

# わが子を見つめる

## 中学生



### メッセージ

中学生年齢の子どもは、半子どもで半分おとな。身体も心も大きく変化していく時期です。子どもは、保護者の目の届かないところでたくさんの経験をし、いろいろな気持ちや感情を心に抱えています。自分ひとりで解決したいと思い、保護者には何も話さないこともあります。保護者よりも友だちのつながりを大事にします。保護者は子どもが何を考えているのかわからなくなりますし、関わろうとすると時に反発されてしまうことがあります。

しかし、子どもがどんなに反抗しても、心を閉ざしたかのように見えても、わが子を見つめ心のつながりを見失わないことが重要です。保護者と子どもがはなれたりぶつかったりしながら、お互い話をしたり聴いたりする経験を重ねることはとても大切なことです。そして、揺れ動く思春期の心を支え添い続ける家族の姿勢から、子どもはおとなとして自立していくための多くのことを学んでいるのです。

思春期の子どもを心を支えるためのヒントとして、役立てていただければ幸いです。

福岡市こども総合相談センター

所長 藤林 武史





## 半分おとなで半分子ども

「反発や自己中心的な勝手な主張ばかり。なにかといえど友だちを大切に、保護者との間で決めたことは守らない。それなのに、時々妙に甘えてきたりする。」と感じる子どもの行動。

この時期は、「半分おとなで半分子ども」。そうやって徐々に自分の意見や責任をもてるおとなへと成長していきます。

保護者はゆとりをもって、子どもの行動の意味を理解するように努め、ときには子どもをおとな扱いし、そしてときには子どもが安心して相談でき泣き言を言える頼れるおとなとして、子どもの部分も受けとめてあげましょう。



思春期は、おとなに向けて大きく成長し、また気持ちが揺れ動く時期です。生意気におとなぶったり、甘えた子どもに戻ったり、行きつ戻りつしながら成長していきます。

最終的には、「自分で考え決めること」や「自分の言動に責任をもつこと」ができるとともに、「困ったときには自分から相談できること」、そして人の力も借りながら「自分自身で物事を解決していく力」を育てることが大切です。

そのためには、少々の失敗でも取り返すことがまだまだ可能なこの時期に、いろいろと自分で試みることで、そして、小さな失敗を繰り返すことも大切です。周囲のおとなは人生の先輩として、転ばぬ先の杖になりすぎず、子どものチャレンジを見守り、でも必要なときにはいつでも相談に応じ、アドバイスしたり励ましてあげましょう。



## からだ 思春期の身体の変化

二次性徴が現れ、これには個人差があります。目に見えて身体つきは変化してきます。おとなの身体に成熟しはじめ、子どもたちは自分の身体に起きる変化に不安と戸惑いを感じています。

保護者が子どもの身体の変化を、誰にも起こる成長のひとつの過程であることと理解して子どもに接し、不安を与えないことで、子どもが自分の身体の変化や性を肯定的に受け入れることができるようになります。子どもたちは友だちと比較して心配しますが、個人差があることを教え、自分の身体を大切にできるようなメッセージを送りながら見守ってあげることが必要です。



### 【二次性徴の徴候】

#### ◎男の子の二次性徴

- 身長・肩幅が急激に発育し、身体つきが筋肉質になります。
- 声変わりします。ひげや体毛・性毛が生え始めます。
- 射精を経験します。男性性器が成熟してきます。

#### ◎女の子の二次性徴

- 腰幅が広くなり、身体つきが丸くなります。
- 乳房がふくらみ、性毛が生え始めます。
- 月経が始まります。



## 聴いてますか？子どもの話

これまでは素直に保護者の言うことを聞いていた子どもでも、中学生になると無口になったり反抗したりすることがあります。

そのため、子どもとのコミュニケーションがうまく取れず悩んでいる保護者も少なくありません。しかし保護者への反抗も自立のためのひとつのプロセスです。

また、一見反抗的だったり自分勝手に見える態度の背景には、友人関係の悩みや将来への不安が隠れていることもあります。

子どもが反抗すると、つい保護者も感情的になったり、子どもを保護者の思いどおりにしようとしてしまいがちです。しかし子どもの言い分や訴えに耳を傾け、温かな態度で受けとめることが子どもとの良好なコミュニケーションのための第一歩です。それが難しいときには少し冷却期間をおいてみたり、保護者とは別のおとなが子どもと話をするのも有効な場合があります。

