

子育てを  
応援します

青森市子育て

vol.17

2018.12.3 発行

《サポートセンター通信》  
通信

青森市子育てサポートセンターでは、家庭教育に関する学習機会の提供（青森市内の小中学校で行われている家庭教育学級の運営サポート、子育て講座《きらきら塾》や発達に心配のあるお子さんに関する講座《うとう塾》の企画運営）、情報収集、発信、また子育て相談の対応等を行っています。

## 聞きたいけど聞けないデリケートな話って？

きらきら塾

第2回  
6/28

### 思春期の子どもとどう向き合うか？

～今どきの子どもの事情～



講師：平岡 友良さん  
(あおもり思春期研究会会長)

きらきら塾「思春期の子どもとどう向き合うか？～今どきの子どもの事情～」は、あおもり思春期研究会会長の平岡友良先生を講師に開催しました。

平岡友良先生は、1994年からあおもり協立病院で思春期医療を始められ、1995年からは産婦人科校医として東青地区の高校生中心に性教育の講演活動をされています。

思春期とは⇒女子と男子の性の違いが現れ、月経と射精が始まる時期であり、子孫を残すための準備であり、いやらしいこと恥ずかしいことではない！というお話をお聞きしました。そして、自分の性を受け入れられない性別違和を感じる人が20人に1人[7.2%]いて、告白できずに悩んでいる人が多い現実も知りました。

生理痛など生理に伴う苦痛は、産婦人科に相談することでピルを使って安全に調整できることも分かりました。また、10歳前の生理・15歳以上になっても生理がない女子も産婦人科への受診が必要であるとのことですが、産婦人科の受診では性交体験のない女子は内診がないことが分かり安心しました。そして、マスターベーションは自分の性欲をコントロールする方法であるが、自分のペースでプライベートな場所で行う。強すぎる刺激は、将来射精障害になるリスクがあるということが分かりました。

平成28年度の報告では、青森県の10代の出産数は44名、中絶数は88名[68.2%]であることや、厚生労働省の虐待死調査では実母年齢の19歳以下の事例が全体の25.4%とい



\*\*\*\*\* 参加者の感想 \*\*\*\*\*  
\*グループで話すことはデリケートな問題ですが、先生が各グループを回って下さり、じっくりお話を聞いてくださったので安心していろいろ質問できました。  
\*無関心がいけない！子に対して関心を示すことが大切。日常的にふれ合いを持つ親子関係の中で愛情を示してあげる。



う説明から、望まない妊娠・妊婦健診未受診、母子手帳未交付が多く「にんしんSOS」など相談機関に相談することで児童虐待防止に繋がる！というお話や、デートでDVについても「あおもり性暴力被害者支援センター」へ相談するなど、思春期の子どもを持つ親としての関わり方を真摯に考える機会になりました。

最後に平岡先生から『親の無関心は、子どもの心が離れてしまう。親子のコミュニケーションが、何より大事で「いつでも相談に乗るよ」と「支配するのではなく関心があるよ」というメッセージを伝えましょう』と私たちへのアドバイスを頂きました。

●あおもり思春期研究会  
017-765-4112  
《毎週(火)17時～20時》  
●にんしんSOS  
http://www.Zenninnnet-sos.org  
●りんごの花のホットライン  
(あおもり性暴力被害者支援センター)  
017-777-8349  
《月・水…10:00～21:00  
火・木・金…10:00～17:00》





鳴海さんは、子育て講座の講師など、私たちにわかりやすく優しくお話をしてください、信頼できる方です。



**Q** 小学4年生の母です。息子はマイペースな性格で、高学年になり部活も忙しくなってきたのに時間を上手く使えず困っています。そして、毎朝の準備もギリギリで急がない息子をせかしてしまいます。急ぐことを覚えて欲しいのですが、どうしたら良いのでしょうか？

**A** 相談を受けると私はまず、「困っているのは誰なのか」と考えることにしています。今回のご質問では、困っているのはマイペースな息子さんではなく、その息子さんを急かせてしまい、そのことで自分を責めちゃうお母さんみたいですね。「馬を水辺に連れて行くことは出来るが、その馬に水を飲ませることは出来ない」ということわざがあります。つまり、息子さん自身が自分の「マイペースな性格」をなんとかしようと思わなければ、お母さんがどんなに困って、頑張ってもどうしようもないということなんですよね。でも、それでは、せつかく質問してくださった方に申し訳ないので、なにか工夫はないかと思いを巡らしてみます。

