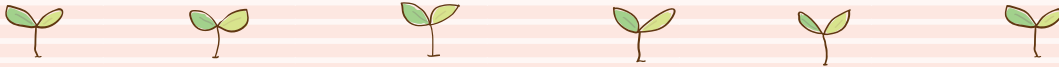




# あだあじお通信



まる育サポート「あだあじお」は、丸亀市の利用者支援事業基本型、丸亀市子育て総合相談窓口です。子育て中のあらゆる相談を、子育て支援の専門家(臨床心理士・公認心理師等)を中心に幅広くサポートしていきます。個別相談をはじめ、子育て・思春期座談会、地域の子育て拠点での子育て相談会、子育て支援情報提供など実施しています。この事業に関わっている相談員の先生方にコラムをお願いし、順番にご紹介していきます。

お問い合わせ・申し込み

NPO法人 グランマール

ひまわりセンター3階

9:00～12:00 13:00～16:00

(0877) 85-8810 FAX (0877) 85-8811

e-mail adagio.npo@gmail.com

丸亀市健康福祉部子育て支援課

(0877) 24-8808

あだあじおホームページ

<https://maruiku-adagio.com/>



あだあじおのホームページを開設しています。ご覧ください。



## コラム

### 子育て中の自分らしさ～過保護になっていませんか？

#### 質問1 「子育てを楽しんでいますか？」

「そうでもないわよ!子育てって楽しい時もあるけど、大変よ。」「あつという間に大きくなるから、自分が楽しんだっていう実感はないかなあ」「楽しむというより、子どものために頑張っているかなあ」「楽しむ暇なんてないわよ。大変よ。子どもは待たなしたから…」多くの親から聞かれる言葉です。子ども中心の言葉が多いことに気づきますね。

#### 質問2 「子育て中のご自分に言葉かけするとしたら、どんな言葉をかけますか？」

「そんなに焦らなくても大丈夫」「隣の子と比較して一喜一憂する必要なんかない」「自分の楽しみをもっと見つけよう」「ワンオペ育児、よく頑張っているネ」「もっと自分にゆとりを持とう」やっと、子どもを育てている自分自身に目を向ける言葉が見られました。

子育て中は、子どもに関する悩みに対し様々な情報を得て、「どうやったら頭のいい子になるか」「どうやったらお行儀よくなるか」「どうやったら思いやりのある子になるか」など子育てを成功させたいと思うあまり、子ども自身の成長は後回しにして、ハウツー本に頼りがちになる傾向があります。「子どもの幸せのために」が、いつの間にか「親の幸せのために」にすり替わり、親の自己実現の道具になってしまうのです。

子育て中こそ、自分自身に目を向けましょう。子どもと親は、そもそも別人格なのです。親は子どもを育てる義務がありますが、親が育てたいように子どもを育てることではありません。欧米とは異なり、子どもの人権意識が低い日本では、「子どものため」との思い込みが先行し、よかれと思うあまり、子どもの伸びようとする芽を無理に引っ張ったり、摘んでしまったりしている現状が多く見られます。子育て中こそ、親は、子どもと関わっている自分を客観視すること、いかに自分らしくいることが大切になります。子育てにはよい環境が大切だといわれますが、親もその環境の一部かもしれません。子どもの安全基地としての役割を適切に果たしていれば、子どもの犠牲になる必要は全くなく、自分自身を大切に生きるべきだと思います。そうすることで、親自身にも余裕が出て、子育てもうまくいくのではないのでしょうか。

しかし「ほめること」が大切だと分かると、親目線で何でもかんでもほめまくり、子どもが本当に褒めて欲しいことと、ズレている場合が散見されます。またヘリコプターペアレントは、自分のことは全く見えていません。「子どもが失敗しないように気をつけていなくてはならない」「子どもが困ったらすぐに助けなければならない」そんな状態で、空中でホバリングしながら、ずっと子どもの頭上を回転し子どもを監視しています。また、子どもがくしゃみをしたら、すぐにティッシュを差し出したり上着を着せたり、「チッ」と舌打ちをしたら、すぐに察して機嫌をとったり、親が何でも先回りして行動してしまうと、子どもの自立を妨げてしまうのですが、それに気づいていないのです。

親は、子どもを1人の人格として尊重し関わる姿勢が大切になります。そのためにも親は、いつも自分自身を俯瞰して見つめ直しながら、自分らしい子育てをしていく必要があるのだと思います。

高知大学大学院教授  
臨床心理士  
公認心理師

おかだ みちよ  
岡田 倫代





# 丸亀市子育て支援 総合相談窓口

## まる育サポート

～利用者支援事業母子保健型・基本型～



母子保健型  
**ハッピー  
サポート丸亀**  
(健康課)