もちろん保護者の考えや思いを伝えることも必要ですが、決して押しつけにならないように注意することが必要です。

「あなたはそう思うのね。私はこう思うけど。」と子どもの考えを聴いたうえで、保護者の考えを伝えるようにするとよいでしょう。

保護者と子どもがゆっくりと落ち着いて話すことで、これまでは気づけなかったお互いのよいところも発見できるかもしれません。



### ～食事の時間を大切に～

食事の時間は保護者と子どものコミュニケーションを深めるためにも大切な時間です。

しかし、最近は子どもひとりで食事をとることが多くなっており、そのことを表す「孤食」ということばも生まれています。

保護者が仕事で帰宅が遅くなったり、子どもも部活や習い事で帰宅が遅くなるために家族そろって食事をとることが難しくなっているようです。皆それぞれに忙しい毎日を送っている現代社会では「孤食」もやむをえない場合があるのかもしれませんが、可能な限り家族みんなで食卓を囲み、いろんなことを語り合いたいものです。

一緒に食事ができない場合でも、せめて子どものそばについて子どもの話に耳を傾けてほしいと思います。



## 4 家庭の役割

家庭には三つの大事な役割があります。

- ①子どもの安らぎの場
- ②保護者と子どもが対話する場
- ③子どもが家庭の一員として役割をはたす場

これらが満たされることによって、家庭という小さな社会の中で、子どもは基本的な人間関係を学ぶとともに社会のルールを身につけ、自立に向けて歩いていきます。

子どもは、自立したい気持ちをもっています。自立の芽を大きく育てましょう。



家庭は、子どもの安らぎの場として子どもの<sup>\*</sup>自尊心を高める役割を担っています。保護者や周りのおとなの温かく思いやりのある対応は、子どもに自信をもたせ、自立できる子どもを育てます。

同時に家庭は、保護者との対話から子どもが現実の厳しさや社会のルールを学ぶ場でもあります。

また、家庭の一員としての自覚と責任を育てるためには、子どもを一人前として扱い、話し合っただけの仕事の役割をもたせることが大事です。そのことが社会の一員としての自覚と責任につながっていきます。

中学時代は反抗期で、子どもは保護者や周りのおとなの生き方に批判的になりながらも、その姿をモデルにして社会性を身につけていきます。まずは保護者が子どもと正面から向き合っただけ、決してあきらめずにねばり強く関わっていきましょう。

\*自尊心(自分を大切にすること)



## 5 中学校生活では

中学校になると、教科によって教える先生が変わったり、多くの知らない生徒と一緒にすることで、子どもは、様々な不安や戸惑いを感じます。

しかし、保護者が子どもの気持ちに寄り添い、不安にじっくりと耳を傾けることを大切にしていれば「自分は受けとめられている」という安心感が生まれ、子どもは、自力で課題を乗り越えようとしていきます。

保護者は、子どもの揺れ動く気持ちを正面から受けとめ、対話していく機会を作るように努めましょう。



中学校での生活は、高校や社会でいろいろな出来事を乗り越えていくための準備期間です。この時期は、「自分がどんな生き方をしたいか」「そのために何をしたらいいのか」ということを悩みながらも、自分の生き方を見つけていく重要な時期です。

学校生活では、自分の気持ちを抑えて人に合わせていくことで「がまんする力」を身につけていきます。また、失敗体験を重ねていくうちに、どうしたらうまくいくか、その悔しさをどう生かしていくか、様々な葛藤とたたかい成長していきます。子どもたちは、そのような体験を通じて、何かにチャレンジしていこうとする意欲が芽生えます。保護者はそのことを理解して、子どもの心の揺れを正面から受けとめ、保護者の価値観を押しつけないように、子どもと対話していきましょう。



## 保護者から友だちへ

この時期になると、学校では同じ遊びをして楽しく遊ぶ仲間から、友だちや勉強のことに対して、真剣な相談ができる仲間を求めるようになってきます。それに伴って、保護者との関係が変化していき、家では、うまくいかないことに対して、感情をぶつける機会も多くなり、対応に戸惑うことがあるかも知れません。

このような態度は、保護者から自立していくための必要な過程です。保護者が、そのような感情を受けとめてどうすべきかを子どもとともに考えていくことで、子どもは外の世界で、適切な友だち関係を築けるようになります。



中学校の時期は、同じ遊びをして楽しむ仲間を作ることから、夢や悩みを相談できる心の友だちを作り始めます。つまり、外面的に同じ行動をしていくことだけの関係から、内面的なつながりができる関係を求めるようになります。保護者にも言えない秘密を友だちと話し合ったりして、友だちを心の支えに感じるようになります。

友だち関係の変化に伴って、保護者との関係は変化していきます。それまで保護者の言うことを素直に聞いていたのが、無口になったり、反抗したりするようになり、自己中心的なふるまいも多くなります。扱いにくいと感じるかもしれませんが、親離れの始まりで自立に向けて必要な過程です。また、友だちとのつきあいは社会性を身につける大変重要な機会です。保護者は子どもの様子をしっかりと見守ってください。



