

# かざぐるま 通信

第31号

令和3年3月1日 発行

【発行・編集：小山市家庭教育支援チーム】  
〒323-8686 小山市中央町1-1-1  
TEL：0285（22）9665  
FAX：0285（22）9696  
小山市教育委員会 生涯学習課内



私たち、小山市家庭教育支援チーム「かざぐるま」は、就学時健診、PTA研修、授業参観など、保護者の方々が集まる多くの機会を利用して、保護者の方向士の話し合いの中から、子育てに関する気付きを得る、【親学習プログラム】を実施しています。

## あたりまえだったことがあたりまえでなくなった今…

この1年で、私たちの生活や、世の中の常識は大きく変わりました。

私たちはその変わりつつある環境に順応しながら生活していく必要がありますが、それはなかなか困難なことかと思えます。『ステイホーム』や『ソーシャルディスタンス』など、慣れない言葉や環境に戸惑いやストレスを感じた方も少なくないことと思えます。

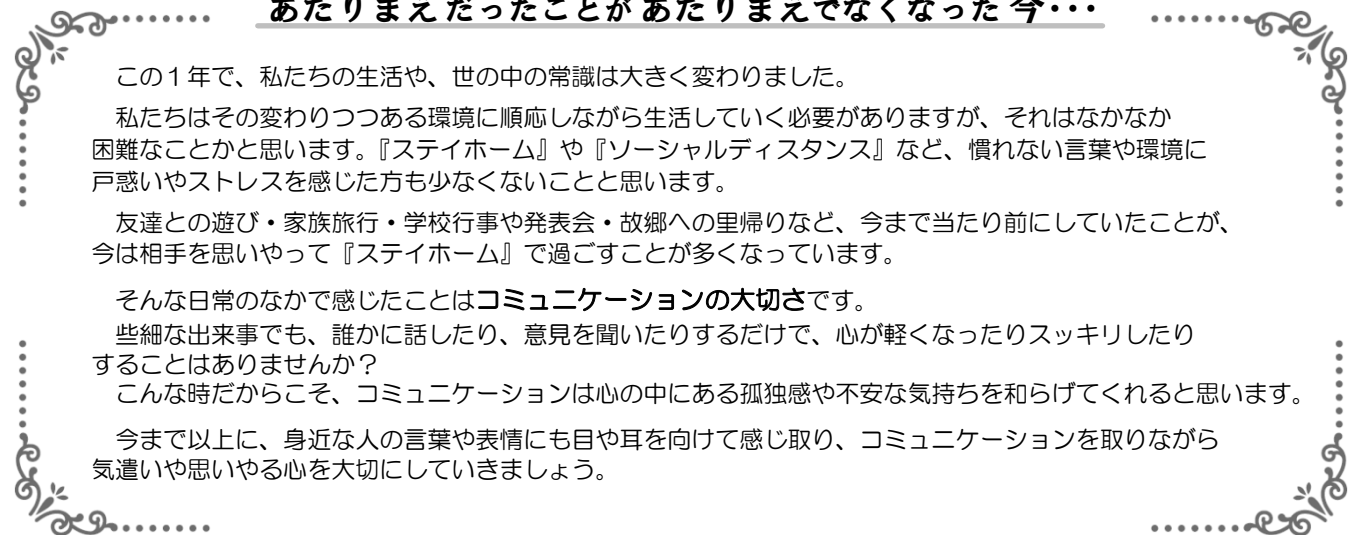
友達との遊び・家族旅行・学校行事や発表会・故郷への里帰りなど、今まで当たり前に行っていたことが、今は相手を思いやって『ステイホーム』で過ごすことが多くなっています。

そんな日常のなかで感じたことはコミュニケーションの大切さです。

些細な出来事でも、誰かに話したり、意見を聞いたりするだけで、心が軽くなったりスッキリしたりすることはありませんか？

こんな時だからこそ、コミュニケーションは心の中にある孤独感や不安な気持ちを和らげてくれると思います。

今まで以上に、身近な人の言葉や表情にも目や耳を向けて感じ取り、コミュニケーションを取りながら気遣いや思いやる心を大切にしていきたいと思います。



思い込みが差別につながらないように・・・

「わたしの『ふつう』と、  
あなたの『ふつう』はちがう。  
それを、わたしたちの『ふつう』にしよう。」  
出典：愛知県県民文化局人権推進課『平成28年度人権啓発ポスター』より  
(<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/jinken/310111.html>)



『タンタンタンゴはパパふたり』  
文/ ジャスティン・リチャードソン & ピーター・パーネル  
絵/ ヘンリー・コール  
訳/ 尾辻かな子、前田和男  
(ポット出版、2008年)

