



春休みを迎えて

ご家庭のみなさまへ

平成28年3月

浦安市青少年センター
浦安市猫実1-2-3
浦安市役所第二庁舎
TEL 351-1111
(内線1191)

さあ4月から新学期！ 心新たに頑張りましょう！

卒業生のみなさんご卒業おめでとうございます。卒業式を間近にひかえ、期待と不安が入り混じった、なんとも言い難い時期ではないでしょうか。小学生の皆さんは進級・中学生に、そして中学生の皆さんは進級・進学、あるいは、就職などの新しい道を決められたことと思います。

さて、春休みは新たな出発の準備期間であり、準備をするには、「振り返り」が大切です。各学校でも「1年間を振り返って」「三学期を振り返って」等の課題が出され、各自反省等行うと思いますが、今一度、自分をしっかり見つめ直し、4月から良いスタートが切れるように「心の準備」をしておきましょう。

4月から新しい環境（クラス替え・班替え・進学等）で学校生活を送る人が多いと思いますので、「学校を楽しくするには・・・!？」ということで、参考にしていただけたらと思います。

○学校を楽しくするには・・・

1. 「表情」が大切！

無表情は危険! そんなつもりはなくても、無表情でいたりつまらなそうな表情をしていると、相手から「こいつ、なに不機嫌な顔してんの」と誤解され、周囲に変な印象を与えてしまう恐れがあります。やはり、「**笑顔**」でいることが大切です。

意識的に「笑顔」を作ることも大切ですが、基本は、**心身共に健康**でなければ、「笑顔」も作れません。ですので、**バランスの摂れた食事・十分な睡眠・適度な運動**は、やはり必要不可欠です。**規則正しい生活**こそが「**笑顔の源**」なのです。

2. 「自分から」をモットーに！

「誰か話しかけてこないかなあ」「なんでこっちばかり気を遣わなきゃいけないの」「話かけたら、うざがられるかな」等、ネガティブな人いませんか。[マイナス思考]や[変なプライド]は、人間関係を築くにはタブーです。自分から、積極的に話しかけ、笑顔で会話を楽しむ努力をしてみましょう。

3. 「相手を知る」

会話といっても、自分の話を聞いてほしい人が多いと思いますが、「相手が話したいことを引き出すように会話を運ぶ」と、会話が膨らむものです。そうするには、相手の情報を得ることが大切です。4月になると新しいクラスで、自己紹介をしたり、自己紹介カードを作成したりと、相手の特徴や興味を知る絶好のチャンスです。相手を少しは知った上で会話すると、会話が弾みやすいはず。積極的に相手を知ろうとする努力をしてみましょう。

みなさんどうですか？ 4月から新たな場所や環境で生活することになるとと思いますが、何かヒントになりましたか？ 学校は誰もが「**楽しむ権利**」がある場所だと思います。ただし、それは自分から行動を起こさないと何も変わらないのです。ほんのちょっとした勇気をもって、会話をして、友人を増やして、楽しんで、充実した学校生活を送ってください！

ちょっと良い話

二年前の長男の小学校卒業式が思い出に残っています。卒業証書授与で一人ずつ壇上にあがり、証書を受け取り、こちらに振り向き、「将来の夢」を言い、壇上から下りていきます。子ども達は希望に満ち溢れている最高に良い顔で、「将来はモデルになりたいです」、「幼稚園の先生」、「サッカー選手」、「警察官」、「プログラマー」などなど、たくさんの夢をそれぞれ言いました。

ドキドキしながら息子の番を待ちました。

息子が証書を受け取り、振り向きました。



「お母さんを楽しませたいです!」と、しっかりした大きな声で言ってくれました。

言葉にできないぐらいの感動でした。シングルマザーなので、それなりに大変な毎日ですが、「頑張ってきたよかった」と心から思いましたし、「これからも家族みんなで頑張ろう」と心に誓いました。思い出しても泣きそうになります。

これは、「卒業にまつわる良い話」でインターネット検索したところ、たまたま、目にとまった記事でした。子どもは、思った以上に成長が早く、大人をよく見ているものだと、改めて感心したと同時に、心があたたまりました。

子どもが、まっすぐ育つには、まず、大人がしっかり頑張り、正しい道を示すことが大切であるということに気付かされた記事でもありました。こういった優しい少年で街が溢れたら、素晴らしいですね。

子どもへの声かけは大丈夫?

～ある先生のお話より～

いつも明るく登校してくる生徒が不機嫌な顔をして登校してきました。朝読書の時間になっても、本を読み始めませんでした。担任が本を読むように注意をしました。その生徒はふてくされています。

そんなこと今までになかったので、話を聞いたところ、朝起きてから、家を出るまでに、母親に、「早く起きなさい」「早く食べて、片づけなさい」「早く行きなさい」・・・〇〇しなさい、ほんとにやることなすこと遅いんだから・・・等、何度となく言われ、腹が立っていたところに、先生に注意されたから、余計に頭にきてあんな態度をとってしまいました。と話してくれたそうです。

子どもは、まだまだ未熟なので、言いたくなることはたくさんあると思いますが、5つ言いたいことがあったら、1つに減らしてみたり、状況によって、「早く片づけなさい!」を「片づけてくれたら、お母さん助かるんだけどなあ」というふうに言い方を変えたりすることも大切ではないかと思います。

もし、家でガミガミ、学校でガミガミ、塾や習い事でガミガミされたら、息詰まっちゃいますよね。

家庭の中で、子どもが日常から認められ、安心感を持ち、自己肯定感を持てるような会話や関わりを持ちたいですね。



青少年相談

友達のことや学校のことなどで悩んでいる小中高生から青年期のみなさん、そして小中高生や青年期のお子さんのことで困っているお父さんお母さんはいらっしゃいませんか。青少年センターでは、子どもたちが不安や葛藤を乗り越え一歩大人に近づくためのお手伝いができたらと思っています。どうぞお気軽にご相談ください。

電話相談・来所相談(予約制) 月曜日～金曜日、午前10時～午後4時

浦安市青少年センター 相談専用電話



さあこい いいこに

351-1152

