

令和3年度 奈良市子ども会議 報告書

テーマ : みんなどうしてる？ withコロナの過ごし方



奈良市
子ども政策課

目次

I 奈良市子ども会議の概要	1
1 奈良市子ども会議について	1
2 令和3年度奈良市子ども会議開催状況	1
3 ファシリテーター	1
4 子ども参加者	2
5 サポーター	3
II 奈良市子ども会議の開催	4
1 奈良市子ども会議の内容	4
2 振り返りシート集計結果	9
3 アンケート集計結果	12
III 奈良市子ども会議意見書	15

別冊資料

- 令和3年度奈良市子ども会議 意見書



I 奈良市子ども会議の概要

1 奈良市子ども会議について

奈良市では、子どもたちが、今を幸せに生きることができ、将来に夢と希望をもって成長していけるような、子どもにやさしいまちづくりを目指して「奈良市子どもにやさしいまちづくり条例」を制定し、平成27年4月から施行しました。

奈良市子ども会議は、この条例の規定に基づき、子どもの意見表明や参加を支援するための取組で、この会議に参加する子どもたちが子どもにやさしいまちづくり等について話し合い、出された意見をまとめ、市長に提出することを目的としています。

令和3年度の奈良市子ども会議は、話し合うテーマを「みんなどうしてる？withコロナの過ごし方」とし、オンラインで5回実施しました。第5回子ども会議は、特別回として青森市との交流会を開催しました。

新型コロナウイルスの影響で学校や日常生活において制限を受けて、生活スタイルの変化をきっかけに、子どもたち自身が実践していることや新しく始めたことを話し合い、様々な「withコロナの過ごし方」を提案してくれました。

子どもたちが考えた「withコロナの過ごし方」についての提案は、子どもたち自身が用意した写真や絵とともに奈良市公式ホームページで公開しました。

2 令和3年度奈良市子ども会議開催状況

(1) 開催日・テーマ・参加人数

回	開催日	テーマ	参加人数
第1回	令和3年8月3日(火)	「仲間と出会い、課題を共有しよう」	18人
第2回	令和3年8月5日(木)	「みんなどうしてる？withコロナの過ごし方」	12人
第3回	令和3年8月18日(水)	「グループごとのアイデア集を整理し、まとめる」	16人
第4回	令和3年8月20日(金)	「withコロナの過ごし方アイデア集を完成させる」	12人
青森市交流会	令和3年8月21日(土)	「青森市と交流しよう」	11人

(2) 開催時間・場所

- ▶ 開催時間 午前10時から正午まで
- ▶ 開催場所 オンライン開催 (Google Workspace for EducationのMeetを使用)
奈良市役所 北棟5階 501会議室 (事務局及びサポーター)

3 ファシリテーター

特定非営利活動法人 子どもの権利条約総合研究所関西事務所所長 浜田 進士

(アシスタント)

ひと結び 代表

佐野 岳章

4 子ども参加者

10歳から17歳までの子どもを対象に、公募等により募集し、20名の子どもが参加しました。

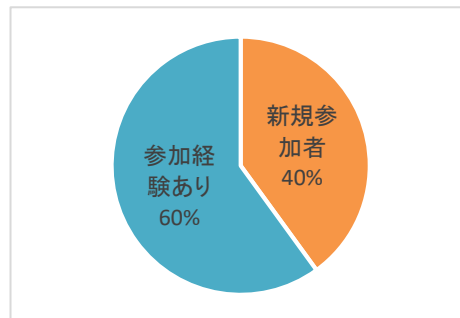
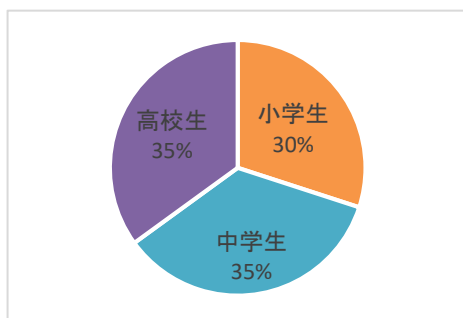
(応募受付順・敬称略)

