

子育て情報

# ままちっち

mamachicchi

あべの・ひがしすみよし エリア

vol.92

2024.10.15

特集

## 最新！病院特集

病院クチコミ

もしものときのための緊急電話相談窓口  
小児医療に関する緊急の場合の連絡先など



特別企画

新

安倍野区・青柳毅区長に  
子連れde突撃インタビュー

新連載

新米パパの育休レポート

紙面モニター企画

専門家に聞く!子どもへの声かけ

ちょっと聞いて~!

これ助かってる!

パパの子育てにまつわる仕事

ままちっちが運営するポータルサイトや  
LINE、イベントカレンダーなどはこちらから



今後進めていかなければと考えているのは、在宅支援です。保育所に預けるのも大変ですけど、0歳から2歳の在宅育児もすごく大変じゃないですか。在宅支援のメニューやツールはこれからも出てくると思うので、区としても活用し

阿倍野区の子育てに関して、区長が感じている課題は何ですか？

今までは起きた事件に対していろいろな制度を作るという「対策」が私の主な仕事でした。正直、子育てや児童虐待防止というのは本来地道な取り組みを積み重ねていくべき仕事だと思っています。ですから、今ある地域の取り組みや資源の活用を地道に続けていきたいです。保育と教育の連携だったり、相談事業の拡充だったり…。非常に地味な仕事ですが、やっぱりそこが大事だと思っています。



新

あおやぎ たけし

# 阿倍野区・青柳毅区長に子連れde突撃インタビュー

## 特別企画



青柳区長と一緒に記念撮影！

令和6年4月に新しく就任された阿倍野区の青柳毅区長ってどんな方？阿倍野区の子育て環境や施策について、1歳の子もたちと一緒にインタビューしてきました！

まずは青柳区長ご自身について教えてください。以前はどのようなお仕事をしていましたか？

大阪市役所で教育・子ども施策に長く携わってきました。教育委員会に12年、子ども青少年局に17年。子ども青少年局では子育て支援・児童虐待対策

ていきたいです。家庭で子育てすることもしんどいことなんだよというところで、在宅支援という形でやっていかなあかるところだと思っています。

青柳区長ご自身の子育てについても聞かせてください。

土日には子どもを、子ども子育てプラザや公園、イベントにもよく連れていきました。子どもにはいろんな体験をさせるのが大事だと思っています。私も子どものころ、親にいろんなところに連れていってもらいましたから。子どものころはちよつと見たもの

に感動したりワクワクしたりするけど、今はすぐに情報が入ってくる時代です。それを否定せずに入ってくる情報量に見合う体験をさせてあげたい。見てさわって、リアルな体験をどんどんさせてあげたいと思うんです。

に携わり、子どもの貧困対策や病児保育の拡充にも関わってきました。その間、大阪市でもすごく痛ましい児童虐待事件が起きました。いろいろな施策を作るたびに、新たな課題も出てきました。どのような施策があれば子育ての大変さ・しんどさを軽減できるのか、をずっと考えて取り組んでいましたね。

阿倍野区の子育て世帯のイメージ、そこから考える阿倍野区に必要な子育て支援はどんなものですか？

そうですね、子育て世代の方と関わりとすごく穏やかな印象があります。阿倍野区にはあべのハルカスやキューズモールもあり、その一方、阪堺電車が走っていて、閑静な住宅街もある。こんないろいろなものがバランスよく揃っている区は他にないんじゃないかと感じます。0〜14歳の人口も阿倍野区では微増しています。まさに子育てしやすいということだろうな

阿倍野区で暮らす子どもたちにとって育ってほしいと思いますか？

いろいろなことを体験して、いろんな人の話を聞いて、自分のものにして生きてほしいと思います。子どものころに体験したことは、イヤなことでもいざ自分の成長の糧になります。

子育て世代のみなさんには、「子育て環境が充実している阿倍野区で子育てしている」と思っているところを、本当に地域のつながり、横だけだけでなく、縦のつながりというの

本日は貴重なお時間をいただき、ありがとうございました！



▲ご自身も子育て中の青柳区長

### 取材を終えて

・子どもに関する政策にこれまで従事されていた方が区長に就任され、とても心強く、これからの阿倍野区にさらに期待したいと思いました。

・途中息子がウロウロしてしまいましたが、温かく見守っていただきやさしさにあふれた方だと思いました。子どもたちへの思いを聞き、これからも阿倍野区で子育てしていきたいという気持ちが強くなりました！



