



## 生きづらさを持つ子どもたちに寄り添う

### ～あなたの子育ては「こどもファースト」「じぶんファースト」?～

山梨YMCA 総主事・野の花保育園 園長・児童発達支援 ほかほか教室 管理者 中田 純子 氏

◇7月9日に山梨市民会館で行われた「子育て講演会」からの抜粋です。  
◇講演録は9月に各所属へお渡します。

#### はじめに

今日のカレンダーには「夏期講習の帰り道 みんなでアイスを食べた日に 本当は知りたかった 微分積分の解き方よりも 何のために生きるかを」という言葉が書かれていました。この言葉が、今日の話にぴったりだと思い紹介しました。

#### 職歴・子育ての経験から得た学び

##### 社会福祉法人での経験

ベビーホームではご両親が育てられない子どもたち、母子寮では保護を求めてきた母と子が共に安定した生活を送ることができるように支援しました。両極端な側面を持つ施設で働くことができた経験は、子どもの発達、母子関係、愛着形成について学ぶ時間となり、大きな財産となりました。

##### 療育センターでの経験

早期療育科に配属され医師や看護師、心理士、OT・PT・ST・保育士その他との連携により、障がいを持つ子どもたちの居場所づくりに取り組みました。これらの経験が今の私を支えています。



#### 中田 純子 氏

2014年に山梨YMCAに入職。保育園1か所、放課後児童クラブ7か所、児童発達支援事業7か所を開園、開所するなど子育てに関わる人々の支援を行ってきました。

2022年に山梨YMCA 総主事(代表理事)に就任。0才からの保育園事業から生涯に寄り添う高齢者事業まで様々な事業を通して、ひとりの人、一つの家庭、地域社会に寄り添い、途切れ目のない支援(伴走サポート)を展開しています。

#### 1. こども家庭庁の「こどもまんなか政策」

##### はじめの100か月の重要性

『はじめの100か月』は生涯の幸せを育てる(こども家庭庁「幼児期までの子どもの育ちに係る基本的なビジョン」)。新生児から小学校入学までの時期を表現しています。「あなたが生まれてきてくれてありがとう、あなたはあなたであっていいよ」と育てられた子が幸せを感じ、自己肯定感を高め、愛着形成がうまくいくというこの時期は大切です。

##### こども大綱が目指す社会

こども大綱が目指す「こどもまんなか社会」とは、全てのこども・若者が身体的・精神的・社会的に幸福な生活(ウェルビーイング)を送ることができる社会のことです。おとながこどもの環境となり、より良い発達を促せるような環境調整を図ることが重要です。

こどもは必ず困っていることを発信しています。こどもの意見を聞いているとは思いますが、「あのときもっと聞いておけばよかった」ということはないでしょうか。こどもは小さいながらも言いたいことがたくさんあり、それを「そうだね」と聞いてあげられるおとなでありたいものです。

(問い) あなたは生きづらさを感じたことがありますか? どんなときどんなことに対してですか?

こどもの意見をしっかり聞くことの大切さ。おとなのウェルビーイングがこどものウェルビーイングに直結します。

#### 2. 生きづらさとは?

日常生活において、困難やストレスを感じる状態を指します。個人の内的な感情や心理状態だけでなく、環境や社会的な状況からも影響を受けます。こどもの場合は発達段階や成長過程において、生きづらさを感じることも多く、心身の健康や学業、対人関係に影響を及ぼすことがあります。

「心理的な生きづらさ」「社会的な生きづらさ」「生物学的な生きづらさ」があります。こどもはおとなとは異なる視点で世界を見ています。例えば学校でのトラブルは、本人にとってはとても大きなことなのに、おとなにとっては小さなこと。そういった中で生きづらさを感じることもあります。自分のこととこどものことを一緒に考え、自分に生きづらさがあればこどもにはもっとあるんだと捉えてほしいです。

### 3. 生きづらさの原因

生きづらさのグラデーション：みなさんの生きづらさはどの濃さ？どのスポットの大きさ？

「ありがとう」「ごめんね」「たすけて」は平和の言葉。なかなか言えないこども（おとなも）も大勢います。

（問い）目の前のこどもに困ったことはありますか？どんなときどんなことに対してですか？

生きづらさのグラデーション：こどものつらさはおとなと違って深さがあります。その深さが自分でわからないからこそおとなが必要です。こどもたちは必ず私たちに発信しています。