	氏名	学校／学年		氏名	学校／学年
1	ますだ しゅうえい 増田 修英	右京小学校 6年	11	よしまつ てんせい 吉松 天晴	都跡中学校 3年
2	にわ あやこ 丹羽 絢子	伏見小学校 5年	12	たむら ひなた 田村 日向汰	都跡中学校 3年
3	おだしま さよ 小田嶋 咲陽	伏見小学校 5年	13	さいとう さくら 斎藤 咲良	一条高等学校 2年
4	たなべ みうみ 田辺 美海	育英西高等学校 1年	14	もりもと るげ 森本 楼世	伏見中学校 2年
5	あかさか むさし 赤坂 武紗志	春日中学校 2年	15	たにだ にこ 谷田 仁胡	済美小学校 5年
6	あかさか やまと 赤坂 弥真斗	済美小学校 4年	16	すみだ ゆうが 隅田 優雅	春日中学校 2年
7	かなざわ あんじゅ 金澤 杏樹	青和小学校 6年	17	いしだ わかば 石田 若葉	一条高等学校 2年
8	おおもと かんえい 大本 幹英	京西中学校 3年	18	しば ちより 柴 知依	一条高等学校 2年
9	しぶたに いっしん 渋谷 一心	都跡中学校 3年	19	ふるかわ たいち 古川 太一	一条高等学校 2年
10	おぐに さよ 小國 咲代	一条高等学校 2年	20	よしみ はな 吉見 羽純	一条高等学校 2年

内訳（単位：名）

小学生	6
中学生	7
高校生	7

新規参加者	8
参加経験あり	12



5 サポーター

奈良市内に在住または在学している大学生等を対象に募集し、3名の大学生が参加しました。

(応募受付順・敬称略)

	氏名	学校／学年
1	こばやし はるか 小林 陽香	奈良女子大学 4年
2	ふくい あやの 福井 彩乃	奈良教育大学 4年
3	こんどう たまお 近藤 瑞穂	奈良女子大学 4年



Ⅱ 奈良市子ども会議の開催

1 奈良市子ども会議の内容

(1) 第1回「仲間と出会い、課題を共有しよう」(8月3日開催)

10:00 開会

- ・開会あいさつ(市長・教育長)
- ・記念撮影
- ・事務局紹介

10:20 ファシリテーター紹介

子ども会議のねらいと全5回のスケジュールを説明

10:30 アイスブレイキング

- ・ひとこと自己紹介
- ・グループに分かれて自己紹介

11:00 休憩

11:05 グループワーク

- ・コロナ禍で増えたもの、減ったもの、新しく始めたこと、できなくなったことについて、意見を出し合う

11:30 全体でどんな意見が出たのか分かち合い

11:40 今回の子ども会議のゴールイメージを共有

12:00 閉会



(2) 第2回「みんなどうしてる？withコロナの過ごし方」(8月5日開催)

- 10:00 開会
- ・ 前回の振り返りと本日のねらい、流れの確認
 - ・ 共通ルールについて確認
 - ・ 今日のゴール「withコロナの過ごし方のアイデアをどんどん出そう」
- 10:10 アイスブレイキング
- ・ グループに分かれてしりとりゲーム
 - ・ 自分が好きなもの、大切なものを紹介
- 10:25 グループワーク
- ・ 「withコロナの過ごし方」のアイデアをどんどん出し合う
- 10:50 全体でどんな意見やアイデアが出たか分かち合う
- 11:00 休憩
- 11:05 グループワーク
- ・ 引き続き、「withコロナの過ごし方」のアイデアをどんどん出し合う
 - ・ 出た意見を似たもので分類し、整理する
- 11:30 全体でどんな意見やアイデアが出たか分かち合う
- 11:40 第4回目で行う作業(Webページを作成するための絵コンテづくり)
について説明
- ・ 絵コンテ作成に必要な写真や絵※の準備について説明
 - ※自分が実践したwithコロナの過ごし方がわかるもの
- 12:00 閉会

