

星とおひさまFikaキャラバン

★Fikaって…？

Fika（フィーカ）とは北欧の生活習慣で、身近な人とお茶を飲みながらおしゃべりをする時間のことをいいます。

私たち「星とおひさまFikaキャラバン」は、茶話会形式によるリラックスした雰囲気の中で参加者とコミュニケーションを図ることで、保護者の心理的負担を軽減させ、家庭での教育力の向上をサポートしています♪

★チームメンバー

明星大学 星山麻木教授の下で学んだ「育星講座」修了者（スペシャルサポーター）・ファシリテーション研修修了者・発達とその支援方法に関する知識がある専門家のほか、子育て支援・学校支援を実践しているメンバーによって構成されています。

★私たちの活動 その1

八王子市との協働によるワークショップ（Fikaキャラバン）を実施
平成27年度から八王子市とともにパパ・ママを応援するワークショップを行っています。
平成30年度は、生涯学習センターと市立小学校5校のほか、市職員を対象に実施しました。

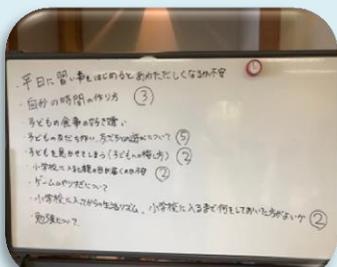


生涯学習センターのようす

9月8日（土）
生涯学習センターにて実施し、主に来年度入学予定のお子さんを持つ14名のパパママに参加いただきました。
「保育園・幼稚園と小学校はこんなに違うの？」をテーマに、グループごとにトークが進行しました。

参加者の心配として、友だち関係や生活リズムに関するもののほか、小学校に行ったら親の目が行き届かなくなるのでは？といった声がありました。

ファシリテーターの進行により、先輩ママから体験談を聞き、ホっとした様子が印象的でした。



悩みや疑問をシェアします

1月31日（木）
市役所会議室において、子育て中の市職員を対象に実施し、21名の職員の皆さんに参加いただきました。

「家庭と仕事の共立、保育園と小学校はどうちがう？」をテーマに、働きながら子育てをずる悩みを共有しました。



市職員研修（生涯学習推進研修）
21名の職員が参加



研修は終始和やかな雰囲気で行進しました。

普段は職場で顔を合わせる皆さんも、子育ての話になればとても和やかな雰囲気でのトークが進みます。

子育てとキャリアの両立など、踏み込んだ話題をするグループもあり、参加された職員の皆さんには大変満足していただきました。

★私たちの活動 その2 学校内でワークショップ（Fikaキャラバン）を実施（単独事業）

八王子市との共催とは別に小学校にお伺いし、保護者会等の機会ワークショップを実施しています。保護者の皆さんが持つ「子育て」の不安を、いろいろな角度からケアしています。



第一小学校のようす



ワークショップで使用する
ストーリーカード（みんなで物語を創ります）

12月14日（金）
第一小学校においてPTAとの共催により、保護者会終了後のランチルームで実施し、保護者12名に参加いただきました。

当日は八王子市と文部科学省の職員の方に「保護者」としてグループに参加していただきました。

アイスブレイクでは、グループ全員が協力し、一本指で紙飛行機を作り飛ばしたほか、ストーリーカードを使用し物語を創ることで、参加者同士が打ち解け合い、子育ての悩みや疑問について共有しました。



みんなで協力して紙飛行機を作ります

★Fikaの効果

A：保護者同士のFika



得られる効果とは

同じ学年・クラスの保護者同士が温かく繋がり、互いに理解する事により、子どもが安心して過ごす事ができるクラスを目指します。



B：先生と保護者でのFika

得られる効果とは

先生を理解する事、保護者の気持ちを理解する事、それには互いに認め合う気持ちが必要であることを体験して頂き、お互いが信頼できる関係となるきっかけづくりを行います。大人が繋がると、安心して生活できるクラス・学校となります。

今、学校の中で、保護者同士や保護者と先生の繋がりが薄れてきていませんか？
私たちが行っている「ファシリテーター」の加わったワークショップでは、ミニゲームやおしゃべりをする事で不安感を減らし、緩やかな大人の繋がりを作るお手伝いをします。

ファシリテーターはみんな特別支援の専門家ですので…

- 1) 居心地の良い話し合いの場の提供
- 2) 善意のあるコミュニケーションのサポート
- 3) 人が繋がる意味そのものを理解する

などの効果があります。



家庭教育支援チーム