

かるがもくらぶ



第57号

令和2年9月発行

まだまだ利用が少ないと言われる男性の育児休暇取得

そんな中、夫が育児休暇を利用されたご夫婦にお話をうかがいました。



おねがい会員 植田様

☆育児休暇はどのくらいの期間、取得されましたか？

2020年5月1日～7月31日までの3ヶ月間。(2020年5月1日退院)

☆自分が育児休暇をとると申請した時の職場の反応はどうでしたか？

男性の育児休暇について積極的な取得が奨励されている職場でしたので、快く送り出してくれました。できるだけ周りの人への負担を減らすため、育休に入る前に7月までに想定できる仕事を終わらせて育休に入りました。

☆1日の過ごし方はどのようにされておりましたか？

退院から2週間検診までは、授乳等基本は2人で対応。(妻が授乳中に、追加のミルクを私が作る等。)夜間はできるだけ睡眠時間を確保する為、大人1人+子どもで1部屋、大人1人1部屋で就寝を2日交替で行い、質の良い睡眠を取れるよう心掛けました。2週間健診後は、夜中の授乳は1人で対応(1日交替)するようにしました。1ヶ月健診後、暑くない日は、朝と夕方に15分程度のお散歩をしました。

☆初めての育児はどうですか？

赤ちゃんの抱き方、おむつ替え、沐浴等、今まで経験した事がないことばかりだったので、2週間健診まではとにかく無我夢中でした。夜寝る際も、ちゃんと寝ているだろうか不安になり、ぶつ切り睡眠で寝不足もありました。

育休を取得させてもらい、100パーセントの力を我が子に注ぐことが出来たので、日々のわずかな成長でさえとても嬉しかったです。少しずつ成長していく姿を傍で感じる事ができ貴重な時間であると改めて感じました。ただ、育児はこれからも続いていくので嬉しいことだけでなく、大変な事、辛い事も全て思い出になるよう、今後も楽しくやっていきたいです。

☆子育てに関わった事で母親(女性)に対して意識が変わった点がありますか？

特段ありません。ただ、育児で母親にできて父親には出来ない事はほとんどないと言う事を実感しました。育児は母親が主体とするものではなく、話し合いながら、その家庭にあった形で行うことが大事であると思います。

☆仕事復帰された後の生活はどうですか？

育休中と特段変わりはありませんが、日中は基本妻に任せることになるので、できるだけ仕事を早く片付けて、少しでも妻の体力回復を行えるよう心掛けています。具体的には、子どもをあやしている間に妻にゆっくり食事をとってもらったり、お風呂に入ってもらったりしています。夜間の授乳が1:00～3:00くらいに1回あるので、その時間までは寝室で休んでもらい、子どもが起きたら交替しています。

☆奥様に質問です。ご主人の育児の様子を見て感じたことを教えてください。

何でも主体性をもって取り組む姿を見ていると、育休というものを一過性のイベントではなく、子どもがいる生活に慣れていくプレ期間と捉えているように感じました。夫もそうですが私自身もわからない事ばかりなので、私からの指示を待ったり判断する役を避ける姿勢ではない事がとてもありがたかったです。これから離乳食やイヤイヤ期など色々な局面があると思いますが、その都度話し合って私達なりの育児ができるのではないかと考えています。



2020年度 活動実績

2020年
8月31日現在

会員数

おねがい会員	631人
まかせて会員	253人
両方会員	59人
会員総数	943人

5月はコロナの影響で
習い事が中止になりました。

月別活動件数

令和2年 4月	75件
5月	56件
6月	96件
7月	110件
8月	86件
合計	423件

主な活動内容 ベスト5

活動内容	回数
保育所・幼稚園への送り	121回
保育所・幼稚園への迎え	122回
保護者等の外出時の援助	67回
子どもの習い事等の場合の援助	39回
産前産後支援	35回

活動報告書より

まかせて会員宅にて一時預かりの様子 (1歳の男の子)

ママと離れるときは泣いていましたが、すぐに気を取り直してトミカで遊んでいました。おしっこをしたようだったので14:30おむつ替え。機嫌がよくなかったので15:00持参してくれたクッキーをおやつに食べました。うちの子供達と追いかけていたりして楽しそうでした。水槽のエビや魚に興味があるようでした。

まかせて会員さんの
子どもさんも一緒に
遊んでくれて
ありがとうございました。

おねがい会員宅～幼稚園の送りと 迎えの様子 (3歳の男の子)