まち絵本ができるまでの過程も掲載していますぜひ見てください！

CAMPFIRE



▲まち絵本のクラウドファンディングページ 10月31日(木)23:59まで

## 絵本

# ままちっく を出版

## クラファンに初挑戦中！

各ひろばにまち絵本のサンプルあります！見に来てくださいね



▲終始にこやかにお話ししてくださいました



A. 朝の出発前の時間。洗濯乾燥が終われば洗濯物の片付けを。洗い物が溜まっていれば洗い物を。子どもがパジャマなら着替え保湿を。「できる時にできる人がやる」スタンスでいつも助けられています(2児のまーち)

Q.「これ助かってる！パパの子育てにまつわる仕事」





小さなお子さんの病院選びは、考えることが多いですよ。最近では、Webで予約や待ち状況がわかる病院も増えています。実際に、利用したからこそその情報を集めましたので、ぜひ今後の参考にしてみてください。



### 小児科・アレルギー科

**いのうえ小児科阪南クリニック** (阪南町4)  
お願いすれば親も一緒に診察してもらえます。子どもがノロにかかり、その後家族全員感染。大人だけ病院に行く余裕はなく、フラフラだったとき、子どもと一緒に診ていただけで本当に助かりました(ノロ助)

時間指定予約ができます。先生の説明がていねいで「この症状なので、このお薬出します」などわかりやすいです。先生も看護師の方々もやさしく、院内もおもちゃなどがあり子どもが退屈しないように工夫されています(シヨコラ)



### 宮崎医院

(東住吉区針中野3)  
完全予約制で待たなくていい。予約は電話です。先生はやさしく、質問するとていねいに教えてくれます。ベビーカーで待合室まで入れます(ささみ)

### ひつじBaby&Kids Clinic

(住吉区万代東2)  
待合スペースにある「チームラボの小人の住む黒板」が楽しすぎる。親子でハマって遊んでいます。これのおかげで、待ち時間が長いほうがうれしく感じます(笑)(ふじ)

ベビーカーでそのまま入れる。荷物を持つたり、ベビーカーを移動させたり、看護師さんが手伝ってくれます。予防接種などは日時予約制なのであまり待たなくてもよい。診察等もテキパキしている(ひこね)

### 歯科

#### いわい歯科医院

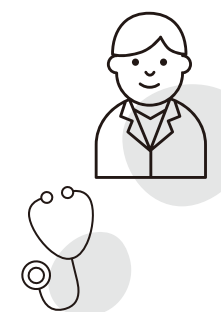
(松崎町4)  
先生も受付の方もやさしくて、処置もテキパキしている。院内も衛生的。予約制なので待たなくていい(こつ)

### おさんぽ子どもクリニック

(東住吉区田辺3)  
Web予約で、待ち時間が少なく、隔離部屋もあり安心、医師も親切。木曜日も空いていて、お盆休みも診察していた(akky)

### こどもクリニック森

(住吉区苅田3)  
子どもにはやさしい口調です。大人には少し厳しめですが、話もしっかり聞いてくれます(あまかん)



### 小児科

**愛和こどもクリニック** (松崎町2)  
アットホームで気になることは遠慮なく聞ける雰囲気。受診までにメールで症状などを送る。私も一緒に診てもらっている(mini)

### 佐々木歯科医院

(三明町1)  
赤ちゃん連れで行きました。子どもが泣いてしまいましたが、ベテランママの歯科助手さんが、抱っこしたり「かわいいね、かわいいね」と声をかけながらあやしてくださり、安心して治療を続行できました。また3歳児を連れて行ったときも、子どもがいやがらないように処置してくださいました。何よりもすぐくほめてくれます。治療のいすに座っただけで数人の歯科助手さんから拍手喝采されました(笑)。歯医者の方を通して「次はいつ歯医者行く?」と聞かれるほどになりました(松子)

先生も歯科衛生士さんもやさしく、子どもに慣れている感じがする。緊急性のあるもの以外は、無理矢理しない方針で徐々に慣れさせてくれる。予防歯科に力を入れている感じなので、小さいころから歯科検診を習慣にしたいと通わせている(mini)