(3) 第3回「グループごとのアイデア集を整理し、まとめる」(8月18日開催)

- 10:00 開会
- ・ 前回の振り返りと本日のねらい、流れの確認
 - ・ 共通ルールについて確認
- 10:10 アイスブレイキング
- ・ グループに分かれてビンゴゲーム
- 10:25 グループワーク
- ・ 「withコロナの過ごし方」のアイデアをどんどん出し合う
- 10:50 全体でどんな意見やアイデアが出たか分かち合う
- 11:00 休憩
- 11:05 グループワーク
- ・ 引き続き、「withコロナの過ごし方」のアイデアをどんどん出し合う
 - ・ 出た意見を似たもので分類し、整理する
- 11:30 全体でどんな意見やアイデアが出たか分かち合う
- 11:40 第4回目で行う作業(Webページを作成するための絵コンテづくり)
について説明
- ・ 絵コンテ作成に必要な写真や絵※の準備について説明
 - ※自分が実践したwithコロナの過ごし方がわかるもの
- 12:00 閉会

(4) 第4回「withコロナの過ごし方アイデア集を完成させる」(8月20日開催)

10:00 開会

- ・ 前回の振り返りと本日のねらい、流れの確認
- ・ 共通ルールについて確認
- ・ Webページサンプルを提示

10:15 アイスブレイキング

- ・ グループに分かれて連想ゲーム

10:35 グループワーク

「withコロナの過ごし方」3つの素材を選ぶ

- ・ 3つの具体的な事例の説明文を考える
- ・ 3つの具体例がイメージしやすいイラストや写真を決める
- ・ この過ごし方を試してみることで、どんな気持ちがどんな気持ちに変わるかを提示する

11:05 休憩

11:10 グループワーク

「withコロナの過ごし方」3枚の絵コンテを完成させる

11:35 各グループの話し合いの結果を全体で共有

11:50 青森市交流会内容について確認

12:00 閉会



(5) 特別回「青森市交流会」（8月21日開催）

10:00 開会

- ・司会あいさつ（司会：青森市サポーター）
- ・交流会の流れについて説明

10:05 自己紹介

- ①司会、ファシリテーター
- ②参加者：奈良市→青森市
- ③サポーター：奈良市→青森市

記念撮影

10:25 奈良市の発表

- 「みんなどうしてる？withコロナの過ごし方」アイデア集について
- 4つのグループよりそれぞれ発表

10:40 グループワーク

- ・奈良市の発表について意見交換
- ・withコロナの過ごし方の変化について青森市より発言

10:55 各グループの話し合いの結果を全体で共有

11:05 ファシリテーターよりコメント

11:10 休憩

11:20 青森市の発表

- 青森市子ども会議の活動内容や進捗状況について発表
- ※テーマは「青森市の魅力再発見」

11:25 グループワーク

- ・青森市の発表について意見交換
- ・青森市の魅力やイメージについて奈良市より発言

11:40 各グループの話し合いの結果を全体で共有

11:50 ファシリテーターよりコメント

奈良市、青森市の参加者（1名ずつ）よりひとこと感想

12:00 閉会



(6) 令和3年度奈良市子ども会議意見書の提出及び提案内容のホームページ公開（令和3年10月）

子どもたちの提案内容をまとめた意見書を事務局が作成し、市長へ提出した。意見書提出後、提案内容に対する市長のコメント動画を子ども参加者に向けて公開した。

また、子どもたちが考えた「withコロナの過ごし方」についての提案をまとめて、奈良市公式ホームページに公開した。



2 振り返りシート集計結果

奈良市子ども会議の各回で子どもたちにその日を振り返るアンケート(振り返りシート)を記入してもらい、子ども会議についての意見を聞きました。その集計結果は次のとおりです。

回答者数	第1回	18名
	第2回	12名
	第3回	16名
	第4回	12名
	青森市交流会	11名

(問1) 楽しかったですか？

選択肢	第1回		第2回		第3回		第4回		青森市交流会	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
とても思う	10	56%	8	67%	9	56%	8	67%	10	91%
そう思う	8	44%	4	33%	7	44%	4	33%	1	9%
そうでもない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
そう思わない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
全く思わない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
計	18	100%	12	100%	16	100%	12	100%	11	100%