## ご近所とのつながり

ご近所に相談できるような方がいますか。

家庭の中だけで子どもの気持ちや行動を受けとめたり、子どもの安全を守っていくことは難しいものです。地域の中には子どもに関わってくださる方がたくさんいます。心配なことや不安なことがあればひとりで抱え込まずに気軽に相談し、ご近所や地域の協力も得て解決していきましょう。



保護者同士が知り合いになり、日頃からコミュニケーションがとれるようになると、子どもに関する情報も入りやすくなり、お互いに相談しやすい関係ができます。また、地域には主任児童委員や、民生委員・児童委員という子どもについて相談することができる方たちがいます。地域の中で相談していくことによって、地域の中で子どもの問題が共有され、地域全体で取り組む姿勢が生まれてきます。

地域の中には、町内パトロールや環境浄化運動、非行防止活動などがあります。これらの活動には保護者は進んで参加しましょう。保護者が活動することにより、子どもたちに行動の自制と自覚をよび起こします。そして子どもが嫌な思いをしたり、身の危険を感じたりしたとき、“嫌だ・助けて”と声を出して言えるよう日頃から教えておきましょう。



## 学校との連携を

子どもの様子が気になるときには、保護者と子どもだけで悩まずに、担任の先生や養護の先生、スクールカウンセラー<sup>※</sup>やスクールソーシャルワーカー<sup>※</sup>などに相談し、学校での様子を遠慮せずに尋ねてください。

家と学校では、子どもの様子が異なることがあります。そのようなときは、先生との緊密な連携がより大切になるでしょう。



※スクールカウンセラーは、いじめ、不登校等の問題の解決及び防止を目的として、児童・生徒・保護者の心の悩み・問題について専門的立場からカウンセリング等の援助を行うため、各中学校に配置されています。

※スクールソーシャルワーカーは、いじめ・不登校等の問題の解決及び防止を目的として、児童・生徒を取り巻く環境に注目し、関係機関と連携して社会福祉的立場から援助を行うため、配置が進められています。

特に中学生の時期は、子どもが学校の様子を話したがるなくなる時期です。保護者は進んで学校行事やPTA活動に参加して、保護者同士の輪を広げ、学校のことを理解したり、学校でのわが子の様子を知るよう努力をしてください。また、わが子をより深く理解してもらうために、先生に家庭での子どもの様子を知ってもらうことも大切です。

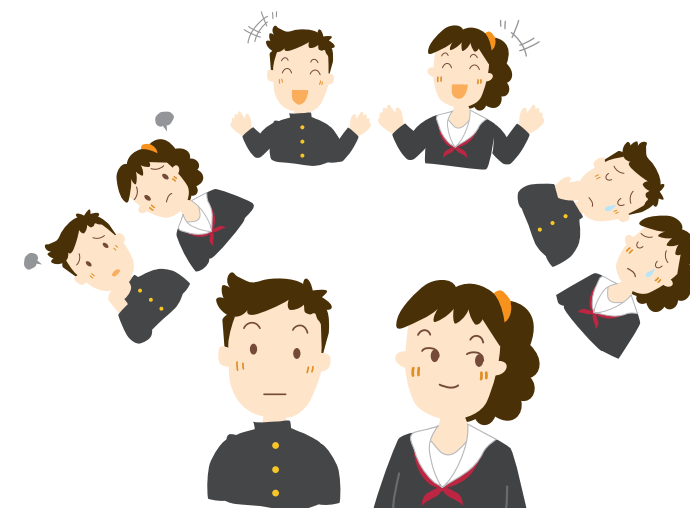


## 困ったときには…

友だちができない。勉強についていけない。昼夜逆転して外出できない。乱暴。周囲の人の気持ちに無頓着。場の空気が読めない・・・等。

「どうして?」「性格なの?個性なの?」心配ならば相談機関にご相談ください。本人の良いところを認めて伸ばし、自分らしさを生かしながら過ごしていけることが大切です。

また、一部には子どもの行動の背景に病気や障がいがある場合もあります。病気や障がいを心配に思ったら、早めに専門機関に相談しましょう。子どもの状態や能力を多面的に理解して、問題解決に向けた適切な対応や関わり方の工夫をしていくことが重要です。



子どものことでいろいろ悩むことがあったときは、まずはひとりで抱え込まないことです。家族や相談機関をはじめ、周囲の人達に相談しながら、これからについてじっくり考えていきましょう。子どもの個性、能力、性格をいろんな視点から多面的に捉えることで、道が開けていくことも少なくありません。