基本型  
**あだあじお**  
(NPO法人 グランマール)

子育ては、喜びとともに、不安や悩みが伴います。  
戸惑うことも多かったり、思ったように進まなかったり、真剣だからこそ悩んだり落ち込んだりします。  
子育ての協力隊をつくりながら、自分自身や子ども、それぞれの家庭にあった子育てをしていくことは大切です。  
困ったとき・相談したいけどもう少し様子をみようかと迷う時にも、**まる育サポート「あだあじお」**にご連絡ください。  
安心して話ができる場を設けます。  
あなたの悩みに寄り添い、相談や適切な機関と繋ぐ手助けや、子育てサービスなどの情報提供をします。

## 事業

### ～ 専門相談員が週4日 半日常駐しています ～

#### 個別相談

来所相談・Zoom相談・電話相談を行っています。専門相談員が相談をお受けします。

**予約制・相談時間50分**

\*Zoomアプリの取り方、Zoom相談の手順はホームページに掲載しています。

#### 出張相談

専門相談員が子育て支援センターや子育てひろば等へ出張して相談を受けます。

#### あだあじお 子育て座談会

妊娠中～乳幼児、小学生の保護者対象。専門相談員がコーディネーターとなって、少人数グループで行います。

#### メール相談

あだあじおホームページメールフォームからお送り下さい。

#### あだあじお 思春期座談会

小学校高学年以降の子どもと保護者対象。専門相談員がコーディネーターとなって、少人数グループで行います。

#### 思春期相談日

非行等、思春期の相談に対応します。

#### 入園・入学相談会

入園や入学に際しての不安や心配に対応します。

#### 保育・教育相談日

月1～2回(半日)、元保育士・元小学校教員が対応します。

※他の方の相談が入っているため待っていただくいたり、ゆっくりお話していただく場所がない状況も考えられますので、まずお電話にてご連絡ください。

#### 保育・教育 相談日

**12/20(金)・1/24(金)・2/14(金)・3/21(金)** 13:00～16:00  
特別支援教育・LDの学習支援に詳しい元教員の先生が対応します。

**1/9(木)・3/13(木)** 13:00～16:00  
保育所長の経験がある先生が対応します。

※まずはお電話  
ください。



香川県NPO基金、丸亀市市民活動ステップアップ補助事業、NPO法人グランマール出資にて、所属の専門相談員15名が執筆し、「子育てを支える専門家から子どもを育てているみなさんへ」を作成しました。

こちらから  
ダウンロード  
できます。



#### 動画を配信しています

岡田先生の動画で、題名は『子どもが輝く魔法の対応 ほめるコツ、叱るコツ』です。HPの子育てコラムもご覧下さい。



### 地域連携

- ・子育て支援センター等へ出張し、子育ての話をしたり、座談会、個別相談等を行います。
- ・地域子育て支援拠点事業等への講習を行っています。

### 情報提供・啓発

- ・相談時の情報提供
- ・あだあじお通信の発行
- ・あだあじおホームページ



### 丸亀市子育て支援情報パンフレットの発行

- ・Vol.1 妊娠・出産
- ・Vol.2 相談
- ・Vol.3 ひとり親支援・手伝ってほしい時
- ・Vol.4 障がい児支援
- ・Vol.5 子どもを預かってほしい
- ・Vol.6 お出かけしよう
- ・Vol.7 幼稚園・保育所・こども園 入園・入所の方へ
- ・Vol.8 小学校・中学校 入学・在学の方へ
- ・Vol.9 離学者・家族支援



あだあじおホームページからダウンロードできます。市役所2階・3階、ひまわりセンター1階・2階に設置しています。

### インフルエンザ・コロナウィルス等感染予防対策を行っています。

- ※保護者の方やお子さん、ご家族に、発熱・咳などの症状がある時。
- ※お子さんが通う園、学校、ご家族の職場等が閉鎖・待機になっている時。
- ※インフルエンザについては、発症した後5日を経過、かつ解熱(37度以下)した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで。(学校保健安全法施行規則第19条より)
- ※コロナウィルスについては、発症の翌日から5日間を経過、かつ症状が軽くなってから1日経過するまで。(文部科学省の省令改正より)

来所相談を希望されている方で上記にあてはまる場合は、来所をお控えください。

Zoom相談や電話相談に切り替えることもできます。

キャンセルされる場合は、新たに予約をお取りします。ご連絡ください。

- ※換気のため窓を開けています。服装等で調整をお願いします。
- ※来所時に体温測定と手指の消毒をお願いします。

