



いみず子育て情報

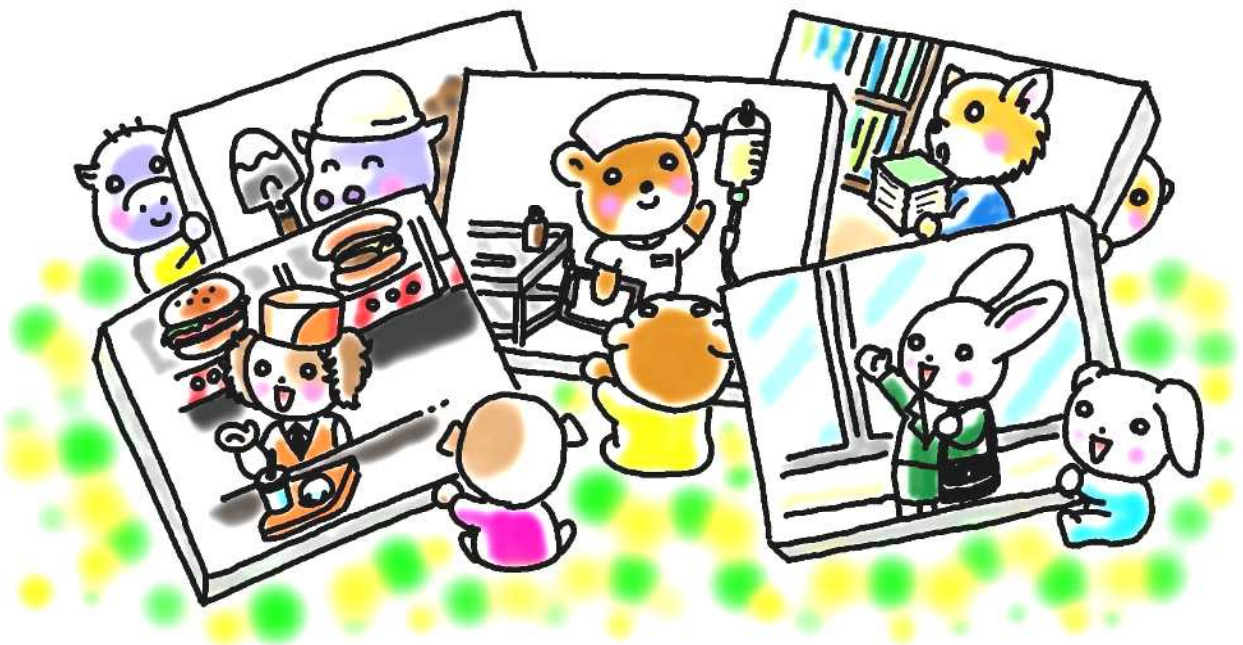
ちやいる.COM

どっとこむ

第11号 平成24年9月

特集

がんばるパパ・ママを応援



「いみず子育て情報 ちやいる.com(どっとこむ)」は、射水市で子育てしているパパ・ママのための子育て情報をお届けしています。情報誌では、射水市民の方がもっと知りたいと思う情報について、射水市少子化対策調査研究ワーク会議委員の方々と一緒に調べ、情報を提供していきます。今回は、働きながら子育てをしているママにスポットをあて、様々な役立つ情報を盛り込みました。子育てをする誰もが子育ての喜びや楽しみを実感できるきっかけになれば幸いです。

目次 特集『がんばるパパ・ママを応援』

座談会	ページ	~
エッセー「仕事と子育て」	ページ	~
がんばるパパ・ママにうれしい 子育て支援情報	ページ	~
子どもとおでかけ NAVI in いみず	ページ	
ちやいるレシピ/バックナンバー	ページ	



特集

がんばるパパ・ママを応援☆

子育て支援の情報は平日の日中に開催あるいは利用されているものがほとんどで、休日の子育て情報は不足気味。

周りの子育て状況もわからないし、わからないからこそ自分の子育てに自信が持てなかったりすることもある...