また、子どもが、集団になじみにくいことや友だちとのトラブルが多いこと、非行や不登校などの行動を見せるとき、その背景に障がいや病気が隠れていることもあります。

たとえば、知的障がい、広汎性発達障がい（自閉症やアスペルガー障がいなど）、うつ病や統合失調症など。いずれの場合も、きちんとした関わり方の工夫や治療によって適応状態はずいぶん変わります。悩んだときは早めに専門機関に相談しましょう。



「友だちができない」と悩んでいます。

A

家族で、子どもの気持ちを十分に聴きながら、どうしていったらいいかを一緒に考えてあげましょう。友だち関係は、共通の話題や活動を通して作られていくことも多いので、子どもの得意なことや趣味をのばすようすすめて、自信をもたせてあげるのもよいでしょう。解決の糸口が見いだしにくい場合は、まずは、担任やスクールカウンセラーにご相談ください。



中学生になったのに、自分からなかなか勉強をしません。

A

教科担任制になって、戸惑っているのではありませんか。それとも、部活などに夢中になって勉強ができなくなっているのではありませんか。

そんなときに頭ごなしに勉強するように指示だけしていませんか。勉強のしかたがわからないのかもしれませんが。勉強できない理由を探ってみましょう。できない気持ちを聴き、どのようにしていくか本人と一緒に考えましょう。また、計画を一緒にたてたり継続するように温かく見守ったりしましょう。ときには自分で、やってきたことや計画を振り返るように促しましょう。



お腹が痛いなどと言って学校へ行きたがらないのですが…。

A

まずは、子どもの言い分や訴えを十分に聴いて、子どもの心を和らげましょう。身体が心配な場合は、病院で医師と相談しながら、適切な対応をしましょう。身体的には何の異常がなくても、ストレスから腹痛などが起こることもあります。

子どもの状況について、学校との連絡を密にし、場合によってはスクールカウンセラーに相談したり、こども総合相談センターなどの相談機関にご相談ください。



「いじめられている」と言ってきたら。

A

まずは、子どもの話をしっかり聴いてあげましょう。ただ、保護者には話せないこともあります。子どもの日頃の様子（服の汚れ、表情、食欲、睡眠など）をよく観察するとともに、学校とも連絡を取り、様子を見てもらいましょう。

もしかしたら、いじめる側にたっているかもしれません。自分に都合の悪いことは話さない場合もあります。わが子に限ってという気持ちを捨てることも必要です。できるだけ早い時期に、学校やスクールカウンセラー、こども総合相談センターなどの相談機関にご相談ください。



1週間も学校に行かず、とても心配です。

A

家においてどんな生活を送っているのでしょうか。

朝は時間どおり起床していますか。食事はきちんととっていますか。家族と会話はできていますか。お風呂には入っていますか。まずは、学校（スクールカウンセラー）にご相談ください。



娘が交際相手から暴力を受けているようなんですが…。

（携帯電話を勝手に見たり、行動に制限を加える）

A

一般的に夫や恋人などの親密なパートナーの間で起こる暴力をDV（ドメスティック・バイオレンス）といいます。現在は、おとなの問題だけにとどまらず、中学生などの若いカップルの間でも同様のことがおきています。このことを「デートDV」といいます。暴力の種類は、殴る、蹴るといった身体的な暴力やひどい言葉を浴びせたり、相手の行動をいつもチェックする（携帯電話を勝手に見たり、行動に制限を加える）などの心理的な暴力、セックスを強要したり避妊に協力しなかったりする性的な暴力などさまざまです。

「好きだから」とか「好かれているから」と考え、暴力をしている側も、されている側も問題に気づかないことが多いのですが、それは暴力以外の何ものでもなく、許されるものではありません。まずはそのことを子どもに伝え、子どもの安全を守ってください。

また、解決が難しい場合には、警察、配偶者暴力相談支援センター、アミカス相談室、各区の家庭児童相談室、こども総合相談センターなどの相談機関にご相談ください。



Q

このごろ急におしゃれになり髪型や服装を気にします。

A

カッコよさにあこがれ、自分をよく見せたい年頃です。頭ごなしの注意だけでは反発します。時と場所と目的に応じたおしゃれについて話し合いましょう。

Q

「友だちとショッピング（またはイベント）に行きたい」と言ってきたのですが…。

A

子どもにとって子ども同士で出かけるというのも大切な経験の一つです。このように子どもが言ってきたときは一方的に禁止するのではなく、「どこになんのために行くのか」「中学生が行ってもよい場所なのか」保護者と子どもでそのことについて話し合いましょう。また、出かける時間帯などについて、家族の中で日頃からルールをきめておくことも大切です。

