

オサなだっこ

-くどサポ-

きらら
第6号



河根
小
中
学
校



命の授業



九
度
山
小
学
校



職
場
体
験
伊
都
消
防
組
合
消
防
本
部



九
度
山
中
学
校



音
楽
会



九
度
山
保
育
所



ハ
ロ
ウ
ィ
ン
パ
ー
ティ
ー



九
度
山
幼
稚
園



砂
場
遊
び

- ☆子どもの自主性を伸ばし、
内なる力を活かす子育て方法
- ☆図書室おすすめ BOOK
- ☆知ってほしいヤングケアラー
- ☆おすすめレシピ「いただきます〜す」
- ☆くどサポきららの活動



子どもの自主性を伸ばし、内なる力を活かす子育て方法

今年度は九度山小学校の参観の後、1～3年生の保護者を対象に子育てミニ講座を開催しました。地域で活動する家庭教育支援員と併せて21名の参加があり、短い時間でしたが、熱心に講師の先生の話の聞いたり、保護者の方から質問をいただいたりして、充実した講座になりましたので、内容と参加者の感想を紹介します。

子どもの自主性を伸ばし、内なる力を活かす子育て方法

～コミュニケーションのとり方、しつけの方法～

講師

フェミニストカウンセリング界
公認心理師 中川 和子氏

フェミニストカウンセラーとは、女性の心理的支援を中核に、女性の自立やDV、セクハラ、性暴力などの女性問題を専門家として、現代社会では重要な役割を担っています。

子どもとは、..

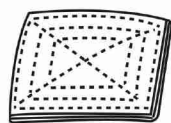
- 💡 発達の途上
- 💡 未知の可能性
- 💡 柔軟な回復力（レジリエンス）
- 💡 多様な存在
- 💡 唯一無二な存在（尊い存在）

親とは、..

- ✳️ 子どもにとって影響力のある存在
子どもをどのように捉えるか
どのように関わるか
- ✳️ 子どもを守り、育む、自立自律を促す
子どもの豊かな力、未知の可能性を信じる
引き出す、輝かせる、自信につなげる
生きる方向をおおまかにガイドする

「しつけ」は何のためにする？

しつけのタイプ



ほんめ
本縫い



めい
しつけ縫い



いと
糸なし

糸なし：物事を行うときにルールや約束事もなく、ほったらかし、しつけ無しタイプ

しつけ縫い：大まかな道筋を作り、子ども自身が感じ・考え・選択するのを見守り、ガイドするタイプ

本縫い：親の価値観で子どもの道筋をすべて作り、細かくしつけるタイプ

参考：「しつけと体罰」森田ゆり

あなたはどのタイプ？

子ども自ら本縫いができる
ように親がガイドすると

豊かな力や未知の
可能性が広がり

子どもの自信
につながる

自立・自律



聴くことの大切さ

子どもとのコミュニケーションは言葉のキャッチボール

子どもの話を聴く

出来事だけでなく子どもの気持ちに耳を傾けてみましょう。

(嬉しい、ドキドキする、悔しい、悲しい、寂しい、・・・)

どんな気持ちも大切な気持ちですね。

いつも、いつも、子どもの話をしっかりと聴けるわけではありませんが、1日1回は、しっかりと聴く時間を持てるとよいですね。

忙しさに紛れて、ついつい『・・・しながら』になっていませんか？



気持ちの言葉を繰り返す聴き方

「そうか、～が嫌やったんやね」など相手の言葉を繰り返すことで、「共感してくれている」「話を聞いてもらえた」と感じます。

もっと話したくなるような具体的な聴き方

「いつ」「どこで」「だれと」「どんなふうに」「それからどうしたの？」など、こちらから問いかけることで話しやすくなります。

I メッセージと You メッセージ

私が主語からはじまる＝I メッセージ

(例) 夜、遅くまでゲームをしている子どもへの声かけ

「お母さんは、明日あなたがしんどくなれへんか、心配やから、早く寝てほしいな」

子どもは自分のことを心配してくれていると思う。



あなたが主語からはじまる＝You メッセージ



「ゲームばかりして、何時やと思ってるの?! 早く寝なさい」

子どもは叱られたと思う。

叱る時についつい言ってしまうがちな、命令や説教、非難などの You メッセージは、相手が反発を感じ衝突になることがあります。(例)「・・・しなさい」「・・・するべきでしょう」「何回言わせるの!」)

I メッセージに変えて言うと、相手は受け取りやすくなります。私を主語にして I メッセージで、私の気持ちを伝えましょう。

褒める子育てポイント!!

