が無さ過ぎたのです。

とを確認させられています。

は経験を積んだ人が求められているこているか気になる」「仲良くできるか心

配」と感じる子どもも少なくない。

しと考え始めたこの夏。改めて、ここにぶりに会う仲間や友だちに「どう思われ

(友人関係)長期休みを挟むことで、久し

人間関係に不安を抱えている。

センター長あいさつ(藤藪庸一)

|活動を引きつぎ、今まで相談活動を続 けてきました。最初のころ、問題だった 歳で牧師となり、三段壁での自殺防止 相談を受けるようになりました。26 談員養成講座で学び、いのちの電話で 私 は 23 歳の時に、いのちの電話の相

のこのこ心理師から 保護者のみなさまへ

夏休み後半から気づいておきたいこと

だければと思います。気づきが心身の不調の予防やケアに繋がります。どうか無理のないようにしてください などちょっとしたすき間時間に、ご自身の心身の様子や変化を振り返る、気づく機会を意識的にもつことを心がけていた 毎日お疲れ様です。今年も厳しい暑さが続いており、体にも心にも非常にストレスがかかっています。起床時や就寝時

さて、子どもたちは夏休み真っ只中です | (家族関係)父親や母親と離れることを

嫌がる、分離不安が強まることも、

のしんどさやストレスを抱えている。 ◆一学期は我慢していたが、学校生活で

|のが自身の年齢でした。若すぎて経験ね。子どもたちの多くは夏休みは嬉しい らいました。栗田は精神保健福祉士制 保護者は「やっと夏休みが終わってくれ 度ができる前から、その道で活躍してる」とほっとしがちかと思います。 このことから、のこのこには、人生経じている方が多いのではないでしょうか。 ものであり、親にとっては大変なものと感 これから夏休み後半になると、多くの しかし、この夏休みの後半から夏休み明

験社会経験が豊かな方々に集まっても

いた人。中本は社会福祉士として、訪問

介護、ケアマネージャーの経験を積んで けにかけては、子どもたちにとって、一年 怖さ、しんどさがある んでいるなど。

生活が苦手、先生や友人との関係性に悩

学習についていくことが難しい、集団

◆本人も分からない漠然とした不安や

きた人。木村は教師として、園田は保育の中でも一番と言っていいほど、心の揺れ

士として、管理職も経験しているたた 動きが大きくなり、心身の調子に変化が

ちを言語化して返してあげる。 て「しんどいね」「心配だね」と気持

で、何をしてほしいか一緒に考え また、味方であることを伝える中 いて丁寧に聞く。 に、しんどさや抱えているものに など『~させる』ような促しの前 がる。学校に行かせる、勉強させる は子どもにとって大きな安心に戦





|○気づき、観察、寄り添い かける。また、子どもの反応に対し 気がなさそうだよ?」などと声を た際は「どうしたの?」「ちょっと元 るように、普段の様子やしんどいサ インを観察しておく。変化に気づい 【周りができるサポート、かかわり 方のボイント】 子どもの変化に気づくことができ





(通算27号)

専門分野、現場で培った経験と多方面◆「生活リズムの乱れによる心身の不調

援には、本来このような、包括的な対応 替えられずしんどい。

力が求められていると考えます。

私自身、世代交代の大切さを、ひしひ

に活かされています。児童・家庭への支 で、通常の学校生活リズムになかなか切り の関係機関との連携が、相談事業にフル 夏休み中は生活リズムが大きく崩れがち よって構成されています。

手前みそになりますが、それぞれの因(一例)

のこのこは、各分野のスペシャリストにたちが多くなる時期でもあります。

【夏休み明けに学校に行きたがらない要

して活躍している人たち。このように、行き渋りのような様態をあらわす子ども

また、『学校に行きたくない』と感じる、

様々な方面で、心理的援助の専門家と

き上げの人。心理師の森崎・田邊・西は見られると言われています。

- ・学校の話をすることを嫌がる
- ・急に元気や笑顔がなくなる、行動がいつもよりゆっくり
- ・朝起きられない、起きるのが普段より遅くなる
- ・泣くこと、甘えること、イライラすることなど情緒面での不安定
- ・体調不良(腹痛、頭痛、吐き気など)を訴えることが増える
- ・好きなこと、お気に入りのものにも無関心になる、楽しそうに遊 ばなくなる