また、ショッピングやイベントといった人が多く集まる場所では、何かの拍子に犯罪に巻き込まれたり、誘惑にかられたりする危険があることや、危険なときにはどうしたらよいかなども伝えておきましょう。

Q

このごろ、勝手なことを言って反抗したり、ときには物を壊したり暴力をふるったりして、もう手に負えません。

A

自立していく時期の子どもは、不安といらだちでいっぱいです。ときにはその不安やいらだちを一番身近な人にぶつけがちです。その不安定な気持ちを受けとめつつも、暴力は容認できないことをきちんと伝えましょう。

それでも子どもの暴力がひどく、保護者自身が身の危険を感じた場合は、その場から離れたり、親戚や近所の人など第三者に介入してもらったりしましょう。また、いざというときには、110番に通報して警察を呼ぶこともできます。

子どもと同じように、保護者の精神的な健康を守ることも大切です。

つらい気持ちを一人で抱え込まずに、早めに信頼できる身近な人やこども総合相談センターなどの相談機関にご相談ください。



Q

手首に何かで切ったようないくつもの傷がありました。

A

リストカットは、何らかの失望や失意、対人関係がうまくいかないいらいらなど、わき上がってくる嫌な気持ちをきっかけとして、自分の手首を身近な刃物類で切る自傷行為です。

リストカットをしていることを責めたり叱ったりせずに、子どもの「切らないではいけない」きつい気持ちやつらい気持ちを聴いてあげてください。子ども自身がカウンセリングを受けたり、保護者が医師やカウンセラーに相談しながら対応することをお勧めします。

また、最近では、わかりにくいように手首以外の場所をカットすることもあります。日頃から注意して見てください。

Q

店から「お子さんが万引きした」と連絡がありました。

A

万引きへの指導は、初回にどのようにするかが重要です。あわてないで、まず子どもと一緒にお店に謝罪をしましょう。なぜ万引きする気持ちになったのか（寂しい・甘えたい・スリルを味わいたい・友だちに誘われて・脅されてなど）、保護者と子どもで話し合い、考えましょう。

子どもには、万引きは犯罪であることを自覚させ、店への謝罪など年齢に応じた責任をとらせましょう。保護者は、学校への連絡、警察への届けなどを行うとともに毎日の生活の中で、子どもに欲しくても我慢する心、誘われても・脅されても断る勇気を、養っておきましょう。

万引きを何度も繰り返すときは、こども総合相談センターまたは、所轄の警察署少年係や、少年サポートセンターにご相談ください。



Q

高価な物や多額のお金を持っているようです。

A

家のお金の持ち出しはありますか。また、万引きや友だちをいじめて恐喝した可能性はありますか。他にも要因の1つとして援助交際も考えられます。しっかり子どもと向き合って事実を確認し、きちんと話し合いましょう。

保護者だけで抱え込まずに、学校やスクールカウンセラー、こども総合相談センターなどの相談機関にご相談ください。



Q

たばこの吸いがらを、子どもの部屋で見つけました。

A

カッコいいから、友だちが吸っているからなど軽い気持ちで吸いはじめることがよくあります。本人に確かめて、喫煙は違法行為であり、体に悪い影響をもたらすことを、厳しく教えましょう。

また、隠れた喫煙が火事につながることも伝えましょう。

喫煙開始年齢が低いほど短期間でニコチン依存症になります。中学生ではほんの数週間から数か月の喫煙でニコチン依存状態となり、煙草がやめられない身体になると言われています。

やめられない状態のときは、市健康づくりサポートセンター(あいれふ)へ相談しましょう。



Q

子どもの服からシンナーのようなにおいがします。仲間とシンナーを吸っているようなのですが…。

A

シンナーを吸うことは、脳や身体がボロボロになったり、心も身体もシンナーなしではいられない依存状態になるなど大変恐ろしい行為で、法律でも禁止されています。やめさせるには、子どもと真剣に向き合い、厳格な態度で臨むことが必要です。

まず保護者が薬物に対する正しい知識を身につけ、勇気を出してすみやかに、学校、警察署(少年課)、少年サポートセンター、各区保健福祉センターなどに相談しましょう。

最近ではインターネット等で簡単に手に入るような薬物もあります。見た目がかわいいお菓子のような物もあります。

初期の対応が大切です。覚せい剤、麻薬などへとエスカレートしていく場合があるので、少しでも早い段階で、保護者が気づき、やめさせることが大切です。帰宅時間や交友関係などの子どもの行動の変化や、急激な体重の減少や手の震えなど子どもの状態の変化に気をつけてください。

