

## 5 アイスブレイクについて

本題のテーマについて話し合うときのウォーミングアップです。参加者同士が、かんたんなゲームや自己紹介をすることで、距離感がグッと近づきます。子どもや地域、身近な話題など気軽に話しやすい話題やだれでもやりやすいゲームなどを取り入れてみましょう。

### プログラムの中で使用するアイスブレイク集

#### 【グループ分けに使えるアイスブレイク】

##### 1 バースデーライン (バースデーサークル)

- ① 合図とともに、誕生日順に並ぶ。
  - ② 1分経ったら合図して、並び終わるように伝える。
  - ③ 輪になって、全員が名前と誕生日を言う。
  - ④ 並んだ順番で4~5人ずつに分かれて、小グループを作る。
- ※ 時間があるときは、無言で手足を使って誕生日を教え合い、並んでみるのもよい。

##### 2 瞬間グループ分け

- ① 全員が集まったところで、「今一番行きたいところはどこ?」「好きな季節が同じ人同士」「好きな色が同じ人同士」など、テーマを示してグループになる。
- ② グループの人数をみて、適当な人数のグループに全体が分かれるように移動してもらう。

##### 3 拍手でグループ

- ① ファシリテーターが拍手した数のグループに素早くなる。
- ② グループができたらその場に座る。
- ③ ①~②を繰り返す。(最後に集まった人たちとグループになり、その後の話し合いを行う)

##### 4 ほめほめじゃんけん

- ① 近くの人同士で二人組をつくる。
- ② じゃんけんして、勝った人が相手のいいところを見つけてほめる。
- ③ ②を繰り返して、お互いにほめ合う。

#### 【グループ活動・自己紹介に使えるアイスブレイク】

##### 5 □たす2

- ① □ (漢字の部首「くち」「くちへん」「くにがまえ」等) に2画書き加えて、漢字をつくる。(例: 田、白、司、兄、右など)
  - ② グループに紙を一枚配り、全員で考えてできるだけ多く漢字を書く。
  - ③ 3分経ったらグループごとにできた漢字を確認して発表する。漢字を一番多く書いたグループに、全員で拍手する。
- ※ 漢字を考える時間は調整してもよい(長くする場合は最大5分間程度とする)。

##### 6 「あ」のつくことば

- ① 「あ」で始まる2文字(2音)の言葉を考える。
  - ② グループに紙を1枚配り、それぞれが考えた言葉を書く。
  - ③ 1分経ったら合図して、グループごとにできた言葉を確認して発表する。
- ※ 最初の一字を「あ」以外に変えてもよいし、「名詞」「動詞」「外来語」と指定してもよい。

##### 7 ひとこと自己紹介

- ① 自分の名前のほかに自己紹介するテーマを与える。
- ② 「子どものころ好きだったアニメ」、「自分のマイブーム」、「子どものころに憧れていた職業」など、与えられたテーマについて話す内容を考え、自己紹介の中で必ず披露する。

##### 8 呼ばれたい名前

- ① 自分が呼ばれたい名前(ニックネーム、好きな名前など)を考えて紙に書く。
- ② 紙を持って(名札やシールであればつけて)、その名前を考えた由来から自己紹介する。

# おおいた 親の学びプログラム ワークシート



# 1

## 中学生の生活は？～環境の変化～

中学校では生活環境の変化に伴い、人間関係や勉強の壁にぶつかる「中1ギャップ」や日常生活での悩みや不安を抱える問題に直面することもあります。子どもの生活環境に関わる悩みや気になることを話し合いながら、保護者としてどう向き合い、どう支えたらよいかを考えてみましょう。

ワーク

### 1

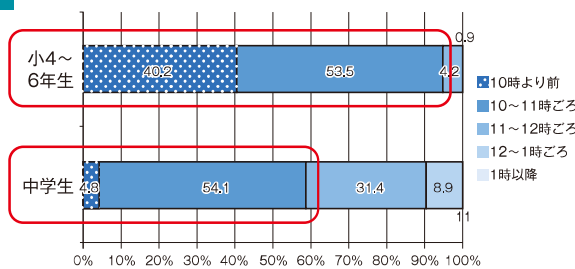
中学校ではそれまでの小学校と違った環境があります。最近の子どもの様子を思い出し、[はい・いいえ]に○をつけましょう。それぞれの家庭の様子を話し合いましょう。

