

おかや子育て憲章制定20周年記念講演会 総括

日 時：令和4年8月20日（土）午後1時30分～3時30分
 場 所：カノラホール小ホール
 講 師：真生会富山病院 心療内科部長 明橋 大二先生
 演 題：子育てハッピーアドバイス～子育てがラクになるコツ教えます～

【講演の内容】

今の子どもをめぐる問題（引きこもり、非行、自殺など）の根元は、「自己肯定感の極端な低さ」。自己肯定感は子どもの心の成長の土台であり、「自分は大切な人間なんだ」という気持ちで育まれる。自己肯定感が育まれる時期は0歳から3歳だが、3歳を過ぎても手遅れではない。いくつになってもやり直しはできる。

自己肯定感を育てるには、子どもの甘えを受け止めることが大事。十分に甘えた子は安心感を持ち、それが自立につながる。抱っこなど子どもの情緒的な要求に応える「甘えさせる」ことが重要であり、おもちゃなどの物やお金など物質的な要求に言われるがままに応じる「甘やかす」とは違う。特別なことは必要ではなく、炊事・洗濯など当たり前の日々の世話をすることで大事にされていると子どもなりにわかる。実践として、スキンシップ、話を聞く、褒める、叱る、「ありがとう」を言うなど。子どもにキレてしまうこともあるかもしれないが、それだけ子育てを頑張っている証拠。肩の力を抜いて、子どもがすでに持っているいいところに注目してほしい。

【アンケート結果】

- 性別：女性74名・男性27名 計101名
- 住所：岡谷市87名 下諏訪町4名 諏訪市4名 辰野町1名 その他3名
- 年齢：20代 5名 30代 25名 40代 37名 50代 11名
60代10名 70代以上11名
- 該当区分：現在子育て中60名 地域で子育てに関わっている16名
教育関係者 13名 その他15名
- 何で知ったか：ちらし50名 広報おかや27名 新聞4名
シルキーチャンネル1名 その他15名
- 内容：大変良かった78名 良かった10名

<感想（抜粋）>

- ・明橋先生の本を読み、先生の言葉を心に留めながら子育てをしてきました。今日の講演を聞いて、先生の本との出会いが私の子育てを変えてくれたと強く感じました。今後の子育ても頑張れそうです。（40代 女性）
- ・先生の言葉一つ一つが胸に届き涙が出ました。日々考えていること（勉強・しつけ・子どもの性格…）安心してのぞむことができそうです。（30代 女性）
- ・「子育てがこんなに大変だと思わなかった」と、2歳半の娘を育てていて思っていました。つついできていないところに目がいき、怒ってしまう自分に嫌気がさしていました。良いところを見つけるとか、子どもらしく生きる姿をほめてあげられたらと思いました。もっと早くこの話を聞いていたらよかったです。（30代 男性）