



講師 茶道家・華道家 溝口 清子 氏 + お弟子さん



年長の子どものための「茶道」体験授業を参観した後、保護者も子どもたちと同じ体験をする機会が設けられました。慌ただしい日々を過ごしていらっしゃる保護者さんに、ゆったりした時間を過ごしてもらふことと、子どもと共通の体験を行い、それを親子の対話につなげてほしいという願いが込められています。

溝口氏は、保育園での勤務経験があり、茶道の道具について、現在使用している同じ役割をする器具を示しながら子どもたちにも分かり易く説明されました。また、正座や手についてのお辞儀など、日常生活の中ではほぼ行うことがない作法について体験させることの重要性についても事前に語られ、がんばった子どもを褒めてあげてほしいとお話しされていました。



### 保護者の声

- ・緊張しましたが、日本を代表する文化の1つにふれることができ、ゆったりした時を過ごすことができ、とても良かったです。
- ・ふだん茶道とは無縁の生活をしているので貴重な体験となりました。作法がきれいで、私もびっしとした気持ちになることができました。中学時代、茶道部の友人にたててもらった抹茶の味はとても苦かったことを記憶していますが、今日はそんなこともなく、美味しくいただきました。味覚に変化があったのかなと思いました。抹茶が身近なものになるかもしれません。
- ・ふだん経験できないことが経験できてよかったと思います。子どもが正座を最後まで頑張っていたので、家で褒めてあげたいと思います。
- ・子どもが今日のお茶の会をとても楽しみにしていて、全部飲み切っていました。家で、美味しかったのか、がんばったのかを子どもに尋ねて確認したいと思います。

## 山県市立大桜保育園 「チャイルドシート不使用の危険性」 1月24日

講師 JAF認定 セーフティアドバイザー 中村 眞治 氏 + 浅地 茂樹 氏



過去の資料を見返している中で、衝突体験に関心を抱き、JAFへ出張講座を申請されました。会は、親子揃っての動画研修、衝突模擬体験、保護者向けチャイルドシート固定講習の3部構成で行われました。

動画からは、親が子どもを抱っこして保護しようとするのが、無謀な行為であることに気付かされました。また、シートベルトをしていても、子どものように体が小さい者は、適切に体を支えることができず、首や腹部を圧迫し、命を落とすことがあるため、150

cm以下の場合、ジュニアシートを必ず使用するようにと指導がありました。ジュニアシートは座席に置くだけで使用可能ですが、チャイルドシートはしっかりと固定する必要があり、チャイルドシートの座面中央に膝を置き全体重をかけて押さえつけて、肩部のシートベルトを上を引き上げ、腹部のベルトの緩みを取ることがコツであることを実演し教えていただきました。こうすることでチャイルドシートのガタツキがなくなります。運転する際は、ガタツキが無いかを確認してください。



### 保護者の声

- ・使用しているチャイルドシートについては、見直して確認をしっかりとしたいと思います。子どもの命を守るためにも、安全運転には、より一層気をつけたいと思います。
- ・ベルトの位置など特別な注意を払わず、ふつうに使用していました。シートも年齢に合っていない可能性があるため、この後確認したいと思います。
- ・時速5kmでも、その衝撃にビックリしました。今後は、近距離の移動であっても、シートベルトがしっかり着用できているかを確認したいと思います。
- ・大きくなり、チャイルドシートを使わず大人と同じようにシートベルトをすることがあります。窮屈でシートベルトを嫌がる傾向にありますが、今日学んだことを話題にしながら、しっかり着用させるようにしたいです。



講師 クライミング指導講師 伊藤 省三 氏 他4名

JR岐阜駅の東側に「ハートフルスクエアG」という建物があり、この中には、岐阜市の生涯学習センター、女性センター、図書館分館、体育ルームが入っています。体育ルームにはほとんどの公共施設にはない7mのクライミングウォールが設置されており、この日は体育館デーという催しの一環として、親子体験型の当イベントが開催されましたので取材しました。

計17組の小学2年生から5年生までの親子が挑戦しました。初心者対象のイベントのため、まずは、「ホールド」（壁についている指や足を引っかける突起物）に慣れるために、トラバース（横移動）を体験し、その後、クライミングに2回挑戦しました。子どもたちは体が柔らかいこともあり、大人では難しいところにあるホールドに足をかけながら登っていき、この日の目標である4枚目の高さを越え、一番上まで到達する者もいました。子どもがもつ潜在能力の高さに驚かされました。

- ① ストレッチ
- ② 注意事項説明
- ③ デモストレーション
- ④ ボルダリング（トラバース）
- ⑤ ハーネス装着（登はん体験）
- ⑥ ストレッチ
- ⑦ アンケート回答

