



## 子育てフォーラム青木2017

昨年11月25日（土）に行われた子育てフォーラムでの講演会と分科会の様子をお伝えします。



### 講演会「子どもの心に寄り添うために ～あなたは大切な人だよ～」(抜粋)

講師 矢島 宏美さん

NPO 法人 子ども・人権・エンパワメント CAP ながの代表  
長野県教育委員

CAPですが、これは「Child Assault Prevention」の頭文字で「子どもへの暴力防止プログラム」を意味しています。子どもがいじめ、誘拐、体罰、性暴力、虐待などのあらゆる暴力に遭いそうになった時に、子ども自身で何ができるかを、劇を通して子ども達と一緒に考えていく活動をしています。授業時間に担任の先生同席のもとワークショップを行っています。事前に教職員ワークショップ、保護者や地域の方へのワークショップも実施しています。保育園、幼稚園、小中学校、高校、大学、養護学校、児童養護施設の他、人権委員さんや要保護児童対策地域協議会などの専門的な方にもさせていただいています。私は常に「100%子どもの側に立つ」という信念と、「子どもの声なき声の代弁者になりたい」という思いで活動をしています。

3月に松戸市で起きた小学校3年生の女の子が誘拐・殺害され、容疑者が保護者会長だったという事件を



覚えていらっしゃるでしょうか。このニュースを聞いて皆さんはどうお感じになったでしょうか。「怖い」「不安」「誰を信じたらいいのか」「子どもに何て言ったらいいのだろう」などと感じられた方が多いと思います。大人が不安になるとそれは子どもに伝染していきます。また不安が増えれば規制が増えていきます。「一人では歩かないように」「〇〇は通らないように」「知らない人に話かけられても話してはいけません」などです。しかしどうしても近所の

公園から一人で帰らなければならなくなったりすることも時にはあるでしょう。そんな時に痴漢にあっってしまった場合、子どもは「一人で歩いていた自分が悪いんだ」と思い込み、声を上げられなくなってしまうのです。そういうことが増えていくと被害はどんどん拡大していきます。いじめも同じことです。CAP では、子ども自身に自分を守る力があると信じています。監視を厳しくするのではなく、万が一、子どもが暴力にあった時、自分の身を守ることはできるんだよ、と伝えています。大人は不安を伝染させるのではなく、勇気を伝染させて欲しいと思っています。

CAP の活動ではワークショップの後にトークタイムという、話しをしたい子どもが私たちのところに来て 1 対 1 で話しをする時間があります。その時の話をしたいと思います。

お友だちと上手にコミュニケーションが取りにくいお子さんが、私のところに話に来てくれました。その子は、お母さんがお父さんに殴られて家の外で泣いているということ、そして自分もお母さんに叩かれることがあると話してくれました。親の暴力を見て育っている子どもは自分が暴力を受けていなくても心理的な虐待を受けています。暴力は人の力を削いでいきます。親からストレスを受けていると、もうダメだという気持ちになり、力が削がれ、だんだん孤立していきます。母親も力が削がれると、子どもに自尊感情を育てるような関わりができにくくなっていきます。また DV を日常的に目撃している子どもは、目で見ただけを認識する脳の視野角の一部が委縮する傾向があることがわかっています。集中力や行動力に影響のある部分でもあります。11 歳から 13 歳の思春期は脳がもっとも影響を受けやすい年齢と言われています。

平成 28 年に全国の児童相談所に寄せられた虐待の相談件数は 12 万 2,575 件でした。一日に換算すると約 335 件ですが、児童相談所に上がってきたものだけですので実際にはもっと多い可能性があります。そして DV 目撃などの心理的虐待が増加しています。父母間だけでなく祖父母間や嫁姑の間などにもあります。「どっちについていいかわからない」「みんな仲良くなってもらいたい」と子どもは思っています。子どもにとって家族は誰でも大切な存在なのです。「おじいちゃんがおばあちゃんを殴っている。二人だけにすると心配だから学校へは行かれない」と話してくれた子どももいました。また、「お父さんとお母さんがいつも喧嘩をしている。やめてくれない。寂しい」という子どももいましたが、その子はいくら注意しても万引きをやめられない子どもでした。また、「小さい頃、暴力を受けたり家の外に出されたりしたことがあった。父と母が喧嘩をしているのを見て自分が悪いことをしたのかと今でも思うことがある。CAP の話を聞いてすごく楽になりました。涙が出ました」と書いてくれた子どももいました。その子は学校でいじめを受けていました。

