



ネットワークで育てあい 育ちあおう

こねと通信 Vol.9

●発行日/平成20年10月8日 ●発行/子育てサークルネットしずおか ●協力/静岡市静岡中央子育て支援センター

新企画 『親育ち講座』のタイトル決定! ハッピーすfulこねと



これからも
よろしくね!



ありのままのあなたを
ありのままに受けとめる...
こねとは、穏やかな
自己流の子育てをおすすめします。

ワークを中心とした、参加型の講座で、
たくさんおしゃべりして、たくさん笑って、
たくさん考えて、みんなで子育てしましょう!

少し子育てに迷った時や、リフレッシュしたい時...。
〈ハッピーすfulこねと〉に参加して、元気になっちゃうプログラムを
体感してみてください。いよいよ来年度・2009年度より始動!



2008年度も、こねと企画は ますます充実!



7月
おひさまハイムde
おしゃべりタイム
~モデルハウスを見学しな
がらおしゃべりしましょ~

8月
0歳児講座
~ママも赤ちゃんもふゆあおう
つなごろう~

9月
登録サークル合同運動会
~スリッパマン先生をお招き
しました~

6月
ベビーマッサージ
体験講座
~ママと赤ちゃんの
癒しの時間~

静岡中央子育て支援センター
では、春と年末にサークルガイダンス
を開催!
新しい出会いが待ってるよ。





『コミュニケーションの積み重ねが、子育てを楽にする!!』



こねとスタッフの中で、少しだけ子育て経験の長い、3人の先輩ママのフリートーク! 思春期の子どもを育てている3人が、今だから思うことを話してくれました。

先輩ママ紹介します!

I: 市川さん
(こねと代表)
・14歳と9歳の女の子の母

T: 滝さん(お産とおっぱいのサークルがぐるぐるみ代表・バディプロジェクト代表)
・14歳と12歳の女の子と7歳と4歳の男の子の母

S: 齋藤さん(こねと副代表・どんぐりぐ代表)
・19歳と15歳と10歳と8歳の男の子の母

I: 娘(中3)の友人のママたちと話していると、子どもが「なかなか話をしてくれないの!」とか「考えていることがわからない!」と言う人がいて、気にはなるんだけど、どう?

T: 最近では、小学校5~6年生でもそうみたい。男の子だけじゃなく女の子も、親との会話が少なくなってくる時期があるみたいだね。

S: わが家は、男の子ばかりだけれど、みんな私とたくさんおしゃべりするよ! 学校のこと、部活のこと、世間一般に起こっている出来事について、そして彼女のことなんかも…。

I: それは、Sさんが小さい時から、子どもとのコミュニケーションを楽しんできた成果なんじゃないかなあ?

T: コミュニケーションって、相手の言葉の裏にある感情に反応することだと思うから、子どもが小さい時こそ、コミュニケーション力を高めるチャンスだと思わない?

S: そうそう、子どもも小さいうちは単純だし、ボキャブラリーも少ないし、感情を理解しやすいからね。

T: 特に、何か不満を持っているとか、困ったことがあるとか、そういう時の訴えを聞いてあげるのはとても大切だね。



I: まず、話をきちんと聞いてあげることが大切なんだけど、その聞き方が難しいよね。基本は、感情的にならないこと! 時々、世間一般にはあまり使ったらよくないと思われる言葉を使ったりして、びっくりするけど親は言葉自体にはあまり余計な反応をしなくてもいいんじゃないかなあと思う。

S: そうだね。特に反抗期の子どもは、自分も思っていないような言葉を、つい口にしてしまうこともあるからね。少しドキッとするけどね。

T: 小さいうちから、話しているその子の気持ちに注目して、気持ちをもそのまま返してあげる。どういう感情で言っているのかを言語化してあげると、子どもは小さくても、自分の感情を整理していくことができるんだよね。例えば、「悔しかったよねえ」とか「悲しかったよねえ」とか「それは大変な思いをしたよねえ」とか…。

I: あと、親が、人から見どころかと気にすると、自分の子どもを見る視点が、世間の目で見られる視点になってしまうから、気をつけなといけないうね。どういう気持ち? に注目してあげれば、その子そのものが見えてきて、丸ごと認めてあげることができるようになるよね。

