

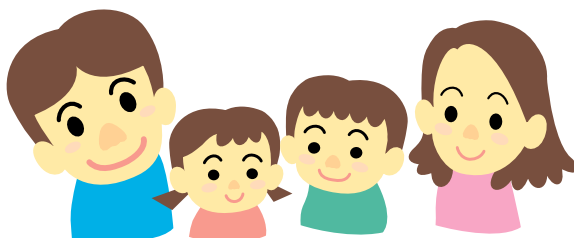
ほっと

特集

子どもは地域の宝
ー地域子育て支援委員会ー
自然の家へ行こっさ
自然の中で大人も子どももヒーローだ!

連載

- ◆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



子育て支援委員さん・地域ボランティアさんと一緒に 子育てひろば「ひだまり」(旭公民館にて) ※特集記事参照

地域ぐるみで
子育てサポート

子どもが小さい間は、いつも時間にせかされ、子どもにふりまわされ、ゆとりがありませんね。同じ立場の人と遊んだり話したりしてみませんか!



親子で友だちをつくり
出かけてみよう!!

《未就園児対象》

福井市地域子育て支援センター

ぱんだルーム(旧勝見保育園) ☎22-0130
ひよこ広場(旧明里保育園) ☎36-0064

Q&A

Q 地域子育て支援委員会って 何ですか？



A 福井市では、少子化対策の一環として、地域での子育て環境の整備につとめています。その事業の一つとして、地域ごとに公民館を拠点として、子育て支援委員会を立ち上げていきます。

平成15年度からスタートし、今まで15地区で子育て支援委員会ができ、地域でのいろいろな子育て支援が始まりました。(今年度も数地区でスタート予定)

Q どんなことをしているの？

A 子育て支援委員会でどんなことをしていくかは、地域ごとにまかされています。実際にどんなことをしているか知っていただくために、今回、3地区の取り組みを紹介します。

旭地区

子育てひろば「ひだまり」

地区外からの参加も可

- 活動日** 毎月第2金曜日／お母さんたちによる自主運営(自由あそび)
毎月第4金曜日／委員が中心となって活動
- 活動場所** 旭公民館 TEL.20-5364
- 主な活動** パネルシアター、おやつづくり、手あそび、育児相談など

旭地区では、支援委員会の委員の方やボランティアの方々が、世代を超えて積極的に「ひだまり」にかかわっていて、とてもアットホームな雰囲気です。地域内外のお母さんどうしのふれあいの場としてにぎわっています。また今年度より、子育て支援委員会の委員に、「ひだまり」のお母さん代表1名が加わり、生の声を生かした活動を目指しています。



取材の日はいくつ
17組が参加。



保健師さんによる育児・栄養相談



自由あそびの後、パネルシアター



手あそびしましょ

特集

子どもは地域子育て



幼児とのふれあい体験

昨年の夏休みに成和中学校の希望する生徒さんが「ひだまり」に来てくれました。子どももお姉ちゃんたちと楽しそうです。

安居地区

「めっちゃ うりぼう やてえ〜」

活動日 毎月第3木曜日
活動場所 安居公民館 TEL.37-1234
主な活動 パネルシアター、わらべうた、手あそび
 手づくりおもちゃづくりなど

地区外
からの
参加も可

安居地区では、わらべうたや手あそび等を教えてもらって、親子で遊ぶ…など、いつもと違った新しい遊びや工夫した遊びをしています。また、日ごろの子育ての悩みなどをゲームなどを通じて語ってもら…そんな場所にしていきたいと思っています。

取材の日は…
 「親子あそび たいこをたたいたら…」
 という企画で、15組が参加。



出来上がったたいこを
たたいてみよう



牛乳パックに
絵を書いて、
自分のたいこを
作るよ!

ママと一緒に
作るんだ!



どんな
音かな?

地域の宝

支援委員会

森田地区

子育てひろば 「すくすくキッズ」

活動日 毎月第3木曜日
活動場所 森田公民館 TEL.56-0195
主な活動 親子体操、読み聞かせ、ミニ講演会、親子クッキングなど

地区外
からの
参加も可



森田地区では、支援委員会の委員の方がスタッフの中心となり進めていますが、「すくすくキッズ」参加者の子育て中のお母さんもスタッフとして協力しています。

「お母さんがやっていきたいことを実現していこう!!」と、意見を出し合い、協力し合って活動しています。

取材の日は… 学校の行事と重なったせいか、いつもよりちょっと少ない10組が参加。



お母さんと一緒に手あそび



お母さんは 座談会



僕たちはこっちで遊んでいるよ

お父さんは
協力してくれる?

