

発行人：元中学教師 心理カウンセラー  
総合学習センター「創」代表

小 阪 冬 樹

連絡先：TEL・FAX 0868-36-2345 090-8246-2566 f04osaka@yahoo.co.jp HP：http://wwpsou.com/

みなさん、こんにちは、子育ての重要性と楽しさを各地でお話しをしている「子育てアドバイザーの冬ちゃん」です。先日5月28日に、地元奈義保育園の保護者の方に、お話をする機会をいただきましたので、概略を報告いたします。

## 奈義保育園で子育て講座をさせていただきました。

右の写真は、講演会終了後の写真です。なんだか皆さん、楽しそうですね。

子育ての楽しさを再発見し、そのやりがいと大切さに気がつかれた方が多かったのかも知れませんね。この日、今、まさに子育て奮闘中の保護者の方へ、お伝えした内容の概略は以下の通りです。

①子育てを楽しみ、子育てを通して、  
一生学び、成長し続けよう。

②どんな子に育てたいか考えるワーク。

- ・どんな小学1年生に育てたい？
- ・どんな中学3年生に育てたい？
- ・どんん25歳に育てたい？

③高校生の意識調査。(日本、アメリカ、  
中国、韓国)

- ・えっ、日本はどうして、こんなに低いの？！  
自分には価値があると思っている高校生は？！



日本→36%、アメリカ→90%、中国→88%、韓国→75%

④日本の謙遜文化の問題点と対策。

⑤潜在意識の働きを意識した子育ての大切さ。

- ・那岐山を子育てに活かそう！！
- ・潜在意識からくり返し聞こえてくる言葉で大きく違う結果が・・・。

⑥自己尊重感を意識した子育ての大切さ。

- ・親の自己尊重感を高める取り組みをすると、自然に子どもの自己尊重感も高まる。
- ・万引きをするかしないかは何で決まるのか・・・

⑦子育ての基本中の基本 「私は、あなたを愛しています。なぜなら・・・。」

I love you because you are **No.1**. I love you because you are **平均以上**.

I love you because you are **YOU**.

私は、あなたを愛しています。なぜなら、あなたがあなただからです。

⑧スキンシップの重要性（スキンシップの少ない子どもの特徴）

⑨子育てで、絶対してはいけないこと（3つ）

⑩奈義町カレンダーの活用方法

【発達の記録や、嬉しかったことを記録して保存しよう】

【写真も何枚か貼り付けておくと、将来、子どもさんの宝物になりますよ】

- ・人間は3歳以下の記憶がありません。
- ・自分がかわいがられ愛されていたことを知るには、このような記録が必要です。
- ・誕生日などにこのカレンダーを見せて、その頃の話を話してあげると・・・。
- ・子どもは、親に愛されていると思っているほど、心の落ち着いたやる気のある子になります。
- ・子どもをほめる回数が多いほど、子どもは自己尊重感の高い子どもに育ちます。

⑪夫婦で協力して子育てする方法。（一緒に講演会を聴きに行きましょう。）

- ・子育て講演会などに両親のどちらかが参加すると、とても良い効果が現れます。
- ・夫婦で参加すると、二人が同じ気持ちになることができるので、家で説明する必要

がありません。帰ってすぐに、子育てに反映できますね。

これは、2倍どころの効果ではないと思いますよ。

3倍？ 5倍？ 私は10倍以上の効果があると思います。

## 追加講演会のお知らせ 6月15日（日） 7月12日（土）

私が、元中学校教師心理カウンセラーとして、現在子育て中の保護者の皆さんに是非お伝えしておきたい内容は、約10時間分以上あります。とても1時間20分ではしゃべりきれません。

そこで、追加子育て講演会を次のように計画しました。当日参加もOKですので、ご来場をお待ちしています。

### 第1回 小阪式 親子触れ合い体操をやってみよう 対象：親子

（簡単に親子の触れあいがどんどん深まって行きますよ。）

6月15日（日）	奈義町文化センター 2F 201	参加無料
13:30～15:00	小阪式親子触れ合い体操ワーク	
15:00～16:00	公開子育て相談	

小阪式親子体操の特徴

- ・簡単ですぐにできる。
- ・1歳～小学校高学年までできる。
- ・運動能力アップ確実
- ・親子の触れあいがどんどん深まる

### 第2回 奈義保育園で話せなかったとても重要なこと 対象：大人

7月12日 (土)

奈義町文化センター 2F 201

参加無料

9:30~11:00

演題：「やる気ある子どもに育てる簡単な7つの方法」

11:00~12:00

公開子育て相談

## 感想をたくさんいただきました 奈義保育園 講演会参加者より

★多くの経験を交えながらのお話だったので、参考になる内容が多かったです。最近、下の子が生まれ、上の子を怒りがちになってしまうのですが、今回のお話を胸に「叱る」「ほめる」を意識して子育てしようと改めて思いました。育児本も今まではあまり読んでいなかったのですが、乳児だけでなく幼児についての書籍も手に取って読んでみようと思うきっかけにもなりました。充実した1時間を過ごせました。

★すごくためになりました。実際には、2歳の子より、5歳の子の方で色々子育てに悩むことがあったので、帰ってさっそく試してみました。すると、すると、こんなにもすぐ効果がでるう？！！！！ってくらい、はっきり出て、驚きとともにうれしさで一杯です。(ˆoˆ) 簡単なことで、こんなに劇的に

