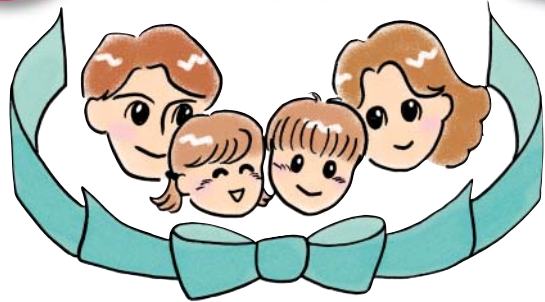


# ほっと

## 特集 | 子育てしゃべり場開催!! ブックスタートはじまる!!

- ◆HOT×HOT パパ
- ◆本、読んでるかい?!
- ◆みんなの元気
- ◆困った時の電話番号



発行 福井市企画政策部  
男女共同参画室・少子化対策センター

## 子育て応援 ワクワクキッズ



## 絵本をたのしもう!!

子どものころ、愛情いっぱい絵本を読んでもらうことは、心が豊かに育むと言われてています。

絵本を読む喜びを、親子ともどもで味わえるきっかけになればと、絵本を楽しむことを中心に、手遊び、親子体操、季節の行事や公演などを行っています。

親子の友だちづくり、コミュニケーションの場として、楽しいひとときを過ごせるサークルです。

### 「ワクワクキッズ」活動日

毎月第3金曜日(変更の場合もあり)

10:30~12:00

福井運動公園2F又は六条公民館

☎090-9445-8374 代表 谷口

あなたのお住まいの近くで活動している子育てサークルを紹介します。

お問い合わせは福井市地域子育て支援センターまで

ばんだルーム(日之出保育園内) ☎54-6114

ひよこルーム(明里保育園内) ☎36-0064

# 子育てしや

30名のお母さんが、3グループに分かれ

## 1 グループ

### 😊 きょうだいについて悩んでるっていう声があったけどどう思いますか？

- ★うちはきょうだいゲンカが激しくて…。どこまで放っておけばいいのかわからない。
- ★ケンカができるのはうらやましいな。いいことだと思う。友だちとケンカすると大変だけど、家の中ならいいんじゃない？
- ★親の私の都合で、夫のことなどでイライラしていると、ついつい上の子に当たっちゃって、上の子が弟や妹に当たってケンカしてって悪循環なんだよね。
- ★私は自分がきょうだいの一番上だったので、上の子の気持ちがわかる。だから私は上の子をギュッと抱きしめてあげたりするんだ。なかなかできないけどね。(笑)
- ★私はきょうだいの1番下だから親にかまってもらえたけど、それが姉や兄からいじめられたことにつながったと思います。
- ★上の子には上の子、下の子には下の子の気持ちがあるね。
- ★うちの子は一人っ子なので、生存競争もないし、おっとりしているの。一人っ子は少ないから、悩みを話す場があまりなくて…。
- ★あんまり気にすることないよ。友だちさえいればいいと思う。
- ★きょうだいがいないことは、さみしいかもしれないけど、親の愛情がすみずみまでいきわたるという点では、いいんじゃない。
- ★近所や周りの子たちもきょうだいだと思って大きな目でね。人類みなきょうだい(笑)
- ★一人っ子でも、その子なりにその場に少しずつなじんでいって、親がそれを受け止めてあげればいいんだなって思った。ここでみんなに話ができ、よかったです。



### 😊 もっとこんな風だったらいいのに…って思うことありますか？

- ★ちょっと用事で出かけるとき、気軽に子どもを預ける所がほしいなあ。
- ★私は運動がしたいので、託児付きでエアロビクスなどできる所がほしい。託児料は低価格で!!
- ★再就職が難しいので、託児付きの職場や、あとハロワークにも託児がほしい。再就職を支援する所や情報がほしいです。
- ★おじいちゃん、おばあちゃんを対象とした、「孫育てセミナー」みたいなのがあるといいなあ。(笑)
- ★もっと保育料を補助してほしい。
- ★福井は冬は雪で外に出れないので、雨、雪でも遊べる所がもっとほしい。もちろん無料で!

