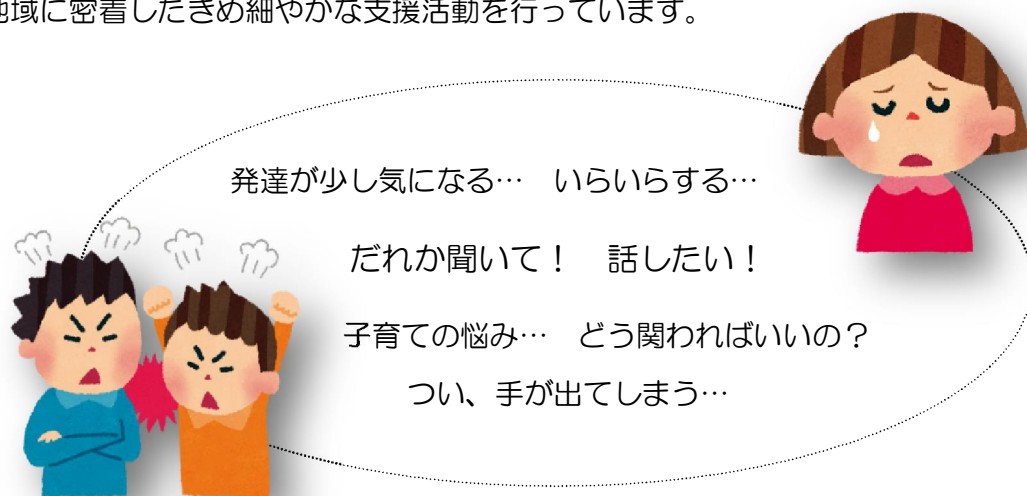


* オリーブってどんなところ? ...

児童家庭支援センター「オリーブ」は、子どもと家庭に関する問題について相談に応じる児童福祉施設です。地域に密着したきめ細やかな支援活動を行っています。



発達が少し気になる... いらいらする...

だれか聞いて! 話したい!

子育ての悩み... どう関わればいいのか?

つい、手がでてしまう...

~ひとりで悩まないで...家庭のこと、子どものこと、一緒に考えませんか~

- 電話相談・来所相談・訪問相談
 - 相談料無料
 - 秘密厳守
- 必要に応じて臨床心理士によるカウンセリングも行っていきます。

*千葉県から委託を受けている第2種社会福祉事業です。

月・水・木・金・日 9:00~18:00 (祝日も開設)
〒270-0011 松戸市根木内 145 (晴香園内2F)
TEL047-340-1151・1153

編集後記

9月です。秋号をお届けします。

秋と言えば「秋の子」「すすきの中の子 一、二の三人」から始まるサトウハチロー作詞の「秋の子」です。赤っぽいすすきの花穂が風になびく様が美しく、また1メートルを超すすすきの中から子どもたちの笑い声が聞こえてくるようで、好きな歌の一つです。この歌のすすきは1本2本ではなく群生だと思のですが、残念なことに近場ですすきの群生を見かけることが少なくなってきたように思われます。

すすきは半自然草地と呼ばれる環境を主な生育地としているそうです。

半自然草地とは採草草地や牧草地として利用するために、草刈りや火入れなど人が適度に干渉することで維持されてきた草地を指すようです。しかし草地は、住宅や道に姿を変え、あるいは放置されたためにその姿を保つことができなくなり、すすきの種は住み家を失っていったようです。

干渉しすぎも放任しすぎも上手くいかないのは人間だけではないと、「秋の子」を歌いながら思います。



オリーブの実 2016.秋号

発行 児童家庭支援センター オリーブ 松戸市根木内145

TEL 047-340-1151・1153

すてきな仲間

リオで行われたオリンピック・パラリンピックでは数々の感動や勇気を頂きました。皆さんは、どの場面が心に残っているでしょうか。

選手の方が今までどのようなモチベーションで取り組んで来たのか、調べてみると、内村航平選手の“金メダルにつながる思考編(自分)”に「僕は自分が演技をしているときに、空中にどの状態でどこにいるのかがわかります。多分子どもの頃からやっていたトランポリンで自然に身についたと思います」というコメントがありました。多くの人は内村選手のようにはいかないと思いますが、幼いころや学生時代に好きだったこと、得意だったことが活かされて、力につながっていることも一つの要因のようです。

“金メダルにつながる思考編(仲間)”では、「目標を実現する仲間(チーム)」その目標は具体的にいうと、内村選手が常に言葉にしてきた「団体で金」それを仲間と共に実現させたいと強い信念で考えていたそうです。

選手みんなで表彰台に立った時の内村選手の表情が、このことを意味していたのかと改めて、あの場面に感動しました。

ピンチの時にフォローし合える仲間、悲しみや苦しみを分かち合える仲間、喜び合える仲間を大切にしたいものです。

おやこDE広場 根木内こども館 の紹介



- おやこDE広場 (主に0歳から3歳までを対象)には大型遊具やおもちゃがあり自由に遊べます。また手遊びとお話し、絵本はじめのいっぽ、はあと音楽隊コンサート、音楽で遊ぼう(リトミック)、わらべうたの会などのイベントをしています。

★10月28日(金) 小金保健センターの0歳児を対象とした育児教室があります。栄養士さんのお話しもあります。(9:45受付開始~11:30)

- 根木内こども館 (小学生以上を対象)の行事は、映画会、パティシエ教室、工作クラブ、シングルマザー親子ランチ会、囲碁教室などを行っています。また小学生以上を対象とした読書コーナーもあります。