取材を終えて…

今回、どの地区でも、「なかなか同じ地区に住んでいても、他のお母さんと会う機会が少ないので、こんな場所があって嬉しい」という声を聴きました。特に就園・就学前のお子さんをお持ちの方々は、話し相手が少なく孤立しがちです。そんな方々のためにも、とてもよい動きだと思います。

これからも、各地区でこのような子育て支援委員会ができ、いろいろな形での子育て支援が行われると思います。みなさんも是非参加してみてください!!

「自然の家」へ行こっさ

自然の中で大人も子どももヒーローだ

市内から車で20分ほど走ると、そこは緑に囲まれ小鳥のさえずりが聞こえる別世界。

そんな高台に建っているのが「福井市少年自然の家」。

いろんな体験を通して自然と親しみ、人と人との絆を深める事ができる福井市の公共施設。

さあ、いっぺん行ってみようさ！



今回一日
体験してみました！

内容は

- グリーンウォッチング
- フォークづくり
- 焼きそばづくり(炭おこし)

森の中を歩こう「お花みつけた！」



他にもこんな体験が

- ◎キャンプファイヤー
- ◎各種オリエンテーリング
- ◎カレーライスづくり
- ◎そばづくり
- ◎プラホビー
- ◎木工ペンダント
- ◎手づくりキャンドル
- ◎たこづくり
- ◎焼き杉工作
- ◎竹けん玉

まだまだたくさんあります。
お問い合わせください。



聴診器で木の音を聴いてみた
「ドクドク言っている！」

小さい子でも 大丈夫？

小さいお子さんだけでは難しい体験でも保育園や幼稚園の先生と一緒に、子供会や家族の大人と一緒に十分体験できます。10名以上の団体やグループであれば利用できます。



体験の内容は
自然の家のスタッフと
相談してね

申し込みは？

まずは予約

【6ヶ月前から受付OK】

利用したい日時、
人数が決まったらまず電話



打ち合わせ

【1ヶ月前になったら】

体験したいことなど自然の家に
スタッフと打ち合わせ



初めてでも大丈夫！
優しいスタッフが
相談にのってくれるよ



使用申請書提出

【2週間前になったら】

参加者名簿や当日の
スケジュール表等を提出(FAXでもOK)



書き方は
事前打ち合わせの時に
教えてもらおう

申し込みOK!



体験してみても感想

行くまでは泣き出す子がいるのでは？、途中で帰ろうと言う子がいるのでは？とドキドキでした。しかし、いざ体験が始まると子どもたちはすっかり自然の中にとけこみ、スタッフの中川さんの話にもずっと興味深そうに耳を傾けていました。子どもたちのこの日のおみやげは、もちろん自分の手で作った世界にたった一本のスプーンとフォーク。そして何よりも一人ひとりが心の中にしまっている今日の日の思い出だと思います。



フォークづくりの説明
「世界にたった一本の…」スタッフの中川さんが
ユーモアたっぷりに説明してくださる



木づちでフォークの持ち手をたたく
「だんだん入っていくぞ！」

幼稚園・保育園でもこんなふうにご利用しているよ!

小鳩幼稚園(野外炊飯体験)

小鳩幼稚園では普段からクッキングを保育活動に取り入れています。年に一度は野外でも挑戦しています。今回は焼きそばづくり! 野菜を切ることからがんばりました。



みんなで作った
焼きそばはおいしいね。

外でみんなで遊んだよ。



めぐみ保育園(お泊り保育)

途中で車を降り、自然の家まで登り道をゲームをしながら歩きました。楽しみは、みんなで入るお風呂や、夜のおばけ大会、花火、そしてお友達とのねんね。お手伝いくださったお父さん方や自然の家のスタッフ、先生と一緒にいろんな体験を通して素敵な一泊二日を過ごしました。



参加されたお父さんの感想

初めてお友達と一緒に泊まりすることにみんな興奮しているのが、また、自然に囲まれているせいで普段以上に元気に、また、野性的に遊んでいたような気がします。



いくらかかるの?

今回の一日体験

焼きそばづくり(材料持込み)と
フォークづくり体験17名で2,250円!!

◎施設使用料	1人	50円
(ただし未就学児は無料)		
◎バーベキュー炉(炭代込み)	1セット	600円
◎フォークづくり	1本	100円

泊まった場合

◎施設使用料	1人	100円
(ただし未就学児は無料)		
◎食費	夕食	630円
	朝食	350円
◎寝具、シーツ代		265円

詳しくは自然の家にお問い合わせください。

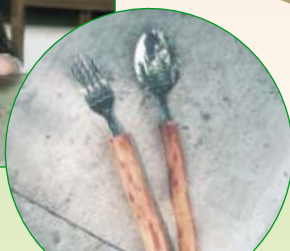


福井市少年自然の家

〒910-2161 福井市脇三ヶ町66-2-10
TEL.0776-41-3660
FAX.0776-41-3661



木の皮を削る「お母さん手伝って!!」



世界にたった一本の
スプーンとフォーク完成!!



