

子育ては1人で悩まず相談を

子育て中に一度も悩むことがなかったという人はいないはず。みんな悩みなから子育てをしています。現代の子育ての悩みとはどんなことでしょうか。

子育ての悩みについて、前回の調査結果（15年）と今回の調査結果（21年）を比較してみました。

前回より増えている悩みは、小学生の親、就学前児の親ともに

- ・食事や栄養に関すること
- ・子どもを叱りすぎているような気がする
- ・子どもとの時間を十分に取れないこと

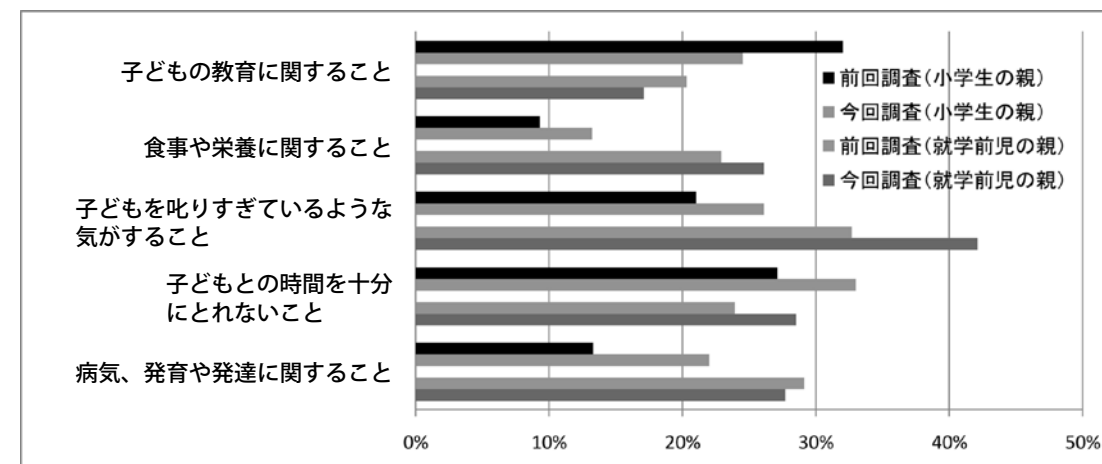
となつています。

核家族が進む中、共働きのお母さんはいつも忙しく過ごしています。疲れていると感情的になつてしまいがちです。

急いであれもこれもと考えずに、一呼吸おいて

子育ての悩みについての調査

（次世代育成支援に関するニーズ調査結果より）



気持ち落ち着け、「明日できることは明日に」

と、ニコッと笑ってみてはいかがでしょう。

たとえばこんなイライラ解消法

＊子どもの入浴はお父さんに任せ、ゆつくり一人で一番風呂に入る。

＊おかあさんといっしょの歌を、思いっきり歌う。

＊子どもが眠ったあと、読書や手芸など自分の好きなことをする。

どんな時にゆつたりとした気持ちになれるか、自分なりのイライラ解消法を考えてみましょう。

子育てママさんによる一時保育

保護者の通院、冠婚葬祭への出席、急な外出、買い物に出かけたい時やリフレッシュしたい時など、理由は問いません。時間単位で乳幼児や児童を預かってくれます。

▼宇月春見（四ツ谷）
☎（62）4159

一時預かり・病児預かり
▼塩谷寿枝（本町）
☎（62）3625

一時預かり・病児預かり・夜間預かり（22時まで）
▼鈴木サチ子（木地小屋）
☎（64）2861

一時預かり
▼渡部正子、佐藤亜紀（川桁）☎（66）2410

平日保育、一時預かり
＊期間や料金については、相談に応じます。お気軽にご相談ください。

一人で悩まずに相談しましょう

子供の成長、育児や食事などに関する心配ごと、子育てや子どもの思春期に関する悩みなど、一人で悩まないで安心して相談してください。

▼問い合わせ先
保健福祉課
健康づくり業務
☎（62）2115

※広報と一緒に配布された22年度乳幼児健診・予防接種・健康相談日程表は、なくさず目立つ場所に掲示しましょう。



撮影の日に1歳の誕生日を迎えた千尋ちゃん。健やかな成長を願って飾られたひな人形の前で、お母さんとポーズ

姉の帆乃花ちゃん、兄の拓海くんも妹がかわいくて仕方がないといった様子で一緒に遊んでいるそうです。「三人とも仲良く、伸び伸びと育てほしい」パパとママは子どもたちについてそう話しています。

安部 千尋 ちゃん

平成21年2月生まれ
～山潟 誠さん・寿美さん夫婦の次女

誰かが来たー。
ハイハイで玄関先までやって来て出迎えてくれた千尋ちゃん。

パパとママが仕事の間、祖父の政一さん、祖母の洋子さんと手押し車で歩く練習をするのが日課です。

歌が好きな政一さんが童謡を歌い聞かせると、千尋ちゃんも歌い出すようになりました。

ごはんは大好き、イチゴやバナナはもつと好き。「3人の中で一番食欲があるかも」とママの寿美さんは話します。

「最近では家に帰って来て「千尋」って声をかけるとプイッとそっぽを向くんです。そして笑っています。いたずらを覚えて、ちゃめっ気たっぷりなんです」そう言っていてママはうれしそうに笑いました。

※「笑顔でこんにちは」に掲載希望の人は広報担当まで申し出てください。
☎（62）2111

サークル紹介

Circle introduction

「気長に気楽に太極拳を楽しむ」をモットーに、13年1月から活動を始めた猪苗代太極拳クラブ。今年で10年目を迎えました。

活動場所の「いっしな郷の蔵」に着くと、自強術や気功などの健康法を取り入れた準備運動の真っ最中。おなかの中から大きな声を出している皆さんの表情はハツラツとしています。

「教室に来た時は体が重くても、帰るころには体が軽くなっているんです」と会員の皆さんは笑う。

約40人の会員が鈴木玲子先生、吉原きのえ先生の指導の下、週2日程度活動しています。

※このコーナーでは、活動をPRしたい団体を募集します。毎月一団体ずつ紹介していきますので、希望する団体は総務課秘書広報業務まで問い合わせください。
☎（62）2111

猪苗代太極拳クラブ

（今田かおる会長）



（写真左）ゆっくりと自分の体と語りあうように太極拳をしています
（写真右）要点を解説しながら、会員と一緒に太極拳をする鈴木先生。見学や体験も歓迎しますとのこと 連絡先 学びいな ☎（72）0180

40代から80代まで、幅広い年齢層の皆さんが参加して活動しています。