※日程等につきましては、広報まつどをご覧になるか、根木内こども館(047-315-2985)にお電話下さい。

こころのはんもっく

-- 落ち着くってだいじ --

子どもが突然、激怒し始めた、大声で泣き始めた、物を投げて足をバタバタさせている…

そんなとき、大人の心にどんな動きが起こるでしょうか。

自分(大人)の中の何かが切れて呼吸が上がリその行動をやめるように怒鳴る。体が緊張するような感じがして、子どものところへ行ってその行動が早く終わるように言葉をかける。いろいろなことが起こるかもしれませんね。子どもがとても信じられない言葉を投げつけてくることもあるかもしれません。

しかしそれは、子どもが自分の怒りの対処の仕方や、苛立ちの扱い方を知らないから起こることです。どんなにひどい言葉でも、大人のことを「いつも心から本気でそう思っているからではない」のです。その行動や言葉にとられず、子どもが今起こしている行動が落ち着くようにすると、落ち着いていない状況で話すよりも言い争いが少なくなり、話し合うことが出来ると思います。

i) 大人が落ち着く

まず、落ち着いていない子どもに接するためには、大人が落ち着く必要があります。大人が落ち着くために次の3つのこと、自分自身について知っておくことが大切です。

- 1、自分を怒らせる子どもの行動
- 2、自分の怒りのサイン
- 3、落ち着きを取り戻す方法

たとえば「店先でお菓子を買えと怒鳴られた時」など、自分を怒らせる子どもの行動をより具体的に知っておくことで同じ状況で落ち着きを保つことができます。また、その状況ではなくても先述したように怒りは「呼吸が上がる」「体が強張ってくるような感じがする」などの体の変化をもたらします。子どもへの対応を考える前に自分のサインを知っておくことで、そのサインが出た後どのように落ち着きを取り戻すかを考えることができます。たとえば「私の息が上がってきたら、子どもがいかにかいかに叫んでいようと、10をゆっくり数えて落ち着きを取り戻す方法に集中する」などです。

ii) 子どもが落ち着く

大人が落ち着いた後、子どもに落ち着いて話せるようにするにはどうしたらいいのかを考え、伝えます。子どもは落ち着きなさい!と言われてもなぜ落ち着かなければならないのか、落ち着くにはどうしたらいいのか分からないのです。落ち着き方を事前に、一緒に練習しておく、その場面になった時に思い出しやすくなります。

- 1、子どもが起こした行動そのまま「今お菓子を買えと怒鳴った」と伝える。
- 2、その後具体的にどうしたらいいのか「怒鳴っていて落ち着いて、あなたがしてほしいことを話さないようだから、そのイスに座って10数えて深呼吸して落ち着いて」などの方法を具体的に伝え、子どもが落ち着くまで待つ。
- 3、落ち着いたかは、名前を呼んでこちらを見られるか、小さく返事をするかなどで確認する。落ち着いていないようであれば、また声をかけると伝える。

この場合、落ち着く、ということに焦点を置きます。お菓子を買うか買わないか、あるいはなぜ怒っていたのかについては、落ち着かないと話ができません。ここで「そんな言い方をするならお菓子なんか買いません!なんでそんなことをいうの!!」と伝えると、よけいに場が混乱していくことになります。難しい場面ではありますが、親子で落ち着く練習をしていくことで着実によい関係の築きやすくなります。



～ 地域のイベント情報 ～

①松戸市立図書館&青少年会館共催企画 絵本で楽しく親子でおとな哲学・こども哲学

日時：10月29日(土曜) 13時30分から15時30分

対象：小学2年～6年生と保護者 12組

会場：松戸市立図書館子ども読書推進センター(研修室) 費用：無料

申込締切日：10月5日(水曜)

②親子で学ぶ夢科学～楽しく不思議な工作教室～

日時：10月22日(土曜) ①10時から12時 ②13時30分から15時30分

対象：①小学1年～3年生の親子 ②小学4年～6年生の親子 午前・午後各回15組

会場：松戸市青少年会館(美術室) 費用：300円

申込締切日：10月5日(水曜)

※①②は直接窓口(ハガキ持参)または「往復ハガキ」に、住所・氏名(ふりがな)・性別・学校名学年、電話番号・返信用あて名を記入して、〒270-0035 松戸市新松戸南2-2 青少年会館へ

③柏市おはなし会S' わくわく人形劇まつり

日時：10月23日(日曜) 10時30分から14時40分

内容：わくわくドキドキの人形劇やパネルシアター、工作や高校生の読み聞かせ等

会場：柏市中央公民館全館(教育福祉会館) 費用：無料



～ オレンジリボンキャンペーン・パープルリボンキャンペーン～

松戸市では地域社会全体で協働して子ども虐待の未然防止や早期発見、また女性への暴力の根絶に取り組むことを目指してこの活動を展開します。

- 街頭啓発活動 日時：10/1(土) 10:00～15:00 (雨天決行)
場所：松戸まつり 松戸駅西口デッキ 上テント
*オリーブも参加します

☆～☆～☆～ 心理的虐待の増加 ～☆～☆～☆

全国の児童相談所が2015年度に対応した児童虐待は初めて10万件を超えた。暴言や脅しによる「心理的虐待」が目立って増え、全体の半数近い。統計を取り始めた1990年度から25年連続で過去最多を更新し、10万3260件となった。(厚生労働省8月4日速報値) 暴言や脅しなどで子どもの心を傷つける「心理的虐待」が4万8693件(前年度比9918件増)で、全体の47.2%(14年度は43.6%)を占めた。子どもの目の前で家族に暴力をふるう「面前DV(家庭内暴力)」が心理的虐待として警察から通告されるケースが増えたという。