

子育てコラム ～ほ・ほ・ほ～



「大好きだよ、ギュ～！」抱きしめよう、わが子のぜんぶ

子どものストレスどう気づく？どう向き合う？

「ストレス社会」といわれる現代ですが、ストレスのなかで生活しているのは大人だけではありません。実は子どもも、日々ストレスを感じながら生活しているといいます。昨今では新型コロナウイルス対策による自粛生活も、子どものストレスの一因となっているかもしれません。

でも「子どもがストレスを感じる＝悪」ではありません。ストレスを感じたとき、適切な保護や支援があったかどうか重要です。

ストレス対策で子どもの思いを“尊重する”ことは大切ですが、尊重は“言いなりになる”ことではありませんね。

「～がしたいのね」などと気持ちを認め、「でも今日は帰らないと」など、行動には制限があることを伝えることも大切です。「モノ」や「コト」の要求に無制限に応じってしまうことは好ましくありませんが、「ほしい」「したい」といった気持ちや、不安・恐れなどの感情を受け止める“甘えの受容”はとても大事です。気持ちと行動は区別し、子どもの“思い”には寄り添えることができたらステキですね。

子育ては不安で当たり前。子育てに自信をなくしたり、途方にくれたりしたときに、ちょっと先の道まで照らしてくれる人の話を聞くと気持ちがラクになりますね。あいさいわかばに気軽にご相談くださいね。

参考文献 「気持ちに応える子育て支援」永瀬春美



問 あいさいわかば ☎(24)3955

子育てインフォメーション

〈母子保健事業〉

問 健康推進課(佐屋保健センター) ☎(28)5833

内容	場所	日程	対象
母子健康手帳交付	佐屋	月～金曜日 (閉庁日を除く)	妊娠された方
ぴよぴよサロン	佐屋	12月13日(月)	R3年9月・10月生
ママパパ教室	佐屋	妊娠編 12月13日(月)	初めてママ・ パパになる方 (ママのみの 参加も可)
		出産・育児編 11月14日(日)	
すくすくひろば (育児相談)	佐屋	11月8日(月)	乳幼児と その保護者
	佐織	11月29日(月)	
離乳食教室	佐屋	11月18日(木)	生後5～6か月頃
3か月児健康診査	佐屋	12月7日(火)	R3年7月11日 ～8月31日生
	佐織	12月15日(水)	R3年7月21日 ～9月5日生
10か月児相談	佐屋	12月23日(木)	R3年2月・3月生
	佐織	11月1日(月)	R2年12月 ・R3年1月生

内容	場所	日程	対象
1歳6か月児 健康診査	佐屋	11月30日(火)	R2年4月1日 ～5月20日生
	佐織	12月1日(水)	R2年3月11日 ～5月25日生
2歳児 歯科健康診査	佐屋	12月9日(木)	R元年12月 ・R2年1月生
	佐織	11月18日(木)	R元年 10月・11月生
2歳6か月児 歯科健康診査	佐屋	11月11日(木)	H31年4月 ・R元年5月生
	佐織	12月16日(木)	R元年6月・7月生
3歳児健康診査	佐屋	12月10日(金)	H30年9月16日 ～10月31日生
	佐織	11月17日(水)	H30年8月11日 ～9月30日生

※乳幼児健康診査、10か月児相談、ママパパ教室(出産・育児編)、ぴよぴよサロンの対象の方には、個人通知をします。

母子健康手帳交付、離乳食教室は予約制です。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、延期または中止となる可能性がありますので、ご了承ください。

◆表記 佐屋:佐屋保健センター 佐織:佐織保健センター □ <https://www.city.aisai.lg.jp/>