(問2) わかりやすかったですか？

選択肢	第1回		第2回		第3回		第4回		青森市交流会	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
とても思う	8	44%	8	67%	10	63%	7	58%	8	73%
そう思う	9	50%	4	33%	6	38%	5	42%	3	27%
そうでもない	1	6%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
そう思わない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
全く思わない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
計	18	100%	12	100%	16	100%	12	100%	11	100%

(問3) 話しやすかったですか？

選択肢	第1回		第2回		第3回		第4回		青森市交流会	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
とても思う	8	44%	9	75%	9	56%	7	58%	6	55%
そう思う	10	56%	3	25%	7	44%	5	42%	5	45%
そうでもない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
そう思わない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
全く思わない	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
計	18	100%	12	100%	16	100%	12	100%	11	100%

(問4) 今日の子ども会議に参加して、感じたこと、気づいたこと、考えたことなど…なんでも書いてください！

① 第1回 (※一部抜粋)

- ・初めて会う人に自分の意見を伝えることは、とてもためになると思った。
- ・知らない人と話すのは不安かと思っていたけど、想像よりも話しやすかったです。
- ・同じ学年の人達がいて、話しやすかったです。
- ・色々な学年の人の意見を聞けて楽しかったです。
- ・コロナのことで、楽しいことが増えたことなどが学びになりました。
- ・リーダーが一人一人にどうですか？と聞いていくだけでは人の意見を聞いてから思いついた。新しい意見を発表しづらかったり、すぐに皆に意見を反映できなくて話しづらいな～と感じた。次回Cグループは人数が少ないのでミュートやめて話すのもありかなと思う。
- ・1年ぶりの子ども会議はとても楽しかったです。小学校の女の子がリーダーをしてくれてとても上手に仕切ってくれました。自分は2才も年上だから、もっと話したかったけれど、譲ることも大事だと思いました。思春期になると照れが出てきてしまって、本当はもっとよく喋るし、もっと面白いことを言えるのに、ものすごく残念でした。去年の春に学校に行けないつらさを味わったので先生や友達と話せること、部活ができること、外に出られること、、毎日大切に中学校生活をエンジョイしています。
- ・グループで考えるのが難しかった。
- ・2回目も参加したいと思いました。
- ・皆様コロナで暇を持て余していそうだなあと。
- ・コロナ禍でみなさんストレスも溜まってるなあとと思いました。

② 第2回 (※一部抜粋)

- ・違うグループで参加して、新しい人と意見を交流できたのでよかった。
- ・みんなコロナ禍で工夫をして過ごしていると感じた。
- ・オスメの本とかでも、知ってたり知らなかったものがあつた。
- ・今日のゲームがとても楽しかったです。
- ・コロナで、資格の勉強や、キャベツを切ったり、勉強をしている人がいてすごいなと思ったし、すごく刺激にもなった。わたしもしっかり何かしなきゃって思った。
- ・自分では思いつかないような面白い意見が多く出て、とても楽しかったです。
- ・1回目よりはみんなと話しやすかった。

③ 第3回

- ・人の意見は大切だと思った。
- ・だんだん本格化してきて楽しみだと思った。4、5回目は参加できないのが本当に残念だと思う。
- ・自分の意見を積極的に伝えられたのでよかった。
- ・今回、色々な取り組みをしようとしてるのが分かって面白かったです。
- ・握力筋トレ問題が個人的には面白かったですね。
- ・グループにわかれた時、マイクをONのままにしておくことやっぱり話しやすいなと感じた。
- ・自分が1番年上にも関わらず、あまり話を回したりすることが出来なかったです。
- ・小学生の2人がいつもたくさん話してくれていつも代表になってくれてありがたいです。前回部活で来なかったので、まず前回のことを把握することに集中しました。Bチームをまとめてくれてありがとうと小学生2人にお礼を言いたいです。年上なのにリーダーシップを取れなかったこと、チームメイトや担当の大人の方にごめんなさいと言いたいです。