このように不登校や、万引き、いじめに向かう力を削がれ友達とうまく関われなくなってしまった子どもたち。その陰に大人の暴力がある可能性も忘れて欲しいと思います。子どもは大人が喧嘩をしているのを見ると、まず自分が悪いと思います。自分がいい子じゃなかったからいけない、お母さんを守れなかった、と自分を責めることも多いです。子どもは悪くないということを伝えて欲しいと思います。子どもは自分が悪くないと思った時に周りに話せるようになります。



それから親は一生懸命子育てをしています。でも一人で孤立している親も多いです。自分のことを分かってもらえず不安で我慢していると弱い立場の子どもに当たってしまうことにもなります。そんな孤立した親を作らないためにも、地域の皆さん一人ひとりが挨拶や大丈夫？というような温かな眼差しと声かけを是非していただきたいと思います。

体罰も大人が思っている以上に子どもに大きなダメージを与えています。親は子どものためという思いで体罰をしているかと思いますが、子どもは実際にはどう感じているのでしょうか。「親から叩かれたことで感じたものは愛なんて美しいものではなかったです。今でも心の傷は残っています。」と書いてくれた子どもがいました。ある調査で、3歳半の時にお尻をたたくなどの体罰の有無が5歳半に成長した時の行動にどのような影響を及ぼすか、ということ調べたものがあります。5歳半の時に「落ち着いて話を聞くことができない」の割合が、叩かれた子どもはそうでない子に比べて約1.6倍、また「約束を守れない」割合は約1.5倍になるなど、問題行動のリスクが高いことがわかりました。体罰を受けた子どもの前頭葉は受けない子どもに比べ最大約19%縮んでいるという報告もあります。子どもが納得できるような伝え方をすると子どもは幸せだろうな、と思います。

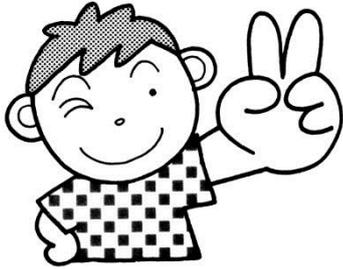


性暴力についてお話しします。長野県でも「子どもを性被害から守る条例」ができました。皆さんはもしかしたら性暴力は身近なところでは起きていない特別なものだと感じていらっしゃるかもしれませんが、私たちは実際に、保育園幼稚園くらいの小さな子ども達から大きな子ども達まで、本当に多くの性暴力の被害者・加害者に出会っています。

私たち大人は子どもが痴漢にあった時、「そんな恰好をしているから」「夜遅く一人で歩いているから」と思いがちではないでしょうか。実は警察庁で性犯罪容疑者（加害者）に、なぜその被害者を狙ったのか、という質問をしたところ、「挑発的な服装をしていたから、露出度の高い服を着ていたから」は5%でした。「大人しそうで抵抗されないと考えた、誰にも相談しないと」が93%でした。つまり服装ではなく、発覚しなさそうな子を狙っているということです。

そして本当に残念なことなのですが、加害者の多くは被害者と面識のある人が多いということです。長野県に2016年7月に設立された性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」には8か月で70件の相談がありましたが、約83%が面識のある人からの性暴力でした。ですから、暗い夜道の一人歩きだけではなく、身近な人からの暴力もあるということを知っておく必要があります。

自分に起きたことを表現できない子どもは大勢います。言葉を知らなければ声を上げることができません。CAPでは3歳から性暴力の劇を見せますが、その劇を見て、「あの劇のようなことがあった」と子どもが話しをしてくれることもあります。



習い事のコーチに嫌なことをされたら涙を流しながら話してくれた子がいました。彼女はコーチに、「お母さんに言うと悲しがるから誰にも言っちゃいけないよ」と秘密を強要されていました。そしてその日一人で行くことになってしまった自分をとても責めていました。性暴力は特に秘密を強要さ



