

しゅうれんかい（修練会）からのメッセージ

公益財団法人豊島修練会 2019年3月8日号（通算第51号）

子どもたちへ（小さなお子さんには読んであげてください）

自分に、何か、困ったことがあるとき、あなたは どうしますか？ あてはまるものの（ ）に○を書きましょう。

- 1（ ） 両親や家族に相談する、
- 2（ ） 学校の先生や大人に相談する、
- 3（ ） 友達に相談する、
- 4（ ） LINE や SNS で、仲間に相談する、
- 5（ ） 教育相談所に電話して相談する、
- 6（ ） 誰にも相談しないで、自分で何とかする、
- 7（ ） じっと我慢する。

1○、2○、3○、5○だと思います。自分だけで悩んでいないで、信頼できる人に打ち明け、力を貸してもらいましょう。



大人の皆様へ（パパ&ママ、ジジ&ババ）



人は、歴史の先頭を歩いているので、悩みごと、困ったこと、答えの見つかりにくい課題などに囲まれています。こういうことがあるのは、ある意味当然のことなのです。

だから、それを自分なりに解釈して、解決したり、避けたりする必要があります。でも、うまくいかないことがあり、ストレスが溜まります。

その時、あなたは どうしますか。あなたなら上の子供たちの1～7のうちのどれを選択しますか？ やはり、自分一人で抱え込まないことです。大人の悩みや困りごとに、他の人が「素晴らしい答え」を出してくれることはないかもしれませんが、ヒントになることを話してくれたり、自分の気持ちを温かく受け止めてくれたり、「ホッとする」何かを得られるかもしれません。最終的には、自分のことは自分で…ということになるかもしれませんが、自分を受け止めてくれる人が身近にいるだけで、なんと幸せなことでしょう！

学校の先生がたへ

東京都教育委員会が、「SOS の出し方に関する教育を推進するための指導資料（活用ガイド）」という資料を、平成30年2月に出しています。表紙には、「SOS の出し方に関する教育では、子供が悩みを抱えたときに助けを求める、身近な大人がそれを受け止めることを目的としています」と書いてあります。

命の大切さを実感できる教育、様々な困難・ストレスの対処方法を身に付けるための教育（SOS の出し方に関する教育）、心の健康の保持に関わる教育について、実際の授業の進め方（指導計画、教材、授業形態、展開—題材、ねらい、本時の流れ）を紹介しています。

また、子供向けに相談するときや悩み事を打ち明ける時にどのように話したらよいか、教師が受け取る時の言葉や言ってはならない言葉などが例示されていて役立ちます。

子供が、悩みやストレスがあるのに、自分の殻に閉じこもって苦しみ、不幸な行動に移さないようにするにはどうしたらよいか、真剣に考え、子供たちに、どうしたらよいかを指導・支援してあげてください。お願いします。



（BOKE-K）

★備考★[成美教育文化会館]で検索すると、「かけはし」のほか「メッセージ」「Q&A」「ほん本ブック」をはじめ「一字荘」や「至楽荘」の利用の仕方、「成美教育文化会館」の会場貸出など様々な情報が閲覧できます。ご利用ください。

