

越 高 P T A だ よ り

PTA学習会を無事終了することができました！ 生活進路委員会

担当PTA副会長 可児 雅幸

11月8日(土)に開催いたしました第3回PTA学習会では、助産師を開業するかたわら、「男女平等推進センターウィルながおか」において思春期保健相談士としても活躍をされている酒井由美子さんを講師にお招きして、『～親が変われば子供が変わる！?～ 思春期の子どもたちと向き合うために・・・』と題して、講演をしていただきました。



今回の講演は、身近で起こった相談事例などを交えて、思春期の子供たちを取り巻く環境や現状が、楽観視できるような状況ではなく、また、決して他人事ではないことが伝わってくる内容で、1時間半の講演時間がとても短く感じられました。

子供たちを信頼することは大切なことですが、安易な放任主義は保護者の責任放棄と言っても過言ではありません。親としての責任をしっかりと認識した上で、責任ある行動と態度を子供たちに示すことが、思春期を迎えている子供たちと向き合うためには必要であると実感されました。

講演会の最後に、参加された保護者の方々が簡単に出来る性格診断テストを行い、お母さんとお父さんそれぞれが、保護型・信頼型・支配型・放任型のどのタイプに当たるかを自己診断しましたが、それぞれの性格分析の解説にうなずく参加者も多かったようで、自分自身の性格を客観的に見ることが、なんとなく・・・出来たのではないかと思います。

「親が変われば子供が変わる」ためには、まず、親自身が自分の性格を客観的に知る事が重要であり、良いところは積極的に伸ばし、悪いところは親が率先して変えてみてはどうでしょう？きっと子供が変わるはずです。

お陰様をもちまして、今年度予定しておりました3回のPTA学習会も無事終了することが出来ました。設営上不慣れな点もあり、参加いただいた皆様方にはご迷惑をお掛けした点もあったかと思いますが、参加いただいた皆様から頂いた貴重な意見を参考に、



来年度も学習会を開催していきたいと考えておりますので、宜しく願います。

カイロプラクティック 健康講座

教養委員会

副委員長 柳沢 泉

教養委員会の今回の企画は、カイロプラクティックでした。

朝晩の寒さが厳しくなり、足腰に痛みを感じる方も多いかと思われます。痛みの原因を子育てや家事、仕事のせいだから仕方が無いと考え、良くなる訳が無いと諦めていませんか？今回の講座ではそう思っていた方も、『骨盤の歪みを整えるだけで、体が軽く楽になる!!』と感じたのではないのでしょうか？

でもまた足を組んだり、長時間同じ姿勢でいれば、すぐさま元に戻ってしまいます。そこで今回は自分の歪みを知るだけでなく、日常生活の悪い癖に気をつける事で歪みにくくなる指導もして頂きました。自分の身体への小さな気遣いで防げる病気がある事も知り、とても勉強になりました。

教養委員会では今後も『誰もが参加して楽しめる行事』を計画しています。多数のご参加お待ちしております。



～講師の山宮茂美さんから～

教養委員会主催の『カイロプラクティック 健康講座』に多数のご参加有り難うございました。

講義では、『本当のカイロプラクティックとは・・・』『痛みの原因は何処から来るのか?』『骨盤の歪みを整える事の大切さ』をお伝えしました。

体験では一人一人の体の歪みの検査をさせて頂きました。左右の足の長さが3cmも違ったり、肩の高さがずいぶん違ってたりと、皆さんが自分の体の歪みにびっくりされていました。自分でもできる簡単な運動で、殆どの方が足の長さや肩の高さが揃ってさらにびっくりされていました。今回は短い時間でしたが、身体のバランスがとれた事を実感して頂きました。

今後は毎日を健康に過ごす為に、悪い癖はしないように心掛けて下さい。



学習会のアンケートから (たくさん戴いたご感想やご意見の一部です)

<講演の内容について>

『今回の学習会はとても良かったです。夏休み前の学習会では「だから何!」「だからどうすればいいの?」と疑問が残りましたが、今回は親のすべきことが分かりこの中の一つだけでも心がけたり実行に移すことで何か自分もわかるんじゃないかと思えてきました。明日からの生活に元気になる講演をありがとうございました。』『親としてまだまだ未熟なところがたくさんあり耳の痛い事ばかりでした。子どもは1人ひとり個性がありその子どものよいところを信じて見守る。子どもを信じて子どもから目を離さないでいたいと思います。子どもと共に親も成長し親も欠点をさらすダメな点も認め合いながら大人になっていけたらいいと思いました。』『難しい年ごろの子供たちにどうかかわったらよいか、アゼリアをみて少し方向性が見えました。性的な事に関してうちの子は大丈夫だろうとあまり心配をしていなかったが改めて話し合ってみなければならぬと感じました。ありがとうございました。』『ショックでした。あまりにも無知な母親で。4歳上長女がいます。今は県外の大学で看護学の勉強をしています。長女は部活部活で3年間過ごし目指す大学へ進学しました。それを近くで見ていた私はとても安心していました。〇〇は姉とは全然違いますが、明るくおおらかな娘で私としては信頼していました。もちろん今でも信じていますが雑誌やインターネットなど、子供を取り巻くものがあまりにも現実的で……。本当に驚きました。もっときちんと見つめていかなければいけないのかも知れませんが。』

<運営について>

『大勢だと悩みを相談したり意見が言いにくいのでグループに分かれて日頃思っていることなどを会話ができればいいと思う。質問を前もってアンケートに記入して、その内容について先生(講師の方に)応えていただきたい。』『学習…性…どんな内容でもよいと思いますが先生方子どもたち(アンケート結果でもよいと思います)の意見や気持ちに聞けたらと思います。』『グループ分け(ワークショップ)の方が意見交換できるのでは?』『開催日程は、平日は無理かと思いますが、土日(仕事のある方も)の夜なら出席できるかと思うのですが…?逆に平日が無理な方でも夜なら出席しやすいかと…。(欠席連絡)』『もし可能であれば夜間に開催していただくと出席できるのですが、毎回興味深い内容ですので出席したいと思うのですが、残念です。(欠席連絡)』

今回の学習会は参考に、

1 なった	2 少しなった	3 ならない
45	0	0

学習会のテーマは

1 よかった	2 まあまあ	3 よくない
42	3	0

前回と今回の学習会の関連について

1 よかった	2 まあまあ	3 みられない
29	4	1

子どもたちを安心して見ることが

1 できる	2 少し心配	3 心配
16	24	3

クッキング教室 に参加して

長束 晴恵

長岡赤飯ということで、いつか我が家の食卓にといい主人と二人で参加してみました。郷土料理を受け継いでいくことの大切さ、毎日かかさず食べなければならない食事の大切さなど普段自分流で手抜きばかりしている私にとって色々勉強になりました。

いまだPTA活動は主人におまかせでしたが、参加してみると楽しいものですね。機会があったらまた参加してみたいとおもいます。

次回には、バレンタインのチョコ作りもあるようです。生徒の皆さんも参加してみたいかがですか。

(クッキング教室は10月から来年1月にかけての3回に渡って行われます。次号でもご報告いたします)