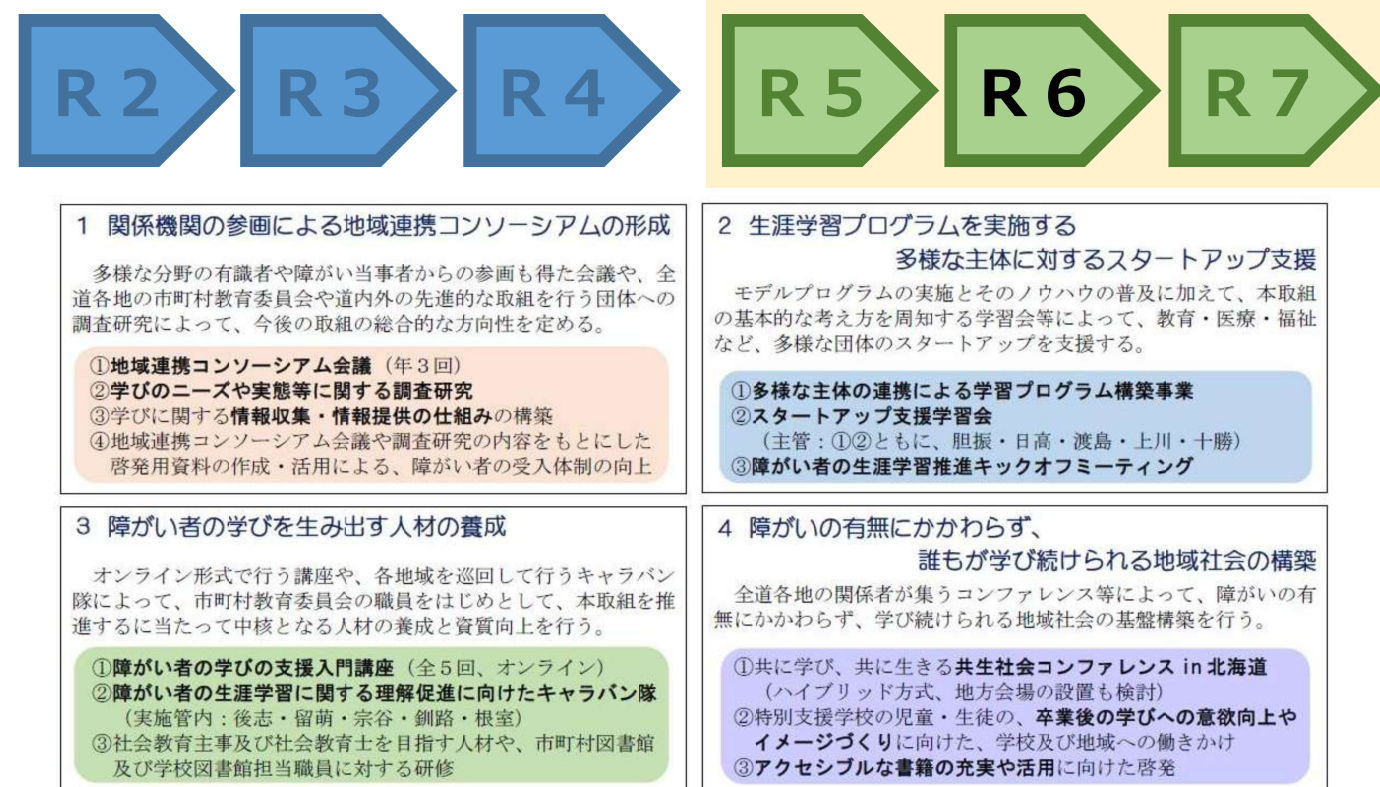
(2) 道教委の取組

障害者の生涯学習支援体制構築モデル事業



(2) 道教委の取組

障がい者の生涯学習支援体制構築モデル事業



多様な主体の連携による 学習プログラム構築事業

渡島管内

「サップに挑戦」



空知管内

「みんなでLet's Try!」



日高管内

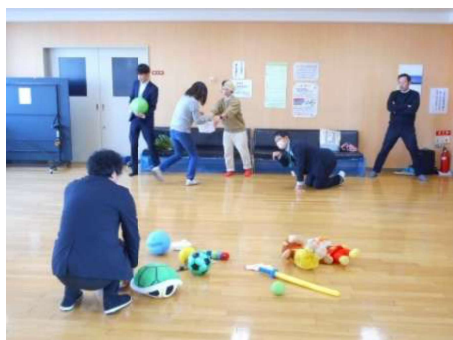
「うまとふれあい ほっこりタイム」



多様な主体の連携による 学習プログラム構築事業

胆振管内

「障がい×学び～聞こえない世界とは～」



上川管内

「鷹栖町北野地区防災教室」



十勝管内

「ほん×工作」



同じ目線で 共に学び、生きる 共生社会コンファレンス in 北海道

障がいのある人もない人もみんなで車椅子に乗って同じ目線で学びましょう！
車椅子をお持ちでない方のために会場に車椅子を用意してお待ちしています！

令和6年12月7日(土) 10:30~16:00 受付 10:00~ / 参加無料

会場 旭川市大雪クリスタルホール (旭川市神楽3条7丁目)

第1部 行政説明・講話

<行政説明>
障害者の生活を通じた多様な学習活動の充実について
文部科学省 障害者学習支援推進室長 星川正樹氏

<講話>
立たない立ち飲みバルを始めたきっかけと
車椅子ユーザーである私が伝えたいこと
立たない立ち飲みバル主催・車椅子女子 牧野美保氏

第2部 立たないカフェタイム

みんなで車椅子に乗りながら
同じ目線のコミュニケーションを
楽しみましょう！

展示：バリアフリー図書（協力：道立図書館）
体験：eポッチャ（協力：道立図書館）
※ドリンク・軽食は事前チケット制での提供となります。
※お身体を温めてお過ごしください。

第3部 分科会・トークセッション

<分科会1>
「障がい者と共生する特別支援教育」
旭川市の学校・旭川市 渡辺 達治氏

<分科会2>
「インクルージョン型学習」
インクルージョン型学習推進室 高橋 明子氏

<分科会3>
「障がい者と共生する特別支援教育」
旭川市の学校・旭川市 渡辺 達治氏

<トークセッション>
「誰もが生きやすい未来って？」
立たない立ち飲みバル主催・車椅子女子 牧野美保氏
文部科学省 障害者学習支援推進室 長門 剛氏
NPO法人カムイ大空バリアフリー研究 五十嵐 真幸氏

令和6年度 共に学び、生きる共生社会コンファレンス in 北海道
参加申込フォーム (右記の2次元コードより応募事項を記入の上、お申し込みください)
URL: <https://www.harp.jg.jp/ohiARpx1>



お問い合わせ先

北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課
〒060-8544 北海道札幌市中央区北3条西7丁目 通庁別館 TEL: 011-204-5994 FAX: 011-232-2236
(主催) 北海道教育委員会 文部科学省



第1部



第2部



第3部



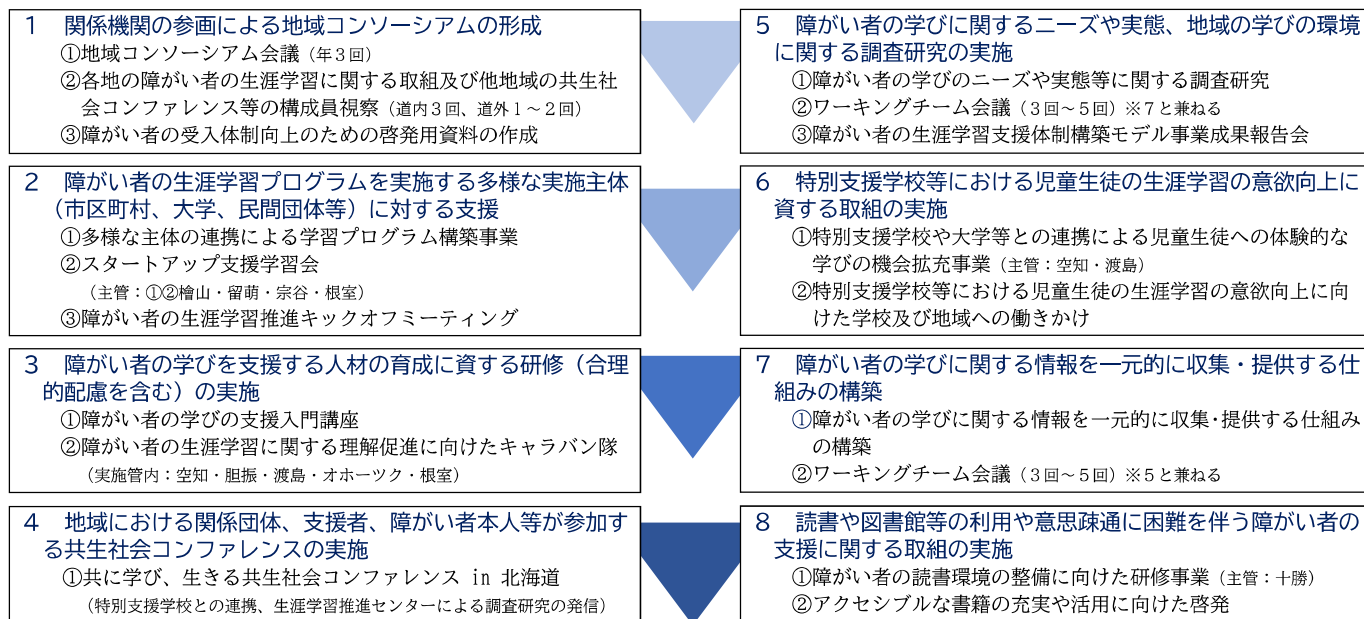
障がい者の生涯学習支援体制構築モデル事業

令和7年度

趣旨

学校卒業後の障がい者の社会参加・活躍を一層推進するため、地域コンソーシアム形成による持続可能な生涯学習支援体制を構築し、多様な学びの場の拡充を目指すとともに、市町村が障がい者の生涯学習に関する施策を計画的に推進できるよう、共生社会コンファレンス等の取組を通して、成果の普及を図る。

学校卒業後の障がい者の学びの場の拡充



共に学び、生きる共生社会の実現

共に学び、生きる
共生社会コンファレンス
in 北海道

令和7年 10月30日（木）

第1部 10:30～12:30 第2部 14:00～17:30

会場

函館市亀田交流プラザ
（函館市美原1丁目26-12）

3. 渡島教育局の取組

- (1) 障がい者の生涯学習に関する理解促進に向けたキャラバン隊
- (2) 「ウェル活」しませんか？

渡島教育局の取組

令和7年度 障がい者の生涯学習支援体制構築モデル事業 in 渡島

ウェル活・ともに学ぶプロジェクト

～支えあい・学びあい・分かちあい～

趣旨

学校卒業後の障がい者の社会参加・活躍を一層推進するため、地域コンソーシアム形成による持続可能な生涯学習支援体制を構築し、多様な学びの場の拡充を目指すとともに、市町村が障がい者の生涯学習に関する施策を計画的に推進できるよう、共生社会コンファレンス等の取組を通して、成果の普及を図る。

