

麦の穂プロジェクト

〔自治体等側事業責任者〕

那珂市教育支援センター長 センター長 加倉井 正

〔大学側事業責任者〕

教育学部学校心理学研究室 准教授 丸山 広人

(選択テーマ)

地域の教育力向上 自治体等との連携

連携先

- ・那珂市教育委員会
- ・那珂市教育支援センター

- ・中庭 一俊（那珂市教育委員会指導主事：企画補助，渉外担当）

プロジェクト参加者

- ・丸山 広人（茨城大学教育学部，准教授：企画立案，指導助言，総括）
- ・加倉井 正（那珂市教育支援センター，センター長：企画，運営，全体総括）
- ・綱川 弘樹（那珂市教育支援センター，カウンセラー：会計，庶務，研究員）
- ・戸倉 花子（那珂市教育支援センター，カウンセラー：研究員）
- ・大久保れい子（那珂市教育支援センター，相談員：研究員）
- ・湯澤 智子（那珂市教育支援センター，相談員：研究員）
- ・高畑恵美子（那珂市教育支援センター，相談員：研究員）
- ・勝山 洋光（那珂市教育支援センター，就学担当相談員：研究員）
- ・沼田 義博（那珂市教育委員会指導室長：企画，運営，全体総括）
- ・富山 敦子（那珂市教育委員会指導主事：企画補助，渉外担当）
- ・野村 仁（那珂市教育委員会指導主事：

プロジェクトの実施概要

① プロジェクトの目的

近年，全国的に不登校児童生徒数は増加傾向にある。これまで不登校対策といえば，一般的には不登校状態にある児童生徒への支援が中心であった。しかし，それだけでは不登校が減少しないのは明らかである。本市では，各小中学校のきめ細やかな取組もあり不登校児童生徒数の大幅な増加には至ってはいないが，社会の急速な変化に伴い，児童生徒が抱える課題も多様化してきている現状である。平成29年度の不登校出現率は，小学校で0.55%，中学校で3.04%といずれも全国平均を下回ってはいるが，不登校の低年齢化や長期化などの傾向が見られるようになってきた。

また，人間関係作りにも変化が表れてきている。人との関わりがうまくできずにトラブルになってしまうケースや，一度人間関係がこじれると修復できずいつまでも引きずってしまうなどのケースが，多くの児童生徒で見られるようになってきた。

これらのことから，登校しぶりや問題を抱える児童生徒だけでなく，すべての児童生徒に対し「人間関係づくり」や「居場所

づくり」に力を入れる必要性を感じている。小学校低学年時から、登校はしているが精神的には不安定になっている児童生徒を早期に発見し対応していくことで、中学年以降の長期化を抑えることにつながるのではと考えられる。

これらの実態を受け、本市では平成 28 年度より茨城大学戦略的地域連携プロジェクトの一環として「麦の穂プロジェクト」を立ち上げ、「しなやかで折れない心を育てる(レジリエンス)」プログラムの開発を進めてきた。プロジェクト一年目である平成 28 年度には、プロジェクトの全体像立案と実践的な支援プログラムの作成を行った。児童生徒が学校生活上の諸問題に直面したとき、前向きな気持ちをもって立ち向かい、しなやかに受け流す「強い心」や「折れない心」の育成を目指し、レジリエンストレーニングプログラムの開発を行った。二年目となる平成 29 年度には、それらの支援プログラムを各小中学校で実践し、児童生徒の自己肯定感を高められるプログラムになるよう改良を加えてきた。そして、プロジェクトの三年目となる本年度では、出前授業を通して支援プログラムを各学校に紹介し、先生方にレジリエンストレーニングの意義や方法を広めることを目的として実践してきた。

本事業は、改善や解消の有効な方策が見出せないでいるいじめや不登校等の現代的課題に対し、いじめに負けない、不登校に陥らない強い心を育てるという、攻めの視点からの新たなアプローチであり、有効な打開策となることが期待できる事業である。

② 連携の方法及び具体的な活動計画

ア 連携の方法

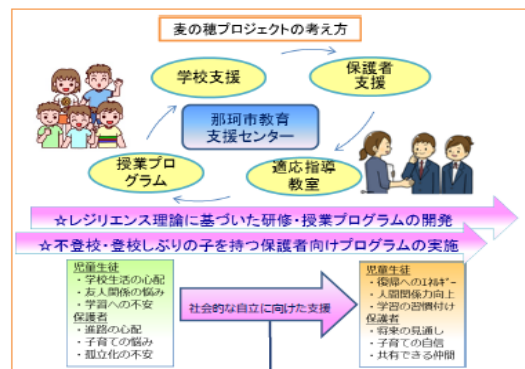
本事業の立ち上げにあたっては、那珂市教育支援センターのスーパーバイザーの

丸山准教授が、事業全体の構想から各活動の企画・運営全般に関わった。また、年間 5 回、那珂市教育支援センター研修会において、本事業推進について、随時指導助言を行った。