### 4. こどもに寄り添う方法

#### こどもファーストの視点

こどもの視点になることが一番大切です。こどもの感情や意見を尊重し、こどものニーズに応じた柔軟な対応をすることで、こどもが安心して自己表現できる環境作りが求められます。

#### コミュニケーションの重要性

目の前にいるこどもが何を言いたいのか？傾聴と共感に徹することを優先してください。

#### 安定した日常

こどもたちもおとなも安定した日々を送ることが大切です。愛着の形成がきちんとしていること、安全な場所を得ていることで安心します。また、食生活も大切です。季節のもの、地域のを食べさせてあげましょう。季節のものは心と体を安定させます。

### 5. おとなの自己ケアの重要性

こどもにとって環境となるおとなの役割と影響について考えましょう。おとなの自己肯定感がこどもに与える影響、自分たちもこどもの頃があったということ、大事な存在だったということ振り返り、自己肯定感を高めてください。

おとなのストレスがこどもに与える影響。おとなのストレスは本当に重たい。そのストレスがこどもにどう影響するか考えて、それをどうケアするか？

#### じぶんファーストの視点

おとな自身のメンタルヘルスとウェルビーイングを重視する自己ケアとリフレッシュの時間の確保が必要です。自分を大切にできない人は、他人を大事にはできません。

「じぶんファースト」の意味は、おとな自身の健康と幸福がこどもに与える影響を考えることです。「じぶんファースト」と「こどもファースト」のバランスを見つけることが重要です。

こどもは常に困っていることを発信しています。小さなことをわかってあげれば大きな困り感にはなりません。環境を整えるおとなであることを最優先し、園・小学校、中学校、高等学校、福祉、家庭でこどもを支えるような地域で育て、地域で育ち、地域で育ち合うウェルビーイングの社会の実現を目指すことが必要です。

こどもを育てることを通して、こどもも育ちおとなも育ち、お互いが結びついて地域コミュニティを豊かにしていくのです。

## 峡東教育事務所からのお知らせ

7月9日（火）に山梨市民会館で行われた「峡東地域教育推進連絡協議会（峡地連）」の総会において、今年度の役員案・事業計画案が了承されました。今年度の役員は以下のとおりです。

会 長 嶋崎 修 氏（山梨市教育委員会 教育長）	会長 1名 副会長 4名 参与 2名
副会長 小林 好彦 氏（甲州市生涯学習課 課長）	副会長 久保田 英樹 氏（東山梨教育協議会 会長）
副会長 石田 史明 氏（笛吹市教育協議会 会長）	副会長 廣瀬 志保 氏（県立笛吹高等学校 校長）
参 与 中村 英彦 氏（峡東教育事務所 所長）	参 与 宮本 和仁 氏（峡東教育事務所 副所長）

## 令和6年度 峡地連 保幼・小・中連携セミナーについて

『保幼・小・中連携セミナー』（甲州市教育委員会共催）

日 時 令和6年8月20日（火） 15:00～17:00

会 場 甲州市民文化会館

内 容 子どもたちの『安全基地』をめざして  
～多様なニーズを持つ子どもたちの理解と支援～

講 師 山梨県教育庁特別支援教育・児童生徒支援課  
副主幹・指導主事 小林ゆかり 氏

『保幼・小・中連携セミナー』への申込は  
下記QRまたはリンクから可能です。



<https://forms.office.com/r/bbev5zPuXK>

## 「響き渡る太鼓の音」～甲斐天目山勝頼公太鼓～ 甲州市立大和小学校



前田さんから練習の目的について確認



練習を重ねて一体感が高まっていく

大和小学校では「甲斐天目山勝頼公太鼓」を学習の一環に取り入れています。宮太鼓・締太鼓・ドラ・桶胴・鉄筒・篠笛などの和楽器で構成されており、4月の勝頼公祭り、10月の運動会、大和地区運動会、音楽発表会などで演奏を披露しています。二学期には「伝統を引き継ぐ会」が行われて、新しくメンバーに加わった3年生の太鼓練習も始まりました。2月20日には全国天野流師範の前田タクヤさんが来校しての全体指導が行われました。子供たちが力を込めてたたく太鼓の音は体の芯まで響き渡り、聞いている人たちの体も自然と動き出します。まだ練習序盤の段階ですが、前田さんから「この時期には非常によい仕上がりなので、自信を持って練習を続けてください」とのお褒めの言葉もありました。今後も全員が「周りの音を意識できる練習」を続けることで、聴衆の心に残る演奏になることが期待されます。



