



## 「思春期・青年期について」

### 思春期・青年期は子どもから大人への脱皮の時期

思春期・青年期は、子どもから大人への脱皮の時期です。身体的特徴に性別による違いが現れる「第二次性徴」の訪れとともに、からだの発育はめざましく、大人らしいからだつきになります。一方、こころの面では、自分自身に目を向けるようになり、急に親離れを始め、これまでとは違った価値観を身につけようとします。さらに、「自分とは何か」「自分は何をしたいのか」「自分は何を求めているのか」というような自分さがしを始めていく時期でもあります。このように、からだ、こころ、そして周囲とのかかわり方が変化していく時期が思春期・青年期です。

### 思春期・青年期は10歳から30歳に延長

「思春期・青年期」は、13歳くらいから22歳くらいまでをさすと一般的に考えられてきましたが、最近では、からだの成長・発育の加速現象により、思春期の発現が早まってきています。また、現在の社会状況のなかで、子どもたちは社会的な経験をしないまま育ってきている場合も多く、独立と責任を社会から問われる年齢が年々高くなっている傾向があります。現在では、思春期・青年期は10歳から30歳が一つの目安となっていますが、青年期がだんだん長くなっており、40歳近くまで青年的な生き方をする人もいるのが現状です。

### 思春期・青年期の発達は個人差が大きい

現代の「思春期・青年期」は、からだの成熟の早さに比べ、こころの成熟がこれにともなっていないということが、問題をさらに複雑にしています。そのうえ、からだやこころの成長に個人差も大きいいため、より慎重なかかわりが必要な時期でもあります。

思春期についてさらに詳しく知りたい方、  
思春期のお子さんの対応などで悩んでいる方は・・・  
ぜひ講演会へご参加ください!!

## 親と子のこころの健康づくり講演会のご案内

親にとって子どもの思春期は、子のこころの変化が理解できず、どのように接したらいいのか迷う時期でもあります。講演会に参加して、お子さんの「こころの声」に耳を傾けてみませんか？

**演 題** 「思春期の子どものかみについて」

**講 師** のびる学園 園長 渋谷照夫先生

**日 時** 2月24日(水) 午後2時20分から

**場 所** 常北中学校 体育館

参加を希望される方は2月23日(火)までに健康福祉課 (☎029-240-6550) にご連絡ください。

## 思春期の悩み・子育てに関する相談窓口

### ◎いはらき思春期保健協会 (水戸市医師会内)

専任のカウンセラーが思春期問題の相談にあたります。内容は学校のこと、友人のこと、体のことなど。青少年本人、保護者及び学校の先生方からの相談を受け付けています。

**来所面接相談** 月、火、水、木曜日/午前9時～午後4時、土曜日/午後1時～4時(※金・日は休み)

**相談料** 1回 3,000円(予約制) ☎029-305-7563 (電話での相談も受け付けています)

### ◎教育・子育て電話相談 (運営主体 茨城県)

**相談時間** 平日 午前9時～午前0時 ☎029-225-7830 (FAX) 029-302-2161

### ◎子どもホットライン (18歳までの方専用 運営主体 茨城県)

**相談時間** 毎日 24時間 ☎029-221-8181

今回の「まごころ通信」は4月号に掲載予定です。