



センター長あいさつ(藤敷庸二)

昨年、私たちは財政的な理由から、講演会や研修会などの企画を断念して相談支援活動に専念しました。結果、年間2500件を超える相談や相談に関わる関係機関との連携を数えました。本年度も同じようなペースでここまで推移しています。

今年は、やはり活動を広げていく意味でも、講演会や研修会、セミナーを、補助金の支援も得て計画しました。先日は上野晃先生をお招きして、当日は、お陰様で定員50名を超える参加者に恵まれました。日高地方や東牟婁地方からの参加もあり、私たちの活動が広がってきていることが感じられました。

そして、10月19日(日)富田中学校の体育館において、当センターの心理士2名を講師に、心身ともにほっと一息つける企画を考えています。日頃のストレスとの付き合い方、解消の方法として「動作法」を取り上げます。紹介・解説だけではなく、実際に動作法を体験してみるセミナーとなっています。改めてぜひ、みなさまのご参加をお待ちしています。

2025年も残り三カ月となりました。もう一度、私たちは活動の原点に返って、地域の必要、目の前の人の必要に応え、助け手となること。行政や学校の助けとなること。自助、共助、公助のつなぎ役になること。これらを再確認して、自分たちの存在意義を明確に打ち出していきたいと思っています。どうか、よろしく願います。



ご参加、ありがとうございました

このこでは、去る9月28日(日)午後、「子育てセミナー(一)不登校のこのこ理解の大切さ」を、白浜町中のクオリティソフト新館で開催いたしました。セミナーは、「資生堂子ども財団」の助成を受けて開催に漕ぎつけることができました。

当日は、定員50名を超えての会になりました。講師の上野晃先生のお話の概要を紹介いたします。

不登校とその背景の理解

不登校は、子どもが心の不安やストレスに直面しないために現れる。身体症状・精神症状・行動化と多面的に表出する。背景にある、心の状態を丁寧に見定めることが必要。無理な登校は症状抑制に過ぎない。根本理解が重要。

行動化と理解

行動化は心的ストレスを表出すること。家庭内暴力、いじめ、授業妨害等は社会的規範への攻撃・破壊の方向性を持ち、周囲に迷惑をかける。背景の心的状態の理解がない対処では再発しやすい。

学習空白への対処の理解

登校しなくても進級できる一方、学習空白が学習の遅れとなり、意欲が低下し、さらに学習をしなくなる循環に陥ることがある。学習介入は、専門職の助言を受けながら、子どもたちの心身状態に配慮し段階的に実施していく。「高熱のこどもに勉強を強いることはしない」という例えが参考になる。

保健室登校の事例からの理解

保健室を拠点に再登校が始まった事例。養護教諭と担任が日常生活支援と学習支援を提供し、安心安全な場を形成し、対人関係の練習を可能にし、最終的に教室復帰と学業向上につながった。

統計を参考にした不登校理解

学年が高くなるほど不登校の増加が全国的に確認され、とくに小学4年から伸びが大きくなる。小学6年から中学1年にかけて不登校は約1.6倍に増加している。

思春期・前思春期の理解

思春期は二次性徴の発現により大人の体へ成長する時期で、小学校高学年から高校卒業ころまで。直前に、前思春期が存在し、小学校中学年頃から始まる。近年、女兒の開始がやや早期化しているよう。

不定愁訴・情緒不安定の理解

不登校の上位事実(やる気低下、不安・抑うつ、生活リズム不調)は、二次性徴のホルモン変動と密接に関連する。身体の医学的異常がない場合でも心理・教育的支援が必要。保護者や教師がこの理解がない場合、叱責や誤解により子どもたちの不安・寂しさが増幅し、状態悪化につながる。

9歳・10歳の壁の理解

9歳頃までは、九九、漢字などの丸暗記に強く、学習内容も具体的な内容になっている。10歳以降は知識統合・思考力が高まることを想定した学習内容に移行するため、記憶ではなく、抽象概念(分数・割合等)理解が必要となり、【次頁に続く】



通信のこのこ
くまのつ子 児童家庭支援センター



令和7年10月号
(第7号) (通算29号)

運営者
特定非営利活動法人白浜レスキューネットワーク



【前頁から続く】勉強がわからない子が増える。

前思春期の自我の目覚めの理解

自我が目覚めると自分を客観視し、他者を意識し比較する能力が発達する。これにより学力差を実感し、劣等感が生じ、学習場面に座っていない、授業中の立ち歩きなどの行動が増える。学力保障の介入が行動改善に有効である。

自己肯定感の理解

自己肯定感は『私はこれでいいや』『自分が好きだ』という感覚であり、小学4年生が最も高く、その後年々低下していく。低下は、他者の意見を素直に聞けない、物事を否定的に受け止めやすいなどを生じさせる。人間関係のトラブルやいじめの増加につながる。

前思春期の子どもへの理解

自分と他者の違いを感じ始める・心理的に親から離れ始め、不安や寂しさが高まる。

・寂しさ・不安が高まり、仲間を求めて集団化する。友だち関係のトラブルも生じるようになる。

・女兒は、特定の子との親密な関係を求めやすく、他の子を排除する行為が始まりやすい。

・やがて、集団全体のために個人欲求を抑える協調性が芽生える。一方、衝動性・多動性が強い子は集団

規律に合わせにくく、トラブル発生や攻撃対象になりやすい。

・現在の認知が過去の意味づけや未来の感じ方に影響するようになる。

・将来への予期が今の負担になり、今がしんどくなりやすい。

・知識と経験を組み合わせる考え方がつき、子どもらしいファンタジーのような、万能感が低下する。

前思春期 思春期の理解のまとめ

心身バランス変化、学習難度上昇、現実認識、親離れ、自他比較による自己肯定感低下、集団化による人間関係悩み、思春期の自分探しが重なる時期で精神的ストレスが強い。いわゆる疾風怒濤の時期。