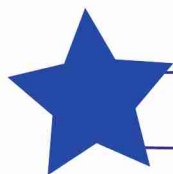
- ① 誰かとの比較で褒めない。
- ② 結果を褒めるのではなく、プロセスを褒める。
- ③ 人格を褒めるよりは行動を褒める
- ④ 良いことをしたときに褒めるよりもふつうにしているときに褒める。
- ⑤ 褒める側の気持ちを伝える。

参考:「しつけと体罰」森田ゆり

参加者の感想

- 子どもとの関わりを再確認できました。話をゆっくり聴いてあげる時間をつくり、耳を傾けるよう心がけたいです。
- 日頃、忙しくて、きちんと子どもの話を聴けていなかったのかなと感じました。こちらが誠意をもっていれば、子どもは返してくれるのかなと思います。
- 子育てをしていると、つい忙しくて、～しながらの返答がたくさんあります。再度、気持ちを改めて、少しでも手を止めて、顔を見て、話を聴けるとよいかなと思います。それと、毎日の子育ての中で、気持ちの余裕がないこともありますが、自分自身しんどくならないように子どもと接するよう心がけています。子どもが毎日、毎日笑顔なので嬉しいです!

来年度も子育てミニ講座を計画したいと思いますので、たくさんの保護者の方に参加していただければと思います。



図書室おすすめ BOOK

中学生向け

「あの花が咲く丘で、君とまた出会えたら。」
汐見夏衛

家を飛び出した中2の百合。目をさますと、そこは戦時中の日本だった。偶然通りかかった彰に助けられた百合は、彼に惹かれていくが、彼は特攻隊員だった…12月公開映画の原作。



「檻の中のライオン
～憲法がわかる 46 のおはなし～」 椋大樹

「ライオン＝権力」「檻＝憲法」で語る憲法の入門書。学校の資料集にも起用されており、イラスト付きで読みやすく、憲法のことをとても分かりやすく書かれています。



「ねことことり」 たてのひろし 作
なかの真実 絵



第28回日本絵本賞受賞作品。こぶしの小枝を束ねる仕事をしている猫と、その枝を求めて猫のもとへ通う小鳥の物語。心がじんわりあたたまるファンタジーです♪

「好き」を貫く牧野富太郎の言葉

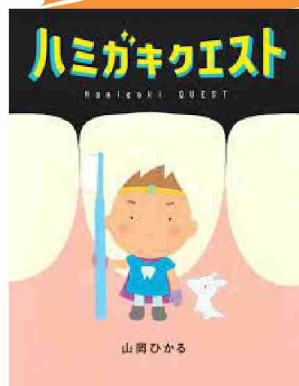


「言葉と植物」編集班

2023年春の朝ドラ（らんまん）のモデルとなっている植物学者・牧野富太郎の名言・俳句を紹介。「自分の好きなものを大切にして、人生を生ききる」—その言葉や生き様がわかる1冊。

幼児向け

「ハミガキクエスト」 山岡ひかる



大きな歯ブラシ携えて、胸には輝く歯のマーク。勇者ハミーはモンスター退治の旅に出た。毎日の歯磨きが、ワクワクする時間になるお話絵本。

保護者向け

「自分で解決できるようになる友だち関係」
（親が知っておきたい大切なこと②） 柴崎嘉寿隆

「心配」は愛情表現である一方で、子どもにとっては負担となって重いもの。見守りつつ自分を楽しむ、ぐらゐの距離感がベストです。気持ちが楽になる子どもとの関わり方が詰まった1冊です。



