

～ 子供に関わるすべての人へ～  
家庭教育ニュースレター

# 家族の絆

2020年 春 = Vol.58 =

## Contents .....

- にしのみやしファミリー・サポート・センターは子育てを応援します！
- 「感情的にならない子育て  
～どならない・たたかない子育てのヒント～」講演会レポート
- 西宮市立図書館から本の紹介！
- 5つの実践目標リレーコラム「心に届くあいさつを」
- いじめ相談専用ダイヤル
- 教職員が子供たちと向き合う教育環境づくりのために…

発行/西宮市教育委員会 問合せ先/地域学校協働課 TEL0798-35-3868



## にしのみやしファミリー・サポート・センターは 子育てを応援します！



「少しの間、子供を預かってほしい。」かつては、家族や地域のお付き合いの中で対応できた一時的、臨時的な子育て援助も、核家族化や都市化を背景に人と人との関係が希薄になり、「孤立した育児」に悩む人も少なくありません。

誰もが安心して子育てを行うには、地域全体で子供や子育て家庭を見守り、共に育てていくことが大切です。

このような中、本市では、平成13年7月、地域の中で子供を預け、預かりあい、地域ぐるみの子育て支援を目指し、「にしのみやしファミリー・サポート・センター」（以下、サポートセンター）を開設しました。

サポートセンターは、「子育ての援助を受けたい人」と「子育ての援助を行いたい人」が会員となり、お互いが助け合いながら地域の中で育児の援助活動を行う会員制の組織です。

### 【会員の種類は？】

- ・ 依頼会員(子育ての援助を受けたい人)  
保護者が市内在住もしくは在勤者で、0才から小学6年生までの子供がいる人が対象
- ・ 提供会員(子育ての援助を行いたい人)  
市内在住で子育て経験または子供に関する資格を持っている人、心身ともに健康で、援助活動に関し理解と熱意のある人が対象
- ・ 両方会員(依頼会員と提供会員のどちらも兼ねる人)

### 【会員になるには？】

- ・ 依頼会員  
登録説明会と面談を行いますので、サポートセンターへ予約をしてください。
- ・ 提供会員  
養成講座受講後の登録となります。日程や講座内容等のお問い合わせはサポートセンターまでお願いします。

### 【援助活動の内容は？】

- ・ 保育所(園)や幼稚園の送り迎え
- ・ 保育所(園)や幼稚園の開始前、終了後の預かり
- ・ 学校の放課後、または留守家庭児童育成センター終了後の預かり
- ・ 保護者の病気や急用のときの預かり など

### 【利用料金は？】

援助活動終了後、依頼会員は提供会員に報酬を支払います。

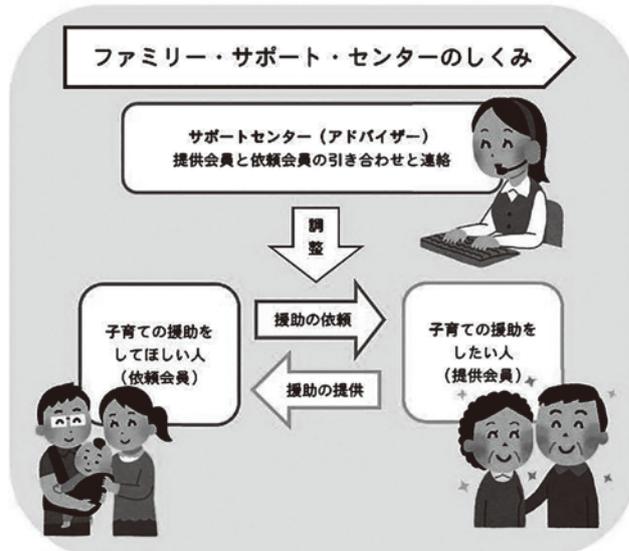
| 活動日・時間                    | 利用時間による報酬額 |
|---------------------------|------------|
| 月曜日～金曜日<br>(7:00～19:00)   | 400円/30分   |
| 土曜・日曜・祝日・年末年始<br>上記以外の時間帯 | 450円/30分   |

