

# ほっとファミリー体験発表会

血縁のつながりだけではない、いろいろな家族のかたちがあります。里親として里子を迎えたご家庭の話をぜひお聞きください。養育家庭制度についてだけでなく、自分の家族について見つめなおしたり、考える機会になるかもしれません。

- ・日時：令和4年11月16日（水）午後2時～3時30分
- ・会場：羽村市福祉センター 大会議室
- ・内容：体験発表・養育家庭制度の説明



ほっとファミリーキャラクター さとべん

★詳細は広報10月15日号をご覧ください★

## 令和3年度 体験発表会のご報告

令和3年度は、平成23年から多くの子を迎えられた里親さんからお話を伺いました。里父さん、里母さんからたくさんの愛情を注がれ、成長していく里子さんの様子について、ゆっくりお話を聞くことができました。



# 11月は児童虐待防止月間

## ●羽村市×杏林大学公開講演会●

### 子どもの虐待防止

### ～親子のサインに気づく力～

子どもへの虐待はどこの家庭でもおこり得る問題です。家庭環境や経済的な問題、親子の孤立など、様々なことが虐待の引き金となります。講師には医療の立場から虐待の対応や地域との連携について、現場での経験にもとづいた話をさせていただきます。地域で親子を支えるために何ができるか一緒に考えてみませんか。

【講師】梅野 直哉氏

（杏林大学医学部付属病院 小児救急認定看護師）

【日時】令和4年11月24日（木）午後2時～4時

【会場】プリモホールゆとろぎ

★詳細は広報10月15日号をご覧ください★

子育てに悩んだら、困ったら  
相談できる場所があります

### 立川児童相談所

042-523-1321  
月～金曜日（祝日、年末年始を除く）  
午前9時～午後5時

### 児童相談所全国共通ダイヤル

189（いちはやく）  
365日24時間対応

### 羽村市子ども家庭支援センター

042-578-2882  
月～金曜日（祝日、年末年始を除く）  
午前8時30分～午後5時

羽っぴーだより  
**あのね・・・**

令和4年 10月 1日発行 No.27  
羽村市子育て世代包括支援センター

## 子育て応援コラム ～スマホと子育て～

今やスマートフォンは買い物や、育児情報の検索等、毎日の生活に欠かせないものです。子どももスマートフォンに興味を持ち、「使いたい！！」と要求してきたり、みなさんも忙しい時、「少しの間だけ」と、子どもに与えたりすることもあるでしょう。

今回は、子育てをする上でのスマートフォンの使用について、WHOによる「スマートフォン使用に関するガイドライン」を参考に、注意点を伝えたいと思います。

### 【姿勢】

同じ姿勢を取り続けたり、画面に目を近づけることは、首など特定部位への負担、また 視力への影響も心配されます。目と画面は30cmの距離を置きましょう。

### 【内容】

視聴する内容は、子どもに適した内容か、必ず大人が確認しましょう。年齢区分マーク（レーティング）の活用もお勧めです。

### 【使用時間】

2歳児までは1日1時間未満、2歳児以上でも1日1時間までの使用が推奨されています。子どもは大人の姿も見えています。使用時間などは家族の中でもルール化し、大人も子どものお手本になるような使用方法ができるといいですね。

幼児、児童の発達過程においては、様々な体の感覚が発達し、これから社会生活を送るための土台を作る時期になります。

例えば、ことばが発達するには、微細運動（口や舌を使った細かな動き）や協調運動（顎や声帯なども同時に動かす）が必要ですが、そのためには、日常での外遊びで歩く、走る、のぼる、はねる、飛ぶなど全身を動かす粗大運動の経験が必要です。また、養育者と顔をあわせ、触れ合い、共有する時間を通して子どもの心は育ち、情緒面の発達をとげていきます。こどもとの豊かな時間を重ねるためにも、メリハリをつけてスマートフォンを使用してはいいかがでしょうか。