ワーク 2

	はい	いいえ	一番気になること
①朝、自分から起きる。			
②食事は、好き嫌いなく食べる。			
③校則やきまり、マナーなどを守っている。			
④授業やテスト・定期考査等に対応できている。			
⑤友だちや先輩とうまくいっている。			
⑥提出物や課題を学校に出している。			
⑦部活動や習い事を意欲的に取り組んでいる。			
⑧学校のことやふだんの会話を保護者としている。			
⑨学校からの手紙やお知らせを保護者に渡している。			
⑩将来のことや進路のことを保護者と話している。			
⑪私は、子どもの友だちの名前を知っている。			
⑫私は、子どもが興味を持っているものを知っている。			

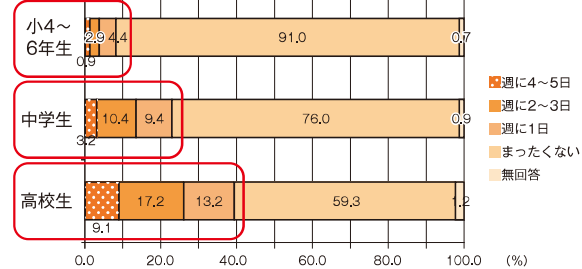
資料

### 「夜、寝る時間」



●小学生の9割以上は「11時ごろ」までに就寝するが、中学生では約6割に減少している。

### 「夜ごはんを1人で食べる」



●中学生・高校生では「夜ごはんを1人で食べる」ことが多くなる。

「子どもの生活と学びに関する親子調査2015」ベネッセ教育総合研究所共同研究：平成28年3月より

ワーク

# 2

ワーク1の中から、「一番気になること」の欄に○をつけましょう。「一番気になること」を出し合い、どのような対応や言葉かけをしたらよいか話し合ってみましょう。もらった意見は下の欄にメモしましょう。

○あなたが気になること



○〔メモ〕 子どもへの対応・言葉かけ、気づいたこと

ふりかえり



### エッセイ 中学校生活の不安

Aさんの息子は、4月から中学生です。本人は中学校への期待が大きく膨らみ、授業のことや部活のことが楽しみようです。しかし、Aさんは中学での科目ごとの授業や学習についていけないわが子の事が心配でなりません。学級担任の手厚い指導はどうなるのか、部活後の宿題の取組はできるだろうか、コミュニケーションがとれにくい息子の友だち関係など、不安が膨らみます。そこで、知り合いのお母さんに話してみました。すると、「入学式の日から、高校受験の話があり大変そうよ」と聞き、Aさんは、益々不安が増しました。

しかし、入学後のAさんの息子は、母親が心配していたような学習面や友だち関係での悩みなど全く感じさせない様子で中学校生活を過ごしています。Aさんの息子は、中学校への期待から今まで苦手だった算数の復習をしたり、部活に入ってより上手になりたいという思いからテニスで体を鍛えたりと自分なりに努力していたことがあり、中学校生活へスムーズに移行できました。

一方、不安を抱いていたAさんは、別の知り合いの先輩お母さんに相談にのってもらったり、入学後に知り合いになったお母さんたちと話したりすることができ、子どもの中学校生活の様子を見ているうちに不安も少なくなっていました。

(30代主婦)

※資料編（資料1）38～41ページをみてください。

# 2

## 高校生活のはてな？ ～新しい生活・知りたいこと～

高校生になると、学習内容も専門的になり、友だち関係や部活動など新しい世界が広がります。また、行動範囲も広がり、時間やお金の使い方も中学生の頃より自己管理が必要になってきます。将来、社会に出て自立した生活を送るために、高校での3年間を子どもたちにどのように過ごしてほしいか考えてみましょう。

