

【第5分科会 「今日的課題」】

出席及び報告者：八戸市連合 PTA 副会長 杉澤 惟成

① **会場・規模**：奈良県大和高田市 「さざんかホール」 出席者数：約 100 名

② **日程** 令和8年8月21日（金）

13:00～13:30 受付

13:30～13:40 開会行事

13:40～14:10 基調講演 1

14:10～15:00 基調講演 2

15:00～15:10 実践発表

15:10～15:20 休憩・転換

15:20～16:20 パネルディスカッション

16:20～16:30 閉会行事

16:30 終了

③ **内容** ※講師、テーマなどについては別紙本大会資料をご参照ください。

1、第一部 基調講演 1 概要要約

講師：株式会社宮田運輸 代表取締役会長 宮田 博文 氏

宮田氏は、トラック運送業を通じて経験した挫折、阪神・淡路大震災での救援輸送、そして自社トラックによる交通死亡事故を契機に、「管理や監視で人を動かす」のではなく、人の内側にある優しさや良心を引き出す経営へと転換した経緯を語った。その象徴が、子どもたちの絵や家族へのメッセージを車両に描く「子供ミュージアムプロジェクト」である。子どもの純粋な思いがドライバーの安全意識を内側から変え、企業、地域、さらには海外へと優しさの輪が広がっていることが紹介された。

1-2 講演内容/印象に残ったこと。（3点～5点）

・若くして管理職となった宮田氏は、強い命令と管理で従業員を動かそうとして失敗した。その中で、辞めていく従業員から「本当に大切にすべきは従業員ではないですか」と言われた経験が、その後の人間中心の経営につながった。PTA 活動にも、相手を動かす前に相手を尊重し、信頼関係をつくるという共通点があると感じた。

・阪神・淡路大震災の救援輸送では、普段は不平不満を口にしていたドライバーが、被災者から感謝の言葉を受けたことで自発的に行動を変えたという。人には誰にでも他者を思いやる心があり、環境や関わり方によってその心が表に出るといった話が印象に残った。

・交通死亡事故という非常に重い経験から、「トラックをなくす」のではなく「社会に生かす」方向へ考えを転換し、子どもの絵をラッピングした車両を走らせた。規則や標語よりも、子どもの「無事に帰ってきてね」という思いが大人の行動を変えたという事例は、子どもの存在そのものが大人を変える力を持つことを示していた。

・社内では、家族のメッセージ入りタンブラー、子どもたちが作った社歌、感謝と承認を重視する会議などを実践している。「人は認められることで、自ら良い方向へ動き出す」という考え方は、家庭、学校、PTA にも通じるものだと感じた。

1-3 まとめ

宮田氏の講演から強く感じたのは、子どもを変えようとする前に、まず子どもを取り巻く大人や環境が変わることの大切さである。青森県の PTA を代表して参加した立場としても、PTA が「何かをさせる組織」ではなく、家庭・学校・地域・企業の人々が互いを認め、子どもを中心につながる場になることが重要だと感じた。

2、第二部 基調講演 2 概要要約

講師：兵庫教育大学 名誉教授 富永 良喜 氏

富永氏は、子どもを取り巻く現代の課題をストレスマネジメントの観点から解説した。ストレスを「ストレスラー（原因）」「ストレス反応」「対処法（コーピング）」に分け、ストレスそのものを悪いものと決めつけるのではなく、自分に合った対処法を複数持つことの重要性を示した。睡眠、呼吸、筋弛緩などのセルフケアに加え、物事の受け止め方、アサーティブな対話、家庭を安全・安心・絆の場にするこままで、具体的な方法が示された。

2-2 講演内容/印象に残ったこと。（3 点～5 点）

・ストレスを感じることは自体は自然な反応であり、重要なのは「自分に合った対処法を複数持つこと」という説明が分かりやすかった。大人が「ストレスをなくしてあげる」ことだけを目標にするのではなく、子ども自身が対処する力を身につけられるよう支える視点が必要だと感じた。

