

コロナ禍により、人間関係が希薄になる中で「お子さんを感染症から守らなければ」という強い思いが、一步を踏み出せない状況に拍車をかけている側面も。

しかし、厳しい状況にあるからこそ、子育てに励む皆さんのために、門戸を開く施設がある。心に寄り添う方がいる。今号では、子育てに励む皆さんへのメッセージをお届けします。



絆づくりの会代表
親業訓練インストラクター
木村 真由美 さん (中町)

【相談・問合せ】
絆づくりの会 電話 080-1813-2044

「子育て」には、多様な考え方がありますが、子育てに励む方を応援する気持ちは、どれも共通。悩みや不安を一人で抱えず、子育て支援の場へ一歩踏み出したいだくことを願っています。

自分と同じ立場・境遇にある方と、お話しする機会を設けてみたい。悩みや不安を気軽に相談できる友人が欲しい。頼りにできる存在を見つけ、アドバイスがほしい。専門的な視点から、個々の対処法を学んでみたい。

このように、子育てに悩む現状を打破しようと、前向きな考えを持っていったとしても、一步を踏み出すことは難しいものです。

手を差し伸べてくれる存在は身近に

感じるときは、がんばり過ぎているのかもしれない。自分を追いつめる前に「誰かを頼る」選択法を考えてみませんか。



大切なお子さんのために、がんばり過ぎてしまう
「子育て」を一人で抱え込んでいませんか __ ?

**子育ての悩みや不安は
がんばっている証**

大切なお子さんが、元気に成長していく姿や、時折見せる屈託の

「受容」と「共感」を意識した

親子のコミュニケーションを一緒に考えましょう

親子関係をはじめ、さまざまな対人関係の相互理解をサポートする「絆づくりの会」。その代表を務める木村真由美さんに、お話を伺いました。

私たちは、子育てに励む皆さんに「子どもの行動や感情をありのまま受け止め（受容）、理解しようとする（共感）」ことの重要性をお伝えしています。

「良い子に育てたい」「しっかりしつけないと」など、使命感を持

たれる方もいますが、それは親の理想でしかありません。理想が大きいがために、お子さんが成長する中でギャップを感じ、悩みや不安を抱いてしまう。

親と子は、感じ方も捉え方も異なります。お子さんが思い通りにならないのは、当然だと気付くことが第一歩。親からも「つらい、困る、うれしい、助かる」などの正直な感情を出してみよう。

ありのままを受け止めてもらえ、たとき、自分が大切にされていることを実感できるはず。それは、



絆づくりの会で発行する
会報誌「きずな」

子どもも同じ。共感とは、心の安定につながります。落ち着きは、思考を巡らせ、自分なりの解決策を見出す力に気付くことができます。

子育てに悩んでいるのに、弱みを見せまいと、装ってしまう方もいるようです。相談することで、自分が評価されてしまうと、不安に思う方もいるかもしれません。私たちは、相手の心を開く「聴き方」や、思いを率直に伝える「話し方」を意識し、心に寄り添うことを心がけていますので、安心してご相談ください。



ない笑顔を前に、日々の疲れが吹き飛んでしまう。充実した子育てライフを送る方もいることでしょう。

しかし、すべてのご家庭にそれが当てはまるかといえば、答えはNO。子育ては、楽しく充実したものばかりではなく、悩みを抱えたり、不安を覚えたりすることが付き物。自分一人の力では、解決が難しい課題に、直面することもあります。

「考えること」がなければ、悩みや不安は生じません。お子さんを思い、子育てに真剣に取り組んでいるからこそ、試行錯誤を繰り返す中で課題が見つかる。それは「がんばっている証」そのものです。悩みや不安で、子育てをつらく

子育てに携わるすべての皆さんへ

町では、安心して子育てできる環境整備を目的として、平成29年4月から南会津町子育て世代包括支援センター「えがお」を、健康福祉課内に開設しています。「えがお」は、子育て支援専門員（公認心理師や社会福祉士）を中心に、子育て中のお母さんやご家族、あるいはお子さん本人からの相談に応じています。

どこに相談すればよいかわからないお子さんの悩みや、子育てを始める方が漠然と感じている不安など、相談先に迷うときは、最初の相談窓口として「えがお」をご活用ください。

