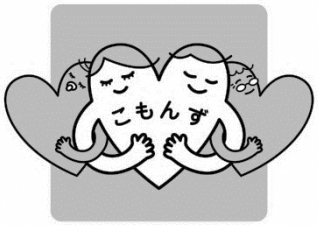
親子を結ぶ、地域と結ぶ情報紙



こもんず

VOL.48
2022年2月10日発行

年明けに小中台地域福祉交流館で開催された「市長と語ろう会」に参加しました。テーマは「こどもを産み育てたい こどもがここで育ちたいと思うまち～支え合いが安らぎを生む、あたたかなまちへ～」です。市長からはこども施策や教育等の全体にわたる説明があり、こどもの育つ環境、地域の人たちとの関わり、公園のあり方など短時間でしたが意見交換ができました。こどもつながりのなんでもトークの場がほしい・・と思いました。コロナ禍で縮んだまちの空気を変えていきたいですね。

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、個別相談の「こもんずカフェ」・気軽に子育てのお話しをしたい方に「こもんず広場」を小中台公民館で行っています。2022年の開催は下記の通りです。ぜひご参加ください。ご参加の際は検温と体調チェックの上、マスク着用でお越しください。

「こもんず☆カフェ」（個別相談）

～子育てのちょっとした悩みや不安を
相談のプロが1人ずつ50分間ゆっくりお聞きします。～

●日時　2/14(月) 9時～12時 美嶋稲美先生(保育士)
3/3（木）9時～12時 角田啓子先生(臨床心理士)
4/25(月) 9時～12時 美嶋稲美先生(保育士)
（各日スタート時間は9時～、10時～、11時～となります）

●会場 小中台公民館

申込　E-mail：konakadaicommons@yahoo.co.jp
TEL ： 090-7707-2175（菊池まり）
※お名前・ご連絡先・希望日時をお知らせ下さい。
日程調整後、折り返しご連絡いたします。

「こもんず広場」（子育て井戸端会議）

～気軽に参加者同士子育てに関する情報の交換や悩みを相談できる場です。ファシリテーターに保育士の美嶋稲美先生をお迎えしてお話を進めていきます。当日は先生からのサプライズも!? お楽しみに!! ～

●日時　2/7（月）10時～12時　小中台公民館
3/1（火）10時～12時　小中台地域福祉交流館
4/19（火）10時～12時　小中台地域福祉交流館

※事前申し込み不要、出入り自由ですが、実施会場の人数定員を超えた場合、締め切ることがあります。予めご了承ください。

小中台公民館共催 子育て講座開催予定

～親子で聞こう！お家の生活習慣～

講師：竹松陽子先生（保育士）
日時：3月22日(火) 10時～11時半
会場：小中台公民館
対象：3歳～6歳の親子 10～12組
内容：講座・親子で手遊び・お悩み相談
申込先〈E-mail〉oubo.konakadai@ccllf.jp
申込期間 3月1日(火)~15日(火)

※メール申込時に以下の4点をご記入ください。
①参加者名②お子様の年齢③お子様の性別
④先生への質問等
※後日、小中台公民館のチラシにて詳細をお知らせいたします。コロナ感染状況により、中止となる場合もありますのでご了承ください。

「こもんずメンバー」のつぶやきです

また我が家に受験シーズンがやってきました。2年前の長男の大学受験時よりも、新型コロナ感染症への不安はさらに大きく感染しないよう気を付ける毎日です。それでなくとも、受験生を抱える家庭は様々な不安や心配がつきもの。子どもたちの行き先が決まるまでは、親も気持ちが落ち着かないものです。私も以前はひとりでやきもきしていましたが、今では平常心を保てるようになりました。というのも、そこには長男の一言があったからです。今から3年前次男の高校入試の時でした。第一志望の高校に落ちてしまった次男の第二志望校の合否に、私自身もやもやしていたところ、長男が声をかけてきました。「お母さん、弟はどこでもやってける。例え第二志望に落ちたところで、弟の良さは変わらない。」長男も高校入試の時、第一志望には合格しなかったものの進学先の高校生活には満足していたようです。親として心配するのは当たり前ですが、目の前の受験で不安な子どもの気持ちに寄り添ったり、子ども自身が未来を切り拓いていく力を信じるといった胆力だったりおおらかさも大事だと長男に教わった気がします。　＝筆者：受験生の母＝

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
HP　http://konakadaicommons.jimdo.com/