## 3 グループ

### 😊 お父さん、子育てに参加してる？

- ★夫は帰宅が遅く、ほとんど24時間私がやっています。でも、土日はよく面倒を見てくれて、子どももパパっ子で助かります。
- ★普段から、あまり子どもの相手はしてくれませんでした。でもこの前、近所の子もたちと、上の子二人が遊んでいるのを見て、うちの子たちがスポーツが苦手なのに(主人が)気付いたんですよ。それ以来、目覚めたようにサッカーや、キャッチボールをしてくれるようになりました。
- ★不景気のせいか、自分のことが精一杯みたいで、あまり子育てをかえりみなくなりました。夫の気持ちもわかりますが、私のほうにも精神的応援がなく、子どもは私一人の愛情で、大きくなっていくのでは…とさえ思います。

# べり場開催

て子育てについておしゃべりしました。

平成15年10月7日(火)

9:50~11:30 旭 公民館にて

2グループ

## 😊 近頃、食事のとき、座って食べてくれないので困っているの。

- ★おやつは見えない所に隠して、とにかくお腹を減らす!!これがいいよ。
- ★1度に全部並べないで、1回食べる分だけ少しずつお皿に入れてあげる。食べたらまた少し入れる。これで遊び食べが減ったって聞いたことがあります。
- ★うちの子は11ヶ月。食事のとき座らせるとワーワー泣くので、途中から立たせてしまうんだけど、みんなはいつから座らせて食べさせていたの?
- ★離乳食のときから、座っていないとあげないってことにしていました。
- ★でも、うちの子も座らせると怒ってしまって、困ってるの…。
- ★大きいお皿に少しずつ乗せてあげる。そして、なくなったらあげるといいよ。小出し法は効き目大!



## 😊 前は野菜を食べてくれたのに、食べなくなったの…。どうしたら食べてくれるかしら？

- ★苦手な物でも「○○は、△△ちゃんの大好きなものだよね～」っていつも言っていたら、その気になってくれました。
- ★とにかくおだてて食べさせるってのもいいよね。
- ★一緒にお料理するといいよ。とっても時間はかかるけれど(笑)
- ★ほうれん草をしぼるとか、卵を混ぜるとか、ほんの少しでも手伝ってもらう!
- ★そこで、お母さんのうれしい顔を見せるといいよね。

## 😊 もっとこんな風だったらいいのに…って思うことありますか？

- ★次の子の出産のとき、未満児の子でも預かってくれる所がほしい。
- ★支援センターでおもちゃで遊ぶだけでなく、親と一緒にいろいろな体験ができる場所があるといいですね。
- ★6才まで医療費を補助してほしい!
- ★親の勉強会があるといいな。必ず託児付きにして!

★うちも、夫がそんな時期があったんですよ。紙に大きく「お父さんありがとう!愛してるよ」と書いて張っておいたんですよ。(一同 どよめき)そうしたら夫の態度が変わりましたよ!

だから、自分のためにも、子どものためにもぜひ、やってみてください。

★夫が本当に何でも良くしてくれるので、私の方から感謝を込めて「愛してるよ」と言いますね。

★リップサービスって大切ですね。

★うちは、核家族なので、夫も子育てをしなくてはならない立場です。お互いそれがわかっているので、「私

は子どもで燃え尽きるわ」「俺は仕事で燃え尽きるわ」って感じで、その日にあったことは、ちゃんと話し合っていて、私の精神面でのサポートもしてくれています。先日、学校でトラブルがあったときも、仕事を抜けて帰ってきて、子どもと1対1で話し合ってくれました。私も2ヶ月に1回の美容院が楽しみでがんばっていますし、私にも彼にも、ご褒美の時間って必要ですね。





# 子育てしゃべり場風景!



## 託児もあったよ!

ほんとに久しぶりに(娘は高校生と中学生なので)おんぶにだっこ、一人泣けば連鎖反応でみんな大声で泣く大合唱!!大変でしたけど、かわいくて、赤ちゃんの小さい手を握っているだけで、幸せな懐かしい気持ちになりました。託児が初めてのお子さんも、家族以外と過ごした2時間が、これからのよい経験になってくれたらいいと思うのですが...また機会があったら私もかわいい天使たちと一緒に遊びたいです。

(託児担当 木内)

