

## 「親育」スケジュール

今年の子ミュカ®ゼミナールも当面【オンラインライブ】で開催いたします。「親育アンケート」にご回答頂くことを条件に受講料が無料になります。(zoom cloud meetingを使います)

- 6月18日(金)第70回 コロナ禍の時代、オンラインやSNSをどのように活用するか?  
20:00~21:00 担当: 山上 敏樹
- 7月17日(土)第71回 自分に優しくなれるこどもに優しくなれるお母さん心理学  
14:00~15:00 担当: 平野 弘子
- 8月21日(土)第72回 ありのままの自分を磨く、生命(こころ)の質問  
10:00~11:00 担当: 岩淵 賢次

【お知らせ】毎年恒例の周年記念イベントは秋頃開催を予定しております。

- 「親育アンケート調査」には、多くの方にご協力頂き、本当にありがとうございました。ご回答頂いた方からは「人生の振り返りができてよかった。」といった嬉しいご感想もいただきました。



アンケートはこちら↑

## 親育メンバー募集中

「親育メンバー」を随時募集しております。3種類の会員制度がございます。お申込は、HPからどうぞ。(講座受講で入会金免除、入会月で会費が異なります)

- ▼正会員 一緒に活動して、盛り上げていきたい。  
入会金: 10,000円 年会費: 12,000円 (月1,000円)
- ▼利用会員 イベントや講座に参加したい。  
入会金: 1,000円 年会費: 6,000円 (月 500円)
- ▼賛助会員 私たちを応援したい。  
入会金: 10,000円 年会費: 12,000円 (月1,000円)

私達が正会員メンバーです (50音順、令和3年6月1日現在。メンバーの紹介はHPにて)

代表理事) 黒田 忠晃 副代表理事) 山上 敏樹 理事) 横山 美八子 監事) 岩附 あずさ  
正会員) 阿部 ゆり 岩淵 賢次 岩淵 優子 太田 秀樹 久野 由詠 谷川 未左子 平野 弘子  
眞柄 文子 松本 紀子 村野 政章 山本 百代

NPO法人  
**親育**  
ネットワーク  
「親育」を通じて、未来ある社会を

〒470-0122  
愛知県日進市蟹甲町中島277-1 (にぎわい交流館内)  
電話: 0561-76-3475 (La C Lo内)  
E-Mail: oyaiku.network@gmail.com  
HP: 「親育ネットワーク」で検索  
http://www.oyaiku-net.org/



NPO法人親育ネットワーク

# おやいく通信

令和3年6月  
第10号

## 子ミュカゼミナールOnline



親育ネットワークの月1講座「子ミュカ®ゼミナール」。私たちの創設当初から継続している事業となります。多様な活動をしている私たちの正会員が講師として、これまでの活動を通じて培ってきたノウハウを元に、一緒に楽しみながら学んでいく場を提供しています。横のつながりを創り、学びを実践することを通して、前に進む変化を感じていただけたらという想いで続けて参りました。

コロナ禍の中でも開講できる形を模索し、オンラインで開催を続けております。国内だけではなく、海外からもご参加頂けるのは本当にありがたいことです。継続実施中の親育アンケートにご回答頂くことで、無料でご受講いただけますので、ぜひご参加ください!

今回は、今年2月~5月に行われた子ゼミレポートをお届けします。

### ○2月 人生を面白く生きるための4つの特徴

講師は、副代表理事で、特定非営利活動法人子どもアイデア楽山の山上敏樹が担当いたしました。今回は、Q & A方式で夢を持つこと、人生の目的を持つこと、楽しい人生、つまらない人生等々のトピックから参加された皆様のお考えをお聞きする時間でした。

「どのようにしたら楽しい人生になるだろう?」を周りの方々と語り合うことでその周りの方々も楽しい人生とはを考えて生き出すきっかけになるかもしれません。そうしたら、またその方たちが周りの方に。そういったいい循環が回っていくきっかけになるといいなと思った講座でした。



### ○3月 生命(こころ)の声を聴く質問講座

講師は、ふぁみりいぐっと合同会社代表講師岩淵賢次さんでした。仏法哲学の学びと魔法の質問を織り交ぜながら、自分の心とたくさん向き合う時間となりました。自分の心は、状況によって、一瞬で変化するのですが、どの心の状態を求めたいか、そのためにどうしたいかを考えていくことで、自分を整えることができますね。

「生命(こころ)の財(たから)を育むために大切なことは何だろう?」「満たされるとどんないいことがあるだろう?」笑顔と感謝、希うことに意識を当てることはとても大切です。



## ○4月 わきまえない弁護士と考える『呪いのことば』への処方箋

弁護士の久野由詠さんが担当でした。コミュニケーションをとりながら心にモヤモヤを感じることがあります。それはなぜそう感じるのだろうかということが多々あると思います。

よくあるミスコミュニケーション、知らず知らずのうちに使っている言葉について知識を教えながら、人権も踏まえて考える時間となりました。コミュニケーションは奥が深いです。