④第4回

- ・人数は少なかったけれど、意見を交流できてよかった。
- ・みんなで考えるのは楽しい。
- ・1回目よりもみんなと話しやすくてとても楽しかったです。
- ・人数が少ない方が話しやすかった。役割を決める時に毎回グダってしまうのが残念。

⑤青森市交流会

- ・青森の知らなかったことについて知れた。
- ・たくさん知らないことがわかった。
- ・違う県の人と話すと、文化の違いなどが知れた。
- ・文化の違いを感じた。青森に古墳あることをはじめて知った。
- ・あんまり考えることがちがった。
- ・青森最高！！喋りがなまっていた。
- ・青森市の人たちは、奈良市のためにがんばっていたのがわかった！！



3 アンケート集計結果

青森市交流会終了後には奈良市子ども会議全体を振り返ってのアンケートを子どもたちに記入してもらいました。その集計結果は次のとおりです。

回答者数 13名

(問1) 奈良市子ども会議のことを何で知りましたか。(3名からの複数回答あり)

選択肢	人数	%
学校での案内	9	56%
チラシ	3	19%
友達や保護者からの紹介	1	6%
奈良市のホームページ	1	6%
子ども未来部Twitter	0	0%
口コミ	0	0%
その他	2	13%
計	16	100%

(その他)

- ・前にやった事があったので、今回もやらさしていただこうと思ったからです。
- ・奈良市からの案内

(問2) 奈良市子ども会議全体を通して、満足でしたか。

選択肢	人数	%
満足	10	77%
やや満足	3	23%
普通	0	0%
やや不満	0	0%
不満	0	0%
計	13	100%

(その理由) ※一部抜粋

【満足】

- ・自分の意見を伝えることもできたし、他の人の意見も聞けたから。
- ・面白くて楽しかったから。青森との交流があって、他のことを知れたから。
- ・違う友だちができたから。
- ・同じ学年の子がいたので話しやすかったからです。
- ・リモートでも十分話し合いができたから。

【やや満足】

- ・少ししか参加出来なかったため。
- ・意見の交流ができて楽しかったが、リーダーや発表者を決める時にまごついてしまったりするところやチャットなどが少し荒れてるところが残念だった。

(問3) 奈良市子ども会議全体を通して自分の意見を言うことができましたか。

選択肢	人数	%
十分できた	10	77%
できた	3	23%
どちらともいえない	0	0%
あまりできなかった	0	0%
まったくできなかった	0	0%
計	13	100%

(問4) 子ども会議に来年もまた参加したいですか。

選択肢	人数	%
とても参加したい	6	46%
参加したい	6	46%
どちらともいえない	1	8%
あまり参加したくない	0	0%
参加したくない	0	0%
計	13	100%

(問5) また奈良市子ども会議に参加するとしたら、どんなテーマで話し合いたいですか。 ※一部抜粋

- ・奈良市をより良い街にするにはどうすればよいか。
- ・奈良のオススメのスポットを決めたい。
- ・環境について
- ・平和について話し合いたい
- ・コロナ後の生活について
- ・好きな動物のいいところや悪いところ
- ・他の県の人とオンラインで話し合いがしたいです。
- ・コロナの課題は気分が下がるので、コロナが終わったら遊びながら皆と話したりできたら良いです。



(問6) 奈良市は子どもにやさしいまちだと思いますか。

選択肢	人数	%
とてもそう思う	8	62%
そう思う	1	8%
あまり思わない	2	15%
まったく思わない	0	0%
わからない	2	15%
計	13	100%

(その理由) ※一部抜粋

【とてもそう思う】

・明確な理由はないけれど、子どもである僕がとても住みやすいと思うし、奈良公園や奈良町などゆっくり出来るところがある。程よく田舎なところが趣深いないつも感じる。
でも、こうやって思うようになったのも中学生くらいからで、僕が小さい頃は、奈良なんもないやん！田舎すぎ！おもんな！というふうに思っていました。
実は、心が満たされたり幸せを感じるところは案外身近にあるという事をあの頃の僕は気付かなかった。だから僕はもっと自分の地元である奈良、奈良市の魅力を知っていきたいと思います。