れます。「あなたはちっとも悪くないだよ」「怖い秘密は内緒にしておかなくていいんだよ。誰かに話すんだよ」と伝えています。子どもは加害者を責めずに自分を責めるんです。私たちは「初めに話した大人が信じてくれなくても、信じて力になってくれる大人はきっといるから、あきらめないでその大人に出会うまで話し続けてね」と話しています。皆さんには是非話の聴ける大人になって頂きたいと思っています。

暴力には相手に向かう暴力だけでなく、自分に向かう暴力もあります。自殺やリストカットなどです。小学校の頃からたくさんの習い事をしてきて、中学校でも部活や勉強を一生懸命頑張っている子がいました。「何か一つやめたい」と親に言ったら「もっと頑張れ」と言われたそうです。「もうこれ以上頑張れない、頑張れない自分が悪い」、と言ってリストカットをします。「勉強もスポーツも習い事もできるあなたが好き」ではなく、「目の前にいるそのままのあなたが好き」と無条件に子どもを受け入れて欲しいと思います。子どもが頑張れるうちはいいんです。大人が期待してもその期待に応えることができる。でもそれを越えてしまっただけでこれ以上できないという時が来た時、自分を責めるようになります。まずは生きていて、命があるだけで、目の前にいるそのままのあなたでいいんだと無条件に受け入れて欲しいと思います。

大人によって子どもが傷を負ってしまうことが多いのですが、大人によってその傷を修復することもできるのです。他者との関わりによって私は私でいいんだ、と自尊感情を育てて前を向いて生きていくこともできるのです。ここで子どもの自尊感情を高めるために周りの大人はどういう関わりをしたらいいのでしょうか。

子どもに自分のことを大切にしよう言う前に、まず私たち大人が自分を大切にすることが大切です。大人が自分を大切にしている姿を見せれば、子どもは自分を大切にすることはこういうことだと分かりますし、



周りの大人が笑顔でいれば自分はここにいていいんだと感じます。大人が笑顔で自分を大切にしていると子どもの良いところも見えてきますし、見えてくればそれを言葉にして伝えることができます。良く見えてくれば、他の子どもとの比較ではなく、「この前できなかったことが今日はできるようになったね」とその子の成長を認めてあげることができます。そうすると自分はいつも気にかけてもらっているんだと感じることができ、自分は大切にされているんだと思うことができます。

子どもに「どんな時に自信が出る？」と聞くと、「褒められた時」「ありがとうと言われた時」と答えます。やはり、自分は役に立つとか自分はここにいていい

んだ、と思えることが大切です。年齢によってはハグしたりスキンシップが嬉しいですし、あいさつしたり声をかけてもらったりすることも嬉しいのです。(中略)

私たちが特に大切にしているのは「聴く」ということです。この「聴く」は「大きな耳で十四もの様々な心をきく」とも言えますし、「耳と目と心できく」とも言うことができます。

虐待を受けた子が親になった時に自分の子どもに虐待をしてしまう割合はどれくらいだと思いますか？実は33%なんです。67%の人は虐待をしていません。その分かれ目は何でしょう。実は、虐待を受けた時の気持ちを受け止めてくれた人がいたかどうか、心の手当てをしてくれた人がいたかどうかなのです。応急手当なので専門家ではなく身近な大人です。つまり皆さんがこういう子ども達の人生の分かれ目に立っているとも言えるのです。子どもが「話して良かった」と思える大人に出会えるかどうか。是非そんな大人になってください。(中略)

座間市ではたくさんの方が亡くなった事件がありました。私の出会った子でもたくさんの子が「死にたい」と言っていました。それは「死にたいほどつらい」「誰かにこの苦しさをわかってもらいたい」というサインなのです。それを身近な大人に話せばネットに繋がる必要はないのです。「自殺はいけない」とか「いじめはいけない」ということも子どもは分かっているのです。でもそうせざるを得ないほど、いろいろな気持ちでいっぱいなのです。誰にも話せなくてそういう行動をとってしまうということもあるのです。アドバイスではなく、まず、ただ話を聴いて、子どもの伴走者になって欲しいと思います。(略)



