

大きな成果を残し、次年度へつなぐ ～令和元年度の諸事業を振り返って～

本県民会議では、新しい令和の時代を迎え、その担い手となる青少年の豊かな資質と無限の可能性を一層伸長させることができるよう、令和元年度重点推進事項5項目について、家庭・学校・地域社会や関係機関、諸団体等との連携のもと、以下の各事業に積極的に取り組んで参りました。

1 「大人が変われば、子どもも変わる県民運動」の推進

- ◇「大人への応援講座」…県内15市町村で34講座を開設しました。
7月に講師会議を開催し、講師の皆さんによる情報交換を行いました。
- ◇「ふくしま青少年育成セミナー」…6, 7, 10, 2月の計4回、講演会を行いました。
特に10月セミナーは、「福島県青少年会館開館40周年記念事業」として、大研修室がほぼ満席状態の中で行われました。(2月セミナーは、2ページ以降に概要を紹介しています。)

2 「地域の子どもは、地域で見守り育てる運動」の推進

- ◇「家庭の日」作品コンクール…作文1, 732点、絵画151点、ポスター71点と、多数の応募がありました。
- ◇「少年の主張福島県大会」…9月27日(金)第41回大会を本宮市「サンライズもとみや」で開催しました。県内各地の中学校より14, 571点の応募がありました。県大会で最優秀賞を受賞した喜多方市立高郷中学校の石山心南さんが、北海道・東北ブロック大会で代表に選出され、全国大会に出場し奨励賞を受賞しました。

3 青少年関係機関・団体との連携強化

- ◇「第42回福島県青少年健全育成推進大会」…11月20日(水)、とうほう・みんなの文化センターで開催しました。
- ◇「福島県青少年育成県民会議会長表彰」…第42回福島県青少年健全育成推進大会において、青少年健全育成や指導に貢献された個人22名と8団体、市町村民会議2、青少年育成功労者8名を表彰いたしました。
- ◇「県民会議活動の推進」
 - ・「理事会」、「総会」を5月14日、福島県青少年会館で実施
 - ・内閣府事業(中央研修大会)等への参加
- ◇「市町村民会議等との連携の強化と広報活動の推進」
 - ・「少年の主張」、「家庭の日」の作品集発刊
 - ・広報誌「青少年ふくしま」(第63号～第66号)の発行…バックナンバーはHPに掲載中
 - ・市町村民会議等への訪問による広報活動及び新規会議員の獲得

【市町村民会議等への訪問】

《7月》 県中・県南等4市町村 《1月》 県北地区3町1村
《2月》 県南地区3町2村 《3月》 会津地区2町2村

4 青少年を取り巻く有害環境対策の推進

- ◇「大人への応援講座」・「ふくしま青少年育成セミナー」等での啓発運動
- ◇社会環境浄化活動「青少年健全育成県民総ぐるみ運動」（7/22 郡山駅西口）等への参加・協力

5 社会生活等においてさまざまな困難を有する子ども・若者への支援

- ◇「福島県青少年総合相談センター」及び「福島県ひきこもり支援センター」の運営
福島県青少年総合相談センターと福島県ひきこもり支援センターは、開設以来、一体的な運営を行い、困難を有する青少年及び家庭からの様々な相談に応じてきました。

〈相談時間〉…両センターとも火～土曜日、9：30～17：30(祝日、年末年始は除く)

〈主な相談内容〉…「ひとりで悩んでいませんか？」～子ども・若者の問題について、ご本人やご家族から幅広い相談を受け付けました。

「どこに相談すればよいか分からない」「自分または家族が不登校・ひきこもりなどで悩んでいる」「仕事をしたいが人と話をするのが苦手ですうまくいかない」などの相談がありました。