○安心感、相談できる場の提供

小さな変化に気づいてくれること

る。(次頁に続く)



ように心がける

さを語ることができない子どもも多 かなか具体的にはっきりとしんど 信頼できる人や学校、 相談する、 かかわる側も一人で抱えすぎ 話を聞いてもらう。 相談機関な

であり、複雑に絡み合っていることが くなったりするのが当たり前で もも不安や緊張が高まったり、 っていただきたいです。 識しながら、子どもたちの様子や変化 ずつ生活リズムを整えていくことを意 休み明けが近づいてきた際には、 (保護者の皆様自身も含めて)を見守 子どもたちが抱えるしんどさは 長期休暇後というのは、 ŧ

らうことを大事にしてください

講演会と体験型セミナーの2種類の学習会を開催します

少なくありません。すぐに解決ができ

ないことも多いです。

くまのっ子児童家庭支援センターのこのこでは、今般、「公益財団法人 資生堂子ども財団」の助成を受けて、「の このこ子育てセミナー(I)(2)を開催します。セミナー(I)は通信本号3Pに、セミナー(2)は4Pにチラシを掲載して いますので是非ご覧ください。 のこのこ

今月号では、セミナー(I)の内容を紹介します。

ぎずに、相談すること、話を聞いても

が、保護者の皆様が一人で抱え込みす

そのためにも、繰り返しになります

ければと思います。

がしろにして、大人側の考え、価値観

どうか、子どもたちの気持ちをない

で動かそうとしないようにしていただ

【のこのこ子育てセミナー(I)】「不登校のこころ ―理解の大切さ―」

学校へ行けなくなってきた・・・。

どうしようと悩むお子さん、

どんな声掛けをしたらいいのだろうと悩む保護者や家族、

児童・生徒や家族に、どのような関わりを持てばいいのだろうと悩む先生、

関わる糸口を見出そうと悩む地域・関係機関のみなさん、

そんな時、少しでも現状を改善したいという思いでいっぱいになりながらも、どうしていいのかわからないと立ち止 まってしまいます。

そこで今回、38年の長きにわたって不登校児童生徒や保護者、教員等への相談 活動に取り組まれてきた、紀南地方の相談活動の先駆者である上野晃先生をお招 きします。

会では、「なぜ、こどもたちに不登校や困り感が生じるのか」「小学校や思春期の 時期のこころとは」「こころの成長とはどういうことか」を考えていきます。そして現状 を打開するために、「不登校のこころ~理解の大切さ」をわかりやすくお話ししてい ただきます。

上野先生と一緒に、不登校への関わり方について考え、学びませんか。

申し込みは3P、4Pのチラシに掲載しているQRコードか、下記URLより、 申し込みフォームに入り、必要事項をご記載の上、お申し込みください。

【のこのこ子育て支援セミナー(1)】「不登校のこころ ―理解の大切さ―」

日時;令和7年9月28日(日)13:30~15:30 会場;クオリティソフト新館(西牟婁郡白浜町中1701-3)

申し込フォーム URL

https://forms.gle/roz5gG65PYVbm3kv5

【のこのこ子育て支援セミナー(2)】 「リラクゼーションセミナー」

日時;令和7年10月19日(土)13:30~15:10 会場;白浜町立富田中学校柔剣道場(西牟婁郡白浜町栄320)

申し込フォーム URL

https://forms.gle/QtTBXKZvkBxjSJGL7



子育てセミ



チラシを掲載しています

通信今月号3P、



くまのっこ児童家庭支援センターのこのこのこのころころでである。 のこのこ子育てセミナー(1)



不登校 💇





2025 **9.28** ®

13:30-15:30

(受付13:00~)

