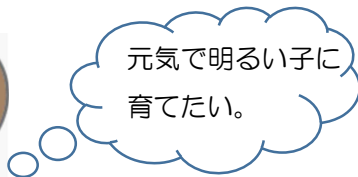
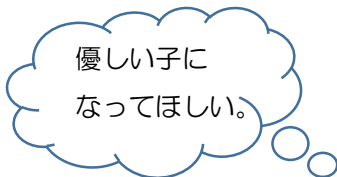




さくら市教育委員会 生涯学習課 鈴木 左夕

子育て中のみなさん、こんにちは。今、心配なことや気になることはありませんか？「子育てって楽しい」「子どもの表情に癒される」「想像していたよりも大変」「毎日がバタバタ」・・・など、様々な思いを抱えながら過ごしていらっしゃることと思います。成長するにつれて親の願いや期待も膨らんでいきますよね。



ただ、思ったようにいかないのが子育て。難しさ・大変さを感じる瞬間も多々あると思います。子育てに完璧なんて無理。時には家事の手抜きもOK。でも、家庭は親子にとって最も安心できる居心地の良い場所であってほしいもの。**こそだてポイント**を参考にできることから実践してみてくださいね。

### こ とばをかけよう



たくさん話しかけてください。温かい言葉をいっぱいかけてあげてください。言葉の意味が分からなくても思いは伝わります。**コミュニケーションの楽しさを感じ、思いやりが育ちます。**

### そ ばにしよう



できるだけ近くで見守ってあげてください。危ないことから守り、かつ様子を観察することで、子どもがどんなことに興味を持っているかなどの発見ができます。**ただそばにいただけでも安心すると思います。**

### だ きしめよう



生まれた時はあんなに軽かったのに、抱っこするたびに重たくなり、大きくなっていることを肌で感じます。子どもは日々冒険し、成長しています。**抱きしめられると、エネルギーや勇気が湧いてきます。**

### てをつなごう



小さなその手を優しく包んであげてください。守られている、大切にされている、そんな思いを感じて、子どももぎゅっと握り返してくれます。**つながっていると考える安心感は、自立心を育みます。**



家庭教育通信「つくしんぼ」は、「子育てマップ」と共に市内に住む0～1歳までのお子様を持つご家庭に郵送でお届けしています。「子育てマップ」は、子育て世代に必要な情報、医療機関や市内・県内で行われている子育て支援等の情報をまとめた冊子です。子育てに悩んだときや困ったときに、この冊子が少しでもお役に立てれば幸いです。



# 先輩ママ・パパからのメッセージ



子育ては思っていた以上に大変でした。でも、子どもは思っていた以上に可愛いです。育児はあまり真面目に頑張りすぎないことが大事だと思います。離乳食を食べなかった時期が一番辛かったですが、「いつか必ず食べてくれる」とみんなに言われていたことは本当でした。今ではよく食べます。

(1歳児のママ)

パパ・ママとして生きている時間は、子どもの年齢と同じ長さ。焦らず共に成長していきましょう。  
(中学生の子をもつ父)

イライラしたら、「まっいいか〜」って試してみよう。少しは気持ちが楽になります。(3児のママ)

子育ては毎日が新しい発見です。兄妹でも全く違う個性があり、それをまざまざと見せつけられるときは、本当にその子に寄り添った子育てをしていきたいと感じます。

(2児のママ)

子どもが大きくなるまでは本当にいろんなドラマがありました。当時は目の前のことに無我夢中。子育てを楽しむ余裕はなかった。ああ、もったいないことをしました。今思えば懐かしい。親子で過ごす時間は意外と短いものです。(60代祖母)

生まれてすぐ昼夜逆転の生活になり、少し寝てくれるようになったと思ったら抱っこしていないとぐずぐず・・・。ちょっと慣れた生活になるとまた新しいスタートラインに立ち、日々奮闘中。でも、育児をしていて娘にたくさんの幸せや喜びをもらっています。私自身も笑うことが増えました。大変なこともあるけど、今を楽しんで一緒に成長していきたいです。

(2歳児のママ)

## エンゼル講座に参加してみませんか

エンゼル講座は、乳幼児とその保護者を対象とした子育て支援講座です。子どもの月齢が近い親同士が集まり、月1回程度集まってさまざまな体験や交流活動を行います。

※詳しくはホームページをご覧ください。



## さくら市LINE

さくら市のLINEでは、市政情報やイベント情報などを発信しています。

子育てや家庭教育に関するお知らせも発信する予定ですので、ぜひ「友だち追加」してください！



発行日：令和3年3月 発行：さくら市教育委員会 生涯学習課  
〒329-1492 栃木県さくら市喜連川 4420-1 ☎028-686-6621