休日にも利用できる子育て情報を知りたい！そして、子育てをもっと楽しみたい！！そんな声にこたえるべく、『がんばるパパ・ママ』を少しでもサポートしようと企画したのが今回の「がんばるパパ・ママを応援」特集。

まずは、働きながら子育てをしているママはどのような生活を送っているかリサーチするため、市内の企業にフルタイムでお勤めの現役ママ3人に集まっていただき、生の声を聞いてみました。

座談会参加者



Tさん(38) 水戸田在住
夫と娘(2歳)との3人暮らし。
近所に義父母が住んでいます。

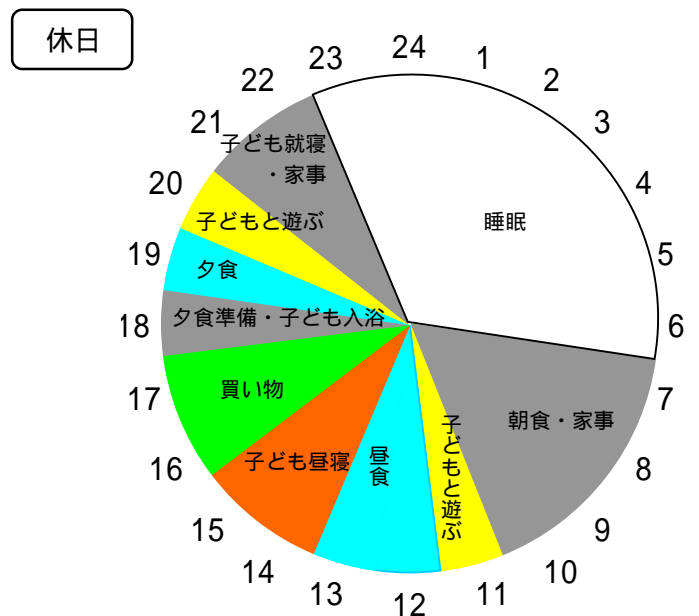
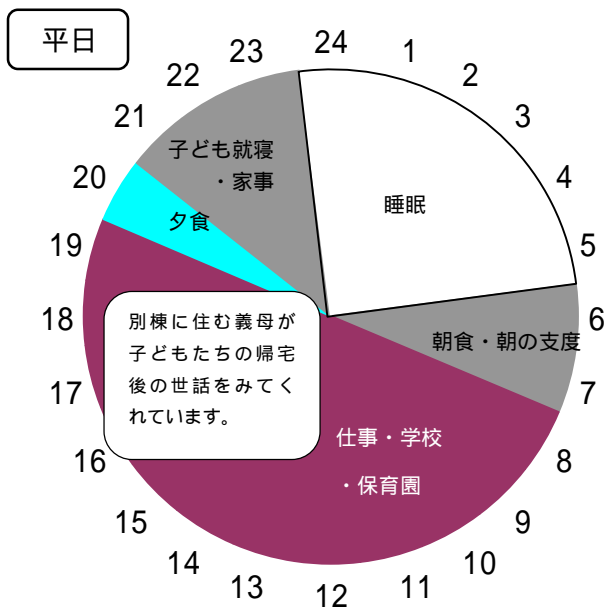


Sさん(34) 串田在住
夫と娘2人(5歳・2歳) 義父母
との6人暮らし。



Yさん(32) 串田在住
夫と娘3人(小3・5歳・1歳)との5
人暮らし。同じ敷地には義父母と大ば
あちゃんが住む家があります。

ママと子どもの一日の生活リズム(Yさんの場合)





ここが聞きたい！
家族の協力

(Tさん) 平日の子どものご飯は近所に住むじいちゃん・ばあちゃんの家で食べさせてもらっているから助かっている。休日は一緒に作ったものを一緒に食べているけど。

(Sさん) うちが夫が自分の分は自分で作るから助かっている。家族の支援があるのなら、甘えられるときに甘えておいたほうがいいですね。

(Tさん) 周りに甘えてこそ！だよな。

(Sさん) 特に子どもの急な病気(風邪を引いたりとか)のときに支援してくれる人がいるのといないのとでは大きく違う。仕事も休めないから、子どもの通院付き添いや、看病をしてくれる家族がいるので助かる。