学校卒業後の障がい者の学びの場の拡充

～ 支えあい ～

障がい者の生涯学習に関する理解促進に向けたキャラバン隊

障がい者の生涯学習に関する学習会

渡島社会教育主委員会との連携

R6年度「多様性に応じた社会教育」、R7年度「多様性を認め合う社会教育」とした研修を進めていることから、障がい者を含めた多様な参加者に高い満足度をもっていただけることを目的に、各市町の社会教育関係者が事業立案等の学びを深める。

～ 学びあい ～

特別支援学校や大学等との連携による児童生徒への体験的な学びの機会拡充の取組

地域と連携した体験学習

独自で地域学校協働本部(HKSサポーターズ)を立ち上げ、学校運営協議会と連携した取組を実施している。また、北海道教育大学函館校と協働・連携した学びを進めている。地域との連携・協働をとおして、体験的な学びを深め、生徒の卒業後の余暇活動や地域の生涯学習支援体制の構築につなげる。

函館高等支援学校
HKSサポーターズ
北海道教育大学函館校との連携

～ 分かちあい ～

共に学び、生きる共生社会コンファレンス in 北海道

参加者との体験型の学び(ウェル活)

函館高等支援学校生徒が学んだことを地域の方へ披露したり、北海道教育大学函館校の協力を得て、障がいのある方を含めた来場者がスポーツや文化活動等の体験をすることをおして、障がい理解を深める。

函館高等支援学校、北海道教育大学函館校、障がい者福祉施設、地域の社会教育団体、渡島社会教育主委員会、地域住民 等

参加者との連携協力

障がい者の生涯学習に関する講話・研究協議

障がい者の生涯学習に関する現状や課題をふまえ、誰もが違いを認め合い自分らしく学び続けるための自分自身の在り方について、参加者の皆さんとともに考えを深める。

ともに学び、生きる共生社会の実現

障がい者の生涯学習に関する理解促進に向けたキャラバン隊in 渡島

(1) 説明 「障がい者の生涯学習推進における現状と道教委の取組」

説明者：北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課

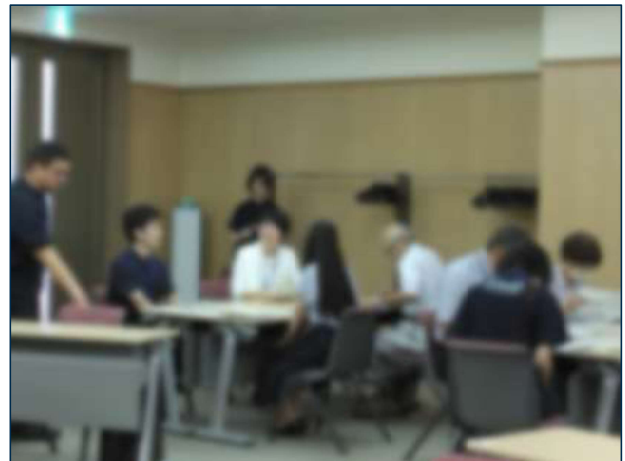
(2) 講義 「障がい者の生涯学習推進に向けて」

講師：医療法人稲生会 学びのディレクター 松井翔惟氏

(3) 協議 「障がい者の生涯学習の充実にに向けた私たちの役割」

進行：渡島教育局教育支援課社会教育指導班

助言者：医療法人稲生会 学びのディレクター 松井翔惟氏

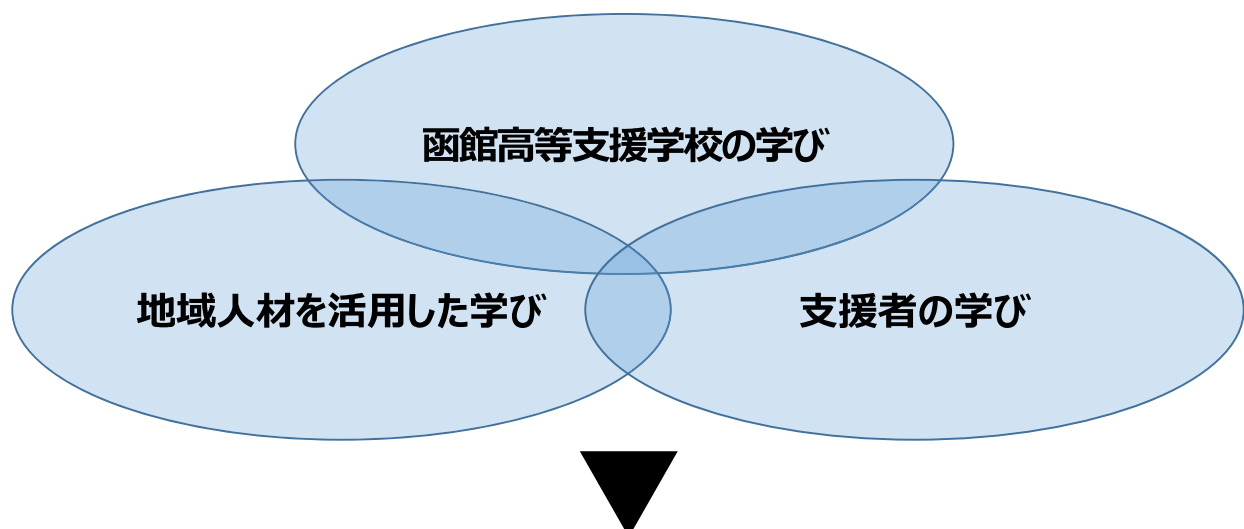


特別支援学校や大学等との連携による児童生徒への体験的な学びの機会拡充の取組

「ウェル活」しませんか？

【目的】

特別支援学校や大学等との連携による児童生徒への体験的な学びの機会の提供を通して、児童生徒の在学中からの生涯学習についての具体的なイメージづくりを図るとともに、学校卒業後も主体的に学び続けるための意欲向上を図る。



生徒の卒業後の余暇活動や地域の生涯学習支援体制の構築

「ウェル活」しませんか？



【パン作り】
キングバーク 様



【ゴスペル】
ゴスペルクワイア
MSC 様



【車椅子バスケットボール】
車椅子バスケットボール
Harder`s 様



3. 道教委からのお知らせ

- (1) 共生社会コンファレンスチラシ
- (2) 「ウェル活」しませんか？
- (3) 「障害のある方の学びの体制を構築するために」リーフレット(正規版)
- (4) 「多様な性について知っていますか？」
- (5) 「ネイパル共通リーフレット」
- (6) 防災APプログラム集
- (7) 「体験で子育てをアップデート！」
- (8) 家庭で。地域で。みんなで考え、取り組みましょう 子供の望ましい生活習慣・学習習慣
- (9) 「時間の目安を決めて子どもの生活リズムを整える！」小学校版

共に学び、生きる 共生社会コンファレンス in 北海道

障がいのある方の学びの場について、一緒に考えてみませんか。
障がいの有無にかかわらず、どなたでもお気軽にご参加ください。

令和7年 10月30日(木)

第1部 10:30～12:30 第2部 14:00～17:30 / 参加無料

会場

函館市亀田交流プラザ
(函館市美原1丁目26-12)



参加申込フォーム

フォーム入力によるお申込みが難しい場合は、
下記お問合せ先までご連絡ください。



車いす可



補助犬可



途中入退場可



手話通訳あり



要約筆記あり



エレベーターあり



多目的トイレあり



優先駐車場あり

お問合せ先

北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課

〒060-8544 北海道札幌市中央区北3条西7丁目 道庁別館 TEL: 011-204-5994 FAX: 011-232-2236

ウェル活・ともに学ぶプロジェクト

「ウェル活・ともに学ぶプロジェクト」は、特別支援学校の生徒が学校卒業後の学びの場をイメージするきっかけとなる、障がいの有無にかかわらず誰でも参加できる体験活動です。お申込みの際に①～③から一つをお選びいただきますので、ウェル活でともに学びましょう。

①おいしいコーヒーの淹れ方講座

講師：美鈴商事株式会社

函館生まれの美鈴珈琲のおいしいコーヒーを淹れる秘伝の技を覗いてみましょう。

ほっと一息できるコーヒータイムを、もうひと工夫してみませんか？

②みんなで歌おう！ゴスペル体験

講師：ゴスペルクワイア MSC

長年、函館で活動をしているゴスペルクワイアMSCさんと一緒に、歌うことの楽しさに触れてみませんか？

大きな声を出して身も心もリフレッシュしましょう！

③車いすバスケットボールに挑戦

講師：Harder's 函館元町ライオンズ WBC

世界で活躍する選手を輩出するチームと一緒に車いすバスケットに挑戦してみませんか？

想像以上の迫力に圧倒されますよ。

※運動のしやすい服装と室内用シューズをご準備ください。

タイムテーブル

10:00 第1部受付

10:30 体験活動

11:30 事業説明

昼休憩

13:30 第2部受付

14:00 開会

14:10 行政説明

14:30 講話

15:15 実践発表

15:45 トークセッション

16:30 協議

17:15 閉会

講話

函館コレクションが描く未来



講師：鹿野 牧子 氏

〔函館市女性会議DEI&Sアドバイザー〕
Uスタイル北海道プロジェクト/社協職員

障がいの有無にかかわらず参加できるユニバーサル・ファッションショー「函館コレクション」で立ち上げ当初からアドバイザーを務めている鹿野さんに、このイベントへの想いや描く未来についてお話しいただきます。

実践発表

手稲まちごと公民館構想

発表者：松井 翔惟 氏（医療法人稲生会 学びのディレクター）

トークセッション

自分らしく学び続けるために

登壇者：島 信一郎 氏（インクルーシブ未来推進機構代表）

佐藤 英明 氏（文部科学省障害者学習支援推進室）

五十嵐真幸 氏（NPO法人カムイ大雪バリアフリー研究所）

「^{かつ}ウェル活」しませんか？

「ウェル活」とは・・・

地域や社会のウェルビーイングの向上を目指し、障がいの有無にかかわらず、だれもが主体的に学び続ける活動のことです。

函館で活躍している団体・企業を講師に招いて実施する
函館高等支援学校の授業を体験・見学してみませんか？

パンづくり 見学会

9 / 5 (金) 8:35～12:55

講師 株式会社 キングバーク 様



ゴスペル 体験会

9 / 8 (月)
10 / 6 (月) 9:30～11:00
11 / 10 (月)

