母×笑顔＝幸せ子育て

母×笑顔＝幸せ子育て

無限の可能性を秘めて
すくすく育つ子どもたちは、
わたしたち、そしてまちの「宝物」。

そんな子どもたちが一番好きなもの。
それは、大好きな大好きなお母さんの笑顔。

毎日、家事に仕事に育児に奮闘するお母さん。
笑顔で子どもと向き合っていますか？
笑顔が消えてしまってはいませんか？

疲れ、ストレス、悩み、不安、孤立…。
子育て中のお母さんの肩には、
さまざまな問題がのしかかっています。

「私が頑張らないと…」
そう思って自分を追いこんではいませんか？

子育てに悩みはつきもの。
話すことで楽になる。
共感することで安心できる。

すべてのお母さんと
子どもたちの笑顔のために。

問い合わせ　静内子育て支援センター
☎42－0321
福祉課
☎43－2111

子育て→孤育て

便利になった現代。昔に比べ、子育ては楽になったかもしれません。

しかし、核家族化が進み、地域とのつながりが薄れていく中で、子育てが孤立化しているのが現実です。

ベネッセ次世代育成研究所の「妊娠出産子育て基本調査」によると、「子育ての悩みを相談できる人がいない」という母親は、27・6％と5年前の前回調査より、およそ5ポイント増加（表1）。「孤（こ）育て」とよばれる現状を裏付けました。

6万6807件 増え続ける児童虐待

全国の児童相談所が平成24（2012）年度に対応した児童虐待の件数は、6万6807件（速報値）で、過去最多を更新しました。平成2（1990）年度の集計開始以来、22年連続の増加で、初めて6万件を突破しました。

北海道室蘭児童相談所管轄区域（胆振・日高）においても、児童虐待相談件数は年々増加し、その数はおよそ10年間で3倍以上（表2）となっています。

お母さんの心の声

子育ての孤立化は、新ひだか町でも例外ではありません。

町静内子育て支援センターには、子育てに孤立を感じているお母さんから、さまざまな悩みが寄せられています。「毎日子どもと自宅で2人きり。1人でもんもんと過ごす日々。子どもと2人きりでいるのがつらい」。「夫は帰りが遅く、近くに知り合いもいない。まともに話したのは、スーパーの店員さんくらい。ストレスがたまる」。

今、何が必要か

子育てに悩みや不安はつきもの。特に初めての子どもの場合や、引っ越してきたばかりで、周りに知り合いがいない場合は、その悩みや不安を1人で抱えてしまいがちです。そして、1人で抱え込むと、子育てそのものがつらいものに変わってしまうこともあります。

新ひだか町に住むお母さんたちが笑顔で子育てするためには、何が必要なのでしょうか。わたしたちに何ができるのでしょうか。

【表1】母親の地域の中での子育てを通じた付き合いの有無

ベネッセ次世代育成研究所
第2回妊娠出産子育て基本調査　2011年

【表2】児童虐待相談の受理（通告）件数の推移

区分＼年度	16	17	18	19	20	21	22	23	24
新ひだか町	6	13	11	5	11	22	13	11	19
室蘭児童相談所管内（胆振・日高管内）	105	144	201	234	245	293	315	262	387

室蘭児童相談所調べ

母×笑顔＝幸せ子育て

ホッとできる！
お母さんが笑顔になる場所

「かわい〜。今いくつ？」
「はじめまして。７か月になったばかりなんですよ」
初めて会う人でも、子どもの話題で自然と会話がスタート！
静内子育て支援センターは、お母さんたちが自然と笑顔で会話ができる雰囲気があふれています。

子育て支援センターって？

子育て支援センターは0才から就学前のお子さんを持つ子育て家庭の方が、つどい、交流できる場です。子育てに関する相談を受けたり、おたよりの発行もしています。いつでも、どなたでも気軽に利用できる施設で、町内には４か所あります（場所等は６ページで紹介）。

静内子育て支援センター
センター長　中田　寿美子

一人で悩まず来てほしい ここはあなたの実家です

静内子育て支援センター（以下センター）は、親子で楽しく過ごせる子育て広場です。専門の保育士が子育ての相談に応じたり、育児や健康、料理などに関する講座やおもちゃの制作など、さまざまな事業を行っています。

