

ほっと

特集 子育てたすけ隊 先輩パパママからのこぼれ話

- ◆本、読んでるかい?!
- ◆みんなの元気
- ◆HOT×HOT パパ
- ◆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

育児サークル

とっこふれんず



大きな絵本や紙芝居の
読み聞かせを
しています

「とっこふれんず」

毎月第3火曜日(変更することもあります)
AM10:30~12:00

福井運動公園休憩所3F

会費:1回100円(おやつ代)

連絡先: ☎090-8094-5909 代表 比嘉 ひが

親子で絵本を楽しもう

子育て真っ最中のお母さんは大変! 育児は育自、本当は母親になるってすてきなことなんですよね。

そして親子ともに絵本の楽しさ、すばらしさを見つけてください。子ども達は、絵本が大好きなんです。

そのほかにも、紙芝居、体操、工作など、楽しい企画で待ってまーす!

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

ぱんだルーム(旧勝見保育園内) ☎22-0130

ひよこ広場(旧明里保育園内) ☎36-0064

先輩パパ・ママからのこぼれ話

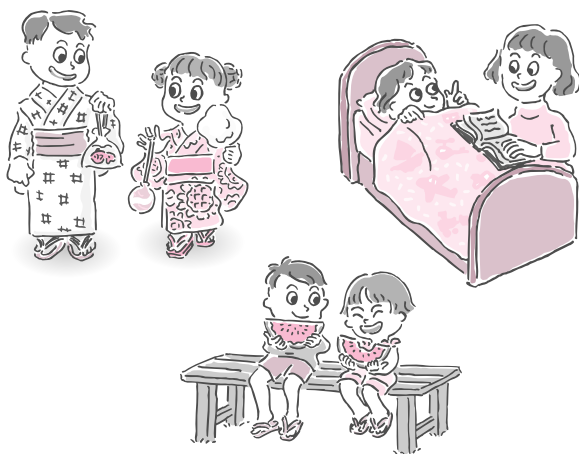
●兄弟●

上の子にペースを合わせて本を読んだり、話をしたりしていたら、下の子にはスキンシップが不足してしまったような気がする。そのためか、今だに親に注目してもらおうとして、イタズラをしている。もう一度子育てをやり直したい。子どもが小さい時に“あの日に帰りたい!!”

[子ども:13才、11才]

「おにいちゃん」と呼ぶよりも、きちんと名前を呼んであげた方が、その子の人格を尊重している!と思い、ずっと名前を呼んでいたら、妹も兄のことを名前と呼ぶようになってしまった。本人(兄)は、「おにいちゃん」というのは、呼ばれ慣れていないからか、妹にも、名前を呼んでほしいと言っているが、祖父母は「おにいちゃんと呼ばせなあかん、みっともない。」と言う。これは失敗ではないのか? 私たち親はかまわないと思っているんですけどね。

[子ども:8才、6才、1才]



長男としてのプレッシャーをかけたくないと思って、「お兄ちゃんなんだからしっかりしなさい。」と言わなかったら、弟の面倒をあまりみない子になってしまった。親戚の子は「お兄ちゃんなんだからガマンしなさい。」といつも言われていた。「プレッシャーをかけすぎでは?」と心配していたが、とても面倒見のよい子になった。

[子ども:13才、11才 親戚の子:16才、13才]

●あいさつ●

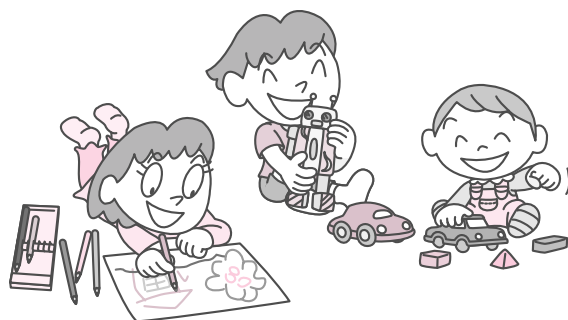
「ありがとう」「ごめんなさい」「こんにちは」などは、親から言葉がけをするように心がけました。あいさつは大切なことですよ。

[子ども:7才、7才]

●あずける●

私は週2~3日のパートなのですが、娘を保育園へ入園させず、保育サポーターやひだまりの家などにみてもらって3歳までの幼児期を乗り越えました。娘がしたい遊びにじっくりつき合ってもらったり、希望の時間だけの保育にできたりで、保育園とは違う良さがあったと感じています。