講師 ゴスペルクワイアMSC 様



車椅子 バスケット ボール 体験会

9 / 17 (水) 13:10～15:30

講師 Harder's函館元町ライオンズ
車椅子バスケットボールクラブ 様



会場 北海道函館高等支援学校（函館市石川町181-8）

函館高支って
こんな学校！

公式HP



公式note



詳細や申し込み方法につきましては、
別紙 開催要項をご覧ください。

北海道教育庁渡島教育局（担当：松田）
TEL 0138-47-9586 FAX 0138-47-9216
MAIL matsuda.yuki@pref.hokkaido.lg.jp

令和7年度 障がい者の生涯学習支援体制構築モデル事業 in 渡島
ウェル活・ともに学ぶプロジェクト
「ウェル活しませんか？」 開催要項

- 1 趣 旨 障がい者の生涯学習推進に向け、障がいの有無にかかわらずスポーツや芸術、調理活動等に取り組む楽しさを体験することを通じて、生徒の在学中からの生涯学習についての具体的なイメージづくりを図り、障がいの有無にかかわらない社会参加や活躍の場づくりの機会とするとともに、障がい者の学びを支援する人材育成の基盤とする。
- 2 主 催 北海道教育委員会
- 3 日 時 令和7年9月5日（金）～11月10日（月）
- 4 会 場 北海道函館高等支援学校（〒041-0802 北海道函館市石川町 181-8）
- 5 対 象 北海道函館高等支援学校生徒及び教職員、北海道函館高等支援学校学校運営協議会委員、HKSサポーターズ、市町及び市町教育委員会職員、北海道渡島総合振興局職員、北海道教育大学函館校関係者、障がい者当事者団体、障がい者福祉に関心のある地域住民等

6 内容及び日程

(1) パンづくり講座見学会（講師：株式会社キングベーク）

9月5日（金） 8:35～12:55

8:15 8:35 8:55 12:35 12:55

受付	オリエン テーション	(1) 講師紹介	(2) 体験	(3) ふりかえり	閉会
----	---------------	-------------	-----------	--------------	----

(2) ゴスペル体験会（講師：ゴスペルクワイアMSC）

9月8日（月）、10月6日（月）、11月10日（月） 9:30～11:00

9:10 9:30 9:50 10:40 11:00

受付	オリエン テーション	(1) 講師紹介	(2) 体験	(3) ふりかえり	閉会
----	---------------	-------------	-----------	--------------	----

(3) 車椅子バスケットボール体験会（講師：Harder's 函館元町ライオンズ車椅子バスケットボールクラブ）

9月17日（水） 13:10～15:30

12:50 13:10 13:25 15:10 15:30

受付	オリエン テーション	(1) 講師紹介	(2) 体験 ※適宜休憩をはさむ	(3) ふりかえり	閉会
----	---------------	-------------	------------------------	--------------	----

- 7 申 込 右の申込みフォームから申込みいただくか、別紙申込み書を
下記申込み先あてメールまたはFAXでご提出ください。

※申込み締切：各体験会・見学会の前日の13時まで

【 <https://cloud.harp.asp.lgwan.jp/id=C7u61lcb> 】



8 そ の 他

- ・上靴を持参し、車椅子バスケットボール体験会に参加される方は、動きやすい服装でお越しください。
- ・パンづくりは衛生管理上、生徒のみの体験とします。参加者の方は見学のみです。御了承ください。

9 申込・問合せ先

北海道教育庁渡島教育局教育支援課社会教育指導班 担当：松 田 タ 紀

電 話：0138-47-9586 FAX：0138-47-9216

メール：matsuda.yuki@pref.hokkaido.lg.jp

障害のある方の学びの体制を構築するために

令和5年度「障害者の生涯学習支援体制構築モデル事業」地域連携コンソーシアム会議から

【共に学び、生きる共生社会の実現に向けて】

障害のある方の多くは、学校卒業後も、学ぶ意欲はあるものの、身近な地域に学ぶ場が十分ではありません。

また、社会の一員として、学んだことや得意なことを地域の中で生かしたくても、周囲の理解が得られず、その機会が不十分だと感じた経験をした方も多いようです。

社会教育主事や社会教育施設のスタッフなど、社会教育に携わる皆様には、「誰一人取り残すことなく、すべての人に必要な学びの機会を提供する」ことの重要性を認識していただき、地域の教育資源や人材を最大限に生かした、多様な学びの機会を広げていくことが求められています。



【新たに取組を開始する上での5つの視点】

道教委では、教育・医療・福祉など多様な専門分野の団体から協力を得て、有識者によって構成される会議を開催し、全道各地の現状と課題を整理するとともに、今後の方策について協議を積み重ねてきました。その中では、これまで取組を行ってきた地域で、障害のある方も参加できる学びの機会を継続するだけでなく、新たに活動を開始した地域の取組を定着・発展させ、持続していくことの重要性が確認されました。

また、市町村教育委員会や社会教育施設が、学びの支援体制を構築する上で特に重視すべきことについても協議を行いました。本リーフレットでは、その内容を“5つの視点”にまとめ、具体的な実践も交えて紹介します。

視点1 既存の事業や取組を再評価し、アレンジする

多くの市町村教育委員会や社会教育施設においては、専門的な知識を持つスタッフが少ない中で、新たな取組を行うことに高いハードルを感じるかもしれません。

また、これまでの取組をふりかえり、「自分のマチや施設ではほとんど取組を行えていないし、できるのかな？」と消極になる場合もあるようです。

会議では、「各地の社会教育実践の中には、担当者が気付いていないだけで、優れた内容も多くあり、既存の取組を生かす視点も必要である」との意見が出されました。

- 主催事業や施設の受入について再評価を行い、その上で既存の事業の内容を充実したり、アレンジを加える
- 既に取組を行う福祉や医療の団体から助言を得たり、共に事業内容を考える

視点2 障害の有無に関わらず、参加できる事業構成にする

「障害者の生涯学習」と聞くと、障害のある方に向けて新たな講座を実施しなくてはいいと考える方が多いようですが、共生社会実現のためには、**障害のあるなしにかかわらず、誰もが参加できる事業を増やす**ことが望まれています。各地の実践を見ると、次のような工夫がされています。

- 「食」「スポーツ」「文化交流」など、学びのハードルが比較的低く、誰もが参加しやすいテーマを設ける
- 募集チラシに、「障害者のための」「障害者に向けて」と記載されると抵抗を感じる方もいるため、「誰もが」「共に」「どなたでも」等の記載を行う

わがまち食材をGet & Eat

(真狩村教育委員会など)

「地域の基幹産業である農業と食をテーマに、ジャガイモやニンジンなどの収穫体験や、ポテトピザを調理する体験などに取り組む講座を催しました。

障害のある方にとって、身近で関心のあるテーマを設定したことで、講座参加へのハードルを下げることができました。

様々な体験活動や交流活動に意欲的に参加する姿が見られました。



視点3 学びの現状を把握し、主体的な学びを保障する

学びを充実させるためには、学習者本人の主体性を引き出すことが重要です。

また、生涯学習の理念を考えた場合、**障害のある方が受講者になるだけでなく、学習の企画から実施まで継続的に関わることも意義深いこと**となります。

そのため、事業担当者等は、学習参加者の学びのニーズを把握したり、講座を提供する際の配慮の在り方について十分理解を深めることが大切です。

- 医療・福祉の関係者へヒアリングを行う
- 特別支援学校や福祉施設で行われる活動の様子を実際に見学する
- 障害のある方が参加するボッチャなどのスポーツ大会に参加や視察する

アイヌ文化を学ぶバスツアー

(医療法人稲生会「みらいつくり大学」)

「オンラインで継続してきたアイヌ語講座の参加者からの「皆で集って学びたい」という要望を受けて実施した取組です。

準備段階から、障害の有無に関わらず、様々な人たちで話し合いを重ねて実施することができました。

本ツアー以外の定期的で開催している講座についても、受講するだけでなく、企画会議などの「場づくり」にも参画できるよう工夫をし、障害のある方の主体的な学びを保障するようにしています。」



【特別支援学校の先生からのご意見】

社会教育施設などで校外学習を行う場合には、トイレやオムツの交換場所の有無を確認しています。再調理することもあるため、電源や水道の位置も確認するようにしています。可能であれば、施設のホームページやリーフレットにそのような情報を掲載していただけると、利用へのハードルが下がるので助かります。

視点4 学びへのハードルを下げる工夫を行う

障害のある方やそのご家族に聞くと、「興味はあっても、運営者や他の参加者に迷惑を掛けてしまうのではないかと不安になり、講座への参加を控えるケースも多いようです。

参加された方に聞くと、実際に**事業に参加したことのある方の体験談を参考にしたり、知人や支援者など関わりのある方が一緒に参加することで、学びへのハードルが大きく下がる**ことが紹介されました。

- 障害のある方と日常的なつながりを持つ方の協力を得て実施する
- 広報チラシに、具体的な体験内容や事業の際の配慮を示す
- 家族など支援者も参加やすい、日程・場所・内容を設定する

お手軽なアート作品に挑戦しよう

(小清水町教育委員会など)

「余暇活動の幅をひろげるため、障害の有無に関わらず参加できるカラフルボトル作りやハンカチのインク染め講座を行いました。

開催に当たり、障害のある方と日常的に関わりをもつ、町の社会福祉協議会の担当者に、企画・立案、参加者集約、当日の活動支援に携わっていただきました。

障害のある方のニーズや、配慮すべき情報を事前に講師と共有をすることで、講座参加者が安心して活動に取り組む環境を整えることができました。」



視点5 当事者や家族の意見を生かした配慮を行う

障害のある方が、講座等に参加することが決まった場合には、学びや活動を制限する障壁（バリア）を取り除くための配慮（合理的配慮）を提供することが求められます。

合理的配慮の内容は、障害特性やそれぞれの場面・状況に応じて異なりますが、**ご本人やご家族との“対話”を重ね、個々の場面ごとに柔軟な対応を検討して、学びの障壁を取り除くことや、学習や交流に対する意欲を引き出すことが重要です。**

- 障害のある方と担当者が、「建設的対話」を通じて相互理解を深める
- 学びや活動を制限している障壁（バリア）を取り除くため、対応案を共に検討する（建設的対話を一方的に拒むことは、義務違反となる可能性もあります）

【持続的な取組にするために】

誰もが、障害の有無にかかわらず共に学び、生きる共生社会を実現することが、自分たちの解決すべき課題であることについて、地域からの理解を得られないと、取組が一過性に終わり、持続性が失われてしまう可能性が指摘されました。