ワーク

### 1 子どもの高校生活の様子について、ふり返ってみましょう。



○学校生活（学習、部活動、登下校など）

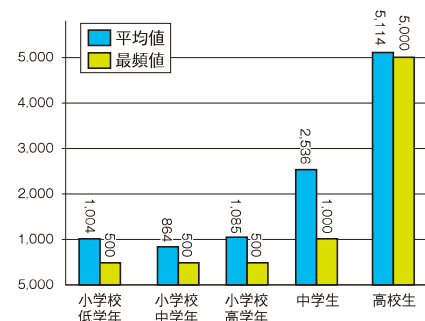
○友だち・人間関係  
（友だちとの外出先、部活動の先輩、男女交際など）

○家庭生活（睡眠時間、学習時間、食事など）

○その他  
（お小遣いの自己管理、ケータイ・スマホの使い方など）

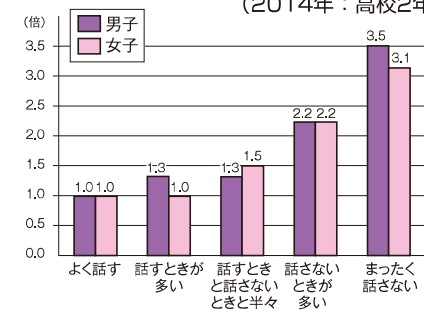
資料

「子どものこづかい」(円)(2016年 月単位)



●高校生になると金額も増えている。

「ネット依存と親の会話頻度との関係」  
(2014年：高校2年生)



●会話が少ない家庭ほどネット依存の傾向が高い。

【全国高校生 生活・意識調査】全国高等学校PTA連合会（平成26年度）より

ワーク

### 2 「ワーク1」や資料から、子どものことで気になる話題について話し合ってみましょう。



ワーク

### 3 子どもの自立に向け、高校生にどこまで任せられるか話し合ってみましょう。



目標に近づいていくために、どのように関わっていきますか？

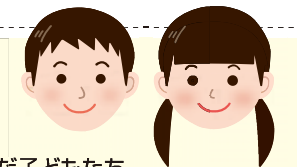
〔現状・今の姿〕

〔目標・こうなしてほしい姿〕



**ふりかえり** このプログラムを通して、考えたこと・感じたことは何ですか？

### エッセイ 我が家の子どもたち



私には、3人の子どもがいる。4つ、6つと離れているので、小学校には16年間通った。そして地元の中学校、高校へと進んだ子どもたち。長男は電子科、長女は普通科、次男は園芸科。進んだ科によって高校生活はすいぶん雰囲気が違うものだ。でも三人三様楽しく過ごしていた。しかし、子どもが同じクラスであっても、高校で保護者が顔を合わせることは極めて少ない。子どもの教室に入るのは、新学期のPTA総会、9月の学年PTAが卒業するまでに各3回、それに入学、卒業式合わせて8回。その他高校に行くことがあるといえば、文化祭や体育大会。これでは、子どもが親しくしている友だちの保護者の顔さえ覚えられないし、話すこともままならない。子どもたちは卒業してからも連絡を取り合い、お互いの結婚式にも参列するなどの付き合いをしていくというのに、親の方は互いの顔を知らないという現実には気づいた。長男が高校を卒業してから7年目、次男が入学した時であった。「保護者同士が仲良くなって、子どもたちを互いに見守りたい」と、担任の先生に私は提案した。保護者と先生が集まる会を企画。それももう今年4回目を終えた。参加した保護者は、わが子との関係、悩みなどを話し、心も軽くなり、晴れ晴れとした顔で家路につく。そして周りの人に会話をする。他のクラスでも企画されつつあることが、私の喜びである。子どもにとって、高校時代にできた友は一生涯の友となるように、親の方もそうなることを願っている。

(50代女性)