## 第1分科会

### 「自分の時間 あいますか？ ～家事と育児、仕事の両立 どうしてる？～」

(保小連携委員会)

分科会では、本年度の保育園年長と小学校1年生の交流の概要を紹介しました。年長児にとっては小学校の行事参加を通してお兄さんお姉さんに関わってもらった喜びを感じたり、小学校入学に期待を持ったりするきっかけになりました。また1年生にとっても自分達が年長児に関わったことで喜んでもらった達成感を味わう機会になりました。今後は年長児が1年生を招待して交流する予定です。



次に子育て真っ最中の「お母さん」の視点から、自分の時間や子どもと向き合う時間を持てているのか、また気持ちの余裕があるかどうかを客観的に捉えるため、1日の過ごし方を時間軸に示したり相関図に自分の気持ちを照らし合わせてみたりしました。



その中で、「自分の趣味が何か言えないくらい毎日が忙しく、自分の時間がなかなか取れない」

「仕事が終わって家に帰ると、家事や子どもの事に追われてすぐに時間がたってしまう」等の言葉が聞かれました。子どもが小さい時期は子どもに手がかり、中・高校生になってくれば塾や部活等の送迎などもあり、育てている子どもの年代によって、自分の時間の取り方にも多少の違いが出てきていることも見えてきました。

そんな中でも「子どもが小さいうちは自分に余裕がないのだが、大きくなって中学生くらいになると自分の事は一通りできるようになるので、自分の時間が持てるようになる」という先輩お母さんのうれしいアドバイスも聞けました。また、朝早めに起きて自分の時間を持つ、我が子の部活の応援も楽しみになり、ある種「自分の時間」になっていたという話も聞けました。毎日一定の自分の時間は持てないまでも、1週間程度の期間の中で自分の時間を上手に生み出せば、余裕を持って子どもに向き合える事ができそうな事が分かってきました。

さらに、余裕を持って子どもに向き合うには、自分一人で家事も育児も全てこなすことには無理があることも挙げられました。自分に余裕がないことでストレスがたまり、子どもに当たってしまう事が心配されます。「食」の面は大切にしつつ他の家事は多少手を抜いたり、時にはお父さんの力も借りたりしながら、子どもも親も元気に過ごせる事を優先させて行けばよいのではという意見に多くの参加者が納得しました。

「子育てはどんなに長くても17、8年で終わりが来る。きょうだいがいなくてもいずれ子ども達は家を巣立っていく。過ぎてしまえばあっという間なので、大変であるがこの期間を楽しみたい。そのために助けてもらえる手を沢山使って、お互い声を出して『みんな』で過ごしていくことが大切だ」という言葉が印象に残りました。

我々親世代も、次の人生に向けて子育て時期を楽しめるといいなと感じました。



## 第2分科会 「どうする？保護者の中一ギャップ！！」

(小中連携委員会)

### 1. 小中連携の取り組みの紹介

#### ○6年生の中学校へ向けての取り組み紹介

##### ①中学校の先生による理科の出前授業。

- ・真剣に楽しみながら行っている。
- ・中学校の自作テストに慣れることができる。

##### ②6年中学校体験入学（こまゆみ祭）

- ・成長した先輩の姿を見て刺激を受けた。
- ・中学生の前でたくさんの6年生が意見を言えた。
- ・中学校の雰囲気を感じてよかった。
- ・中学生の展示を見て、中学生のレベルの高さに刺激を受け、中学生への憧れをもつことができた。



### 2. アンケート結果発表（アンケートより気になることから）

#### ○部活動や学力について

### ①部活動（中学校から）

- 顧問は7名。
- 実際の部活では野球部は上田四中から3名借りて行えている。
- 運動部活動の延長として行われている社会体育活動は運動部活動に一本化する。朝部活は原則禁止。ただし夏季大会や新人戦の前は例外。保護者が中心になって自主練習を行っていることもある。
- 学校部活動をとりまく各所での議論から、郡市をまたいだ合同チームも作っていく方向で検討している。
- 他校でも悩みながら縮小を中心とした改革を進めている。

### ②学力について

- 全国学力状況調査（小・中）を実際に解いてみる。  
（やってみての感想）難しい。問われていることは何か不安になった。子どもがテストで無回答だったときの気持ちがわかった。
- 全国学力状況調査（小・中）から今の子どもに国が求めている力がわかる。昔みたいに暗記だけでは解けない。

3.