平成31年3月現在で、依頼会員数は3,463人、提供会員数は841人、両方会員数は115人、活動件数(のべ)は16,688件です。

子育て中は、ちょっとした手助けが必要な時がありますよね。

近くに頼れる人がいない時は、「にしのみやしファミリー・サポート・センター」があります。会員登録をしておくだけでも、いざという時に備えて安心感を得ることができます。

さらに詳しい内容をお知りになりたい方は、以下までお気軽にお問合せください。



にしのみやしファミリー・サポート・センター  
TEL: 0798-39-1534

# 感情的にならない子育て

～どならない・たたかない  
子育てのヒント～  
にしのみや人権フォーラム 講演会レポート

子どもがなかなか言うことを聞いてくれないとき、ついイライラして声を荒げたり手をあげてしまい、あとで後悔……こんな経験があるママやパパは少なくないかもしれません。そんなとき、どうしたらいいのでしょうか？2019年12月6日に実施された「にしのみや人権フォーラム」でも講師を務められました、子育てアドバイザーの高祖常子さんに、子どもとの向き合い方についてお話をお聞きしました。

## ■体罰禁止が2020年度からスタート■

子ども虐待が後を絶ちません。2018年3月には東京都目黒区で5歳の女の子、結愛(ゆあ)ちゃんが、2019年1月には千葉県野田市の10歳の女の子、心愛(みあ)ちゃんが親による虐待で命を落としています。

虐待や虐待死をなくすために、親による体罰禁止を盛り込んだ改正児童虐待防止法と改正児童福祉法が6月、参院本会議で全会一致で可決、成立しています。改正法では、親は「児童のしつけに際して体罰を加えてはならない」とされました。

体罰のガイドラインの内容については、高祖さんも委員になっている厚生労働省の「体罰等によらない子育ての推進に関する検討会」で議論されました。

2020年度のスタート時期に、体罰禁止のキャンペーンなども行われる予定です。

## ▶なぜ体罰禁止が必要なのか？

今回の法改正は、理念法と言うものです。ちょっとでも子どもを叩いていたら逮捕しようとか、親を犯罪者にしようというものではありません。ガイドラインにも書かれていますが、子どもの権利を尊重し、社会全体で子育てを応援していこうという趣旨のものです。

セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン(2018年発表)によると、子どものしつけに体罰が必要であると思っている人が約6割、実際にたたいている親が7割と言うデータが出ています。子育て中の親自身が、自分が子どものころに叩かれた経験がある方もいると思いますが、それは今までの文化と言えるでしょう。その方が、子どものためにいいのだと思っている人が多かったということです。

でも、ここ数年で、さまざまなエビデンスが発表されています。福井大学 友田先生の脳の研究によると、体罰により脳がダメージを受けるとということがわかりました。

辛い体験記憶により傷つく脳



子ども虐待 = 子育て困難

福井大学 友田明美先生提供

福井大学 友田先生の研究から

さらに、16万人分のデータを分析したアメリカのガーショフ氏の研究からも、親からの体罰によって、親子関係がネガティブになったり、精神的な問題を抱える、反社会的な行動がみられるなどが明らかになっています。

## ▶体罰禁止を国民全体の意識に

さらに体罰はエスカレートすることがあります。言うことを聞かない、思い通りに動かないために、より大きな罰を子どもの体や心に与えてしまう可能性があり、それが子どもの命を奪ってしまうことにもつながってしまいます。

体罰禁止を法的に明記することにより、広く国民が知ることになります。子どもだからといって、叩かれたり怒鳴られたりするの当たり前ではありません。子どもも尊重されるべき1人の人間です。法律改正により、子どもへの向き合い方が変わる契機になることが期待されています。

## ■子どもにどう向き合えばいいのか■

そうは言っても、言うことを聞かない子どもと、どうやって向き合ったらいいのでしょうか。

## ▶親の思い≠子どもの気持ち

親は「なぜ言うことを聞かないの!」「なぜイヤだって言うの!」とイライラしますが、そもそも親と子どもは別な人間です。親の思いと子どもの気持ちはイコールではないということを知っておきましょう。

## 怒っている人は困っている人

怒りは第二次感情

くやし  
しさ  
悲しさ  
虚しさ  
疲れ



忙しさ  
不安  
心配  
絶望

⇒可能なものは手当てをしよう！  
疲れをとる、時間を取る、相談する...

