

羽村市×杏林大学公開講演会 報告



気づこう、かかわろう こどものSOS

～ヤングケアラーの問題から考える～

令和3年11月30日に加藤雅江氏を講師にお招きし、今、社会問題としても注目されている「ヤングケアラー」をテーマに講演会を行いました。

子どものいる家庭に関わりを持つ方を中心に、多くの地域の方にご参加をいただきました。



子ども自身は「当たり前」と思って家庭内のケアを背負っていることも多く、周囲の大人が、子どもが背負っている課題を、知ろうとする、想像することがSOSのサインに気づくことにつながるのお話がありました。またヤングケアラーの背景にある家庭の課題についても理解を深められる内容でした。

参加者からも「子どもがSOSを発信しやすい地域を作りたい」「子どものサインに気づいたら、見ないふりをしない大人になりたい」との意見がありヤングケアラーを身近な問題として考えていただけたようでした。

羽村市子育て世代包括支援センター

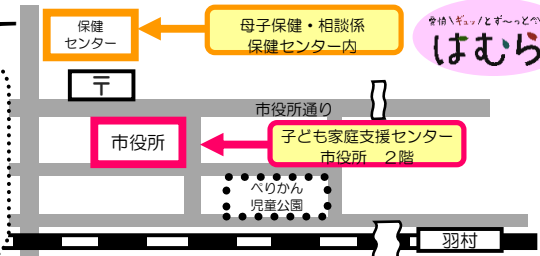
問合せ

★母子保健・相談係★

042-555-1111 (内692～694)

★子ども家庭支援センター★

042-578-2882 (直通)



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



羽っぴーだより

あのね・・・



令和4年 2月1日発行 No.23
羽村市子育て世代包括支援センター

子育て応援コラム



～初めての入園を迎えるとき～



新型コロナウイルス感染の対策と向き合ううちに、もう春がすぐそこまでやって来て入園を迎える時期になりますね。ご家庭のお子さんはどうの毎日をご過ごされていますか？

幼稚園・保育園の入園となり新しい環境に入ると不安を感じるおさんは多くなります。お子さんによってなじめる早さは違います。また性格によっても現れ方は違います。春はいつもより多くエネルギーが必要になる時期ですが、エネルギーが満たされると子供たちはお母さんと離れていても安心してあそぶことができ、幼稚園や、保育園という新しい環境に探索に出かけられます。不安や疲れがあっても、またお母さんにしがみついて甘える事で頑張るパワーが充電できるようです。そこは安心感の基地なのです。中には5月になっても6月になってもなかなかお母さんと離れられない、環境になじめないおさんもいるかもしれません。お母さんが家事や下の子の育児に忙しく十分甘えられなかったり、人一倍敏感なお子さんで不安を乗り越えるために人一倍甘えを必要として安心感を求める場合があります。

さあ、春の入園に向かってお子さんにたっぷり甘えさせてあげて安心のエネルギーを蓄えてあげてください。

子育てに迷う時には、どうぞお気軽に子育て相談課母子保健・相談係や子ども家庭支援センターをご利用ください。

【参考書籍】 『子育てハッピーアドバイス』明橋 大二著
子育て相談課 母子保健・相談係 臨床心理士 塩野 恭子



「イライラ対処法」

Qどんな時にイライラしますか？

- 子どものことで・・・
- ・疲れていても相手をしないとけない時
- ・寝てくれない、食べてくれない等、思うようにならない時
- ・ぐずりの理由が分からない時
- ・泣き声

- 親子を取り巻く環境のことで・・・
- ・自分だけが育児と家事に追われていると感じた時
- ・祖父母などを頼れない時
- ・パートナーに話を聞いてもらえない時



Qイライラした時はどうしていますか？

- ・深呼吸して、まず気持ちを落ち着かせる。
- ・子どもの安全を確保した上で距離を置き、一人になる。
- ・子どもを預けて、寝たり、買い物をしたり、美容院に行ったり等、気分転換をする。
- ・近くの保育園の一時預かりを利用した。
- ・寝かしつけの時などに片耳だけイヤホンをして好きな音楽やラジオを聴く。
- ・子どもに動画などを見せる。
- ・家事など何もしない。お風呂は明日入る！ご飯はレンジでチンのおかず、ふりかけご飯、納豆ご飯でOK！
- ・大好きなお菓子を買いためておいて、イライラした時に食べる。
- ・子どもの立場になって考える。ぐずっている子ども自身が一番イライラするよね、と考える。



Qあったらいいなと思うフォローやサポートはありますか？

- ・父親への意識改革を促す何かがあるとあればいいなと思う。前向きに参加できるようなもの等。
- ・産前産後のサポートを知りたい。産後に上の子どもを少しでもみてもらえると助かる。
- ・保育付きの事業を充実させてほしい。



「我が家の食事・おやつ」



Qお子さんの好きな食事のメニューは？ Qお子さんの好きなおやつは？



- ・パン 19票
- ・麺類 16票
- ・お米類 14票
- ・汁物 7票
- ・和風 7票
- ・おかず 6票
- ・洋風 4票



- ・甘い味のもの 21票
- ・野菜や果物 16票
- ・塩味のもの 12票
- ・好き嫌いはない 5票
- ・粉もの 3票



Qお子さんからリクエストの多いメニューは？

- ・ふりかけご飯 ・おにぎり ・炊き込みご飯 ・チャーハン ・すし飯
- ・パン ・アンパンマンカレー ・レトルト食品 ・めん類 ・唐揚げ
- ・コーン ・かぼちゃ ・納豆 ・みそ汁 ・魚(マグロ、シャケ、サバ、サンマ)
- ・のり ・お肉 ・ウインナー ・マックのセット(ハッピーセット) ・ポテト
- ・ハンバーグ ・ゆで卵 ・チーズ ・スクランブルエッグ ・豆腐 ・にんじん
- ・豚肉の鉄板焼き(ピーマンや玉ねぎも食べてくれる) ・トルティーヤ
- ・果物 ・揚げホットケーキ ・プリン



Q食事の時に工夫していることは？

- ・食べてくれない時にお気に入りの人形やおもちゃで「〇〇くん、がんばれー！応援してるよー！」とアテレコするとやる気が出てよく食べてくれる。
- ・時計の針がいくつになるまでに食べてと約束する。
- ・ご飯を盛るときに顔(目、鼻、口)を付ける等して、ちょっとしたデコレーションをする。
- ・ぐずった時に好きな音楽を流す。

★2月のテーマは「どう使う？スマホ・テレビ」です！★

- 【掲示場所】各児童館 保育室
- 【掲示期間】1日～20日
- 【時間】午前9時～正午(保育室開室時間)
- 【相談員在籍日】
- ★中央児童館：毎週火・木・土
- ★東児童館：毎週火・金・日
- ★西児童館：毎週月・水・金



※掲示板に書き込みができるのは、子育て相談員在席時間のみです。