各市町村では、**障害のある方の学びのニーズや課題等を調査・把握し、各種計画等に位置付け、施策を着実に推進することが重要**です。社会教育施設においても、施設の運営計画や業務マニュアルに受入体制や配慮事項を定めておくことも、受け入れ体制を整えるためには大切なことです。



社会教育施設で受入体制を整えるために

障害の有無にかかわらず、交流する機会や共に学ぶ機会を広く整備していくためには、施設・設備、主催事業、運営等について、合理的配慮の観点から見直しを行うようにしてください。

【施設・設備】

- ☐ 廊下や通路に歩行の障害になるような物を置かない
- ☐ 障害者用駐車場を設ける
- ☐ 施設内の案内にルビを付けたり、表示を大きくする
- ☐ 拡大鏡、老眼鏡、筆談ボードを用意する

【主催事業】

- ☐ 障害を理由に参加を断らない
- ☐ 障害のある方が個人で参加できる（家族等の同伴を求めている）
- ☐ 希望により、手話通訳・要約筆記・展示資料を付ける
- ☐ 希望により、点字資料・テキストデータ・大きな文字の資料を準備する

【運営】

- ☐ 相談があった場合、前向きに利用を保障しようとする
- ☐ 地域の障害者団体と連携した活動を行ったり、意見を聞く
- ☐ 障害のある方の学びに関する、運営方針や計画などを定めている
- ☐ 合理的配慮に関する担当者を決めている
- ☐ 職員を対象とした、障害のある方の学びに関する研修機会を設ける

【その他】

- ☐ 障害者手帳の有無に関係なく、障害者サービスの登録・利用ができる
- ☐ アクセシブルな施設ホームページの作成に留意する

【取組に対する道教委の支援】

道教委では、道内各地の現状と課題を踏まえ、“障害者の学びを支援する人材の養成”や“モデルプログラムの開発”に加え、“市町村の新たな取組へスタートアップ支援”も実施しています。取組を開始する場合や既存の取組を拡充する場合には、お近くの教育局にご連絡ください。

【発 行】北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課

電 話：011-204-5994

メール：kyoiku.seigaku1@pref.hokkaido.lg.jp



保護者や地域の皆さん

多様な性について知っていますか？

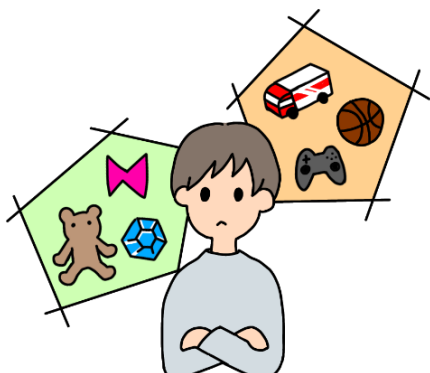
性の多様性に関する周囲の理解不足や環境が整えられていないことなどを理由に、児童や生徒が偏見の目を向けられたり、嫌がらせや差別的な扱いを受けたりすることがあります。

誰もが自分らしく生きることができる社会の実現に向けて、性の多様性について、一緒に理解を深めていきましょう。

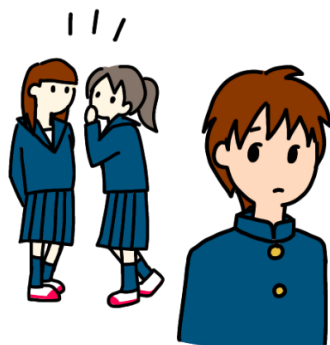


困ったり、傷ついたりしている子どもたち

“こころの性”は女性なのに、なぜ、“からだの性”は男性なんだろう？



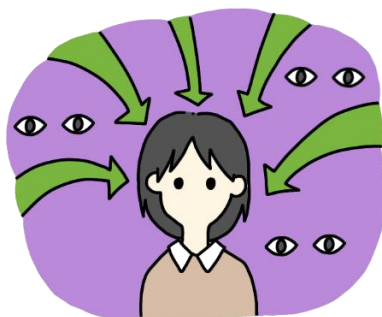
友達好きな人の話をしていけれど、恋愛感情を抱かない私はおかしいの？



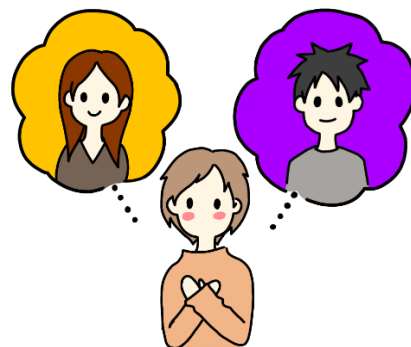
“こころの性”は男性なので、修学旅行で女の子と一緒にの部屋は恥ずかしい。



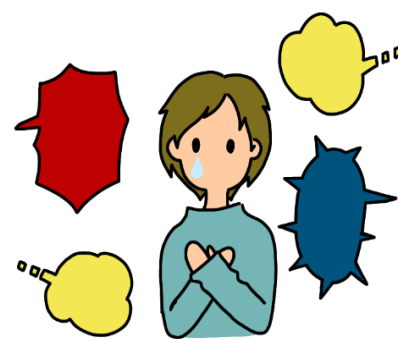
性に関する悩みを家族に伝えたいけれど、どんなことを言われるかなあ？



男の子も女の子も好きになるのだけれども、おかしいことなのかな？



周囲から、「嫌なこと」を言われるので、学校に行きたくない。



調査時期や調査対象、集計方法によって差はありますが、いわゆる「性的マイノリティ（性的少数者）」に該当する人の割合は、民間を含む各種調査で全人口の1.6%～10.0%という結果が発表されております。

周囲の無理解、差別や偏見を恐れて、自身の性のあり方について、友達や先生だけでなく、家族にも打ち明けられないケースがあります。身の回りに「性的マイノリティ」に該当する人がいないと思っていても、それは、**あなた自身が気付いていないだけかもしれません。**

性のあり方は多様です

性というと、男性・女性のどちらかを思い浮かべる人が多いかもしれませんが、性のあり方は、「生まれたときに割り当てられた性別」「性自認」「性的指向」「性表現」の4つの要素で考えることが大切です。

生まれたときに割り当てられた性別

戸籍に記載された性別。「生物学的な性」「からだの性」

性自認

自分がどの性別であるかの認識。「こころの性」

性的指向

恋愛感情や性的な関心についての指向。異性、同性、男女両方に向かうなど多様

性表現

言葉遣いや服装、しぐさ等自分自身がどのように性別を表現するかという概念

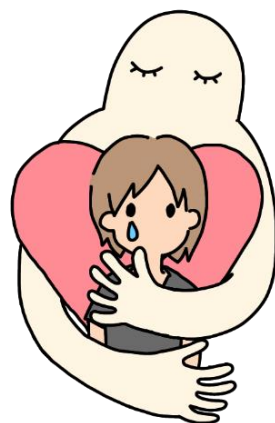
LGBTとは？

LGBTとは、以下の英語の頭文字をとった言葉です。その他のセクシュアリティを含めて、LGBTsやLGBTQなどと表現される場合もあります。

L <small>レスビアン</small> esbian	同性を好きになる女性
G <small>ゲイ</small> ay	同性を好きになる男性
B <small>バイセクシャル</small> isexual	異性を好きになることもあれば、同性を好きになることもある人
T <small>トランスジェンダー</small> ransgender	からだの性とこころの性（性自認）が異なる人
A <small>アセクシャル</small> sexual	恋愛や性的な感情を誰に対しても抱かない人
X <small>エックスジェンダー</small> gender	こころの性（性自認）を男性、女性のどちらでもないと感じている人
Q <small>クエスチョニング</small> uestioning	自分のこころの性（性自認）、性的指向が分からない、明確にしない、決めたくない人

もし、お子さんに打ち明けられた場合には？

性に関する悩みや困りごとは、たとえ家族であっても相談しづらいものです。もし、お子さんから相談を受けた場合には、**勇気を出して伝えてくれたことに感謝を伝え、否定せずにしっかりと話を聞いてあげてください。**その際に大切なことは、**なぜ打ち明けてくれたのか、具体的にどのようなことを望んでいるのか、本人の気持ちを聞き、寄り添うこと**です。また、各種相談窓口や学校等に相談される際には、必ずお子さん本人からの了解を得た上で行いましょう。



多様な性に関する相談窓口は？

■子ども相談支援センター

Tel0120-3882-56

- ・フリーダイヤル
- ・24時間対応
- ・来所相談は要予約



■北海道HP「LGBT等に関すること」

多様な性についての情報や左記以外の相談窓口については、北海道のホームページでご確認ください。





**学びたい！
学びたくなる！
体験できる！**



ネイバル砂川



ネイバル深川



ネイバル森



ネイバル北見



ネイバル足寄



ネイバル厚岸



ネイバルには、豊かな自然があります。
生涯学習の国として、期間で誰もが学べる事業・設備があります。
障がいの有無によらず、参加できる事業があります。

体験・研修をサポートする専門職員（社会教育主事・社会教育士）がいます。

あなたもネイバルでいろいろな体験をしてみませんか？



ネイパル全道6施設

生涯学習のひきだし いっぱい持ってます

障がい者の方も、誰もが
利用できる環境の中、
スポーツや自然体験を！
まずはスタッフにお話をください！

子ども会など
各種団体の
リーダー研修や、
キャンプ事業など！
プログラムの企画運営から
ご依頼に応じます。

スポーツ団体の
合宿や遠征、
大会参加の機転に！
駐車場、体育館貸借、スポーツ合宿を応援します。

親子と一緒に、
四季を感じる自然体験を！
ネイパルは、子どもも保護者も安心して活動できる場所です。
子育てサークル等の活動も、ご依頼ください。

企業の社員研修や、
職場のレクリエーションに！
夏季研修のほか、スポーツ交流や野外研修など、
チームビルディングできるプログラムがあります。

高齢者の方も、サークル活動や
健康・体力作りを！
みんなで集まって、レクリエーションや創作活動ができます。

学校の宿泊研修では、
集団生活の中で
非日常体験を！
防災プログラムや研修づくりもサポートします。

ネイパル砂川



☎0126-53-3248
砂川市北川 400 敷地約 25

ネイパル森



☎01374-5-0110
茅渚郡森町字新ヶ谷 607 敷地約 10

ネイパル足寄



☎0136-25-6111
足寄町足寄町第2地区

ネイパル深川



☎0164-25-2009
深川市深川南2丁目7-1

ネイパル北見



☎0152-54-2584
北見市南見町字南見 365 敷地 1

ネイパル厚岸



☎0153-52-1151
厚岸町厚岸町第1地区

北海道に青少年職業体験支援施設ネイパル所在地



ネイパル防災アクティブ・プログラム

ネイパル

防災 A・P

ACTIVE

PROGRAM

アクティブに学び
アクティブに活かす

2024

プログラム集

プログラム集の内容については、
二次元コードからご覧頂けます。





「体験」で子育てをアップデート！

ネイバル森では、子どもたちが自然とのふれあいや集団生活を通して、自ら考え行動できる能力を培い、心豊かにたくましく生きることができるよう、様々な主催事業を実施しています。

