



すまいるだより

「正しい情報にふれましょう」

vol 29

【子育てのご相談】
 子育て世代包括支援センター
 「えがお」(健康福祉課内)
 電話 0241(62)6170
 メール egao@minamiazu.or.jp

子 育て世代包括支援センター「えがお」は、来所やメールによる相談を受け付けています。相談の多くは、お母さんが日常的に感じている不安に関するものです。

例 えば「夜なかなか寝てくれない」「言葉が遅いので心配」など、慣れない子育てに不安を抱えて過ごしている方が多いことを実感します。

そ のような状況で、多くの方が口にする言葉があります。それは「私が母でいいのだろうか」と自分を責めるものです。

日 本は、世界と比較して子育てにあまり寛容ではないとされます。保護者は、世間や自分自身が抱く「こうあるべき」という価値観にとらわれやすく、真面目な人ほど「親としての責任」「社会から

の抑圧」に疲れたり、イライラしたり、焦りを感じたりする傾向にあります。

誰 でも情報発信できる時代だからこそ、迷信やデマを原因とする不安や迷いを抱えることもあるようです。

本 町でも核家族化が進み、相談できる相手がおらず、孤独に悩む保護者は少なくありません。

あ る企業が実施したアンケート調査では、回答した母親の99%以上が「自分の子育てに罪悪感を持つことがある」という結果が示されました。調査結果から、親の都合で子育て方針を変えてしまった場合に、強い罪悪感を感じる方が多いことがわかっています。

例 えば、自分の子どもには順番を守るよう注意しているのに、列に並ばない

大人を注意できない自分。目が悪くなるからと、普段からテレビやゲームを注意しているのに、オムツ交換や待ち時間にスマホをいじる自分。

あるいは、ベビーフードに頼り、総菜を並べただけの食卓を提供する自分。

仕 事を終え、急いで夕食を作り、毎日がフル回転のお母さんほど、自分を責めてしまうかもしれません。

こ のようなケースで、子育ての応援隊である私たちが「正しい情報の提供」に努めています。正しい情報とは、明確な根拠がある情報を指します。

ネ ット依存が心配であれば、ネット依存の傾向を把握できるチェックシート。子どもの発達に心配であれば、客観的に子どもの能力を知ることができる検査方法。

普段の子育てに不安があれば、信頼できる書籍やウェブサイトをそれぞれご紹介します。

世 の中には、情報が溢れすぎています。正しい情報がよくわからない場合は、直接「えがお」にご連絡ください。皆さんが抱く悩みと一緒に向き合い、必要な情報を探すお手伝いをしたいと思います。

こ の記事を読んでくださる方の中に「正しい育児」にとらわれるあまり、身動きが取れなくなっているお母さん・お父さんはいませんか。

子 育てがづらいときは、どうか周囲を頼ってください。悩みを抱えている気持ちに共感し、一緒に考えてくれる先輩のお母さん・お父さんに出会えることを願っています。

今 回は、子育てに関する信頼できる情報を掲載したウェブサイトをご紹介します。精神科医や看護師、大学の研究チームがまとめているウェブサイトです。ご覧になってはいかがでしょうか。



QRコード
(子ども情報ステーション)



QRコード
(こそだてタイヘン.com)

【おすすめ図書】



「こども六法」
 山崎 聡一郎 / 著
 伊藤ハムスター / 絵