- ・子どもが大人に意見を言うことができる環境を整えているから。
- ・いろいろな人と触れる機会が多いから。
- ・奈良市の人達がみんな優しいから。
- ・子どもへの接し方から。

【そう思う】

- ・図書館の子ども向けの最新の本があるから。

【あまり思わない】

- ・市内で子どもが遊べる場所が少なすぎる。

(問7) 奈良市子ども会議に参加して、良かったところ、悪かったところ、変えてほしいところなど、自由に感想や意見を書いてください。(開催時期、回数、オンライン開催、内容など)

- ・一つの目標だけで進行していたから深く調べることができた。
- ・初めて参加した。わからないこともわかった。
- ・子ども会議に参加させて頂いた感想は、同じ学年の子と話せて良かった事で、逆に悪かったところはオンラインだから声が聞き取りにくい事です。
- ・参加する事に意味があると思ってしまった自分がいる。参加したから満足になっていた。違う、そうじゃない。参加する以上もっと内容にこだわって良かったし、ガツガツいきすぎやろって思われたくないから周りの人の意見に合わせすぎた自分がいる。それなら、奈良市も自分も成長しないと思いました。
- ・やっぱりオンラインより直で会って話したいと思った。もし次参加するなら、チームごとの人数を減らして実際に集まり、全体の会議の部分だけオンラインでしてみたら良いかと思う。
- ・やっぱり・・・集まってやったほうが楽だね。
- ・曜日など。

Ⅲ 奈良市子ども会議意見書

令和３年度奈良市子ども会議では、参加者募集の段階から全体のテーマを「みんなどうしてる？ with コロナの過ごし方」に絞り、４つのグループにわかれて議論を行いました。

そして、グループごとに出された多くの意見を整理し、３つの「提案」にまとめてくれました。提案された内容については、奈良市公式ホームページにて公開しています。

今回はオンライン開催だったため、市長に提出するための意見書は事務局が作成しました。その内容は次のとおりです。なお、意見書の原本は、別冊資料として添付しています。

[グループメンバー一覧]

Aグループ

赤阪 弥真斗 丹羽 絢子 小田嶋 咲陽 谷田 仁胡

Bグループ

増田 修英 金澤 杏樹 森本 楼世 隅田 優雅

Cグループ

大本 幹英 田村 日向汰 小國 咲代 斎藤 咲良
石田 若葉 柴 知依

Dグループ

赤阪 武紗志 渋谷 一心 吉松 天晴 田辺 美海
古川 太一 吉見 羽純



(1) 「withコロナの過ごし方」として3つのアイデアを提案しよう！

【Aグループ】

[テーマ] コロナ禍ですること

[提案内容]

①本を読む

- ・知らない世界を知ることができる
- ・主人公になりきる！そうすると物語が楽しくなる

②ゲームをする

- ・世の中にもゲームの世界があったらいいなと思う
(例) 今日本にいても、日本の中にゲームの世界があったらいいなと思う
- ・オンラインゲームができるので、友だちと一っしょにできる
- ・オンラインゲームをして、友だちと楽しむことができる
- ・ゲームをすると、いやなことを忘れてひたすら楽しむことができる

③音楽をきく

- ・歌っている人に会いたいなと思う
- ・やる気がでる
- ・考えていたことを忘れることができる
- ・感動したりリラックスしたりできる

[アイデアを見てくれた人へのメッセージ]

- ・コロナ禍、みんなでがんばってのりきろう！
- ・参考にして、見た人はやってみよう！

【Bグループ】

[テーマ] お家でできる！Withコロナの過ごし方

[提案内容]