受け継がれてきた一音を理解する

## 「おかげさまで」～恵林寺で座禅体験（松里探究プロジェクト）～ 甲州市立松里中学校

信玄公まつりとして知られる4月12日の「機山信玄公毎歳忌」を前に、松里中学校の全校生徒が、松里探究プロジェクトとして4月10日恵林寺を訪れ、法話を聞いて地域や信玄公について学び、座禅体験を行いました。自分自身と向き合う機会、よりよい1年のスタートにすることが目的でした。松里中学校の校歌では、「恵林寺山、武田機山、快川国師」といった歌詞が、歌い継がれています。法話では『滅法心頭火自涼』が三門に掲げられている由縁、孫子の兵法に由来する『風林火山』の旗、信玄公が城を築かなかった理由などを学びました。座禅の基本「調身・調息・調心」を学んだ後、座禅体験1回目は10分程度、「何分くらいやったと思う?」と問われると、5分と答える人もいれば20分と答える人もいました。この差は、「集中力」の差によるとのことでした。和尚様は「人は、常にいろいろなことを考えてコップの中が満たされ、そのコップの中を空っぽにすることが大事で、それが座禅です」と説いていました。2回目の体験では、希望により警策による指導を受ける姿も見られ、18分くらい続く中、座禅に集中していました。最後、和尚様から「おかげさまで」という気持ちが大切だということ、目に見えないものほど大切にしなければならないというお話がありました。代表生徒は、お礼の言葉で早速「おかげさまで」の語句を使って、学んだことを日常生活に生かしていきたいと語っていました。



ユーモアたっぷりの法話を聞き入っています



警策による指導で姿勢を整えます

## ✂✂✂✂✂✂✂ 峡東教育事務所からのお知らせ ✂✂✂✂✂✂✂

◆地域情報紙エリアウェブを通じて、「他校種の情報を知ることができる」「連携のきっかけになる」とのお声を寄せていただいております。特別なイベントである必要はありませんので、お気軽に情報をお寄せください。(記事として峡東地域で紹介させていただきます。現在約300カ所に配布中) ☎0553-20-2731(担当・直通)

◆エリアウェブのpdf版は「峡東教育事務所」のホームページからダウンロード可能です。



エリアウェブ  
バックナンバー

## 「こども食堂 TERU」～子どもたちの食と健康を守る取り組み～ きらきら保育園

きらきら保育園は隣接するはやかわ歯科医院が国の企業主導型保育事業に則り運営しています。

はやかわ歯科医院の敷地内に5月にオープンした Gelateria & Cafeteria Ricòrdo において、毎月第4土曜日にこども食堂 TERU が開催されています。



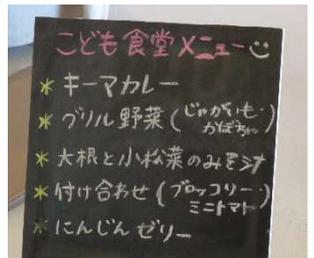
保育園でも月に1回歯科検診を行っています

5月25日は第1回目のこども食堂、この日は30名の利用があったそうです。人数制限のため断らざるを得なかったケースもあったそうで、今後はより多くの方に利用していただけるようにしていくとのことでした。食後に早川院長が「『子どもとお母さんに食事を楽しんでもらいたい』、『歯科医院として地域の“食べる”を支えたい!』という思いでこども食堂をはじめることとした」と語り、あわせて歯磨きの重要性について説明をしていました。歯磨きセットも配布されていました。

Ricòrdo の2階は座敷席となっており、家族でゆっくり食事を楽しめるようになっています。また、子どもたちが食後に遊べるような工夫もされており、完全予約制の託児所としても利用できるそうです。



