

# 4月のかるがも便り Vol.77



## 今月のイベント・講座・相談



### ●ママが奏でる♪春探しミニコンサート 乳幼児親子対象

2回目のコンサート！バイオリンとピアノで春を奏でます 担当:平尾和香さん 栗林朝美さん(SHIP 会員)  
4月12日(金)14:30~15:00 (無料・当日先着20組まで) 於:オープンカレッジ6F教室

### ●子育て講座①「太ってる やせてる ~子どもの成長発達~」 父母対象

お子さまの成長発達、首のすわり・おすわり・はいはい・歩行・生活リズムなどについてもご相談ください  
4月16日(火)11:00~11:40 (無料・当日先着20組まで) \*母子手帳をおもちください  
昭和女子大学 志賀清悟教授(小児科医)



### ●「みんなで一緒に触れる・語りかけの遊び」 乳幼児親子対象

SHIP スタッフと一緒に遊び、子どもとの関わり、遊びの中からの“育ち”を交流しましょう  
4月17日(水)10:30~11:00 (無料・当日先着20組まで) 担当:瀬脇香代子・のき田智奈美

### ●えほんTIME 乳幼児親子対象

昭和女子大学オープンカレッジ『朗読』講座受講中のボランティアさんの読み語りです  
4月19日(金)14:50~15:00(無料・申込不要)



### ●お誕生会 乳幼児親子対象 申込:3月25日~

昭和女子大学へ遊びにいらしてください！学生がお子様に向けた歌や劇をプレゼントします。  
4月生まれでない方もどうぞご参加ください。ご家族みなさまのお越しをお待ちしています。  
(お子さま1人につき500円・事前申込20組まで)  
4月20日(土)14:00~14:40 開場:13:40 於:昭和女子大学80年館2F・2L37教室

### ●SHIP パパの会「パパたちの時間」 乳幼児親子対象

パパたち、お子さんと一緒にSHIPで遊びませんか。パパたちの情報交換もできるかも！  
4月21日(日)14:00~15:00 (無料・申込不要)



### ●世田谷産業振興公社とマザーズハローワークの「お仕事相談」 父母対象

世田谷区産業振興公社とマザーズハローワークの職員が、SHIPで仕事と子育ての個別相談に応じます  
4月25日(木)10:30~11:30 (無料・申込不要)

◎有料のイベント講座については、会員が事前に料金を添え SHIP 受付に直接お申込ください。  
一旦納入された参加費の返金はできませんのでご了承ください。当日欠席の方はご連絡ください

### ■小児科相談(随時受付)

お子さまの発育発達に関して個別相談に応じます(500円・予約制) \*別室で行います。  
担当:昭和女子大学 志賀清悟教授(小児科医)



新年度になり、新しい生活が始まります。皆様、どうぞ息抜きにSHIPにいらしてくださいね！

- ・自転車でお越しの際は、昭和女子大学内駐輪場をご利用ください。
- ・学生食堂は、新年度は新生で大変混みます。学生優先の場ですので、この時期のご利用はお控えください。

