

# 教育相談だより



令和8年 6月  
氷見市立比美乃江小学校  
スクールカウンセラー  
二上 和代

新学期が始まってから、あっという間に6月になりましたね。4月からスクールカウンセラーとして子供たちと関わる中で、子供たちに伝えたいことや、日々子育てに頑張っている保護者の皆様方に向けて何か応援できないかと、これからメッセージをお伝えしていきます。おせっかいですが、よろしければご一読ください。

## 子供の自立を促す ～親にできること～

子育てをしていると、「子供が将来、人間関係で困らないたくましい子供になってほしい」「この関わり方で大丈夫だろうか」など不安になることはありませんか？

子育ての目標は、**子供が自分の力で社会の中で生きていけるようになること**。その土台となるのが**愛着形成**です。親からの安定した愛情を通じて、子供は自分を信じ、他人を信じる力を育てていきます。これは親ができる大切な役割です。

### 愛着形成

#### 1 安全基地になる

子供が泣いたら抱っこする、声をかけたら応えてあげる。その繰り返しが「予測できる安心感」となり、子どもの脳に「困ったら助けてもらえる」という回路をつくります。これが将来のストレス耐性の土台になります。

#### 2 存在そのものを肯定する

「できたこと」だけでなく「あなたがいてくれるだけで嬉しい」と伝える。子供は「自分は大切な存在だ」と感じ、それが自己肯定感につながります。

#### 3 感情に共感する

「悔しかったんだね」「嬉しいんだね」と気持ちを言葉にして受け止める。これにより子供は自分の感情を理解し、コントロールする力を少しずつ身につけていきます。

#### 4 プロセスを認める

テストの点や結果だけでなく、「頑張った過程」や「工夫したこと」をほめる。その経験は「努力が報われる」という感覚を育み、挑戦する力を強めます。



### 保護者の皆様方へ

比美乃江小学校の子供たちの元気で澁刺とした笑顔を見ていると、子供たちはたっぷりの愛情を受け止めて育てているなと感じます。このまま自信をもって、楽しみながら子育てをしてください。

でも、子育てに不安を感じたり行き詰ったりしたときは遠慮なく相談してください。一緒に考えていきましょう。



面談・相談をご希望の方は、担任または比美乃江小学校までご連絡ください。

連絡先：74-8427（比美乃江小学校）