(Yさん) うちが夫が子どもの健診に行ってくれる。自分が仕事を休めないときは夫が休みを取ってくれたりして協力的。

(Sさん) あと、職場の理解も必要ですね。急に帰らなければならないとき「いいよ」と言ってくれることがありがたい。

協力もありがたいけど、子育てについてギャップを感じることも...

(Sさん) 子育ては子どもを見守るくらいでいいと思っている。でもじいちゃん、ばあちゃんはちょっとした段差があるくらいで「そこっ！！(しっかり見てないと！)」って注意する。そこまで気にしていたら大変なんだけど...



ここが聞きたい！
家事はどうしてる？

(Tさん) 完璧を求めない。「あきらめる」気持ちが必要。

まず家事の中で最初にやめたのが夫のシャツのアイロンがけ。夫はアイロンがかかったぱりぱり感を嫌がるからクリーニングにも出さない。そうしているうちにアイロンがけをしなくてもそんなに気にならなくなってきた。というか、考えないことにした。自分だって人のシャツがしわしわだとか靴が汚いだとか気にしたこともないしね。

(Sさん) 気にならないですよ。(SさんとTさんのご主人は同じ職場)

(Tさん) 次にあきらめたのは掃除。掃除は休みの土曜日の午前中にしかしない。

それも各場所を持ち回りにしている。今週は2階とか。だから月1回しか掃除しない箇所も。埃があっても死なないから大丈夫！

(Yさん) 自分以外の家族が子どもの通院に付き添うこともあるから、保険証などの通院グッズは家族に分かりやすいところに置いています。子どもが3人いるからそれぞれに保険証などをファイリングするなどの工夫をしていますよ。

ここが聞きたい！
おススメグッズを教えて

(Tさん) 毛布。(ハーフサイズのフリースケット。愛称「もっちゅ」) 保育園へ行く時もいつも一緒。これがあると安心するらしい。洗濯してもすぐ乾くしどこでも寝られるから便利。

(Sさん) 抱っこ紐は最近のお母さんがよく身に付けていますね。腰も痛くならないしとても楽だと聞きました。あとおんぶ紐。子守しながら家事ができるからね。

ここが聞きたい！

子どものお気に入りの遊びは？

(Sさん) 子どもと過ごす時間がないからこそお風呂でのスキンシップがいいと聞きます。裸の付き合いがいいみたい。私はお風呂でも怒ってしまうこともあるけれど…。特にパパと子どもがお風呂と一緒に入ることがいいみたいですね。子どもと一緒に入るのがママであれ、パパであれ、お風呂にたくさんおもちゃを置いて遊ぶ。お風呂は誰が入れていますか？

(Tさん) うち私。今の時期は暑いからほとんど水浴び。ぬるいお湯を少し張って遊ばせています。結構喜んで遊んでいますよ。



ここが聞きたい！

イヤイヤ期との付き合い方



(Tさん) 「イヤイヤ」って自分でやりたいのにできないときとか、そんなときに出てくるよね。

(Tさん・Sさん) 家で「イヤイヤ」と言っている分には言わせている。「イヤイヤ」と言ってもいずれ落ち着くからね。

(Sさん) だから本当は放っておきたいけど、外では他の人の目があるからね…。外でイヤイヤをされると負担に感じることも。でも、「イヤイヤ」と言っている子どもよりも、ママが周りの人の目を気にしていることが、子どもにとっては一番嫌で、ますます「イヤイヤ」って言うんだろうなあ。