炭おこし
「火がおきてきたあ!!」



焼きそば食べよー「おいしいー!!」





本、読んでるかい?!

子どもも大きくなり、『ほっと』編集委員としては、高年齢となってしまいましたが、
ひき続き、本のページを担当させていただきます。
『子育て』も『ほっと』も「長いものさし」で見たいと思っています。
今回はそんな視点で本を選んでみました。



「あなたのことが大好き!の絵本50冊」

赤木かん子 著／自由国民社 発行

「子どもへの愛情表現のしかたがわからない」そんな悩みを持っている方はいませんか？心配しないでください。そんな人は決して特別ではありません。むしろたくさんいるのではないのでしょうか。虐待なども接し方がわからないことが原因となっていることもあるとか…。この本は、そんな悩みを持っている方には、よいガイドブックになってくれると思います。分厚い育児書でなくても、短い絵本の中に、子どもとの遊び方、ことばのかけ方のヒントがしっかりと描かれています。子どもといっしょに楽しんで、親もとても勉強になる本が紹介されています。この本に紹介されている『ひなた丸』シリーズで忍者ごっこ遊びに発展したこと、『ピッツァぼうや』でスキンシップしたこと…、思い出すなあ…!



「勇気づけの子育て入門」

吉村みちこ 原作／川井マキ マンガ／一光社 発行

「続・勇気づけの子育て入門」

前田憲一 原作／川井マキ マンガ／一光社 発行

少し古い本になってしまいましたが、私は今でも時々読み返しています。「人は対等な尊敬しあえる関係であるべき」ことを基本に語られているアドラー心理学を、子育てに関することにしぼって、しかもそれをわかりやすい事例のマンガにして解説しています。時間のない人は、マンガだけをさあっと読んでも、だいたいのことはわかると思います。マンガの後に、より詳しい解説があります。一冊目の方は、「朝起きできない」「おねしょをする」「暴力をふるう」「勉強しない」などの家庭内での一般的な問題について書いています。続編は不登校の問題についてです。今思うと、子どもが小さい時に取り組んでおけばよかったなあと思うばかりです…トホホ。



「子育てはあたたかくやわらかくゆったりと」

増山均 著／柏書房 発行

「かならず実る子育てのひ・み・つ」

増山均 著／かもがわ出版 発行

今秋、福井市で開催される日本女性会議の子育て分科会で講演していただく増山均氏の著書です。両書とも、ほぼ同様な主旨で、家庭のぬくもり、自然に親しむこと、遊び、幅広い世代との交わり、父親の役割、こころの居場所などの大切さを、『子育てはあたたかくやわらかくゆったりと』では、細かくていねいに、『子育てのひ・み・つ』では、わかりやすい平易なことばで簡潔に述べています。「子育てに長く大きなものさし」をあてて、ゆったりといきたいと思うのですが、つつい目の前の小さな現実にはイライラしてしまいます。そんな時、目の前に本があれば、「あたたかく、やわらかく、ゆったりと」できるかな…?

ひとりで悩まないで、電話してみてください

ほのぼのダイヤル

☎(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？



子どものアレルギーについて

Part1【アレルギー性鼻炎】

福井大学医学部耳鼻咽喉科・頭頸部外科学教授 藤枝 重治先生にお聞きしました。



アレルギー性鼻炎の3大症状

通年性アレルギー性鼻炎

原因：ダニを含むホコリやハウスダスト

花粉症(季節性アレルギー性鼻炎)

原因：スギなどの花粉

くしゃみ

鼻みず

鼻づまり

【一年中、鼻の症状がある通年性アレルギー性鼻炎】

一般的に、幼児から小学生の子が、朝起きてくるとくしゃみを連発し、鼻みずをどっと出す。いつも鼻が詰まっているようで、口で息をし、いびきが大きいなどの症状が見られます。一年中鼻の症状がありますが、とりわけ春先や秋口、初冬など一日の温度差が大きいと症状はより悪化します。



【小さい子には少ない花粉症】

スギを代表とする花粉症は、花粉が飛ぶ時期に「くしゃみ・鼻みず・鼻づまり・目のかゆみ」の症状が出ます。これまで、小学生以下にはほとんどないと言われてきました。普通は、通年性アレルギー性鼻炎の子どもが、中学生や高校生になって花粉症になりました。しかし、ここ最近、通年性アレルギー性鼻炎がなく、スギ花粉症のみを示す小学生や幼児も見られるようになりましたが、その頻度は少ないものです。低年齢化の原因は不明です。