[子ども:7才]



●お父さんの声●

お父さんは、子どものできた実感がうすい。何をしてもいいかわからない。上手にかかわれるように奥さんがうまくのせてくれると良い。

[子ども:10才、5才]

自分の両親と同居していて、妻を手伝いにくかった。別居だったら良かったが…。

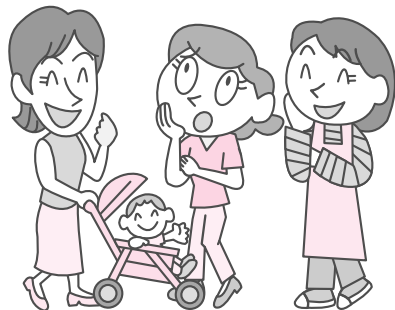
[子ども:15才、7才、3才]

●成長●

どうしても小さい頃は、早く話す、早く歩く、あれが出来るこれが出来る、と、比べる相手が兄弟であったり、友達であったりと、遅れていることがあると敏感になって、大丈夫かと不安に思うことがある。実際私も例外にもれず、心配で心配で、専門の医者にかかろうか?色々心を悩ませた時期があった。でもある人の言葉で、「人には個性がある。心配するよりも、できる所もできない所も含めて、その子を認めてあげてごらん。」と言われ、つきものがとれたように心が軽くなり、ゆっくり見ることが出来るようになったとき、子どもは自分の長所をぐんぐん伸ばし、とても個性的なおもしろい子どもに成長してきた。一緒にいてとても頼もしく感じるようになった。

[子ども:10才、8才]

育児サークルを 作ろう!!



10年前、2歳と6ヶ月の子どもを抱えた私には、ママ友達がいなかった。雨の日なんかは、買い物もないのにショッピングセンターに、子どもを連れてふらりとよく出かけた。そしたらいるじゃない！私と同じような親子が何組も…。

時間と場所さえ決めれば、みんなで遊べて楽しいぞ。そう思った私は、公民館に頼んで週1回和室を借り、自分で作ったチラシを配ってもらった。しかし、初日に来たのはたった1組。それでも、私も子どもも楽しい時間が過ごせた。それからずっと2組で、がんばること1ヶ月。もうやめようかな…と思いはじめたころ、1組、また1組と親子が増えてきた。それからは、クチコミであっという間に広まって、たくさんの親子が参加するようになった。おやつは？会費は？自分たちで決まりを作り、たくさんの親子のつながりへと発展した。

あれから10年。当時2歳の子達は小学6年生。小さな小学校の6年生の3分の1がサークル出身。だから、親同士もとっても仲良し。だって育児の一番大変なときを、一緒に乗り越えてきた“同志”だもの。

サークルは、今でも次々に新しいお母さんたちの手に引き継がれて、元気に活動している。

皆さんも、足りないと思うものは、自分達の手で作り返すパワーを持って！！

第2回 子育てしゃべり場開催

平成16年10月12日(火) 9:50~11:30
子育て支援センター ひよこ広場にて

子育て真っ最中のお母さんが、子育ての悩みなどについて、おしゃべりしました。

☺ 離乳食はどうしていますか？ 食べなくて困っています。

- ★小さい時は食べなかったけれど、大きくなったらいつの間にか食べるようになっていました。
- ★個人差があるから「この時期だからこれだけ」という考えはやめた方がいいよ。
- ★1人目の時は育児書片手にがんばったけれど、2人目3人目になったら「欲しかったら来るだろう」という気持ちになって楽にやりました。

☺ 夫は帰りが遅く、 いつも親子で1対1の食事になり、 煮詰まってしまうんです。

- ★そうだね、わかるわかる！
- ★時々、公園などいつもと違った場所で食事をしたりして、気分転換をはかってみました。



☺ お父さんは協力的ですか？

- ★協力的なので助かっています。でも、男の人はなかなか気がつかないから、「これをしてくれたら助かるなあ！」と言うようにしました。
- ★夫は仕事が忙しくて…。本人は協力したいと思っているようですがね。
- ★「ありがとう、ありがとう」と声をかけるようにしたら、なんでも気持ちよくしてくれるようになりました。どんなことでもいいので、言うといいですね。
- ★自分がつらくなってしまったら、はっきりお父さんにアピールして助けてもらいます。1、2時間でも育児から離れると楽になったりします。

