

いの町 菊池学園だより (第26号)

いの町は平成28年度から、教育実践研究家の菊池省三氏を教育特使にむかえて、子どもさんをはじめとする一人一人の、「自尊感情」を育み「コミュニケーション能力」の向上に取り組んでいます。

8月21日には、福祉・医療に携わる人を対象に「対人援助者としてのコミュニケーション能力の向上」研修が行われました。それでは、研修の様子と参加者の感想をご紹介します。

講師 いの町教育特使 菊池省三 先生 **笑いは人の口なり** □に当てはまる言葉を考えました。



「薬」 今こそ、笑いを大切にしたい。

(「仕事」という意見もありました。)

肉体労働・頭脳労働 という言葉がある。介護の仕事は「感情労働」です。

常時マスクをしているので、表情筋を意識して、普段の1.5倍笑顔を意識しましょう。

『職場に ふやしたい言葉 なくしたい言葉』

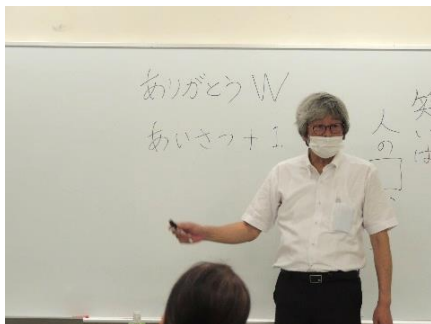
町内の小学校では、子ども達が考えた「学級にふやしたい言葉 なくしたい言葉」を掲示しています。職場でもやってみてはどうでしょう。

例えば「今週の職場に、あふれさせたい言葉・ なくしたい言葉・ なくしたい行為」

よい言葉があるから、感情をその言葉に乗せて伝える。よい言葉が当たり前にあふれるような職場をつくるために、見える化しませんか？

(職場にあふれさせたい言葉 参加者で沢山考えてみました。)

自由に立ち歩いて、他の参加者のあふれさせたい言葉を見て回る。
新たな気づき発見。



○ 「ありがとう と W」をセットにする。

→ ありがとう + 助かったよ(よく気がきてくれたね)

○ 「あいさつ + 1」 → おはよう + 今日も元気だね

日頃から、あいさつや感謝の言葉をあふれさせる。そういう土台がある職場は、空気が大きくかわる。

『ぷっくりハート』とは・・・ (パンフレット抜粋)

自尊感情が高まっているころをいの町では「ぷっくりハート」と呼んでいます

自分に優しくなれます

ぷっくりハートの良いところ

信頼に立ち向かうことができます 相手にも優しくなれます

※自尊感情 自分を好きだと感じること。自分を大切に思える気持ち。

※自尊感情が低くなるのは、愛情不足、虐待、いじめ、暴力、言葉の暴力、身近な人に信頼感を押し付けられる、無償、いつも他の人と比べられる、誹謗...

そんなあなたは自尊感情が低くなるのでしょうか？

自分なにか「どうせム」

体と心の両方が満たされることで**ぷっくりハート**が育まれます。

からだの栄養素

たべる 規則正しく、体に良いものを、感謝し笑顔で食べる

うごく 毎日、全身をイキイキと動かす

ねる 早寝早起き！質の良い眠りで、気持ちよく起きる

かた 正しい姿勢を身につける

こころの栄養素

大切 自分を大切に思っている **安心・安全** どこにいても頼りないしめがなく安心できる

関心 関心をもって思っている

感じる まだ身も心も成長して思っている

あきらめ 諦めず、最後まであきらめず、最後まであきらめず、最後まであきらめず

ほめる・みとめる ほめる、認められる

感謝 つらいこと、悲しいこと、共に乗り越えてもらう

笑顔 ありがとうの言葉、存在への感謝を思っている

いつも笑顔に包まれている

【参考資料】
1. 株式会社 ぷっくりハート
2. 株式会社 ぷっくりハート
3. 株式会社 ぷっくりハート

いの町 菊池学園だより (第26号)