①生活の中にスポーツを取り入れよう！

(1) テレビの前でスポーツ観戦

- ・実際に球場にいる気分を味わえる！
- ・応援しているところが勝つと元気が出る！

(2) 体を動かしてリフレッシュ

- ・部活のある日は実際に体を動かしてリフレッシュ！
- ・部活動や試合に備えて、家でも準備をがんばっています！

②家族との時間を大切にしよう！

(1) 離れている家族に電話してみよう

- ・離れて暮らすおじいちゃんやおばあちゃんの声の聞くと元気が出る！

(2) いつもより長い時間遊んであげよう

- ・家にいる時間が増えたので、家族と過ごす時間を大切にするようになった！

③手作りに挑戦してみよう！

(1) オリジナルレシピを考えて料理する

- ・ レシピ例：牛乳もち、春巻き
- ・ 本を読んでオリジナルレシピを考え中…！
- ・ 家族に食べてもらって、おいしいと言ってもらえると嬉しい！

[アイデアを見てくれた人へのメッセージ]

- ・ 家にいる時間が長いからこそ、家族との時間を大切にしたり、ふだんできないことにもチャレンジできるようになりました。ぜひ参考にしてください！

【Cグループ】

[テーマ] 家で気軽に楽しく

[提案内容]

① 友だちとチャットをする

＜チャットをするメリット＞

- ・ 人と直接会わなくても会話ができる！
- ・ 大人数でも会話ができる！
- ・ 遠く離れていてもリアルタイムで会話ができる！

＜友だちとチャットをすると…＞

- ・ 友だちの様子がわからない時でも、チャットでしゃべると様子がわかり、不安がやわらぐ
- ・ 学校で友だちに会えずにさびしい時でも、話すことができストレスが緩和される
- ・ 自粛期間で会えない人と話せる

② 筋トレをする

＜筋トレをするメリット＞

- ・ 部活に向けて筋力の強化
- ・ 室内でできる
- ・ 体力測定の結果アップ
- ・ やった分だけ実力がつく
- ・ 勉強の気分転換ができる
- ・ 筋トレでドーパミンを出して、ネガティブな気持ちをなくせる

③ 植物を育てよう

- ・ 気持ちがリラックスする
- ・ 部屋の見栄えがよくなる
- ・ 愛着がわく

＜おすすめの植物＞

- ・ アボカド…管理が楽で気軽に育てられる
- ・ 豆苗…すぐに収穫できる
- ・ 青唐辛子…辛いものと辛いものがある、ドキドキを味わえる
- ・ 落花生…たくさん収穫できる、水やりが少なめでいい

[アイデアを見てくれた人へのメッセージ]

- ・不安な日々が続きますが、友だちと不安を共有したり、筋トレや植物栽培でリフレッシュして、ふだんの生活の質を変えてみましょう！
- ・こんな時だからこそ楽しもう！
- ・つらい時期かもしれないけど、家でできることで楽しんでストレスを解消しましょう！

【Dグループ】

[テーマ] 退屈しないおうち時間

[提案内容]

①友だちと話そう！

- ・離れていても通話でつながる
- ・気持ちが明るくなってソーシャルディスタンスも保てる
- ・いろいろな話題を共有して、時間を気にせずに、みんなとたくさん笑おう

②好きなものをイッキに見よう！（マンガ、本、アニメ）

- ・全力で楽しむ！
- ・あまっている時間を、好きなものをぜいたくに使って退屈な時間をおもしろい時間に変えよう！

③筋トレ！

- ・みんなでムキムキになろう
- ・ふだんあまり体を動かさない人でも、運動して気分転換しよう！
- ・友だちに筋肉を見せてびっくりさせよう！

[アイデアを見てくれた人へのメッセージ]

- ・ここに書いてある内容を暇なときにぜひ実践してみてください。
- ・コロナ禍の時間を利用して、充実した時間を過ごしましょう！
- ・コロナが終わるまでいっしょにがんばりましょう！
- ・アイデア集を見てくれてありがとうございました！

