

子育ての合言葉「10秒の愛」連載

平成23年度「広報ことうら」に10秒の愛キャンペーンについて12回シリーズで連載し、子育てについて考えました。

* 子育ての合言葉「10秒の愛」①

子育て・孫育ては「10秒の愛」の取組みから

核家族化や共働き家庭の増加により親世代が忙しく、親子の語りや触れ合いの時間をもちにくい現状があります。「10秒の愛」とは、忙しい毎日の中で子どもとの触れ合いについて、10秒だけでも子どもと真剣に向き合おうという子育ての取組みです。日々の子育て・孫育てで「大切に思っている」「応援している」等、大人から子どもへの温かいメッセージを伝え続けることで、家族の絆を育む事を目指しています。

「10秒の愛」は普段の生活の中でそれぞれの家庭にあった形で実践して頂いています。「抱きしめる」「待つ」「話を聞いてあげる」「我慢する」など、子どもとの向き合い方は各家庭によって様々な形があります。真剣に向き合う姿勢を子どもに伝えられれば、10秒にこだわる必要はありません。家庭や地域で子どもとのあいさつや声かけを通して心に響くように意識し、伝えてあげることが「10秒の愛」につながります。

(広報ことうら2011.4)

* 子育ての合言葉「10秒の愛」②

みんなで子育て

10秒の愛の取組みの背景には、子どもを取り巻く環境の問題があります。夜型の生活や朝食を抜くなどの基本的な生活習慣の乱れ。体を動かす遊び、自然体験の不足。希薄な人間関係や周囲とのコミュニケーションの不足。そして自分が大切にされているかどうかの不安……。このような状況が不登校やニート、引きこもりなど、さまざまな社会問題につながるとも言われます。

こうした問題から子どもを守るために、家族の絆をもう一度考えてみるのが「10秒の愛」のねらいです。家庭が温かく安心できる居場所として存在し、家族の会話を増やすことができれば、親子のつながりが強まります。

子どもはもちろん、祖父母との会話も大切です。異年齢での子育て談義が、親や祖父母それぞれの立場の相互理解につながります。

また、地域ぐるみで家庭を育て、子育てを支援することも大切です。地域の大人が積極的に近所の子どもにあいさつや声かけをすることが、地域とのつながりを作ります。こうしてみんなで子育てを実践することで、子どもも「自分が大切にされている」ことが実感できます。

(広報ことうら2011.5)

* 子育ての合言葉「10秒の愛」③

自尊心を育むために

子どもたちを取り巻くさまざまな問題の中で、10秒の愛では特に「子どもたちの自尊心の低下」について重点的に考えています。日本人は国際的に見て自尊心が低いというデータもあります。10秒の愛で大切にしたい自尊心は他者との比較による優越性ではありません。欠点も含めて自分を好きに、大切に思い、同じように周囲の人を大切に思う気持ちです。

子どもたちの自尊心を伸ばすため、日々の子育てで我が子と接するときにサインを送ってあげることが大切です。「大切に思っている」「心配している」「あなたには良いところがたくさんある」などのサインを伝えることで「自分は大切な人間で、家族はもちろん、世の中や他の人にとって必要な人間だ」ということを子どもたちが実感することができます。

こうしたサインが伝わると、子どもたちの心が安定し、周囲にも優しくでき、将来の夢や希望を育むことにつながります。自尊心が「やる気」や「自信」を引き出すので
(広報ことうら2011.6)

* 子育ての合言葉「10秒の愛」④

子どもの発達に即し、一貫した教育の必要性

子どもの成長には個人差がある一方、発達の道筋や順序には共通して見られる特徴があり、それぞれの発達段階にふさわしい生活や活動を経験することが重要です。

乳児は、愛され、大切にされる事で情緒が安定し、人への信頼感を育んでいきます。幼児期には、こうした基本的信頼感をよりどころに周囲と関わることで、認識力や社会性を発達させ、食事や排せつ、睡眠といった基本的な生活習慣を獲得していきます。このため、大人からの愛着や子ども同士のふれあいが大切です。

小学校低学年の時期には、大人の言うことを守る中で、善悪についての理解と判断ができるようになります。集団や社会のルールを守る態度や、自然や美しいものに感動する心の育成を大切にしたいです。高学年になると体も大きく成長し、自己肯定感を持ち始める反面、発達の個人差も大きく、劣等感を持ちやすくなります。自己肯定感の育成や周囲への思いやりを育みたい時期です。

青年期には友人関係を重視し、親子のふれあいが不足しがちです。自分らしさに気づき、アイデンティティーを確立する時期と言えます。このような子どもの発達をふまえ、五年後、十年後を見据えた大人の関わり方が重要なのですね。(広報ことうら2011.7)