また、ひきこもりと学校生活の内容の相談が全体の6割を占めています。

〈相談件数〉…延件数・新規件数・実件数ともに増えてきており、地域別では、県北及び県中地域からの相談が全体の8割を占めています。

※「福島県ひきこもり支援センター」では、ひきこもりご本人やご家族の状況に合わせて、地域保健・医療・教育・労働・福祉機関などと協力し合いながらサポートしています。

両センターともに、まずはお電話をください。
【電話】024-546-0006
【メール】soudan-fukushima@gaea.ocn.ne.jp

「みんなちがって みんないい」

第4回「ふくしま青少年育成セミナー」開催

去る2月15日(土)福島県青少年会館において、第4回「ふくしま青少年育成セミナー」を開催しました。医療創生大学教養学部教授 山本佳子氏を講師にお迎えし「みんなちがって みんないい」をテーマに御講演をいただきました。以下にその概要をご紹介します。

人間関係の問題の多さ

【人間関係が悪化すると】

- ・ 精神的ストレスになって、身体的症状が出るときもある。
- ・ 出勤拒否や離職、各種ハラスメント、虐待やDVにつながる場合もある。
- ・ 誰もが感じる日常的なストレスも人間関係によるところが大きい。
- ・ 前職を辞めた理由においても、人間関係によるものが意外に多い。(厚労省調査)

様々な方々

【様々な人・個性・特性】

- ・ 様々な価値観があり、感覚も人それぞれで、常識も人や職場によって違う。

【様々な価値観】

- ・ 出世、人から後ろ指を指されないこと、正義、学歴、普通であることなど、目的とするものがちがうとそれぞれの価値観が変わってくる。

【社会性的問題を持つ発達障害】

- ・ 発達障害を持つ人が住みやすい社会をつくるのが大切であり基本である。
- ・ 「場の空気を読まない」というのは、空気を読む力が少し弱いだけなのである。



- ・ 「場の空気を読まない」「攻撃的」「自己中心的」「当たり前のことができない」などといった発達障害を“その人らしさ”ととらえ、受け入れることができればいい。

【自閉症スペクトラム障害】

- ・ 「スペクトラム」とは虹のように連なっているということ。つまり、ここからが自閉症というラインはなく、不適応があるかないかで診断される。その人の特性を認める環境であれば、不適応は生じず、自閉症と診断されることがなくなる場合がある。その人が変わるわけではなく環境が変わる。



【誤解されやすい「発達障害」】

- ・ 発達障害を持つ人は意外と多いが、理解されにくさや受け入れにくさがある。心理的要因の場合は見えにくいため、障害として説明しても理解されにくい。
- ・ 最近「障害」を「障がい」と表記するが、この「害」はその人が「害」なのではなく障害者を受け入れられない社会の方に「害」があるという意味で使われ、一般的な使用が承認されている。(政府・WHOの見解、発達障害者も容認)

【感覚のそれぞれ】

- ・ 聴覚能力～ある人には音楽であっても、ある人には雑音にしか聞こえない。
- ・ 視覚能力～言葉で指示されると混乱するが、要点を文字にして渡されると楽になる。つまり、音声より文字や絵で示された方が理解され記憶に残る。

【独特な認知】

- ・ 他者が気付かない病変に気付く医師のドラマ→発達障害者のアンバランスな知能をうまく表現していた。
- ・ 選択的注意力→あるところの注意力はすごい、とういう特性がある。
- ・ これらの特性は、ある意味「変わっている人」と見られてしまうが、そうなるとその人にとっては生きづらい社会になる。
- ・ 発達障害があるということを本人も他者も理解することが大切であり、そのことを人に分かってもらえるよう説明できるようになれるといい。

【それぞれの常識】

- ・ 「先輩や上司より先に席に座ること、食べ始めること」「初対面の人にいきなり学歴や既婚かどうかを聞くこと」などの言動を常識と捉えるかどうかは難しい。

【こんな人も…】

- ・ 言われたことが理解できず実行できない人、繰り返し同じミスをする人、易しいことでも指示通りにしない人などがいると、イライラや怒り、あきらめの感情が出てくる。だから、障害のある人は自分を知り、相手に的確に伝えることが大切である。「こいつはだめなんだ」と思い込むのではなく、「みんなそれぞれなんだよね」と受け入れる人や職場だとうまくいく。