☺ その他

- ★同じような年齢の子を持ったお母さんとの集まりがあるといいなあ。近所の子どもさんとも会うことがなく、行く所がないんです。
- ★病院と一緒に来てくれたり、送り迎えをしてくれるサポーターがいてくれるといいですね。
- ★子育てに関してまとまった情報が欲しいです。



- ★子どもをお昼寝の後も連れて行きたいので、17時頃まで支援センターが開いているといいなあと思います。

- ★土日に、子どもとお父さんが一緒に支援センターを利用できたらいいなあ。そうすれば子どもとの遊びを知ったり、周りの子どもの様子もわかるし。

勤労婦人センター あじさい館

初級英会話、簿記3級、実用ペン&書道、リフレッシュ体操など数多くの講座があり、福井市内に勤務、または住んでいる人が受講することができます。受講する人は託児をすることができます。

【託児】

満2歳以上就学前の幼児(月曜日から木曜日までの午前中のみ)

【料金】

無料(保険料のみいただきます)

【お申し込み・問い合わせ】

福井市松本4-8-4

☎20-5359

※平成17年度の受講生は
3月上旬~4月上旬に募集します。
《市政広報に掲載・要申込》



利用者の声

リフレッシュ体操は、音楽に合わせて全身を使うとても心地よい体操です。当初、預ける子供が心配でしたが、説明会で詳しい話や質問が聞けて安心しました。ベテランの優しい先生。初め少し泣いて見せた後は楽しく遊んでいます。私にも子供にもいい時間を過ごさせてもらっています。
[子ども3才]

保育サポ

子育て中の家族を支援するために、おの送り迎えなどをしてくれます。専門的

【料金】

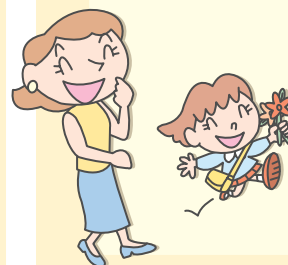
1時間/600~800円程度

【お申し込み・問い合わせ】

(財)21世紀職業財団福井事務所

☎20-2020(フリーフリー・テレフォン)

[受付/9:30~16:30(土・日・祝祭日を除く)]



利用者の声

初めての時は親子共
りみってもらえるので
いつも満足そうです。
ができるので、もう3
ます。

福井県生活学習館 ユー・アイふくい チャイルドルーム

館内での講座やイベントに参加したり、情報ルームを利用したりする時、託児をすることができます。

【託児】

2歳以上就学前の幼児

【時間】

午前/9:00~12:00

午後/13:00~17:00

【料金】

ともに半日210円

【お申し込み・問い合わせ】

福井市下六条町14-1 ☎41-4200 内線259 (財)ふくい女性財団



利用者の声

現在、私は定期的にユー・アイふくいの講座に参加する為にチャイルドルームへ娘をお願いしています。先生がいつも細かい心配り、気配りをして下さり、本人がやりたい事、したい遊びを自由にさせてもらえ、娘は、ここが大好きです。しかも、半日210円と安値です。私のいちおし託児ルームです。
[子ども2才]



子育てサポ

子育ては楽しいけれど、リフレッシュ。
冠婚葬祭のときなど、子どもを預けたい。
そんな時の心強い味方“子育てサポ”

福井ファミリーサポ

- ・乳幼児のお世話、
保育園の送迎など
- ・掃除・洗濯・買い物・
料理などの
家事の一部
- ・病人の簡単なお世話、
老人の話し相手・
食事の準備など



【料金】

年会費/700円

報酬/平日(1時間)

700円

土・日・祝祭日・夜間 800円

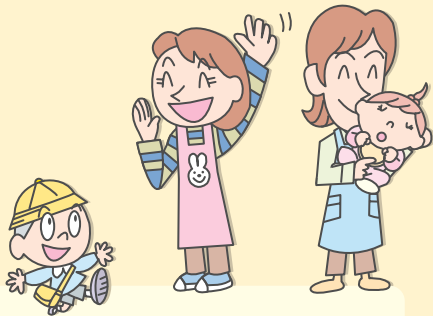
【お申し込み・問い合わせ】

☎21-8179

[受付/月~金曜日 11:00~16:00]

パート

お子さんを預かったり、幼稚園、保育園
的な講習を受けた人が登録しています。



ただドキだったけど、1対1でしっく
、子どももすぐに慣れ、たっぷり遊べて
2回目からは、慣れた人に直接頼むこと
年来のお付き合いをさせてもらって
[子ども5才、2才、0才]

