

スマイルおかあさん



第1ブロック母親委員だより
平成27年10月発行
新通小 大石清子

朝夕ひときわ冷え込むころとなりました。10月に入り1年の折り返し地点であるとともに、学校においても後期が始まりました。前期の第1ブロック母親委員の活動を紹介します。

平成27年度第1ブロック母親委員テーマ
『アクティブにポジティブに ～子どもの笑顔のために～』



家庭を守る家族の中心的役割であるお母さんが、疲れていたり暗い顔をしていたら、子どもたちは心配で笑顔になれません。お母さん自ら行動的、前向きに毎日を過ごすをモットーに、研修会を通して身も心も元気になって、アクティブにポジティブに活動しています。

そもそも「母親委員」で…何？と思われる方もいらっしゃると思います。母親委員とは…静岡市PTA連絡協議会の専門委員の中に「母親委員」があります。市内の小中学校が12ブロックに分かれて、年間のテーマに基づき活動しています。簡単に言ってしまうと、母親の意見をPTA活動に反映させ、母親ならではの視点で子どもたちを取り巻く環境や問題を意見交換しながら、子どもたちを支えていくのが母親委員の役割と考えています。私たち第1ブロックは、小学校10校と中学校4校の計14校、母親委員23名で活動しています。

～第1ブロックメンバー紹介～

◎…ブロック長

○…副ブロック長

末広中学区

新通小 ◎大石清子 杓谷ひろみ
番町小 岡本可奈 米沢真紗美
安西小 神谷直子 阿部富士乃
末広中 ○海野朱美

安倍川中学区

駒形小 杉山仁乃 興津明子
田町小 増田正恵 矢部真名美
安倍川中 上地浩子 大村明子

籠上中学区

井宮小 國上隆子
井宮北小 山本さと美 片井淳子
籠上中 小澤智美

美和中学区

美和小 岡村智香
足久保小 西村裕美 根本幸子
安倍口小 浅野美紀 鈴木仁美
美和中 瀧口直子

※静岡市PTA連絡協議会のホームページで母親委員の活動の様子を見ることができます！

各ブロックの活動、全体会での様子などもアップされていますので、是非ご覧ください♪

アクセス 

バランスボールエクササイズ

平成 27 年 6 月 18 日(木)真柄すみか先生を迎え、
新通小開放会議室にてバランスボールエクササイズ
を行いました。

音楽を流しながらリラックスした空間で、楽しく有酸素運動を行います。
骨盤矯正・体幹強化・運動不足解消・肩こり解消・ストレス解消・自律神経
をコントロールするなどの効果が得られます。また、平衡感覚を身に付
けてゆがみを整えることができます。座った姿勢でエクササイズする
時には、骨盤周辺の筋肉を動かし体幹筋肉も鍛えられ、身体の前左右
のバランスを調整することができ、代謝もアップします。



～参加者の感想～

バランスボールは自分が想像していたのと違い、とても楽しく気持ち
がリフレッシュできました。日常動かさない筋肉、骨盤を意識しながら
やるのは大変でしたが、終わった後の自分の体が軽く感じました。

運動不足解消のために何か運動を始めたいと思っていましたが、
バランスボールエクササイズはテレビを見ながら家の中で簡単に
エクササイズできるのでとても魅力的です。
早速子どもと一緒に楽しくストレッチしてみたいと思います。

tigpig

講演会

平成 27 年 9 月 8 日(火) ポピー教育主事佐藤郁先生を迎え、
新通小開放会議室にて講演会を行いました。



テーマ・・・自立期の子どもに向き合う

ー 反抗に託された子どもの声を聴く ー

『自立期』の子どもに親としてどう向き合うか、現代社会が抱える
さまざまな問題、教育格差、ネット社会、いじめ、不登校
子育て困難の時代に親にできることについて

- ・依存しつつ自立していく過程を大切に
- ・弱音を吐ける家庭「よい子」でなくても受け入れられる家
- ・「子どもが人間社会のなかで精神的に豊かに成熟し、
強くなやかに育っていくこと」
- ・子どもの命を大切に守り育てていく社会こそ一番大切



～参加者の感想～

- 反抗期が実際には自立期であるという話を聞き、日ごろ口やかましく注意することが多いので、子どもたちが自分のことを大切に思えるような声かけを心がけるようにしたい。
- 自尊感情を高めるような言葉をかけ、見守りを続けていきたいです。気持ちが前向きになりました。
- 一番心に残っているお話は、「子どもとの会話時間ー命令・禁止・指示・ぐちの禁止ー」でした。今日お話しいただいたことを大切にし、温かい言葉や命令・禁止・指示・ぐちではない会話が増えるようにしていきたいです。
- 子どもが反抗期にはいった時に、自立しようとしている成長の過程だと思い、見守っていきたいと思いました。また、自分自身も子離れしていく親の成長過程だと思ったので、この時期を大切に子どもと向き合いたいと思いました。
- 反抗期といわれていたことが、今は自立期ー子どもが親から巣立つための重要な時期ーであることがわかりました。
- 一番グっときたのは、「物差しは1本ではない』『「よい子」の殻を脱ぎ捨てても受容できるか』ということです。子どもの様子をくみ取り接していきたいと思います。

その他の活動

○5月22日(金)第1回市P連母親委員会全体会 ～小中学生のSNS利用について～

○9月26日(土)母親委員会全体研修会(静岡ライオンズクラブ 後援) ～ネットに振り回されない環境作り～