S: 子どもがきちんと自分の気持ちを言葉にできるようになっていると、反抗期でも、何を考えているのかもわかりやすいし、たくさん話ができるから、話していくうちに、子どもが、自分自身でしっかり頭の整理をしていく力がついているんだよね。うちも、例えば、部活での先生や友人との関係に不満がある時は、たくさん話を聞いてあげられるけど、初めは汚い言葉を使って攻撃的な態度だったとしても、ずうと話していくうちに、明日からはどうすればいいかなど、子ども自身が前向きな解決策や、納得の仕方を口にするようになって、段々落ち着いてくる。親は、そんな子どもの力を、信じて聞いてあげることが大切だね。

T: 話の途中で、忠告したり、それは違うんじゃない! と言ったりするのはよくないね。とにかく、親の価値観をできるだけ隣に置

いて、ひたすら聞いてあげることだね。子どもがある程度、落ち着いてきたら、親の考えや、アドバイスを伝えても、ちゃんと聞いてくれるようになるしね。

I: 子どもは、自分にとって都合の悪いことでも、最後まで聞いてあげて、「ママは○○ちゃんが話してくれたことが嬉しいよ!」と伝えたりすれば、安心して何でも話せるようになると思う。「ママはとにかく聞いてくれる」「ママは気持ちをわかってくれる」と思うと、たくさんしゃべってくれるよね。こういう関係は、お互い急には築けない。小さいうちからずうと子どもの気持ちに寄り添って聞いてあげていけば、子どもが思春期になった時にも、自然に親子で会話できる環境になっているから、楽なんだよね。

S: もし、少しおしゃべりが少なくなってくる時期があっても大丈夫! それは、まさしく成長の証。子どもなりに価値観を再構築する時期なんだよね。それまでにしっかりコミュニケーションを楽しんで経験を積んでいる親子なら、しばらくするとちゃんと元通りの関係に戻れるよ。

T: 子どもの話を、親が聞いてあげるといことができていると、親の話も、子どもが聞いてくれるようになる…そういう環境も小さいうちから作っておくと、思春期には本当に楽だね。

S: 「まあ聞いてよいてやるか!」みたいな感じなんだけどね(笑)。親の気持ちや親の価値観も、小さい時からのコミュニケーションの積み重ねで、自然とわかってきているみたいだから、お互いに思いやる関係ができていて、陰鬱な雰囲気にならないよ。

I: 子どもが、反抗期や思春期で、子育てって難しい! と思う時期になって、実感するよね! 子どもが小さい時から、親が少し努力して、コミュニケーション(相手の感情に反応すること)の積み重ねをしていっていると、結局は一番大変な時期の子育てが楽になる!

一同: 早速チャレンジしてみようね! 子どもの話をちゃんと聞いてあげることから始めて、今からゆっくり積み重ねていって下さいね!

賛助会員

セキスイハイム東海(株)静岡支店様 ● 北極しろくま堂(有)様



子育てママを応援する本の紹介

親子で読んで伝えたい～自分を大切に思う気持ち～を育てる本の特集

子どもに伝える命と体のお話



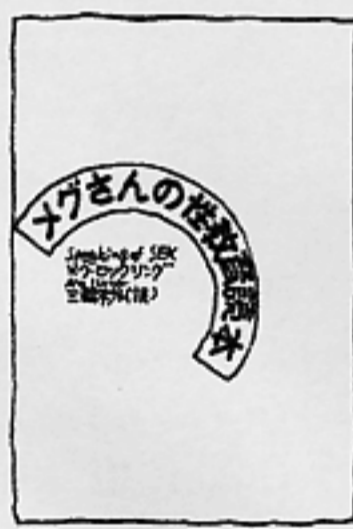
＜おなかの赤ちゃん＞
●シェイラ・キッチンジャー 文
●レナート・ニルソン 写真 ●松山栄吉 訳
おなかの中にある赤ちゃんのことを話してあげる時に見せてあげたい写真集。



