青少年育成都留市民会議編集委員

健全育成シリーズ（152）
『親子の会話がコミュニケーションの第一歩』

「うちの子は話し好きだから。」という子の中には、一方的に話をしている子がいます。友達の話を聞いたり、話に合わせたりと言うことができていないことがあります。

それはまるで、ラジオかテレビのような話し方です。我が子も、テレビを見ているときは集中して見聞きしています。しかし、そこには与えられるだけで受け答えがありません。

今、子ども達のコミュニケーション力が落ちていると言われています。親子の会話がコミュニケーション力をつける第一歩ではないでしょうか。

顔を見て話しかけていますか？

子どもが初めて話したときのことを覚えていますか。きっとどんなにか喜んだことでしょう。しかし、よく考えてみますと、それ以前から、子どもと心を通じ合わせようとしてきたことに気がつきます。母親は、子どもがお腹の中にいるうちから我が子に話しかけています。子どもが生まれてからも笑顔を見ては、泣き顔を見ては、どうしたのかなと考えています。

子どもの言語獲得能力には驚かされます。五歳ぐらいになると、四、五千語ぐらいの言葉を使うようになると言われています。しかし、それは乳幼児期にたくさん話しかけた上でのことです。そして、どんな言葉をどんな気持ちで話しかけたかも大切になってきます。

また、子どもがどんなことに、どんな物に興味を持っているのかを知り、同じ話題で話ができるようにすることも大切なのではと思います。最近、子どもの顔を見てどんな話しかけをしましたか？

子どもの話を目と耳と心で聞いていますか？

「うちの子は学校であったことを何も話してくれなくて・・・・。」そんな話をよく聞きます。「今日、学校でね・・・・・。」「今忙しいの・・・・。」こんな受け答えをしてきませんでしたか。

子ども達が自己表現の力をつける時期には、親は良き聞き役になる必要があります。いい加減に聞いたり、受け答えをしていると、子どもはちゃんと聞いてくれていないことに気がついてしまいます。

話の内容だけでなく、その時々の気持ちをも受け止めてあげることが大切だと思います。

よく話を聞いてもらっている子どもは、気持ちも安定していて、自分の思いも人にきちんと伝えられます。「でも忙しくて・・・・。」そんな声があるのも確かです。では、どのようなことからできるのでしょうか。いろいろな方の話の中でよく聞くことに次のようなことがあります。

「乳児期にはよく絵本の読み聞かせをしました。」「必ず子どもと一緒に風呂に入り、その日のことを話し合います。」「一緒に食事をとるようにしています。」「台所に子どもを入れて、一緒につくるようにしています。」当たり前のように、知っていることだとは思います。しかし、それを続けることがどんなに大変かも分かると思います。共感して聞いてもらえるからこそ、安心して話ができるのです。

子ども達も、やがて大きくなり家庭を持つこととなります。そのときにどんな家庭を築くのか。そのモデルになるのは自分が過ごしてきた家庭です。

子ども達のこんな声が聞こえてきそうです。「今しておかないと、大人になってしまうよ。」

メイク・アクションつる

ふるさと自慢づくりコンテスト（お菓子部門）の作品

都留市では、産業及び地域の活性化を図るため、産業のまちづくり『メイク・アクションつる』を掲げその一事業として産業まつりに『ふるさと自慢づくり』と題して、主に地元で生産された農林産物などを利用したお菓子づくりコンテストを実施しました。多数出品されたお菓子は、どれも甲乙つけがたい見事なお菓子でした。今回は都留市つるの細田晃造さんの作品で、簡単でおやつにぴったりなお菓子です。

1袋分（200グラム）	
エネルギー	1032キロカロリー
タンパク質	15.3グラム
脂肪	28グラム
カルシウム	108ミリグラム

《材料》

薄力粉	340グラム
ベーキングパウダー	5グラム
バター	66グラム
砂糖	146グラム
卵	1個
抹茶	3グラム

宇治抹茶クッキー

《作り方》

①バターは室温で柔らかくし、クリーム状にして砂糖を加えてすり混ぜます。
②卵を2～3回に分けて加え、湯で戻した抹茶を入れます。
③薄力粉とベーキングパウダーを合わせ、ふるいにかけた物を②に入れさっくり混ぜ合わせます。
④③を絞り出し袋に入れ、天板に絞り出します。
⑤180℃のオーブンで15分ぐらい焼きます。