対話をする中で失敗することもあります。それを恐れて、コミュニケーションを取らないのではなく、失敗の中から学び、常に成長していくことは大切です。相手としっかり向き合いながら、信頼関係を築いていくことが求められていますね。



## ○5月 大人の発達障害?!～人は支え合って生きて活きます～

ふぁみりいぐっど合同会社代表で、保育士の岩淵優子さんにご登壇頂きました。まずは、全員でセルフチェックからスタート。その上で、アスペルガー症候群



ADHDの基本定義を教えてくださいました。

生きづらさ、うまく世の中が渡れないことに支援が必要である場合、その人自身はもちろんのこと、周りの人も適切な支援やサポートが求められるということでした。そのためには、支援やサポートが受けやすい「安心安全な場」が必要です。そうすることで、いい経験を重ね、自己肯定感を高めていくことで軽減されていくとのことでした。

## 汗をかこう 理事 横山美八子 (食育指導士)

これから暑くなり、汗をかく季節。食べると体温が上がります。エネルギーになります。汗で、便で、デトックス。でも、汗って水分だけじゃない。大切なミネラルも出て行っちゃう。だから、水だけ飲んでても補えてないのです。熱中症にならないように塩分が必要なんです。

そこで、500mlのペットボトルに水を入れて、はちみつ大匙1と塩を少々で自分ながらの熱中症対策ドリンクを作って夏を乗り切ってください。レモン果汁を落とすと香りもよくなって飲みやすいです。ちなみに、私は「飲む点滴」といわれた甘酒を年中作ってるので夏は冷やし甘酒でよく飲みます。登山の時は凍らせて持っていくと汗だくだくの喉と、小腹の空いたところに小満足。

食べることは生きること。私たちは植物ではなく、動物です。動くことで汗もかく。動いて筋肉を鍛えましょう。免疫力アップにつながります。この夏、いっぱい汗をかいて新陳代謝を高めませんか？



☆5月1日(土)に令和3年度第1回通常総会を開催いたしました。今年度は、子ゼミでこれからの教育で大切なことを引き続きお伝えしながら、親育研究会で検討してきた「親育アンケート調査」の報告も兼ねたシンポジウムを11月3日(水)に開催いたします。クラウドファンディングにも挑戦する予定です。ぜひ皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

## 最近力を入れていること 副代表理事 山上 敏樹

この1年間、コロナ禍の影響でリアルでお会いする機会もなくなりましたが、持ち前のプラス思考でなんとか生き抜いています。

ところで、最近、力を入れていること。間違いなく、オンラインとSNS活用です。話術を磨き続けなければ錆びづくと思い、Facebookグループ「イキイキワクワクおとな塾」を開設し、Facebook & YouTubeライブ配信や音声型SNS clubhouseで親育について語ったり、オンラインサロンやオンライン講座、ハイブリッド授業などに取り組んだり、新たなことに果敢に挑戦しています。

コロナ禍でも、まだまだやれることは沢山あります。皆さんも諦めずに、一緒に楽しい人生を歩んでいきましょう！

## ノリコラム vol.8「子育ては自分育て」 松本 紀子さんの連続コラム

今年3月終わりに、わたしのところを卒業して親元からも旅立った、わたしの大事な大事な子がいます。

自分の軸を小さい頃から持った子で、中学生になる頃までは言い争ったりもしました。子ども同士の関係性で辛い思いをしている場面を見かけてしまい、2人で一緒に泣いたりもしました。

長女で強いけど実は繊細。わたしの言うことはホントにきかないけど、学校ではホントに模範生。悩みもしたけどわたしの所が自分を出せる場になれてるのかもと、方向転換をして彼女の話をとことん聞いて話し合うことに徹してきました。

うちにはピアノを習いに来ていてピアノはもちろん弾くけど、レッスン以外の時間が長く本来の目的とはかなり違う時間を過ごしていることを伝えても、理解しわたしの所に毎週送り続けてくれたご両親。話はどんどん長くなるから帰る時間はどんどん遅くなるのに、きちんと迎えに来てくれました。ご両親の子どもを見守る姿勢は、親のお手本のように感謝しかありません。

自分達の周りで起きてるように見えることをただ単に信じることは、知ることの放棄。自分にとっての正しさとは何かを2人でじっくり話し合ってきた十数年間でした。わたしにとって、本当に大事な時間を彼女は与えてくれました。

毎週会えなくなって本当に寂しいけど、自分で自分を好きでいられる、自分で自分を褒めることができる自分でいられる努力をこれからも続けてくれると思います。彼女と出会えて過ごして来た時間は、本当に宝物です。これからの彼女の成長が心から楽しみです。

いつも思うけど、子どもの為じゃなく、わたしの為の時間だったなあと、育てているつもりが、実はわたしが育てられていたんだなあと感じます。

子ども達の未来が健やかでありますように。そう願い続けることこそが、大人も健やかに生きていけることになり、社会全体が健やかであるための努力ができると思います。

子どもの目で、何で？どうして？をちゃんと感じる事ができ、考えることのできる社会でありたいと願います。