(2) 新型コロナの感染拡大があつて、どんな変化がありましたか？（増えたもの、減ったもの、新しく始めたこと、できなくなったこと等） ※8月3日話し合い内容

【Aグループ】

＜増えたもの、新しく始めたこと＞

- ・そろばんを始めた。
- ・ラインで友だちとテレビ電話をするようになった。
- ・家で本を読むことが、いつもの倍くらい増えた。

＜減ったもの、できなくなったこと＞

- ・友達と話すことが減った。
- ・友達と遊ぶことができなくなった。
- ・外出することが減った。
- ・家庭科の調理実習がなくなり、かわりに宿題で料理をすることになった。
- ・毎年学校で行っている夏祭りがなくなった。
- ・運動会がなくなった。または、学年ごとですることになった。代わりに、リレーやドッジボールを参観で行うようになった。
- ・プールの授業がなくなった。
- ・バレエの練習がみんなできなくなってしまった。
- ・習いごとの習字がお休みになってしまった。

【Bグループ】

＜増えたもの、新しく始めたこと＞

- ・学校に行ける楽しみを感じられて、学校に行くのが楽しくなった。
→友だちと直接会えるから、授業もがんばれる。
- ・友だちと一緒に部活できるのがより楽しくなった。
- ・タブレットで宿題をするようになったのが楽しい。
- ・学校が変わって、今までと違う友だちができた。
- ・友だちからすすめられてユーチューブを始めた。
- ・動物のお世話が增えた。

＜減ったもの、できなくなったこと＞

- ・外出が減った。
- ・おじいちゃんの家に行けない。
- ・給食をみんなで食べられなくなった。
- ・部活の回数、時間が減った。
- ・学校行事が減ったり、全部リモートで行うようになった。
- ・親に行事を見にきてもらえなくなった。

【Cグループ】

＜増えたもの、新しく始めたこと＞

- ・授業や集会が教室でできるようになってよかった。
- ・オンラインを使ったもの（zoom会議など）が増えた。
→実際に会わないとわかりにくかったり、話づらいところもあるけど、遠いところからでも参加できるのはいいことだと思う。
- ・スポーツをする。
- ・休みの日はたくさん寝ている。
- ・好きな曲をピアノでひく。
- ・リズムゲームをする。
- ・本を読む。
- ・パソコンを見る。
- ・分厚い小説を買って何度か読み直している。
- ・家族でゲームをしている。
- ・資格の勉強をしている。

＜減ったもの、できなくなったこと＞

- ・部活動の時間が減り、合宿や他校との練習試合など実践的な練習も減ってしまった。
- ・他の学校との交流。
- ・学校行事（文化発表会・先輩の卒業式の参加・文化祭の模擬店）
- ・県総体などが中止になり、先輩の引退試合がなくなった。
- ・寝るのが遅くなり、睡眠時間が減った。
- ・大阪などに遊びに行くこと。

【Dグループ】

＜増えたもの、新しく始めたこと＞

- ・家族との会話が増え、顔をあわせることが多くなったので、家族の小さい変化にも気づくようになった。
- ・ゲームする時間が増えた。
- ・睡眠時間が増え、遅寝遅起きするようになった。
- ・PCを触る時間が増えた。
- ・新しく買ったPCを使って絵を描くようになった。
- ・自分の好きなこと（絵を書く・本を読む・ゲームする）をする時間が増えた。
- ・裁縫を始めた。
- ・Zoomで講演会を聞くようになった。
- ・オンラインワークショップ（プログラミングの講習会）に参加するようになった。
- ・オンラインでの通話を始めた。

＜減ったもの、できなくなったこと＞

- ・外で人と会うことが減ったので、敬語を使う機会が減った。
→コミュニケーション能力が落ちた気がする。（家族とは敬語を使わないため）
- ・勉強や部活をする時間が減った。

- ・部活が休みになり、運動する習慣がなくなった。
- ・図書館に行くのをやめるようになった。
- ・映画を見に行かなくなった。
- ・遠くに遊びに行ったりすることがなくなった。



令和3年度奈良市子ども会議集合写真

令和3年度奈良市子ども会議報告書

令和3年10月

【発行】

奈良市子ども未来部子ども政策課

〒630-8580 奈良市二条大路南一丁目1番1号

電話:0742-34-4792 FAX:0742-34-4798

E-mail:kodomoseisaku@city.nara.lg.jp