

養育手帳

こどもと親の交流ノート



子の氏名	
------	--

明 石 市

離婚をしても、親子であることに変わりはありません。

こどもの幸せは、父母の幸せです。

幸せを実現するために、この交流ノートを使ってみませんか。

年 月 日 から

年 月 日 までの記録



こどもの写真を貼る場所

あなたが、いちばん、大切です

お母さんとお父さんは、おなじ「おうち」に

いないけれど

お母さんもお父さんも、あなたのことが

「大好き」

これまでも、これから、ずっと、ずっと

「こどもと親の交流ノート」の使い方

主に一緒に暮らす親が、子どもの最近の生活や相手に気を使って欲しいこと、相談したいことなども書いてください。

子どもから、このノートを今度会う親に渡してください。

子どもと会う親は、いつ、どこで子どもと会って、どのように過ごしたかを書いてください。また、相手に伝えたいこと、相談したいことなども書いてください。

子どもから、このノートを主に一緒に暮らす親に渡してください。

このノートは親子の交流の記録です。

親はノートに書かれていることを子どもに読んであげてください。

ノートに、お父さん、お母さんがお互いに励ましや感謝の気持ちなどを書いていると、子どもはもっと喜ぶでしょう。

交流ノートは子どもの成長記録です。

親として子どもの成長の姿を共有してみませんか。

書き込む頁がなくなったら、窓口で新しいノートをもらってください。

記入例1 主に一緒に暮らす親が書いてください

以下は、書き込みの具体例です。参考にしてみてください。

【記入日 ○○年 ○月 ○○日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

(例) 幼稚園で友達ができました。

○月○日にインフルエンザの予防注射をしました。

算数の試験で90点を取りました。ほめてあげてください。

2 今日、子どものことで気になっていることです。

(例) 少しかぜをひいています。食後30分以内に薬を飲ませてください。

アトピーが少しひどくなりました。食べ物に気をつけてください。

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

(例) 最近、本を読みたいと言っています。本屋で一緒に本を選んでほしいです。

記入例 2 定期的に会う親が書いてください

以下は、書き込みの具体例です。参考にしてみてください。

時間：(例) 〇年〇月〇日〇時から〇時頃まで

場所：(例) 定期的に会う親の自宅、〇〇児童館、〇〇パーク…

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

(例) 一緒に本屋に行き、本を2冊買いました。

公園で遊ぶつもりでしたが、かぜ気味なので、児童館でゲームをして遊びました。

お昼にファミレスでパスタを一緒に食べました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

(例) 新しいゲームソフトが欲しいようです。お母さんと相談してから買ってあげると言いました。買っていいですか。メールで返事をお願いします。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

(例) 一緒にサッカーの試合を見に行きたいです。いいですか。メールで返事をお願いします。

交流記録のページ



主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。

主に一緒に暮らす親が書いてください

【記入日 年 月 日】

1 最近、子どもはこのような生活をしています。

.....
.....
.....

2 今日、子どものことで気になっていることです。

.....
.....
.....

3 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

.....
.....
.....

定期的に会う親が書いてください

【時間】 年 月 日 時～ 時頃

【場所】

1 子どもと会ってこのように過ごしました。

2 相談したいことがあります / お願いしたいことがあります。

3 次回は、こんなふうに過ごそうと思います。



明石市政策局 市民相談室

〒673-8686

明石市中崎 1 丁目 5 番 1 号

電話 078-918-5002

FAX 078-918-5102