

健やかでいきいき!!

枕崎の子どもをはぐくもう

「子育て中のご家庭へ」

「活力ある地場産業に支えられ、人情味あふれる安らぎと潤いのある枕崎市」を第6次枕崎市総合振興計画の将来都市像に掲げ、健康ですべての人々にやさしいまちづくりを目指し、安心して子どもを生ま育てられる環境づくりを重点として母子保健施策に取り組んでいます。

乳幼児や妊産婦の死亡率からみたわが国の母子保健の水準は、今や世界で最たるものとなりました。その一方で、少子化・核家族化の進行、女性の社会進出等により、子どもを生ま育てる環境は大きく変化しています。一人ひとりの親が子育てを見つめ直し、できるところから取り組んでいくとともに、子育てを支援する体制づくりが望まれます。

そこで、健やかでいきいきとした子どもを育て、親自身も自分らしく子育てを楽しむために、次の三つの提案をします。

発達に応じた子どもへのかかわりが大切です 積極的に研修に参加し学習しましょう

子どもの発達には個人差があり、各家庭においても、しつけや教育方針が異なって当然です。しかし、子育てやしつけについての「基本」を知って初めて、その子の発達に応じた関わり方や、個性や性格に応じたしつけができるのではないのでしょうか。多くの情報や知識のなかから、必要なものを選んで活用しましょう。

ひとりで悩まないで、子どもと家に引きこもらないで 情報交換をしましょう

日々成長する子どもとの暮らしのなかで、迷いや不安はつきもの。そんなとき、一人で悩んだり、子どもと家に閉じこもったりしないで、誰かに相談したり、気持ちを打ち明けてみましょう。解決しなくても、きっと落ち着くはず。

いろいろな体験が、 「子どもの生きる力」となっていくます 親子で体験の機会を持ちましょう

生活のすべてにおいて親の保護を受けなければ生きていけなかった赤ちゃんも、成長に伴い自我が芽生え、自分の力で考え、行動し、自立していきます。

子どもの「生きる力」には、幼児期からのいろいろな体験がおおいに役立ちます。機会をとらえ、親子いっしょに「体験」しましょう。

楽しく子育て・地域で子育て

妊娠期

- 母子健康手帳交付 P7
- 初妊婦講座 P7
- 出産・子育て応援給付金 P8
- 「まくらざき子育てアプリ」登録 P0

出産期

- こんにちは赤ちゃん事業 P8
- 産後ケア事業 P8
産後間もないママの身体や心を休ませながら、赤ちゃんの育児のサポートが受けられます。

子育て期

- 子育て支援センター キッズ P13
お母さん同士でおしゃべりしたり、子ども同士で遊んだり…。情報交換や体験がたくさんできるのが支援センターです。
- 児童館 P19
遊びや創作活動を通して親子で楽しく体験できる機会がたくさん。
- 保育園・幼稚園 P13~P19
入園前でも園庭開放や一時保育があります。ちょっとのぞいてみませんか？一時的に利用したり、相談することもできます。入園後は、園ごとに様々な行事や教室が企画され、たくさんの情報交換や体験の機会があります。
- 乳幼児健康診査・相談 P8
- ふれあい・子育てサロン P9

学童期

学校に入学したら

PTAや家庭教育学級、レクリエーションや奉仕作業、子ども会、いろいろな研修会など、学習や情報交換の機会はますます充実。

家庭での教育を手助けする体制があり、親子で楽しめる体験の機会がいっぱいです。

地域では…

地域のことに詳しい**母子保健推進員**や**児童委員**に、気軽に声をかけてください。子育てに役立つ情報が手に入ります。また、近所のお友達を見つけるきっかけができるかも…。【P8ページ参照】

入学後の育成会や子供会の行事、公民館活動への参加も、情報交換や体験のよい機会となります。

お父さんが育児をすると

妊娠、出産、育児はお母さんにとって大変な時期です。この大変な時期を乗り越えるには、お父さんの協力は不可欠です。

両親が積極的に育児に参加すると子どもの情緒が安定するといわれています。お母さんや子どものために、できることはたくさんあります。お父さんとして主体的にかかわりましょう!!

お父さん育児のココロエ

妊娠中

- ・赤ちゃんを迎える準備は一緒にしましょう。
- ・買い物などの体に負担になる作業は引き受けましょう。
- ・お母さんの心身の変化についてよく話を聞きましょう。

出産

- ・お母さんが楽な姿勢をサポートしましょう。
- ・水分補給や消化のよい食事に気を配りましょう。
- ・お母さんがリラックスできる環境を整えましょう。
- ・病院の送迎、出かける際の準備のサポートをしましょう。

子育て

- ・月齢に応じた遊びで、お子さんとコミュニケーションをとりましょう。
- ・健診や予防接種、けがや病気などに対応できるようにしましょう。
- ・お母さんから毎日子どもの変化や感じたことを聞いて、話をしましょう。
- ・育児や家事などの対応を、夫婦で話し合って分担しましょう。

産後

- ・お母さんの心と体の疲労を理解しましょう。休暇などを利用してお母さんをサポート。
- ・自宅の掃除など、お母さんと赤ちゃんを迎える準備をしましょう。
- ・健診などの予定を把握し、準備から一緒に行いましょう。
- ・赤ちゃんの一日のリズムを把握しましょう。

お父さんが育児をすると

- (1)お母さんが楽になる。そうすると、お母さんと子どもの、よりよい関係が築かれる。
- (2)お母さんの、お父さんへの愛情も深くなる。
- (3)子どもは、お母さんだけでなく、お父さんから愛されているんだという気持ちを持つ。自己評価が高くなる。
- (4)お父さんが、ほめてくれると、子どもが、友達関係や、学校、社会に出ていくときの、勇気になる。
- (5)お父さんが、体を使って遊んでくれると、体も丈夫になる。
- (6)お父さんに、ちゃんと叱ってもらえると、子どもはルールを守れるようになる。
- (7)お父さんが、ジョークを言うと、家の中に、ゆとりができる。

「忙しいパパのための子育てハッピーアドバイス」より



子育てを応援する

おじいちゃん、おばあちゃんへ



子育て環境は時代とともに大きく変わり、考え方や常識も変化しているため、子育ての世代間ギャップでお互いに戸惑ってしまうことがあると思います。昔と今の違いを知って、孫育てを楽しんでいただけたらと思います！

子育て **今昔**

抱っこ

昔

抱き癖がついてしまうので泣いてもすぐ抱っこしない

今

人との信頼関係や友達づくりの基礎になるので、たくさん抱っこをしてあげましょう。触れ合うことで子どもの情緒が育ちます。

離乳食

昔

離乳食は始まる前に湯冷ましや果汁をあげて、母乳やミルク以外の味にならさないといけなかった。

今

5～6か月までは、母乳やミルクのみで栄養も水分も十分です。果汁は甘さが強く、母乳やミルクを飲まなくなってしまう懸念があることから、早くから飲ませなくてよいとされています。

虫歯予防

昔

大人が使ったスプーンや箸で赤ちゃんに食べさせてもかまわない。大人がかみ砕いたものをあげてもいい。

今

かみ砕いたものを与えたり、スプーンや箸を共有すると、大人の唾液に含まれる虫歯菌が子どもの口の中に入る恐れがあるのでやめましょう。

卒乳

昔

離乳食を進めるために、1歳になるころには「断乳」して母乳をやめたほうがいい。

今

子どもが自然と「卒乳」するまで授乳は大丈夫。母乳を与えながら離乳食を進めましょう。