(送り)今日は泣かないで「行ってきます!」が出来ました。「〇〇さん」と呼んでくれ、園のお友達の話をしてくれました。
(迎え)帰りは園の2階で遊んでいたようで上から降りてきました。Aくんの帽子が見つからず先生方が探して下さっていましたが、Aくんは靴を履き替えるのに夢中で…
先生にさよならした後は手をつないできて「かえる」と言い歩きはじめました。少し手がポカポカしていましたが大丈夫でしたか?車の中で眠そうにしていました。

いつも安全に
送迎していただいて
ありがとうございます。

中総合会館託児ルームにて2人のまかせて 会員で双子の一時預かりの様子 (10ヶ月の女の子)

(Sちゃん)おもちゃのコップを手に持ってコンコン「上手だね」と言うのにつっこり笑って色々な物をコンコン! しばらくするとお口になめなめ、目が合うと笑ってくれました。木の小さな自動車を次々に乗せると、落ちてくるのを一生懸命拾っていました。泣かないで遊べました。また会いましょう。
(Mちゃん)ウンコはうまく替えましたが、その後から泣き出しました。外へ行きたがる。
ぬいぐるみなど遊ばず、木の小さい自動車がカタカタと動いて下まで走る、又上から乗せるとカタカタとジグザグに下りて行くのをじっと見ていました。するとそのうちに抱っこのまま寝てしまいました。ベッドにうまく着地しましたzzz…

お母さんの希望で
2人のまかせて会員さんに
お願いしました。
たくさん遊んでもらって
良かったね!

まかせて会員宅にて送迎付きの一時預かりの様子 (2ヶ月の男の子)

小学生達にあやしてもらいご機嫌。一人一人の顔をよく見つめている。良く笑ってくれる。ピアノやたて笛の音色に耳を澄ます様子。おむつ交換。抱っこで遊んでいたならそのまま眠る(40分ほど)。しばらく抱っこで歩いていると機嫌が悪くなってくる。ミルク130cc飲みきる。そのまま眠る(3時間ほど)。おきる。おむつ交換。ご機嫌でたくさん声を出してくれる。

夏休み中でまかせて
会員さんの子どもや
遊びに来ていたお友達も
2ヶ月の赤ちゃんに
興味津々だったそうです。

会員募集中

中総合会館5階で受け付けています。来館できない方はご連絡いただいたら訪問させていただきます。



おねがい会員って!?

- 美容院や買い物に行く時、子どもを預かってほしい。
- 保育園・幼稚園・放課後児童クラブ・習い事等への送り迎えにいてほしい。
- 保育園・幼稚園・放課後児童クラブ・小学校等から帰宅後に少しの間預かってほしい。
- 上の子の授業参観の時、下の子を預かってほしい。

こんな時にご利用できます。

まかせて会員って!?

- 空いている時間があれば預かります。
- 自分の子どもが園・小学校等に行っている間は手が空いているので預かります。
- 子どもが好き!子育ての経験を生かしたい!!
- 送迎だけならできますよ。

安心しておまかせください。

まいづるファミリー・サポート・センター

〒625-0087 舞鶴市宇余部下1167番地
中総合会館5F

TEL・FAX 0773-64-7522



コロナ禍
の

冬にむけて



子どもの感染症対策

新型コロナウイルス感染症が心配されるなか、冬になると季節性インフルエンザなどの流行も気がかりです。さまざまな感染症から子どもたちを守るため、ご家庭でできる感染症対策を確認しておきましょう！

《感染症対策》

体調チェック 毎日、発熱や風邪症状の有無を確認しましょう。



手洗い せっけんをしっかりと泡立てて20秒ほどかけて洗うことが効果的。



〈手洗いのタイミング〉

- 外から帰った時
- ごはんの前
- 咳やくしゃみをした時、鼻をかんだ時
- トイレのあと
- 共有するものを触った時



マスク着用と咳エチケット 外出する時はマスクを着用しましょう。

※5歳以下の子どもや着用を嫌がる子どもには逆効果な場合も。2歳以下の子どもは窒息の危険性があるため着用は推奨されていません。

咳やくしゃみをする時はマスクやティッシュで口と鼻をおさえましょう。



今冬のインフルエンザの予防接種は高齢者と小さなお子さんを優先に、必要な回数を！

今冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時に流行することを避けるため、インフルエンザの予防接種が大切です。