■ 参加:先着50名/参加無料

対象:保護者及びその児童生徒、地域、教育、 福祉に関わっている方等どなたでも。

■ プログラム 13:30 開会

13:40 講演

15:10 質疑応答

15:30 閉会

■ 会場: INOVATION SPRINGS 株式会社クオリティソフト新館 会議室

〒649-2333 和歌山県西牟婁郡白浜町中1701-3



■ お申し込み

こちらのフォームよりお申し込みください。

https://forms.gle/roz5gG65PYVbm3kv5



学校へ行けなくなってきた・・・。

どうしようと悩むお子さん。どんな声掛けをしたらいいのだろうと 悩む保護者や家族。児童・生徒や家族に、どのような関わりを持 てばいいのだろうと悩む先生。関わる糸口を見出そうと悩む地域 ・関係機関のみなさん。そんな時、少しでも現状を改善したいと いう思いでいっぱいになりながらも、どうしていいのかわからない と立ち止まってしまいます。

そこで今回、38年の長きにわたって不登校児童生徒や保護者、 教員等への相談活動に取り組まれてきた、紀南地方の相談活動の 先駆者である上野晃先生をお招きします。

会では、「なぜ、こどもたちに不登校や困り感が生じるのか」「小学校や思春期の時期のこころとは」「こころの成長とはどういうことか」を考えていきます。そして現状を打開するために、「不登校のこころ〜理解の大切さ」をわかりやすくお話ししていただきます。上野先生と一緒に、不登校への関わり方について考え、学びませんか。



上野 晃 先生

昭和62年度より、和歌山県教育委員会教育相談主事として、紀南地方の小中高校生の不登校や登校に関する困りごとについて、多い時には年間200ケース、1200時間をこえるカウンセリングによる支援に取り組まれるともに後進の指導にも尽力されてきました。

元 和歌山県教育センター学びの丘所長

元 和歌山県立みはま支援学校長

現在 和歌山県教育委員会スクールカウンセラー(8年目)

■ お問い合わせ

くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ e-mail:nokonokojikasen@gmail.com

tel: 0739-45-8818

当日の連絡先:080-7896-2314

【主催】くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ 〒649-2211和歌山県西牟婁郡白浜町3300-19-2F

【後援】田辺市、白浜町、上富田町、すさみ町、田辺市教育委員会、白浜町教育委員会、上富田町教育委員会、すさみ町教育委員会

【助成】公益財団法人 資生堂子ども財団





くまのっこ児童家庭支援センターのこのこのこのころこのこ子育てセミナー(2)





心の安心と安定を体験する

ノラクゼーシ



13:30 - 15:10 (受付13:00~)

参加 先着30名/参加無料

※ ストレッチ体操などをできる服装でご参加ください。

対象 保護者及びその児童生徒、地域、教育、福祉 に関わっている方等どなたでも。

プログラム

13:30 開会

13:40 体験型セミナー

14:50 質疑応答

15:10 閉会

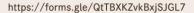
会場 白浜町立富田中学校 体育館2階柔剣道場

〒649-2332 和歌山県西牟婁郡白浜町栄320



お申し込み

こちらのフォームよりお申し込みください。





ストレス社会と呼ばれて久しい現代社会

こどもたちも、不登校やいじめの問題等によるストレスで、 メンタルに不調をきたすことも、珍しいことではなくなりま した。大人も同様です。

そこで、のこのこ子育てセミナー(2)は、こどもも大人も参加できるリラクゼーションセミナーを開きます。

心理学の「臨床動作法」という領域の考え方で、「からだを 緩める運動をすることで、同時にこころが緩まる」心理療 法があります。

今回のセミナーでは、実際に、臨床動作法を体験していた だき、心の安心と安全を体験する機会を持てればと考え ています。



森崎 雅好 先生

県臨床心理士会会長、公認心理師 高野山大学教授 千葉大学大学院 教育学研究科 学校教育専攻 教育心理学分野 修了



西真弘先生

臨床心理士、公認心理師 スクールカウンセラー 兵庫教育大学大学院 人間発達教育 専攻 臨床心理学コース修了

お問い合わせ

くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ e-mail:nokonokojikasen@gmail.com

tel: 0739-45-8818

当日の連絡先:080-7896-2314

【主催】くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ 〒649-2211和歌山県西牟婁郡白浜町3300-19-2F

【後援】田辺市、白浜町、上富田町、すさみ町、田辺市教育委員会、白浜町教育委員会、上富田町教育委員会、すさみ町教育委員会

【助成】公益財団法人 資生堂子ども財団





親子で放うに来ませんか~

今年は早い梅雨明けで、暑い日々がこれから長く続くことになります。子どもの背の高さや、 ベビーカーの高さは地面から近く、大人の体感温度よりも更に暑いと言われます。できるだけ日 陰で過ごせるようにしたり、保冷グッズを上手に活用したりしながら、健康に夏を乗り切りまし ょう。定期的な水分補給の声掛けも忘れずに!



