



# まつもと版 里親だより

vol. 6

新年度がスタートいたしました。気持ちも新たに笑顔でご活躍のことと存じます。本年度もよろしくお願いいたします。

令和4年度後半は、松本児童相談所主催の里親研修「わ〜くわくタイム」ロールプレイセッション編を開催しました。感染拡大で延期となり、今回ご報告させていただきます。

## ～令和4年度『登録里親向け研修会』後半編～

12月17日(土)  
親子で体験  
SSTをやってみよう！  
NPO法人キッズウィル  
上條美由紀氏  
丸山 茜氏

『SST(ソーシャルスキルトレーニング)をやってみよう！』  
小学生向けのセカンドステップを基に「落ち着くステップ」についてロールプレイを交えて学びました。  
おちつく・・・深呼吸・・・ゆっくり5秒かぞえる・・・  
「おちついて」と自分に言い聞かせる・・・  
遊びや人形を使用しながら子どもが楽しく学べ、里親さんはお子さんを丁寧にリードしながら取り組みました。(平井)

### 参加者の皆さんの感想

- ・子どもと一緒に参加したので、家庭での日常の親子のやり取りにもいかせるし、子ども同士の対応についても一緒に考えるときに生かせると思った。
- ・自分の気持ちを見つめなおす時間になった。そしてそれを言葉にし、体験することで、すんと！と体の中に入ってきた。
- ・親にゆとりがないとどうしても子どもに与えることができなく、話したいことがあっても途中で止めてしまったりと、まず子どもより大人の安定が必要なのかとこの頃考えることが多くなった。
- ・講演を聞いて、まず落ち着くことが大切で、子どもに対しても、家族に対してもそうだということを再確認できた。もっと勉強したい。SSTもう一度と言わずもっと体験したい。



### 『里親養育プログラム』

遊びを取り入れたプログラムで、会場には笑い声が響き、自由な雰囲気の中で伸び伸びと学びました。  
後半は、アテンダントについてロールプレイが行われ、子どもたちを相手に言葉かけのスキルを学びました。日常生活のなかで実践している里親や、新生児である里子の将来の養育のイメージが持てた里親さん、様々な立場で理解を深めていました。(平井)

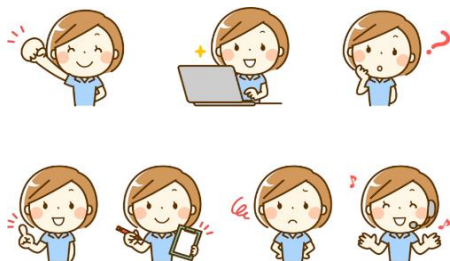
1月28日(土)  
里親養育  
プログラム  
松本赤十字乳児院  
鎌倉美枝氏



### 参加者の皆さんの感想

- ・『よく遊ぶ子どもは幸せになる』もっと遊んであげたい。
- ・楽しく遊びながら、学べた。子どもの自主性とイメージを大事にしたいと思った。
- ・子どもの自主性を育てる、見守るということは、どうすればいいのか難しく考えてしまうけれど、今回のロールプレイをみてとても参考になった。五感を使う楽しさを味わった。
- ・機会があれば、また参加したい。

3月25日(土)  
10:30~12:00  
ゲーム・ネット依存症  
講演とルール作り  
子どもとメディア信州  
滝沢直美氏



『スマホ・タブレットと上手につき合う』  
～使い方のルールを作ってみよう～

ゲームやSNSなどのメディアツールは生活の一部です。大切なのは、使い方をコントロールすること。「情報モラル」を学び、世の中に溢れる情報を正しく読み解き発信できる力(情報リテラシー)を向上させるための研修でした。

タブレットは、昨今もはや「文房具」としての役割を果たし、今回参加した里子さんも、学校で教えられた内容をよく理解していました。しかし、1億総スマホ時代を迎え、わが子(里子)を守るためにも、IT機器の利便性と危険性を何度も学んでいくことの重要性を感じました。残念ながら参加者が少なく、ほぼマンツーマンで質問に答えていただきました。

参加者の方も、『知らないこともあったり、ルールの取り決めが大事だということ再認識したので、子どもと一緒に取り組んでいきたい』と、有意義な時間を過ごしていただきました。(平井)

「こんなことを守って使って欲しい」と思うルール作りをしてみましょう！

・1日〇時間以内にする・夜〇時以降は使わない・自分の部屋に持ち込まない・充電はリビングで・食事中スマホは使わない・スマホを優先させない・自分や友達の写真や動画を簡単に送信しない、アップはしない・ネットに悪口を書き込まない・課金はしない・アプリを入れたり、SNSを始めるときは保護者に相談・歩き・自転車スマホはしない・ネットで知り合った人と直接会わない・個人情報やネットに載せない・何かトラブルがあったらすぐに保護者に相談。e.t.c.

松本版里親だよりvol.1で紹介しました、2021年4月期放映された

『コタローは1人暮らし』が『帰ってきたぞよ！コタローは1人暮らし』として、2年ぶりの続編が始まりました！！

ちょっと  
ひといき

両親のネグレクトにより、児童養護施設で育つが、誰にも迷惑を掛けたくない施設を飛び出し、再び両親と暮らすために1人暮らしをしている。自分が強くなれば、両親は自分を愛してくれると信じて、母が亡くなったことも知らず、鍛錬を続けている。

この度幼稚園から小学校へ、最強となって入学！

コタローに関わる隣人狩野や、まわりの住人たちも、大人としての責任や人を思いやる気持ちの大切さを実感し、成長していきます。

土曜の夜に、コタローの大人顔負けの言動と、子どもらしい

可愛い一面にホロっと泣ける、ハートフルコメディ！

この春一番優しい物語を、ご覧になってみませんか？

下記松本児童相談所ホームページでもご覧いただけますので、ご活用ください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/matsujido/images/satooyadayori.html>

(松本児童相談所、右記QRコードもご利用ください)



松本版里親だよりへのご意見、ご投稿等、お気軽にお寄せください。

松本児童相談所

住 所：松本市波田9986 電話：0263-91-3370