そして、同年代の子どもを持つお母さん同士の情報交換、ふれあいの場であり、また、子ども同士が遊びの中で、社会性や協調性を養い成長できる場です。

最初の一歩を踏み出して

子育てを一人で抱え込み、悩むお母さんが増えていることが心配です。誰にも相談できずストレスを感じているお母さんがもしいたら、センターに来て下さい。

知らない場所に一人で行くことは、とっても勇気がいること。それでも、最初の一歩を踏み出しセンターに来たことで、忘れかけていた笑顔を取り戻したお母さんがたくさんいます。子育ての相談をできるママ友ができ、悩みや不安が解決できたお母さん。人と話すことでストレスが解消できたお母さん。

子育てに悩みはつきもの。一人で抱え込まないで、いつでも相談に来て下さい。

実家に立ち寄る気持ちで

自宅でお母さんは、家事などすることが山積み。しかし、センターでは、遊びに集中することができるため、子どもとじっくり向き合え、子どもも力いっぱい遊びきることができます。

ちょっと一息つきたいとき、ちょっとした会話で笑いたいとき、子どもと向き合いたいとき、いつでも気軽に来て下さい。ここはあなたの実家です。

広がる ママ友の輪

子育てに悩むお母さんにとって、その悩みを共有できるママ友の存在は大きな支えとなります。
静内子育て支援センターで出会ったお母さんたちに話を伺いました。

悩みやストレスが解消、子育てにゆとりができた

昨年３月、夫の転勤で旭川から引っ越してきました。知らない土地で、子どもと２人きりで過ごす毎日にストレスを感じながらも、唯一の話し相手の夫は毎日仕事から疲れて帰宅。育児の相談はできない…。
子育て支援センターの前を散歩して半年。玄関まで行ったけど、中に入る勇気が…。またいつものように散歩をしていたら、中田先生が「おいで！」と声をかけてくれました。それ以来、毎日通っています。
ママ友や先生たちとの会話は、ストレス発散！子育てのことはもちろん、たまには夫の不満も（笑）。
今ではストレスがなくなり、子育てや家庭生活にゆとりができました。

佐野理子さん（39歳）
大南くん（１歳７か月）

ママ友ができるか不安だった

妊娠６か月まで仕事をしていたので、自宅で話し相手がいない中での育児は、息詰まると思い子どもが３か月のころから、町内の子育て支援センターやベビーマッサージに通っています。
高齢出産のため、ママ友ができるか不安でしたが、いろいろな場所に行くうちに顔見知りが増え、ママ友もできました。
外に出ることで、お化粧をしたり、おしゃれをしたり、生活に張り合いも出ます。

檜森弘子さん（39歳）
百華ちゃん（８か月）

ママ友は一番の理解者

子育ての相談をできる友達がいなかったので、子どもが４か月のころから子育て支援センターに通っています。
初めて一人でセンターに来たときは、とっても勇気が必要でしたが、一度来てしまえば、もう平気！親子で息抜きができる場所です。
ママ友は子育ての共通の悩みも多く、一番の理解者で、一番の相談相手です。年上の子の話を聞くこともでき、子育ての参考になります。

菊地恵子さん（35歳）
和佳ちゃん（１歳１か月）

子どもの成長を実感

昨年３月、夫の転勤で新ひだか町に引っ越してきました。
自宅では子どもから目を離せず、自分の時間はまったくない…。ストレスを感じていたころ、乳幼児健診で中田先生に声をかけてもらい、子育て支援センターに通うことに。
センターではみんなやさしく、初めてママ友ができました。
人見知りをせず友達と遊べるようになった斗吾の姿を、客観的に見ることができ成長を実感しています。

澤川京さん（22歳）
斗吾くん（１歳９か月）

子どもにもいい刺激を受ける場所

今年４月、茨城から引っ越してきて、５月から子育て支援センターに通っています。
初めてでも、子どもの話題で自然と会話が弾み、いろいろな人と友達になれます。
勇起斗は人見知りが激しく、私から全然離れない子でしたが、センターに通ってから少しずつ離れて遊ぶようになりました。周りの子どもたちにいい刺激を受けながら、遊びの中で成長しているんだと思います。

