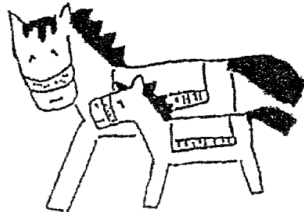


♪
お馬のかあさん
やさしいかあさん
子馬をみながら
ぽっくりぽっくり
あるく

おうまのおやこ

子育ても
あせらず待ちましょ
ポックリ、ポックリと

23年 1月 NO. 194



〒 760-0044 香川県高松市御坊町2-2
高松保育園内地域子育て支援センター
TEL:087-821-9347 FAX:087-851-0857

<http://www4.ocn.ne.jp/~kouma/>

(厚生労働省・高松市委託事業)

～どなたでも～		1月の主な活動		～お気軽にどうぞ～	
1月 8日	土	実用書き講座 14:00～16:00	字のバランスを習うと形がかわって きます。どなたでもどうぞ。		
1月 14日	金	おはなしの会 10:00～11:30	新年にちなんでおもしろいお話が いっぱいあります。		
1月 15日	土	体験保育 10:00～12:00	同じ年齢のクラスに入って いっしょにあそびましょう。		
1月 15日	土	ヨガで身も心も軽く 14:30～16:00	元気に新しい年をおむかえでしょうか。 たまった疲れをほぐしましょう。		
1月 27日	木	香川みすゞさんの会 14:00～16:00	男女共同参画センター事務長の宮脇初恵さんに 「女性と子どもを取りまくメディア環境」 について、お話していただきます。		
1月 28日	金	健康・育児相談 11:00～12:00	小児科園医師にゆっくり 相談できます。(予約要)		
1月 29日	土	体験保育 10:00～12:00	出産予定の方も育児体験に おいで下さい。		
1月 29日	土	ヨガで身も心も軽く 14:30～16:00	肩こりや腰痛予防に体を 動かしてみましょう。		

・毎火曜日 園庭開放(13時～16時)
・上記の活動日以外は13時～18時まで地域開放します
ので、親子でご来園下さい。
(但し、月・日曜・祭日は休み)

育児相談(月～土) 9:00～18:00
しつけや子育てについての悩み、
保育園生活、入園・見学について
の相談もどうぞ。

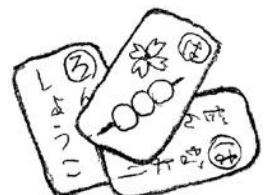
「いいかい、おつきは……。
あるき出す、
向うのむこうが
暗いこと。」

みかえりや、雨戸がしまつてて、
それでも灯はこぼれてた。
あかり

小雨、ぬか雨、ふるなかを、
兄さんむかえにゆくみちよ。

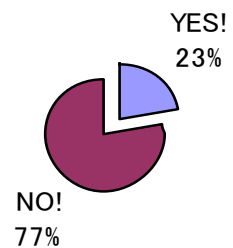
ふと大きく声は、
子供の声は、
「はなより団子、はの字だよ。」

いろはかるた



いまの時代、子育てしやすい？ yes! no!

「子ども手当」「高校無償化」などの子育て支援や少子化対策を、国も地方自治体も打ち出しています。しかし、不況が続く、進学や就職まで考えると、子どもを産み育てるのは厳しいという声があちこちから聞こえてきます。結婚したものの、子どもを産むか、産まないか、人生の選択に迷う人も。いまの時代、子育てしやすいと思いますか？



回答総数 2629

○ YES

- ・**負担も不安も少ない** 1歳の娘がいる。仕事の際は保育園に連れて行き、休みの日に行く美容院は託児つき。趣味で通うダンス教室は専門スタッフが預かってくれる。お互いの両親に預けられない私も十分に息抜きができています。何より夫が家事や育児に積極的なので、体の負担も心の負担もない。
(広島県 20代女性)
- ・**制度整い、理解も進む** 共稼ぎが多くなって子育てを支援する制度が整い、職場も理解や協力が進んだように思う。私たちが子育てをした二十数年前はフレックスタイムの制度もなかった。結構なことだ。
(愛知県 50代男性)
- ・**子ども向け設備充実** 10歳と2歳の子がいる。上の子を育てたころに比べて便利になった。公共施設も授乳する場所やおむつを替える所が整備されて行きやすい。スーパーマーケットの子ども広場、図書館や本屋の絵本コーナーと遊べる場所も、子ども向けの催しも増えた。専業主婦の私にはありがたい。しかし、仕事を持つ母親はまだまだ大変だと思う。
(宮城県 30代女性)

× NO

- ・**親が生きるのに精いっぱい** 小学校で教えているが、経済格差が子どもにも影を落としていと痛感する。朝食を取らずに来る子、下校後の夕食を1人で取る子。食事があるだけまだいい方かもしれない。保護者も経済的、心理的余裕がなくなり、自分が生きるのに精いっぱいという人が増えている。一方で塾や習いごとに通う子もいる。貧しい家庭の子どもはますます展望が描けなくなっている。
(熊本県 50代男性)
- ・**マイナス情報ばかり** 5月半ばに結婚を予定している。相手は40代。フルタイムで働きながら子育てできるなら、すぐにでも子どもがほしい。でも、マイナスの情報が多すぎて無理だと思ってしまう。保育園に入れなかったら？仕事と両立できる？親が倒れたら？自分が病気になったら？子どもを虐待しない？いじめにあったら？もっと安心できる情報がほしい。
(東京都 20代女性)