**クローバー歯科矯正歯科 あべの天王寺院**  
(阿倍野筋1/あべのHOOP 4階)  
診療時間が遅くまでなので、保育園帰りに寄りやすい。土日も開院

**いわい歯科医院**  
IWAI DENTAL CLINIC

ママの診療時にはお子さまと一緒に！  
ベビーカーのまま、ママの横でお待ちいただくこともできますよ。  
キッズスペースやおむつ交換台も完備！

女性Dr.もお待ちしております  
お口のことから子育てのこと  
なんでもご相談ください

阿倍野区松崎町4-4-22 翡翠マンション102号 ☎06-6654-4182  
診療科目/歯科・小児歯科・歯科口腔外科・矯正歯科

**学ぶ土台を育む 探究型プログラム**

「ほめる」を学ぶワークショップ  
～学びの力を引き上げる!日々の関わりのコツ～

2024年10月22日(火) 10:30～ お問合せ

●体験会のお申込・お問合せ  
TEL: 06-6623-8115 平日13時～17時  
天王寺院: 阿倍野区阿倍野筋3-3-2 1階

夢中で学ぶ 新勉強法

RAKUTO 近未来を生き抜く、探究編を!

しているので受診しやすい。その診療形態なので大人向けかなと思っていたけれど受診してみると、子どもに慣れた様子で、とてもていねいに診察していただけた(ぼんれすむ)

**小児歯科ふじわら歯科** (東住吉区東田辺2)  
予約制で待ち時間は少ないし、ベビールームにテレビや絵本があり、待ち時間も退屈しない。先生は区の健診もしており、子どもの扱いに慣れている様子(akky)

**ユミキッズデンタルクリニック** (中央区東平2)  
3歳児健診で虫歯が見つかり大ショック。どこの歯医者でも、いやがって口を開けてくれず治療を断られ、ここを紹介されて受診。いやがらずに治療できました!歯医者に慣れるまで、歯磨き練習や歯医者さんが使う道具を実際にさわらせてもらいながら説明してくれたたり、本当に根気強く、やさしくていねいに接してくれます。自分も子どもの時にこんな歯医者さんに通いたかったなあ(旦那も歯医者嫌い)

A. 朝、仕事に出るまで遊んでてくれます。ときには散歩に行ったりお風呂で水遊びしたり。1時間でも邪魔されずに寝られるだけですがありがたいですし、その後子どもも寝てくれたりもするのでさらにありがたいです!(かずたむ)

A. 週末、子どもの上靴と制靴を洗った後普段よりていねいにお風呂掃除!ただただありがたい(きょう)



もしものときのための

緊急電話相談窓口/小児医療に関する緊急の場合の連絡先など

### 緊急電話相談窓口・インターネットの検索システム



#### 医療情報ネット(ナビイ)

診療科目や住所、医療機能などから医療機関の情報を検索することや、休日・夜間急病診療所などの情報をインターネットから検索することができます。

#### 救急安心センターおおさか

突然の病気やケガでどうしたらいいかわからない場合の救急医療相談や医療機関の案内を、看護師、相談員が医師の支援体制のもと対応してくれます。緊急性がある場合は救急車が出場することも。

24時間365日

固定電話・携帯電話 #7119  
ダイヤル回線・IP電話 06-6582-7119

#### 小児救急電話相談

休日・夜間の子どもの急病時にどのような対処したらよいか、病院を受診した方がよいかなど判断に迷ったときに、小児科医師・看護師に電話で相談できるものです。

19:00~翌朝8:00 365日

固定電話・携帯電話 #8000  
ダイヤル回線・IP電話 06-6765-3650

#### 大阪府救急医療情報センター

救急車を呼ぶほどではないが、適切な医療機関がわからない場合に。受診できる病院を教えてください。

24時間365日

06-6693-1199

#### 大阪中毒110番

薬品やタバコなどの誤飲、各種化学物質などによる急性中毒時の緊急対応など。

24時間365日

072-727-2499

冷蔵庫など見えるところにこのページを貼っておくのがおすすめです!