特に、本事業の中心活動の 1 つである学校支援活動においては、不登校児童生徒への対応として、未然防止や解消・改善に関して、有効な手立てや学校の支援体制づくりについて指導助言を行った。

イ 具体的な活動内容

資料 1 【プロジェクト構想図】



i 授業プログラム

一単位の授業の中でレジリエンスを高めるためのエクササイズを実施し、自己の有用性や集団への所属感を実感させ、不安や悩みに立ち向かえる心の強さを育成する。

ii 保護者支援活動

不登校、登校しぶりをはじめ、子育てに悩む保護者の思いに寄り添い、同じ悩みをもつ保護者をつなぐネットワークを作り、共感的に子育てと向き合える機会を提供する。

iii 学校支援活動

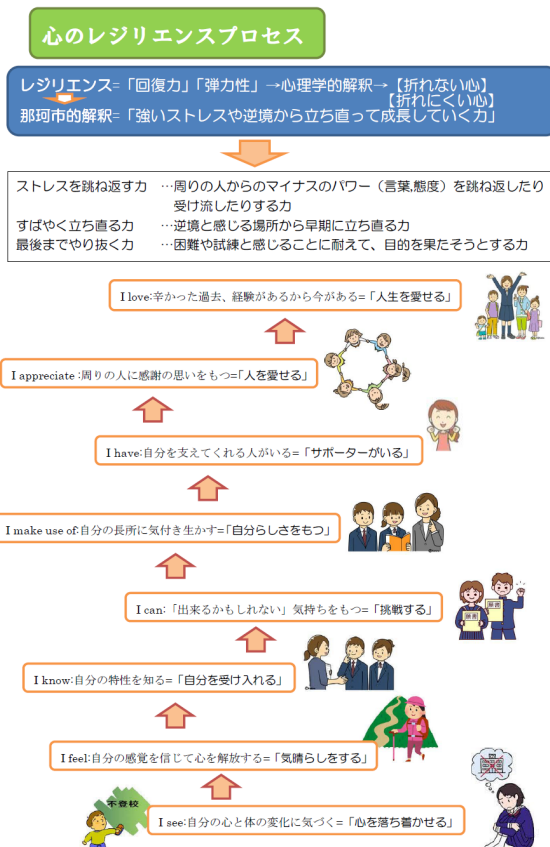
いじめ問題や不登校といった児童生徒を取り巻く課題の解消について、学校のニーズに柔軟に対応しながら、個別のケース検討会や職員研修といった学校支援を行う。

iv 適応指導教室(ひまわり教室)活動

様々な課題に直面し不安や悩みを抱

える児童生徒に対し、個に応じた学習環境の提供や小集団による体験活動などを通して、学校生活へのスムーズな復帰を支援する。

ウ レジリエンスの育成



③ 期待される成果

ア 大学がもつ専門的見地からの支援

友だち関係で不安を抱えたり不登校で悩んだりしている児童生徒への対応に当たっては、その心性をよく理解し、配慮することが重要である。そのため、大学がもつ専門的見地を生かし「強くしなやかで、折れない心」を育成するプログラム開発や有効性の検証を行うことで、目的達成に向けた効果が期待できる。

また、配慮を要する児童生徒の心理特性や過去の体験等に応じた具体的な助言・提案を行う上でも、茨城大学教育学部並びに教育学研究科の学生・院生等による人的支

援は大いに有効である。

加えて、保護者に対するカウンセリングにおいても、専門的な見地による支援を通して保護者相互の共通理解を進め、心の安定を図ることで、早期の問題解決への期待が高まる。

イ 行政機関からの支援

本市では、学校不適応の解決や未然防止は喫緊の課題であり、大学からの支援・指導を受けながら、不安や悩みを抱える児童生徒及びその保護者への支援に努めていきたい。

そのため、那珂市教育委員会は、大学を中心とする関係機関の連携体制の確立に努め、その専門性を大いに発揮できるステージの設定並びに整備を全力で担っている。また、種々の教育理論を検証する実践の「場」として、大学の研究に役立てることを期待し、大学と自治体の地域連携モデルを提案した。

