

執筆者の皆様へ「私のお勧めスポット」をお聞きしました。コメントも最後に掲載してありますので、お見逃しなく！

私のお勧めスポット
榛名神社(群馬県高崎市)

1 長野県里親大会・里親研修会の報告

諏訪児童相談所
雅楽川 政彦

「子どもと養育者にとっての安心・安全を知ろう！ ～子どもに寄り添うために～」をメインテーマに、令和4年11月13日、第62回長野県里親大会・里親研修会が下諏訪町総合文化センターで開催されました。

社会的養育を必要とする子ども達は、それまでの体験から心に傷を負っていることが多く、その影響で「人との関係を上手にとることができない」などの課題を抱えてしまうことがあります。その結果、養育者に肯定的に受け止めてもらえなかったり、場合によっては養育者との関係が不調となることもあります。このため養育者がそれまでの育ちの中で生じた子どもの心の傷に気づき、適切に対処できるようになることで子どもも養育者も安心して生活できるようになる、そのような里親養育を目指してメインテーマを「子どもと養育者にとって」としました。

基調講演では帝京大学病院 児童精神科医師の伊東ゆたか先生を講師に招き、トラウマインフォームドケアについてお話しいただきました。先生のお話では、虐待を受けた子ども達はそうでない子ども達に比べてより養育者の表情の変化に敏感になってしまうこと、またにおいや音など感覚的な刺激がトリガーとなってトラウマを思い出させてしまうことなどが、印象的でした。



また、午後は「トラウマインフォームドケア」、「権利擁護」、「交流会」の3つのテーマで分科会を行いました。新型コロナウイルス感染症の影響で長い期間、地区を越えた里親どうしが互いに顔を合わせる機会が持てなかったため、交流ができたということだけでも素晴らしかったと思うのですが、市町村等行政の方が里親と同じ視点で一つのテーマで話し合う、互いを知り合うということができたのがとても良かったと思います。

最後に、今回の県大会は諏訪・上伊那地区里親会会員を中心とした実行委員会により運営しましたが、普段はお仕事の都合で会活動に参加できない会員や、非会員の登録里親も実行委員会に参加してくれました。「県大会を成功させる」という同じ目標に向けて一緒に活動することで、新たな里親どうしのつながりができたことも大きな財産だと思います。

2 高校卒業にあたって

この春、高校を卒業する里子さんから、これまでのこと、これからのこと、後輩の里子さんへのメッセージなどをお聞きしました。

●カツ丼さん



私のお勧めスポット
軽井沢の軽井沢工房

私の高校卒業後の進路は、就職で、4月から建築会社に勤めます。私の夢は建築士で、将来は住宅設計の仕事に携わりたいと思い、建築会社に就職しました。

進学ではなく就職を選んだ理由は、建築の知識だけでなく、仕事を通してたくさんの経験を早くから積んでいきたいと考えたからです。

これから、社会人になる私ですが、やればよかったと思うことはたくさんありますが、その中でも特に「挑戦する」ということです。私の高校生活3年間は、コロナの流行でできる事が限られてしまっていました。その中でも挑戦できたことはたくさんあると思います。むしろ、コロナ禍だからこそ、できたこともあります。今はコロナもだいぶ落ち着き、コロナによる制限が少なくなり、以前のような生活に戻っていくと思いますので、学生のうちに自分の興味のない事にも少しでも触れておくことは、今後の自分の進路などに繋がっていくと思いますので、学生のうちに色々なことに挑戦することは大切なことだし学生のうちにしかできないこともあると思います。

私は、高校1年まで施設で暮らし、高校2年から卒業までの2年間、里親のもとで過ごしましたが、施設にいた時と比べ、自由が多くなり、できる事が多くなりました。施設にいたらできなかったらと思う事もたくさんできました。