耳鼻科

きゆうない耳鼻咽喉科 (文の里2)

先生は、とてもやさしいですし、よく話を聞いてくれます。そのためとても人気で、いつも混んでいます(やたこ)

川崎耳鼻咽喉科 (西田辺町2)

ご年配の先生ですが、診察が的確。症状に合った薬を処方してくれて、治りが早かった。受付の方は小さい子にやさしく接してくれる。予約制ではないので、冬などの混み合う時期は、開院後すぐに受付することをおすすめします(ななび)

二村耳鼻咽喉科

ボイスクリニック (昭和町5)

0歳のころからお世話になってます。予約制なので、待ち時間は少なく、絵本コーナーもあります。すぐ隣に薬局があるので、お薬の受け取りもスムーズです!(くまむぎこ)

予約制で待ち時間が少ないのと、比較的予約が取りやすいです。子どもが待てる絵本のスペースもあり、待合も広めなのでゆったり待つことができます(ゆうママ)

はちかわ耳鼻咽喉科 (東住吉区東住吉2)

とっても親しげな少し年配の男性の医師が診てくださいます。当時2歳の息子にも、説明してから診察してくださり、息子は納得して診察を受けたためか、暴れることなく耳垢をとっていただきました。予約制ではなくキッズスペースもありませんが、たくさん絵本を置いているので息子と楽しく待つことができました(きょう)

ゆか耳鼻咽喉科 (東住吉区北田辺4)

以前あった耳鼻咽喉科から新しい先生が受け継がれて、今年の夏にリニューアルオープン。明るく清潔な印象です。一畳ほどのキッズスペースにはおもちゃや絵本、DVDが流されています。初診で行っても、そんなに待たずに診ていただけました。先生やスタッフの方は女性で、子ども2人連れても慣れた対応でした(ごっちゃん)

てらお耳鼻咽喉科 (住之江区粉浜1)

先生は、やさしくテキパキと診てくださいます。当日の順番予約制で、進み具合もWebで確認できるので、順番が来るまで、自宅待機できるのが助かります(S・F)



眼科

吉田眼科 (北畠1)

常に混んでいるが、結膜炎やめばちこなど、急性疾患は比較的早く診てもらえる。幼稚園入園後、ひんぱんに結膜炎になるが、そのたびにかけ込んでいます(目玉)



皮膚科

どい皮膚科クリニック (文の里2)

当日ネット予約で受診しました。とても混んでいて待ち時間もありませんでしたが、キッズスペースがあったのがありがたかったです。子どもの対応に慣れておられるのか、泣いて暴れる息子を女性の医師が淡々と診察してくださり、看護師さんも協力的で助かりました(きょう)



発熱・濃厚接触者外来 (コロナPCR・インフルエンザ 抗原定性検査)

大阪オンラインクリニック (阪南町5)

休日対応をされていて、とても便利



です。子どもにもやさしくてGoogleクチコミのよい評価が多いのがよくわかります(虹の架け橋)

日祝や年末年始、お盆など、他の医療機関が開いていないときにも開院されていることが多いです。なにより先生の説明がわかりやすく、検査結果通知が早いです。インターネットでの完全予約制で、完全キャンセルです。入室まで院外で待つ必要がありますが、基本的に時間通り案内されますし、前の人の診察が完了すると通知が配信されるのでとても便利です。予約枠一杯に1組だけ院内に入れることができるので子ども連れも安心して受診できます。入り口に段差がありますが、ベビーカーや車いすはスタッフさんが押して入れてくれることでもあります。小児への処方はありませんので検査のみしかありませんが、16歳以上については通常の医療機関と同様に症状に応じた処方箋が発行されます。PCR検査は唾液のみとHP上は案内がありますが、唾液が出せない小児については鼻経由での検体採取のこともあります(おなかぺこりん)

### 夜間・休日対応の診療所

#### 中野休日急病診療所

東住吉区中野2-1-20  
06-6705-1612

■内科 日曜・祝日・年末年始10:00~16:30  
■小児科 月~金曜(祝日・年末年始を除く)20:30~23:00  
日曜・祝日・年末年始10:00~16:30

#### 沢之町休日急病診療所

住吉区南住吉4-14-28  
06-4700-7771

■内科/小児科 日曜日・祝日・年末年始10:00~16:30

#### 大阪府歯科医師会付属歯科診療所

天王寺区堂ヶ芝1-3-27  
夜間:06-6774-2600 休日:06-6772-8886

■歯科 毎日21:00~翌朝3:00  
日曜・祝日・年末年始 9:30~16:00  
21:00~翌朝3:00

### 小児救急支援アプリ

近くの医療機関がアプリに表示され、ワンタッチで電話可能。地図も表示されます

アプリのダウンロード「小児救急支援」で検索

小児救急支援

検索

緊急性の判断から病院情報まで(大阪府全域)。Android、iPhoneに対応しています。



ちょっと聞いて~!