・睡眠を「最強のセルフケア」と位置付け、成長や学習、感情の整理に大きく関わることが説明された。また、会場では筋肉を一度緊張させてから緩める方法や、ゆっくり息を吐く腹式呼吸も実践し、心の健康を守る方法は特別なものだけではなく日常生活の中にあることを学んだ。

・同じ出来事でも、心の中でどう受け止めるかによって感情や行動が変わるという「認知」の説明が印象に残った。子どもの考え方を否定するのではなく、別の見方もあることを一緒に探すが、子どもの選択肢を増やすことにつながる。

・親子の対話では、怒って命令するのでも、我慢して何も言わないのでもなく、自分と相手の双方を尊重するアサーティブな伝え方が紹介された。事実を確認し、「私は心配している」と自分の気持ちを伝え、相手の事情を想像し、最後は一緒に方法を考える。この考え方は家庭だけでなく PTA の対話にも活用できると感じた。

・「安全・安心・絆」が子どもの心の回復と挑戦の土台になるという話は、不登校の娘を持つ父親として特に重く受け止めた。学校へ行くことだけを目標にする前に、家庭で安心して休み、ありのままの気持ちを話せる場所になっているかを、自分自身に問い直す機会となった。

2-3 まとめ

私は今回、PTA の代表という立場と同時に、父親としてこの講演を聞いた。「何とかして学校へ戻さなければ」「親として何をすればよいのか」と考えるほど、知らず知らずのうちに大人側の正解を子どもに求めてしまうことがあると思う。しかし、まず必要なのは、子どもが安心できる土台を守り、本人の気持ちを聞き、本人が持っている力を信じることではないかと感じた。子どもを支えるためには、親自身もストレスを抱え込み過ぎず、相談し、心に余裕を持つことが必要である。

3、第三部 実践発表 概要要約

発表者：大和高田市 PTA 協議会 会長 吉村 和久 氏

大和高田市 PTA 協議会は、「PTA=パッと楽しく集まろう」をモットーに、無理なく持続可能で笑顔があふれる活動を進めている。子供夢灯籠、全国 4 都市の「高田」を結ぶ交流・災害支援、保護者が学び語り合う「子育てサロン」、交通安全、広報活動など、学校・家庭・地域をつなぐ多様な実践が紹介された。

3-2 講演内容/印象に残ったこと。(3 点～5 点)

・「子育て」ではなく「子育て」という言葉を使い、子ども自身が育つ力を大人が信じて見守るという考え方が印象に残った。大人が先回りして正解を与えるのではなく、子どもの主体性を支えるという今回の分科会全体のテーマにもつながっていた。

・「子育てサロン」では、専門家の講演だけでなく、実際に我が子の不登校を経験した保護者を招き、保護者同士が不安を分かち合い、本音で語り合う場を設けている。子ども本人への支援だけでなく、孤立しやすい保護者を支える仕組みが PTA 活動として成立している点は、青森県でも参考になると感じた。

・役員のなり手不足や少子化を、単なる活動縮小の理由にするのではなく、「本当に必要な活動は何か」を見直す機会と捉えている。PTA を持続させること自体を目的にせず、子どもたちのために必要なことを残し、時代に合わせて方法を変える姿勢が重要だと感じた。

3-3 まとめ

青森県内でも、PTA の担い手不足や活動負担は共通する課題である。一方で、大和高田市の実践からは、活動量の多さよりも「参加した大人が笑顔でいられるか」「困った時に話せる場があるか」「子どもの主体性につながっているか」という視点で活動を再設計することが重要だと学んだ。特に、不登校を含む子育ての悩みを保護者同士が話せる場は、PTA だからこそ作れる支援の一つではないかと感じた。

4、第四部 パネルディスカッション 概要要約

ファシリテーター：大和高田市教育委員会 指導主事 井芝 満喜子 氏

パネリスト：富永 良喜 氏、宮田 博文 氏、安川 禎亮 氏（大和高田市教育委員会 教育長）、田中 功一 氏（京都府 PTA 協議会 会長）

子どもの「できないところ」への向き合い方、スマホやゲームのルール、自己肯定感、大人自身のストレスケアなどをテーマに、専門家、教育行政、企業、PTA それぞれの立場から意見が交わされた。