小学生向け

「バジとあかいボール」 松丘コウ

時間を進めてくれる赤い魔法のボール。バジは、苦手な歌のテストで使うかどうか迷います。バジが成長していく姿に”がんばれ!”と応援したくなります。



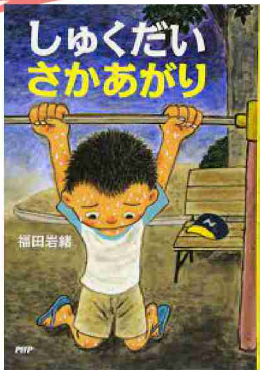
「大根はエライ」(たくさんのふしぎ傑作集) 久住昌之

久住昌之

さまざまな料理で使われている大根。人気も実力もあるのにメインの食材を引き立てる脇役に徹している奥ゆかしい大根。そんな大根の魅力をユーモアたっぷりに描いています。



「しゅくだいさかあがり」(とっておきのどうわシリーズ) 福田岩緒

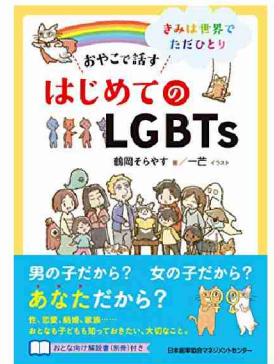


夏休みにさかあがりの宿題が出た。友だちのさとしと一緒に練習をしたけれど、全然できなくてさとしに八つ当たり…。努力することの大切さ、友だちの素晴らしさを描いたお話。

「おやこで話すはじめてのLGBTs」

鶴岡そらやす

ひとりひとりが違うこの世界を、世界にひとりしかいない子どもたちが、自分らしさを大切にしながら生きていくために知っておきたいことをまとめた本。ぜひ親子で読んでください♪



ブックスタートを知っていますか？

0歳児健診などの機会に、絵本をひらく楽しい「体験」と「絵本」をすべての赤ちゃんにプレゼントする活動です。九度山町でも2019年からこの活動を始めていて、10ヶ月健康相談時に、絵本を3冊プレゼントしています♪



知ってほしいヤングケアラー

ヤングケアラーとは？

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものこと。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。

(出典) こども家庭庁ホームページより引用



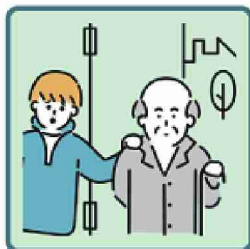
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている

家族のケアを子どもがしている、ヤングケアラー
頑張っているからこそ、こんな気持ちを持っているかもしれません。

友達と遊びたいけど…

希望の進路は選べない

別に嫌でやってるわけじゃないし

きょうだいの面倒みるのは、当たり前でしょ

部活、したいけど…

誰を頼っていいかわからない

家のことやらなきゃ

家族のことは話したくない

こどもが家事や家族の世話をすることは、ごく普通のことだと思われるかもしれません。

でも、ヤングケアラーは、本当なら享受できたはずの、

勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、将来に思いを巡らせる時間、友人との他愛ない時間…

これらの「こどもとしての時間」と引き換えに、

家事や家族の世話をしていることがあります。

まわりの人が気づき、声をかけ、手を差し伸べることで、

ヤングケアラーが「自分は一人じゃない」「誰かに頼ってもいいんだ」と思える、

「こどもがこどもでいられる街」を、みんなでつくっていきませんか。

それはきっと、すべての人が幸せに暮らせる社会をつくる一歩になるはずです。





おすすめレシピ「いただきます」

だんだんと秋が深まってきました。今年は暖冬といわれていますが、寒くなってくるとおいしい食べもので体の中から温まりたいですね。しっかり食べて体力と免疫力をつけて、冬に備えましょう。今回は給食で人気のメニュー2品をご紹介します。

高野豆腐のそぼろ丼

★材 料

鶏ミンチ	100g
高野豆腐	3枚(50g)
たまねぎ	2こ
にんじん	1/4本
いんげん	4本
しょうゆ	大さじ2
さとう	大さじ2
酒	大さじ1
粉チーズ	大さじ2
水	200ml

ふわふわの食感と優しい味つけに、粉チーズのコクがポイントです。(写真は給食です。ごはんにかける前の具だけの状態を撮影)



