

「育児が辛い。疲れた。」そんなパパ・ママに読んでもらいたい「詩」を紹介します。

「最後のとき (The Last Time)」

赤ちゃんをその腕に抱いた瞬間から
あなたはこれまでとは全く違う人生を生きる
今まで経験したことがない程の徒労感
毎日毎日全く同じ日々
ミルクを与えておむつを替えては泣かれて
ぐずられて嫌がられて終わることのない
永遠の繰り返しに思えるかもしれない
だけど忘れないで…
すべてのことには「最後のとき」があるとい
うこと
ご飯を食べさせてやるのはこれが最後とい
う時がやってくる
子どもを抱っこ紐で抱えて出かける
だけど抱っこ紐を使うのはこれが最後
道を渡るときには手を握ってくる
だけど手をつなぐのはこれが最後

寝る前に絵本を読み聞かせて、汚れた顔を拭い
てやるのもこれが最後
子どもが両手を広げてあなたの胸に飛び込んで
くるのもこれが最後
だけど「これが最後」ということはあなたには
分からない
それがもう二度と起こらないのだと気づく頃には
すでに時は流れてしまっている
だから今、あなたの人生のこの瞬間にもたくさ
んの「最後」があるこ
とを忘れないで
あと1日でいいから、
あと一度きりでいいか
らと願うような
大切な「最後のとき」
があることを



(作者不詳とされるこの詩は、数年前から SNS で広まり、世界中の子育て世代から共感を得て話題となっています。)

子育て情報
をお届け!

今月の対象は

出産まで 新生児 乳幼児 小・中学生

☎ こども家庭センター (福祉課子育て支援係内) ☎ 585-2179

児童虐待を防ぐ —11月は虐待防止推進月間—

子どもにとって、親が一番身近で大好きな存在です。そのため、怒鳴られても、叩かれても「自分が悪い」と思い、自らSOSを出せるとは限りません。また、他の家庭の状況が分からないため、みんなも同じように怒鳴られたり、叩かれたりしていると勘違いします。さらに、親が何気なく発した「言う事を聞かないと、施設にやるよ!」「お前なんか生むんじゃなかった」などの言葉が子どもにとって強く印象に残り、親にほめられたい、愛されたいと、精一杯良い子になろうと頑張る子どももいます。そうした子どもの態度を見て、親は「この子は強く言えば言う事を聞く」と捉えるかもしれませんが、それも **虐待** なのです。



11月は、児童虐待防止推進月間です。虐待を防ぐには、保護者自身のストレス軽減や周りの人たちの気づき、サポートが必要です。少しでも気になることがある場合は、迷わず相談窓口にご連絡してください。

—しつけと虐待の違いは?—

「しつけ」とは、子どもが自分で感情や行動をコントロールできるように教えることです。それに対し「虐待」とは、大人が感情的に子どもをコントロールすることです。たとえしつけのつもりであっても、この行為が子どもに害を及ぼすものであれば、それは虐待です。

「虐待」は、大人側の思いとは関係なく、子どもの人権が守られているかどうかで判断されます。

- 身体的虐待
 - 殴る ● 蹴る
 - やけどをさせる ● 戸外に閉め出す など
- 心理的虐待
 - 暴言を浴びせる ● 兄弟の差別
 - 家庭内での暴力・暴言を見聞かせる ● 無視する など
- ネグレクト
 - 食事を与えない ● 身なりが不衛生
 - 夜子どもだけで家に置く ● 登校(園)させない など
- 性的虐待
 - わいせつな行為、性行為の強要 ● 性器を触らせる
 - ポルノビデオを見せる・被写体にする など

これらはすべて
虐待 です!!

虐待を防ぐためにも、保護者のストレス要因を少しでも減らしましょう。

- 職場や家事のストレス ● 経済的なストレス ● 看護や介護のストレス ● 子どもの発育のストレス

子育てを担うことは大変なことです。子どもに腹が立ったり、イライラしたりすることは、子育て中の保護者の多くが経験するものです。ストレス要因を減らすと同時に、イライラしそうな場合は、次の3つのポイントを参考に感情をコントロールしていきましょう。

- ① 自分がイライラしていることに気づき、認める
- ② 気持ちを落ち着かせる (深呼吸をする、好きな音楽を聴くなど)
- ③ 助けを求める (家族で話し合う、支援機関に相談する)

虐待かも?!と思ったら…

● 児童相談所虐待専用ダイヤル



いち早く
189

(あなたの1本のお電話で
救われる子どもがいます)

※プライバシーは守られます。(匿名での通報もできます)

※たとえ虐待がなく、間違いであったとしても責任は問われません。事実の説明や証明の必要もありません。

子育てインフォメーション



5歳児健診

- 日時 1月14日(火) 午後1時45分~午後4時ごろ
- 受付 午後1時15分~午後1時45分
- 会場 森江野町民センター
- 対象者 令和元年9月1日から令和元年12月31日生まれ

3か月児・9か月児健診

- 日時 1月30日(日) 午後1時45分~午後3時ごろ
- 受付 午後1時15分~午後1時45分
- 会場 観月台文化センター
- 対象者 3か月児健診 令和6年9月生まれ
9か月児健診 令和6年3月生まれ

ニコニコ相談会

- 日時 1月15日(火) 午前10時~午前11時30分
- 会場 子育て支援センター(藤田保育所内)
- 対象者 国見町在住の妊婦、国見町在住の乳児及び保護者
- 持ち物 母子健康手帳、子どもの飲み物
- 申込み 前日までに福祉課子育て支援係または藤田保育所(☎ 585-2374)へ連絡

ももさぼLINE相談

保健師、助産師、管理栄養士などの専門職員がどんな些細なことでもお答えします!お気軽にご相談ください。

受付 月曜日から金曜日
午前9時から午後5時



相談はコチラ /