A. 毎日子どもをお風呂に入れて歯みがきや寝かしつけまでしてくれるのは本当に助かっています。パパが帰ってくると子どもがニコッと笑うのがとてもかわいいです。仕事も忙しいのにいつもありがとうございます(ささみ)

ちょっと聞いて~!

A. ほとんどお休みがない中で、早く帰宅できた日や余裕のある日に兄弟をそれぞれ別にお風呂に入れてくれるのは助かっています! 子どもたちもパパとお風呂に入ることが1日の中で楽しいイベントになっているようです(HSママ)



# 子どもへの声かけ



廣瀬 恵子さん

発達支援幼児教室「フォルテ・キッズ」・個別学習支援塾「フォルテ・アカデミー」(阿倍野区王子町)代表。長年療育事業所で心理士として勤務し、たくさんの子どもの成長に携わってきた経歴を持つ。2人の子どものママ。

子どものほめ方や叱り方、どうすればいいの?悩むことが多い子どもへの声かけについて、専門家の先生にお話を伺いました。



## Q1

「すごいね」「えらいね」など、ほめ方がワンパターンになりがち

## A1

何がすごいのかということをもっと具体的にほめたいかなと思います。たとえば自分がやっていることを言いききたときには、そういうものを作れたプロセスをほめる。「立派な大きい物が作れて、こんなすてきな物ができるなんてうれしいね」と。子どもはうれしい感情を共有したくて来ているので、感情に共感するのがいいですね。「あなたがうれしいから私もうれしい。お母さんもうすごい幸せだよ」みたいな感じで、できた物そのものをほめるというよりも、プロセスや気持ち、そしてそれを持ってきてくれたこと、自分に報告してくれたこともうれしいというのを伝えてあげると、すごい関係性ができます。

## Q2

偏食でパンしか食べない

## A2

心配になると思いますが、食べなくても大きく育っているなら大丈夫ですよ。子どもは口の中の感覚が過敏なので、私たちより味覚がシビアに感じられます。それが苦痛に感じる子には、あまり無理強いしてその食べ物を食べさせる必要はないのではないのでしょうか。メインの時間はパンでもいいですが、夜中にほしがるときはすごく悲しい顔で「パンないんだ。食べたいよね、おなか減ったよね、おにぎりだけならあるんだけどどうかな」みたいに言ってみるのはどうでしょう。パンはその子の手が届く場所には置かないでください。おにぎりを食べない場合は「置いておくから食べていいけど無理しなくていいよ」と言う。夜食は食べなくても死なないですから。伝え方が大切です。イライラは出さず「あなたのことが好きなお母さん」という女優になりましょう。

時間がかかるようであれば、ご飯は何時から何時までか言って、その時間帯は出して一緒に食べる。できれば食事中はウロウロさせないように、「もう一回立ったらおしまい」

## Q4

注意をしても同じ行動を繰り返してしまう

## A4

子どもが何か行動したときにまずはその行動を何のためにやっているのかを考えてあげてみましょう。一概にやったらいけない行動だからと叱ってしまうと、変な誤学習を生んだりします。また、いけないとわかってやったらのかうっかりさんだったのかというのをはちゃんと見てあげてほしいです。たとえばうっかりご飯をこぼしてしまったのなら、怒らず「落ちちゃって悲しいよね、一緒に拭こうね」と言ってどうやってリカバリーできるかを教えてあげましょう。失敗はその子に新しい手段を伝えるチャンス。その子が「自分はこのままでいいんだ」と思えるために、失敗したら笑顔で違う対策方法を伝え、励ますというのが私たちの仕事です。(次ページに続く)

なるけどいい?と予告の声をかけます。それでも立ってしまつたら「じゃあもうさまするね、片付けちゃうけどいいね」と確認をとって片付けるんです。そのあとで「おなかすいた」と言われても「もう全部捨てちゃった、ごめんね。次のご飯まで待ってね」と言って見せなくてあげてください。そうしたらちよつとずつ時間通りに食べるようになるかもしれません。