※資料編（資料2）42～43ページをみてください。



# 3

## 子どものサポート ～進路選択とどう関わりますか？～

子どもが進路を選択するとき、保護者としてどう関わればよいのか？どんな支え方やアドバイスができるのか？だれしも悩む問題だと思います。同じ年頃の子どもをもつ保護者同士で話し合ってみましょう。

ワーク

**1** あなた自身が進学や就職などの進路選択をしたときに、どんなことを考えましたか？そのとき、家族や周囲の人たちはどのような言葉かけや関わり方をしてくれましたか？思い出してみましょう。

問) あなた自身が中学・高校のときに進路選択のきっかけになったことや周囲からはたらきかけとして、どのようなことがありましたか？

〔あなたが考えたこと〕

〔そのときの家族や周囲の言葉かけや関わり方〕



〔保護者になった今、ふり返ってみて〕

ワーク

**2** 子どもの進学や就職を考えると、保護者として大切にしたいことはどのようなことですか。大切だと思うものからそれぞれ順に3つ選び、順番(①～③)をつけましょう。

### 《子どもの進路について》

- (1)子どもの気持ちややりたいこと ( )
- (2)子どもの適性 ( )
- (3)先生の意見 ( )
- (4)学費等、支出について ( )
- (5)通学・通勤距離(県内か県外か) ( )
- (6)職業の将来性・安定性 ( )
- (7)その他 ( ) ( )

### 《将来の自立に向けて》

- (1)食生活 ( )
- (2)健康管理 ( )
- (3)金銭管理 ( )
- (4)友人関係 ( )
- (5)ライフデザイン・生き方 ( )
- (6)その他 ( ) ( )

ワーク

**3** 「ワーク2」のテーマの中で、大切だと思うものを取り上げて話し合ってみましょう。

〈私が知りたいこと・気になること〉

※話し合うテーマ…[ ]について

ワーク2のテーマ以外にも、学費の確保や就職について、保護者の自立、保護者として知りたいことなど、話を広げてみましょう。

**ふりかえり** このプログラムを通して、考えたこと・感じたことは何ですか？



### エッセイ 親は子どもの応援団



息子を自分の理想の男性に育てる事を生きがいとしている、子離れ出来ない親でした。幼少のころから息子にマインドコントロールするようになら「東京の有名大学に行くのよ。」と話しかけていました。

我が家は必ず家族四人がそろってその日の出来事を話しながら夕食をとる、会話の多い家庭だという自負がありました。進路選択の時期になり、息子は東京の大学を目指している様子なので、彼がどのような目標を持ってその大学にいこうとしているのか、尋ねることもしませんでした。

東京での入試の帰りの寝台特急列車で、息子にこれからの人生の目標を聞いて私は愕然としました。彼は「受験した大学は、東京に行く隠れ蓑で、上京したら本当はしたいことがある。そのことを私に言うとは絶対反対されるから、その大学に一応席を置き、自分のしたい勉強をするつもりだ。」と言うのです。

息子の真意を知り、夫にそのことを話すと、夫は躊躇することもなく、「簡単なことだ。その大学にこだわっているのはあんただけだよ。本人が行きたいところで行きたい勉強をさせればいい。そのほうが、お金も時間も無駄にならないんじゃないのかなあ。そのほうが、あんたも楽になるよ。」

私は、目から鱗が落ちた感じがしました。今まで私は息子に何も強要したことはなく彼の意志で今まで過ごしていると思っていたが、無意識に彼の人生に見えぬ手かせ足かせをかけていたようです。これからは彼の人生は彼のもので、私は応援団として彼のこれからの道程を見守るだけでいいんだと思うと楽になりました。

その後、息子はしっかり自分の目標に向かって歩き、充実した人生を過ごすことができているようです。はつらつとした息子の姿をみることができ、今は親の幸せを感じています。

(50代女性)

※資料編(資料3～6) 44～51ページをみてください。

# 4

## ネット社会とケータイ・スマホについて

～情報モラル・ネット社会～

ケータイ・スマホは便利な面もありますが、使い方次第では様々なトラブルや危険性も持ち合わせています。子どもがトラブルで悩んだり不安を抱えたりしているときの保護者の対応や、「我が家のルール」について考えてみましょう。

### エピソード 「なんでくるの」の意味は？

Aさんはスマホを買ってもらって、友だちのBさん、Cさんたちの仲のよいグループで連絡のやりとりをしていました。ある日、友だちと遊びに行く約束をしました。

〈Cさん〉 今度の休み、みんなで遊びに行こうよ!