- ・「1人が限度」に共感　私が子どものころ、親は授業参観と運動会ぐらいしか学校に来なかった。いまは、何をするにも親、親、親。幼稚園や保育園の送迎から小学校のスポーツ教室、中学の部活にも親の送迎や支援が必要。高校は授業料以外のお金も高い。学校行事は月末や仕事の忙しい時に重なり、フルタイムではなかなか参加できず、子どもにもつらい思いをさせる。でも、教育にお金がかかるから仕事はやめられない。子どもはかわいいが1人が限度と思う気持ちはよくわかる。
(香川県 40代女性)
- ・取りにくい制度　様々な支援制度も取りやすいとは言い難い。利用しようとすれば周囲の視線が冷たいし、利用しても制度の趣旨がいかされない実態もある。単身赴任で両親が別々に生活すれば、片方に子育ての負担が集中する。預かってもらうには多額の費用がかかる。働くか、子育てか、制度があっても結局、どちらかの選択を迫られる。
(福岡県 30代男性)
- ・何でも親がかり　子どものちょっとしたことで、「乱暴された」「あの子に近づくな」と陰口が母親の間で回る。スイミングに通っている子は小学校でもどンドン泳げ、通っていない子は泳げないまま学年が上がる。ほかと同じように習いごとをしていないと差がついてしまう。お金をかけて送迎し、親がかりでないと何も進まない。子育てしにくい。
(愛知県 30代女性)
- ・昔は「みんなで子育て」　私が子どものころは、おじいちゃん、おばあちゃん、近所のおじさん、おばさんと、みんなで子育てしている感じがあった。でも、いまは親は共働き、子どもは塾や習いごとで忙しい。子どもだけで外で遊ばせるのは怖いという人もいる。
(兵庫県 40代女性)

望まれるあたたかな視線

小川清美・東京都市大学人間科学部教授

かつては街のあちこちに子どもがうじゃうじゃいた。子どもはうるさくて、汚いもので、でもパワーと可能性があるということを、大人みんなが自然に理解していた。しかし、少子化で、子どもの生の姿やパワーに触れる機会が減り、いつしか「子ども＝やっかいなもの」という見方が広がったように思う。子ども嫌いの社会になった、とも言われている。

電車に乗る時も、レストランに入る時も「子どもが騒ぐから申し訳ない」と、親は知らず知らずに肩身が狭い思いをしている。祖父母さえも、部屋でおしっこをもらす孫に、困った顔をする。育児休暇を取得しても、子どもの病気で欠勤しても、冷たい視線が注がれる。

子育て支援制度や施設は整ったが「子育ては大変だよ」「大きく成長したね」と共感するまなざしは明らかに減った。日本の将来のためにも、大人一人ひとりのあたたかな視線が望まれる。



朝日(東京)・夕刊

よいお昼寝のとり方とは

発達にそったお昼寝のありかた

子どもの成長にともなって、夜と昼のリズムが徐々に出来てきて、夜にはきちんと眠り、昼にはきちんと起きていることが出来るようになってきます。つまり、お子さんが昼間にお昼寝をしなくなったというのは、「ハイハイができるようになった」「立って歩くようになった」「言葉をしゃべるようになった」などと同じ成長の証（あかし）なのです。

お昼寝をしなくなることも発達の結果ですので、無理に発達前の段階に戻す必要はありませんし、眠れないのに寝かされるお子さんにとってはおそらく、ストレス以外の何ものでもないでしょう。

眠りも含めて、すべての発達には個人差があります。早くからお昼寝をしなくなるお子さんもいれば、なかなかお昼寝がなくなるお子さんもいらっしゃると思います。3歳のお子さんの4割がお昼寝をしないというのは、言い換えれば6割はまだお昼寝をするお子さんがいるわけです。つまり、日中のお昼寝をするべきかどうかは、年齢による発達を考慮しながらも、ひとりひとりのお子さんの個人差も考慮しながら考えていく必要があるということです。

お昼寝は長さやタイミングが大事

一般的にお昼ご飯を食べたあと、午後1時から3時くらいにととても眠くなります。

この眠気はタイミングとして食後に出現するだけで、直接食事には関係が無く、脳の中にある生物時計に基づいて生じる眠気だと考えられています。

最近この午後の眠気に対処するために、短時間（15～20分）の仮眠をとることが有効であるとの報告が多くあげられるようになってきました。

また、短時間の仮眠は、認知症になるリスクを6分の1に低下させますが、逆にこれに対して長時間（1時間以上）のお昼寝は、驚くべきことに、仮眠直後の寝ぼけ状態を生じ、夜間睡眠の質を低下させて認知症の危険率を2倍に高めるとされているのです。

つまり、単にお昼寝のよし悪しを論ずるのは意味がなく、どのタイミングでどのくらいのお昼寝をとるかが重要と言えるでしょう。

「子どもの眠りを考える」より 福田一彦 著（江戸川大学教授）

*23年2月19日（土）保育参観と上記の福田先生の講演を予定していますので、多数ご参加下さい。