## Q3

発達段階に合った声かけをするには

## A3

1歳のうちはまだ能力開発中。やることは全部自分が生きているための運動です。基本的に叱ることはOでいいと思います。逆に子どもがやることを肯定してあげ、一緒に喜んであげる環境を作ってあげてください。基本まだ怒られても理解できないので、そもそも危ないところでひとりにはせず常に見てあげて、どうしても危ないことをしたら「だめ」ではなく「危ない」と短く言うようにします。3、4歳ぐらいになってくると、自分の中で人との関わりも増えるし、認めてもらいたいという気持ち

も増えてきます。できたことをほめるというよりも、「一生懸命がんばって楽しいね」とか、その子のしている行動や喜んでいいることに共感して、それを伝えてあげるのが大事だと思います。いけないことをするときには理由があります。その目的を親が把握していないと、エスカレートしてしまうこともあります。基本的にはだめなこと、危ないことは別の行動を提示して、その場から離します。また、「それをしてるのはお母さんは悲しい」ということだけ伝えるとよいのではないかと思えます。小学生くらいになったら「対等に人として見てやるよ」というのが相手に伝わるような声かけの仕方がおすすめです。「すごい尊重してる」「あなたの行動はあなたが責任取れるってわかっているから」というスタンスで。

声かけをしたら適切な行動が身につくかというのを考えていく仕事を「叱る」ということだと思ってもらえれば。

リニューアル OPEN! 産後ケア・ダイエット専門 整体nicona

無料託児付き! 昭和町駅 徒歩1分! nicona産後

住所: 阿倍野区昭和町1-9-17 アンフィニXIX 103号 TEL: 090-7485-3545 営業: 9:00~15:00 定休日: 木曜・日曜・祝日

**産後骨盤矯正** 対象産後1か月検診後~

- 産後の身体の不調
- 体重が減らない
- 体型が戻らない

初回限定・先着5名 1,000円

**親子ヨガ・ベビトレヨガ**

ベビトレ

- 脳トレーニング
- 体幹トレーニング
- 美姿勢
- ボディメイク
- セルフ骨盤調整

ママ

対象産後生後2か月~ 初回限定 500円

マイナス1歳から受け入れ 子ども専門の歯医者さん

FUJIWARA DENTAL CLINIC

- 子どもの矯正治療・予防矯正(専門医が担当)
- 子どものお口の機能の発達不全にも積極的に対処
- 子どもの予防歯科に重点をおいています

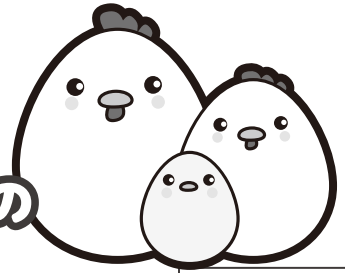
小児歯科 ふじわら歯科 FUJIWARA DENTAL CLINIC for CHILDREN

駐車場8台有 住所: 東住吉区 東田辺2-26-3 TEL: 06-6696-7244

院長 藤原成樹



# 新米パパの育休レポート



**レアチーズ** PROFILE  
 ママと娘5歳の3人家族。産後約7か月間育休を取得。パパ、ママともに30代で、ママは妊娠を期に退職。

入院中、毎日面会に行きました



## 育児休業取得に至るまで

出産前の段階では、育休を取得する予定はありませんでした。その理由はいくつかあります。まず、当時はまだ男性が育休を取得することは（特に弊社では）一般的ではなかった。次に、妻が私に「育休を取得しなくても大丈夫！」と言ってくれていた。そして、初めての子で私たち夫婦には子育ての経験がなかったけれど、まあ何とかなるだろうと

## はじめに

私は2019年5月から同年11月末まで育児休業を取得しました。娘が生後1か月半ごろから8か月ごろまでです。その中で私自身が感じたこと、体験したことを書いていきます。これから育児休業を取得しようとしている方や、取得を悩んでいる方への一助になれば幸いです。

ただし当時は新型コロナウイルスが流行する前でしたので、現在とは社会情勢が大きく異なっています。我が家での一事例として読んでいただければ、と思います。



抱っこで寝かしつけ

いう思い込みがあった。つまり、どこか子育てを甘く見ていたところがありました。ところが、実際の子育ては、みなさんご存知の通りそんなに甘いものではありませんでした。それでも産まれてから退院するまでは、些細なことでもすぐに病院のスタッフに聞くことができました。