子どもの年齢によって悩みは変わりますが、子育てを一生懸命やりながら親も成長していくんだなと思いました。

子育ては十人十色。“愛があれば...”良いと思っています。家庭の中に愛を♡

みんなも一緒に悩みを持っているんだなと思いました。

託児があったから、子どもと離れて少し息抜きができました。

また自信がなくなったときに、このような場があれば、参加したいです。

子どもを預けてだったのでお母さん同士いろいろな話ができてよかったです。これからも意見を交換できる場を設けてほしいです。

## しゃべり場に参加して

# ブックスタートがはじまりました!

詳しいお問い合わせは  
 福井市立 みどり図書館 ☎34-8859  
 福井市立 図書館 ☎20-5000

ちっちゃんの  
**ブックスタートレポート**

「ブックスタートパック」  
 をひとりひとりに  
 おわたしする  
 ボランティアに  
 わたし  
 さっちゃん  
 参加してきました。



ブックスタートパックの中身です。

自分の育児を思い出し  
 なっかしくて涙がポロリ。  
 布製のバックは  
 内ポケットもついている  
 すぐれもの。

## ブックスタートってなあに?

赤ちゃん、絵本を介して楽しいひとときを持つことを応援する運動です。  
 福井市にお住まいで、平成15年4月1日以降に生まれたすべての赤ちゃん  
 と保護者の方に、絵本やブックスタートについてのイラストアドバイス集など  
 の入ったブックスタートパックをメッセージを添えてプレゼントします。



一組の親子に一人のボランティアが  
 メッセージを添えて手渡します。



いらない、いらない...  
**ばあ**  
 赤ちゃんに 絵本を 読んで  
 あげたり。

うの子 絵本がうちの子  
 この子 絵本がうちの子  
 上の子がね  
 いっぱい  
 いっぱい  
 いろいろな お話を聞いて!

私も自身も、赤ちゃん  
 とふれあえた楽しい時でした。  
 みなさんも 絵本をきっかけに  
 楽しいひとときをお過ごしね!

# HOT HOT パパ

## いっしょに遊べて パパはラッキーだよ!

子どもと遊ぶことが大好きという嘉一さん。「どんなことをしてあそんでいるのですか?」との問いに「かるた、パズル、自転車乗り、散歩、お絵かき、ままごと、本読み、すごろく…」と次から次へと出てきます。それも、娘、茜ちゃんが飽きるまで、何回も何回も一緒に遊んじやうすごいパパなのです。

「子どもがやりたいと思うことは、何でも納得するまでやってもらって、そして一つ一つ卒業していってくればいいなあと思っているんです。」その言葉どおり、茜ちゃんが生まれてからずっと父娘の関わりは密なものだったみたいです。

「赤ちゃんのときは、とにかくずっと抱っこ。オムツ替えやミルクもやりたくてやってたしね。本読みが好きだった頃は声がかかるまで読んであげて、すごろくが好きだった頃は1日に10回以上も毎日毎日やってたから、もうすごろくがポロポロになっちゃったんだよね。」と笑みがこぼれます。最近では抱っこを嫌がるようになったり、本も読んでもらうより、自分で読む方が好きになったりと成長を感じる反面、パパとしては少しさみしいとか…。



そんなパパを妻の純子さんは、「子どもと遊ぶのも大人だから優位に立つわけではなく、子どもと同じレベルで遊んでいる。子どもも、すっごい楽しそう!」と見つめています。「子どもの成長が早くて、はくの方が子離れできてないんです。」と笑っている嘉一さんは、子どもとの楽しい思い出がいっぱい〜いつまったホットパパなのであります。



笹岡 嘉一さん(37歳)  
 純子さん(33歳)  
 職業:会社員  
 子ども:茜ちゃん(6歳)



茜ちゃんの描いた「かいけつゾロリ」の絵

☆あかねちゃんへ

♡ ずっと抱っこさせてちょうだい ♪  
 ♪ パパより ♪





# 本、読んでるかい?!

今回も、前号で好評につき(?)あそびの本を紹介します。  
今回は特定のジャンルに焦点をあててみました。



## 「『わらべうた』で子育て“入門編”」

阿部ヤエ 著 平野恵理子 絵/福音館書店 発行

最近では核家族化が進んで、色々な伝承あそびが伝わりにくくなっています。何世代にもわたって伝承されてきたものには、理にかなった良さがあると思います。わらべうたもそんなあそびの一つで「どんな育児書よりも、まっとうで、わかりやすい子育ての道しるべがここにある」(本書より)のです。わが家は三世同居だったため、おばあちゃんの子どものあやし方を見て、学んだことも多かったですね。わらべうたは、その地方、その家独特のものがあって、家に伝わるものがあれば、それで良いと思います。おむつを替えるとき、あやすとき、叱るとき、寝かせるときなど、あらゆる場面の“うた”が登場します。絵入りでCDも付いていますよ。



## 「植物あそび」

ながたはるみ 作/福音館書店 発行

長男が保育園に入ったばかりのころ、父親参観日で山へ行って、いろいろな植物を見つけてあそぶという企画がありました。当日配られたしおりを見てドキッ!「子どもに植物あそびを教えてあげてください」というものでした。子どもに教えるようにも、わからない~!!

