

# 子育て応援コラム

～子どものこころをケアするために～



新型コロナウイルスの広がりにより、これまでの通常の生活が一変し、それが長引くことで子どもたちも言葉にならない不安を抱えていると思います。こんな時、不安の対象を理解することは、気持ちを落ち着けることにもつながります。インターネットで読める「コロナウイルスってなんだろう？」（藤田医科大学感染症科監修）は小学生向けに解説された内容です。子どもにわかりやすい言葉で説明したり、家族で話しあうこともおすすめです。

また、現在のような状況においては、子どもたちに「腹痛や頭痛、不眠などの身体症状」や「いつもより泣いたり、大人にしがみついて離れない」「急に幼い言動をしたり、夜尿、お漏らし、わがままになるなどの赤ちゃんがえり」「遊びの中で起きている出来事を再現すること」がおきやすくなります。でも、これは「自分や家族も病気になるのではないかという不安」による一般的な反応・行動です。こんな時、子どもには

- ①できる限り毎日決まった時間に起き、食事をとり、遊ぶ時間を決める
- ②一緒にストレッチやラジオ体操をするなど体を動かす
- ③抱っこしたり手遊び歌をするなど意識してスキンシップを心がける
- ④小さなことでも子ども自身に選択をさせて、自分のことは自分でできる感覚を体験させる
- ⑤不安や恐怖心を増すようなテレビ番組などとの接触を意識して減らす

などの対応が大切です。

また、子どもたちのケアはもちろんですが、保護者の皆さんが休息を取れるよう、周囲にサポートを求めることも忘れないでください。

もし、気になること、心配なことなどがあれば、子ども家庭支援センターの相談をご利用ください。

## 【参考資料】

- ※「感染症対策下における子どもの安心・安全を高めるために」（日本臨床心理士会災害支援プロジェクトチーム、日本公認心理師協会災害支援委員会、セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン）
- ※「自然災害などの影響を受けた子どもの心を支える5つのポイント」（セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン）



子ども家庭支援センター 臨床心理士・公認心理師 須摩 智佳子



羽っぴーだより

あのね・・・



令和2年4月1日発行 No.12  
羽村市子育て世代包括支援センター



妊娠期から子育て期にわたるまでの様々な悩みに対応する「子育て世代包括支援センター羽っぴー」では、機関紙「羽っぴーだより あのね・・・」や子育て応援ガイドブック、子育てサークルガイド、羽っぴーカレンダー等を発行することで、羽村で子育てするために役立つ情報を発信しております。

今年度から組織を変更して、子育ての中で特に関わりが多い、健診事業や離乳食の相談や、育児相談等の母子保健事業も含めて一体的に、事業を実施することとなりました。

「子育て世代包括支援センター羽っぴー」は、保健センターの中にある母子保健・相談係と、市役所西庁舎2階にある子ども家庭支援センター係の2係で、構成されています。どちらも、子育て期の様々なご相談に対応できますので、どうぞご利用ください。

母子保健・相談係での母子保健事業、市内幼稚園・保育園での巡回相談、子ども家庭支援センターでの子育て支援事業を通じて、羽村で育つ子どもたちの健やかな成長や発達を、スタッフ一同願って、お手伝いしていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

羽村市子育て世代包括支援センター長 山本 明子

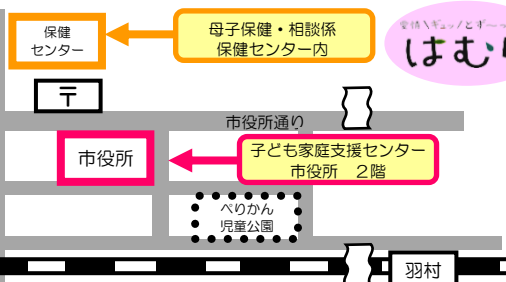


## 羽村市子育て世代包括支援センター

### 【問合せ】

- ★母子保健・相談係★  
(内692～694)
- ★子ども家庭支援センター★  
042-578-2882 (直通)  
どちらも平日8時30分～17時

小作駅・羽村駅より「はむらん」で市役所前バス下車  
小作駅・羽村駅より徒歩15分



中面は「新体制！子育て世代包括支援センター」です！

# ★子育て世代包括支援センター羽っぴー★

4月から  
新体制！

～安心して妊娠・出産・子育てができるよう切れ目のない支援を行います～

令和2年4月から、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援の充実と、市民のみなさまにわかりやすい窓口の一本化を目指し、これまで健康課が行ってきた子どもの健診や予防接種などの事業を子育て世代包括支援センターが担っていきます。

妊娠中のこと、産後の体とこころのこと、育児のことなど気になることがありましたらお気軽にご相談ください。  
子育て支援機関や医療機関などと連携しながらみなさんの子育てを応援します。



保健師・相談員

妊娠期



出産期



子育て期



地区担当保健師・相談員が、妊娠中から子育て期までの一貫した支援を提供します

子育て相談課  
母子保健・相談係  
【保健センター内】

母子健康手帳交付  
母親学級・両親学級  
妊婦健診費用の一部助成  
妊婦歯科健診

乳児家庭全戸訪問（新生児訪問）  
産後ケア事業

【集団健診】 3～4か月児健診 / 1歳6か月児健診 / 3歳児健診  
【個別健診】 6～7か月児健診 / 9～10か月児健診  
【その他】 離乳食講習会（ひよこサロン・もぐもぐ教室）  
1歳児教室 / 2歳児歯科健診 / 子どもの予防接種  
子育て相談 / 子どもの発達に関する総合相談 / ちょこっと広場

子育て相談課  
子ども家庭  
支援センター係  
【市役所2階】



養育支援訪問事業

乳幼児ショートステイ事業 / ファミリー・サポート・センター  
おしゃべり場 / 子育てひろば / 子育て相談 / 子育て講座

※ファミリー・サポート・センターの申込みは社会福祉協議会です。

## おしゃべり場

～出会い・息抜き・共に学ぶ場として～

各児童館で月に1回、テーマに沿って自由に話をする「おしゃべり場」を実施しています。お子さんを遊ばせながら、楽しくおしゃべりしましょう♪  
子育てボランティアが、お子さんの見守りをお手伝いします。

\*時間はいずれも10:30～11:30です。予約は要りません。直接会場へどうぞ！

## ★5月～6月の予定

5月は保健センターからの耳より情報もあります！

月	テーマ	東児童館	中央児童館	西児童館
4月	新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になりました			
5月	おむつバイバイ	15日(金)	21日(木)	22日(金)
6月	どう使う？スマホ・テレビ	16日(火)	18日(木)	26日(金)

★5月～6月の予定も変更の可能性があります。市公式サイト・メール配信等で最新の情報をご確認ください。