そこで思いついたのが、「時間の感じ方の個人差」ということです。「もう〇〇分しかない」と「まだ〇〇分もある」という「時間の感じ方」には大きな個人差があるのではないのでしょうか。今回のご質問でも、息子さんの感じ方とお母さんの感じ方に差があって、お母さんとしてはどうしても急かして

しまうということが起きているのではないかと思います。

そこでこの感覚のズレを修正する方法を工夫してみました。まず、①朝起きてから家を出るまでに、いつもしている事しなければならぬ事を親子で確認します。そして、②学校に間に合うように家に出る時刻（ゴール）を決めます。次に、③家を出るまでにすることの一つひとつについて、どのくらい時間がかかっているのかを、一緒に測定してみます。

その上で、④決めた時刻（ゴール）に家を出るためには、何をどれどのくらいの時間でやり終えればいいのか話し合います。それが一つひとつの行動の目標タイムになります。

あとは、⑤その目標タイムをクリアできるかどうかを、毎日チェックしてそれを記録していけば、息子さんも面白くなってタイムを縮める努力をするのではないのでしょうか？

これだとお母さんは、その記録を見ながら、記録の短縮を息子さんと一緒に喜ぶことが出来るようになるのではないかと思います。ですが…如何でしょうか？

## その子にとっての学校生活を考える

### うとう塾ってなあに？

発達に心配（発達の偏りや遅れ）のある4歳～小学校中学校までの保護者や関心のある方を対象に、専門知識を持つ講師をお迎えして、年5回開く子育て講座です。



講師：梅村博之さん  
(青森第二養護学校 校長)



講師：湯田秀樹さん  
(同校 教頭)

第2回  
6/13

うとう塾

### 特別支援学校を知ろう！ ～家庭でもできることがある！？～

『その子にとって、どこが一番良い学校なのか？ 学校にいる意味。この子が参加している実感があるかどうか？それが生きる力につながるのではないかと？ 今日やれたという充実感を感じられることを目指しています』という、湯田教頭の熱い思いが印象的でした。



第4回  
8/20

うとう塾

### 高校生活をサポート ～通級による指導がスタート～



講師：山田菜穂子さん  
(北斗高等学校 教諭)

今年度から始まった高等学校における通級指導教室の内容を知るために、青森県立北斗高等学校に行ってきました。北斗高等学校は、午前部、午後部、夜間部の単位制による三部制の定時制の学校です。

入学には県立高校の入試を受ける必要があります。また、通級指導を受けるには、入学後に申請、校長が対象生徒を決定するそうです。通級指導教室は、学習上又は生活上の困難を改善、克服することを目的としています。通常学級に在籍しながら障害に応じた指導（自立活動）を通級指導教室で受けます。北斗高等学校では、小・中学校での通級指導教室の内容とは違い、苦手な教科の学習を補充するための指導は行っていません。

北斗高等学校は自分に必要な科目を選択して受けるので、教室移動など自己管理能力が必要だと感じました。映像では、先生から依頼された資料作りや職員室での挨拶、先生への言葉遣い、印刷機の使用など、将来の仕事につながる体験を通した細やかな指導を行っていることが分かりました。その他に、調理実習の企画から調理の手順、調理中の友達とのコミュニケーション等、その子の困っていることに寄り添った指導が行われていました。また、アルバイトの面接対策、学校での休憩時間の過ごし方等、多岐にわたって取り組んでいることに驚きました。

最後に、今年度は県内での通級指導教室は北斗高等学校1校しかなく、中学3年生対象の学校説明会が9月末に、授業公開が11月中旬にあることが分かりました。



## 青森市子育てサポートセンター

【TEL・FAX】017-774-6537（開設時以外は、留守番電話をお願いします。）

【住所】〒030-0813 青森市松原1丁目6-3 サンピア（勤労青少年ホーム）2F

【開設日時】毎週火曜日 10:00～13:00

【E-mail】aomorishi-saposen@arion.ocn.ne.jp 【ブログ】http://blog.goo.ne.jp/saposenrarara



青森市子育てサポートセンターの運営は、私たち《青森市家庭教育サポーター連絡会》が、青森市教育委員会から家庭教育支援事業を受託して行っています。「青森市内で子育てをしている保護者のみなさんのお役に立ちたい！」という熱い思いで活動に取り組んでいます。