



HMU-SAT2
Summer, 2025
Launch from ISS

コラム ～ 再び人類は月を目指すことにした? ～

4月1日(日本時間では4月2日)に、アメリカのNASAの月面探査プロジェクト「アルテミス」の第2段として、有人ロケットで月への周回ルートをテストして再び地球に帰って来る10日間のミッションがあり無事に成功しました。その模様は、インターネットを通じて全世界にライブ配信されましたが、ご覧になられましたか?

月面探査は、約40年前にアポロ計画というものがあり、一番有名なのはアポロ11号が人類として初めて月に着陸したというものでしょう。

残念ながら、私はまだ生まれる前でしたので、リアルタイムで見届ける事はできませんでした。しかし、その後、アポロ計画は続きますが数回の月面探査ミッションは1972年以降行われることはありませんでした。

それからは、宇宙開発は人工衛星や宇宙ステーションに移っていきました。まだまだ、未知の領域でもある宇宙、そんな中、予算の都合や機体の都合などがあり、月だけでなく、それよりも遠い星への有人探査は途絶えてしまっていました。

マンガ「宇宙兄弟」では、何度も月に人間が行き、色々な研究や開発が進められている、そんなに遠くない話が描かれています。まさに、宇宙兄弟で描かれている月面開発が始まっていく一歩なのかもしれません。しかし、今回のアルテミス計画はアポロ計画とは大きく異なり、月面開発がメインのプロジェクトではなく、そこから、さらに先の宇宙開発計画で、最終的には火星さらに他の惑星への調査開発をするため、燃料補給などの中継地点を作ることでしたが、少しずつ計画も変わり、今後はまだわかりませんが、まずは月面に基地を作ることを目標にNASAだけでなく、日本のJAXAをはじめとして世界60カ国以上が協力してプロジェクトを進めています。その先、予算が整ったら本来の計画も進められるはずです。

ISSに乗務していた長野県川上村出身の由井宇宙飛行士がいます。いつか、この青木村の中からも宇宙に興味を持って、宇宙飛行士や宇宙開発を目指す人も出てくるのでしょうか?

話は、少し月から離れますが実は、昨年10月に日本の種子島からH2ロケットで駒ヶ根工業高校の宇宙航空研究グループと企業が共同開発した人工衛星「てるてる」が打ち上げられました。この計画は15年という長い時間の中で実現した1つのプロジェクトでした。

そのグループの顧問として指導し続けた先生が、実は私が高校に入った時に新任教員として工業課の先生として赴任してきた先生で、私たちにとっては「頼れる兄貴」みたいな存在の先生で、少し前に話は聞いていたのですが、実現した事を先日、あるテレビ番組で知りとても嬉しくなりました。「てるてる」は地球に向けてLEDでモールス信号を今でも送り続けています。このメッセージはいくつかの観測所と日本国内の200の高校で観測チャレンジが行われています。ISSと違って、とても小さいので肉眼で確認できるものではないのが残念ですが、興味がある方は、ぜひ調べてみてください。「てるてる」の軌道はこのQRコードからアクセスすると確認することができますよ。

※ISS…国際宇宙ステーション



裏面も読んでいただき、何かお子さんに不安や心配事などがありましたら、村の保健師や教育委員会、たんときッズあおきまで、ご相談いただければ対応いたします。

たんときッズあおき (NPO法人たんと。)

TEL 0268-75-6789

青木村田沢3075-1

■開所時間 9:00-17:00

■定休日 土日祝日

NPO法人たんと



親子で一緒に考える ペアレント・プログラム

ペアレント・トレーニングというプログラムを聞いたことがありますか？

文字通り、これは親に対する子どもとの向き合い方などを練習するプログラムで、アメリカで行動療法に基づき開発されたプログラムの一つです。

子育てと言っても、一人ひとり様々な考えがあり、関わり方があります。どれが正解で間違っているということはありません。親は、全力で子どもと向き合い、悩み、考え一緒に成長をしていきます。

このプログラムは、少し特徴の強いお子さんの子育てに悩んでいる家族が、子どもの考えや行動を知り、共有して行くことで、お互いにストレスが少ない子育てができるように開発されています。

特に、自閉スペクトラム症（ADHD のなども含む）のお子さんの子育てを助け、同じ境遇の仲間とつながることで、楽しく子育てができるように改良されてきています。

とはいえ、このプログラムはどんなお子さんに対しても当てはまる事を前提としたプログラムなので、実際には様々な親が参加してくれています。

とはいえ、少し勉強要素（専門的な考え方）が強いこのプログラムは、少し難しさややりにくさ、そして、もともと想定しているお子さんの年齢が小学校ぐらいの年齢のため、受講される親のみなさんには、少し難しと感じる方や、家で試してみたくても子どもがまだそこまで成長していないため、行動が現れにくいなど、一定の難しさがあると言われています。決して、ペアレント・トレーニングが駄目な訳ではなく、お子さんの年齢や行動によっては効果が出にくいのでただの勉強会になってしまう可能性があり、どの年齢の子育てでも、一定の効果ができるものはないかと思っていたところ、青木村の中で実施していくには“ペアレント・プログラム”というもののほうが向いていると思いました。その後のお子さんの成長や行動に合わせて、必要であればペアレント・トレーニングを学んでいくのが自然な流れになりそうです。

ペアレント・トレーニングとペアレント・プログラムの違い

ペアレント・プログラム：基本的な理解や知識の習得、悩みごとの共有などが中心

ペアレント・トレーニング：実際の家庭での実践と、より具体的な行動療法などの技法の習得に重点が置かれている。

どちらも、似たようなプログラムを行うこともありますが、ペアレント・トレーニングはより実践的な手法を学ぶ機会になっているため、どうしても、年齢がまだまだ低いお子さんや状況としてつかみにくい行動の場合は、慣れてきてからでなければ効果的に実践する事ができないこともあります。

そのため、今年度から青木村で実施するものは、テスト期間も含め3年実施してきましたがペアレント・トレーニングではなく、ペアレント・プログラムを行う事にしました。

6回実施する内容は詳しくはお伝えできませんが、各回のタイトル（仮）を紹介します。

※タイトルは現在、青木村用に作成をしている途中のため仮のものです。

青木村のペアレント・プログラムは、アスペ・エルデの会という団体が発行しているプログラムを素に実施します。



- 1回 現状把握表を書く！自分のことについて書いてみよう！
- 2回 行動で書く！
- 3回 同じカテゴリーをみつける！
- 4回 ギリギリセーフをみつける！
- 5回 ギリギリセーフをきわめる！
- 6回 ペアプロでみつけたことを確認する！

参加するみなさんと、ゆったりとしたペースの中みんな情報共有したり、考えたりしながら、子育てを楽しむような、そして、その中でもちょっと手がかかってしまったり、なかなか自分だけでは抜け出せないような沼から脱出するきっかけに気づけたらというプログラムになっています。

以前、ペアレント・トレーニングを受けた方でも改めて参加したいと思っていただいても、全く問題ありません。もし、これを読んで興味のある親御さんやご家族の方がいらっしゃいましたら、秋からスタートする青木村版ペアレント・プログラムを受けてみましょう。

きっと、子どもをみる目や感じ方、関わり方が変わるはずです。