



一人ひとりの心育ちを応援♪

こころの子育て

子育て情報があふれる中、戸惑いを感じることはありませんか？

子育てには how-to 式の方法があるわけではなく、
その時、その時の子どもと親自身のところをみつめ、
どのように子どもにかかわればよいのかを見つけていくことが大切になります。

たとえば ・「甘やかすこと」と「甘えを受けとめること」の違い
・思春期までに親としてやっておきたいこと
・子どもが親と正反対のことをするのはどうして？
・自分らしさ、個性、個性的にいきるとは？
……などなどが話し合われるでしょう。



秘密を守る安全な場で参加者の真の思いを語り、また耳を傾け合いましょう。

* 参考図書:河合隼雄「こころの子育て」朝日新聞出版

* お試し参加歓迎、お気軽にお問い合わせください

2026年

日時 : **11/8 12/13 1/10 2/14 3/14**

(毎月第2土曜日)

10:00~12:00

連続5回

* 状況により日程を調整することがあります。

講師 : **河西恵子先生(臨床心理士)**

略歴: 愛育病院ほか医療機関に長年勤務。横浜女子短期大学および横浜美術大学
元非常勤講師。個人カウンセリングをはじめ、専門家向けカウンセリング
講座、子育て講座講師など。
2018年から毎年開催している人気の講座です。

会場 : **平塚市民活動センターおよび崇善公民館**

参加費 : **1回 1,000円**

主催 : **親と子の寺子屋ふれあい自遊塾**

お申し込み : HP▶ <http://jiyuikyuku.wordpress.com/>

Mail▶ jiyuikyuku.koyurugi@gmail.com

Tel▶ 070-2629-1986



後援 : **平塚市教育委員会**

親と子の寺子屋ふれあい自遊塾ってなあに？



- ・ゲーム機やスマホの普及で子どもの人間関係が変わり社会的スキルが低下しているといわれます。本来、子どものすべての発達成長は遊びを中心に展開するという発達心理学の考えに基づき、遊びのエッセンスがいっぱいのボードゲームを活用して、心の育ちを応援する市民活動団体です。
- ・楽しく心ゆさぶられるワークショップは自己肯定感を高め、その子がその子らしく社会に柔軟に適應する力が育つよう臨床心理士グループが心理教育的プログラムとして企画構成しています。
- ・公民館家庭学級から始まり 2015 年に会を設立しました。スタッフは教育・医療などの領域で心理カウンセリングを続けてきた臨床心理士と教育福祉関係者です。一人ひとりの育つ力が育つようお手伝いしています。

「子どもの心は遊んで育つ」って本当なの？

- ・子どもは遊びを通してたくさんしたこと、とくに人とうまくかかわることを学びます。
- ・自らの意志で遊び、人とふれあう喜びは、脳の働きを活発にして豊かな情緒と社会性の基礎をつくります。
- ・親や仲間と遊ぶことで身につく主体的な適應力、判断力は、自分らしく、柔軟に生きる知恵や力を育みます。
- ・近年、人間関係が苦手、自分に自信がないという子どもが増えています。人とかかわりあって遊ぶ機会が少なくなったことが大きな要因の一つとされます。

ボードゲームが注目されるのはなぜ？

対面で遊ぶボードゲームが教育・医療、療育福祉現場や企業研修、図書館などで広く活用されるようになりました。電子ゲームと大きく違うのは人とともにいるということ。テーブルを囲んでの遊び場自体がすでに小さな社会であり、相互に影響しあう人間関係のなかで、思いやりや折り合いを学んでいきます。楽しみながら忍耐力、思考力、向上心も身につけて、それはやがてより大きな社会で生きる力となっていくことが期待できるからです。とくにドイツのボードゲームはテーマが豊富で内容、デザインに優れ運とワザが組み合わさったファミリーゲームとして大人と子どもが対等に楽しめると高く評価されています。

参加者の声

アンケート感想より

もっと遊びたい！

友だちともやってみたい！

家族と遊んで楽しかった

幸せ気分
元気になった

気持ちが
落ち着いた

子ども

「でも知っている親に
ゲームに勝って嬉しかった



保護者

- ・スタッフの声かけが参考になる
- ・久しぶりに家族が笑顔に
- ・子どもの機嫌が良くなった
- ・ゲームの貸し出しいいですね！

- ・子どもの能力を新たに発見できた
- ・一人ひとりが大事にしてもらえるのが嬉しい
- ・参加するごとに生き生き発想が豊かになった
- ・こんなに喜ぶとは…
もっと早く参加すればよかった

【活動ご案内】 活動日時と場所は毎月 HP ブログでお知らせしています。
変更することがありますのでご確認ください。お気軽にお問い合わせください。