4-2 講演内容/印象に残ったこと。(3 点～5 点)

・不登校の子どもを持つ保護者の相談事例では、「うちの子は何もできません」という親の言葉に対し、子どもが生まれた時には「元気で優しく育ってくれば」と願っていたはずだという話があった。できないことに目を奪われず、好きなこと、得意なこと、存在そのものを認める視点の大切さが語られた。

・子どもが親に望むものとして「親の笑顔」が紹介され、笑顔は「あなたを丸ごと認めている」という無言の承認になるという話があった。不登校の娘を持つ父親として、自分が心配するあまり、家庭の中で「学校に行けていない」という一点に意識を集中させていなかったかを考えさせられた。

・スマホやゲームについては、一方的に取り上げるのではなく、子どもが何を楽しんでいるのかを大人も理解し、生活や睡眠への影響を一緒に考え、親子でルールを作るという意見が示された。ルールを守らせる前に、対話と信頼関係をつくる必要があると感じた。

・自己肯定感を高めるには、子どもだけでなく大人自身が自分を大切にすることが必要という議論も強く印象に残った。親が自分を責め続け、余裕を失った状態では、子どもを無条件に受け止めることも難しくなる。子どもの心の元気を支えるためには、大人の心の元気も同時に支える必要がある。

4-3 まとめ

パネルディスカッションを通じて、今回の分科会のテーマである「みんなで育てる心の元気」の「みんな」には、子どもだけでなく、保護者、教職員、地域、企業、行政、専門機関、そして支える側の大人自身も含まれていると感じた。誰か一人の我慢や自己犠牲によって成り立つ支援では長く続かない。互いに話し、認め、助けを求められる関係を地域全体で作ることが必要である。

5 全体を通して

今回の第5分科会は、私にとって二つの立場から考える機会となった。一つは青森県のPTAを代表して全国の実践を学ぶ立場、もう一つは娘を持つ一人の父親としての立場である。

PTAの立場から見ると、宮田氏の「承認によって人の内発的な力を引き出す」という実践、富永氏の「安全・安心・絆」を土台としたストレスマネジメント、大和高田市PTAの「無理なく、楽しく、話せる場をつくる」活動は、すべて共通していた。大人が一方的に答えを与えるのではなく、子どもも大人も対話し、自分で考え、自分で動ける環境をつくることである。

父親として最も考えさせられたのは、「子どもをどう変えるか」ではなく、「自分は子どもにとって安心できる存在でいられているか」という問いである。不登校という状況に直面すると、親として将来への不安が先に立ち、学校へ行くことや周囲と同じ状態に戻ることを「正解」として求めてしまうことがある。しかし、今回の講演を通して、まず子どもの今の気持ちを受け止め、安全と安心を守り、本人のペースで次の一步を選べる環境をつくることが大切だと改めて感じた。

同時に、親だけで抱え込まないことも重要である。大和高田市の「子育てサロン」のように、同じ悩みを持つ保護者が話し、専門家や地域とつながれる場があれば、「自分だけではない」と思える。それは保護者の心を軽くし、結果として子どもに向き合う余裕にもつながる。今回の分科会タイトルにある「ちょっと話そや！分かち合えば気持ちは軽くなる」は、まさにその本質を表していると感じた。

→ 青森県のPTA活動に持ち帰りたいのは、何か大きな新規事業を増やすことだけではない。まず、保護者が安心して悩みを話せる場をつくること、子どもの「できないこと」だけでなく「好きなこと・得意なこと」に目を向けること、学校・家庭・地域・行政・企業が上下関係ではなく同じ目線で対話すること。そして、支える大人自身も無理をせず、笑顔でいられるPTAを目指すことである。子どもの心の元気は、子どもだけに求めて育つものではない。子どもを取り巻く大人たちが互いを認め、支え合う環境の中でこそ育まれる。今回得た学びを、家庭での娘との関わりに生かすとともに、青森県のPTA活動にも共有していきたい。