



あおば 児家センだより



2024年 10月

第12号

児童家庭支援センターあおば
福島市土船字新林24番地 児童養護施設青葉学園内
電話・FAX 024 (597) 8823



令和6年度福島市第1回「親と子どものふくふくトレーニング」を行いました



セッション4の説明



前回の宿題の確認



託児の様子

昨年に引き続き福島市が主催し、児家センあおばが共催し、標記のトレーニング(ペアレントトレーニング)を6月13日(木)～8月29日(木)に6回講座として、福島市保健福祉センターを会場として実施しました。

昨年度と同様、募集開始直後に定員に達しました。保護者の皆さんのお子さんのしつけの仕方に対してのニーズが高いことがわかります。

参加者は乳幼児のお母さん方が多いので、ふくトレ講座中は託児所を開設し、0歳児から小学校低学年までのお子さんを福島市こども家庭課の保育士さんと児家センあおばの職員でお預かりしました。

お子さん達は、広いスペースで体を動かしたり、おもちゃで遊んだりして、お母さん方が勉強している間のびのび過ごしていました。

参加者の皆さんは、事前アンケートから、育児に関してご自身で勉強されている様子がよく伺えました。また、自己紹介やロールプレイでのやり取りからも、子育てにご自分の考えをお持ちだと思いました。

各セッション終了後、宿題としてその日の講座で学んだ「ふくトレ」の手法を用いて次回までに各家庭でお子さんに実践してもらいました。

宿題に関しても全員真剣に取り組み、ご自分のお子さんに実践されました。宿題や講座の感想を以下に記します。

○ 今まで使っていた言葉では子ども達にうまく伝わってなかったと気づくことができました。忘れないうちに家でも使いたと思います。

(セッション1「わかりやすいコミュニケーション」より)

○ 子どもの悪い行動が目につくあまり、良い行動は当たり前だと思って見落としてしまいがちというお話が印象的でした。一人っ子で「謝る」という場面が少なく、悪い結果を今後経験させていけるか不安です。(セッション2「良い結果、悪い結果」より)

○ 「子どもの側に立った理由」というのが難しく、そもそもそのような考え方をしたことがなかったので、目からウロコでした。うちの子には、この視点の声掛けが有効(効きそう)だと思うので、やってみようと思いました。(セッション3「効果的な誉め方」より)

○ 子どもと楽しく練習する事の大切さがよくわかりました！同時に親(自分)の気持ちのコントロールをしっかりやりたいです。(セッション4「予防的教育法」より)

○ 問題行動を正す教育法の練習をさせたら、ノリノリだったので、練習を効果的にやっていきたいです。子どもが「でも」「だって」とへりくつが多くなってきたので、うまくあしらいながら子どもに注意したいと思います。(セッション5「問題行動を正す教育法」より)

あおば子育てサロンを開催しました

ビューティーサロン 後援:福島市

8月26日に福島市アクティブシニアセンターAOZにて
資生堂の講師2名を招きメイク講座を開催しました。

メイク講座ではクレンジングをしてからスキンケア、ベースメイク、アイメイクまで教えていただきました。

資生堂の商品を1人1つずつお借りし、メイクのポイントを聞いて実際にメイクをしていきました。講師の先生方は一人ひとりの進み具合を見ながら個別のアドバイスなどもしてくださいました。

メイクが進むにつれ、お隣の方と笑顔でお話するお母さんたちの姿に私たちスタッフも笑顔になりました。

感想

- ちょうど育児疲れがある中でも綺麗なママでいたいと思っていた
- 参加してメイクをして、メイクを頑張っていた頃を思い出し、とても楽しい気持ちになりました。家に帰ってからもう気分が良かったので家事や育児が進みました
- 育児の疲れも忘れ久しぶりに自分のためだけの楽しい時間を過ごせました



自分をいたわる アロマセラピー

助成:公益財団法人資生堂子ども財団
後援:福島市

9月7日に青葉学園会議室にて、講師にアロマセラピストで看護師の鈴木幸恵先生を招いてアロマセラピー講座を開催しました。

アロマについての知識を学んだあとに、アロマオイルを使ったマッサージを教えていただきました。

ペアレッスンに加え、忙しい毎日でも取り入れられそうなセルフケアやアロマの利用方法なども教えていただき、充実した内容となりました。

アロマオイルはお母さんそれぞれが4種類の精油から2種類選んで香りづけした自分好みのものを使用しました。

アロマオイルはお土産にお持ち帰りいただきました！

感想

- とてもリラックスできたし、勉強になりました
- こんなに充実した時間を過ごせると思いませんでした
- 100%精油のテスターをいろいろ試せる機会がなかなかないので良かったです



託児はどちらも、すけっとくらぶの皆さんにご協力いただきました。

初めての経験に泣いてしまうお子さんもいましたが、抱っこやおんぶで泣き止み、様々なおもちゃで遊んですごしました。

「どきどき、保育園スタート!」開催のお知らせ

親子の不安が増す保育園入園。どんな心の準備をしたらよいのか？子どもにどんな心配りが必要なのか？

入園後の親子&家族関係をより良くするためのヒントをお伝えするセミナーを開催します！日程は決まり次第、児家センあおばHPに掲載しますのでお見逃しなく！！