## 子育てコラム NO. 70



### 年子の育児について

千脇 綾子さん

長女が1歳の時、2人目の赤ちゃんを授かった。私は、高齢出産で長女を産んでおり、2人目も早く欲しいと願っていた。ところが、二人目を妊娠した時、『今でも毎日バタバタなのにやっていけるか』、『娘は、まだ母親に甘えたい時期なのにかわいそうではないか』、『出産時、私がいなくて娘は大丈夫か』など、マイナスの考えが頭を支配した。私は、出産前に長女との思い出を沢山つくりたいと、長女を色々なところに連れて行った。そして、『ママのお腹に赤ちゃんがいて、ママが赤ちゃんを産んでいる間、おばあちゃんの家にお泊りするんだよ』と毎日話し掛け、長女にも心の準備をさせた。そして、3月の雪の日、第2子となる息子が誕生した。病院に入院している間、長女はママの不在を納得し、泣くことなく、夫の実家で楽しく過ごしていた。出産後息子を連れて、自宅に戻ると、長女は、息子との共同生活にストレスを感じたのか、夜泣きをするようになった。しばらくの間、夜泣きの大合唱が続いた。手に負えないときは、仕事で疲れた主人を起こし、乗り切った。また、息子を抱っこしている時に、長女が『抱っこして』とせがんだ。そんな時は息子をおぶり、長女を抱っこし、2人の機嫌をとった。毎日がドタバタの日々だった。そして気付けば、この春、息子は1歳になった。あつという間だった。1人目は育児本に忠実に育てようと奮闘し、うまくいかないと、自己嫌悪に陥ったこともあった。ところが、2人同時の育児となると、マニュアル通りの育児は難しい。優等生ママになることは諦め、肩の力を抜いた。自分なりの育児をすることで、育児に自信を持つことができた。そして、子ども達が仲良く遊んでいる姿を見て思うことは、やっぱり育児は楽しい。子どもが大好きだ。もちろん思い通りにならず、人知れず「あーいらいらする。」と小声で叫ぶこともある。そして、日々反省することばかりだ。

3年の育児休暇を経て、4月に復職する。子ども達が、新しい環境になじめるかなど、ママ業に不安は尽きない。でも子どもは嬉しい。子どもは日々成長する。子どもを信じよう。私にとっても、子離れする良い機会だ。愛する子ども達のためにも、がんばって働こうと思う。(SHIP 会員)



我が子と共に家族で育ちあうために

2012 年度最後の子育て講座「我が子と共に家族で育ちあうために：子どもが育つ＋大人も育つ」について昭和女子大学大学院生活機構研究科藤崎春代教授がお話くださいました。

かつて、女性には子育ての本能(母性)があり、他の動物と同様に本能により子育てしていると考えられていました。けれども現在、心理学では母性・父性という用語ではなく「親準備性」という用語を用いて、親になることは学んでいくことと認識されるように変化してきました。そして、母親学級・父親学級、中高生への準備教育などの親準備性を高める取組みが重視されてきています。

人間の生涯発達のなかで、次の世代を育てることは成人期の発達課題ですが、子育てにおいては、自己実現したい自分と誰か(子育てにおいては、子ども)とつながりたい自分との間の矛盾につらくなることもあります。自己実現と他者とのつながりを求める気持との矛盾は誰もが持っているものですが、相手が大人であればお互いに話し合って折り合いをつけられるのに、100%大人に依存した子どもであることで、矛盾の解決は困難になります。こうした時、母親 1 人で頑張らずに父親や周囲の人も巻き込んでいきましょう。皆がつながる時、お子さんにとっても子育て環境は豊かになります。SHIP ご利用中のパパママたち、お子さんを遊ばせにどうぞ毎日いらしてくださいね。

そして、子育ては大人の側だけで行われるものではありません。子どもは誕生直後から、泣きや微笑みを通して、大人にサインを送り、大人を育ててくれます。サインを送るのが上手でないお子さんの場合は、専門家に相談されると、対応の仕方についてのよい助言が得られるかもしれません。

先輩ママからのアドバイス ー赤ちゃんの睡眠についてー

先日、赤ちゃんの睡眠について書かれた本を読みました。1 日のタイムスケジュールを決め、決まった時間に起きる、ご飯を食べる、寝る。そして、寝る前に、就寝儀式(お風呂に入る・マッサージをする・本を読む・歌をうたう・静かな音楽を聞かせる等)を決めるとよいとありました。

また、赤ちゃんが疲れればよく眠ってくれるだろうと思って、遅くまで赤ちゃんを起こしておいて寝かせることは逆効果で、ぐっすり眠ってくれないようです。また、昼寝をきちんとした方が夜もぐっすり眠るともありました。