里親のところで生活するというには様々な意味があると思いますが、自立できるようになることもひとつだと思います。

一人暮らしをするための準備はもちろん、分からないことは全部自分で解決しようとせず、頼れる人に聞くことや、嫌なこともそのままにしないなど、これらができるようになるのも自立の意味であると思います。少しずつですが、2年を通してできるようになっていきましたが、まだ不十分であると思います。私は2年を通して特にこれを感じました。

社会人になる前に、良いこともそうでない事にもたくさん挑戦し、経験を得て、自立して行ってください。



● Jさん



私のお勧めスポット
カラオケ！

Q. 卒業後の進路は？

配送関係の仕事に勤めます。

Q. それを決めた理由を教えてください

バイトで同職種の経験をしたことで興味を持って、やってみたかったからです。

Q. これをやっておいて良かった、と思うことは？

家計簿をつけて良かったです。自分がどのようにお金を使っているかを目で確認することで慎重に使えるようになりました。他には、色んなバイトをやって、社会経験をしました。

Q. これをやれば良かった、と思うことは？

家計簿をつけたのは最近で、つける前はお金の使い方が荒く、ギリギリで生活する期間が多かったので、節約できるようにすればよかったなと思います。そのために里親さんに預かってもらったりすることもありました。

Q. 後輩たちへのメッセージをお願いします

私は考えていることを伝えるのが得意で、相談するときに「思っていることを言えて偉い」と何度も言われました。なので、自分の考え、思い、意志を伝えることはとても大事だと思います。それも、信頼する人に言うのが大切です。直接じゃなくても、自分が一番伝えやすい形でやるといいと思います。
頑張ってください！！

●M.Hさん



私のお勧めスポット
大町市にある農具川沿いの芝桜

これから高校生になる皆さんへ

高校生活3年間の中で大切だと思った事を皆さんに伝えたいと思います。

きっと誰もが言うと思いますが勉強は大事です。私の体験談ですが小学校で算数を勉強しなかったので中学、高校でとても苦労しました。今でも数学が苦手です。そんな苦労をしないためにも、日々勉強はしましょう。誰のためでもない、自分のためだと思って頑張ってください。

あとは人との関わりや繋がりを大切にしてほしいです。

私に力を貸したり応援してくれた人達に感謝し、これからも感謝の心を行動で示す事で自分も成長できると思います。

勉強すること、人との関わりや繋がりを大切にすることが3年間の中でとても感じたことですし、努力は続けなくてはいけないと思っています。

3 里親リレーコラム お題は「最近〇〇したこと」

最近(パ)ラ(レ)ル(タ)ー(ン)に(挑)戦(し)ました

茅野市 村上 則之

東京から信州に来て10年、今までスキーはずっと「ハの字」のまま…しかし子どもたちも中高生になりカッコ良くスノボを乗りこなすように。「スキーはあんまりスキー(好き)じゃない…」と、親父ギャグの「滑り」でごまかすのも通用しなくなり、50歳を機にパラレルターンに挑戦することにしました。

私はキリスト教会の牧師をしています。教会に来ている20代の若者に指導をお願いし、いざグレンデへ。「先生！上手ですよ！」大きな声で励ましながら並走してくれる優しさに感謝しつつも、「どう見ても下手なのに『先生』って…周囲にどう見えてるだろう？」と心も体も腰が引けてしまう私。

それでも親切な指導のおかげで、次第に板が平行に揃うようになり、何とかパラレルターンっぽく(?)なってきました。

このところ衰えばかり感じていましたが、久しぶりに自分の成長を味わうことができ嬉しくなりました。不格好でも周囲の目を気にせず、年齢に関わらず色々な方に新しいことを教わっていきたいです。



私のお勧めスポット
大清水(茅野市米沢)

4 里親委託費請求書とりまとめの現場から

中央児童相談所
家庭養育推進係 竹内 里香

里親委託費事務担当の竹内里香です。

令和5年1月分の里親委託費請求書から、提出先が各フォスタリング機関に変更となりました。変更に伴い里親の皆様にはご協力いただき、ありがとうございます。年度末のため今後の連絡事項をお知らせいたします。