＜生まれてきてくれてありがとう＞
●鈴木せい子 作 ●立花千栄子 絵
下の子ができた時の上の子の気持ちをわかちあげられる本。



＜とにかくさけんでにげるんだ＞
●ベティ・ボガホールド 作
●安藤由紀 訳 ●河原まり子 絵
子どもに自分の身を自分で守る知恵を6つのお話でわかりやすく伝える本。



＜メグさんの性教育読本＞
●メグ・ヒックリング 作 ●三輪 妙子 訳



子どもからの性に関する質問に答える実践集。特に3歳くらいからの質問に答えることの大切さを伝えている本。



＜わたしのあかちゃん＞
●澤口たまみ 文 ●津田真帆 絵
産後すぐのママの思いをいつまでも思い出せてくれる本。



＜せくすのえほん＞
●みずのつきこ 絵と文
セックスについて、やさしく教えてあげる時に読んであげたい本。



ママのスキルアップに役立つ本

＜おかあさまのためのコーチング＞
●あべませい 文 子育てコーチング本の逸品。



＜子供の「脳」は肌にある＞
●山口倉子 文
スキンシップがなぜ大切なのかをわかりやすく教えてくれる本。

＜母という経験—自立から受容へ少女文学を再読して＞
●宮迫 千鶴 文
少女文学の再読を通して、ママたちへメッセージを送る本。

〈クイズ♡ちがってるところはど?〉

右の系会と左の系会、どこか5つちがっているところがあるよ。よ〜くさがしてみよ。クイズのこたえは、こねっこのホームページにのっているから、ひらいてみてネ!!



うたぎこひなたぼっこの⑩

代表 市川 久三子

Joie de vivre!



子育ては日々忙しい

仕事も忙しいからなまのこ

時間に追われ、子どもをせきたて...

子育ては日々楽しい

仕事もそんな感じがしたい

子どもの笑顔にいつも励まされる

10年後子どもはいくつ?

私はいくつ?

10年後子どもは夢にむかい

私は何にむかう?

子育ても仕事も大切、だけど

私の人生、私の意志で歩きますか?

Joie de vivre! ジョイ・ドゥ・ヴィヴ!

人生に楽しみを!

●何かに悩んでも諦めず考えてほしい。...あなたの笑顔は宝物。



みんなで子育て、しあいませんか?

こねっこのでは、子育て真っ最中の親たちの運営によって、仲間作りの拠点でもある子育てサークルを支えるとともに、情報の発信、イベント事業、行政との連携・提言などを行っています。地域で子育てを支える社会の実現に向けて、様々な機関や人とネットワークを結び、活動を続けていきたいと思っています。未来ある子どもたちの笑顔のために、是非とも私たちに皆様のお力を貸して下さい。心よりご支援をお願い申し上げます。

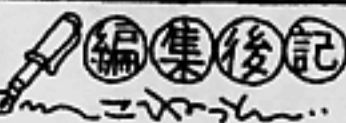
※企業団体様には、こねっとホームページにバナー広告を貼らせていただきます。
※企業団体様には、こねっと通信に賛助会員様としてお名前を掲載させていただきます。

★こねっとに関するお問合せは—

静岡市静岡中央子育て支援センター4F TEL(054)254-2296・FAX(054)254-2337

「こねっと通信」を読んでのご意見、ご感想、また、いろいろな情報など、ぜひお聞かせください!

●宛先/〒420-0031 静岡市葵区呉服町2丁目1-1の辻ビル4F 静岡市静岡中央子育て支援センター内「こねっと通信」係まで、送ってネ!!



●「赤ちゃんはどうやって生まれてくるの?」突然の質問は性と命を伝える大切なチャンス。科学的に正しく、ロマンチックに伝えたい。(K.T)

●この3人でゆくりおしゃべりするの初めて。だからか...とても楽しかったディスプレイのスタッフともいろいろな話をしてみたいな!(K.I)

●長男が二十歳になる。私も母として二十歳になるのだなあ...と、しみじみ思う今日このごろ。でも、まだまだ若者? (C.S)



☆ぜひ、見てくださいネ。こねとホームページアドレス... <http://www.co-net-shizuoka.jp/>

〈こねっと通信に関する詳しいお問合せ〉●稲本浄美/TEL&FAX(054)281-3510●市川久三子/携帯090-4263-0054