又場里美さん（34歳）
勇起斗くん（１歳７か月）

親父の子育て

イクメン【育メン】
子育てを楽しみ、自分自身も成長する。または、将来そんな人生を送ろうと考えている男性。育児をするメンズ（男性）の略語。

お父さんの支えが必要

お母さんが笑顔で子育てするためには、パートナーであるお父さんのサポートは欠かせません。

かつては、親族や地域のみんなで子どもを見守り、育てていました。そうした関わりの中で、自然と子育て力を身につけていました。しかし今は「出産前に幼い子どもとふれあう経験がない」「相談相手が少ない」というお母さんが増えています。一番身近にいるお父さんの役割は、とても大きくなっています。

育児を楽しむイクメン

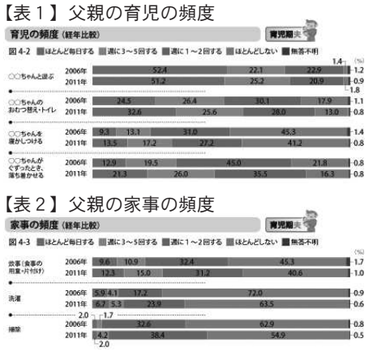
今子育てに積極的に参加するカッコいいパパ「イクメン」が増えています。

ベネッセ次世代育成研究所の「妊娠出産子育て基本調査」で、父親の育児の頻度を尋ねたところ、おむつ替えを「ほとんど毎日する」と答えた人は32・6％。「週に3～5日」（25・6％）と合わせて58・2％にのぼり、5年前の前回調査と比べ、7～8ポイント増えました（表1）。また、家事への参加も増加傾向にあることが分かりました（表2）。

イクメンは家族を笑顔に

イクメンが多くなれば、妻である女性の生き方が、子どもたちの可能性が、家族のあり方が大きく変わっていくはずです。今子育て中のお父さん、あなたの力が家族を笑顔にします。

【表1】父親の育児の頻度



【表2】父親の家事の頻度

（表1・表2）資料：ベネッセ教育総合研究所「第2回妊娠出産子育て基本調査」（2011年）

育てる男が、家族を変える。社会が動く。
MEN イクメンプロジェクト

国では、社会全体で、男性がもっと積極的に育児に関わることができる一大ムーブメントを巻き起こそうと2010年6月に「イクメンプロジェクト」を発足させました

厚生労働省では「イクメン宣言」する男性を募集しています（http://ikumen-project.jp/index.html）

妻に感謝。子育てを楽しみたい。

金田沢樹さん（31歳）・**遼**くん（1歳3か月）

子どもが夜眠る時間は仕事で会えないので、昼食と夕食の時間は必ず家族で過ごします。子どもと一緒にいるときは「いっぱい笑って楽しく過ごす」がモットーです。
妻は出産して間もないころ、子どもの夜泣きや育児にストレスを感じていました。また、近くに知り合いがいなかったため、なるべく会話をするよう心がけていました。毎日、家事や育児に大変な妻。これからも感謝しながら、一緒に子育てを楽しみたいです。

ママの笑顔をつくる　イクメンパパ

自然とのふれあい、外での遊びを大切に。

中村晃さん（33歳）・**帝臣**くん（1歳10か月）

僕自身サッカーなどスポーツが大好きなこともあり、休みの日は、家族みんなで外で遊んでいます。太陽の光を浴びながら、自然の中で遊ぶ楽しさを教えていきたいです。
毎日子どもと2人きりで過ごし、家事や育児をしている妻は大変。家事も育児も父親の手伝いは欠かせません。おむつ替えや掃除、洗濯など積極的に手伝うよう心がけています。
子どもの笑顔が一番のエネルギーです。