たすけ隊

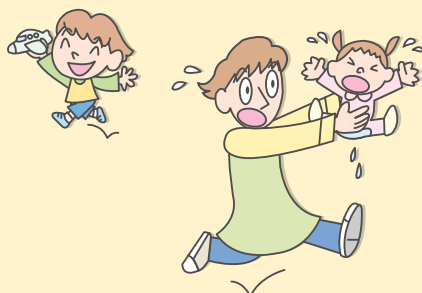
立したいとき、習い事をしたいとき、
けたいと思うことはありませんか。
育てたすけ隊”を紹介しします。



サービス・クラブ



0円
0円



一時的保育事業(市内の公・私立保育園全園)

他の施設へ行っていない児童(生後6カ月から就学前)で、家庭での保育
が困難な場合に一時的に保育園でお預かりします。

【時 間】

月～金曜日/8:00～16:00

土 曜 日/8:00～12:00

【料 金】

1日/2,000円

半日/1,000円

時間延長については
ご相談ください

【お申し込み・問い合わせ】

福井市福祉保健部保育児童課

☎20-5412

(または各保育園にご連絡ください。)



※保育士の定員や当日の園児の出欠状況により、
お引き受けできない場合もありますので、
あらかじめご確認ください。



利用者の声

私は仕事のために週2回、三谷館保育園の一時保育を利用しています。
近くの保育園に問い合わせたところ、ここを紹介していただきました。
ここは、一時保育専用のお部屋と、専属の保育士がいらっしゃるの、緊
急の時にも対応してくれます。初めてのときは、面接で細かい打ち合
わせが出来たので、とても安心しました。子どもも、明るい園の雰
囲気が気に入ったようで、泣く事はありませんでしたよ。[子ども2才]

ひだまりの家

(社)福井市シルバー人材センターのシルバーママサービス

保育は、保育士の資格を持った会員と子育て経験豊富で保育サポーター養
成講座を受講したシルバー人材センター会員で行います。

【託児・時間・料金】

- ・ 生後6ヶ月～就学前のお子さんをお預かりします。
- ・ 月～土曜日(祝祭日、お盆、年末年始のぞく)
- ・ 9:00～16:00(時間外についてはご相談に応じます)

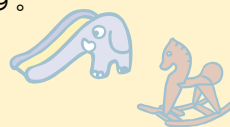
| 利用時間 | 3歳未満 | 3歳以上 |
|-------|--------|--------|
| 3時間以上 | 2,500円 | 1,500円 |
| 3時間未満 | 1,500円 | 1,000円 |

【お申し込み・問い合わせ】

福井市大宮2-18-25(県立歴史博物館前)

☎26-5478

要予約



利用者の声

大きな家と広いお庭という環境の中で保育してもらっています。お迎
えに行くと「木の上にカラスの巣があった」とか「畑でネギ植えたよ」と
か子どもが聞かせてくれ、よく遊んでいたことが伝わってきます。料金がとても良
心的なので、助かっています!
[子ども4才、2才]



本、読んでるかい?!

わが子には良い絵本・良いおもちゃと出会わせてあげたいですね。
今回は遊びの世界が広がるものを選んでみました。



「絵本の読み聞かせと活用アイデア56」

石井光恵・萩原敏行 著／明治図書 出版

この本は、一般のお父さんお母さん向けではなく、大勢の前で絵本を読んで、その子どもと遊んだり考えたりする、保育者や児童館の先生向けの絵本紹介本となっています。でも紹介されているのは楽しい本ばかりで、何よりこの本の特徴的なところは、読み聞かせの後、それをネタに“ごっこあそび”をすることや、自分達の身のまわりをゆっくり見まわしてみることを提案している点です。大勢の子たちとでなくても、親子で絵本とその後のひとときを楽しんでみてはいかがでしょうか？大切なのは、絵本を通して大人と子どもがより深くかかわることだと思います。

「うれしい気持ちの育て方」

松井るり子 著／ほるぷ出版 発行

「3歳までに一生分の親孝行」なんて言いますよね。つまり、それまでは可愛くて、その後は憎らしくなるばかり…なんてね。でもこれはちょっと言い過ぎ。確かに大きくなるとカチンと来る時もあるけどね(笑)。「子どもがいるからこそ“楽しい”“うれしい”“ありがとう”と思える瞬間もたくさんあります。そんなあたたかい気持ちの貯金が、愛情たっぷりの子育ての力になり、自分自身をも育ててくれます。また、子どもには“愛されたい気持ちの器”があって、それを十分に満たしてあげると、心の強い、自立した子になります。」と、著者の松井さんは言っています。シュタイナー教育で有名な著者が、絵本を通じた育児と育自についての思いを語ったエッセーです。