Q

夜の外出や無断外泊が増え、手に負えません。

A

禁止や叱責だけでなく、なぜ、家を離れたくなっているのか子どもの気持ちを考えてみましょう。子どもの服装や態度にも注意が必要です。

帰ってきやすい、居心地のよい家庭をつくり、また、家のきまりをつくって守らせましょう。家族の一員であることを自覚させましょう。

手に負えなくなっている場合には、早めに学校やこども総合相談センター、少年サポートセンターなどの相談機関にご相談ください。

※福岡県青少年健全育成条例では、保護者の同意等なく深夜に青少年連れ出す行為や、カラオケ店や自宅等にとどめる行為も規制されています。

Q

こっそりとバイクに乗っているようですが…。

A

バイクやクルマへの興味や関心が強まる年頃です。仲間が集まると気が大きくなり、他人のバイクを盗んだり、無免許運転をして事故を起こしたりすることが心配です。自分や他人を傷つけ将来に大きな影響を残す可能性があることをきちんと教えましょう。

また、学校や警察に相談しましょう。

Q

家出をしました。

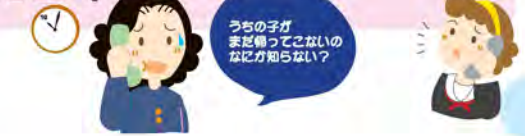
A

友だちや学校に尋ねたり、心あたりを探しましょう。

必要なときには、警察に行方不明者届を出し、発見した場合には、学校や警察にも連絡をとってください。

保護者が一生懸命捜している姿を知り、自分が大事にされている存在だとわかり安心することもあります。帰ってきたら、心配していたことを伝え温かく迎えゆっくり話し合しましょう。

保護者だけでは解決できないときは、こども総合相談センター、少年サポートセンターなどの相談機関にご相談ください。



Q

「危険ドラッグ」って何ですか？

A

麻薬や覚醒剤などの危険な薬物は、覚せい剤取締法などの法律で、規制されてきました。しかし、それらの法律の対象とならないように、次々と成分を変えた薬物が作られてきています。それらの薬物は、「合法ドラッグ」や「脱法ドラッグ」と呼ばれていましたが、平成26年からは「危険ドラッグ」という名称で呼ばれるようになりました。

危険ドラッグに含まれる成分は、どれも脳に強く作用します。また、使用量が増えるほど心身にダメージが残り、実際にはないものが見えたり聞こえたり(幻覚・幻聴)、ぐったりしたり(疲労感・倦怠感)、集中して勉強できなくなる(学習能力の低下)などの影響が出てきます。成分によっては、吐いたり、意識を失ったり、暴れたり、最悪の場合は死に至ることもあり、大変危険です。また、逆に一時的にいい気分になった場合も、効果が切れた時の絶望感や不安感とのギャップに耐えられず、使用をやめられなくなることもあります(薬物依存症)。

これらの危険ドラッグは、「合法」あるいは「脱法」と宣伝され、ハーブやアロマオイル、お香、バスソルトなどとして売られています。ネットで検索すればすぐに情報にアクセスできるため、子どもが興味を持って購入したり、友達や先輩から誘われて「一度だけなら…」と手を出すこともあります。普段から親子で危険ドラッグについて話し合い、心身への悪影響を理解させるとともに、友達から誘われた時の断り方を確認しておくといよいでしょう。

万が一、子どもが危険ドラッグを使用していることが分かったら、すみやかに警察(少年課)や少年サポートセンターなどに相談しましょう。

Q

性について、どう教えたらいいでしょう。

A

子どもたちは、氾濫する性情報に日々さらされています。性について話をするのは、難しいことではありますが、日頃から保護者と子どもで「自分の体を大切にすること」「相手を尊重し大切にすること」について話し合う機会をもちましょう。雰囲気や風潮に流されて、不本意な性行為に至ることのないよう、「NO!」という勇気をもつことの大切さを伝えましょう。