### 参加者の声

- ・子どもがやりたいと言うことには挑戦させてあげたいと考えています。今は、テニスと空手に取り組んでいます。妻も自分もテニスをやっていたので、休日などに、家族で一緒に行えるといいなと思っています。この後「何が楽しかったか」「次やりたいかどうか」を確認したいと思います。（親）
- ・子どもたちは運動することが好きで、時間の許す限り子どもの意思を尊重し希望に沿うようにしています。2月は、家族全員で「漢検」に挑戦することになっています。（親）
- ・幼稚園の時に少し経験したことがあり、好きそうなので応募しました。子どもにはいろいろな体験をさせてあげたくて、このような体験講座を探しては応募しています。（親）
- ・上から2枚目まで行くことができました。あんな高い所まで登ったのは初めてで、とても楽しかったです。（子）
- ・手が滑ってしまって、ホールドに引っ掛けるところが難しかったです。（子）



講師 県民生活課 家庭教育推進専門職



今年度3回目の企業内家庭教育が開催されました。前2回と同様に職員と保護者合同の研修です。今回は職員からの希望で「主体性」について学びました。「主体性」は、社会（企業）から求められている力の1つです。子どもの主体性を育てるには、子どもの成長過程を知り、その年齢に適した対応、教育をするような親や大人の意識と言動が大切であることを知りました。

「～しなさい」「～はしない」など、命令ばかりにならないように注意する、「～したい」という子どもの声に可能な限り応える、子どもが今何に興味関心をもっているのかに気を配り、挑戦の機会を与えるなど、「主体性」を育むための具体的な方途を学びました。

### 参加者の声

- ・「マルトリ」という言葉を初めて知りました。虐待とはまた違う別のワードで、勉強になりました。話を聞く時のポイントとして、「否定しない。話をさえぎらない。」を意識するようにし、子どもが話そうとする意識を失わないようにしたいです。また子どもが「やらない」の選択をした時に、それを受け止められるようにしたいと思います。
- ・「主体性」をなんとなくしか理解してなかったのが、より深く知れてよかったです。5歳の子が「わからない」とよく口にするので、自分で決めて、自信をもたせ「こうしたかった」と、お話しできるようにしていきたいと思いました。
- ・子どもが自ら考えられるように、一緒に考えて視野を広げられるようにアドバイスをしていきたいです。

「主体性」とは…

自ら 考え 判断し  
責任をもって 行動に移すこと

似た言葉「自主性」とは

他者が 決めたことを  
率先して 実行すること

「主体性」を育てるには…

ささいなことも  
子どもに決めさせる（または、選ばせる）

「～しなさい」とは安易に言わず  
「どうしたいの？」と尋ねる

## 「悩んでいるサインを見逃さないで！」

厚生労働省は、3月を「自殺対策強化月間」として、自殺防止に向けた集中的な啓発活動を実施しています。

令和6年の小中高生の自殺者数が527人（小：15人、中：163人、高：349人）で過去最多となり、3年連続500人超の高い水準となっています。（警察庁調べの暫定値）

＜小中高生の自殺の原因・動機＞（令和5年資料）

（件数）	家庭問題	健康問題	学業不振	進路に関する悩み（入試以外）	学友との不和（いじめ以外）
小学生	6	1	1	0	1
中学生	46	26	28	12	20
高校生	64	120	36	41	27
合計	116	147	65	53	48

＜自殺を考えている人の心理や状態＞ 想像力を最大にはたらかせ、読んでみてください！

- ①絶望感：「もうどうすることもできない」と絶望する気持ち。
- ②孤立：客観的に、社会的に他者とのつながりが途絶えてしまう状態。
- ③孤独感：「誰も助けてくれない」、「自分はひとりきりだ」と孤独を感じる気持ち。
- ④悲嘆：「悲しい」と思う気持ち。
- ⑤焦燥感：「今すぐに何とかしないといけない」と焦る気持ち。
- ⑥衝動性：切迫して、すぐさま自殺行動や危険行動をしかねない状態。
- ⑦強い苦痛感：「苦しい」、「辛い」と思う気持ち。
- ⑧無価値感：「生きる価値がない」「生きる意味がない」「自分なんかいない方がいい」と自分に価値がないと感じる気持ち。
- ⑨怒り：他者や社会に対して強い憤りを感じる気持ち。
- ⑩投影：自分の感じている気持ちを、まるで相手が感じているかのように考える。相手は本人が悪いとは思っていないのにも関わらず、「どうせ私が悪いって思っているんでしょ」と考える。
- ⑪柔軟性のない考え方：「自殺以外に解決法はない」、「問題は解決できない」など、幅広い視点で考えるのが難しくなる状態。
- ⑫否認：現実のことを認めることができない状態。
- ⑬将来の希望がないという見通しのなさ：「どんなことをしても何も変わらない」「この辛さはいつまでも続く」と考える。
- ⑭諦め：「もうどうなってもかまわない」「もうどうすることもできない」と諦めてしまう。
- ⑮解離：普段の意識状態ではなくなり、今ある現実と考えや気持ちに断絶が起きている状態。「何をしたのか覚えていない」「周りの状態に対して現実感がない」など。
- ⑯両価性：「生きたい」気持ちと、「死ぬしかない」気持ちをゆれうごく状態。
- ⑰自殺念慮：「死にたい」「この世からいなくなりたい」など、自殺するしか解決する方法はないと考える。