(Tさん) 「まだまだ序の口、序の口。」と自分に言い聞かせています。

(Sさん) 買い物へ行った先では子どもが2人いるとカートの手取り合いで大変ですよ。下の子なんてまだ押せないのに大きなカートを押したがるし。そんなときは、カートを人にぶつけるなど周りに迷惑がかかること以外なら、させたいようにさせていますよ。

ここが聞きたい！

仕事をしていることのメリット・デメリット

(Sさん) 子どもにずっと関わっていると大変なこともあるけど、仕事をしていて少し離れる時間があることがいい。専業主婦ママみたいにずっと子どもに関わっていると大変だと思う。

(Yさん) デメリットはとにかく子どもと接する時間が圧倒的に少ないこと。

(Sさん) 子どもが話しかけていてもあまり聞いていないことがあり、子どもに「ねえ。聞いてるの?」と言われることがある。

(Yさん) 私は帰宅が遅くなることが多いから、帰ると一番下の子がべったりで、それがまた大変。台所に立っていても後ろではなく前に張り付いてくるんです。

座談会を終えて...

子どものことを語るママたちの顔は優しさそのもの。家族など周りのサポートを受けて、忙しいながらも子育てを楽しんでいるようです。

家事や子育てを完璧にこなさなくても、おおらかに子どもを見守ることを大切にする...それが秘訣なのかもしれませんね

エッセー 仕事と子育て

「いってきま〜す」(ママ)
「……………」(息子)

息子は、2歳。同居している、ジージ・バーバに抱っこされて、渋々見送ってくれる息子の目は、寂しそう……………

車に乗り込み、元気よくバイバイと手を振る私も、実は、1番最初の信号機くらいまでは、泣きながら出勤していたのです(ー`)

5か月前、毎朝こんな調子で会社へ出勤。

13年間勤めた会社は、自分が頑張っって習得した知識や能力を発揮し、とてもやりがいがある仕事でした。ただ時には、残業で帰宅するのが夜遅くなる事も。

同居している、ジージ・バーバには、子育てや家事など甘えっぱなしと言うのが現状。

本当は、毎朝、あんな寂しそうな顔を見たくない！そして何よりも、仕事が忙しくなってくると毎日、息子の寝顔しか見られない日々……………

そして、就寝時に息子は、1時間毎に「ギャーツ」と、泣き叫ぶようになりました。

だんだん私も、『自分は、母親失格だ……………』と責めるように……………

そんな時友人が、「子どもの成長は、早いもの。今しか感じない喜びや苦労を大切にしていきたい。」と楽しそうに話してくれました。

仕事を辞めれば全て解決と言う訳ではないですが、子どもの成長は、止めることは出来ない。

自分の仕事は、辞めてもまた時期が来れば働ける！と思う様になり、現在は、子育て中心の生活を送っています。

最近では、【イヤイヤ期】の息子と毎日、格闘中！
『改めて、子育ては本当に大変だ！』と思う日々ですが、彼の人生で、こんなにべったり出来る時期は今しかないと思うと今度は、違う意味で泣きそうです



品川祐美子さん(ワーク委員)

がんばるパパ・ママにうれしい 子育て支援情報

その1 相談窓口 ~一人で悩まないで~

家族や職場での人間関係、仕事、育児に関する悩みがあればこちらへどうぞ

サンフォルテ相談室 相談コーナー

富山市湊入船町6-7
(財)富山県女性財団
富山県民共生センター (076-432-6611)

【利用案内】9:00~16:00

(日・月・祝日・年末年始は休み)

弁護士や臨床心理士による特別相談をすることもできます。(要予約)



育児・介護休業等に関する相談はお気軽に

厚生労働省 富山労働局 雇用均等室

富山市神通本町1-5-5
富山労働総合庁舎5階(076-432-2740)

【利用案内】8:30~17:15

(土・日・祝日・年末年始は休み)

職業相談・職業紹介・情報提供はこちら

ワークセンター射水

射水市布目1 布目庁舎別館1階(82-1911)

【利用案内】9:00~17:00

(土・日・祝日・年末年始は休み)