私は、あわてて図書館で本を読んで、オオバコずもうや、木の葉のお面を作って、子どもと遊んだことを覚えています。自然の中では、特におもちゃなどなくても、子どもたちはいろいろ工夫して遊べるはずですよ。本書を見て、子どもたちにちょっとしたあそびのヒントをあげるといいと思いますよ。



## 子どもとつくるシリーズ「紙パックでつくる」

芳賀哲 著/大月書店 発行

工作あそびはみんな大好き。でも仕上がりが良くないと、あそびに発展しにくいし、子どもも大切に扱わなくなってしまいます。仕上がりがきれいに見えるには、基本となる“箱”がきちんと作れるかどうかだと思います。でも、この“箱”を作るのが以外と大人でも難しいもの。

その点、牛乳パックだと、どのメーカーでもサイズも形も一定で、簡単に手に入るし、水をはじくコーティングもしてあって、とてもいい素材です。わが家の子どもたちも、よく船を作ってお風呂に浮かべてたっけ…。本書ではその牛乳パックを使ってできるものを、基礎的な簡単なものから順に取り上げてあります。また、この「子どもとつくる」シリーズには、他にたくさんの分野のものがあります。ぜひ、親子や子ども会などで楽しんで下さい。



## 「坂本廣子の台所育児 一歳から包丁を」

坂本廣子 著/社団法人 農山漁村文化協会 発行

著者の坂本さんが「料理はあそびではありません」と言っていますから、今回のコーナーで取り上げるべきではないのかもしれませんがね。(笑)でもそれは「食べ物をおもちゃにしてあそんではいけない」ということなのです。子どもはみんな(大人も?)食べることは大好きです。ちょっと機嫌の悪いときでも、好きな食べ物があれば、すぐにご機嫌になるはず。それなら「料理をするところからいっしょにしよう」というのがこの本です。

お母さんの台所仕事をいっしょにやりたがったら、邪魔者扱いしないで「少し手間をかけても思い切ってさせてしまおう」ということ。「台所で食べ物と向き合う経験を子どもがすることで、生きる力を身につけていける」というのが著者の主張です。



# みんなの元気

—こどもの健康市場—

## 子どもをたたいてしまいます

ついカッとして、子どもをたたいてしまうお母さんの悩みについて、「ほのほのダイヤル相談員」にお聞きしました。

Q

3才の女の子の母親です。着がえや食事の時など、グズグズするので「早くしなさい」と、つい叱ってしまいます。強い口調で言うと、ピクツとして余計にグズグズするので、つい手が出てたたいてしまいます。その後で子どもを本当にかわいく思っているのか不安になります。こんな私は今よく言われている幼児虐待ではないでしょうか。

A

子どもの行為が自分の期待どおり、思いどおりにならないと、イライラするみたいですね。こんな場合、急ぎたいのはお母さんであって、子どもは叱られるようなことは何もしていないことが多いのですよ。

お母さんが疲れていたり、不安な時など、聞き分けがない子どもにイライラして、つい手を上げてしまう経験は、多かれ少なかれ誰でもあります。そんなに自分を責めないでください。たたいてしまってから自分は子どもを虐待しているのではないかと自分を責め、さらに不安になるのです。これからはカッとした時には深呼吸をひとつしてみてください。少し冷静になれますよ。もしたたいてしまったら、すぐその後で子どもを抱きしめてあげましょう。いき過ぎたと思ったときには、謝ることも大事です。

お子さんが危険なことや、悪いことをしたときはきっちり叱って教えなくてはいけません。感情で叱っても子どもには伝わっていません。子どもには子どもの速度があります。ときには子どもの目線に戻って、ゆっくりすることも大切だと思います。