人を好きになる感情は、自ら選ぶものではなく、気付くものです。実際にあった家族のおはなしに、親子でふれてみてはいかがでしょうか。

「男の子らしさ」「女の子らしさ」という言葉に違和感はありませんか？

「性別違和」を感じ始めるのは小学校入学前が多く、自分の「性的指向」に気付き始めるのが思春期の頃が多いというデータがあります。

「違う」のはお互い様です。全ての人々が当事者だととらえ、違いを受け入れ生かしていきましょう。

(参考：小山市教育委員会 生涯学習課 人権教育係 『さわやか人権学習会』資料)

## おうち時間を楽しみましょう！ お料理コーナー

### <お部屋でたこ焼きパーティー>



- ・お楽しみ たこ焼き  
ホットケーキミックス  
(市販の材料)で生地を作る。  
→プレートに流し込む  
→好きな材料を入れる
- ・たこ焼き  
お好み焼きの生地を作る。  
→プレートに流し込む  
→ぶつ切りタコを入れる
- ・ソーセージ(輪切り)・チーズ  
(さいころ)・もち(さいころ)・  
チョコレート…など

### <お庭でバーベキュー>

- ・とりのアルミホイル焼き(4人分)  
とり肉……200g(一口大に切る)、  
ねぎ(輪切り)……………1/4本、  
ニンジンのすりおろし……1/2本、  
【調味料】酒大さじ1・チーズ大さじ3・塩コショウ適量・  
しょうゆ大さじ1  
を混ぜ、4等分にしてアルミホイルに包んで焼く。

- ・トーストピザ  
ホイルの上に8枚切りの  
トーストをのせ、  
ケチャップをぬり、  
上にソーセージ(輪切り)・  
チーズをのせて、焼く。

- ・焼きマシュマロ  
マシュマロを火にあぶる。  
そのまま食べたり、  
クラッカーに板チョコと一緒に  
はさんで食べる。  
※やけどに注意



あきっぽい = 好奇心が旺盛？



# リフレーミング (Reframing) をやってみよう!

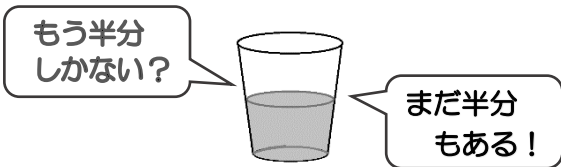
リフレーミングとは・・・

ある枠組み (=フレーム, frame) でとらえられている物事を、違う枠組みでとらえなおすことです。

例えば子どもに対する見方として、「うちの子は飽きっぽいなあ…」と置いていらっしやる保護者の方、「うちの子は好奇心が旺盛な子!」と考えてみてください。

長所と短所は表裏一体です。

子育てに気持ちのゆとりが生まれるとともに、子どもの新しい一面、良いところが見つかります。さっそくやってみましょう!



## リフレーミング一覧

※言いかえたい語は50音順に並んでいます。

言いかえたい語	リフレーミング	言いかえたい語	リフレーミング	言いかえたい語	リフレーミング
甘えん坊	人にかわいがられる	おとなしい・	おだやかな・	消極的な	ひかえめな
飽きっぽい	好奇心旺盛・ 興味が広い	無口な 変わっている	人の話を聞く 個性的な	だらしない・ 面倒くさがる	おおらかな
意見が言えない	争いを好まない	がんこな	意志が強い・ 信念がある	調子にのりやすい	雰囲気明るくする
うるさい・ さわがしい	明るい・活発な・ 元気がいい	気が弱い	人を大切にできる	つめたい	知的な・冷静な
おこりっぽい・ 短気な	情熱的な・ 感受性豊かな	口がきつい 口下手な	率直な うそのつけない	一人になりがち	自立した・独立心がある
おっとりした・ のんびりとした	細かいことにこだ わらない	自分がない・ 人に合わせる	協調性のある	周りを気にする 負けず嫌い	心配りができる 向上心がある

おうち時間が増えて、子どもと一緒に過ごす時間も増えたことと思います。子どもの声を「うるさいなあ」から「にぎやかだなあ」に変換してみましょう。いつものおうち時間の感じ方がきっと違ってきますよ。



### 子育ての悩み聞きます! 「おしゃべり会」

毎月第3火曜日午前11時

小山第一小学校北校舎1階子どもふれあい教室

小山市教育委員会生涯学習課

～令和3年4月：22-9666

令和3年5月～：22-9665

### 小山市青少年相談室

(小山市教育委員会生涯学習課)

幼児から20歳までのお子様の教育・子育てなどの心配ごとについて、お子様自身や保護者の皆様をご相談できます。

◇面接相談【要予約】

25-4002 (月～金9時～17時)

◇電話相談

25-4006 (月～日10時～17時)

★家庭教育支援チーム・親学習プログラム等についてのお問い合わせ  
小山市教育委員会 生涯学習課 TEL0285-22-9665