

子育てを  
応援します

青森市子育て

vol.19  
2019.7.2 発行

# サポセン 通信

青森市子育てサポートセンターでは、家庭教育に関する学習機会の提供（青森市内の小中学校で行われている家庭教育学級の運営サポート、子育て講座《きらきら塾》や発達に心配のあるお子さんに関する講座《うとう塾》の企画運営）、情報収集、発信、また子育て相談の対応等を行っています。

## まだ間に合う！これから開催の講座です！

### 2019年度ファミリー講座

#### きらきら塾

《時間》10:00～12:00  
(第5回のみ 13:30～15:30)

第5回 **9/20(金)** 《場所》中央市民センター  
**子どもを幸せにする子育てとは**  
～親も幸せになる子育ての話～

講師 秋田公立美術大学 教授 野々口 浩幸 さん

第6回 **10/18(金)** 《場所》中央市民センター  
**子どもたちの今** ～友人関係のあれこれ～

講師 青森市子どもの権利擁護委員  
弘前大学 教授 小林 央美 さん

第7回 **11/15(金)** 《場所》西部市民センター  
**家でできる郷土料理**  
～がっばらもち・けの汁など～

講師 青森市食生活改善推進員 5名

#### うとう塾

《時間》10:00～12:00  
(第5回のみ 12:30 まで)

第4回 **8/27(火)** 《場所》中央市民センター  
**思春期はやってくる！**  
～あわてない、あわてない性教育～

講師 青森中央短期大学 専任講師 松浦 淳 さん

第5回 **9/6(金)** 《場所》中央市民センター  
**悩んでいるのはひとりじゃないよ！**  
～わたしの体験談～

講師 青森県自閉症協会青森地区ペアレントメンター  
蝦名 佐慰子 さん  
青森市子育てサポートセンタースタッフ 寺山 裕子

両講座、託児はありません。  
お子様との参加はご相談ください。

## サポちゃん



漫画家のあまのこ

問い合わせ・申込先

青森市子育てサポートセンター  
TEL・FAX  
**017-774-6537**

【開設日時】毎週火曜日 10:00～13:00  
《開設時以外は、留守番電話をお願いします。》



## 「いい子」って、誰にとってのいい子なの？

第1回  
きらきら塾  
(5月17日)

### いい子でいいの？ ～子育てで大切にしたいこと～

まず初めに講師の小笠原さんから、最近の教育現場で感じているお話を伺いました。「問題に見えることはその子の課題で、課題は次のステップに行くために必要なもの」というお話でした。

子どもにとって大切なことは以下の4つです。

- ① 被受容感⇒自分は受け入れられていると思えること
- ② 自己肯定感⇒自分ってなかなかいいなと思えること
- ③ 自己有用感⇒自分は必要とされていると思えること
- ④ 自己決定力⇒自分で考え決めたりできることだそうです。

親の対応として、「怒る・叱る」は違うことや「悪い子ではなく、悪いことをした子」というとらえ方が大切で「何がいけなかったのか(行動を)具体的に伝えることが大事」ということも分かりました。

最後に「自分の気持ちはなかなか変えられなくても、行動は直ぐに変えることができる」ことで、自分(親)の行動を意識的に変えることで、相手(子ども)から思いもよらない反応があり、自分の気持ちも違ってくるかもしれません。その事で、自分の思考や感情が変わってくることを学びました。



講師:小笠原 美知子さん  
(スクールカウンセラー)





◇鳴海 明敏さん 児童心理治療施設「青森おおぞら学園」施設長。子育て講座の講師など、私たちにもわかりやすく優しくお話をしてくださる信頼できる方です。

「子どもの前で、夫と育児の価値観の違いの事で言い争いをしてしまうのは、子どもを傷つけてしまいますか？子どもの人格形成に影響を与えないか不安です。」



お父さんとお母さんの殴る蹴るの派手な立ち回りや、お父さんが一方的にお母さんを支配したりするドメスティック・バイオレンス（DV）での暴力場面などを、子どもに見せたり見られたりすることは、児童虐待の中では「心理的な虐待」に当たります。それは、怒鳴り声や流血など激しい暴力的な場面にさらされると、子どものところが傷ついてしまうからです。ベトナム戦争の悲惨な戦場でここに傷を負った兵士たちが、帰国後に苦しんだ症状の研究が基になってPTSD（心的外傷ストレス症候群）という概念が広まりました。悲惨な災害や事故現場に遭遇した人も同じような症状が出ると言われていました。トラウマという言葉も、普通に使われるようになってきました。

今回のご質問は、お父さんとお母さんの間での「言い争い」とあるので、殴る蹴るのような深刻な暴力場面ではないと思いますが、「子どもを傷つけてしまいますか？」と、ストレート

に尋ねられると、「大丈夫ですヨ。どんどんやってください！」とは言いにくいですね。

こころってとても微妙で、ひとり一人違うので、なんとも言えないところもありますが、「不安がある」とおっしゃるのであれば、子どもさんの目に見えるところや声が聞こえるところでは、一時的な休戦協定を結んで仲の良いところを見せてあげて欲しいと思います。子どもさんが寝てしまってから、思う存分意見を戦わせてください。

子どもは、なんでそのようなことが起きてしまったのか自分自身で良く理解できないときに、「僕が悪いからこうなったんだ！」とか「私がいけないから、こんなことが起きたのに違いない！」という間違った解釈をして納得しようとする傾向があるとされています。

だから、出来るだけ子どもたちが混乱するようなことは、子どもに見聞させないという配慮をして欲しいなあと思っています。

## ⇒⇒ 知ることが、次へのステップになる ⇒⇒

第1回  
うとう塾  
(5月24日)

### 発達障がいってなあに？

～子どもとの関わり方～



講師：町田 徳子さん  
(青森県発達障害者支援センター)  
「ステップ」所長

発達障がいは、脳の構造・機能の障害ということです。脳の働き方が異なることによって、生活のしづらさが生じている場合が多いようで、発達障がいは、自閉スペクトラム症、ADHD、LD、発達性協調運動障害、チック、吃音など色々な種類があり、それぞれの障害特性の現れ方が違います。本人も、どうして出来ないのだろうと困っていて、その子にとって分かるように具体的に伝えることが大切です。周囲が困りごとに気づき、その問題の原因や背景を明らかにすることで、対応が見えてきます。

子どもとの関わり方のポイントは肯定的な注目です。例えば、励ます→あと少しだね、気づく→着替えたね、認める→できたね、などです。

特に、何に対してほめられたか分かるように「お皿を下げてくれてありがとう」というように、具体的な行動をほめることが大切です。怒ることと叱ることは違います。プラスを求めたら、プラスを与えるような関わり方が大事です。

#### 『うとう塾』ってなあに？

発達に心配（発達の偏りや遅れ）のある4歳～小学校中学校までの保護者や関心のある方を対象に、専門知識を持つ講師をお迎えして、年5回開く子育て講座です。

### 青森市子育てサポートセンター

【TEL・FAX】017-774-6537（開設時以外は、留守番電話をお願いします。）

【住 所】〒030-0813 青森市松原1丁目6-3 サンピア（勤労青少年ホーム）2F

【開設日時】毎週火曜日10:00～13:00

【E-mail】aomorishi-saposen@arion.ocn.ne.jp 【ブログ】<http://blog.goo.ne.jp/saposenrarara>



青森市子育てサポートセンターの運営は、私たち《青森市家庭教育サポーター連絡会》が、青森市教育委員会から家庭教育支援事業を受託して行っています。「青森市内で子育てをしている保護者のみなさんのお役に立ちたい！」という熱い思いで活動に取り組んでいます。