しかし退院後は、正解がわからず夫婦二人で手探りの毎日でした。うちの娘はあまり寝ないでしょっちゅう泣いてました。なぜ泣いているのか分からず、夜中に二人でミルクを作ったり、オムツを替えたり抱っこして寝かしつけたり、眠気が襲う中で試行錯誤してました。あれこれしてやっと泣き止んだと思った途端にまた泣き出し、の繰り返しでした。娘は3月末に生まれ、この時期は外で桜の花が綺麗に咲いていました。我々夫婦はそれを愛する余裕もなく、暗中模索の日々でした。

## ママからひとこと

当時は本当に大変でしたが、男性の育休が一般的ではなく、復帰後の立場に悪影響があるのではないかと不安と申し訳なさでいっぱい、私の方があまり前向きではありませんでした（実際は復帰後に不利益な状況はありませんでした）。でも夫が家族のために決断してくれてとても嬉しかったし、心の底からほっとしました。今でも感謝しています。

初めてのことでなければ、誤がわからない上に夜も寝られず、それでも朝6時になったら出勤しないといけない。遅いときには夜の10時くらいに帰宅しており、それまで妻は一人で娘の世話や家事に追われ、それぞれ当時の生活に限界を感じていました。互いの親も忙しい合間を縫ってうちに来てくれましたが、もっと根本的なところから現状を立て直す必要はないかと思えました。そこで育休の取得を決意しました。

どうしても許せない行動だけはいきなり叱るとよいと思います。「それはお母さんは好きじゃないから／危険だからこうしてほしい」とちやんとする。それ以外の行動はほめてあげ、どうしてもというものだけ叱るようにすると、いい関係性ができて「こうした方がいいよ」という提案を聞いてもらいやすくなります。

人は自分がした行動によっていいものが得られるとその行動が増え嫌なことがあったら減っていきま。自分がした行動で結果が変わらなかつたら、その行動はなくなっていく。困った行動を減らしたかったら、なるべく注目しないでやめた瞬間／違う行動をとれた瞬間にほめる。違う行動がわからなそうであれば「こういう行動もあるよ」とまず提示してサポートしてあげて、だんだんいい方向に修正をかけていくとよいです。よくない行動には一旦反応しないで、やめた瞬間に「やめてくれてありがとう、うれしい」と言ってあげましょう。何もしていない（＝問題行動をしないでくれている）時もほめてあげてください。

先生が主宰する  
**フォルテ・キッズ**  
 の公式サイトはこちら



全文をWebで公開中!

## 5

思考力があれば出るほど、理解してもらえないのはもどかしいじゃないですか。どうしてもわからないのに適当にわかったふりをするのは傷つけてしまします。「一生懸命考えてることを伝えようとしてくれてるのがすごくうれしいよ、ありがとう」と言って待つ。それでも伝わらない場合でも、何度も聞き返したり謝るのではなく、話そうとしている行動はすごくうれしいしもっと言ってほしいと思ってるんだと伝えてあげて、伝えようとする努力をほめてあげてください。

## 5

子どもの言葉が聞き取れず、わからない

## 6

泣かせた側には怒る前に何がしたかったのかを聞いてあげてください。泣かせることが目的じゃない場合の方が多いと思うので、「次からこういう風にしたらどうかな」というやり方だったり、うまくいくという解決策を伝えてあげるとよいでしょう。そのあとに「(相手の子が)泣いちゃったよね」と伝え、「自分も泣いたら悲しいよね、今この子は泣いてるからごめんなさいしようか」と言ってあげてください。反省させることはまだできないので、とにかく子どものやりたかったことにフォーカスして、その解決策を伝えてあげて。泣いた子には「ちょっと離れて遊ぼうね」とみたいな感じでしょうか。けんかもチャンスと思っていい経験にしてあげてください。

## 6

子ども同士のけんかで、一方が泣いてしまった

## 「ほっ」とできる接骨院

少し頑張りすぎてませんか？  
 体と心の不調を取り除き  
 笑顔のお手伝いをさせていただきます

だいゆうどう鍼灸接骨院 06-6622-3735

骨盤・身体のゆがみ  
 美容鍼・育毛鍼・アロマ灸  
 夜泣き

Instagram X(旧Twitter)



子育て情報

# ままちっ

# 表紙イラスト

# 募集します!



「子育て情報ままちっ」の表紙イラストを担当してくださる方を募集します!  
あなたの描いたイラストがままちっの表紙になり、  
阿倍野・東住吉周辺に6000部が配布されます。  
絵を描くのが好きな方、お気軽にご応募お待ちしております!  
※応募多数の場合は選考となります。