事業に参加されたお父さんやお母さんから寄せられた声を紹介します。ネイバルの事業にお子さんを参加させたい方や、家族で体験活動を行いたいと考えている方は、ぜひ参考にしてみてください。



家族で協力して調理をしたものを、コンロを囲んで食べる時間はとても幸せでした。
親子の絆が深まりました！



自然の中で遊ぶ子どもの姿は、キラキラ輝いていました！
ゆっくりとした時間の中で子どもと向き合っ過ごすことができました。

参加者の声

満天の星空を眺めていると、**流れ星を見付けることができました。**一生忘れられない、家族の思い出です。



息子がテント設営のときに張り切ってお手伝いをしてくれて、**とても頼もしく感じられました。**



裏面にの主催事業の様子や、親子で行う自然体験活動のヒントをまとめたので、ご覧ください。

令和6年度主催事業紹介

○ ちょっとしたコツ教えます！ キャンプ in ネイバル

これからキャンプを始めたい！というご家族を対象に、快適かつ手軽にキャンプを楽しむ「コツ」を学ぶ内容で行いました。



保護者の声

- ・初めてのキャンプでしたが、日常とは違う環境の中で子どもと向き合うことができ、家族の良い思い出の一つになりました。
- ・普段はトマトを食べない息子が、「自分で作ると美味しいね」と喜んで鶏肉のトマト煮を食べる姿に驚きました。

活動のヒント

- ・プログラムを詰め込み過ぎることなく、**活動時間にはゆとりを持ちましょう。**
- ・活動意欲を高めるため、保護者が全てをやるのではなく、**お子さんに役割を与えましょう。**
- ・お子さんの頑張りを見付け、**たくさん褒めてあげましょう。**

○ 親子でネイバル～雪となかよし編～

イグルーづくりやナイトハイキングなど、雪や冬の寒さを活用した活動を通して、家族間の交流を深める内容で行いました。



保護者の声

- ・大自然の中でノビノビと身体を動かす姿が見られ、家の中で遊ぶのとはずいぶん違う姿を見せるなぁと感じました。
- ・活動の際に、他の保護者と会話することで、子育ての情報やヒントを得られたことも良かったです。

活動のヒント

- ・**保護者自身が全力で楽しみ**、お子さんと感動を分かち合いましょう。
- ・日常とは異なる環境の中で、**お子さんの成長と変化を探し**、今後の子育てに生かしましょう。
- ・他家族の様子から、**お子さんとの関わり方などを見直す機会**にしましょう。

ネイバル森を使ってみませんか？

ネイバル森では、季節に応じた自然体験活動やクラフトなど、豊富な体験活動を用意して、皆様のご利用をお待ちしています。学校や少年団だけでなく、ご家族やサークルなどでもご利用いただけますので、利用の希望がある場合には気軽にご相談ください。経験豊富なスタッフが皆様のご利用を応援します！



〒049-2141
宮城県仙台市青葉区青657番地15
北海道立青少年体験活動支援施設ネイバル森
HP <https://nagai-mori.org/>

やってみよう！がここにある！



家庭で。地域で。
みんなで考え、取り組みましょう

子どもの望ましい生活習慣・学習習慣

子どもが生産にわたって幸福で豊かな生活を実現し、持続可能な社会の創り手として自立していくためには、望ましい生活習慣や学習習慣等の定着が大切です。これらは、保護者や身近な大人をはじめ、地域全体で、子どもの成長に関心をもつことで身につけていきます。

本リーフレットでは、北海道の子どもの現状のほか、北海道教育委員会等の取組や家庭教育や地域活動を支援する「北海道家庭教育サポート企業等制度」の協定締結企業等の取組を紹介しています。

家庭、地域、学校、サポート企業等が連携し、継続的な子育て支援等の取組を一層充実させていきましょう。

◆ 北海道の子どもの現状（令和6年度全国学力・学習状況調査）

【生活習慣】朝食を毎日食べていますか

「している」、「どちらかと言えば、している」と回答している児童生徒の割合は、**小学校 92.0%、中学校 89.3%**で、全国と比べて**小学校で1.7ポイント低く、中学校で1.9ポイント低い。**

【学習時間】学校の授業以外に、普段（月～金）1日当たりどのくらいの時間、勉強をしますか（図1・2）

1日に1時間以上勉強していると回答している児童生徒の割合は、**小学校 52.4%、中学校 57.0%**で、全国と比べて**小学校で2.2ポイント低く、中学校で7.3ポイント低い。**

【SNS・動画】普段（月～金）1日当たりどれくらいの時間、SNSや動画視聴などをしますか（学習やゲームを除く）

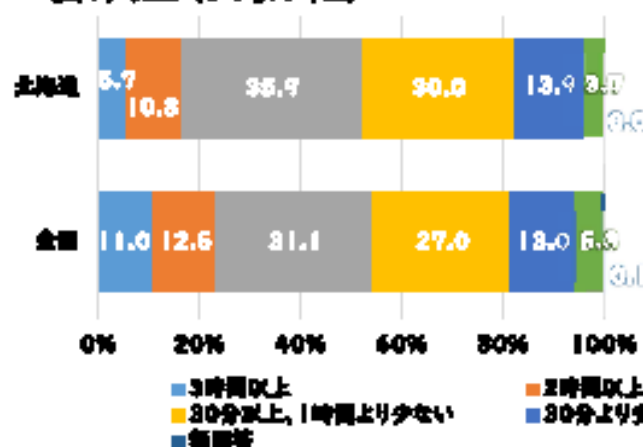
1日に2時間以上、携帯電話やスマートフォンでSNSや動画視聴をしていると回答している児童生徒の割合は、**小学校 39.3%、中学校 61.1%**で、全国と比べて**小学校で5.5ポイント高く、中学校で5.2ポイント高い。**

【自己有用感】自分には、よいところがあると願いますか

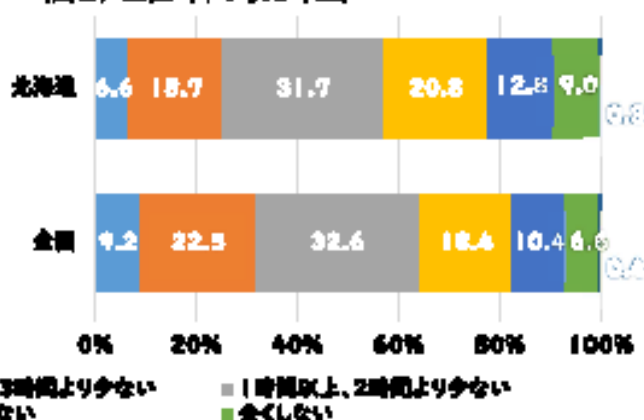
「当てはまる」と回答している児童生徒の割合は、**小学校 40.7%、中学校 41.5%**で、全国と比べて**小学校で2.7ポイント低く、中学校で1.1ポイント高い。**

学校の授業以外の普段（月～金）1日当たりの勉強時間

（図1）児童（小学校6年生）



（図2）生徒（中学校3年生）



【生活リズムチェックシート】

右の生活リズムチェックシートのほか、生活全般
國小小学校低学年・高学年、中学生用があり、家庭
学習用、運動習慣用、読書習慣用もあります。

生活リズム向上に対する関心や意欲を高めて、子
どもの望ましい生活習慣の定着を図ることをねらい
としています。

生活習慣が乱れがちな長期休業中
などに活用し、目標をたてて目標達
成に努力したり、一日の生活を振り返
る機会にすることができます。




【子どもの読書活動本選動画】

北海道のプロスポーツ6チームの選手から好きな
本やおすすすめ本など本の魅力を伝えてもらい、子
どもたちが自発的に読書活動に取り組むことができる
ような動画を作成・配信しています。

〈協力チーム〉

- ・エスボラータ北海道
- ・レバンガ北海道
- ・北海道イエロースターズ
- ・ヴォレアス北海道
- ・北海道コンサドーレ札幌
- ・北海道日本ハムファイターズ

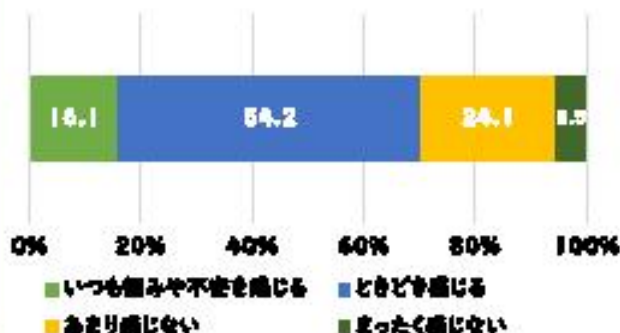
【家庭教育支援チーム登録の促進】

北海道教育委員会では、これまで、家庭教育支援
の取組として子育て中の保護者が気軽に集える「家
庭教育学びカフェ」事業などを実施し、気軽に相談
にのってくれて、アドバイスをしてくれる「家庭教
育ナビゲーター」を養成していきました。

家庭教育支援者のスキルアップやネットワーク化
を図るため、文部科学省で実施している「家庭教育
支援チーム」への登録を呼びかけ、令和6年度7月
末現在13管内18団体が登録して、全道各地で活動
しています。

子育ての悩みや不安

現在、子育てをしていて悩みや不安を感じているか
(15年度文部科学省調査)



【「早寝早起き朝ごはん」国民運動】(文部科学省・「早寝早起き朝ごはん」全国協議会)

家庭における食事や睡眠などの基本的な生活習慣の乱れが子どもの学習意欲や体力の低下につながっていることから、子どもの生活リズムの向上のための全国的な普及啓発活動を行っています。

このことは、家庭や学校のみならず、地域全体で気運を高め、読書活動や体験活動の推進、適切なテレビやゲームの時間、スマートフォンの使用時間などと一緒に総合的に取り組んでいく必要があります。

◆ 北海道教育委員会等の取組 2 ～家庭・地域と学校との連携促進、体験活動の促進～



↑地元ワイナリーの協力を
得て、ワインづくりを体験
(余市紅志高校)