変わるとは、まだまだ5歳でもやっぱり小さな子どもなんだなと、しみじみ思いました。ありがとうございました。6月15日もぜひ行きたいです。

★感謝カレンダーをさっそく実践してみました。書くことで、日々の振り返りにもなりましたし、何年後かに子どもが見た時に、どんな顔をするかな？と想像するととても楽しみです。また、どんな子どもになってほしいか考えはしていましたが、具体的な年齢で考えると、より、考えやすかったですし、そのために自分がどのようにしたらよいかも考えやすかったです。夫婦でも話し合いました。子育てが楽しくなる方法を、その日から実践できるものが多くとても素晴らしいお話をありがとうございました。ぜひ、他の内容もお聞きしたいと思いました。

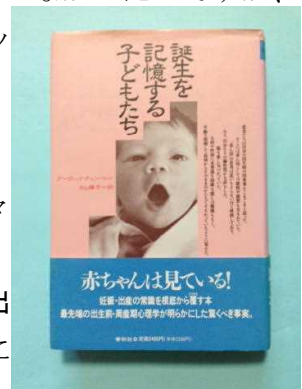
★日本は、謙遜文化だと言うことを教わり、たしかに私自身もほめられると

謙遜していると思った。それから、気をつけてはいるがマイナスの言葉をよく発しているの、少し気をつけようと思いました。

先生のお話は大変おもしろく、すんなり聞けました。

★日々の忙しさにまぎれて子どもにマイナスの言葉を言ったり、自分の感情まかせに怒ってしまうことが最近多々あったなあ今日の講演を聞き、少し反省しました。うちでは、きつく怒ってしまった日は、寝る前に子どもに

「今日はたくさん怒ってごめんね。」と謝り、毎日、寝る前には子どもにたいし、「母ちゃんは〇〇くんが大好きだよ。今日もありがとう。母ちゃん幸せだよ。おやすみ。」と、言うとき、子どもも「〇〇も幸せ。母ちゃんだいすきー」と、言ってくれ、子どもとそんな会話をしながら眠



りにつきます。

今日の講演を聞き、これからも寝る前のこの会話を続けていこうと強く思いました。先生から教えていただいた成長感謝カレンダーはじめてみようと思います。

今日は素敵な講演ありがとうございました。

★本日は、お忙しいところ、ご講義ありがとうございました。先生のお話を聞いて自分の今まで行ってきた育児を振り返り、間違いだらけだと気づかされました。「ほめること」「スキンシップ」本当に大切なことだと認識しながらも、つい感情的になり、先生が言われていた 子どもに絶対言ってはいけない言葉を涙をためながらいってしまったこともありました。子育てには、親としての成長も必要だし、忍耐力も必要だと思いました。親として、自分の足りないところが今後補っていけるよう私自身も変わりたいと思いました。



**写真は当日紹介した本です。【本を読む習慣 子どもはなんでもマネしますよ】**

★下の子に対しては、好きとか、かわいいとか言うのはかんたんに言えるけど、上の子には、あまり言うこともなくなり、もう少し意識して言わないといけないなと思った。お手伝いをしてもらうとよけいな手間や時間がかかるので、させることもあまりしていないが、それが原因でほめることもなくなるといわれて、もう少し色々させていかないといけないと思った。



★今日から謙遜文化をなおしていきたい。ありがとうを心掛ける。自分もほめる、子供もほめる、夫もほめていこうと思う。大好きチューをしていこう！

★今後の子育てに役立てていきたい事が沢山ありました。つい忙しさにかまけて子供を傷付ける言葉を投げかけてしまって失敗した経験が多々あり、

今日これから子供たちに愛を持って子育てを楽しんでしていきたいと思います。

子供を変えるのではなく自分が変わらないといけないなと思い知らされました。自信に満ちあふれた子供を育てたいです！！



★子どもに 大好きだよ♡ という気持ちを言葉やスキンシップで伝えて、心の「自信の水」を満たしてあげたいです。ものの言い方ひとつで子どもは変わるので、肯定的な言葉で、将来の芽をつまないように、価値のある人間だと思えるようにしたいと思います。小学3年、5年の子どもが今あまり言うことをきかないので、愛していることを伝えていきます。

★こどもに対する接し方、話し方、とても参考になりました。

2歳の時、イヤイヤ期がありました。毎日悩んでた時もありましたが、今ではイヤイヤが少なくなったように思います。今では好奇心たっぷりで保育園の散歩で見つけた物を持って帰ってきます。変な石？物も（笑）

「良いこと」だということが分かりました！これからの生活に取り入れてみたいと思います。話し方、とても気をつけます！！カレンダー書きます！

★自己尊重感をしっかりと持つ事ができるようにしっかりほめて、ラブラブハッピーなスキンシップを1日1回はするように意識してやってみたいと思いました。厳しい事を言って、鍛えるというやり方も必要と思っていますが、それもしっかりと心が満たされていて、自己肯定感があってこそ厳しい言葉も受けとめられるのかなと感じました。

★前半の大人数で子どもと一緒に運動する場面では、いつもとちがった雰囲気楽しく過ごしました。子どもは、家でより、よく言うことを聞いているようでした。（素直な感じ・・・）講演会は、ためになるお話でした。とりあえず、子どもをほめて、夏休みに那岐山に登ります。

★とても楽しい1時間であつという間でした。

頭ではわかっている「ダメ！」「早くしなさい！」「何でできないの！」と、つい言ってしまっている自分がいることに改めて気づかされました。

お話を聞いてからは、できるだけ褒める事、頭ごなしに怒らないように意識するようにしています。（もちろん、朝や忙しい時は、つい口に出してしまいます。）でも、毎日一度は怒られて泣いていましたが、それは無くなったので効果は出ていると実感しています。貴重なお話を本当にありがとうございました。