敷地内にもこども食堂の看板



黒板に手書きのメニュー



## 「笛吹川鮎放流体験」～地域の川で自然に親しみ歴史を学ぶ～

### 公益財団法人日本釣振興会山梨県支部・笛吹市立石和南小学校

石和南小学校4年生は総合的な学習の時間で、笛吹川についてそれぞれのテーマを設定し学習しています。その一環として5月21日に笛吹川河川敷で36名が参加し、鮎の放流体験を行いました。この行事は日本釣振興会山梨県支部の発案により、市長さんと相談する中で、子どもたちが自然に触れる機会を増やそうと、2021年から毎年石和南小児童が参加して実施され、今年で4年目となりました。



参加者全員で記念撮影



雨宮さんのお話を興味深く聞いています

始めの会で日本釣振興会の雨宮支部長さんより鮎の生態についてお話がありました。一般に鮎は秋頃ふ化し、海まで下って大きくなった後、春以降、川を上って、大きいものは30cmくらいに成長するのですが、笛吹川には堰があるため鮎は海まで下ることはできないそうです。6月には友釣り解禁されたり、8月には鵜飼が実施されたりする様子は、児童も目にするのがあり、知っているようでした。

山下市長からは「市制20周年となる笛吹市の名前は笛吹川からとったもの、以前はよく氾濫した川が現在では市のシンボル。みんなで大切にしてほしい」とのお話がありました。

児童はそれぞれバケツに分けられた体長10cmほどの鮎の稚魚を何回にも分けて、川に放流しました。「元気で泳いでいくなだよ」などの声をかけたり、名残惜しくなかなか川に放すことができなかつたりする姿も見られました。

それぞれが笛吹川の流れや景色を味わいながら、自然と触れ合いました。今年の鵜飼では児童が放流した鮎と再び出会うことができることでしょう。



初めて見る鮎の稚魚に興味津々

## 「遙かなる宇宙への想い」～甲州市「宇宙の学校」～ 甲州市教育委員会生涯学習課

甲州市「宇宙の学校」は今年で12年目の開催となります。年4回実施されるスクーリングと、その間に親子で一緒に工作や実験に取り組んでもらう家庭学習を組み合わせた、親子でともに行う科学実験教室です。宇宙航空研究開発機構（JAXA）や認定NPO法人子ども・宇宙・未来の会（KU-MA）と提携し、研究題材や教材を提供していただいているそうです。

今年度第1回のスクーリングが5月25日に甲州市民文化会館にて行われ、19組の親子が参加しました。小林教育長はご挨拶の中で2月にH3 ロケットが打ち上げに成功したことや、4月にトヨタの開発するルナ・クルーザーが月面を走行することについて日米両政府が合意したことなどをあげ、宇宙がより身近になっているとお話されました。

今回の講師は指導者ボランティアの宮川広先生。前半は「山梨から世界を目指した宇宙エンジニア」と題した講演が行われました。その中で、人工衛星の打ち上げに取り組んだ話、アメリカの世界最高峰の技術に日本人として初めて専門エンジニアとして関わった話、チリのアルマ望遠鏡での宇宙と出会えるような景色の話が語られました。30分ほどの講演でしたが、密度の濃い内容でした。後半はビニールシートで気球を作り、ドライヤーの熱気で打ち上げを行う熱気球の実験でした。参加者が4つの班に分かれ気球の作成をしました。気球には参加者のお気に入りの絵が描かれました。ホールホワイエへ場所を移して気球の打ち上げ。ドライヤーの熱気を気球に入ると、合わせ目から空気がもれたりもしましたが、どの班の気球も打ち上げ大成功。参加した子どもたちの歓声が響き渡りました。



講師の宮川広先生はTV等にも多数出演



空気漏れしないように丁寧に貼ります



打ち上げは大成功！参加者も宮川先生も大喜び

## 「バルーンにのせたメッセージ」～人権の花運動の会～

### 山梨市立後屋敷小学校・山梨県人権擁護委員連合会

山梨県人権擁護委員連合会では毎年5～6月に人権の花運動を行っています。令和6年度は峡東地区の5つの学校で「人権の花」贈呈式が実施されました。児童たちが協力して花を大切に育てることで