ハローワーク高岡マザーズコーナー

高岡市御旅屋町1222-2 Ⅱ階(26-1147)

【利用案内】8:30~17:00

(土・日・祝日・年末年始は休み)

お子様連れでご利用ください

その 2

託児サービス

早朝出勤や残業で保育園の送り迎えができないときや
たまには自分にご褒美として一人の時間がほしいとき...。
そんなとき、地域のサポートを利用しませんか？

グランパ

カモン新湊ショッピングセンター2階(84 4077)

【利用案内】

8:00 ~ 18:00 時間外は相談可
1時間(未満) : 会員 500円・一般 600円
半日(4時間未満) : 会員 900円・一般 1,100円
1日(4時間以上) : 会員 1,800円・一般 2,200円

土・日・祝日も
利用できます

入会金 2,000円・年会費 3,000円

ファミリーサポートセンター

大島社会福祉センター2階(52-7081)

子育ての手助けを必要としている方と子育てをサポートしてくれる方との会員組織です。子どもの送迎や一時預かりをお願いできます。

入会金無料

【利用案内】

月～金 7:00～19:00 700円/1時間
上記以外
(早朝、夜間土・日・祝日、軽度の病児)900円/1時間

サポーターさんの声

【9か月男児・夜間の預かり】

不安な様子もなく、すくなついてくれて仲良しになれました。電気、テレビ、買い物、あらゆる目に入るものに興味を示し、目をキラキラとさわったり、なめたりし、又ハイハイをよくし動きました。9時にミルクを飲み、そのままぐっすり眠りました。



保育園の一時預かり

片口保育園・杉の子保育園
大門きらら保育園
小杉東部保育園 太閤山保育園
大島つばさ保育園 射水おおぞら保育園

【利用案内】

平日(月～金)
8:30～16:30
2,000円/1日(昼食付)
1,000円/半日(昼食なし)

土・日・祝日

8:30～16:30
3,000円/1日(昼食付)
1,500円/半日(昼食なし)

の付いた
保育園のみ

6か月未満児は4,000円/1日・2,000円/半日

その 3

休日、雨でも親子で楽しめる公共施設

知らなきゃ損！(大島絵本館)

市内の未就学児に「親子フリーパス」を発行しています。入館時に「親子フリーパス」をご提示いただくと、なんと一般入館料500円のところ無料となり、500円もお得。しかも、未就学児を連れた夫婦だと夫婦ともに無料！！パパも誘って親子で絵本館へGO。

公共施設は平日しか開いていないと思いませんか？
図書館や大島絵本館、児童館(室)は、子どもと過ごす休日に出かけたいパパ・ママにとって恰好のお出かけスポットです。さあ、出かけてみましょう！！



図書館 耳より情報

親子向け読み聞かせなどのお話を開催中。どんなお話に出会えるかな？

中央図書館 毎週土曜 11:00～
新湊図書館 毎月第2・4土曜 11:00～
下村図書館 毎週土曜 15:00～

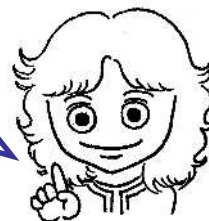
わたしのおススメ絵本



「ばいばい またね」
作：さとうわきこ
出版社：金の星社

「こんにちは」で頭をちょっと下げたり、「ばいばい」で手を振ったり、周りの大人がちゃんと反応してあげれば「話そう」「話したい」という大切な意欲が育ちますよ。

射水おはなしの会：楠井悦子さん(ワーク委員)



児童館で遊ぼう

実は、児童館(室)は土曜日でも利用できるんです！
児童館(室)には乳幼児向けの遊具や絵本もたくさんそろっていますので、ぜひ足を運んでみてくださいね。

(乳幼児は保護者の付き添いが必要です)

他にも、太閤山ランド内の富山県こどもみらい館は土・日・祝日も開館しています。

(休館日は火・祝日の翌日・年末年始。ただし夏休み期間中と春休み期間中の火曜日は開館)