【上手な人付き合いのためには】

- ・ 特性(個性)を見極める、人それぞれの違いを個性として認める、「こういう人なんだ」と納得する、などができればお互いに楽になる。
- ・ 発達障害者ができることを任せ、認め、褒めていくと徐々に適応してくる。

自分を知る

【自分の特性(個性)を説明】

- ・ 「どんな価値観を持っているか」「何が得意で、何が苦手か」「どんなミスが多いか」など、認めてもらえる人に話し、自分を理解してもらおうようにする。そうすると、住みやすくなり人間関係がかなり変わる。

【ストレス(出来事)】

- ・ コントロールできないもの→不快な音を強制的に30秒間聞かせる実験→相当なストレス
- ・ 予想がつかないもの→台風は備えることができるが、地震は突然来る。また、事前に連絡のない友人の突然の訪問などもストレスにつながる。
- ・ 思うようにならない事が多いが、それを我慢すると精神的・身体的ストレスになって出てくる。

【精神的ストレス反応】

- ・ 心配、いらいら、緊張、くよくよ、気がかりなどの不安は、下痢、鼻水、動悸、震えなどのように身体に出る。

【神経症と心身症】

- ・ ストレスへの反応は、人によってさまざまである。
- ・ 体に出る人もいれば、心に出る人もいる。
- ・ からだの病気と同じで、こころの病はだれにでも発症の可能性はある。

【「ストレス」を受け止める健康さ】

- ・ 身体的健康(体が思うように機能すること)
- ・ 精神的健康(自分の意思に基づいて人生を送ること)
- ・ 情緒的健康(自分の気持ちを知り、コントロールできること)
- ・ 社会的健康(人とつながり、気持ちを分かち合えること)

これらの機能がしっかりしていれば、「ストレス」は避けられる

【レジリエンシー(心の回復力)】

- ・ 人を理解したり人に優しくしたりするためには、まず自分を整えることが大切。自分の心の健康、ストレスに自分できちんと対処できることがまず問われる。
- ・ 人をどうにかする前に「まず自分」という観点を持つ。



対人距離

- ◎ 人を知り、他者を知り、他者の多様性を知り、自分自身を整える。次に必要になってくるのが、「どう付き合っていくか」であり、「みんないい」といえるようになるための1つとして「対人距離」がある。

【誰とでも仲良く?】

- ・ 大人は誰とでも仲良くする必要はない。距離が近ければいいというものではなく、平和な距離というものがある。無理に近づこうとしなくていい。
- ・ 自分が思っている距離と相手が思っている距離は違う。自分だけの距離だけでなく、相手はどのくらいの距離でいたいのかということも感知する。

コミュニケーション

【コミュニケーション力をつけよう】

- ・ 必要なことが必要なときに言えること(断る・説明する・感謝する)
- ・ 相手の話が聞けること(耳を傾け、理解する)
- ・ 応答すること(聞く ⇄ 話す のやりとり)
- ・ 仲間に入れること・居られること(何でもない雑談ができること)

【相手に対してできること】

- ・ 事実を指摘すると悪口にならない。主語は「私」。「あなた」を主語にすると悪口や批判と受けとられる。
- ・ 相手の特性を確認する。→「私は〇〇だけど、あなたは□□なんですね」

【相手が発達障害を持つ場合でも】

- ・ 特性を理解し、できることに注目し、チームでカバーする。できることをやり合い、育てる。
- ・ 可能性にかけてあげて、待ってあげることが大切。

みんなちがって みんないい

【同質の集団と異質な集団】

- ・ 異質な集団は、最初はコミュニケーションが困難だが、共通理解や目標の共有化がうまくいけば優れたパフォーマンスを示す。
- ・ 異質な人、違った人を受け入れられる人が自分を成長させてくれる人である。集団としても成長したり発展したりしていける源になる。
- ・ 「みんなちがって みんないい」とい発想を共有してほしい。