地元事業所と共同で商品開
発して完成した「岩島めー
ぶるサンド」
(旭川尻屋敷高校) ↓



「北海道地学協働アワード 2023」受賞校の取組・成果

【地域学校協働活動】

幅広い地域住民の参画を得て、地域全体で子どもたちの学びや成長を支えるとともに、「学校を核とした地域づくり」を目指して、地域と学校が相互にパートナーとして、以下の様々な取組を組み合わせて実施する活動です。

- ・学びによるまちづくり ・地域課題解決型学習
- ・郷土学習 ・放課後子供教室 ・地域未来塾
- ・家庭教育支援活動 ・学校に対する協力活動
- ・地域の行事、イベント、お祭り、ボランティア活動等への参画 など

※「北海道地学協働アワード」は、学校教育目標やスクールミッション達成のため、幅広い地域住民等の参画を得て、地域と連携・協働体制を構築し、地域課題の解決に向け、生徒が多様な学習活動に取り組んでいる学校に対して北海道教育委員会教育長が表彰するもの。

【コミュニティ・スクール(CS)】

コミュニティ・スクールは、学校運営協議会を設置した学校のことをいいます。

協議会は、地域住民や保護者が学校運営に積極的に参画し、学校の課題(ICT機器の活用等)、子どもの課題(不登校や学校外での問題行動等)、地域の課題(地域防災等)を話し合い、目標を共有します。

地域の声を生かし、地域と一体となって特色ある学校づくりを進めていきます。

【北海道MA+CHプロジェクト】

地域と学校がともに学ぶ取組を通して、持続可能なまちづくりに資する本道の未来を創る人材を育成するため、各管内の高校1校を指定校として、重点的に地学協働を推進しています。

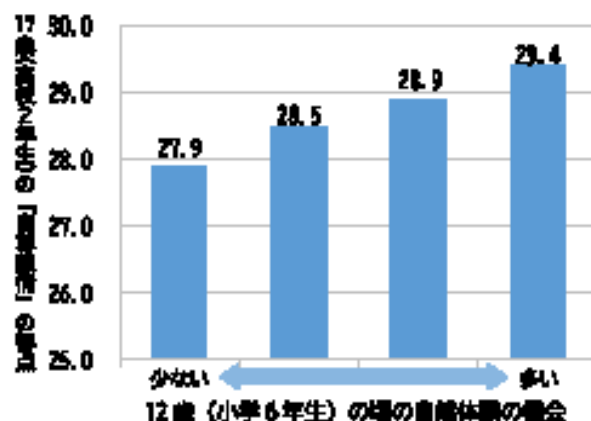
空知	北海道厚別高等学校	上川	北海道美幌高等学校
石狩	北海道旭川高等学校	釧路	北海道天来高等学校
管内	北海道川部高等学校	帯広	北海道中川高等学校
胆振	北海道日高高等学校	苫小牧	北海道苫小牧高等学校
日高	北海道川部高等学校	十勝	北海道美幌高等学校
紋路	北海道川部高等学校	釧路	北海道中川高等学校
十勝	北海道美幌高等学校	帯広	北海道中川高等学校

各管内の指定校

《地学協働のめざすところ》

- 【学 校】教育活動の充実/豊かな学習活動の展開・充実 ⇒ 子どもが「新しい時代を生き抜く力」の育成
【地 域】持続可能な地域社会の実現/地域課題に向きあい解決に向かう機運の醸成 ⇒ 地域創生

「体験活動」の影響



【道立青少年体験活動支援施設ネイバル】

文部科学省の調査では、小学生の頃の体験活動が多いほど、高校生の時の自尊感情や外向性、精神的な回復力が高くなる傾向が見られ、小学生の頃に行った体験活動などの経験は、長期間経過後でも、その後の成長に良い影響を与えていることがわかりました。

道内6か所のネイバル(砂川、釧路、森、北見、足寄、厚岸)は、学校だけではなくグループや家族でも利用することができ、自然体験や創作活動、軽スポーツなど、様々な体験プログラムを活用できます。また、子どもだけや親子で参加できるキャンプなどの主催事業も年間を通じて開催しています。



HPへのリンク

◆ 北海道家庭教育サポート企業地域の取組

体験活動を通して地域資源・魅力を発信する企業

(株式会社阿寒シェル鉱業)

釧路市で貝化石を採掘し肥料・飼料製造販売する(株)阿寒シェル鉱業では、鉱山が稼働していない日を利用し、化石掘り体験を積極的に受け入れています。これまで、釧路市内の学校や市内外の方々に、広く体験の場を提供しています。

太田専務は「化石掘りができる場所は道内でも数少なく、釧路市阿寒町の魅力の1つ。多くの人に化石掘りを楽しんでもらいたい。」と、今後も化石掘り体験を受け入れ、地域活性化につなげたいと語っています。



仕事を通しての社会貢献を理念に掲げる企業

(株式会社田嶋本堂カンパニー)

三笠市の建設業、株式会社田嶋本堂カンパニーは、職業体験・インターンシップの受け入れなど、学校教育の支援を積極的に行っています。

特に、毎年地元の小学校の校庭に造成する雪山スロープは、子どもたちが大好きなスキー学習や、休み時間中の雪遊びに欠かせないものになっています。子どもたちからは「冬になったら大きな雪山ができるのが楽しみです。」「毎日友達をさそって雪山で遊んでいます。」「などのメッセージが寄せられています。



学校と力を合わせ、地域を支える企業

(市原精肉店)

「あづまジンギスカン」でおなじみの市原精肉店は、厚沢町で事業を展開する企業です。学校の家庭科の授業に食材を提供することや、職場体験学習の受け入れを積極的に行うなど、地域の子どものために学校と協力した取組を実施しています。市原代表取締役は「職場体験で学んだマナーを日常生活に生かしてほしい。」と話すとともに、今後も子どもたちの望ましい生活習慣の確立に向けて、継続的に支援したいと語っています。



幅広い世代の「居場所づくり」に取り組む企業

(一般社団法人マッチワークス)

一般社団法人マッチワークスは、初山別村内にある多世代交流施設「舞小屋(つなごや)」で、コミュニティカフェの運営を行っています。

カフェでは、子育て世代を含めた幅広い世代が集い、交流できる場を提供するほか、村外に通学している高校生も含め、児童生徒を対象とした学習のサポートを行う自学塾を運営するなど、子どもたちや地域の方々の「やりたいこと」を実現できる環境づくりをしています。

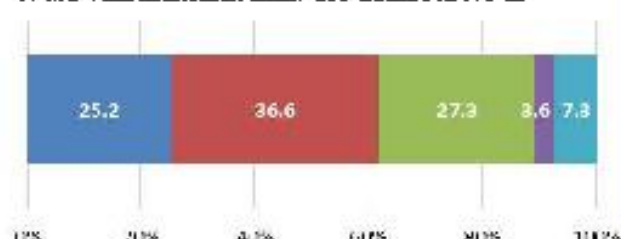


今、「地域の支え」が求められています！

「子育てする人にとって地域の支えは重要だと思うか」

調査では、**61.8%**が、子育てに地域の支えが「**重要だと思う**」と回答し、子育て中、子育て経験がある方は7割超が重要だと回答しました。

(令和3年度北海道教育委員会調査に関する調査/文部科学省)



- とても重要だと思う
- やや重要だと思う
- どちらともいえない/わからない
- あまり重要だと思わない
- 全く重要だと思わない

【北海道家庭教育サポート企業等制度】

家庭教育を支援するための職場環境づくりに取り組む企業等と北海道教育委員会が協定を結び、家庭教育の一層の推進を図るための制度です。令和5年度末で2,800者以上が締結しています。

〈主な取組〉

- ・従業員が参観日等へ参加しやすい環境整備
- ・学校のインターンシップの受入
- ・地域行事への協力・支援
- ・「早寝早起き朝ご飯」の働きかけなど、それぞれの企業や地域の実態にあわせて様々な活動を行っています。



【発行】北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課

電話：011-204-6884

E-mail:kyokushisigaku1@pref.hokkaido.lg.jp

時間の目安を決めて 子どもの生活リズムを整える！

- 夢や目標を実現し、自立して生きていくためには、望ましい生活習慣や学習習慣を身に付けることが大切です。
- 時間の目安や目標を決め、何を優先して取り組むか、子どもと話し合ってみませんか。

Webページは
こちら



〈注〉あくまでも参考として示しているものであり、地域や子どもの実態に応じて時間の目安を設定することが大切です。

学習時間

【小学生】第1学年＝20分以上 第2学年＝30分以上
第3学年＝40分以上 第4学年＝50分以上
第5学年＝60分以上 第6学年＝70分以上

平日、授業時間以外に学習する時間(宿題、家庭学習、学習塾、家庭教師などを含む)の目安です。
発達の段階に応じて無理なく学習時間を増やしていく工夫をしましょう。

運動時間

1日60分以上

体育の授業以外で運動する時間の目安です。
スポーツはもちろん、スポーツ以外の様々な運動や家庭での手伝いなどを取り入れ、「1日60分」以上の運動時間を確保しましょう。

学習以外でメディアに触れる時間

(テレビやゲーム、スマートフォンでのSNSや動画視聴など)

1日合計2時間以内

平日、学習以外でメディア等に触れる限度としての時間の目安です。
時間はもちろん、メディア等の使い方についても家庭での約束を決めて、十分な学習時間や睡眠時間などを確保しましょう。

読書時間

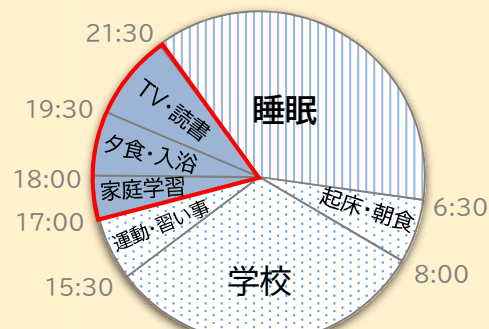
まずは1日10分以上

家庭や図書館で読書をする時間の目安です。
読書の量を増やすだけでなく、読書の幅を広げ、質を高めることにも配慮し、1日10分の読書をきっかけに、「10分＋α」の読書習慣を身に付けましょう。

1日の生活のバランスを考え、 時間の目安を決めましょう！

1日の生活について振り返り、帰宅してから寝までの限られた時間を適切に過ごすことができるよう、学習、運動、読書、睡眠、テレビやゲームなどに使う時間の目安を決めましょう。

