

平成 29 年 10 月 20 日 市 P 連 1 3 号

## 各単 P 会員様

十月も半ばを過ぎ、秋冷一段と深まってまいりました。皆様におかれましてはお忙しい日々を送られていることと存じます。

さて、過日行った PTA 家庭教育研修会のまとめができましたので、会員の皆様にご覧いただきたいと思えます。今年はフォーラム形式という新たな試みをとらせていただきましたが、参加した皆様からは温かい感想をたくさんいただきました。また、改善すべき点は次年度以降に生かしてまいります。

寒さが増す時期ですが、体調にご留意され、元気にお過ごしください。

帯広市 PTA 連合会 会 長 高橋 弘史  
同 母親委員会 委員長 工藤 珠美

## 第 42 回 帯広市 P T A 家庭教育研修会

### まとめ

- 1 日時 平成 29 年 8 月 26 日 (土) 13:30~15:15
- 2 場所 とかちプラザ レインボーホール
- 3 主催 帯広市 PTA 連合会 帯広市教育委員会
- 3 内容 下記パネリストによる公開座談会「子育てふぉーらむ」



潮田英明氏



林祐利江氏



堀口初枝氏



若菜順氏



金尾泰明氏

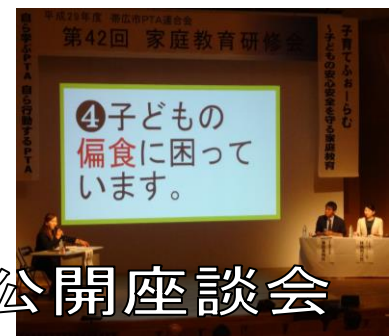
- 内科医 潮田英明氏・・・健康講座を開いて食の大切さを伝え、若年性糖尿病の予防にも力を入れている。
- 一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 林祐利江氏・・・「怒り」と付き合う方法を伝える認定ファシリテーター。
- 帯広市教育委員会指導主事 堀口初枝氏・・・中学校教諭の経験を生かし、生徒指導や教育相談を担当している。
- 帯広市教育委員会相談員 若菜順氏・・・「不登校」「不安」など、電話や面談で保護者や児童生徒の相談を受けている。
- 父親代表 金尾泰明氏・・・日々子育てに悩みながら、PTAとしても積極的に活動する 1 男 1 女の父。
- 母親代表&ファシリテーター 得能優輝江氏・・・人とのつながりを大切に、PTA 活動を楽しむ 1 男 1 女の母。



得能優輝江氏



## 会場参加型の公開座談会



## 当日の様子



勉強のやる気スイッチはどのように入れたらよいでしょう。



やる気とは不安がなくポジティブな状態。それを作るには大人の態度が重要です。他人と比べず、結果のみを見ず、長所をクローズアップして絶対的な信頼を伝えること、成功体験を積み重ねて「やる気」を育てましょう。(堀口氏)  
仕事の延長でつい結果から求めていた。家庭ではスイッチを切り替えたいです。(金尾氏)



思春期の子どもたちにどのように接したらいいのかわかりません。



思春期は「①二次成長が始まる。②親に秘密をもつ。③一人で過ごすようになる」時期で子どもにとっても疾風怒濤の時。親以外の人とのかかわりで成長する時期でもあるので、信じて待つことも大事。親子が水の溢れた川岸の対岸にいるような時ですが、また水が引きお互いの方へ行き来できるようになります。(若菜氏)



子どもの偏食に悩んでいます。



子どもの肥満からくる糖尿病はこの20年で3倍になりました。食事に野菜、タンパク質が少ない状態です。子どもの食事の大切さを知ってほしいです。糖質は中毒性が強く、摂りすぎると血糖値の変動でイライラすることがあります。食で人は変わります。日本食にもどし、朝3割、昼4割、夜3割で、炭水化物に偏らないようにしましょう。(潮田氏)



優しく注意してもいうことをきかないのでつい怒ってしまいます。



怒りのしくみを知り、怒りとのつきあい方を知ることが大切です。「決めつけた表現をする、自分の機嫌で叱る、原因を攻める、人格を否定する」のではなく、相手(子ども)の立場を理解し、的をしぼって具体的な提案をしましょう。怒る目的は次からどうしてほしいか伝えることです。(林氏)  
答えのない子育ての不安に父親が共感・共有することが大切です。(金尾氏)

## 参加者の感想

- とても勉強になったし、勇気ももらえました。ありがとうございました。
- どれも少しずつ自分に当てはまる悩みで、自分だけじゃないと実感できました。
- 子どものペースに合わせ、子どもの思う正解を聞いてみようと思います。
- 相談機関には縁がないと思っていましたが、困った時には相談しようと思えました。
- 自分自身が変わっていくことで子どもとの関係も変わっていくのかなと思えました。
- 「待つ」こと、「自分も余裕を持つ」ことが大事だとあらためて気づきました。
- 子どもの心のこと、体のこと改めて考える機会になりました。
- 友達のこと悩んでいましたが、親と子の考え方が違うと納得。子どもと話してみます。
- 様々なパネリストの貴重な話を聞いて、実りのあるひとときでした。
- カードを使っただけの参加型方式もとてもよかったと思います。
- 父親です。もっと子育てに関わり、妻のコップの怒りの水を増やさないようにします。
- 父親の参加が多くて良かったです。■母親委員会主催だと、父親は来にくいです。
- 高橋会長を中心に新たな市P連を作りあげていることがわかりました。
- 「なぜ自分だけこんな想いを・・・」と思っていましたが、ふぉーらむに参加して考え直しができました。参加して本当によかったと思っています。