九度山学校給食センター
伝統のオリジナル料理です。

- ①高野豆腐はもどして軽くしぼり、粗みじんに切る。
- ②たまねぎ、にんじんはみじん切り、いんげんは1cmに切る。
- ③鍋に鶏ミンチを入れ、ほぐしながらよく炒める。
- ④たまねぎ、にんじんを加えてさらに炒め、軽く火が通ったら水、さとう、酒、しょうゆ半量を加える。
- ⑤高野豆腐を加え、弱火でときどきかき混ぜながら煮込み、ふっくら煮えたらいんげんを加える。
- ⑥残りのしょうゆ、粉チーズを加えてしばらく煮たらできあがり。



お弁当にもぴったりのおかずです。

じゃが豚キムチ

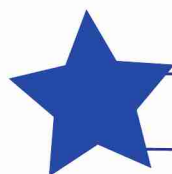
★材 料

豚肉	300g
じゃがいも	5こ
たまねぎ	2こ
にんじん	1/2本
しらたき	1袋
白菜キムチ	150g
にら	1/2束
しょうゆ	大さじ2.5
酒	大さじ2
さとう	大さじ2
みりん	大さじ1
水	400ml

普通の肉じゃがよりもパンチがあって、ごはんがすすむ煮物です。

- ①豚肉は食べやすい大きさ、じゃがいもは3cm角、たまねぎはくし形、にんじんはいちょう、にらは3cmに切っておく。
- ②しらたきはざく切りにして下茹でしておく。
- ③鍋で豚肉、たまねぎ、にんじんの順に炒めて水を加え、じゃがいもを入れて煮る。
- ④じゃがいもに少し火が通ってきたら、しらたき、調味料、キムチ(汁は切る)を加えてさらに煮る。
- ⑤味見をして、キムチの汁で辛さを調整する。
- ⑥仕上げににらを加えてできあがり。





くどサポきららの活動報告

3年ぶりの家庭訪問

昨年度までは、コロナ禍により各家庭への訪問を見合わせ、電話で学校や家での様子をお聞きしていましたが、5類感染症移行に伴い、今年度は6～7月に訪問事業を行うことができました。今回は小学1年生・中学1年生に加え、小学4年生のお子さんがある家庭にも、家庭教育支援員が訪問させていただきました。

初対面の方もおられましたが、保護者の皆様には、快くお子さんの様子や子育てについての話を聞かせていただき、ご協力感謝いたします。皆様からの意見を紹介します。

子育て支援について

今年度から、放課後の子どもの居場所として、公民館の「わいわい学級」が始まり、担当の職員の方に見守ってもらいながら、宿題を済ませたり友達と遊んだりしながら過ごせるので、親として安心できます。



公民館の「わいわい学級」はありがたいと思いますが、公民館は、他の人も利用しているので、気兼ねなく親子で集まれるような場所（児童館など）があれば良いと思います。



タブレットの支給や給食費の無償、修学旅行費用の補助など、子育て支援が充実し、ありがたいです。



通学路や学校の安全について

保護者の方から、危険だと思われる場所などご指摘をいただきました。（永代橋付近・広良方面への通学路）建設課など関係各課にも共有させていただきました。



その他



友達関係、スマホのトラブル、学校生活のこと、親から見ていて気になることや心配していること、学習面（特に中学生のテスト勉強）についてなど様々な話を聞かせていただきました。

子育て講座や学童保育についてもご意見をいただきました。

編

集

後

記

今年度は、令和3年度から計画していた訪問事業を実施することができました。支援員からは「対面で話すと、最初はお互い緊張した感じでしたが、電話で話すよりも話題が広がり、お子さんや家庭の様子をいろいろと聞くことができました。また、この期間にかかわらず、気軽に子育て家庭の方とお話ができたらいいなと思いました」と感想をいただきました。保護者の方からは「今は、地域の人がこんな活動（家庭教育支援員の訪問）してくれてるんやなあ」という声を聞かせてくださり、『地域全体での子育ての大切さ』の認識が広がってきたことを実感しました。

発行日 令和5年11月30日 発行 九度山町家庭支援サポートチーム きらら事務局

【お問い合わせ】 〒648-0198 和歌山県伊都郡九度山町九度山 1190

TEL: 0736-54-2019（九度山町教育委員会学校教育課内）