「これが絵本の底だから!」

谷地元雄一 著／福音館書店 発行

この本の著者は、保育者として14年間働いた後、児童クラブを開設して、長年にわたって子ども達と関わっています。もちろん絵本にも関わっています。絵本などの物語の良さというのは、読者と主人公がいっしょに空想の中で遊べることだと思います。そしてそれが、心の中に残って、日常の何気ない場面に絵本や物語のセリフの一言が出てきて大笑いして、その場が非常に豊かな広がりのあるものになったという体験はありませんか？そんな体験を書き集めたのが本書です。ですから、純粋な絵本の紹介というよりも、絵本から発展した遊びの体験集という感じです。

「子育てにおもちゃを」

樋口正春 著／エイテル研究所 発行

この本の著者樋口さんによれば、絵本文化に関しては、日本はかなり進んだ国で、書店の店頭で手に入れることができる絵本の種類は、どこの国にも負けにくいくらい豊富。その値段もヨーロッパなどに比べれば、とても安いそうです。しかし、子育てに重要な役割を担うもう一つの文化、“おもちゃ”については、現在の日本は問題が多すぎるようです。絵本と同じ価値観でおもちゃを売り、また、買い手も選んでほしいと言います。本書では、“積み木あそび、汽車あそび、人形あそび、ゲームあそび”などについて、なぜそれが必要なのか、それらを選ぶ基準は何か、具体的にはどんなものがあるのかについて細かく解説しています。そしておもちゃによっては、大人が遊びを誘発する“あそび見せ”や、次の日にもその遊びの続きができるようにしてあげることが必要だと説いています。





みんなの元気

—こどもの健康市場—

赤ちゃんの目のはなし

子どもの目の発達について、
清水小児科の清水紘昭先生にお聞きしました。

「こんにちは赤ちゃん」という歌の最後に、「はじめまして わたしがママよ」というフレーズがありますが、生後すぐの赤ちゃんの視力は、ほんやりと明暗がわかるくらいで、とてもお母さんの顔は判りません。赤ちゃんの目は、生まれてから毎日物を見る訓練を積み重ねて、だんだん見えるようになるのです。この間、赤ちゃんは大人と違い、目の異常を訴えることが出来ません。赤ちゃんの目はトラブルを予防することが難しく、早期発見、早期治療がとても大切です。

♥**生まれてすぐ**の赤ちゃんは、泣くのが仕事ですが、泣いてもいないのにいつも目が潤んでいるようなら涙の管が詰まっている(先天性鼻涙管閉塞)かもしれませんし、さかさまつげかもしれません。さらに、目ヤニまで出るようなら一度眼科医に相談することをお勧めします。

♥**2カ月ぐらい**になると顔の正面の物をじっと見つめる(凝視)ようになります。明るい暗いが判るようになり、明るい方へ目を向けたりもするようになるので、赤ちゃんの目を観察できるようになります。

ここからは少し怖い病気の話です。非常に稀ですが、赤ちゃんの瞳の奥がネコの目のように白く光る場合は、小児がんの一種である網膜芽細胞腫の可能性があり、子ども目の病気として唯一「死に至る病気」で、早期発見、早期治療が絶対必要です。

「白色瞳孔(光る目)を診たらただちに眼科へ！」は日々赤ちゃんを診ている私達小児科医の鉄則です。その他に瞳が生まれつき白く濁っている(先天白内障)、角膜がひろがって濁り、黒目が大きく見える(先天緑内障)など、何れも早期に手術を受けなければならない病気です。「目は口ほどに物を言う」といいますが、赤ちゃんの目は私達に色々なことを伝えてくれます。

あ　○　○
い　○　○
う　○　○
え　○　○
お　○　○
か　○　○



♥**3～4カ月**になると動く物を目で追うこと(追視)が出来るようになります。左右の目を協調して使えるようになり、視力も徐々に発達し、ようやく0.1程度になってきます。お母さんの顔も大分判るようになり、ニッコリ笑うことも増えてきます。この頃になると赤ちゃんの目つきが気になるかもしれません。目つきがおかしい、何度も片目をつぶる、決まった方の目を手で隠すと嫌がるという場合、斜視の可能性があり、斜視には、片方の目が内側を向く「内斜視」、外側を向く「外斜視」があり、早期の治療で視力の回復が可能です。