学習時間については、2ページを
運動時間については、3ページを
読書時間、睡眠時間については、4ページをご覧ください。



小学校5年生の平日における生活時間の例（睡眠時間を9時間で設定）



1 学習習慣の定着を！

自ら計画を立て、やり抜く姿を見守りましょう

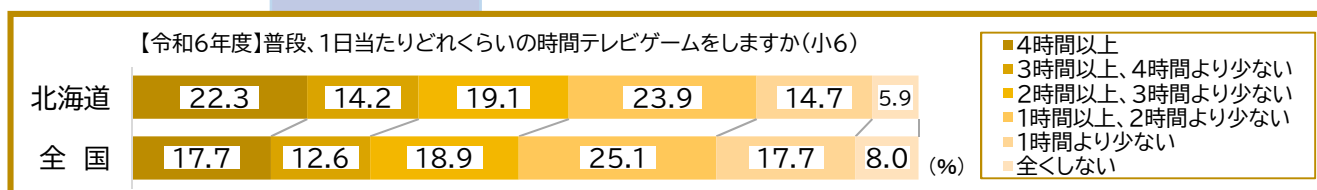
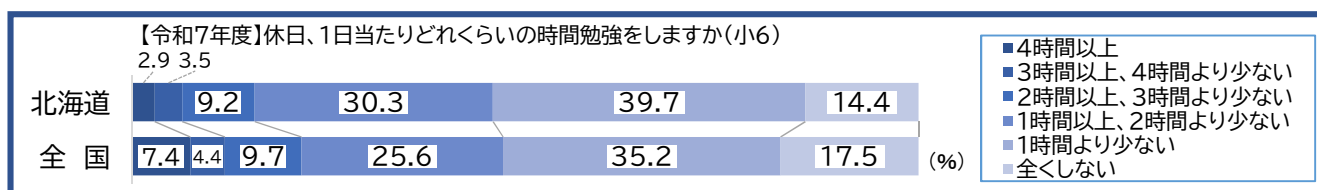
- 家庭では子どもが自ら学習計画を立てて実行する中で学習意欲を向上させ、望ましい学習習慣を確立させていくことが大切です。子どもが学習に取り組む姿をほめるなどして自信をもたせるとともに、最後までやり抜くことの大切さを伝えましょう。

子どもとルールを作りましょう

- 本道の子どもたちは、1日の中で、テレビゲーム(コンピュータゲーム、携帯式のゲーム、携帯電話やスマートフォンを使ったゲームなど)をする時間が、全国の子どもたちに比べて長い傾向があります。家庭でルールを作り、規則的な生活習慣を整えましょう。

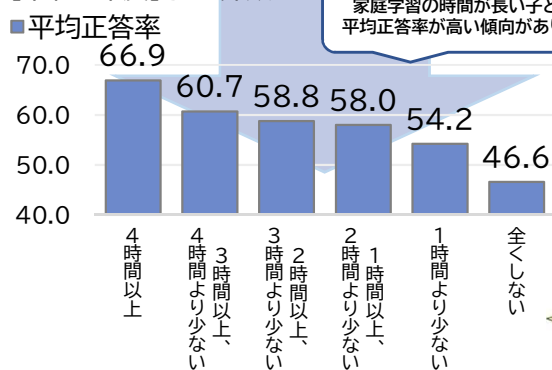
本道の子どもたちの学習習慣(令和7,6年度 全国学力・学習状況調査より)

- 1日当たり1時間以上勉強している子どもの割合が全国と比べて低く、1日当たりのテレビゲームをしている時間の割合が全国と比べて高い傾向にあります。

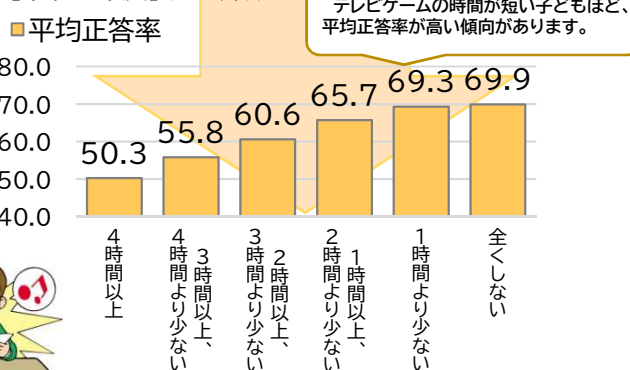


学習習慣と平均正答率の相関(令和7,6年度 全国学力・学習状況調査より)

【令和7年度】小6 算数



【令和6年度】小6 算数



家族とのふれあいを通して、家庭での学習習慣を身に付けさせましょう！

① ほめる

がんばってできたこと、挑戦したことを認めて、ほめ、子どものやる気を育てましょう。

② 見守る

子どもが家庭学習の計画を立て、取り組む姿を見守り、応援して、子どもの自主性を育てましょう。

③ 決める

スマートフォンやゲームをする時間の約束を家族と一緒に決め、一日の時間を大切にする意識を育てましょう。

※子どもの成長に応じたかかわり方に関する資料も掲載しています。資料は[こちらから](#)→



2 運動習慣の定着を！

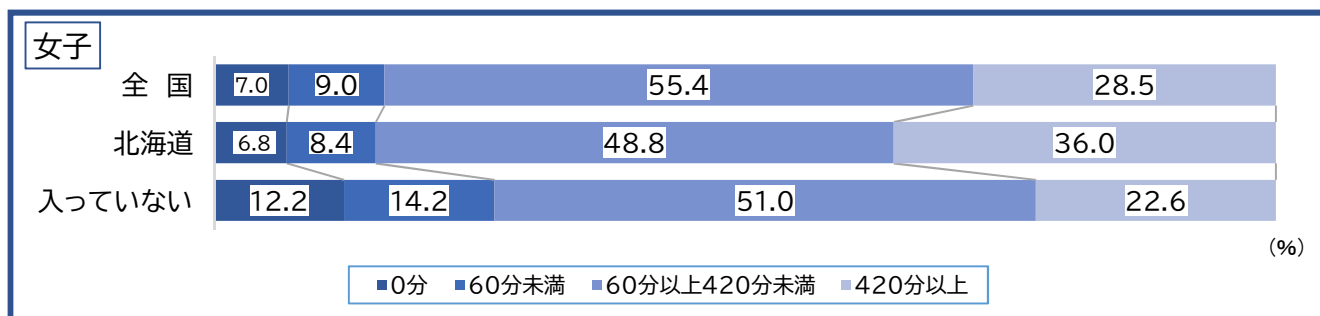
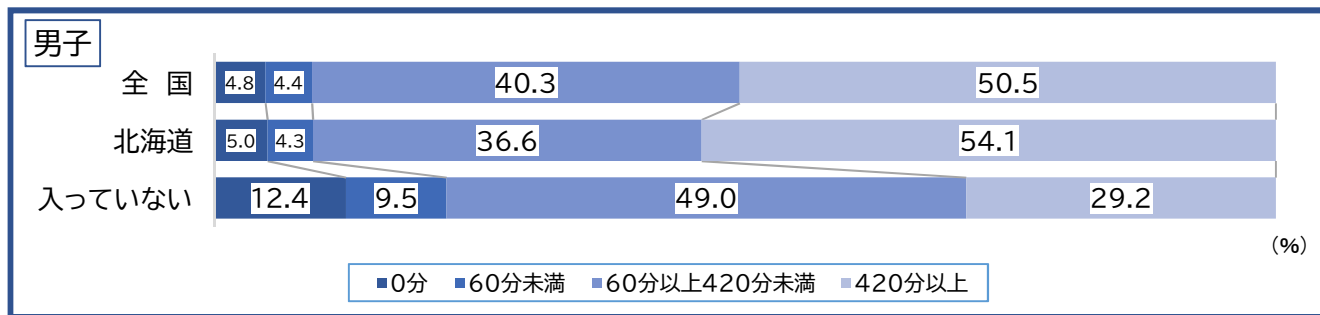
「1日60分」以上の運動時間を確保しましょう

- 体力は、健康維持のほか、意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっています。
- 体力の意義を踏まえると、運動をするための基礎となる身体的能力である「運動をするための体力」と、体の健康を維持し、病気にならないようにするための「健康に生活するための体力」があります。
- 地域のスポーツクラブや部活動に所属していない場合でも、運動機会を確保して、「健康に生活するための体力」を高める必要があります。

※WHO(世界保健機関)をはじめとして、多くに国々では「毎日、合計60分以上の中強度から高強度の身体活動を奨励しており、我が国でも、文部科学省が幼児期運動指針の中で「身体活動の合計が60分以上」という目安を示しています。

本道の子どもたちの運動の状況(令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査より)

- 全国、全道の児童の体育以外の1週間の総運動時間と学校の運動部や地域のスポーツクラブに「入っていない」児童の体育以外の1週間の総運動時間との比較



- 学校の運動部や地域のスポーツクラブに「入っていない」児童は、体育授業以外の1週間の総運動時間が60分未満である割合が高いため、家庭や地域での日常的な運動機会を確保し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を培う必要があります。

運動習慣の定着に向けた取組を進めましょう！

- 家庭で子どもと一緒に、手軽な運動を行ったり、体力・運動能力の向上に向けた目標を立ててみたりするなどしながら、子どもの成長や変容をほめたり、認めたりしましょう。

どさん子元気アップチャレンジ 「リズム運動動画 みんなでムーブ」

仲間や家族と一緒に
踊って、気持ちのよい
汗を流してみよう！
Let's Dancing !!