私のお勧めスポット
善光寺：雲上殿の梅花・桜

1 3月分里親委託費請求書等の提出に関するお願い

- ・提出期限：4月10日(月)必着
- ・令和4年4月～令和5年3月末までに支払いの領収書等、未提出のものがありましたら、請求漏れがないようご提出をお願いします。

※新年度4月分としての請求はできません。

なお、令和5年4月分からご提出いただく、里親委託費請求書及び計算書については4月下旬に発送の予定です。

4月に入学される児童さんについて

以下の入進学支度費等の対象となりますので、4月分請求書（5月10日必着）に併せて必要書類の提出をお願いします。

※必要書類：入学証明書または在学証明書

① 入進学支度金（小学校、中学校入学の方）

→ 小学校：64,300円（定額）、中学校：81,000円（定額）

② 教育費 入学時特別加算費（特別支援学校高等部入学の方）

→ 86,300円（定額）

※①及び②に該当の方は、入学に必要な教材代の対象とならない学用品（運動着、給食着、上履き等）や制服の購入費用に充ててください。

③ 特別育成費 入学時特別加算費（高等学校入学の方）

→ 86,300円（この金額を上限とし、入学に必要な入学金・授業料や学用品等の実費を合算）

※上限額があるため、ご不明な点は各フォスタリング機関にご相談ください。

2 令和4年度分差額請求について

- ・令和4年度中に里子の受託をされていた対象となるご家庭に3月下旬頃、通知及び差額分請求書・計算書（里子1名につき1枚）他を、中央児童相談所から発送の予定です。

※提出期限等の詳細については、通知で確認をお願いします。

最後に

「私のお勧めスポット」について、執筆者からのコメントです。

雅楽川政彦さん「榛名神社（群馬県高崎市）」

群馬県屈指のパワースポットといわれます。去年はなんとなく呼ばれた感じがしたので行ってきました。現在本殿は修復工事中ですが、御姿岩はいつ見ても癒やされます。弱い雨の日がお勧めです。帰りは伊香保温泉に浸かってくると、なお良きです。

かつ丼さん「軽井沢の軽井沢工房」

- ・ソーセージ作りが体験できて、自分で作ったのをその場で食べられお土産としても持ち帰ることができる。
- ・慣れてくるまでは難しいけど、慣れてくると楽しいし自分で作ったから食べた時の美味しさがより感じられる。

Jさん「カラオケ！」

歌を歌うことが好きなので。

M.Hさん「大町市にある農具川沿いの芝桜」

この芝桜は白塩町の塩満会という有志の人達が丹精込めて草刈りや整備をしてくれるおかげで毎年綺麗な花を咲かせます。

春に花いっぱい咲く頃、散歩がてらに見に行くと北アルプスの山々とマッチして素晴らしい風景だと思います。

自分の暮らす環境や自然を、力を合わせて良くしようという心を私も持って行きたいと思っています。



村上則之さん「大清水（茅野市米沢）」

地元では有名な湧き水スポットです。数日ごとに汲みに行き、コーヒーや炊飯に使わせていただいています（飲用は自己責任）。夏は子どもの水遊び場に。

竹内里香さん「善光寺：雲上殿の梅花・桜」

実は行ったことがないのですが、まわりから「お勧め」されたので、ぜひ今年に行こうと思っています。

☆「里親だより」は長野県公式ホームページでも御覧になれます。

（トップページからキーワード検索で「里親だより」⇒右記QRコードもご利用下さい）

【URL】 <https://www.pref.nagano.lg.jp/chuojido/satooyatayori.html>

☆発行：長野県里親だより編集委員会

〒380-0872 長野市南長野妻科 282-7 中央児童相談所内

TEL:026-238-8030 FAX:026-238-8025

メール：satoya-shien@pref.nagano.lg.jp

