

各単P会員様

もうすぐ11月を迎え、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っております。今年も昨年に引き続き「フォーラム」形式で行いましたが、参加した皆様からは身近な悩みを取り上げ、解決策を模索する形だったため、「子育てに勇気がわいた！」などの、意見が多数寄せられました。今後も、保護者の皆様に寄り添った研修会にするため、全力で努力してまいります。

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 子育て未来部 部長 宗廣 菜穂子

第43回帯広市PTA家庭教育研修会

まとめ

- | | |
|------|---------------------------|
| 1 日時 | 平成30年8月25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 |
| 4 内容 | パネリストによる公開座談会「子育てふぉーらむ」 |

- うしおだ健康クリニック 潮田英明氏・・開業し健康講座や食に関する講演会を開いて食の大切さを伝える内科医。
- 芽室町発達支援センター長 清末 有二氏・・発達支援のスペシャリスト、学校の先生への講演会も開催している。
- 学校支援アドバイザー 保前 明美氏・・みどりっこクラブや五中地域支援本部コーディネーターで活躍 元市P連会長
- 父親代表 谷保寿彦氏・・日々子育てに悩みながら、市P連副会長として活躍する1男1女の父。
- 母親代表&ファシリテーター 松本奈津子氏・・人とのつながりを大切に、PTA活動を楽しむ2男1女の母。

第I部 家庭編

腹痛などで学校に行きたくない！ からだと心のギャップについて

思春期はホルモンのバランスがくずれて、脳貧血のようになることがよくある。まずは食生活の改善。愛情たっぷりの食事を作ること、糖質過多に注意すること。良質なタンパク質を取ることが大事。改善しなければ漢方薬の処方も効果的である。



反抗期や過干渉について

子どもの土台をつくり誉めることで、自己肯定感を高めることが大事。思春期は未知のものに惹かれ既知のものが疎ましい時期、保護者からの視線は価値が下がっている。嵐が過ぎるのを待つこと。

友達を優先させ、甘えたくても甘えられない。学校生活でのストレスが反抗期につながることもあるので、親としては見守る忍耐が必要。親も一緒に成長しなくては！

親のいいなりにさせてしまう過干渉は一種の虐待にもなるので、子どもの欲求を通し過ぎないようにすることが大事。

第Ⅱ部 学校編

勉強、いじめ、友達関係について

学習の遅れなどについては、複雑な要因があるので第三者を入れてチームで対応していく必要がある。いじめは国立教育研究所の調査では九割の子どもが「いじめ経験あり」と答えている。要因は欲求不満、異端排除、集団パニック。サインを見逃さず、レジリエンス（折れない心）を育て、目標をもつことや不利な状況でも行動することなどが必要である。

友達同士のトラブルについては、親が介入して良い方向に行くこととそうでない時もある。1対複数になった時は要注意。日頃から子どもの様子を良くみて声をかけてあげることが大事。

第Ⅲ部 社会とのつながり編

スマホ持たせてる人？



スマホ、ゲーム、おこづかいについて

スマホは今与えていなくてもいずれは持つ。SNSに依存するのは被いじめ体験者と学校不満足群に多い。ゲーム依存症については近々診断名になるほど深刻な問題である。

【家庭でのルール】・買い与えず親のものを貸す。・自分の部屋で使わせない。・親もルールを作り守る。・違反のペナルティを決める。・ルールを貼り出す。・使用時間の上限を決める。・課金やダウンロードは親の許可のもと行う。（久里浜医療センター）

おこづかいは、子どもにかかるお金を伝えて、勤労に対してあげる、計画的に使う習慣をつける、実践を通してお金の大切さを学ぶことが大事。

子ども食堂

最後に...
子ども食堂

帯広市にもあるが、認知度が低く、来てほしいと思っている人が来てくれないのが現状である。いろいろな家庭の事情があるが、イメージを払拭して誰でも来られる、地域ぐるみの食のオアシスになってほしいと願っている。

参加者の感想

- パネリストによる説明が専門的で、わかりやすくとても良かったです。
- 保護者の生の声をもとにした話題でしたので、とても身近に感じながら参加できました。
- 先輩ママさんの幅広い経験によるお話や説明で、思春期への心構えがよくわかり、今ある不安が大分解消されました。
- 中2の息子への接し方に悩んでいましたが自分だけではないと、安心しました。
- 今日いろいろな角度からのお話が聞けたので、また思い出しながら気負わずに子育てします。
- 赤と青のカードを使って、会場が参加出来たのがわかりやすくて良かったです。