初めての相談は、誰しもが緊張するものです。ご相談いただいた皆さんが、ほっと一息をついて、笑顔になれるようお手伝いをする3人の職員をご紹介します。

南会津町子育て世代包括支援センター「えがお」のご案内

【相談内容の一例】

- ・ことばが遅い気がする
- ・おねしょ、指しゃぶりが治らない
- ・発達障がいについて知りたい
- ・初めての登園、登校が心配
- ・学校に行きたがらない、どうしよう
- ・友だちとの関係に悩んでいる
- ・自分のメンタルの相談にのってほしい
- ・入学費用や進学への悩み など

【相談にあたって】

まずは、電話やメールでご連絡ください。その際に「えがおの職員と話したい」とお伝えください。職員が不在の場合は、必ずご連絡を差し上げます。

【令和2年度相談件数】

来所・訪問 454件
電話・メール 426件（計880件）

【相談窓口・問合せ】

子育て世代包括支援センター「えがお」
(健康福祉課 子育て支援係内)
電話 0241-62-6170

メールでの相談はコチラ▶
egao@minamiaizu.org



びわのかけ
子育て支援センター
君島 舞美 さん



お子さんも保護者も
リラックスできる場に！

ふれあいの中に身を置くことで、子育てを楽しむ心や、子育てに携わる喜びを、参加者の皆さんに感じていただけるようサポートを続けています。見知らぬ場所へ一歩踏み出すことは、とても勇気がいることですね。当センターを利用している先輩たちは、みんなその一歩を踏み出して今がある。子育て支援を必要としている皆さんの一番の理解者でもあります。ぜひ、親子一緒に飛び込んでみてください。

お子さんにとっても、保育所や幼稚園へ進む前に集団経験を積むことができる貴重な場。大切なお子さんの成長を一緒に見守りましょう。

田島保育園
子育て支援センター
星 いつ子 さん



子育てと並行して
「親育」を！

核家族や一人親家庭が増える中、子育てに奮闘する方がいます。子育ての知識を得ようと、専門の書籍を購入したり、ウェブで検索をしたり、理想の「親」を追いかけてしまうと、逆にプレッシャーとなるケースもあり、注意が必要です。

子育てに決まったルールはなく、お子さんの個性に合わせた対応を考えることこそ、大切だと伝えていきたい。子育てと親も成長する「親育」のバランスを、一緒に考えませんか。

さまざまな資格を有する職員が、チーム一丸となり、子育てと「親育」を支援します。まずは、ご連絡をお待ちしています。

子育て支援センターを ご存じですか

子育て支援センターは、0歳から就学前のお子さんを持つご家庭や妊婦さんが集い、交流を通して社会性を育んだり、育児の相談ができる場です。この機会に、足を運んでみませんか。

びわのかけ子育て支援センターでは、西部各地域で月に2、3回「つどいの広場」を開催していますので、併せてご利用ください。

なお、施設の利用を希望される方は、事前連絡をお願いします。活動の詳細についても、お気軽にお問い合わせください。

【申込み・問合せ】
田島保育園 子育て支援センター
電話 0241-62-2677
びわのかけ 子育て支援センター
電話 0241-62-9703



保健師 佐藤 円 さん



初めての相談も、お気軽にお知らせください。相談内容に応じて、専門機関や必要なサービスを紹介します。妊娠・出産・子育ての悩みを一緒に考えましょう。

社会福祉士 目黒 愛花 さん



福祉の制度やサービスをケースに応じて紹介し、利用までをサポートします。医療機関など関連施設との橋渡しも担い、分かりやすい説明を心がけています。



公認心理師
言語聴覚士 星 佳代 さん



お子さんの「ことば」や「行動」に悩んだとき、関わり方や対処法を一緒に考えます。お子さんの持つ強みや、得意とする部分を活用した子育てを応援しています。

利用者の “声”

矢澤 裕美 さん
幸芽 ちゃん 幸知 くん



都市部から町へ移り住んだばかりのときは、知り合いも少なく不安な毎日。「通ってよかった」その一言に尽きます。先生に信頼して相談ができ、私にも、子どもにも、友だちが増えました。初めての方も、ぜひ一緒にお話ししましょう。

利用者の “声”

田母神 志帆 さん
ほたる ちゃん



3年ほど施設に通うベテランです。ママ友との会話がよい気分転換に。先生からのアドバイスもためになるものばかり。子どもが自ら「行きたい」と訴えてくることもあり、社会での成長を実感しています。