いの町内の介護事業所さんのなかでは、利用者さんを巻き込んでお互いの良さを伝えあう。ほめ言葉のシャワーが行われています。

ぜひ、明日から職場にあふれさせたい言葉を実践してみましょう。

ぷっくりハートの人がいの町に沢山増えてほしい。



菊池学園担当 副参事 乾

『価値語』

「言葉が育てば心が育つ」をモットーに、町立小中学校では価値ある言葉「価値語」があふれる学級を目指している。

学校現場では、良い言葉を子どもたちに植林したい！子どもたちにシャワーのように浴びせたい。

菊池省三先生の価値語日めくりカレンダー より

21日 「人に正対せよ」 あなたの気持ちを受け止めます。目を見て おはよう！ 昨日も頑張ってたね！

1日 「リセット」 よい意味で前向きに、リセットして今月も頑張らしましょう！

役場本庁舎一階価値語紹介コーナーをぜひご覧ください。



『コミュニケーション 対話について』

「天は人の上に人を造らず人の下に人を造らず」 福沢諭吉

※右の写真は大分県中津駅に掲示されている看板です。この看板の「人」という字は、いろいろな形をしています。そこには看板を創られた方のある思いが込められているとのこと。

皆が同じように同じ枠に収めようとするが、一人一人違う、いろいろな人が集まるのが社会。あるいは、職場と言ってもいいのかもしれないですね。



「心訓」 ※右下写真 福沢諭吉

若かるうが、そうでなかるうが、自分の人生でこれは大事にしよう！というものがあるはず。ご両親から、恩師から、部活動の監督から教わった自分の芯になること。1つ選んで、自由に対話をしてみよう！

対話のポイント

- ①しゃべる
- ②質問する（質問しあう）
- ③説明する（説明しあう）

対話力＝話すこと×聞くこと

心訓 福沢諭吉

- 一、世の中で一番楽しく立派な事は一生を貫く仕事を持つこと云う事です
- 一、世の中で一番よい事は人間として教養のない事です
- 一、世の中で一番さびしい事はする仕事のない事です
- 一、世の中で一番みにくい事は他人の生活をうらやむ事です
- 一、世の中で一番尊い事は人の為に奉仕し決して恩に着せない事です
- 一、世の中で一番美しい事はすべての物に愛情を持つ事です
- 一、世の中で一番悲しい事はうそをつく事です

いの町 菊池学園だより (第26号)

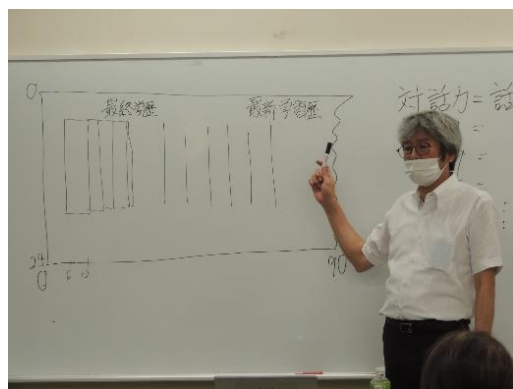
コミュニケーションを楽しんで！マスクの下は笑顔！がポイント

子どもも、大人も、叱られるよりほめられる方がうれしいですね。土台は、「ほめて認めて励ます」菊池先生の今年度の目標は、10割ほめる！だそうです。

人を嫌いになるのは、相手のことを知らないから。知れば好きにはなれなくても嫌いにはならない。安心できる居場所があるからこそ自信が持てます。お互いを認めて大切にしようことが大切です。



参加者の皆さんが笑顔で対話する様子



最終学歴は基本的に変わらないが、**最新学習歴**は常に更新し続けることができます。

本を読んだり、研修に参加するなど あなたの最新学習歴を更新しましょう。

『美点凝視とは意識してよいところを見つけること』

ある人は、ほめるとは、相手の価値を発見して伝え、相手や周りの人を笑顔・元気にすること。

また、やなせたかしさんは、「ひとはひとをよるこぼせることが一番うれしい」と言葉を残しています。人との関わりを大事にされるお仕事のみなさんにとって、相手を喜ばせることは大切なことですね。

主催者を代表して

以前、菊池先生の講義を受けた後、ケアマネジャーとして、ご利用者さんの小さな変化を見つけて、ほめることを習慣化してきたら、ご利用者のやる気を引き出し、元気づけることができました。



地域包括支援センター
主任介護支援専門員 楠瀬さん

『参加者の感想より』

こんなに楽しい研修はじめてでした。対人援助者として、家庭でも職場でも、聞き手の感情が豊かになるようなコミュニケーションをしたいと思いました。コミュニケーションについて深く知れました。今回の最新学習歴を使って利用者さんとのコミュニケーションにつなげたいと思います。

Web 会議システム「Zoom」を使ってオンライン配信にチャレンジ！ →