親子ひろば

8月 25日 (月) 自由遊び・紙芝居など

9:30~11:00

のこのこ食堂(ぱの年齢のお子さんも 利用していただけます

8月18日(月) 開始時間11:00~

(親子 100円) ※大人一人増えるにつき+100円 (定員) 20組

親子リトミック

8月20日(水)10:00~10:40頃

(定員) 8組

申し込みが必要です(右のQRコードから) 動きやすい服装でお越しください







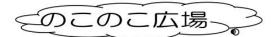
	8/25(月)	8/20(水)	8/18(月)				
内容	親子ひろば	親子リトミック	のこのこ食堂				
場	白浜バプテストキリスト教会						
所	白浜町 3137-9 (TEL 0739-45-8818)						

就学前の乳幼児とその保護者の方、妊婦さんも遊びに来てね。遊びながら、子育ての悩み等お話もできます。 教会での開催時(のこのこ食堂)は、はまゆう病院駐車場をご利用ください。

授乳スペース、おむつ替えスペースあります

18日は月1回の、のこのこ食堂の日です。食堂利用のみ予約が必要です。利用される方は 8月7日 17時00分までにご予約下さい。右のQRコード又は、電話にてご予約いただけます。 ※NPO 法人白浜レスキューネットワーク子ども食堂事業の一環として、のこのこ食堂を開催します。





くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ

TEL • FAX 0739-45-8818 連絡先











のこのこインスタ

G mail



By. O BD . By. O B D . B のこのこ広場のご案内

まだまだ暑さ厳しい毎日ですが、皆さん元気に過ごされていますか? 9月1日は防災の日です。1923年におきた関東大震災に由来します。最近は色々な災害が各地 で聞かれ、いつ自分たちの身に降りかかるかも分かりません。特に小さな子どもを連れての避 難は大変なもので、日ごろからの必要なものを備えることが大切になってきます。防災の日を きっかけに、家族で話し合ってみるのも良いですね。



親子ひろば 9:30~11:00

9月8日(月)

自由遊び・紙芝居など 9月22日(月)

..........

食堂はどの年齢の子ども さんにも利用していただ けます

9月16日(火) 開始 11:00~

(親子 100 円) ※大人一人増えるにつき+100 円 (定員) 20組

親子リトミック 定員

9月17日(水)10:00~10:40頃 申し込みが必要です(右のQRコードから) 動きやすい服装でお越しください

............



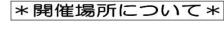
のびのびリトミック 9月4日(木) 10:00~11:00 頃

♡子どもさんの発達が気になっている保護者さん、 大勢のお友達がいる場所が苦手な子どもさんなど が対象です。詳しくはお問い合わせください。









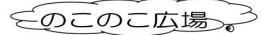


	9/8(月)・22(月)	9/4(木)	9/17(水)	9/16(火)		
内	親子ひろば	のびのび	親子リトミック	のこのこ食学		
容	祝丁ひつは	リトミック	祝丁リドミック	のとのと良宝		
場	白浜バプテストキリスト教会					
55	白浜町 3137-9					
所	(TEL 080-8889-0838)					

就学前の乳幼児とその保護者の方、妊婦さんも遊びに来てね。遊びながら子育ての悩み等お話もできます。 ***授乳スペース、おむつ替えスペースあります*** 駐車場は、はまゆう病院駐車場をご利用ください。

16日は月1回の、のこのこ食堂の日です。食堂利用は予約が必要です。利用される方は 9月 11日(木)17:00 までにご予約下さい。右の QR コード又は、電話にてご予約いただけます。 ※NPO 法人白浜レスキューネットワーク子ども食堂事業の一環として、のこのこ食堂を開催します。





くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ

TEL • FAX 0739-45-8818 連絡先









のこのこインスタ

G mail

のこのこ HP