

子育てを楽しもう

「ひとり親家庭の育児」

・ 明るく行こう！母子家庭・父子家庭 ・

子どもの館の相談室にも“ひとり親家庭”とくに母子家庭のお母さんの来室が増えています。子どもの館の相談室では一つの相談に30分から1時間かけています。時間をかけてゆっくり相談に应诉することで、家族背景が子どもに及ぼしている問題点などが明らかになります。

育児に関する相談は母子家庭の場合も一般家庭と同様ですが、母子家庭の母親は少し別な悩みを抱えています。それは自分が父親の役目を果たさなければならないのではないかというプレッシャーです。

結論的にいえば、母親は父親の役割を果たす必要はありません。子どもの成長・発達には母親の役割、つまり子どもへの愛着あるいは接触の「質」（量ではなく）を高めること、そして笑顔があれば充分です。

しかし、これも遅くとも小学校入学迄のことです。小学校に入る頃から多くの子が父親のいる他の家族との違いに気づき始めるからです。その時に大事なことは、それまでの母子関係の親密さと「現状」の的確な説明です。

孤立しないためには多くの人との接触や体験が必要です。実家との関係やママ友の確保などです。子どもの可能性を信じて「明るく」行きましょう。

【参考】北九州市子ども家庭局 (<http://www.city.kitakyushu.lg.jp/ko-katei/kod-kosodate.html>)

「ひとり親家庭への支援について」

子どもの館 子育て相談医 廣澤 元彦（市立医療センター名誉院長）



寒い日に食べたいホカホカおやつ

にんじん蒸しパン



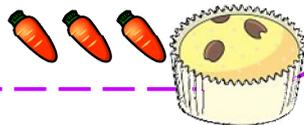
材料(10人分)

ホットケーキミックス…100g 卵…1個 牛乳…大さじ4
サラダ油…大さじ1 にんじん…60g レーズン…30g
プロセスチーズ…40g 9号アルミカップ…10枚

作り方

- ①にんじんはすりおろす。チーズは7mm角くらいに切る。
- ②ボールに卵を溶きほぐし、牛乳・サラダ油を混ぜる。
- ③ホットケーキミックス・にんじん・レーズン・チーズの順に加えて混ぜ合わせる。
- ④生地をアルミカップに流し入れ、蒸し器で15分ほど蒸す。

※生地を耐熱容器に流し入れ、ラップやふたをせずに電子レンジで約5分間加熱してもOKです。



キッズハウス 2月スケジュール

●らくがきタイム

10:00~16:00

●お楽しみタイム(平日のみ)

13:00~

●個別子育て相談(小児科医)

4日(火)・23日(日)13:00~15:00

●子育て勉強会(小児救急看護認定看護師)

テーマ「子どもの冬の感染症について」

13日(木)14:00~15:00

●わくわくタイム

21日(金)13:30~

●手作りおやつ試食会(食生活改善推進員協議会)

メニュー「バナナチーズケーキ」各回50食

16日(日)①13:00 ②15:00

●栄養相談会(栄養士)&子育て相談(保育士)

27日(木)13:00~16:00

はたらくママ応援し隊

絵本で入園入学に向けて心の準備

4月の入園や入学を心待ちにしている子どもたちや、チョット不安に思っている子どもたちがいるのではないのでしょうか？そんな子どもたちに、小学校や幼稚園に行くのが待ち遠しくなるような絵本を紹介します。

●入園児におすすめ絵本●

●一年生におすすめ絵本●



ペネロペが通う幼稚園には、いつも楽しいことがいっぱい！大人も子どもも夢中になってしまう精巧なしかけが次から次へと出てくる「しかけ絵本」です。



絵を描いたり、歌を歌ったり・・・楽しい学校の日！小さな子の「学校ってどんなところ？」という疑問にぴったりの絵本です。



幼稚園での1日の様子をカラフルに描いた一冊。この絵本を見たら、きっと幼稚園に行くのが待ち遠しくなるはずです。



ランドセルを買ったり、手下げ袋を作ったり・・・入学を控えてドキドキする様子が、等身大に伝わってくる絵本です。

絵本の読み聞かせは、子どもが未来に向かって成長していく中で必要な、想像力・知識・知恵などを育ててくれます。その他にもいろいろな効果が挙げられますが、読み聞かせとは、ずばりコミュニケーションのひとつです。パパとママとのふれあいで親子のきずなを深めながら、たくさんの本を読んであげてくださいね。

スタッフコラム

「サンタさんのプレゼント」として「お正月のお年玉」と子ども達が楽しみにしていた2大イベントもあっという間に過ぎ、今年もキッズハウスには元気な子ども達の笑顔があふれています。しばらくは厳しい寒さが続きますが、皆さん風邪は大丈夫ですか？鼻が出たり、コンコン咳をしているお友達を見かけることが時々あります。

バランスのよい「食事」と「睡眠」はもちろんのこと、「体力」をつけることも大切です。今年は、バイ菌を跳ね飛ばすくらいの体力づくりをしてみてくださいいかがですか？親子で「気持ちいい汗」をがいて、病気に負けない体をつくりましょう。インフルエンザもまだまだ油断できません。手洗い・うがいも忘れずに！

北九州市立 子どもの館

子どもの館では、楽しいイベントがたくさん！HPやイベントカレンダーなどでお知らせしています。都合により、イベントの内容・休館日は変更することがあります。詳しくはお電話でお問い合わせください。

快感時間 10:00~19:00
休館日 2月5日・19日

キッズハウス(未就学児とその保護者)入場料大人200円・小人50円(1歳未満は無料)