〈Aさん〉 わーい、!楽しみ。みんなで行こうね～

〈Cさん〉 駅に近いA子の家に集合しよう!

〈Aさん〉 いいよ。10時くらいかな?

〈Bさん〉 じゃあ、みんな10時ね。

〈Aさん〉 Bちゃん、なんでくるの

それから、Bさんからの返事は来なくなってしまいました。・・・

〈Aさん〉 どうしたの?

〈Bさん〉 ……………。

(どうしてこんなことになったのでしょうか?)

ワーク

1

それぞれAさんとBさんの気持ちを考えてみましょう。また、子どもが相談してきたときに、どのようなアドバイス(対応)をしますか。

Aさんの気持ち

Bさんの気持ち

子どもへのアドバイス



ワーク

2

子どものケータイ・スマホ等の使い方についてどのような約束が必要だと思いますか。  
(※ネットにつながるものにはゲーム機などもあります)

【ケータイ・スマホ等の使い方の約束】

1

2

3

資料編(資料7) 52～55ページを参考にして、話し合ってみましょう。



ワーク

3

保護者として、あなた自身はケータイ・スマホにどのようにつきあいますか?



ふりかえり

このプログラムを通して、考えたこと・感じたことは何ですか?

### エッセイ 家庭内のルールの徹底

学校内や地域の壁、掲示板、インターネット上に実名を挙げて悪口を書くことは犯罪です。「名誉毀損罪」または「侮辱罪」になります。

生徒同士による「ネットいじめ」については、教員の3割が経験があるものの、指導に自信があると回答した教員は1割でした。匿名だと人は残酷になれる。ネット上では匿名だと信じている人ほど、被害者としても加害者としても影響が大きくなります。しかし、ネット上の書き込みには、匿名性は有りません。司馬遼太郎(小説家)は、「『いたわり』や『他人の痛みを感じる』や『優しさ』という心は、訓練して身に付けなければならない。」と言っています。学校・家庭・地域が教えなければならないことです。

北海道釧路市では、中学校入学時に「ネットトラブル」防止のために、新入生保護者会で、以下の2つの約束事を決め、大変有効であると評価されています。

- ①自分の部屋でメールや電話をしてはいけない。
- ②スマートフォンは保護者が見ても良い。

参考にされて、各家庭で「我が家のルール」を決めてみましょう。



(50代教員)

※資料編(資料7) 52～55ページをみてください。

# 5

## 今どきの子ども ~子育ての不易流行~

※不易流行…変化しない本質的なものを忘れない中にも、新しく変化を重ねているものを取り入れていくこと

子どもが成長するとなかなか本音で話すことが難しくなることがあります。次第に子どもの変化に保護者は戸惑うことも多くなってきます。子どもの心の成長や変化について話し合い、子どもの心に寄り添う言葉かけや支え方を考えてみましょう。

### ワーク

## 1 自分が子どもだったとき (中学生・高校生) を思い出して書いてみましょう。

私が (中学生・高校生) ぐらいの頃 ※どちらかに○をしましょう



①好きだった給食・食べ物 (印象に残っている食べ物など)

②好きだった芸能人・スポーツ選手・有名人 (好きだった歌、はやっていた歌など)

③夢中になっていたこと (遊び、はやっていたことなど)

④今思えば、こうしておけばよかった思い出 (水着がないと学校で大騒ぎになったが、実は家に忘れていたなど)

