



草木の新芽がまばゆい頃、外に出かけるのが気持ちよい季節になりました。GWも休みなく SHIP はオープンしています。皆様、どうぞご利用ください！

## 子育てコラム No.92

### 毎日が「いいね！」じゃなくても 栗林朝美さん

2歳の息子を持つ会員です。SHIPでは、ピアノとヴァイオリン(先日はクラリネットも)のユニットで、演奏会をさせて頂いたりしています。聴いてくださった皆様に、この場を借りてお礼を…。本当にありがとうございます。

さてさて、皆さんは SNS を利用していますか？学生時代の友人と気軽に話せたり、遠く会えない距離にいる友人の毎日を知ることが出来たり。楽しいですね。

思えば自分も周りの友人も独身ばかりだった頃、そこでの話題は仕事に恋愛に興味にと、良い事も悪い事も様々だったように思います。誰の目も気にせず、自分も思い切り好きなことを書いていました。

そして自分も周りも結婚して、子どもを持った今。自然と話題は家族のことが多くなりました。子どもの誕生日、家族旅行、結婚記念日。素敵な記事ばかり。それはとてもとても、幸せなことなのですが。我が家の息子はやんちゃです。毎日怒ってばかりいます。外では全力で子どもを追い回し、家の中では片付ける側から散らかされるおもちゃにてんてこ舞い。主人の仕事も忙しいため、朝から晩まで子どもと2人。子どもは可愛いし、自分で選んだ道ですが、毎日ヘトヘトの日々です。そんなとき SNS で、綺麗なお部屋で素敵な料理を囲む家族の姿を見て思うのです。なんで自分はダメなんだろう？上手にお母さん出来ないんだろう？主人がもっと早く帰って来てくれたらな…

母親になってから、泣き言を上手く吐き出せなくなった気がします。家族がいて幸せなのだから、自分がそんなこと言っちゃいけない。幸せに見せたい。そんな気持ちがどこかにあります。でもそれは、みんな同じなのかもしれません。常に幸せに見える友人だって、きっと、見せていないだけなのかもしれない。

SNS は、みんなの幸せの寄せ書きのようなもの。毎日が「いいね！」もらえるような日じゃなくても。私たちの幸せは、それ以外の普通の日々にこそ、生きているのかもしれない。(SHIP 会員)

## イベント・講座

### ●三軒茶屋就労支援センター、マザーズハローワークの「お仕事相談」 父母対象

①5月8日(木)10:30~11:30 三軒茶屋就労支援センターの職員によるお仕事相談 (無料・申込不要)

②5月22日(木)14:00~15:00 マザーズハローワークの職員によるお仕事相談 (無料・申込不要)

### ●昭和女子大学のお庭でランチ！ 乳幼児親子対象

昭和女子大学内の庭園”昭和の泉“でランチしながら、みんなで交流しませんか？お弁当をご持参ください。

SHIP スタッフと日ごろの子育てについてもお話いただけます。担当:のき田智奈美(臨床発達心理士)

5月14日(水)11:00~12:00(無料・申込不要) \*11時に昭和女子大学正門集合 雨天中止

### ●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』講座受講のボランティアさんの読み語りです

5月16日(金)14:50~15:00 (無料・申込不要)

### ●マタニティ支援講座(ご出産を控えたママパパとの交流会) 乳幼児親子対象

家族のひろがりについて、出産前に SHIP の先輩ママパパたちと交流しながら、準備をしていきたいと思います。

5月17日(土)14:00~15:00 (無料・申込不要) 担当:有沢順子(保健師) \*別紙ちらし参照

### ●パパ DAY 父母対象

パパママたちで話題を持ちより、話しませんか。保育所・幼稚園・家事分担などなど。

5月25日(日)14:00~15:00 (無料・申込不要)

### ●親子ヨガ 乳幼児親子対象 申込:5月6日~

助産師さんと一緒に、親子でヨガを楽しみませんか。赤ちゃん用のバスタオルを1枚お持ちください。

5月27日(火)10:30~11:00(参加費500円・事前申込20組まで) 担当:岩佐寛子さん(助産師)

会場:昭和女子大学オープンカレッジ6F 当日、ベビーカーは、2Fに置いてください。

### ●出前保育「親子であそび」 乳幼児親子対象

鳩ぽっぽ保育園からの出前保育。ギター上手、読みかたり上手、盛り上げ上手の講師です！

5月28日(水)14:45~15:15(無料・申込不要・20組まで) 担当:藤本ともひこさん(絵本作家)

### ●子育て講座②「幼稚園保育園一体化の流れについて」 父母対象

幼稚園とは、保育園とは、一体化についての流れや動き、園選びについてなどのお話です。

5月30日(金)14:00~14:40 (無料・申込不要) 担当:昭和女子大学 横山文樹教授(保育)

会場:昭和女子大学学園本部館3F 中会議室 \*直接ベビーカーで会場へお越しください。

### ◎有料のイベント講座は、事前に料金を添え SHIP 受付に直接お申込ください。当日欠席の方はご連絡ください。

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。現金は、釣銭のないようにお願いします

### 【お誕生会について】

5月のお誕生会は、6月に合同で行います。新しい形の学生の催しができますよう、現在考えています。どうぞ楽しみにお待ちいただきたいと思います。



## 毎朝の持ち物は・・・笑顔！

新年度に向かい多くのママ、パパから『まもなく保育園が始まりますが、大丈夫かな？』『いよいよ入園なのですが、心配です。』『ちょっと淋しい気もします。』等の声が聞かれました。そんな親御さんの言葉には、新しいスタートを待ちわびる思いと同じ位の心配や不安が見え隠れしているのを感じます。