YouTubeへ
はこちらから



踊りの動画
配信中

YouTube

みんな

検索

- 生涯を通じて健康な生活を送るための基礎を培っていくためには、小学校時代から、生活の中に運動を取り入れて運動習慣を定着させ、健康的な生活習慣を形成することが大切です。

生活リズムチェックシート「運動習慣バージョン」

ぜひ、ご家庭で子どもと一緒に生活習慣を視覚化し、理想の生活習慣を考えてみましょう！

【日常的な運動の例】

- ・少年団やスポーツクラブ等でスポーツに取り組む
- ・休日等に家族や友達同士でスポーツに親しむ
- ・放課後や休日に散歩やジョギング、なわとびなどを取り入れる

Webページへ
はこちらから



3 読書習慣の定着を！

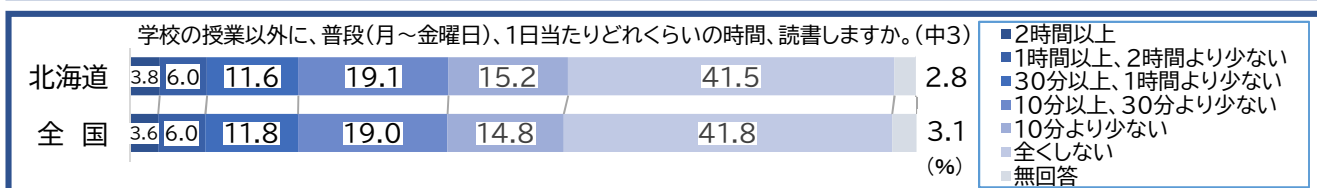
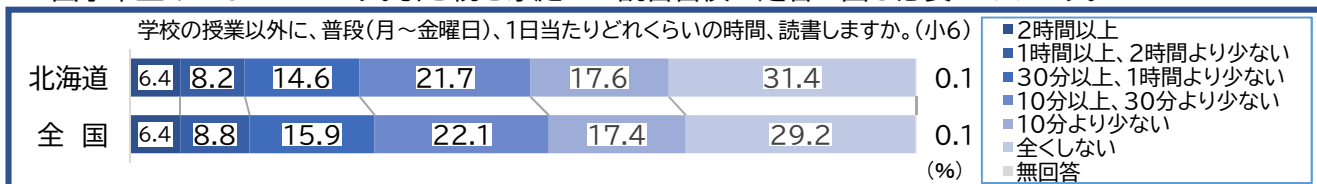


家や図書館で読書する時間＝まずは1日10分以上

- 子どもの読書習慣は、日常生活を通して形成されるものであることから、家庭での読書活動を習慣化することが大切です。
- 1日10分の読書をきっかけに読書習慣を身に付け、少しずつ増やしていくことが望めます。また、冊数に着目して、「週〇冊以上」、「月〇冊以上」という設定を行うことも効果的です。

本道の子どもたちの読書時間(令和7年度 全国学力・学習状況調査より)

- 1日当たり10分以上読書をしている子どもの割合が全国と比べて、小学6年生は低く、中学3年生は全国水準並みとなっています。引き続き家庭での読書習慣の定着を図る必要があります。



家庭での読書習慣を考えてみましょう！

うちどく 家読の すすめ

家庭での読書を通して、家族のコミュニケーションを図ろうという取組で、決まったルールやスタイルはありません。

□ 読書で子どもが得られるもの

読書は、①新しい知識や情報が得られる ②豊かな言葉や表現を学べる ③感性が豊かになる ④想像力や空想力が養える ⑤感動が味わえる などのよさがあります。～全ての学びの基盤であり、子どもの健やかな成長に必要です～

□ 家族で読書する時間を

寝る前、夕食後、休みの日の朝食後など、時間や曜日を決め、テレビやスマートフォン等を使ったゲームなどから離れて、家族全員で読書をする時間を設けてみてはいかがでしょうか。

□ 家読の効能

家読により、①家族でのコミュニケーションが活発になる ②伝える力や新しいものを考える力を育むなど、子どもの成長につなげることができます。

4 適切な睡眠時間を！



小学生＝時間分 中学生＝時間分

- 子どもが健やかに成長するためには、早寝早起きの習慣や適切な睡眠時間を確保することが不可欠です。
- 必要な睡眠時間には個人差があります。1日24時間の中で、睡眠時間をどのくらい確保するかについて、子どもと話し合ってみましょう。子どもが目標をもって自分自身の生活時間を設計できるよう支援することが大切です。

生活リズムチェックシート

毎日の生活習慣づくりの取組は、一つ一つ努力して身に付けていくものです。小さな頑張りを見逃さず、たくさんほめることで生活習慣を身に付けていくことができます。「生活リズムチェックシート」をつかって毎日の生活時間を親子で確認してみませんか。

※「生活リズムチェックシート」はWebページからダウンロードできます。



↑ Webページは[こちら](#)

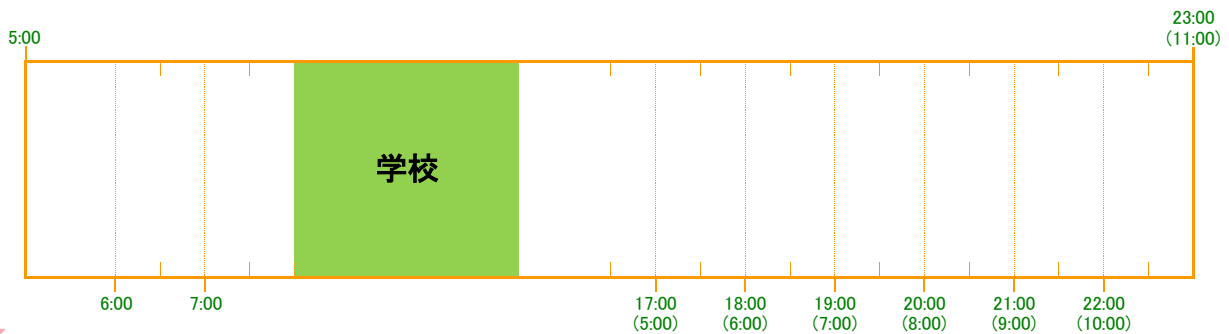
年 組 名前

平日の1日の生活をふりかえってみましょう！

5:00					6:00		6:30		7:00		7:30		8:00		15:30		17:00		18:00		19:30		21:30		22:00	
例1	睡眠 (すいみん)		起きる・みじたく	(朝ごはん) 朝食	登校	学校	遊び・運動・読書など (あそび・うんどう・どくしょなど)		家庭学習(宿題) (べんきょう・しゅくだい)		夕食・入浴など (ばんごはん・おふろなど)		だんらん・テレビ・読書など		睡眠 (すいみん)											
	【9時間】						【1時間30分】		【1時間】		【1時間30分】		【2時間】		【9時間】											

	5:00	6:00	7:00	7:30	8:00		15:30	17:00	18:30	19:30		22:00
例2	睡眠 (すいみん) 【8時間】	起床	みじたく 朝食	(朝ごはん) 登校	学校		部活動等 【1時間30分】	家庭学習(宿題) (べんきょう・しゅくだい) 【1時間30分】	夕食・入浴など (ばんごはん・おふろなど) 【1時間】	だんらん・テレビ・読書など 【2時間30分】		睡眠 (すいみん) 【8時間】

① ふだんの、平日の1日の過ごし方を書いてみましょう



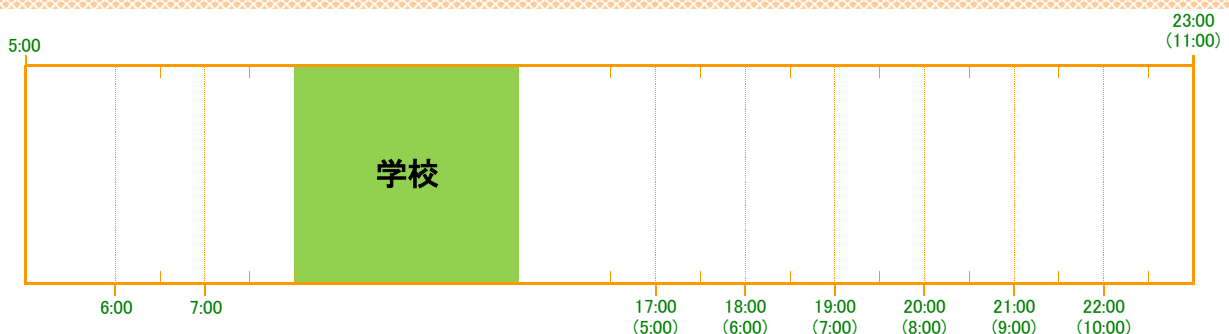
② 目標時間を決めましょう

● 時間を決めて書きましょう

学習時間 (べんきょう) 時間 分 読書の時間 (どくしょ) 時間 分 睡眠時間 (すいみん) 時間 分

運動時間 (うんどう) 時間 分 テレビやゲームなどの時間 時間 分

③ 平日の1日の過ごし方の計画を書きましょう

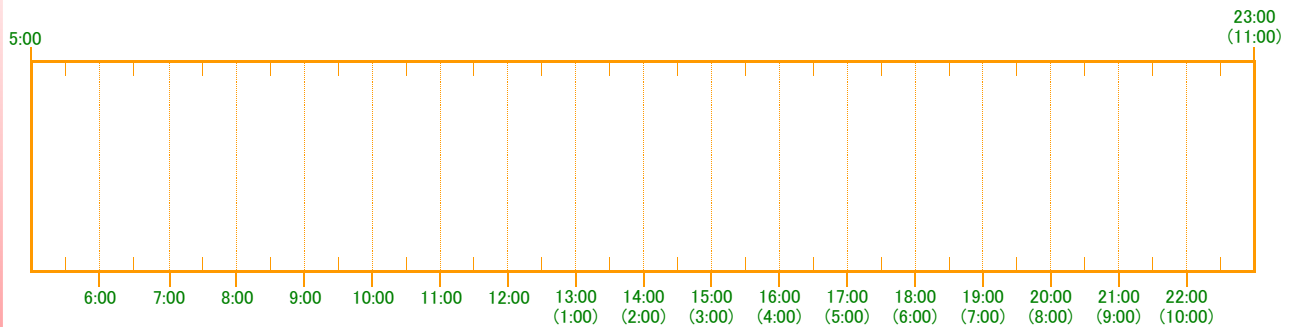


土曜日、日曜日の1日の生活をふりかえってみましょう！

	5:00	6:00	6:30	7:00	7:30	8:00	8:30	9:30	10:00	10:30	11:30	12:00	13:00		16:30	18:00	19:30		21:30	22:00
例1	睡眠 (すいみん) 【9時間】	起きる・みじたく (朝ごはん)						家庭学習 (べんきょう) 【1時間】	読書 【30分】	運動 (うんどう) 【1時間】		昼食など 【1時間】			家庭学習 (べんきょう) 【1時間30分】	夕食・入浴など (ばんごはん・おふろなど) 【1時間30分】	だんらん・テレビ・読書など 【2時間】		睡眠 (すいみん) 【9時間】	

	5:00	6:30	7:00	7:30	9:00	12:00	13:00	14:00	17:00	17:30	18:00	19:30	22:30
例2	睡眠 (すいみん) 【8時間】	起きる・みじたく (朝ごはん)			部活動(少年団)や習い事 【3時間】	昼食など 【1時間】		家庭学習 (べんきょう) 【3時間】	読書 【30分】	夕食・入浴など (ばんごはん・おふろなど) 【1時間30分】	だんらん・テレビ・読書など 【3時間】	睡眠 (すいみん) 【8時間】	

① ふだんの、土曜日、日曜日の1日の過ごし方を書いてみましょう



② 目標時間を決めましょう

● 時間を決めて書きましょう

学習時間(べんきょう) 時間 分 読書の時間(どくしょ) 時間 分 睡眠時間(すいみん) 時間 分

運動時間(うんどう) 時間 分 テレビやゲームなどの時間 時間 分

③ 土曜日、日曜日の1日の過ごし方の計画を書きましょう

