

こども家庭センターだより

あした

明日もしあわせ通信(第94号) 令和6年4月号

いいね！できるじゃん！うれしいな！

「こども」がいる「家庭」をサポートする、こども家庭センターが1歳を迎える4月になりました。

「こどもが何を考えているのかわからなくて、言い合いが多くなって。大事だし、大好きなのに、苦しくて、嫌になる。インターネットでこどもをほめなさいという記事に納得したけど、ほめることがわからない。そんな自分最低ですよ。」と打ち明けてくれたQさんとのことをご紹介します。

ほめる、ほめられる。恥ずかしくて、簡単にはしにくい行動かもしれません。努力して、成果がでたら「褒める」に納得する方もおられるでしょう。「ほめる」ということ自体がイメージにくい方もおられるかもしれません。この「ほめる」という行動。とても人間にいいことをもたらせてくれることが研究で明らかになっています。ほめられた人だけではなく、ほめた人にも脳の疲れを癒し、気持ちを安定してくれる効果があるのです。

Qさんは、「できることなら、こどもをほめたい。でも、何をほめたらいいんですか？」と聞いてきました。「“できて当たり前”といつの間になっっている、こどもの行動をほめてみませんか？」とお伝えしました。「当たり前なことをどうほめたらいいんですか」と返してくれたQさんに伝えたことは、

①言わずに始めた宿題をすることに「当たり前」ではなくて、

「宿題してる姿、いいね！」と伝える。

②楽しみがあるから早起きができた朝、「当たり前」ではなくて、「早起き、できるじゃん！」と伝える。

③いつもはしぶしぶする食後の片付けを進んでしたことに、「当たり前」ではなくて、「やってくれて、うれしいな！」と伝える。

今は当たり前でも最初はできなくて、自分でできるように手助けをしたり、見守ったり、時には待つことを続けたQさんがいたから、こどもさんはできるようになったんです。(これは、子育てをしている全ての人に伝えたいことです！)

この言葉に恥ずかしそうにしながらも、2か月ほど続けてくれたQさんが、「最近気づいたんですけど、こどもと笑って話している自分がいて。なんだか久しぶりに子育てが楽しいって感じています。」と柔らかい笑顔で教えてくれました。

努力して成果を出したことへの賞賛である「褒める」とは違うことではありますが、ちょっとしたことにほめることができるようになると、お互いに気持ちが上向きになります。その気持ちが、努力することへの糧にもなります。

難しく考えず、こどもをほめる、試してみてください。

そして、1歳のこども家庭センターもあたり前にできることが増えるように成長します。いつでもご相談ください。(A.S)

教育支援教室「はばたき」からのメッセージ

はばたき教室は、学校に行きにくい子どもたちのための支援を行っている教室です。開室以来、はばたき教室では、個に応じた学習機会の確保、温かい居場所づくり、体験活動の充実を目指して日々取り組んでいます。例えば、調理活動や工作、スポーツなど、様々な分野の活動をとおして少しずつ子どもたちが心身のパワーを付けています。そして、このような活動等を通して、一人一人の個性を伸ばし、自主性や自信を育てることを目指しています。

学校に行けないということは、子どもたちにとって大きな苦しみや悩みです。しかし、はばたき教室に来ることで、子どもたちは自分にもできることや楽しいことがあると感ずることが出来ます。市民の皆様には、今後もはばたき教室にご理解とご協力をどうかよろしくお願いいたします。

子どもたちの成長や変化については、今後も機会あるごとに様々な方法でご報告させていただきます。ご質問やご相談などがありましたら、いつでもお気軽にご連絡ください。本年度もどうぞよろしくお願いいたします。

※お子様の不登校や教育支援教室に関する相談(電話番号089-989-5022 直通)



一年の計は4月にもあり？！

春の陽ざしに色とりどりの花が輝く好季節を迎えましたね。皆さん、いかがお過ごしでしょうか。年末年始と同じように、この年度末年度初めをあわただしく感じた人も少なくないことでしょう。

日本では、4月にスタートするものはいくつもあります。学校もその一つですね。入学はもちろん、新しい学年や学級に子も親もわくわく、思わず背筋を伸ばす思いです。普段は「はいはい、その辺にあるもの食べときな」という朝の食卓に、赤いプチトマトが添えられた目玉焼きと白いご飯。「しっかり食べて、元気に頑張れよ」という家族の気持ちが湯気を立てている…、そんな光景があるかもしれません。新社会人も同様に、ドキドキしながらの初出勤。元気に挨拶を！と思ったら

声が裏返って…、それがきっかけで初日から和やかに職場デビューを果たすということもあるでしょう。転勤や転職で新たな生活を始めた人も在宅の人も、誰もが特別なときを経験します。その節目である4月のワクワク感が、私は好きです。

一年の計は元旦にありといいますが、新鮮な気持ちで希望を胸に企画を立てる4月もまたわかり！と思うのです。フレッシュな令和6年度のスタートに当たり、仕事にも私生活にも目標を立ててやる気満々。この初心をときには思い出して、充実した一年を送りたいです。が…、この季節は花粉症に悩まされる私、やる気とは裏腹にぼーっとして集中力散漫の日々。他力本願、科学・医学の進歩に期待するばかりです。(A.F)

おおぞら通信

「癒しの時間」

音楽配信サービス〇ッフルミュージックにはまっている。ある日、中高生に「どんな曲が好きなん？」と聞いてみた。Aさんは、米津玄師の「春雷」と答えた。BくんはCreepy Nutsの「Bling-Bang-Bang-Bom」と言った。Bくんの隣に座ってスマホで検索し、早速聴いてみる。「TikTokでよく使われてる曲なんよ。」と言って振付けも教えてくれた。リズムに合わせて体を動かし二人でTikTok？していた。ノリノリで楽しい時間を過ごし、嬉しくなってその日は少し高揚した気分で帰路についた。

最近初めて聞いた河島英五の「生きてりゃいいさ」この歌詞が頭の中を流れている。

♪きみが悲しみに心を閉ざしたとき 思い出してほしい歌がある 人を信じれず 眠れない夜にも きっと忘れないでほしい 生きてりゃいいさ 生きてりゃいいさ そうさ 生きてりゃいいのさ 喜びも悲しみも 立ちどまりはしない めぐり めぐって行くのさ♪

AさんやBくんと過ごした穏やかな時間。大好きな子どもたちとのしあわせな瞬間に居させてくれて、ありがとうと伝えたい。



(K)

《巡回発達相談》

～外に出よう～

♪「歩こう歩こう わたしは元気 歩くの大好き どんどん行こう♪」「さんぽ」の歌がぴったりのこちよい季節になりました。外に出てみると草花や生き物はもちろん景色や音、におい、人や車の往来などいろいろな風景に出会って面白いです。ある園長先生は、1日10分でいいからスマホを置いてこどもさんと手をつないで散歩してくださいと言われ、なるほどと思いました。ある方は孫を連れて近くの神社に行き、狛犬を観察したそうです。左右の違いに気づき盛り上がったそうです。またある方は甥、姪と一緒に海岸に行き、漂流物でペン立てを作りました。両親へのプレゼントにするそうです。小学校に入学する我が子と一緒に通学路を歩いたという親の話も。微笑ましいですね。k・・・

伊予市こども家庭センター
〒799-3127 伊予市尾崎3-1
伊予市総合保健福祉センター2階
☎989-6226