SHIP には、生まれて間もないお子さんと親御さんも来られます。新生児にも似た大きな泣き声に赤ちゃんのママが、『うるさくてすみません』と恐縮の面持ちと言葉を伝えられます。そんなママには、先輩ママから『懐かしい泣き声・・・かわいいね』の声が届きます。そして先輩ママもまた『いよいよ小学生なのですが、大丈夫かな、心配で・・・』と、話されます。

お子さんにとっての初めては、親御さんにとっても始めてのこと、成長の喜びと同じく不安はつきものです。だからこそ、ママやパパの笑顔は何にも勝るお子さんへの“エール”となります。離れなくて泣く日、行きたくないと涙する日もあるでしょう。だからこそ毎朝の持ち物の中に、忘れずに“ママ、パパの笑顔”を持たせてあげて欲しいと思います。初めての園生活の中で思い浮かべる大好きなママとパパの顔が心配や不安な顔ではなく、笑顔であってほしい・・・そう思いませんか。そして、暫く離れていた仕事に復帰されるママもまた、出勤時には必ずお子さんの笑顔を見せ、パパには、“大切なお子さんとママの笑顔の心のポケットに！”。さあ、準備はOK・・・元気に『いってらっしゃい！』（瀬脇香代子）

## おもちゃをなめる

お子さんと遊んでいるママから、「こんなふうに、なんでもなめて、よだれでべとべとにするんです。いつまでつづくのでしょうか？」と聞かれることがあります。

大人は、なめる：汚いと感じてしまいますが、赤ちゃんにとっての“なめる”には、とても大事な意味があります。赤ちゃんは、生後5～6か月になると、手にするものを口にもっていくようになります。この時期は、口の感覚がとても敏感なので、唇や口腔内で自分の身の回りのものがどんなモノであるかを確認しているのです。知る・理解する・安全を選択するという、いろいろな力につながっていきます。歯の無い時期に、しっかりと噛むことが、次のしっかり噛むことにつながっていきます。おっぱい(乳首)以外のものを口にする、食べるということの準備期でもあるのです。

生後すぐには、外部の雑菌に対する抵抗力がありませんから、赤ちゃんが口にする物を煮沸消毒しますが、生後半のなめる時期には、人のからだのすばらしさで、徐々に抵抗力もついてきますので、消毒まで考えず、清潔と安全に気を配ってあげれば大丈夫です。

いっぱい、いっぱい、なめて！さまざまな育ちを伸ばしていきましょう。（のき田智奈美）

## おでかけひろば SHIP のご案内

- 世田谷区在住の乳幼児親子の施設です。区外の方のご利用はできません。
- 保育士・幼稚園教諭・保健師・栄養士・臨床発達心理士・子育てアドバイザーのスタッフが交代で常駐しています。質問・相談はお気軽に。お電話でのご相談も、お気軽にどうぞ。
- 子育て中の方を対象に、最新求人情報(毎週更新)を掲示しています。
- 地域の方への優良な子育て情報(営利活動でないもの)は、室内掲示板をご活用ください。
- 「ほしい」「あげます」コーナーもどうぞご利用ください。
- SHIP でのイベント講師を募集しています。いつでもスタッフにお声かけください。



## 2014 年度パパコラム②



## ありがとう 久保田正勝さん

娘が産まれてから、1年2か月が経ちました。体重が10キロを超えて片手で抱っこするのがつらくなってきたことが、嬉しい悲鳴です。

妻の妊娠が分かったのは2年前、病院のエコーで心臓が動いているのを見て子どもが出来たことの実感と父としての責任を感じました。子どもが大好きかというそうではない私が子どもをしっかりと育てられるのか心配でしたが、徐々に大きくなっていく妻のお腹を見ていると早く会いたいという気持ちが上回り出産が待ち遠しく感じるようになりました。

出産は子どもと会えることの嬉しさと初産という不安が半々で、母子ともに健康を切に願いました。早朝4時に陣痛が始まり9時59分に出産という安産で、妻の頑張りや無事に産まれてきてくれたことへの感謝で涙が止まりませんでした。この日は仕事が休みだったので立ち会うことが出来たのですが、「パパが休みの日に出てきてくれたんだね！」と産まれたばかりの子に話かける私は誰が見ても親バカですね。寝返りやハイハイ、つかまり立ち、ベビーサインで意思疎通が出来るようになるなど毎日子どもの成長を見ることができて幸せな日々ですが、1人目の子どもなので全てが初めてで分からないことだらけ。何で泣いているのか分からず何をしたら良いか悩んだ時期もありました。私は仕事で外に出るのですが、育児中の妻は子どもと24時間付き切りなので、精神的にきつかったと思います。子どもが泣いているのをあやそうと私が抱っこしても泣き止まず、妻が抱っこするとピタッと泣き止むことが何回もあり、子どもにとって母の存在が非常に大きなものであることが分かります。

妻の日頃の頑張りについて「ありがとう」という言葉が絶えることはありません。その時、その時で大変さが変化しますが、あまり気を張らずに子どもの成長を見守って行きたいと思っています。(SHIP 会員)