出産や子育ての悩みを一人で抱えていませんか？

ひとりで悩まなくても大丈夫。



日野町こども家庭センター にご相談ください。

妊娠・出産のこと

子育てのこと

家庭のこと

＊記載している内容以外のことでもお気軽にご相談ください。

どこに相談したらいいかわからない、
誰かに聞いてみたい
困ったけど、どこに相談したらいいか分からない・・・

ひのくるみん

詳しくは
こちら

どちらに
かけても
大丈夫です。
秘密は守ります.

そんな時は、こちらにお電話ください

日野町こども家庭センター

役場１階　日野町河原一丁目１番地
時間：9：00～16：45（土日祝を除く平日）

子ども支援課　子育て家庭担当　0748-52-6583
福祉保健課　保健担当　0748-52-6574

●子育てコラム●
【頑張っているのに上手くいかない】

赤ちゃんがなかなか寝てくれない。抱っこしても泣き止まない。そんなとき「どうしたら上手くいくのだろう」と考えながら、毎日一生懸命に子育てしているお母さんも多いのではないでしょうか。そんな子育ての中で、色んな方法を試してはうちの子には合わなかったという経験を通して、「私のやり方が悪いのかな」と自分を責めてしまうことはありませんか。

河合隼雄さんの著書『こころの処方箋』の中に「ものごとは努力によって解決しない」という章があります。これは、努力することが無意味であることではありません。どれだけ頑張っても自分の力だけではどうにもならないことがあるということです。

乳児期の子育ても同じです。赤ちゃんが泣きやまないことや思うように寝てくれないことは、お母さんの努力が足りないからではありません。赤ちゃんにとって泣くことは、自分の気持ちや欲求を伝える大切な手段です。空腹や眠たいこと等、まだ言葉で伝えられないからこそ泣いて知らせてくれます。そこに対してお母さんが応えてくれることで、赤ちゃんは安心感を得ることができるのです。このように考えると、赤ちゃんが泣くことは、成長するために必要な段階であり、良い子育てをしているサインなのかもしれません。



頑張って上手くいかないときは、やり方を変えることも一つですが、少しお休みしてみましょう。好きなドラマを見たり、ご飯を宅食にしたりする等、ちょっと一息ついて気分転換をする時間を作ってみることも大事なことです。今日も赤ちゃんと向き合っているお母さん自身をどうか大切にしてくださいね。

子育て・教育相談センター　心理士　K