任 期 2025年4月発行号～2026年1月発行号  
※場合により延長をお願いする可能性あり

締切  
12/20  
(金)

応募はメールから



info@codomoto.jp

子育てをテーマにしたオリジナルイラストを数点添付の上、件名「表紙イラスト」、本文に①氏名②住んでいる町名を明記しご応募ください。

## STAFF'S VOICE

「今が一番かわいいよ」とよく声をかけてもらい、わが子の今を目に焼き付けようと思う反面、自分自身の「今」も今この瞬間しかないと感じて通して強く感じるようになりました。弟の出産までは娘とよく行ったままちっは娘とば。娘がひろばでの写真を見返して、「こまた行きたい!」と話してくれました。また言葉が話せないときから自分の目で見て感じて記憶してるんだなと感動しました。今“見て感じることをお互いに尊重していきたいです”  
(まーち)

2025年初春に、ままちっ初の絵本を出版します!イラストの掲載許可をいただきイラストページが届くたびに、早く読んでいただきたい!という想いが募っています。今出版に向けてクラウドファンディングに初挑戦中です。出版までには、子どもたちのためにと本当にたくさんの方が関わってくださっています。みなさんに「まち絵本」が届きますように。そして「まち絵本」を読んで語っておでかけして、今しかないかけがえのない時間を楽しく過ごしていただけたらうれしいです  
(ととちゃん(こちゃん))

### 高畑先生に 聞きました



高畑産婦人科  
院長 高畑 暁先生

開業68年となる高畑産婦人科院長。6歳・2歳の子育て中で、徹底して妊婦さんに寄り添った丁寧な診療に取り組む。

Q まもなく2人目を出産します。上の子がもうすぐ2歳のため、産後、上の子も一緒に外出や私生活どれくらい動いていいの不安です...

個人的な意見ですので、参考までにお読みください。

通常の出産で何の問題もなく退院された場合、体と相談しながらできることをやっていたら大丈夫だと思います。共働き、核家族が進む中で産後は元気で寝ておきましようというのは不可能なケースが多いと思います。

外来でもいつから自転車に乗っていいかという質問をよく受けますが、痛くなければいつでもいいですよと説明することが多いです。抱っこひもや、チャイルドシートも新生児から使用できるものが出ており、それらをうまく活用すれば問題ないのではないかと思います。

感染という観点では、母親からもらった免疫により乳児は母親同等の免疫力をもっています。また、最近の話題としては、新しいワクチンもあります。RSウイルスという風邪の原因で有名なものに対して、妊娠28週以降の母親に接種することで免疫が胎児に移行し、生後半年程度までの赤ちゃんが免疫を得られるワクチンが承認・接種されはじめています。約3〜4万円の自己負担はかかりますが、36週以降で生まれた赤ちゃんにとつて生後6か月までにRSウイルスに感染した場合、重症化リスクが高いことからワクチンで重症化を防ぐことが期待されています。このワクチンは出産より2週間以上前に接種することが推奨されています。外出機会が多くなる可能性がある場合、そういった選択もあると思います。

新生児、幼児は気温、気流、湿度、輻射熱といった環境の変化に左右されやすい特徴があり熱中症、低温症に注意し、行動しただければと思います。

## 高畑産婦人科

大阪市東住吉区駒川1-7-3

Tel. 06-6719-0185

●北田辺駅徒歩2分 ●駐車場あり



	月	火	水	木	金	土
09:00 ～12:00	●	●	●	●	●	●
14:00 ～16:00	—	★	—	★	—	★
17:00 ～19:30	●	—	●	—	●	—

●院長(高畑 暁)診察

★産後【産後検診・1ヵ月健診】(土曜日は第2・4週のみ)  
小児科【予防接種・後期検診】

日曜日・祝日は休診です。

●編集・発行／一般社団法人codomotomamachichi

※本紙92号の発行は掲載されている企業や医院、お店などの協賛によって賄われています。  
今号のスポンサー／いわい歯科医院、高畑産婦人科、整体nicono、だいやうどう鍼灸接骨院、ふじわら歯科、RAKUTO天王寺校(敬称略)

●問い合わせ先／info@codomoto.jp

●次号発行日／2025年1月15日(予定)



ご感想をお寄せください