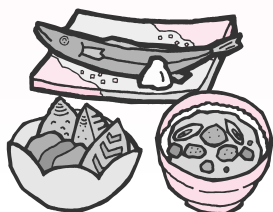


【どのように診断・治療するのか】

診断は採血をして行います。検査は2～3千円程度で、耳鼻咽喉科で受けられます。通年性アレルギー性鼻炎の治療は、少しでも良い状態を長く保つための内服治療が望ましいとされています。花粉症は、原則として花粉の飛んでいる間、薬を飲みますが、花粉の飛ぶ2週間くらい前から飲むと効果的です。点鼻薬は鼻づまりに効きますが、市販のものは強すぎるため、必ず耳鼻咽喉科で処方してもらいましょう。

【アレルギー性鼻炎にならないために】

①まずは食生活から…旬のもの、地のものを昔からある調味料(みそ・しょうゆなど)で料理して食べてください。肉よりも魚のほうが良いとされています。ファーストフードなどカロリーの高いものは避けてください。防腐剤や特殊な化学調味料、抗生物質入り餌で養殖されたもの、農薬たっぷりの野菜などは避けてください。野菜の煮物などは、アレルギーにならない典型的なおかずです。



②普段の生活では…風邪をひいたくらいで、不要な抗生物質の服用は避けたほうが無難です。しかし、鼻の症状をとまなう風邪については、十分に治療してください。泥だらけになって、よく外で遊んでください。毎日、ゲームやテレビざんまいは厳禁です。早く寝て、十分な睡眠をとりましょう。家族の人とたくさんお話をして、心の中をすっきりさせましょう。

日本の古き時代の生活が、アレルギーの予防には最適です!!

市村 早苗

家族構成:夫、9歳の男の子、8歳と2歳の女の子

4〜5歳の頃から、仕立て屋の母のそばではじめた縫い物が、今では趣味のパッチワークにいきています。

ものづくりが大好き。イラストを描くのも好きやなあ。土いじりも好きやで、畑やらガーデニングもやっています。



栗田 孝子

家族構成:夫、10歳の女の子、7・5・3歳の男の子

4人目を妊娠して退職し、育児に専念。

今は、天気の良い休日にお弁当を持ってでかけ、芝生の上で遊ぶ子どもの姿を見るのが大好きです。

3番目、4番目が年子で大変な時期があり、みんなに声をかけてもらったり、手をかしてもらったりしました。子育ては大変だけど、子どもがいたからこそ出会えた人、つながり、絆。今、私の宝物です。

【市村】

実は、私は文章を読むのが苦手なんです。できれば、全て、見てわかりたい!! まず、視覚的に引きつけて、少しでもいいから読んでもらえるように作ってほしいなあ。

情報誌「ほっと」への思いは？

【栗田】

小さい子どもをかかえているお母さんたちが、子どもが寝た後に広げてくれて、何か一つでも共感するものがある…そんな親しみやすいものをお届けできたらいいなあ。

第3回

「子育てしゃべり場」に集まれ!!

子育て真っ最中のお母さん!! 子育ての悩みなどを他のお母さんたちとおしゃべりしませんか?
託児もあるのでお子さん連れで参加してくださいね! お待ちしてま〜す!

日時 平成17年10月18日(火)
9:50~11:30

場所 子育て支援センター ひよこ広場(明里町9-1)
☎36-0064 ※駐車場有り

★なお、当日午前中は臨時休館とします。

★参加申込みは、郵送・TEL・FAX・Eメールでお願いします。(住所、氏名、お子さんの年齢、託児必要か、など)

★託児は事前にお申込みください。お子さん1人につき200円(おやつ代)いただきます。

★募集人数:30名(応募者多数の場合は抽選となります) 申込締切:10月5日(水)必着

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)20-5742

E-mail:danjo@city.fukui.lg.jp



身近なところで子ども虐待かな…と思ったら!!

家庭児童相談室(保育児課分室) ☎20-5696 ※子ども虐待の未然防止と迅速な対応を図るための相談窓口です。

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、急な病気がケガをしたときに!

保育サポーター ファミリー・サービス

(財)21世紀職業財団

☎20-2020

福井青年の案内クラブ事務所

☎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。

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・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!!

ほっと編集部でまわって

【編集後記】

今回から、公募により選ばれた新しい委員さんが2名加わりました。私は引き続き編集委員長をつとめさせていただきます。新委員さんと共に、新しい「ほっと」を作っていきたいと思います。今回は各地の子育て支援委員会取材しました。どの地区も地域の方々の熱いパワーを感じました。「うちの子が小さかった時に、こんな場所があったらよかったのになあ」と思いました。子育ては自分だけでできるものではないですね。周りの方々の力を上手に借りて、より楽しく子育てができるといいですね。



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)20-5742

E-mail:danjo@city.fukui.lg.jp