### ワーク

## 2 自分が中・高校生のころ、どんなときに悩みを持ったり不安になったりしましたか？1位～3位の順位をつけ、そのときの様子を書きましょう。自分の子どもがどんなときに悩みや不安を持っているのか1つ選び、○をつけましょう。

	順位	自分の中高生の頃の様子	子ども(○)
1		授業がわからない・勉強がうまくいかないとき	
2		友だちとの関係がうまくいかないとき	
3		家族とうまくいかないとき	
4		好きな人・異性の悩みがあるとき	
5		先生とうまくいかないとき	
6		部活・習い事でうまくいかないとき	
7		人に叱られたとき	
8		なんとなく・意味もなくイライラするとき	

### ワーク

## 3

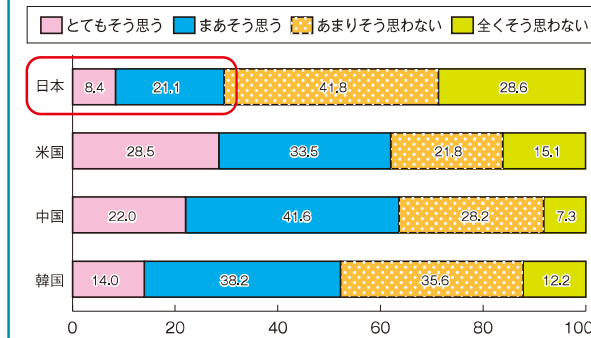
「ワーク2」で○をつけた項目について、子どもへの言葉かけや関わり方を考えてみましょう。お互いに出し合った言葉やヒントをメモしてみましょう。

### ふりかえり

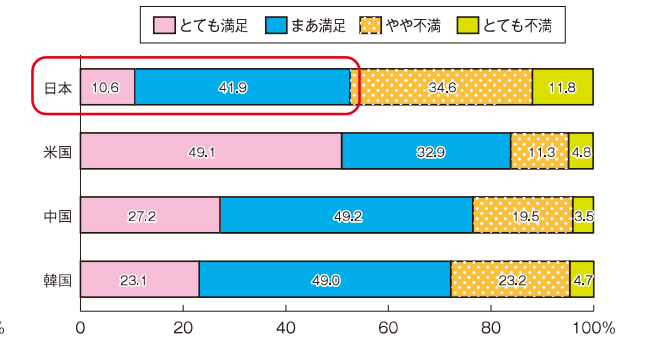
このプログラムを通して、考えたこと・感じたことは何ですか？

### 資料

#### 「親の期待にプレッシャーを感じる」



#### 「自分自身への満足」



「高校生の生活と意識に関する調査報告書」国立青少年教育振興機構(平成27年8月)より

日本の保護者は子どもの願いや思いを大切にしており、子どもは保護者の期待をプレッシャーとして感じていないが、子ども自身の自己肯定感が高くない傾向のようです。



### エッセイ 「反抗期」(思春期)

長男が中二の時、2つ下の妹に、「キモイ」などの暴言を吐く、すごくかわいがっていた9つ下の弟にもイライラして当り散らす、一回り下の妹がつかまり立ちをして家族が拍手をしている、「そんなことができたくらいでうれしい?」とひとり冷たい言葉を浴びせる、今思えば、バリバリの「反抗期」でした。ひとり、部屋の隅で涙目になっていることもあり、話しかけても、「どうせオレが悪いんや」と言うばかり。

そんな会話の成立しない毎日でしたが、私は、近所の少年野球時代の同級生のママ友にばったり会いました。すると、ママ友は、「○○くん、この前会ったとき、大きな声で挨拶してくれたよ、本当に小学校時代と全然変わらんね。」と話してくれました。(そうかあ、家の中では少し変だけど、外ではちゃんとあいさつをしたり話したりしているんだ)と、とても安心したことを思い出します。

小学校時代のつながりが、保護者以外で信頼のできる大人とつながっておくことが、思いがけず中学の多感な頃の息子も、私も、助けてくれたのでした。そうこうしていたら、あっという間に一年が経ち、「反抗期」は治まりました。

(40代女性)