さぁ、出かけよう！ 子育て支援センター

町内にある4つの子育て支援センターは、地域に開かれた親と子どもの遊び場です。親や子ども同士のふれあいはもちろん、子育ての相談も受け付けています。自由に子どもを遊ばせたい、ちょっとした相談にのってもらいたい、そんなときは気軽に足を運んで下さい！

※子育て支援センターで行っている事業や詳細については、各子育て支援センターにお問い合わせ下さい。

静内子育て支援センター

静内緑町3丁目6番20号（静内保育所内）　☎42-0321

■しずないらんど
毎週　月・金曜日
対象　0歳～就学前
時間　9時30分～12時00分
　　13時00分～16時00分

■ぴよぴよらんど
毎週　火・木曜日
対象　0歳～1歳6か月
時間　9時30分～12時00分
　　13時00分～16時00分

■サークル活動
仲間でサークル活動を行うための場所を提供します
毎週　水曜日
時間　9時30分～12時00分　13時00分～16時00分
（※事前連絡が必要です）

■育児相談
月～金曜日　9時30分～16時00分

このほか、子育て情報を提供する「支援センターだより」の発行や子育て講座（子育てについての講演や健康、料理、救急など趣味に関する講座）、サークル活動の支援など行っています。

マーガレット保育園子育て支援センター

静内御幸町6丁目2番26号　☎42-0737

■開放
毎週　月・木曜日
　　第1・第2火曜日
対象　0歳～就学前
時間　9時30分～11時30分

■なかよしグループ
サークル活動やお友達との集まりに、場所や遊びを提供します
毎週　水曜日
時間　9時30分～11時30分
（※事前予約が必要です）

■育児相談
月～金曜日　10時00分～16時00分

■ヨチヨチコース
毎月　第3火曜日
対象　満1歳
時間　9時30分～11時30分

■てくてくコース
毎月　第4火曜日
対象　満2歳
時間　9時30分～11時30分

■ハイハイコース
毎月　第5火曜日
対象　満0歳
時間　9時30分～11時30分

このほか、一時預かりや母親講座、絵本の貸し出しなども行っています。

青葉保育園子育て支援センター

三石本町283番地の2　☎33-2133

■すくすくルーム
毎週　月・水・金曜日
時間　9時30分～11時00分
　　14時30分～15時30分

■お誕生会
毎月　第2金曜日
（※誕生月以外のお子さんも参加できます）

■保育園開放
毎月　第2・第4土曜日
時間　9時30分～10時30分
（※行事等により開放していないときもあります）

■身体測定
毎月　第4土曜日

■育児相談
月～金曜日　9時30分～16時30分

本桐保育所子育て支援センター

三石本桐224番地の5　☎34-2351

■喫茶サロン「桐っ子」
お茶を飲みながら、ゆっくりお話できるママさん同士の情報交換の場です
毎月　第3金曜日

■保育所「お遊戯室」開放
毎週　水曜日
時間　9時30分～11時00分
（※行事等により開放していないときもあります）

■子育て相談
月～金曜日　9時30分～16時00分

ほかにはこんな遊び場も

手遊びや絵本の読み聞かせ、体操などを行います。専門スタッフが療育・育児相談にも応じます。
【問合せ】静内子育て支援センター ☎42-0321

■ぷれいらんど
場所　こうせい児童館
時間　10時00分～11時30分（月2回・変更あり）
対象　1歳6か月～就学前

■みにぷれいらんど
場所　ピュアプラザ
時間　10時30分～11時30分（月1回）
対象　1か月～1歳6か月

地域で子育て

増え続ける児童虐待のニュース。あなたの気づきが、地域の子どもを守ります。

子ども虐待防止
オレンジリボン運動

親や同居人による子どもへの虐待（児童虐待）が深刻な問題になっています。

子育てをしていると、誰でも時にはいら立ち、ストレスを抱えてしまいます。それが虐待へと発展してしまうケースもあります。

新ひだか町では、子育てをするうえで、さまざまな問題を抱える親などの支援や、児童虐待の未然防止、早期発見・早期解決を図るため「子育て支援会議（要保護児童対策地域協議会）」を設置しています。地域の関係機関と連携し、情報を共有しながら、子どもたちが家庭で、地域で、安全で安心して暮らすことができるよう児童虐待防止に取り組んでいます。