1 休館日のお知らせ
児童館：日・祝日・年末年始・お盆
児童室：日・月・祝日・年末年始・お盆
(塚原児童室は土曜日でも休館)

こどもとおでかけNAVI in いみず

こどもはパパやママと一緒になら
あつとしたお出かけが
楽しいです。



こどもは着ぐるみが大好き♡



ムズムズくんがスーパーに来るって聞くと我が子の
笑顔がまたさらにママは走り回りますよね～

そして身水市には愛らしいゆるキャラ「ムズムズくん」が

ムズムズくんのブログ(右を参照)CHECKして、お出かけも
思いがけず楽しいイベント情報も入手できますよ♡

ムズムズくん探検記
<http://ameblo.jp/muzumuzu-kun/>



ファミリーで楽しめる本屋さんといえは...?!

日本文堂高岡身水店
身水市坂東127-1
TEL0766-82-1840

先日私もセパイルさん
さんとムズムズくんを
撮影しましたよ



8号線 高岡方面からの身水市の玄関口!

ご存知日本文堂書店は手連れに楽しいお店です!

★じゆうたん敷きのキッズコーナーや矢張りブックの体験会

★第3土曜日は読書かせ 11:00~30分弱

★併設されたタリーズコーヒーではカップアイスが¥160だと

知っていましたか?! なかなかカフェでのお値段は

ありません。こどもとカフェ...たまにはいいかも♡

★毎週月曜日 15:30~17:30 (ピアノ)演奏会もあるよ

作：寺畑さん(ワーク委員)

ちゃいるレシピ



～親子でできる簡単クッキングを紹介します お子さんのおやつにいかがですか？～

* フルーツきんとん *

材料

さつまいも・・・300g程(中1本)
お好みの果物・・・みかん、キウイ、りんご、パイナップル、バナナ など
りんごジュース・・・100ml

ブログもみてね
<http://syokuikugrow.blog74.fc2.com/>

レシピ提供

『食育教室Grow』
加藤愛さん(ワーク委員)

作り方

- さつまいもは皮をむき、水にさらしてアクを抜き、
ひたひたのお水で柔らかくなるまで煮ます。柔らかくなったら、水分を飛ばします。
フォークなどで、さつまいもをつぶします。
りんごジュース、小さく切った果物を混ぜ合せます。
*甘みが足りなければ砂糖を加えてください。
*お子さんも食べやすい、優しい味です



【お手伝いの心得】
一、簡単なお手伝いから始めましょう
二、楽しくお料理しましょう
三、お手伝いしてくれた後は、たくさん
ほめてあげましょう

～バックナンバーのお知らせ～

- 第1号 保育園と幼稚園
第2号 どうする!?子どもの緊急時の対応
第3号 いただきま～す(食事について)
第4号 子どもと一日どう過ごす?
第5号 トイレ トレーニング
第6号 どんなお洋服着てる?
第7号 保育園と幼稚園 (第1号の改訂版)
第8号 一人で悩まないで
第9号 子どもを守る～わが家の防災～
第10号 子育てするなら射水市ねっ!



パソコンがない人は、右の連絡先までお電話ください。

バックナンバーをお送りします

バックナンバーにはお役立ち情報がいっぱい!!

是非、ご覧くださいね。

「いみず子育て情報 ちゃいる.com」

平成24年9月発行

編集：射水市少子化対策調査研究ワーク会議委員
発行：射水市福祉保健部 子育て支援課児童福祉係
住所：〒934-8555

富山県射水市本町二丁目10番30号

電話：0766-82-1965

FAX：0766-82-8269

メールアドレス：kosodate@city.imizu.lg.jp

ちゃいる.comHPアドレス：

<http://www.city.imizu.toyama.jp/child/>

【ちゃいる.comメール】も毎月配信中!

(登録の仕方はHPを見てね)

イラスト 高野絵理子さん(ワーク委員)