※資料編(資料8)56～57ページをみてください。



# 6

## 子どもの悩み・不安に対して

～このようときどうしますか？～

子どもが抱えている悩みやトラブルについて、どう対応してよいか迷うことがあります。子どもがトラブルで悩んだり不安を抱えたりしているときに保護者としての対応を話し合いながら、子どもの心に寄り添い、支える方法について考えてみましょう。

### エピソード① 「こんなときどうしますか？」

最近、息子の表情がさえない。「どうしたの？」と聞いても、視線を合わせず「お腹が痛い。」と小声で体調不良を訴え自分の部屋へ行ってしまいます。いつも連絡があった友だちとも遊ばなくなり、食欲も急に落ちたように思います。昨日「何かあった？」と聞くと「何でもない。」と急に怒り出し、今朝はとうとう「もう学校に行きたくない。」と言い出しました。

### エピソード② 「こんなときどうしますか？」

最近、娘が私の知らない高そうな服を着ていたり、今までとは違った音楽を聴いていたりすることが気になっています。また、家に帰ってくるのが遅くて心配したことが何度もありました。

日曜日の午後、娘が出かけようとしたときに聞いてみました。

お母さん：「そのTシャツどうしたの？」

娘：「お小遣いをためて買ったのよ。」

お母さん：「CDもたくさん部屋にあったけど、そんなにお小遣いないでしょう。」

娘：「あれは友だちに借りたのよ。もう、うるさいなあ！」

お母さん：「……………」



ワーク

## 1

エピソード①と②を読んで、子どもの気持ちを考えてみましょう。

【エピソード①】

【エピソード②】

ワーク

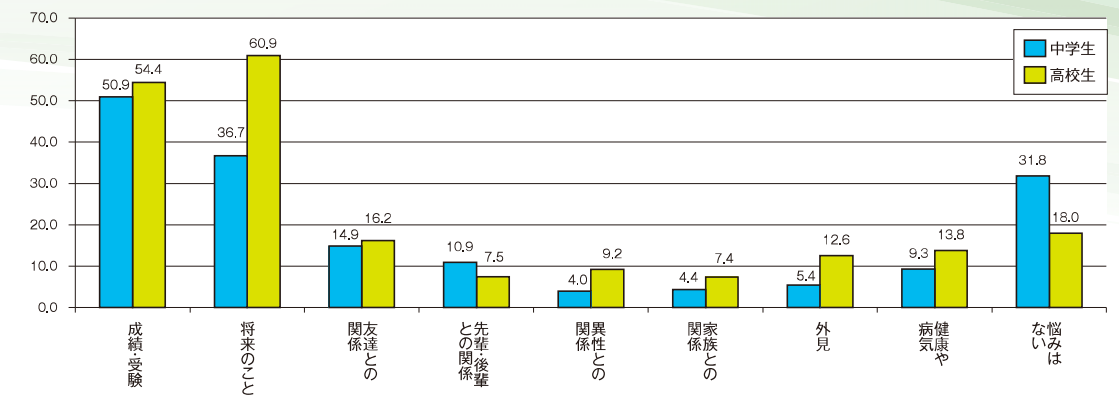
## 2

子どもが悩んだり困ったりしたときに出すサインには、どのようなものがあると思いますか？ また、これまでどのようなサインがありましたか？



資料

### 「中学生・高校生の悩みについて」



「子どもの生活と学びに関する親子調査2015」ベネッセ教育総合研究所共同研究：平成28年3月

ワーク

## 3

子どもの様子の変化に気づいたとき、保護者としてどのような対応をしますか。グループで考えてみましょう。



ふりかえり

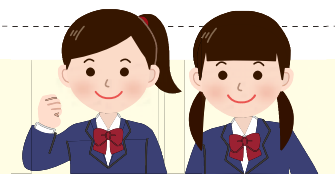
このプログラムを通して、考えたこと・感じたことは何ですか？

### エッセイ 友だちとの関わり

私は小学校5年生の途中から少しの期間、あまり学校に登校できない時期がありました。その時期は本当に大変でした。学校に行きたいのに行けない。勉強したいのにできなくて、とても辛い思いを沢山しました。今、勉強ができる環境にあることに幸せを感じています。今まで当たり前を受けていた授業が、こんなにも貴重だったのかと思います。長い期間学校を休むと、皆が普通に受けている授業も受けていないから、他の人よりも勉強が遅れているという不安もできて、精神的にも辛くなります。しかし、そんな不安を消してくれた友だちがいました。毎日のようにプリント類を持ってきてくれ、学校の様子や勉強を教えてくださいました。その友だちがいなければ、今のように学校へは行けてなかったかもしれません。