* 子育ての合言葉「10秒の愛」⑤

以西小学校の取り組み

以西小学校は、平成18年12月から町内で初めて“10秒の愛”キャンペーンに取り組み始めました。独自にシンボルマークも作成し、PTA活動の重点として位置づけています。

PTA教育懇談会でのテーマに取り上げ、保護者が実践交流や一行詩作りを行ったほか、各家庭で実践している“10秒の愛”について情報交換を行いました。また、児童も一行詩を作成し、校内に掲示することで啓発を図りました。さらに、校外フェンスに啓発用看板を取り付け、地域住民にもPRしたり、啓発用パンフレットの作成やPTA広報紙でもたびたび啓発を行ったりしてきました。

今年4月には“10秒の愛”の提唱者、仲島正教先生の講演会を開き、小学校だけでなく、保育園の保護者や地域住民も参加しました。仲島先生は親として、大人として、地域住民として、子どもたちに対していろいろな“10秒の愛のかけ方”があることや、子どもをしっかり受け止め、安心して帰ることができる家庭（地域）をつくることで、子どもは家庭、地域でしっかり伸びていくことを、ユーモアを交えながら熱く語られました。家族ぐるみ地域ぐるみで“10秒の愛”の取り組みがなされるよう、今年度もPTA活動の重点目標に掲げ活動しています。（広報ことうら2011.8）

* 子育ての合言葉「10秒の愛」⑥

劬保育園の取り組み

劬保育園では“子育ては「愛」を伝えることで「自尊感情」を育てること”を合言葉に、「10秒の愛」をキーワードに取り組みはじめてから5年目になります。

この実践を始めた当初は、何か特別なことをしなければ、という保護者の意識がありましたが、まず職員から積極的に実践の場を通して「あっお母さんそのことばかけ10秒の愛だね」とか「お父さんのその笑顔〇〇ちゃんうれしそう」など普段の何げないかわりが愛を伝えていることを意識づけていきました。

各家庭の実践、クリスマス手作りマスコット、園児の似顔絵と10秒の愛メッセージ卒園記念品、生活発表会保護者劇、啓発用パンフレットなど、園と家庭とのたくさんの取り組みがかけ橋となり「我が家流10秒の愛」へと定着しつつあります。

今年度も誕生会を重点的に一人ひとりの良さを認め、自分が大切な存在であると実感できる集いにして、自分が誕生したことを尊いと思い、感謝の気持ちを育てたいと思っています。そして「ぼくたち、わたしたちを生んでくれてありがとう」「生まれてきてくれてありがとう」のメッセージを子どもたちに伝えて、その様子を誕生会通信ですべての保護者に伝えています。

この取り組みがさらに深まり、親から子へ、子から親へ、そして周りの仲間・地域へと笑顔の輪が広がり「共同子育て」の喜びを共感していきたいと願っています。

（広報ことうら2011.9）

* 子育ての合言葉「10秒の愛」⑦

琴浦町全体での取り組み

10秒の愛について、学校や保育園での取り組みを紹介してきました。今月は琴浦町全体での取り組みを紹介します。琴浦町では「10秒の愛シンポジウム・講演会」を平成19年度から毎年行っています。講演では10秒の愛提唱者、仲島正教さんを講師に、笑いあり、涙ありのすばらしい講演を聴いています。毎年同じ講師なのですが、何度聴いても感じるものがある講演です。シンポジウムでは保護者や保育士などが登壇し、各家庭や学校、保育園での10秒の愛について話し合います。



このイベントでは、町内すべての保育園、幼稚園、小学校、中学校の保護者に参加を呼びかけています。0～15歳までの子を持つ保護者・教職員、地域の方が一同に集まこのたび、琴浦10秒の愛キャンペーンのロゴマークが完成しました。10秒の愛による温かい心の絆で育まれた子どもたちは、無限の可能性の芽をぐんぐん伸ばし、大きな花を咲かせてくれると信じています。この「無限の可能性の芽」を伸ばし続けるためにも、子どもたちに温かなメッセージを送り続けましょう。そんなイメージを、このロゴマークで表現し、「愛心・絆」を育むシンボルとしました。（広報ことら2011.10）

* 子育ての合言葉「10秒の愛」⑧

10秒の愛で子どもたちに変化が

このシリーズでは、10秒の愛キャンペーンのさまざまな取り組みを紹介してきました。今回はこのような取り組みによって子どもたちにどんな変化が期待できるのか考えてみたいと思います。

まず、子どもと向き合いしっかりと愛を伝えることが10秒の愛の取り組みでした。こうして愛をもらった子は、周囲にも同じように接することができるようになります。例えば、絵本を読んでもらった子が、弟に読んであげるようになりたり、大人にしっかりと話を聞いてもらうと今度はその子が友だちの話を聞くようになりたりします。愛をもらった子は周囲に愛をあげる子になるのです。