参考資料 ことばをはぐくむ 中川信子著 ぶどう社

WHO（世界保健機関）子どものスマートフォンの使用に関するガイドライン

子育て相談課母子保健・相談係 臨床心理士 久保 友佳

### 羽村市子育て世代包括支援センター

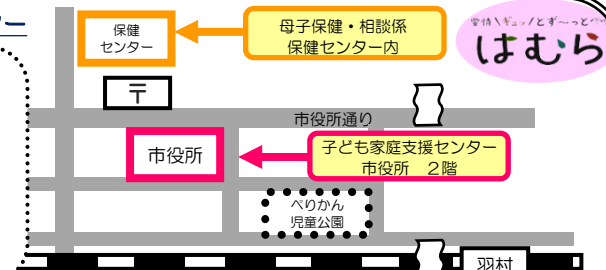
#### 【問合せ】

★母子保健・相談係★

電話：042-555-1111  
（内線 692～697）

★子ども家庭支援センター★

電話：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

# おしゃべい場 報告版

## 7月のテーマ「おむつバイバイ」

### ◆トイレトレーニングをするのに参考にしたものは？◆

- ・SNSやテレビなど 5票
- ・育児本 0票
- ・身内や知人の経験談 14票
- ・通っている園やプールでの相談 9票
- ・その他 0票



### ◆どのタイミングでトイレトレーニングを始めましたか？◆

- ・排泄の間隔が1～2時間空くようになった 3票
- ・排泄の前後に言葉やしぐさで教えるようになった 11票
- ・幼稚園等の入園にあわせて 4票
- ・その他 4票

### ◆しんどいな～！！と思ったことは？◆

- ・夜のおむつの外し方が分からない。
- ・布パンツをはいてくれない。
- ・親もモチベーションを高く持ち続け、いつも気にしないとならないのでストレス。
- ・拒否されたとき、トイレを怖がる時
- ・昨日はトイレでしてくれたのに、今日はオムツじゃなきゃいや！と言う時。

### ◆効果的だった言葉かけなどは？◆

- ・おむつは全部隠して「もうおむつは全部なくなっちゃったから、パンツしかないよ」と声をかけた。
- ・お気に入りのキャラクターのトレパンがぬれてしまった時に「キャラクターが悲しんでるね」と話したら、キャラクターを困らせないように頑張っている様子だった。
- ・トイレでできた時にご褒美シールを貼るようにして、10個たまったらおもちゃを買ってあげた。
- ・すぐろくのポスターを壁に貼って、トイレに座れたらシールを貼り、すぐろくのマスを進めてゴールを目指す。
- ・お気に入りのぬいぐるみ達もトイレに連れていき、とにかく皆で褒めた。
- ・トイレの蓋の内側に好きなキャラクターの絵を貼るようにした。壁なども楽しい雰囲気のできるように心がけた。
- ・家では裸でいさせて、服の着脱なくトイレに行きやすいようにした。
- ・自分から「ちっち」と言ってくるまで促さないようにした。

## 8月のテーマ「おっぱい・ミルクの卒業」

### ◆卒乳を始めたきっかけは？◆

- ・仕事復帰のため 4票
- ・離乳食が3回食まで進んでいる 8票
- ・マグカップなど哺乳瓶以外の物を使って水分を取れる 5票
- ・その他 5票

### ◆卒乳を始めるうえで心配なことは？◆

- ・始めるタイミング 8票
- ・進め方が分からない 2票
- ・卒乳中の寝かしつけ方法 14票
- ・ママのおっぱいのケア方法 1票
- ・その他 0票



### ◆卒乳でやってみて良かったことは？◆

- ・泣いたら車でお出かけてそのまま寝かせる。
- ・オルゴール調の音楽を流して落ち着かせる。これを聴いたら寝る！とお昼寝の時から聴かせて慣らしておく。
- ・ひたすら抱っこした。
- ・パパの長期休みに合わせてパパと一緒に寝てもらい、ママは違う部屋で寝るようにした。

### ◆今だから言える先輩ママからの経験談やアドバイスを聴かせて？◆

- ・泣いてしまうとかわいそうに思うけれど、違うところで愛情がたくさん伝わっているので大丈夫！
- ・自然卒乳にしようと思い、欲しがらだけ飲ませていた。2歳8ヶ月、急に飲まなくなり、3日目の夜に卒乳したことに気が付き私が泣いた。おっぱいを欲しがって夜泣きしていた日々が懐かしいです。皆さん、貴重な時期を楽しんでください。
- ・2歳で卒乳した。いつかは必ず卒乳出来る日が来るので焦らなくても良かったと思う。
- ・「どんなに泣かれても、今夜は絶対飲ませずに乗り切って卒乳する！」と意気込んで、一晩何とか耐えましたが正直くじけそうになりました。でも、とにかく辛くても親子で乗り切る！という強い気持ちで頑張って良かったと思います。卒乳出来たことで安眠できてお互いに安定できたし、心身共に成長できたと感じます。

## 10月のテーマは「我が家の食事・おやつ」です！

【掲示場所】 各児童館 保育室

【掲示期間】 1日～月末

【時 間】 午前9時～正午（保育室開室時間）

【相談員在席日】

★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。