

## 第3回「あおもり家庭教育アドバイザー養成講座東青地区」

8月27日（金）浪岡総合保健福祉センター 受講者11名

第3回は家庭教育支援チーム・子育て団体等参観ツアーと題して、地域の家庭教育支援団体の活動の様子を参観しました。東青地区は、青森市の特定非営利活動法人子育て応援隊ココネットあおもり 代表理事 沼田久美(ぬまた ひさみ)氏が開催している「きらきら塾」を参観させていただきました。沼田氏は、平成18年に「子育て応援隊ココネットあおもり」を設立、平成23年には青森市家庭教育サポーター連絡会を設立、同年青森市子育てサポートセンターの運営を青森市より受託し、15人のお仲間と子育て講座や市内の小中学校での「家庭教育学級」のサポートなどを現在も行っています。さらに、平成25年には、青森県立保健大学内に子育て応援ルーム・多世代交流広場として「ココかれっじ」を開設、平成30年1月からは青森市役所駅前庁舎で青森市つどいの広場「さんぼぼ」を受託するなど、家庭教育支援活動を中心に幅広く活躍されています。

**講師 特定非営利活動法人子育て応援隊ココネットあおもり**

**代表理事 ぬまた ひさみ 氏**

当日は、「きらきら塾」に参加する保護者の方と一緒に、受講者も参加しました。この日のテーマは、「ママのリフレッシュタイム～思いを聞いてもらってスッキリ～」で、自分の思いを相手に伝えるための伝え方や聞き方の体験を通して、子育ての中で感じるイライラを解消する方法を共に考えることをねらいとしています。



はじめに、アイスブレイクとして、誕生日順に円になるバースデーラインを行いました。声を出さずに自分の誕生日を伝えなければいけないので、参加者は身振り手振りで確認し合いながら円になっていました。沼田氏は、「言葉じゃなくても、ちゃんと伝わるし、伝えることが大切なんです。」と、その活動を通して感じて欲しいことをさりげなく参加者に語りかけます。

次にグループごとに、子育てで気になることや悩みを付箋に書き、出し合いました。その後、グループで話すテーマを2つ決めて、自由に話し合いました。各グループからは、笑い声や「分かる分かる」と共感の声が聞こえてきました。たっぷり1時間話した参加者は、スッキリとして満足感でいっぱいの表情でした。沼田氏は、「話すこと、聞くことって楽しいですね。こういう機会を作っていきましょう。」「私たちは専門家ではなく、伴走者です。」と参加者に語り、講座は終わりました。受講者にとって、地域で行われている活動を参観、体験することができた貴重な一日となりました。

### 【受講者の声】

- ・ 傾聴することの大切さや効果を実践で学ぶことができよかったです。話をすることでストレス発散になったり、話を聞くことで自分の学びになったり、人と話す機会をもつことがどれだけ有意義かを再確認することができ、とてもよかったです。
- ・ グループ内で各々が抱えている問題や体験してきたことを話し合うことを通して、様々な気づきがありました。伝えることの難しさ、伝わったときの喜びや、反対に聴くことで共感したり、多角的に物事を捉えるきっかけになったり。とてもよい刺激となりました。