怒りのひとつ前の気持ちに注目し、可能なら手当てを

子ども自身が「イヤだ」という気持ちを持っていけないということではありません。子どもの気持ちは「そんな気持ちを持ったんだね」と受け止めることが大事です。その受け止めがあることが、自分を大事にされた、そのような気持ちを持っていいんだという自己肯定感にもつながります。そのうえで、「でも今は、おもちゃを片付けて欲しい」という要望を伝えて相談することが大切です。

親と子でも、夫婦でも、会社の同僚でも上司と部下でも、気持ちのずれはあって当たり前です。お互いの気持ちの違いを尊重しつつ、解決策を探ること、そのようなコミュニケーションを重ねることがとても大切です。そんな親子のコミュニケーションを通して、子どもは問題解決力を身に付けていきます。

## しつけの「4ステップ」

1. まずはわが子の気持ちを受け止める  
→気持ちに名前を付ける。行動の背景には理由がある
2. 相手の気持ち、ママパパの気持ちを伝える  
→状況の整理。視野の拡大
3. 方法を考えさせる、またはアドバイスする  
→成長に応じて、選択肢を示す、解決のヒントを与える
4. 子どもが自分で決めて動く！  
→可能な場合は、できるだけ子どもに選択させる

気持ちを受け止め、どうするか相談し、子どもが自ら決定する

子どもがいろいろな選択肢を持ち、自分で考えて行動できるように応援しましょう。

そのような向き合い方をすれば、叩いたり怒鳴ったりしてコントロールすることは不要になり、親子関係も楽しくなるでしょう。

こうそ ときこ

## 高祖 常子

### 子育てアドバイザー

資格は保育士、幼稚園教諭2種、キャリアコンサルタント、心理学検定1級ほか。リクルートで学校・企業情報誌の編集にたずさわり、妊娠・出産を機にフリーに。認定NPO法人児童虐待防止全国ネットワーク理事、NPO法人ファザーリング・ジャパン理事ほか各NPOの理事、行政の委員などを務める。子育て支援を中心とした編集・執筆ほか、全国で講演を行っている。著書は『こんなときどうしたらいいの？感情的にならない子育て』（かんき出版）ほか。3児の母。



## 西宮市立図書館から本の紹介！



春、新生活に期待と不安を感じる季節ですね。そんな子供たちにどんな本を読んであげたら良いでしょうか。私のおすすめを紹介します。  
(西宮市立鳴尾図書館司書 天田 良子)

- 『このえほんだいすき！読み聞かせのための48冊』細川和子／著、日本キリスト教団出版局、2017年

長年子供たちに読み聞かせの活動をしてきた著者が、子供の成長に合わせてどんな絵本を選べばいいか、実際に子供たちに読んだときの反応とともに紹介されています。大人が読み聞かせしてあげることで、心の栄養になってくれる絵本がたくさんあります。



- 『がっこうだっどきどきしてる』アダム・レックス／文、クリスチャン・ロビンソン／絵、なががわちひろ／訳、WAVE出版、2017年

工車の車が走り回って、新しい学校を作りました。でも、学校は自分が何をす場所なのか知りません。新学期、子供たちがつぎつぎにやってくるのを、学校はどきどきしながら見ました…。



- 『ノラネコぐんだんパンこじょう』工藤ノリコ／作、白泉社、2017年（大型絵本）

ここはワンワンちゃんのパン工場。パンを作っているのを見たノラネコぐんだんは、夜中に工場に忍び込み、勝手にパンを作り始めました。小麦粉、牛乳、卵にふくらし粉。全部入れちゃえ、と入れて焼いたら…。



※市立図書館では、大人数での読み聞かせを行う場合にも絵が見やすい「大型絵本」の貸出を行っています。ご利用いただける大型絵本の一覧は図書館ホームページに掲載しています。

また、季節の絵本、年齢に合わせた絵本、参加型で盛り上がる絵本などテーマに合わせた絵本の紹介もできますので、ぜひ市立図書館各館にてご相談ください。

思いやりのある西宮っ子を育てる

# 5つの実践目標 リレーコラム

平成23年に西宮市家庭教育振興市民会議が新たに提唱した家庭教育の「5つの実践目標」をテーマとして、家庭教育振興市民会議の委員や家庭教育関係者などに自身の体験や思いを投稿していただくリレーコラム。