QRコードからこもんずのHPがご覧になれます

こもんず活動報告9月～2022年1月

「こもんず広場」「こもんずカフェ」担当者より

こもんずスタッフも参加します。

月１回、美嶋先生をお迎えして和気あいあいとおしゃべりしています。子育ての悩みや家庭のことなど話題は様々です。誰かと話したい！聞いてみたい！などありましたら、お気軽に「こもんず広場」へお越しください。

コロナ感染の不安で自粛生活が２年以上続いています。心配や不安等ずっとため込んでいた気持ちを吐き出しに「こもんずカフェ」にお越しください。一対一で５０分間ゆっくりお話をお伺いします。

臨床心理士
角田啓子先生

就学時健診子育て講座（新入学児の保護者対象の講座）

「入学応援講座～今からできる３つの習慣～」　講師　河崎智子先生（保健師・看護師）

内容：習慣①コーピング：ストレスコーピング（行動認知療法）で感情コントロールをスキルアップ。コーピングリストを書き出す。　**習慣②**親子時間の質：子どもの話をきく。ふれあいの時間をもつ。イライラの対処法と上手な伝え方⇒相手を責めない表情と態度・具体的な言葉　**習慣③**生活習慣を整える：睡眠の時間、寝る前にテレビやスマホを見ない。朝食をとる。　マインドフルネスについてのお話もありました。

●小中台小学校（11/2 実施）アンケートより

「体と心を考えて自分のイライラ、ストレスにストレスコーピングをして行きたいと思います。親子でハッピーに過ごせるようにしていきたいです。入学まであと少し親子の時間を大切にし、子供の話を聞きふれあいの時間を大切にしていきます。」

●園生小学校（11/5 実施 ）　アンケートより

「つい自分に余裕がなくなると、子どもとの関わりがおろそかになったり、強い口調で話してしまったりします。まずは自分と向き合って心を落ち着かせることが必要だと感じました。子どもとの触れ合いを見直し子どもの心に寄り添っていきたいと思いました」

子育て親育ち講座
～「未成年者の飲酒」について

子どもたちをめぐる問題について毎年青少年育成委員会と共催で研修をします。
2022 年 4 月から成年年齢が 20 歳から 18 歳に引き下げられますが、飲酒は 20 歳以上ということは変わりません。未成年の飲酒が社会問題となっている近年、未成年の飲酒がなぜ悪いかを皆で再確認していきたいと思います。（2021 年 9 月）

-参考資料-

①未成年の飲酒がなぜいけないのか
法律で禁止されている。成長期の身体の発達に悪影響を及ぼす。急性アルコール中毒やアルコール依存症になりやすい。問題行動を起こしやすい傾向がある。

②子どもを飲酒の害から守るのは、社会全体の役目
未成年の飲酒を防ぐには、保護者だけでなく学校や地域の人々と連携することが大切。

③家庭、保護者に出来ること
軽い気持ちで飲酒を勧めないようにする。飲酒がなぜいけないのか・飲酒を勧められた時の断り方などを教える。飲酒についての相談などが出来る社会資源を利用する。

子育て講座「つぼみスクール」　小中台公民館との共催（2021年 9 月29日実施）

―講座内容―

ワコール人間科学研究所のデータを基に、女の子の成長期における体型変化や下着の選び方等を学ぶ講座です。成長期にある子どもの急激な体の変化に対する不安を理解し自信をもって相談に乗れる知識を深めます。
内容「つぼみちゃんと大人の違いは」「25 年前と今の子供たちの体型の違い」「大人の体型になるまでの変化」「バストの成長と下着の選び方」等

＝こもんずスタッフより＝

昨年度に引き続きオンラインでの開催となりました。参加者の方からは「とても分かりやすい説明で、子どもの体の成長や下着選びなど沢山情報を得ることができ良かったです。」「先生の説明がとても分かりやすく、勉強になりました。」などの嬉しいご意見をいただきました。来年度も開催予定ですので、ご興味ある方は、是非ご参加ください。

「家庭教育の講座」
小中台公民館　金谷郁義館長

家庭教育支援講座の一環としてこもんずの皆さんとともに「つぼみスクール」を開催いたしました。この講座を通じて成長期のお子さんと何でも話し合える親子関係をつくる一助になったならば幸いです。これからも各種の講座を開催してより良い親子関係を築くお手伝いができればと思います。よろしくお願いします。