今ふり返ってみると、あの時の辛くて苦しかった時期を経験したからこそ、友だちの大切さや学校の大切さを学ぶことができたと思っています。だから私は、私のそばにいる人やクラスメイトを誰一人、独りぼっちにさせたくないと思っています。

(中1女子生徒の作文より)



# 7

## 子育て〇年、親育ち〇年。 ～未来のわが子へ～

これまでの子育てをふり返るとさまざまなことがあったと思います。心配したり、うれしかったり…。子育て当初の気持ちやこれまでの子育てをふり返り、これからのことを考えながら、新たな気持ちで前向きに子育てに取り組む気持ちを持ってみませんか。

### 《アイズブレイク》

子どもの小さかった頃の写真などを紹介しましょう。  
※ケータイ・スマホにある写真などを使ってみましょう。(可能な場合は、事前に写真やケータイ・スマホに撮影した写真を準備)

### ワーク

## 1 あなたの子育てエピソードを思い出してみましょう。 「子育てエピソード」と「その時のあなたの気持ち」は？

例) ○ちょうどお正月で親戚が集まったときに、はじめて歩きだしました。そのとき、みんなの拍手に思わず笑顔になった。  
○なかなかつかまり立ちまでできずにいたので心配していましたが、つかまり立ちから歩き出したときにはうれしかった。その笑顔がまたかわいかった。

1 出産時・赤ちゃんのころ  
(エピソード・気持ち・関わり方)

2 幼稚園・保育園のころ  
(エピソード・気持ち・関わり方)

3 小学生のころ  
(エピソード・気持ち・関わり方)



### ワーク

## 2 これまでをふり返り、自分が保護者として成長したことには、 どのようなものがあると思いますか？

### ワーク

# 3

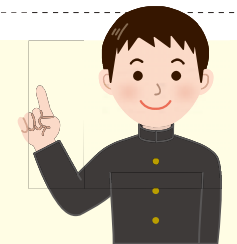
「手紙」を書いてみましょう。



### ふりかえり

このプログラムを通して、考えたこと・感じたことは何ですか？

### エッセイ 子育て・親育ちをふり返って



今から18年前、「妊娠おめでとうございます!お母さん」と看護師さんに声をかけられ、嬉しい気持ちと大きな責任を感じたことを思い出します。切迫早産で小さく生まれた息子は、マイペースでしたが、すくすくと大きくなりました。

しかし小学校に入学すると、授業の邪魔をすると連絡があり、何度も何度も学校に行きました。3年生の時、「どうして背筋ピンと座らないといけないのか」質問したそうです。その時先生が、それは大事なことだとみんなで話合ってくれました。このことをきっかけに学校生活が落ち着き、私も息子も何が必要なのか分かった気がしました。

中学では友だちや地域の方々の応援のおかげで、3年間皆勤で卒業しました。友人から「辛抱強く、寄り添った結果だね」と言われ、涙がでたことを覚えています。

高校2年になった息子。最近うれしいことがありました。それは要介護の母のお世話ができない時、息子が「勉強は、ばあちゃんちでするし、お昼も一緒に食べるから、いいよ」と言ってくれたことです。

「優しい子に育てられてありがとう」心からそう伝えました。私は、今親育ち18年、これからもわが子信じ、健康第一に見守っていこうと思います。

(40代女性)