親子を結ぶ、地域と結ぶ情報紙

こもんず

VOL.42

2020年5月31日

年明けから新型コロナウィルス感染（COVID 19）拡大の不安に襲われ、また休校休業の要請や外出自粛など、個人も社会もその対応に精一杯取り組んでいます。地域の助け合いについても、深く思いをいたす機会となりました。５月２５日にはようやく緊急事態宣言が解除されましたが、今後の生活のあり方を考え、さらなる工夫が求められます。

こもんずの諸活動は集い語り合うものが多く、感染拡大防止の立場から３月以降休止してまいりました。３月上旬発行予定の広報紙 vol.42 も配布の機会を逸しましたが、一部修正して遅ればせながらホームページに掲載いたします。なお今後の活動についてはホームページ・次号広報紙でお知らせします。

こもんずでは子育てに悩みや不安を感じている保護者の方に
「こもんずカフェ」と**「こもんず広場」**を提供しています。

「こもんず☆カフェ」（個別相談）

～ちょっとした悩みを、
プロの相談員がお聞きします。～

先生と相談者だけで１時間じっくりお話ができます。

6月以降の日程は未定です。決まり次第ホームページ等でお知らせいたします。

申込み　E-mail：konakadaicommons@yahoo.co.jp　　TEL：090-7707-2175　（菊池まり）

「こもんず広場」（子育て井戸端会議）

子育てについて、うちはこうだけど他のうちではどうなのかしら。ちょっと悩んでることがあるのだけどいいアドバイスないかしら。もやもやした気持ちがあって誰かと話したい。そんな方は「こもんず広場に」いらしてください。

「こもんず広場」はあらかじめテーマが決まっており（テーマは広報紙にてお伝えしています）そのテーマに沿って話を進めます。参加者は安心して話すことができるよう、話し手が話し終えるまで遮らない、否定しない等の配慮を心がけています。また話しをしたくない人は無理に話さなくてもいいことになっています。テーマは設定しているものの、参加者の関心によってテーマとは違った内容について話し合うこともあります。

こもんずメンバーの
つぶやき

上記は２月後半に書いた文章です。こんな状況になるとは考えてもみませんでした。今「こもんず広場」が、自粛でもやもやして不安に思っている方たち（自分も含め）にとって最適な場所ではないかなと思っています。安心しながら話ができる場所にするためにできること・・・感染予防はもちろん、参加者が気軽に参加して頂ける雰囲気作り等考えながら早期に開催したいと思っています。
何か良いアイデアをお持ちの方ぜひ下記までお知らせください。
E-mail：konakadaicommons@yahoo.co.jp

編集・発行　　家庭教育支援チーム「こもんず」

事務局　千葉市稲毛区小仲台９－30－１(園生小学校内)
FAX　043-284-4971「こもんず」宛て明記
E-mail　konakadaicommons@yahoo.co.jp

QRコードからこもんずのHPがご覧になれます

HP　http://konakadaicommons.jimdo.com/

こもんず活動報告2020年1月～3月

子育て親育ち講座「親子で取り組む感情コントロール」　1/27 実施　講師：河崎智子先生（保健師/看護師）

～感情をコントロールするために大切な事は、自分の感情を知っていること～

●内容 ： 先生のお話、テキスト等を使ったワーク、グループトーク等を取り入れた実践的な講座でした。「子どもの発達と感情コントロール」「自分を知る」「感情と行動に気づく」「相手に伝わる言い方を学ぶ」「あなただけのストレス対処法を見つける」「あなたのサポーター(応援者)を作る」「マインドフルネスを体験する」等を話して頂きました。

●アンケートから：「怒っている時の自分の態度や気持ちなど、冷静に振り返るきっかけになりました。子どもに感情的に怒ってしまい、自己嫌悪に陥ったり、後悔したりの繰り返しでした。これからは怒りをしずめる方法や相手に伝わる言い方など取り入れて、感情をコントロールできるようにしていきたいと思いました。」「怒りすぎた時、自分 1 人で反省会をしたり、日記に書いたりしていました。その時は、思い出して怒ったり、なさけなくて悲しい気分になったりしていましたが、今日の講座ではそんな気分は一切起こりませんでした。怒りの分類と対処法、とても勉強になりました。」

小中台中学校区青少年育成委員会共催講座　1/21 実施

「補導活動に見られる
最近の青少年の現状と大人の対応について」

講師：千葉市青少年サポートセンター西分室 岡田哲先生

『本講座の企画、講師の調整等：環境部長（青少年補導員)』

・補導活動状況、社会的状況等のデータから青少年の現状分析「反社会的行動は減少傾向だが非社会的行動(社会に適応できず人との接触を避けようとする不登校やひきこもり等)は増加している。」
・数字で見る日本の青少年(世界との比較)「自己肯定感を持てず、自分が孤独で厄介者であると感じている子供が多い」
・私たちができること「保護者,学校地域全体で子ども達を見守り育てること、青少年の未来のために知恵を出し合い、まずはできる事から始めること」

子育て親育ち講座　2/5 実施

「子どもの生活リズムについて」

講師:美嶋稲美先生
対象:小中台保育所保護者
内容：忙しい時の朝食は簡単なおにぎり、バナナ、シリアル等で、何より食べることが大切。子どもにとっても、日中体を動かし、たっぷり睡眠時間をとるなど生活リズム整えることが大切。
アンケートから：
「朝ご飯・運動・睡眠の大切さ。子どもの成長のため生活リズムを整えていこうと思いました。」「日頃のスキンシップで子どもの心が安定してくるとのこと。子どもと向き合い触れ合う時間を作りたいと思いました。」

家庭教育支援チーム「こもんず」第 2 回地域協力者会議＆家庭教育フォーラム

日時： 2 月 5 日 13：30～　場所：小中台小学校

参加者：小中台中学校長・園生小学校長・小中台小学校長・小中台公民館長・小中台保育所長・稲毛保健センター健康課長・小中台小 PTA 会長・小中台中 PTA 副会長・千葉市社会福祉協議会稲毛事務所長・社協小中台西地区部会長・小中台幼稚園教頭・生涯学習振興課・こもんず 計18名

《地域協力者会議》

・挨拶 こもんず、千葉市教育委員会より
・2019 年度事業報告・2020 年事業計画について
・家庭教育支援に関する意見・情報交換
出席者から子育て支援について、家庭教育、地域の連携の状況等のお話を伺いました。地域の様々な立場から子育て家庭を支援し、見守っていることを実感しました。こもんずとしてもさらなる連携を図っていきたいと思っています。

《家庭教育フォーラム》

講師：園生小 網野校長先生

先生の教育を巡る熱い思いや様々な経験談、教師に憧れてこの道に進まれたこと、園生小学校の歴史を児童の目に見える形で残すために様々な工夫をされていること、児童が自分の通っている学校を誇りに思えるそんな学校にしたいという思いを伺いました。