「ゲートキーパー養成研修用テキスト」より 同テキスト二次元コード ⇒

悩んで「死」を考えている人は、周囲にサインを発していることが多いそうです。このサインを見落とさないことが、保護者や周りにいる大人の重要な役目です。

「悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人」を「ゲートキーパー（命の門番）」と言います。一人一人がこの「ゲートキーパー」となれるよう努めることが、自殺者を減らすことにつながります。

難しくとらえる必要はなく、悩んでいる人に寄り添い、話を丁寧に聞くことが大きな心の支えになるはずです。

身近な人の様子や心理に気を配り、子どもや家族の命を守りたいものです！

# ゲートキーパーになろう！

人は誰しも落ち込むことがあります。  
これを読んであなたも時には落ち込むこともあるでしょうし、もし、身近な人や大切な人が落ち込んでいたらとても心配になりますよね。  
少しでも元気になってもらうために何かできることがないか  
でも何をしたらよいかわからないと悩んだことはありませんか？  
そんな時は、勇気を出してまずはやさしく声をかけてみることから  
はじめてみてはどうでしょうか。

—その行動が、ゲートキーパーの第一歩になります。—

いのち  
実る  
厚生労働省



## 「救急車の利用」を迷うときには…

家族が急な病気やけがをしたとき、「救急車を呼んだほうがいいのかな？ 自分で病院に連れて行けばいいのかな？」「どこの病院に行けばいいのかな？」と迷うことがあります。迷ったときには、専門家からアドバイスを受ける電話相談窓口がありますので、是非、ご活用ください。

### 「#7119 救急安心センターぎふ」24時間365日（年中無休）

右の症状があるときは

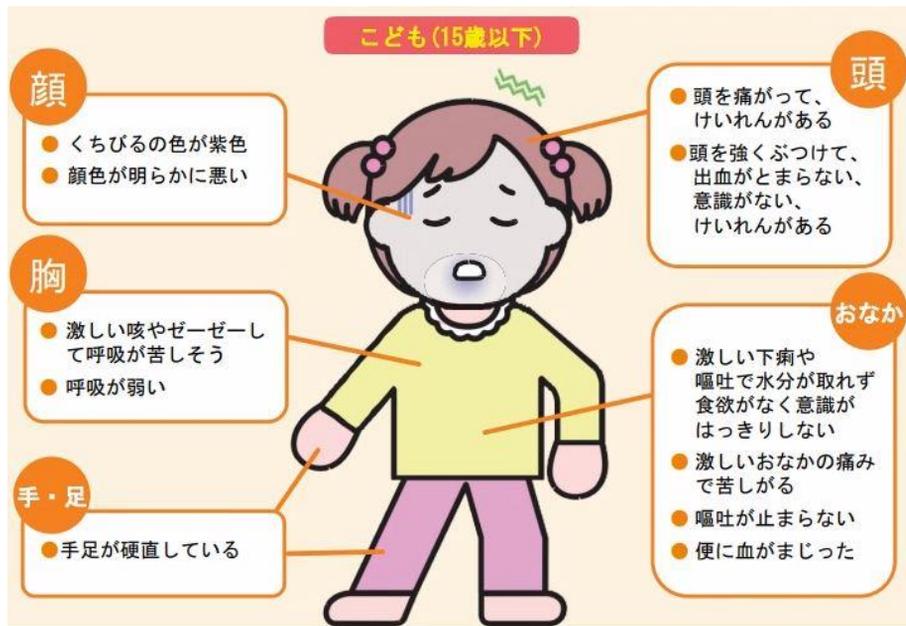
迷わず

「119番」通報！

#### <判断の目安>

- ・意識がない、またはもうろうとしている
- ・けいれんしている
- ・全身にじんましん
- ・ひどいやけど
- ・広範囲のやけど
- ・喉に何かがつまった
- ・高い所から転落した

生まれて3ヶ月以内の乳児は、親から見て、いつもと違う、様子がおかしい場合。



救急車を呼んだら、こんな物を用意しておく便利です。

- ・ 保険証や診察券
- ・ お金
- ・ 靴
- ・ 普段飲んでいる薬（おくすり手帳）



- (乳幼児の場合)
- ・ 母子健康手帳
  - ・ 紙おむつ
  - ・ ほ乳瓶
  - ・ タオル



救急車が来たら、こんなことを伝えて下さい。

- ・ 事故や具合が悪くなった状況
- ・ 救急隊が到着するまでの変化
- ・ 行った応急手当の内容
- ・ 具合の悪い方の情報（持病、かかりつけの病院やクリニック、普段飲んでいる薬、医師の指示等）

持病は●●●
かかりつけ病院は▲▲▲病院
普段飲んでいる薬は■ ■ ■

\* 持病、かかりつけの病院やクリニックなどは、日頃からメモにまとめておく便利です。



消防庁：「救急車を上手に使いましょう」より  
右の二次元コードから、冊子全体を見ることができます。

◎ 夜間や休日の子どもの急な病気やケガ等の対処方法について相談したいときは「#8000 子ども医療電話相談」をご利用ください！