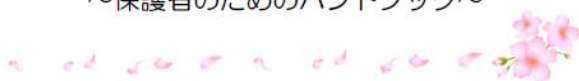


ハンドブック ～保護者用～

<表紙>

子どもが進学等で離れる時のために
～保護者のためのハンドブック～



<裏表紙>



子どもが進学等で離れる時のために
～保護者のためのハンドブック～

2020年 3月 発行

中山間地域における思春期健康支援事業
宮崎県立看護大学
思春期健康支援プロジェクトチーム



高校進学などで
子どもさんと離れる保護者の皆様へ

大事な子どもを送り出す前に
知ってほしいこと
実践してほしいこと
についてまとめました。

このハンドブックをご覧になる皆さんが

“新しい生活に向かう子供達が
安心して出発できるように、
そして
保護者が安心して見送れますように”



目次

p.1 子どもを送り出す前の保護者の気持ち

p.2 子どもを送り出した保護者が
実践していたこと

<離れる前>

1. 自分のことは自分でできるように
2. お金の管理ができるように
3. 子どもの自立を促しつつ、愛情を注ぐ
4. メディアとの付き合い方を一緒に考える

<離れた後>

5. 支援体制を整える
6. 子どもとの交流
7. その他の対応

p.12 保護者の方へ

子ども達を送り出す前の保護者の気持ち



「村の子は、人付き合いを知らないですから、いろいろな人があるじゃないですか、近いところに行くけど・・・。」



「自分で起きて、忘れ物とかなしようにできるか・・・。」



「親元を離れるので、学習面での自己管理ができるかな？」



「家から出て、いろいろな考えに触れるため、我が子がどんな影響を受けるのか、案外たりするのかもしれない・・・。」
「家から出て親の目の届かないところに行くので・・・、やんちゃな体質はあっていいが、境界線はあると思うので・・・。」



「人見知りをする性格で、外交的にできるタイプではなく、つまづくような感じの子なので・・・。」
「家を出て、親の監視がなくなるので、インターネットやゲームにのめりこんでいくのでは心配・・・。」



「表立っては言えないけど、部活などが終わって余裕が出来たときに、性行動の問題に関しては心配になる。」

「ここでは、幼い時からずっと一緒なので、恋愛の機会はなかなかなく、高校になってからになってしまうので、様々なトラブルにあってしまうのでは心配。」

1

子どもを送り出した保護者が実践していたこと！

送り出す前

1. 自分のことは自分でできるように！



「自分でちゃんと起きて時間割とかして、忘れ物がないようにできるのかな？」

「中学時代は部活、部活・・・の生活だったので、進学先で一人で生活がちゃんとできるのかな？」



送り出す前から、起きる練習や洗濯や家事などをやらせておくで安心でした！

「農村を見据えて、家事全般をやらせていました。」



「男の子でしたが、寮に入ったことを考えて、掃除や洗濯、アイロンがけ、茶碗洗いなど全部やらせていました。」



日頃から、洗濯や掃除、食事の準備など家事を子どもに手伝ってもらいましょう



1人で起きる練習も大切です

家を出る前から少しずつ準備しておくで安心です！

2

子どもを送り出した保護者が実践していたこと！

2. お金の管理ができるように！



「家ではあまりお金を使うことがなくて、計画的に使うという体験をしていないので・・・。」

「必要なものは親が買っていて感じなので、大丈夫かな？」



日頃からお金の管理ができるように子どもと練習しておくで安心です！

大事なのは「収入」と「支出」のバランス

「収入」は無限ではありません



★ お金の大切さ（保護者が働いたお金であること）が分かると無駄遣いすることが少なくなります。



普段から一緒に買い物に行くと勉強になります



普段から小遣い帳などを書くことで、お金の流れを意識することにつながるかもしれません

将来の目標を見据えると、貯金の大切さが分かりやすくなりますよ！

3

子どもを送り出した保護者が実践していたこと！

3. 子どもの自立を促しつつ、愛情を注ぐ



「全く知らない土地にいて、友達ができるかな・・・。」

「人見知りなので、大丈夫かな？」



たくさんの経験をさせました！

「話し方で人間関係のトラブルが起こるので、思いやりや言葉使いをしっかりとさせました。」

「村以外の中学生に交じって部活指導を受ける機会があり、自分をアピールする体験をさせた。」

「一度は挫折感を味わうことが大切、ダメなものをダメと言った。」

たくさんの愛情を注ぎました！



「送り出すまでに甘やかすのではなく、一生分の愛情を注いであげようと思ってやっていた。」

「視野を広く持った人間になってほしくて、自分自身の経験を正直に語りながら話をしました。」

「子供自身の自信につながるものを持たせました。」

4

子どもを送り出した保護者が実践していたこと！

4. メディアとの付き合い方を一緒に考える

「家を出て、親の監視がなくなるため、インターネットやゲームにのめりこまないか心配・・・」

携帯やインターネットの使い方について日頃から子供と話しておくといいですよ

今の時代は、インターネットが必要不可欠です。子供達の生活と切り離せないものとなっています。インターネットは便利なものですが、使い方を間違えると子供達が犯罪に巻き込まれてしまう事があります。