重症化リスクの高い高齢者に次いで、生後6か月から小学2年生の子どもや妊婦の接種が優先されますので、小さいお子さんは10月後半から接種を開始できるように計画しましょう。

《インフルエンザ予防接種》

いつから 生後6か月から

回数 13歳未満は2~4週の間隔をあけて2回接種 ※4週の間隔がより効果的

13歳以上は1回接種 ※2回接種と同等の効果があると言われており、医師が必要と判断した場合以外は1回接種が原則

接種が望ましい時期 予防接種の効果は接種後2週から5か月程度と言われていています。インフルエンザの流行時期は例年12月末から翌年3月頃ですので、12月中中旬までに接種を終了しましょう。



定期的な予防接種は遅らせないで！

予防接種で防ぐことができる病気には命に関わる重篤なものもあります。感染症を気にするあまり過度に受診を控えるなどして予防接種を遅らせることがないようにしましょう。

**十分な睡眠、バランスの取れた食事、適度な運動も心がけて、
感染症から子どもたちを守りましょう！**

まかせて会員・両方会員

日時 令和2年6月18日(木)

10:00~15:00

場所 舞鶴市中総合会館 3階

スキルアップ講習会の報告

令和2年4月より、「産前・産後支援事業」を開始しました。おねがい会員さんや赤ちゃんに寄り添ったサポートができるよう、京都府の産前産後訪問支援員養成講座を修了した会員さんを対象にスキルアップ講習会を開催しました。

内容

- ① 衛生管理と沐浴の実習(保健師)
- ② 産後の栄養と食事作りについて
離乳食の最新知識(栄養士)
- ③ 産前産後支援事業の概要(ファミサポアドバイザー)
- ④ やわらか抱っこ・抱っこひもの研修と実習
(子育てひろばひまわり 谷口英子さん)



手作りおもちゃ

“空飛ぶ金魚”

高く放り上げるとスイーツと気持ちよく空をすべって飛んでくれる、かわいい金魚です。(公立保育所・保育士)

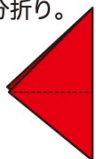
用意するもの ① 折り紙(15cm角) ② セロファンテープ ③ クレヨン

作り方

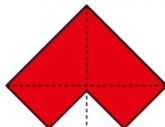
① 三角に半分折りします。



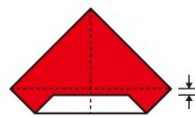
② 一度開いて、縦に半分折り。



③ 開いてから中心に合わせて折ります。

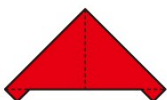


④ 下の直線を中心線に合わせて半分に折りあげます。

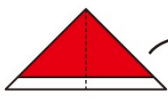


横の中心線から5mmくらいすき間を作って折るときれいに折りあげられる。

⑤ さらに半分に折りあげます。



⑥ 最後にもう一回折りあげます。



⑦ 裏返して折り紙の色側を出し、目やうるこをクレヨンで描きます。



⑧ 両手の指で白側に反り返させます。



⑨ 筒状にして、セロファンテープでとめます。



遊び方

セロファンテープでとめたところを、親指と人差し指でつまんで投げます。☆空に向かって投げ上げると、ゆっくり飛んで降りてきますよ。



<わんポイント!> すべり台や小山の上など、高い所から投げると気分は爽快。友だちと交換したり、一度に投げ上げたりして遊ぶことも楽しいようです。また、紙の大きさを変えて飛び方の違いを確かめるのも、ちょっと科学的でおもしろいですよ。

予告

まかせて・両方会員交流会

クリスマス交流会 12月19日(土)午前中の予定です。



11月11日(水) 10:00~を予定しています。詳しくは郵送にてお知らせします。

今年は福知山から京都府立工業高等学校吹奏楽部 Manbou Jazz Band の皆さんの演奏を予定しています。お知らせは11月頃にご案内を郵送いたします。 ※コロナウイルスの感染拡大の状況によっては中止の可能性もあります。

編集後記

皆様、暑い中お元気にお過ごしでしょうか?今年の夏はコロナウィルスの感染拡大の影響によりイベントも無くなってしまい、物足りない夏になりました。子ども

達にとっては3週間という短い夏休みから、2学期が始まりました。そんな中、元気に登下校する小学生の姿や、部活動を頑張っている中高生、公園で遊んでいる子ども達をみかけると何だかほっとしますね。まだまだ油断はできませんが予防対策をしっかりとしながら頑張っていきましょう。(アドバイザー一同)