その後、赤ちゃんの視力は6カ月頃に0.2、1～2才頃に0.4と発達し、3才児健診を受ける頃には約半分のお子さんは大人並みの1.0になっています。3才児健診では身長、体重の測定、内科健診、歯科健診とともに目の検査も行いますので、弱視等の異常を見つける良いチャンスです。ぜひ、健診を受けてください。

その後4才で7割、5才で8割、6才になるとほぼ全員が大人並みの視力になり、「目の機能の完成」ということとなります。このように子どもの目の発達には長い時間がかかります。

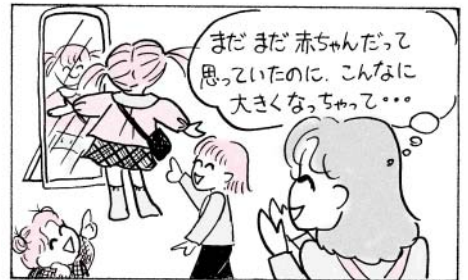
保護者の方は、テレビの見過ぎなどに注意して、お子さんの目を大切にしてください。

日本眼科医会ホームページ

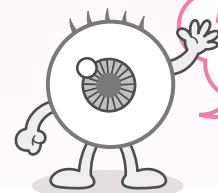
<http://www.gankaikai.or.jp/health/16/index.html>

ほっとさん

さちよ作



目は大切に
してね!



HOT PAPA

「娘はかわいいですよ〜♥」と言いきるパパ謙一さん。娘・もえぎちゃんが生まれる時も“娘が生まれてくる瞬間は見ておかなくちゃ、勝手に生まれては困るぞ!”と立ち合い出産をしました。



小野田 謙一さん(39歳)
かえでさん(30歳)
職業:会社員
子ども:もえぎちゃん(5歳)

仕事の都合上、平日は朝の30分しか親子のふれ合いタイムがないけれど、夜の電話は欠かしません。もえぎちゃんに「何してる?」と聞いて、「パパだよ、忘れちゃだめよ」と思いを込めて会話を楽しんでいます。休日は家族との大切なファミリータイム。



セーラームーンの悪役から、お馬さんごっこの馬まで、望まれれば息をきらしながらもがんばります。「子育ては協力的でなんでも頼みやすいですね。」と妻のかえでさん。

そんな謙一さんのもう1つの大切な役割は、もえぎちゃん健康管理。朝のあいさつ「うんち出たか? どのなの?」から始まり、休日には手料理をふるまうことも。

「きびしい時代になっていくから、自分で生きていけるような力を持ったたくましい子になってほしい。そして僕を大事にしてね(笑)。」と、もえぎちゃんへの想いを語ってくれました。

愛あるもえぎ人

二十歳の誕生日は、丘の上のレストランで食事しよう。
素敵な女性に成長あることを楽しみにしています。 パパ

ほっと編集委員募集のお知らせ

来年度以降の編集委員を下記の内容で募集します。
子育てに関心のある方、冊子づくりに興味のある方、イラストの得意な方など、ご応募お待ちしております。



| | | | |
|------|-----------------|------|---|
| 募集人数 | 2名 | 報酬 | 編集会議1回につき7,000円(年11回の予定) |
| 応募資格 | 市内にお住まいで子どものいる方 | 選考 | ①書類審査 ②面接審査(3月17日(木)を予定) |
| 業務内容 | 子育て情報の取材及び冊子編集 | 応募方法 | 住所、氏名、生年月日、家族構成、電話番号と「ほっと」で記事にしたいことを800字以内にまとめ、郵送またはFAXで提出ください。 |
| 任期 | 平成19年3月31日まで | 申込締切 | 平成17年3月9日(水)必着 |

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
休日や土曜日の夜、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

ファミリー・サービス

福井青年の家内クラブ事務所
☎21-8179

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。



困った時の
おぼろびん



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、1件につき300円かかります)
タパコ専用電話
☎0727-26-9922

(24時間・365日対応、テブによる情報提供・無料)
(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!!

ほっと編集委員募集

【編集後記】

子どもを預ける時、お母さんはいろいろ不安なものです。私も、親子共々不安いっぱいでした。今回の特集が、「自分たちの要望にあった所を見つけない」という方の助けになればと思います。笑顔で育児していくために、いいサービスは活用したいものですね。



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.lg.jp