プロジェクトの実施成果

① 活動実績

ア 適応指導教室での取組

同教室の支援対象者は不登校児童生徒である。人間関係など周囲の刺激に敏感な子も多い。雑多で多忙な集団生活にすぐに疲れてしまう児童生徒もいる。

彼らに対して適応指導教室はこれまで、施設内での「守られた」活動が中心であった。強い刺激を避け、個別のカウンセリングや負担にならない程度の学習をしてきた。大集団からいったん離れて心のエネルギーを充填させるためである。しかし、果たしてそれだけでいいのだろうか。苦難に耐え、我慢強く社会や人と繋がっていくための折れない心の育成も必要なのではないだろうか。

その考えから、今回は、敢えて意図的に、戸外活動や少し辛い体験、さらにやや高い

目標に挑戦する経験、心身を自ら整える訓練などを入れていくことにした。そのため、製作活動、自然体験、呼吸エクササイズなどを通して五感を意識する活動、達成感を味わう活動などを行った。

i 心を静め、味覚と視覚、触覚に集中する抹茶体験：5月17日

茶道は室町以来の日本の伝統文化である。以前より、レジリエンスを高めるためにも、取り入れたいと考えていた。たまたま、茶の心得のある職員がいたために、今回の実施となった。



ii 味覚と自然の空気を感じる親水公園散策・おにぎりづくり：6月6日

コンビニ弁当やレトルト食品などに頼れる時代となった。反面、家庭で炊いたご飯でつくる素朴な「おにぎり」もともすれば忘れがちになっている。そこで、今回は、子どもたち自らが米を研ぎご飯を炊いて、自分たちで「おにぎり」をつくり、近くの自然豊かな親水公園に出かけるという校外行事を入れた。

iii 料理教室(餃子づくり)：7月12日

まな板や包丁がないという家庭が増えてきた。子どもたちが味覚感覚に集中してもらうのと同時に、今回の餃子作りの方法を知った子どもたちが、家庭に持ち帰って家族交流の核になってもらいたいとの願

いも含めて、実施に至った。



iv 笠間市にて土の柔らかな感覚を味わう陶芸教室：9月20日

土をこねる行為は心の「癒やし」に繋がる。

今回は、陶芸の粘土に触覚を集中させるとともに、長い時間自分の作品作りに対峙してなんとか完成するという喜びの経験もねらい、笠間焼の本場である製陶所にて子どもたちの活動が展開された。



v 自然の色や音、匂いを感じる自分に…ネイチャーゲーム：10月23日

不登校の子どもたちの話を聞いてみると、幼少時代に自然体験が少ないと感じる事が多々ある。鳥の声や小川のせせらぎに耳を傾け、移りゆく季節の色を感じ、草いきれや森の土の匂いに触れることが、もしかすると柔軟で折れにくい心の育成にもよいのではないかと考える。

今回は、茨城県シェアリングネイチャー協会の方に直接指導をしていただいた。また、今回は、那珂市だけでなく、東海村

適応指導教室(たんぼぼくらぶ)の児童生徒も参加し、緑豊かな公園内にたくさんの子どもたちの声が響いた。



vi 「バーナーワーク体験」と五浦の自然・歴史を学ぶ：11月16日

繊細で美しいガラスの制作に挑戦しようと、ガラス工房のある北茨城市に向かった。苦勞して出来上がった製品を見て、参加者した子どもたちも満足げであった。近くには、岡倉天心が横山大観たちと活動した五浦の日本美術院跡があり、太平洋にそそり立つ断崖の上にあることから、五浦の自然・歴史にも触れることができた。



vii 転んでも、また転んでも起き上がるスケート体験：12月14日

レジリエンスをそのままその場で体験するようなスケート。参加した6名の生徒のうち、5名は初めてのスケートであった。今回は、東海村の適応指導教室の行事に那珂市が合同参加した形で実施となった。笠松運動公園のベテランの指導者が丁寧

に氷の乗り方や転び方を指導していただき、たくさんの転倒体験と共に、1時間後には、全員、かなり滑れるようになった。終了後の晴れやかな表情から参加児童生徒の達成感を感じ取ることができた。

viii 心と体を整える『ヨガ』体験教室の開催：1月11日

レジリエンスを鍛えるためには、深い呼吸をしながら体に意識を集中するという作業も重要になる。そこで、インドやフィジーで専門的にヨガを学んでこられた講師の先生をお招きして、ヨガ教室を開くことにした。