ネット社会の特徴

非対面性 見かけ上だけ、実は特定されやすい
会わずに成立するコミュニケーション

匿名性

即時性

広域性 一瞬にして世界中に情報伝達

5

ネット社会は表裏一体

情報収集 **ネットショッピング**

新たな人間関係の構築 **友達との連絡**

ネット詐欺 **危険な出会い**

ネットいじめ

ハッキング **ネット依存**

6

実際に起こった事件

- 出会い系であった人に連れ去られる
- メールに送られたリンクをクリックして、ウイルス感染した
- ネットに写真をアップしたら、自宅や学校が特定された
- ネットに個人情報をあげたら、退学処分になってしまった

自分だけではなく、家族や友達に影響を与えてしまうことも・・・

加害者になることも！

友達の写真を勝手にネット上にのせる → ネット炎上やネットいじめにつながることも・・・

芸能人の写真をLINEのアイコンにした → 著作権侵害で訴えられることも！

友達やお店のウソをネットにのせた → 損害賠償を請求されることも・・・

一度インターネットにあげた情報を完全に消すことは困難

7

インターネットと上手に付き合うためには？

子どもがどんな風に使っているのか知しましょう

・まずは、子供達がどんなことに興味があるのか、何をしようとしているのか、関心を持ってたくさん話をしましょう。何かあった時に、何でも相談できる雰囲気作りにつながります。

ネット情報機器の良い点・悪い点を伝えましょう

・良い点、悪い点を知ることが、便利なツールとして使うために大切です。

フィルタリングを活用しましょう

・悪意の仕掛けがあるようなサイトへのアクセスを防いでくれるフィルタリングは、子供の安全利用に必要不可欠です。

家庭でのルールを作りましょう

・インターネットの利用時間や利用場所、使うサービスなど、子供達と約束事を決める事が大切です。

例えば・・・

- ☐ 夜〇〇時を過ぎたら使わない
- ☐ 食事中に携帯は触らない
- ☐ 勝手に携帯から買い物をしない
- ☐ 自分の名前や写真をのせない
- ☐ ネット上の人と絶対に会ったりしない
- ☐ 携帯の使用料金は、1ヶ月 〇〇 円以内にする ...

8

インターネットのことで困ったら？

警察相談ダイヤル	☎ #9110
サイバー犯罪相談窓口	☐ http://www.npa.go.jp/cyber/Soudan.htm 各都道府県警察本部の相談窓口一覧
消費・生活に関するトラブル	宮崎県消費生活センター ☎ 188
違法・有害情報の通報窓口	違法・有害情報相談センター ☐ http://www.ihaho.jp/
青少年の心の問題	(社)青少年健康センター ☎ 03-3947-0760 ☐ http://www1.biz.biglobe.ne.jp/
Webに関するカウンセリング	全国Webカウンセリング協議会 ☐ http://www.web-mind.jp/
保護者向け情報リテラシー向上セミナー	(財)マルチメディア振興センター「eネット安心講座」 ☐ http://www.e-netcarava.jp/
ウイルス感染、不正アクセスの疑い	IPA情報セキュリティ安心相談窓口 ☎ 03-5978-7509 ☐ anshin@ipa.go.jp
リベンジボルトなどの問題	一般社団法人 セーフラインインターネット協会 ☐ http://www.safe-line.jp/against-rvp/
フィルタリングの設定方法	安心ネットづくり促進協議会 ☐ http://sp.good-net.jp/

9

子どもを送り出した保護者が実践していたこと！

離村中

5. 支援体制を整える

支援を依頼していました！

「進学先の地域にいる親戚に、何かあったら助けてもらうように頼んでいました。」
「進学先にいる知り合いの家に行き、挨拶していました。子どもをよろしくって、子どもにもこういう人がいるって伝えました。困ったら駆け込めて。」
「寮母さんとの連絡がとりやすいようにしていました。」

6. 子どもとの交流

子どもとの交流は頻回にしていました！

「帰ってきた時に、たくさん話をし、子供の変化と精神的に参っていないかどうかの見極めをしていました。」
「部活の試合や遠征に出ていき、子供との接点を持っていました。」
「週2回は、電話をしないと言っていました。」

10

子どもを送り出した保護者が実践していたこと！

離村中

7. その他の対応

人生の先輩として話をしました

「自分の心を守るために、多少は逃げてもいい。家では本音を話せと。そうやって、自分を守るように伝えました。」

「おかしいと思ったら逃げてもいい、勇気をもって逃げなさい。それで友達じゃないといわれたらそれでいいって伝えました。」

目標をもたせました

「めざす目標をしっかりと持たせ、ぶれようとするところを直らせるようにしました。」

「子どもの目標に向けて、いろんな情報をとりました。手を尽くして情報を得ていました。」

異性に関しての話をしました

「性行動については、自分で責任をとるようにならないといけない。間違っただけはするなって。」

11

これから子どもを送り出す保護者の方へ

★自分のことは自分でできるように

子どもさんは掃除・片付け・洗濯・アイロンがけ等、自分でできますか？できるようにしておきましょう。

★メディアとの付き合い方

携帯電話との付き合い方を日ごろから話しておきましょう。
・ルールを決める
・正しい情報を得ることの大切さを伝える など

★お金の管理

お金を使う場所がたくさん増えます。計画的にお金を使うということを伝えてあげてください。

★幼少期からの性教育

日ごろから性について話しておきましょう。
・あなたはあなたのままでいいこと、
・あなたは大切な存在であること伝えてあげてください

★将来の目標

将来の目標について子どもさんと話しておきましょう。目標がある子どもさんは人に流されることはありません。

12