人権の花の意味を聞くことにより心を育てます

「命の大切さ」を学び、「思いやりの心」や「優しい気持ち」を周りの人たちに伝えることにより、人権尊重思想を育ててほしいという願いが込められているそうです。

5月30日には後屋敷小学校において、全校児童を対象として人権の花運動の会が行われました。人権擁護委員の方から、人権の花運動の目的やSOSミニレターについてのお話があった後、児童の代表に人権の花が贈呈されました。その後、

児童たちのメッセージが添えられたバルーンが手渡され、風船飛ばしセッションとなりました。

合図とともに一斉に大空へと飛び立つバルーンを児童たちは真剣なまなざしで見つめていました。後屋敷小の児童の思いをのせた風船がどの場所のどの人に届き、そして、児童たちの思いがどう受け継がれていくのか楽しみです。



児童代表に人権の花が手渡されました



歓声とともに児童たちの思いが大空へと旅立っていきました

## 「峡東地区中学校総合体育大会」



令和6年度の「中学校総合体育大会」が6月5日に東山梨地区、7日に笛吹市でそれぞれ開催されました。多くの保護者も応援に駆けつけ、会場いっぱいに声援が響きわたる活気あふれる大会となりました。

### 【団体競技 優勝校(地区別)】

種目	東山梨地区		笛吹地区	
	男子	女子	男子	女子
野球	山梨北・勝沼	—	石和	—
サッカー	山梨北・笛川	—	石和	—
ソフトボール	—	塩山	—	—
バドミントン	塩山・塩山北	山梨北	春日居	一宮
バレーボール	山梨南	山梨北	一宮・春日居	浅川
卓球	山梨南	塩山	春日居	春日居
ソフトテニス	松里	山梨南	浅川	浅川
剣道	勝沼	塩山	一宮	石和
柔道	—	—	浅川	石和
ハンドボール	山梨北	塩山	—	—
弓道	—	—	石和	石和



## 「ライバルは昨日までの自分」～峡東地区小学校陸上記録会～

令和6年度の「小学校陸上記録会」が東山梨地区、笛吹地区でそれぞれ行われました。天候に恵まれ、大きな応援の声が響く中で児童たちは自己ベストの更新を目指しました。

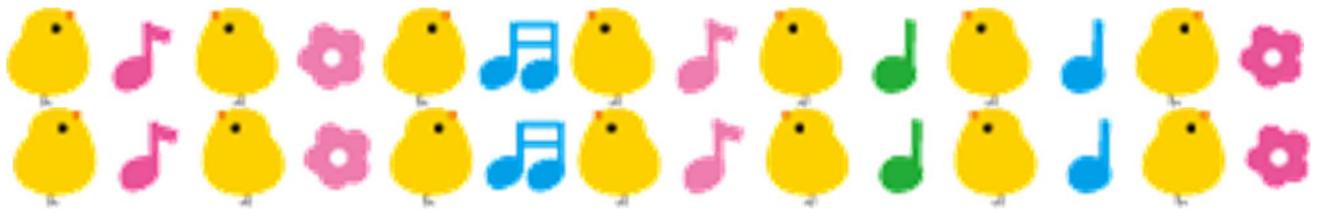
東山梨地区は真夏日となった5月21日に、塩山総合グラウンドにおいて行われました。



笛吹地区は6月20日にJ I Tリサイクルリンクスタジアムにおいて行われました。



競技前の児童たちの顔には緊張感が浮かんでいます。しかし、違う学校同士でも、互いに記録が伸ばせるように、自然に応援する姿が見られました。陸上記録会は自分との闘いです。昨日の自分より1秒でも速く走れたか、1cmでも高く高く飛ぶことができたか。たとえ記録を更新できなかったとしても、それまでの努力はムダになりません。これから上級生としての取り組みにも期待がかかります。



\*\*\*\*\*

『人権のための講演会』（笛吹市教育委員会共催）

日 時 令和6年11月14日（木）15：00～17：00

会 場 いちのみや桃の里ふれあい文化館 多目的ホール

内 容 「わたしたちにできること～性の多様性を前提とした社会のために～」

講 師 一般社団法人にじーず 古堂 達也 氏