また、親の愛が伝わり、子どもが笑顔になると、親も笑顔になります。こうして実践してみると、子どものためだけでなく、親自身の生活に変化が生まれてきます。理解してもらうための伝え方を考え、子育てに対して、ゆとりやユーモア、余裕が生まれるのです。10秒の愛が1人に伝わればみんなに伝わるのですね。（広報ことら2011.11）

具体的に家庭で何をするの？

10秒の愛で大切にしている親子のふれあい。その“10秒”の使い方は家庭によっていろいろあります。それぞれの家庭に合ったやり方でふれあえるといいですね。今回はアンケートなどで聞いた家庭での実践例を紹介します。

- ・風呂の中で話を聞く
- ・毎日ギュって抱きしめる
- ・夜寝る前に一緒に絵本を読む
- ・朝家を出て、姿が見えなくなるまで見送る
- ・叱る前に一呼吸おいて、深呼吸
- ・笑顔で子どもに接する、笑いあう
- ・何を言いたいのかな？と待つ
- ・ケンカの後の仲直り
- ・宿題のわからないところを一緒にやってみる

このように一見あたりまえのようなことでも、しっかりと愛を伝えられれば特別なことをする必要はありません。10秒である必要もありません。少し立ち止まって子どもの心に染み入るようなふれあいを考えてみましょう。 (広報ことうら2011.12)

どこでも、いつでも、笑顔の絶えない町に

毎年開催している10秒の愛講演会・シンポジウムでは仲島正教さんに講演していただいています。そのサブタイトルは「優しさという温かい貯金」です。両親や周囲から優しくしてもらおうと温かい愛の貯金がたまっていきます。そして困難や、悲しいこと、トラブルなどに直面したとき、貯まった貯金で解決することができる。そんな考え方が「優しさという温かい貯金」です。

この温かい貯金は、実はいつでもどこでもできるのかもしれませんが。夫婦間でのコミュニケーション。職場の同僚との会話。街を歩いている時にかけられたさわやかなあいさつ。親子間のコミュニケーションだけでなく全ての人とのつながりに、10秒の愛は広がっていきます。

子どもの笑顔が家庭の笑顔に。そして職場や学校、さらには地域全体の笑顔。笑顔の絶えないまちづくりにつながる、地域全体の「優しさという温かい貯金」をしましょう。

(広報ことうら2012.1)

* 子育ての合言葉「10秒の愛」⑪

キャンペーンを実施して・・・

琴浦町で10秒の愛を実践してきた感想をアンケート調査などでまとめています。今回はその感想を紹介します。

保護者の感想

○以前は「こんな事があった！」と怒りながら話す子でしたが、今は嫌なことでも穏やかに相談してくるようになりました。聞く側も落ち着いて聞いてやると、いい時間になります。

○仕事から帰ると、まず子どもを抱きしめる。保育園の時から続けていて、子どもは少しずつ言葉使いが柔らかくなってきたように思います。

○日々仕事や生活に追われ、ついつい無意識に子どもや妻にあたったりするが、「10秒の愛」という言葉を思い出し、意識することで違った接し方ができる。

子どもの感想

○僕は10秒の愛でお母さんに話を聞いてもらいました。仕事中でも手を止めて話を聞いてくれます。そのときはとてもうれしかったです。

教職員の感想

○子ども達の心の安定が、落ちついた楽しい学校生活につながり、また、家庭の学校への関心が高く、協力を得ながら様々な教育活動に取り組むことができている。

○素直に自分を出して、職員に対してもスキンシップを上手に求めてきたり話しかけてくる。

○わがママを我慢できたり、譲り合えたりできる場面をよく見かける。

(広報ことうら2012.2)

* 子育ての合言葉「10秒の愛」⑫ (最終回)

子ども達の自己実現のために

子ども達が自己実現していくとき、それ以前に満たされないといけないう欲求がある、という説があります。まず「生理・基本欲求」があり、人が生きる上での食事・睡眠等の根源的な欲求です。それが満たされると安全に安心して生活をしたいという欲求が出てきます。ここまでは、家族など身近な存在との関わりの中で満たされるべき欲求といえます。



マズローの欲求階層説

そして、所属・愛情欲求。集団に属し、仲間から愛情を得たいという欲求です。寝食や安全が満たされると、誰かと関わり、所属感を満たすことを求めます。家族はもちろん、地域や学校等、様々な人との関わりで満たされる欲求といえます。

さらに、自尊欲求(承認欲求)が出てきます。所属だけでなく、自立した個人として尊重されたいという欲求です。最後に自己実現欲求です。自分の能力・可能性を最大限に引き出し、目標を持ち自己成長したいという欲求です。



子どもの周囲の全ての大人が真剣に関わりながら、子ども自身が自己実現にむけて成長する。10秒の愛のねらうところは最終的にはここにあるのではないのでしょうか。

(広報ことうら2012.3)