しかし、虐待を未然に防ぐためには、行政の対応だけではなく、子育て中の親はもちろん、身近な地域の皆さんの見守りや協力が欠かせません。

児童虐待の４つの種類

■ネグレクト
食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、家に閉じ込める、重い病気になっても病院に連れて行かない　など

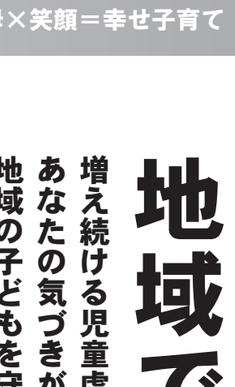
■心理的虐待
言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう　など

■身体的虐待
殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる（*）、やけどを負わせる、溺れさせる、首を絞める　など

■性的虐待
子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性器を触る又は触らせる、ポルノグラフィの被写体にする　など

（*）乳幼児揺さぶられ症候群
赤ちゃんが泣きやまないと、イライラしてしまうことは誰にでも起こりえます。しかし、泣きやまないからといって、激しく揺さぶらないで下さい。赤ちゃんや小さな子どもが激しく揺さぶられると、脳や視神経などが損傷し、失明などの重大な障がいが残ったり、死亡したりするケースもあります。

地域の子どもは地域で守る。子どもたちの成長を見守ることは、わたしたち大人、社会全体の責任。



神田紳一（しんいち）さん（66歳 東静内）
道及び町青少年育成運動推進指導員、町子ども会育成連絡協議会監事を務め巡回パトロールなどを通し、地域の子どもたちが安心して暮らすことができるよう活動している

子どもが中学を卒業するまで、自治会の子ども会部長を長く務めてきました。今からもう20年以上前になりますね。その当時は、ソフトボールや百人一首、ラジオ体操、クリーン作戦など、地域の子どもたちとの交流活動が活発でした。

他人（ひと）の子も自分の子も同じ。悪いことは注意する、いいことは褒める。当時は、地域全体で子どもを育てていました。

今は少子化で、以前のように「おじさーん」と声をかけられることも少なくなってしまいました。

しかし、子どもの数は減ったとしても、人間同士のふれあいや子どもたちの健やかな成長を願う気持ちは、いつの時代も変わりません。

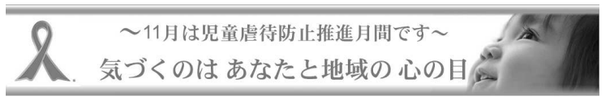
子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化する中、子どもたちを良く理解し、支え、育（はぐく）んでいくことは、家庭や学校、地域社会全体の責務です。

少子高齢化とともに核家族化が進み、異世代との交流が減少している中、子どもたちが地域の大人とふれあうことは、とても大切なことだと思います。

子どもたちの健やかな成長を見守ることは、わたしたち大人の責任。わたしたち大人から、子どもたちにもっと気軽に声をかけてみませんか。地域の子どもは地域で守り育てましょう。

子育てのこと、一人で悩んでいませんか？
虐待かも、と思ったことはありませんか？
すぐに相談して下さい。

虐待の通報は、法律により国民の義務と定められています。
通報は匿名でも構いません。通報した人の秘密は守られます。



◎相談窓口

子育てに関すること

●静内子育て支援センター	☎42-0321
●静内保健福祉センター	☎42-1287
●三石保健センター	☎33-2233

児童虐待に関すること

●新ひだか町役場福祉課	☎43-2111
●北海道室蘭児童相談所	☎0143-44-4152

子どもたちは、わたしたちの希望であり、未来です。
子どもたちを育てることは、未来を創ることでもあります。

子どもたちの健やかな成長に必要なもの。
子どもたちが一番好きなもの。
それはお母さんの笑顔。

新ひだか町に住むお母さんたちが
笑顔で子育てできるよう、
地域全体で「子育て」に取り組みましょう。

すべてのお母さんと子どもたちが、
笑顔で、幸せに暮らせる
新ひだか町を目指して。

特集　母×笑顔＝幸せ子育て　完