私も、子どもが幼い頃に、疲れると寝てくれるだろうと、あちこち連れまわしたことが多々ありました。しかし、そういう日は逆に興奮したり、疲れ過ぎてぐずったり、眠りが浅かったりしたように思います。お子さんとの生活は、決められた時間通りにはいかないことの方が多いとは思いますが、生活リズムを整えることは、赤ちゃんの睡眠にとっても大切です。SHIP にも赤ちゃんの睡眠の本がありますので、どうぞご参考になさってみてください。(保里藤枝)



### 2013 年度 パパコラム第 1 弾！

3 人のパパが毎月交代で担当します

#### ～イクメンいつやる？今でしょう！①『とっさの時も慌てずに』～ 平塚純弘さん

今回より、1 年間(3 か月に 1 度)パパコラム欄への執筆を担当させていただきます。私と同じように子育てで真っ最中の皆様と喜びや不安を共有できたらと思っていますので宜しくお願い致します。

1 回目から、少々、重い話になってしまっていますが、つい先日、1 歳 5 か月の息子が突然の「熱性けいれん」を経験しました。その日は海外旅行を予定しておりました、息子は数日前から鼻かぜは引いていたものの、ずっと平熱で、当日、自宅を出発する日も平熱で安定しており、空港内も自分のリュックを背負って元気に走りまわっていました。食欲も旺盛で体調も良好にみえました。飛行機の搭乗を待っていると、息子の突然の意識消失、眼球の上転、嘔吐、しばらくして口から泡を吹き全身けいれん、呼吸をしていない状況の為、唇の色が紫色に変わっていく姿を目の前にし、息子が死ぬかもしれないという恐怖でそれはもう大パニック！病院に行つて診察していただきましたが、急な発熱(その時は 38.4 度ありました)による「熱性けいれん(後遺症はなし)」とのことで、嘔吐による肺炎や脳炎、てんかんの症状はないといわれ、安堵しました。しかし 1～2 日間は、満足に歩くことも難しく、座っていても安定しない状態が続き、目もうつろで、痙攣止めの座薬や熱のせいなのか、もしかして呼吸できない 時間が長かったせいで脳のどこかに異常があるのか不安でたまりませんでした。3 日目から元気に家を歩き回るようになり回復しております。急な発熱体調の急変にただただ驚くばかりで、同時に親として、自責の念でいっぱい毎日でした。

日頃から子どもが突然病気になったときの対処の方法は、母親だけでなく父親も意識しておくことが、いざというときでも慌てず冷静に対応できるのだと痛感しました。(SHIP 会員)

### 子育て案内所 「おでかけひろば SHIP」をご利用ください

- ・子育て相談・地域の子育て情報を知りたい方は、スタッフにお気軽にお声かけください。保育士・幼稚園教諭(毎日)、栄養士(月・火・木・土)、保健師(水)、臨床発達心理士・ことばの相談(水)、子育てアドバイザー月 2 回(土)がおります。電話相談も受け付けています。\*曜日は変更になることもあります。
- ・昭和女子大学の教員(小児科医)による「小児科相談」も随時受付。別室で行います。(有料 500 円) 太っている・やせているなどの発育発達、アレルギー・便秘など病気に関する相談などに応じます。
- ・子育てステーション世田谷 発達相談室は、発達障害やその疑いがあるお子さん(18 歳未満)とご家族に対し相談や助言を行うところです。世田谷区在住者対象(相談無料) 世田谷発達相談室 TEL:090-8442-2674 SHIP には「情報掲示コーナー」があります。

同じ地域に住む親子へ、サークルやサロンの活動を紹介したい、ベビーシッターをやっています、親子で出かけるスポットの紹介などなど、耳よりな情報をお持ちの方はぜひお持ちいただいたり、ご参加ください。お互いの良質な情報交換をしていきませんか。

「ほしい」「あげます」コーナーも！

ほとんど使わずに大きくなってしまったので新品同様なもの、ベビーグッズやマタニティグッズなどをどなたかへ譲りたい、頂きたいという方は用紙にご記入いただき、掲示してください。3 か月間有効ですので、こちらもご利用ください！