避妊のことやエイズを含む性感染症を予防する方法について、正確な知識を伝えておくことが、将来の子どもの健康を守ることにつながります。

わからないことは、養護の先生や各区保健福祉センターに尋ねたりするのもよいでしょう。



Q

子どもの部屋を掃除中、露骨な性描写のコミック誌を見つけました。

A

性的な好奇心や性欲が出てくるのは自然なことです。保護者と子どもで性のことを語り合う良い機会だと思います。

人を単なる性的対象としてみるのではなく、日頃から自分の身体を大切にすることや相手を尊重することを家族の中で話しましょう。

Q

娘が援助交際のことを口にしています。あまり抵抗がなさそうで心配です。

A

援助交際という言葉を使うとよくわかりませんが、金品と引き替えに性行為などを提供するという意味においては、売春に他なりません。犯罪として処罰されることもあります。

また、どこの誰とも分からない相手と密室に入ったりすることにより、生命や身体を脅かされることもあり、とても危険な行為です。

家庭の中で子どもと援助交際の危険性や違法性、そして何よりも自分自身を大切にすることの重要性について、よく話し合っておく必要があります。

加えて、保護者の知らない多額のお金や高価な物を持っていないかなど、日頃から子どもの様子に気をつけておくことも重要です。

Q

子どもが携帯電話やスマートフォンを欲しがりますが…。



A

まわりの友だちがもっているという理由から、携帯電話やスマートフォンを欲しがると子どもが増えています。すぐに連絡がとれるなど非常に便利な道具ですが、使い方を間違えると、大変危険な道具にもなります。手放すことができなくなり、のめり込んでしまう「中毒」や「依存」のようになってしまっている子どもたちも増えているようです。携帯電話やスマートフォンは、電話機能だけでなくインターネット等の利用も出来ることから、ネットいじめ、出会い系サイト、ワンクリック詐欺などの危険がたくさんあります。わいせつ画像や薬物、凶器などの有害情報も問題になっています。携帯電話やスマートフォンを持つことでの危険性や弊害を保護者がよく理解し、子どもにしっかり伝えることが大切です。その上で本当に必要かどうかを家族でよく話し合しましょう。使用させる場合は、フィルタリングサービスや機能設定などを利用し、使い方のルールやマナー、危険回避の方法なども含めて家族で確認することが大切です。



Q

掲示板サイト、ブログ(日記)、プロフ(携帯電話での個人ホームページ)でのトラブルが心配です。

A

SNSへの書き込みが原因で、ケンカや暴力事件になったり、いじめ(ネットいじめ)に利用されるなど、社会問題になっています。このような書き込みは、インターネットの匿名性を悪用した心ない書き込みが大半です。しかし、書き込みは警察等が捜査をすれば誰が書き込んだのか突き止めることが出来ます。書き込みの内容によっては書き込んだ本人が逮捕されているケースもあります。匿名のように見えますが匿名ではないということを説明し、誹謗中傷などは絶対に書き込んではいけないことを理解させましょう。

また、自分の名前や学校名、写真などを載せているプロフが見受けられます。個人情報や載せたばかりに、女の子が学校の校門で待ちぶせされるなどのストーカー被害にあう事件も発生しています。個人が特定されるような情報は、載せない、書き込まないようにしなければなりません。インターネットは、どんな人が見ているかわからないということを常に意識しておくことが必要です。

インターネット上の文章や写真は、簡単に複製できます。一度書き込んでしまった悪口や、掲載してしまった恥ずかしい写真などは、二度とインターネット上から消えることがないと考えた方がよいでしょう。就職の内定取り消しや、婚約破棄につながったケースもあります。インターネットの誤った使い方、子どもが被害者にも加害者にもならないよう、保護者はインターネットの利用について子どもと話し合っていくことが大切です。



子どもが一日中、携帯電話やスマートフォンでメールやLINEをしています。



近年、LINE（ライン）等のソーシャルメディアやメールを使ったやり取りによる「つながり依存」が、大きな問題になっています。自分が見ていない間にどんな会話があるのか気になって携帯電話やスマートフォンを手放せない子もいます。子どもたちの中では、「返事は〇分以内に返す」というオキテがあり、オキテをやぶれば仲間はずれやいじめの対象になることもあります。LINE が普及する前は、返事に疲れた時は「見てなかった」という言い訳すること可能でしたが、LINE はメッセージを読んだことが相手に伝わるため、子どもたちも気が安まりません。すぐ返事しないと、相手に「読んだのに返事がないのは、私のことが嫌いで私を無視しようとしているからだ」と誤解されることがあるので、携帯電話やスマートフォンを手放せなくなります。

「つながり依存」は、学校を休むわけでもなく、本人も家族も依存の状態になっていると気づきにくいものです。保護者は、子どもの様子に十分注意し、使用状況を把握することが必要です。あわせて、「夜〇時以降は携帯電話やスマートフォンをリビングに置き、使わない」、「友達にもそのことを事前に伝えておく」、「もしルールを破ったら、翌日は携帯電話やスマートフォンの利用が禁止になる」、「1か月に3回ルールを違反したら、解約する」など、利用のルールについても話し合うことが大切です。

また、メールやメッセージでのやり取りは文字だけのやり取りになるため、自分の気持ちが上手く伝わらず、ケンカなどのトラブルになることもあります。豊かな人間関係を育むためには、人と人が顔をつきあわせて話をするのが大事であると、くり返し伝えていきましょう。また、福岡市 PTA 協議会も「ケータイモラルアップ、ケータイ・スマホ、夜10時電源OFF運動」で、子どもたちを支援しています。