子育てに不安やストレスを感じたら、パートナーや子育て仲間、信頼できる人に悩みを打ち明けてみてください。相談コーナーで相談することもいいことです。話すことで気持ちがずっと楽になります。ひとりっきりで悩まないのが解決の第一歩です。



# ほっとさん

さちよ 作



ひとりで悩まないで、電話してみてください

# ほのほのダイヤル

☎ (0776) 20-5775

開設日時/月～金曜日、9:00～13:00  
(祝祭日・年末年始を除く)

\*プライバシーはお守りいたします。

お気軽に  
ご相談ください。

子どもが保育園に行きたがらないのですが…

育児休暇について教えてください。

つわりがひどいのですが…

出産直後のおっぱいが痛くて乳腺炎では?

## 福井市保健センター

住所／福井市城東4-14-30

☎28-1256

健診や予防接種などの日程や時間の問い合わせのときに

## 救急医療体制

福井市休日急患センター

☎22-2099

休日昼間・土曜日夜間当番医

☎21-2119

休日急患歯科診療

☎26-8468

休日昼間、および土曜夜間に急な病気やケガをしたときに

## 保育サポーター

(財)21世紀職業財団

☎20-2020

仕事や病気などの急な都合で子どもの面倒がみられないときにサポートします。

## ファミリー・サービス

福井青年の案内クラブ事務所

☎21-8179

# 困

# あった時の ばんばん



## 病児保育

福井県済生会乳児院

☎30-0300

福井総合病院

☎21-1300

病後で幼稚園・保育園などに預けられないとき、病院で保育します。

## 幼児の誤飲の対処法

中毒110番

☎0990-50-2499

(24時間・365日対応)

タバコ専用電話

☎0727-26-9922

(24時間・365日対応、  
テープによる情報提供)  
(日本中毒情報センター)

子どもが異物を飲みこんでしまったときに!!

移転のため  
新しい番号に  
なりました。

# 小児2次救急医療体制がスタートしました!

福井・坂井地区 5病院が毎夜輪番制で救急対応

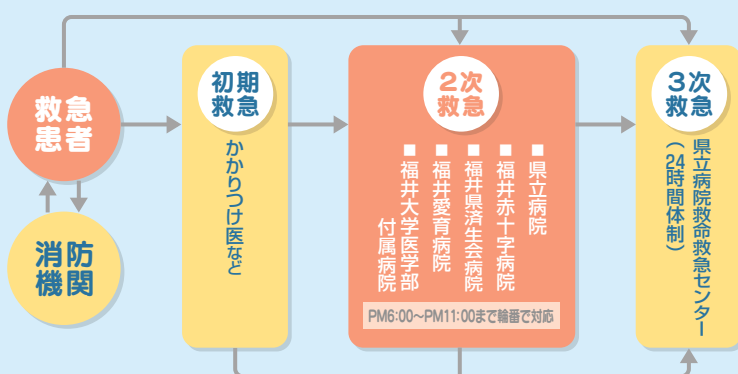
福井県では、「元気な社会」の実現に向けた施策の一環として、昨年8月から「小児救急医療支援事業」をスタートさせています。

福井・坂井地区の5カ所の病院が、毎日午後6時から午後11時まで輪番制で小児科医を常駐。これによって、かかりつけ医などによる初期救急では、対応することの難しい重症の子どもを救急患者を、必ず診療できるようになりました。

比較的症状の軽いときは、これまでどおりかかりつけの医院や、休日急患センターで対応することが原則ですが、そこで医師が入院や手術、専門的な診察を必要と判断した場合に輪番病院で対応することになります。



### 《福井・坂井地区における小児救急医療体制》



詳しくは、**福井県医務薬務課 ☎20-0345** まで。

### ほっと気持ちでほっと

#### 【編集後記】

今回はじめて「子育てしゃべり場」を企画しました。初めは硬い表情だった参加者の皆さんも、終わりのころには明るい表情に変わり、私たちもほっとしました。日頃の悩みを少しでも話し合えたことが良かったのかなと思います。笑いがいっぱいのしゃべり場になりました!またやれるといいなあ。



#### 発行

福井市企画政策部 男女共同参画室・  
少子化対策センター内「ほっと」係  
〒910-8511 福井市大手3丁目10-1  
TEL (0776) 20-5353 FAX (0776) 20-5733  
E-mail: danjo@city.fukui.fukui.jp