イ 普通教室での取組

那珂市では、不登校生徒のみでなく、市内全体の小中学生のレジリエンス力を育てていく方向で『麦の穂プロジェクト』を実施してきた。そのため、適応指導教室の職員と市教委の指導主事とが、市内の小中学校に出向いていって、「レジリエンス・トレーニング」を中心とした授業を行った。

○那珂市立第二中学校

実施日：平成30年10月25日(木)

内容：いじめを相談できるレジリエンス・トレーニング

対象：那珂二中3年生

11月10日の小中一貫教育の日に、青遙学園では、小学校1年生から中学3年生

までの児童生徒が一同に会して、「いじめ」についての集会をもつ予定になった。

「いじめ」をしてはいけない、という宣言と共に、いじめられた側に立ち、もし「いじめられ」たとしても、それを跳ね返したり、落ち込みから立ち直ったりする力をつけることも意識した集会にしたいとの願いがあった。

集会当日は中学3年生がグループのリーダーとなって、小学生を指導することになっている。そのための準備として、10月25日は、ファシリテーターとなる中学生のみ集まってもらい、体験をしてもらった。

ソーシャルスキルトレーニングのセリフの読み合わせも、グループでの話し合いもスムーズであった。

○青遙学園小中一貫集会

実施日：平成30年11月10日(土)

場所：那珂二中の体育館他

対象者：額田小・横堀小・那珂二中
小学1年生～中学3年生

いじめられてもそれを「はね返」したり、わるぐちを言われて落ち込んでも「立て直」したりする力を付けたい、そんな願いで、小学生と中学生が支え合って、絆を結んだ時間となった。

小学生も懸命に手を上げ意見を出し、中学生が落ち着いて小学生をリードしながら、各教室でトレーニングや構成的グループエンカウンターを進行してくれた。年齢を隔てた子どもたち同士の連帯感が高まっていく空気が感じられた。

地域全体でいじめについて意識を高め、レジリエンスを高めていけることは有意義な取組と言える。



○レジリエンストレーニング出前授業

レジリエンス・トレーニングの普及を目指し、各学校に指導室と教育支援センターの職員が出向いて授業を行うこととした。各教職員にその後、普及してもらいたいという願いをこめての実践であった。

(実施校)

- ・瓜連小1年生
- ・芳野小1年生
- ・五台小特別支援
- ・木崎小2年生
- ・菅谷小1年生
- ・菅谷小特別支援

内容：

- ・目をつぶり歩いてみよう (信頼感)
- ・手のひらを合わせ目を開けて相手を確かめる(温もりの出会い)
- ・にらめっこしましょ(我慢強い心、許し合える交流、笑顔の大切さ)
- ・数だけグループ(仲間の協力と感謝、一人でいる子への配慮)
- ・「ゴリオリゲーム」(ルールの大切さ、困り感の表現、支え合い)
- ・「人間知恵の輪」(あきらめないで手を離さずに成し遂げる)
- ・「おみこし」(力を合わせ、成功をみんなで喜ぶ)

ウ 保護者への取組

子どもや教職員だけでなく、子育て中の保護者にも「折れにくい心(レジリエンス)」の育成については理解をしていただくことが大切である。

○保護者への講演活動

日時：平成30年11月2日(金)

場所：那珂市立菅谷小学校

対象：小学生の保護者

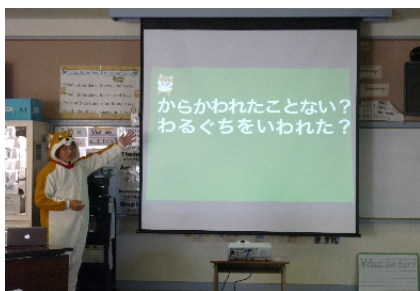
内容：折れにくい心の育成の必要性

レジリエンス概念・プロセス

レジリエンス育成の重要事項

「失敗に学び、辛苦に感謝すると

強くなる」



○保護者自身のレジリエンスを補完する働きかけ

那珂市教育支援センターでは、保護者を支えていくことも仕事の一つである。不登校であったり発達障害をもっていたりする子どもの保護者であるため、ひときわ子育てについての悩みは深く、また孤独でもある。そのための個別面接はカウンセリングの要素を取り入れつつ大切にしてきた。

数年前から保護者同士の集まりも意図的にもつようになった。同じ立場で苦しんでいる保護者でしか理解できない悩みを、保護者同士が共有し、連帯感やサポート意識が育っていく中で、保護者の折れそうになる心を支え、焦ったり怒ったりする心を共感しつつ、忍耐強く子どもの成長を見守っていきける