出会い系サイトやゲームサイトで知り合った見知らぬ人に会いに行こうとしているようですが。



出会い系サイトとは、携帯電話やパソコンでアクセスして、異性との出会いを仲介するサイトのことです。サイトの掲示板へ書き込みをしてメールなどで気に入った相手と連絡を取り合って会う仕組みです。また、ゲームサイトの中にも、出会い系サイトのように異性と出会うことができるサイトがあります。これらのサイトの中には、性別や年齢などを偽って登録することが可能なものもあり援助交際、詐欺、恐喝などの犯罪の温



床になっており大きな社会問題になっています。今、子どもたちが、出会い系サイトやゲームサイトから性犯罪に巻き込まれています。保護者は子どもに、このようなサイトを通じて知らない人に会いに行かないように強く指導しなければなりません。法律では、18歳未満の子どもは、出会い系サイトの利用は禁止されており、保護者も、子どもが出会い系サイトを利用しないよう努める必要があります（インターネット異性紹介事業を利用して児童を誘引する行為の規制等に関する法律）。出会い系サイトの危険性などを子どもに教え、フィルタリングサービス（携帯電話）やフィルタリングソフト（パソコン）を利用するなどして危険なサイトを利用できないようにしなければなりません。また、日頃より子どもがどのようなサイトを利用しているのか把握しておく必要があります。



スマートフォンの利用で、トラブルにならないか心配です。



スマートフォンは、パソコンと同等にインターネットを利用できるため、ブログや掲示板サイトで起きる様々なトラブルに巻き込まれることがあります。それに加え、スマートフォンでは、LINE等のメッセージアプリの利用に伴う親子のトラブルが多いのが特徴です。

LINEでは、相手が自分のメッセージを読んだかが分かります。「読んでるはずなのに返信がない＝自分のことを無視した」と感じる子どもも多く、「メッセージを読んだら返信する。返信しないと無視したことになり、いじめられても文句を言えない」という感覚を持つ子も少なくありません。そのため、メッセージのやり取りを切り上げるのが難しく、深夜までズルズルとやり取りが続きがちです。家族の会話の時間や、勉強の時間、食事や入浴などの生活に必要な時間を確保するため、スマートフォンをやめさせたい親と、いつまでもスマートフォンを触っていたい子どもとの間で、トラブルになります。

生活に支障が出る程スマートフォンにのめり込んでいるのは、「中毒」あるいは「依存症」と考えられ、精神科で治療方法が検討されているところでは、そこまでにならないよう、スマートフォンの利用方法について親子で何度も話し合うことが大切です。親も、スマートフォンや中高生がよく使うアプリについて、学んでおきましょう。

Q

近所で子どもが虐待を受けているようなのですが…。

A

保護者の思い通りに子どもがならないときにたたいたり、保護者自身の不安やストレスから感情のままに子どもを怒ったり、無視したり、世話をしないというのは、児童虐待であり、児童相談所の関わりが必要な場合があります。児童虐待には放任虐待(ネグレクト)、身体的虐待、心理的虐待、性的虐待の4つがあります。学校に行かせないのも虐待のひとつです。

子どもの友だちなどからそのような話を聞いたり、相談を受けたときには、まずは、信じてしっかり話を聴いてあげてください。そのうえで、こども総合相談センターまたは各区保健福祉センターなどに知らせてください。他人の家のことだからと放置せず、すみやかに連絡してください。連絡して下さった方が誰か特定されるような情報は決してもらしません。

なお、緊急の場合は警察に110番通報してください。



Q

先週、子どもの通学途中で交通事故があり、友人数名が大けがをして病院に運ばれました。間近で見えたのでショックだったようで、「眠れない」「食欲がない」と訴えます。

Q

ひどい地震があり、子どもは寝ていた頭の真横に棚の置物が落ちてきてずいぶん怖かったです。その後、自分ひとりで部屋で眠れない、留守番をいやがるといった反応が見られます。

A

大きな事件や事故、災害を体験した子どもの中には、そのストレスやショックから様々な反応があらわれることがあります。これらの反応は怖い経験をしたときにはありがちな反応で、異常なことではありません。

多くは一時的なもので、家族や周囲の人から温かく受けとめられることで、自然に落ち着いていくものです。

いつもの生活リズムを心がけつつ、本人が怖かったことを話してきたときには、さえぎらずに最後まで話を聴き、ゆっくりと休ませることも必要です。

もし、反応が長引いたり、関わり方に不安を感じたときには、是非、こども総合相談センターにご相談ください。