前思春期 思春期の支援の原則

多要因が同時に重なり、子どもは「生きるのがしんどい」体験をする。大人は知識と見守りで心情（こころ）を理解し、適正なタイミングで適正な支援を提供する。

・学校内外の専門資源にアクセス
・保護者・教員への支援ルート整備
・症状の背後の心情見立てを優先
・過剰な抑制や即時解決志向を避ける

・適正な時期・方法で支援する
・心理・発達検査を含む専門的評価
・上記、支援計画を家庭・学校・専門家が連携して作成・実施する必要がある。

セミナー（1）にご参加してくださったみなさま、感想のご提出ありがとうございました。通信11月号でセミナー（2）の感想と一緒に、紹介させていただきます。

子育てセミナー（2）、申し込みお待ちしております

【このこ子育てセミナー（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）

申し込みフォーム URL <https://forms.gle/QtTBXKZvkBxjSJGL7>



セミナー講師にインタビューをしました

子育てセミナー（2）は、森崎雅好さんと西真弘さんによるリラクゼーションセミナーを開講します。当日は、臨床動作法という臨床心理学の領域の体験型セッションになります。今回は、講師の一人の森崎さんに、セミナーについてインタビューを実施しました。

動作法を体験すると、日常生活でどのような活用方法がありますか？

■親子での参加、家庭で活用

・親子で互いの身体に触れ合うことでスキンシップを深め、親子であるという感覚を再認識する機会になります。

・身体的な特徴の類似性に気づき、互いの身体への理解を深めることを狙いとしています。

■学校や職場での活用

・学校の教室や保健室、職場で同僚と手軽にリラクセスするための簡単な方法をお示しします。

■災害時の活用

・災害時など急激なストレスがかかる状況でも、すぐに身体の緊張を緩めることができる手軽な方法を伝えることができます。

セミナーの目的は何ですか？

・日々の忙しさに忘れがちな自分の身体に意識を向け、気づきを得てもらうことです。

・身体のメンテナンスを行うことで、本来の楽な状態を体感し、自然と自信や安心感が湧くようになることを願っています。

・最終的には、参加者が「そんなに焦らなくても良い」「リラクセスしている」と感じられるようになることを目指しています。

動作法を簡単に説明すると？

・生活の中で無意識に生じる身体の緊張を意識的に緩めることを目的としています。

・人は頑張ったり緊張したりすることで筋肉が緊張し、疲労が蓄積しますが、この手法で本来の凝りのない状態に戻すことを目指します。

具体的な内容として、以下の3点が挙げられました。

・肩こりを緩める。
・首を緩め、360度しっかりと回せるようにする。
・足首を緩めることで、足裏全体で立つ感覚を得る。

リラクゼーションセミナー こころの安心と安全を体験する



くまのっこ児童家庭支援センターのこのこ
のこのこ子育てセミナー(2)

公益財団法人
資生堂子ども財団



心の安心と安定を体験する

リラクゼーション セミナー

2025 **10.19** (日)
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
に関わっている方などなたでも。

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。

<https://forms.gle/QtTBXKZvkBxjSJGL7>



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

くまのっこ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】くまのっこ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



今年のお月見は 10 月 6 日(月)です。お月見は「中秋の名月」を祝う行事で、収穫への感謝や豊作を祈る意味が込められています。お団子や秋のお野菜、果物を並べて、まん丸できれいなお月さまを子どもさんと見上げてみる時間も良いものですね。子どもはきっと「月より団子」になるでしょうが、それもまた家族の笑顔の時間となることでしょう。



親子ひろば
10月27日(月) 自由遊び・紙芝居など
9:30～11:00

のこのこ食堂
10月20日(月) 開始時間 11:00～
(親子 100 円) ※大人一人増えるにつき+100 円

どの年齢の子どもさんにも
利用していただけます

親子リトミック
10月15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



＊開催場所について＊

日	10/27(月)	10/15(水)	10/20(月)
内 容	親子ひろば	親子リトミック	のこのこ食堂
場 所	白浜バプテストキリスト教会 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

20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 10 月 16 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

連絡先 TEL・FAX 0739-45-8818



のこのこインスタ



のこのこ HP



G mail





夏の暑さはいつまで続くのかと思っていましたが、次第に朝夕の涼しさや、虫の音などから、秋の訪れを感じられるようになってきました。季節はゆっくりながらも進んでいますね。朝夕の寒暖差大きいので、体調には気を付けてお過ごしください。



11月の予定

親子ひろば

11月10日(月) 自由遊び・紙芝居など
9:30～11:00

親子リトミック (定員) 8組

11月19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



のこのこ食堂

11月17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

どの年齢の子どもさんにも
利用していただけます



のびのびリトミック (定員) 3組

11月6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。



* 開催場所について *



日	11/10(月)	11/6(木)	11/19(水)	11/17(月)
内 容	親子ひろば	のびのびリトミック	親子リトミック	のこのこ食堂
場 所	白浜バプテストキリスト教会 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 ***

17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
11月13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。



のこのこ広場

くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ

連絡先 TEL・FAX 0739-45-8818



のこのこインスタ



のこのこ HP



G mail

