

子育てを楽しんでいますか

健康管理課 保健師 中山喜美子

け、また、子どもの発達や発育面での育てにくさなど、現代の子育てをめぐる環境にはストレスの要因がいっぱいあります。子育てで受けるストレスが多いと、育児の困難が増し、虐待につながることもあります。

健診や相談では、子育てへの不安や不満として、こんな声を聞くことがあります。

- ・理由もわからずよく泣いたり、夜泣きや寝ぐずりをする。
- ・ミルクを飲まない。
- ・食事を食べない。
- ・言うことを聞かず反抗する。
- ・家事が思うようにできない。
- ・自分の時間が持てない。
- ・夫が育児に協力してくれない。

これらの不安や不満が「育児がつらく、子どもがかわいく思えない」、「投げ出したくなる」といった気持ちにさせ「きつい言葉でしかってしまつ」、「ついイライラとして思わずたた



いてしまつ」などの行動になる場合もあるようです。

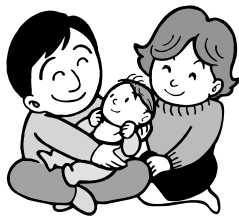
不安と喜びの間で揺れる子育て

しかし、このように育児について不安や不満を持つ保護者でも、子どもの寝顔を見ているとかわいいと思えたり、子どもの成長を実感するときや接している子どもが笑い返してくれるときには幸せだと思えたりと、子育ての喜びを感じることもあります。

何の不安も心配もなく、万事順調な子育てをしている保護者がいるでしょうか。皆さん、多かれ少なかれ不安と喜びの間で揺れながら子育てをしているのです。

ひとりで悩まず、相談してみましよう

「どうしても育児がつらい」、「イライラしてたいてしまつ」、「子どもをかわいく思えない」など、気持ちが落ち込んだときには、ひとりで抱え込んだり悩んだりしないで、専門家に相談してアドバイスを



を受けるようにしましょう。きつと解決の糸口が見つかり、気持ちが楽になりますよ。相談・問い合わせ先

子育てホットライン ☎260192番 月～金曜日（祝日は除く）の午前9時～正午

健康管理課（平田町・福祉保健センター1階） ☎2400816番 FAX 245870

月～金曜日（祝日は除く）の午前8時30分～午後5時15分

児童家庭課（平田町・福祉保健センター2階） ☎239590番 FAX 261768

月～金曜日（祝日は除く）の午前8時30分～午後5時15分
彦根子ども家庭相談センター ☎243741番 月～金曜日（祝日は除く）の午前8時30分～午後5時15分

▼来月のテーマは「禁煙について」

こんなはずではなかった子育て

少子化や核家族化の進行、地域社会の連帯意識の希薄化や育児責任の母親への押しつ

たことがあります。家事、育児が思うとおりにいかない、相談する相手もない、一日中子どもと向き合い、ついイライラとして思わず手を上げてしまつ。「私って虐待してる」、「そんな自分に嫌悪感を覚えて落ち込んでしまつ」といった言葉を、乳幼児健診で保護者から聞くことがあります。

「子育てを楽しんでいますか」という言葉をよく目にしたり耳にしたりします。新聞やテレビで大々的に取り上げられることも多いようです。