### 座談会

- 実際に問題を解いてみて、子どもは基礎基本が身に付いてこそこういった問題を解くことができると思った。
- 学力調査について教えてほしい。

→担任として指導がどうだったか振り返るための手立てとして考えている。

→数値自体に意味はないが、青木が全

国的にどの位置にいるのかは正直知りたいところ。

- 部活動については来年度も今年度も同じと思っていいか。  
→総合的に考えて検討していかなければならない。
- 部活について女子バスケットに男子バスケットも参加していいというように合同で行えるようにしてほしい。  
→周りの理解者がどれくらいいるのかなど諦めずに検討していく。
- 部活動で自主的に朝練習したい児童が練習することは可能か。早く登校してはいけないのはわかるが、そういった希望を持っている児童には走らせてあげたい。  
→教師がいない中でケガをしたとき誰が責任をとるのかなど厳しいところもある。
- 体育館の部活動の場所割を考えてほしい。
- 難しい問題。保護者と教師が自由に討議できる場があればいいなと思った。



## 「こんなとき、こうしてみたら？」 ～子どもたちの気になる行動をどう切り替えるか～

(特別支援教育委員会)

第3分科会は、「子育てにアメとムチは必要か」という提案から会が始まりました。植田 SC (スクールカウンセラー) は、子どもの気になる行動を切り替えるために、「アメとムチ(無知)ではなく、アメとアメなし」が必要であると提案され、具体的な場面の劇を通してどのような行動をすればいいのか説明がありました。

今回取り上げたのは、スーパーマーケットで、子どもがお菓子を買ってほしいと言って、店内で大声を出して騒いでしまうという場面です。

- ・親子は、「今日はお菓子を買わない」「騒いだら、車に戻る」という約束をしている。
- ・子どもが、お菓子を見つけて「お菓子買ってー！」と騒ぎだす。
- ・子どもが、スーパーで騒がなくなるようにするためには、この後どんな行動をすればいいのでしょうか。

子どもの行動を変えるためには、子どもが、その行動をやりたいと思うことが必要だそうです。この場合、子どもが大声を出すのは、お菓子を買ってほしいからです。こんなときには「騒いだら、車に戻る」という約束通り「帰ります。」と、



お店から出ることがいいそうです。叱ったりなだめたりすることはしないで、ただ静かにお店から出ます。この行動を続けることで、子どもは、騒ぐとお店から出て行かなければならないということがわかり、お店で騒ぐことがなくなるそうです。そして、約束を守ることができた場合、子どもが、静かに「お菓子がほしい。」と言ってきたら、買ってあげるのがいいそうです。騒がなければ、いいことがあると子どもがわかることになります。

子どもが大声を出したり、騒いだりすることがなくなってきたら、お菓子を買うのは、毎回ではなく、だんだん減らしていくようにしていくといいそうです。

以上のお話のあとに、参加された皆さんも、自分のことやお子さんのことを思い浮かべて、こんなときはどうしたらいいか、と考えました。参加した方々で話したり、植田 SC からアドバイスがあったりして、活発な意見交換がされていました。

子どもがどうして気になる行動をするのか考え、その行動の直前と直後の行動によって、良い行動へ切り替えていくことができるということを知ることができました。植田 SC は、褒められることが子どもにとって1番嬉しいことで、良い行動のあとには褒めることや子どもにとっていいことがあるようにしてほしいとお話がありました。

最後に、「子どもの行動を変えるためには、大人の



行動を変えること」が大事というお話がありました。



**編集後記** 2か月にわたり子育てフォーラムの内容をお伝えしました。講演会では、実例をとおして子どもの心に寄り添うことの大切さを学びました。分科会では、子育て真っ最中の保護者の方や学校で子どもたちの様子を見てくださっている先生方、子育ての先輩である地域の方など、立場の異なる人同士が話し合うことができ良かったと思いました。

