

PTA会員の皆さま

砧 中 学 校 PTA会 長 松岡 文子  
家庭教育学級委員会委員長 友實 一美

## 平成 28 年度 第 2 回 家庭教育学級委員会

### 『思春期について考える』 開催報告

9 月 10 日（土）9 時 30 分よりランチルームにて、第 2 回家庭教育学級委員会を開催いたしました。本校の保護者でもある小児科医の道端申明先生をお招きして、思春期をテーマに講演・グループワークを行いました。

世田谷区教育委員会より平田一先生、宇野校長先生、保護者 61 名が参加し、大変有意義な時間を過ごしましたので以下にご報告いたします。

**講演** 東京大学大学院医学系研究科ヘルスサービスリサーチ講座助教 道端申明先生

☑思春期とは、心と体の両方が劇的に変化する時期。

＜前思春期＞10 歳～13 歳頃

- ・両親が完璧でないことを知る
- ・家族以外の同年齢・同性の人と親密な関係を作り始める
- ・自分の身体に関心が高くなる
- ・感情の起伏が激しくなる
- ・現実的でない理想の高い夢を話す
- ・性への芽生え
- ・プライバシーの必要性

＜思春期前半期＞14 歳～17 歳頃

- ・異性への関心が高まる
- ・友人の意見・行動が本人に最も影響を与える
- ・周囲との関わりがプレッシャーになる
- ・知性が高まり、創造性が増す
- ・現実的な職業選択
- ・全能性から危険行動に及ぶことがある

＜思春期後半期＞17 歳～21 歳頃

- ・自己同一性の確立
- ・落ち着きが出てくる
- ・自分の考えをまとめたり、言語化する能力が高まったりする
- ・両親のアドバイスを受け入れやすくなる
- ・集団意識よりも自分自身の考えが重要になる
- ・特定の人とより親密になる



道端申明先生



グループワーク

## ☐思春期に起こりやすいトラブル

- ・起立性調節障害（立ちくらみ、朝起きられない、動悸など）
- ・うつ —— 症状がわかりにくく、頭痛・腹痛などが最初の症状となる場合がある（興味の減退、成績不振、不登校、イライラ、食欲・体重の変化、不眠、過眠など）
- ・摂食障害（拒食、過食嘔吐） 12～14歳がピーク、9割が女子  
早期発見・治療が大切→学校健診が有効

## ☐思春期の子どもとの接し方

- ・親から愛されていることを分かってもらう
- ・子どもの自尊心をきちんと育てる

## グループワーク

思春期の子を持つ親として子育てについて困っていること、気をつけていること、コツ、アイデアは？

- ・あたりやすい相手にあたる
- ・男の子は物に向かう、女の子は言葉で人に向かう
- ・一人の個人として扱う
- ・親が失敗する姿も見せる
- ・自分も忙しくしながら横目で見守る
- ・親がストレスをためない など



平田一先生

## 講評 世田谷区教育委員会社会教育指導員 平田一先生

グループワークが盛り上がり、有意義な会でした。

自分も思春期を通過してきたということ思い出すことも重要なことです。

家庭内の反抗は家族の一員でもある証拠です。家庭の事情、子どものタイプによりそれぞれですが今日のヒントを活かして、一緒に考えてみるといいのかなと思いました。

今日参加できなかった人や、近所の人、家族とも話して今日の復習をしてみてください。

## アンケート結果 （回収 50名）

- ① 今回の企画はいかがでしたか？
  - ・良かった 50名（100%） ・悪かった 0名 ・どちらともいえない 0名
- ② 今回の内容に関してご意見・ご感想をご記入ください。
  - ・他学年の保護者とも交流でき、同じような悩みを持っていると知り安心した。（複数同意見）
  - ・皆が必ず通過していくのだと知り、心が軽くなった。（複数同意見）
  - ・自分にも思春期があったのに、子どもに対して偉そうにしていたと反省した。（複数同意見）
  - ・もう少し具体的な体験談など聞きたかった。
  - ・スライドの資料が欲しかった。 など
- ③ 来年度の家庭教育学級員会に、どのような内容を希望されますか？ （複数回答）
  - ・講演会 28名 ・勉強会 4名 ・体験型ワーク 5名
- ④ お招きしたい先生、興味のあるテーマがありましたらご記入ください。
  - ・収納 ・片付け ・更年期 ・思春期 ・子育て ・アレルギー ・年金 ・社会保障 など