ようなレジリエンスを強化していく事も意識的に行った。

今年度は、保護者それぞれが自己開示していけるような雰囲気づくりとともに、きちんとした保護者研修プログラムも取り入れた。計画的に保護者の心を支え、出口の見えない不登校という状況に、堪え忍んで長い目で子どもの成長力を信じながら適切な言葉かけをしていく気持ちになっていただくためである。

○保護者会の実施

構成的グループエンカウンターを通して、「怒鳴らない子育て練習法」講義と演習等を実施した。この保護者トレーニングシリーズ、カウンセラーが連続して実施した。また、非指示的グループエンカウンターでは、保護者同士の心情を吐露し、共感的心情の育成を図った。



エ レジリエンストレーニングのためのワークシート集の作成

3年次となる今年度は、「麦の穂プロジェクト～活動の概要と授業プログラム集～」の普及・浸透を目的として各学校での実践授業を実施した。出前授業を通して支援プログラムを各学校に紹介し、先生方にレジリエンストレーニングの意義や方法を広めることを目的として実践してきた。また、様々なレジリエンストレーニングをすぐに実践できるように、ワークシートの作成も同時に行って

きた。

(2)「きばらし」のほうほうをかんがえよう
 つらいきもちになったときは、きもちをきりかえよう！
 じぶんにあった「きばらし」のやりかたがかならずある。
 (れんしゆう) おともだちからわるぐるをいわれておちこんだとき、あなたはどんな
 「きばらし」をしますか？ したからえらんでをいれてみましょう(いくつでもよい)

<input type="checkbox"/> きせきうんどうをする	<input type="checkbox"/> ともだちにどうだんする	<input type="checkbox"/> かいものに行く
<input type="checkbox"/> うたをうたう	<input type="checkbox"/> おとせにどうだんする	<input type="checkbox"/> せがくおひろに掛ける
<input type="checkbox"/> がっせをひく	<input type="checkbox"/> せんがやほんをよぶ	<input type="checkbox"/> いりにおいをかぐ
<input type="checkbox"/> おんがくをきく	<input type="checkbox"/> だくさん道く	<input type="checkbox"/> しんこせうをする
<input type="checkbox"/> おいしいものをたべる	<input type="checkbox"/> おおごえでせけが	<input type="checkbox"/> うせや山に行く
<input type="checkbox"/> きせきをかく	<input type="checkbox"/> ねる	<input type="checkbox"/> けごうに行く
<input type="checkbox"/> おひえをする	<input type="checkbox"/> いやせことをわすれる	<input type="checkbox"/> いろいろ、くどうをする
<input type="checkbox"/> きせきものをつくる	<input type="checkbox"/> せにしせいようにする	<input type="checkbox"/> やりたれことをかかんがえる
<input type="checkbox"/> えいがやテレビをみる	<input type="checkbox"/> スポーツのおうえんをする	<input type="checkbox"/> きせきともだちとごせき

そのほか、じぶんできばらしのやりかたがあつたらかいてください

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------



きばらしのやりかたをえらんだりかかんがえているときに、どんなことを思っ
 たりきづいたりしたか、したにかいてください。

資料3【ワークシート例】

② 3年間の成果と課題

ア 事業を実施しての成果

初年度からこの3年間、那珂市では一貫して、児童生徒に「折れない心」の育成をめざして取り組んできた。1年目は子ども相互の支え合いのために構成的グループエンカウンターを各校でモデルとして示して授業プログラムをまとめ、2年目はそれをもとに各校で実際に先生方と子ども達が実践された経緯をまとめた。

そして、3年目の完結にあたり、改めて『レジリエンス』の定義とその育成の視点を定めて、適応指導教室内部でのレジリエンス育成と同時進行で、市内小中学校を訪問して、子どもたちにレジリエンストレーニングを実施するに至った。

この間、通所児童生徒の個別の指導計画を元にした職員同士の情報交換を密にし、学校への訪問、PTAでの理解促進を通して、レジリエンス育成について、職員・学校の先生方・保護者の関心が高まってきたように感じる。

イ 今後の課題

- 市内の全小中学校で出前授業を実施し、プロジェクト全体に関する方向性と具体的な取組を見直しながら、年度途中でのプログラムの内容や方向性の適宜修正を図っていきたい。
- 水戸教育事務所で実施している「ほっとステーション」活動や近隣市町村と連携を図り、共同で実施できる企画を立ち上げ、双方のよさを共有しながら、児童生徒の支援にあたりたい。