今号は、5つの実践目標の中から「声かけよう おはよう ありがとう ごめんなさい」をテーマに、「前西宮市PTA協議会会長の西脇 享子さん」にお話をいただきました。

## 「5つの実践目標」

- ・育てよう 優しい心と がんばる力
- ・声かけよう おはよう ありがとう ごめんなさい
- ・見守ろう よその子 我が子 区別なく
- ・習慣づけよう 早寝 早起き 朝ごはん
- ・外に出よう 元気に遊んで 友だちいっぱい

## 心に届くあいさつを

今年の夏、いよいよ日本でオリンピック・パラリンピックが開催されます。世界中の様々な国の挨拶が飛び交うことでしょう。

挨拶が大切なのは万国共通。外国語を学ぶ時、まず挨拶から覚えますよね。

そもそも挨拶とは、なぜ大切なのか調べてみました。辞書で引くと、その由来は禅宗で問答を交わし、相手の悟りの深淺を試みることに書かれています。そして、挨拶という字は「ひらく、おす」、拶は「近づく、迫る」。つまり、人と人が心をひらいて相手に近づく、というような意味になるようです。

挨拶は人間関係の基本で、相手の存在を認めることで距離を縮めます。例えば「こんにちは」の言葉はもと「今日(こんにち)は、ご機嫌いかがですか。お元気で何よりです。」などの相手を気遣う気持ちが込められています。

動物には動物の挨拶があり、同種の仲間に敵ではな

いことを意味するそうです。これは、人間にも当てはまる気がします。知らない人に挨拶するのは、大人でも少し勇気がいります。恥ずかしさや返事が返ってこないかもしれないと戸惑いを感じるもの。しかし、大人同士が率先して挨拶を交わし、つながることで、子供達を見守る目が増えるのではないのでしょうか。

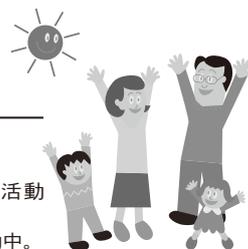
また、日ごろから声を掛け合うことが、防災・減災にもつながるといふ震災からの教訓もあります。

あまりに当たり前すぎて過小評価されがちですが、本来の意味を知ること単なる形式ではなく、毎日をより心地よく過ごすためにも、相手の心に届くあいさつを心掛けてみませんか。

にしわき きょうこ  
**西脇 享子**

### 前西宮市PTA協議会会長

平成28～30年度西宮市PTA協議会でPTA活動を支援。  
現在、市内地域の青少年愛護協議会にて活動中。



## 〇〇 いじめ相談専用ダイヤル 〇〇

西宮市教育委員会では、平成29年度からいじめ相談専用ダイヤルを開設しています。

西宮市内の小・中学生と高校生に下記の内容を記載したカードを、毎年学校を通じて配布しています。いじめについて誰にも相談できずにひとりで悩んでいるとき、この専用ダイヤルへ相談してください。



いじめ について  
ひとり で悩まないで相談を...



いじめ相談専用ダイヤル

**0798-33-0077**

月～金 9:00～17:30 (祝休日・年末年始を除きます)

西宮市教育委員会 学校保健安全課 教育支援課 いじめ相談チーム  
西宮市六湛寺町3番1号

なや 悩みや困りごと...

なに 何かあったら  
そうだん 相談してね!



西宮市観光キャラクター みやたん

18歳までの子供の発達や学校生活について  
こども未来センター 電話相談  
0798-65-1881

ストレス・不眠など心の悩み・ひきこもりについて  
西宮こころのケア相談  
0798-35-5066

若者の就労や働くことについて  
西宮若者サポートステーション  
0798-31-5951

非行問題・交友関係について  
西宮少年サポートセンター  
0798-35-3875

## 教職員が子供たちと向き合う教育環境づくりのために...

教職員が心身ともに健康で子供とじっくり向き合う時間を確保するために、兵庫県教育委員会の勤務時間適正化推進プランに基づき、各校園で週1回の『定時退勤日』、中学校で週あたり2回以上の『ノー部活デー』を設定しています。また、勤務時間外における電話の自動音声案内の導入を順次進めてまいります。保護者、地域の皆様のご理解をよろしくお願いします。(教育職員課)