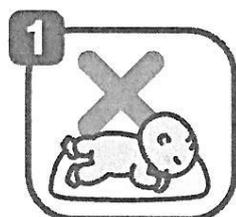


24. 午睡中の安全確保について

昨今、厚生労働省から「乳児のうつぶせ寝による窒息等による事故の危険性」について「睡眠中の赤ちゃんの死亡を減らしましょう」と提言し、以下の3点を推奨しています。



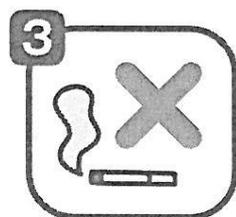
1 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう

SIDSは、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、寝かせる時にうつぶせに寝かせたときの方がSIDSの発症率が高いということが研究者の調査からわかっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。この取組は、睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。



2 できるだけ母乳で育てましょう

母乳育児が赤ちゃんにとっていろいろな点で良いことはよく知られています。母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発症率が低いということが研究者の調査からわかっています。できるだけ母乳育児にトライしましょう。



3 たばこをやめましょう

たばこはSIDS発症の大きな危険因子です。妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなりますし、呼吸中枢にも明らかによくない影響を及ぼします。妊婦自身の喫煙はもちろんのこと、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これは、身近な人の理解も大切ですので、日頃から喫煙者に協力を求めましょう。

そのため、当園では、「うつぶせ寝をさせない」「定期的に確認する」を午睡中のルールとして徹底しています。

ご家庭においても「寝かしつけからあおむけ寝」を心掛けてくださいますようお願いいたします。「あおむけ寝」を習慣づけ、お子様の命を保護者の皆様と共に守っていきたいと思います。

25. メディアとのつきあい方について

日本小児科医学会が「スマホに子守をさせないで！」と提唱されています。

乳幼児期は、多くの実体験を通して、言語の獲得や体力の向上、視力や感覚が著しく発達する大切な時期です。そのため、テレビやDVD、スマホやタブレットなど、小さな平面画面を見る時間が長いと視力の発達だけでなく、他の感覚の発達を妨げる可能性も十分に考えられます。

家族みんなで、時間を決めたり、食事のときは消してみたり等、約束が出来るといいですね。

♪豊かな時間を過ごしましょう♪



赤ちゃんとも目と目を合わせ、語りかけることで、赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。

親子が同じものに向き合って過ごす絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です。



散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力そして五感や共感性を育みます。

♡赤ちゃんに話しかけましょう

授乳中は、テレビなども消し、ゆったりとした気分でも赤ちゃん向き合しましょう。

「アーアー」「ウーウー」などの声を出したときには出来るだけ応え、相手をしてあげましょう。意味のある単語は1歳半頃に出るようになります。それまでは、赤ちゃんは「言葉の貯金」をしているのです。言葉が話せない赤ちゃんにも、積極的に話しかけることが、言葉の発達にはとても大事です。そのためにも、特に2歳までは子どもにテレビやDVD、スマホ、タブレットなどを見せることは控えることをお勧めします。

♡遊びの中で育つもの

自分の体をコントロール出来るようになり、人、自然、物との触れ合いの中で、赤ちゃんのさまざまな能力が育っていきます。大人の行動をまねたごっこ遊びやお手伝いなども心身の発達を促します。

特に、お父さんやお母さんなど同じ物を見て、自分の気持ちに共感してもらおうという体験は自己肯定感を育て、心の発達的基础になります。

○こちらのリーフレットは日本小児科医学会ホームページからダウンロードできます。



公益社団法人 日本小児科医学会

××こんな場面はありませんか？××

ムスがる赤ちゃんに、子育てアプリの画面で応えることは、赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性があります。



親も子どももメディア機器接触時間の、コントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまいます。



親がスマホに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。赤ちゃんの安全に気ができていません。



♡赤ちゃんの「泣き」や「ぐずり」には意味があります

言葉を話せない赤ちゃんは、泣いたりぐずったりすることで、「おなかがすいた」「おむつがぬれた」「暑い」「寒い」などの生理的欲求や「抱っこして」「遊んで」などの情緒的欲求を訴えます。なぜ泣いているのか、わからないときに子育てアプリを見せるのではなく、「どうしたの」などの声かけや抱っこなどを繰り返すことで親子の絆ができていきます。

※赤ちゃんの泣き声に耐えられない、イライラするときは、ひとりで悩まずに保健センターの育児相談やかかりつけの小児科医などに気軽に相談してください。

♡授乳中は赤ちゃんとも目を合わせて！

生まれたばかりの赤ちゃんでも明るい、暗いのがつき、明るい方を見ようとします。特に30cmくらい離れた人の顔に注目することがわかっています。授乳中は赤ちゃんの目を見て話しかけてあげることが大事です。

♡視力の発達に悪影響が...

乳幼児期は視力が発達する重要な時期です。テレビやDVD、特にスマホ、タブレットなどの小さな平面画面を見る時間が長いと視力の発達を妨げます。日本の子どもたちの視力は、テレビやゲーム機の普及のあと急速に悪化しています。家の中にばかりいないで外で自然と触れ合しましょう。

♡体力・運動能力を育てるには...

子どもの体力・運動能力は子どもが自主的に体を動かして自由に遊ぶことで育ちます。そして、言葉の力や社会性も遊びながら育ちます。いろいろなことを体験することで見る、聞く、嗅ぐ、味わう、触れるといった五感がバランス良く育ちます。

今、日本の子どもたちは、子ども期に使った遊びが激減しています。その結果、運動不足による肥満などの生活習慣病や、ロコモティブ・シンドローム（運動器障害）が問題になっています。

見直しましょう

メディア漬け



5つの提言★

- 2歳までは、テレビ・DVDの視聴を控えましょう。
- 授乳中、食事時のテレビ・DVDの視聴はやめましょう。
- すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。1日2時間までを目安と考えます。
- 子ども部屋にはテレビ、DVDプレイヤー、パーソナルコンピューターを置かないようにしましょう。
- 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

※ここでのメディアとはテレビ、DVD、電子ゲーム、ケータイ、スマートフォン、タブレット端末などの電子映像メディア機器を指します。

スマホを見てると視野が狭くなり、周囲への注意力が低下します！

各地で「歩きスマホは危険です！」と警鐘が鳴らされています。自分では周りがある程度見えていると思っても、視野が極端に狭くなっています。家の中でも、外でベビーカーを押しながらでも、スマホを見ながらの子育ては子どもから目を離すことになり危険です。

26. 仕事が休みの日の保育園利用について

子ども達は、様々な体験や多くの人々との出会いを通して、心と体はもちろん、社会性も育っていきます。保育園では一日の大半を過ごしているため、仕事が休みの日は、「子どもと一緒に過ごす貴重な時間を大切にしていきたい」と思います。

また、学校行事や地域行事（授業参観、運動会等）は、就学への期待や憧れ生まれる時間であり、地域の方々との触れ合う貴重な時間になります。そのため、基本のご家族で過ごされてくださいますよう、よろしくお願いいたします。

しかし、内容により、子ども同伴が厳しい場合は、職員までご相談下さい。



27. 児童虐待の防止について

子どもは、喜怒哀楽を思いのままに表現します。欲求や不快な気持ちを親や大人に受け止めてもらいながら、人との信頼関係を築いていきます。子育ては、楽しさもいっぱいですが、叱ったり、怒ったりすることもあると思います。しかし、たとえ愛情で行われた「しつけ」であっても、結果的に子どもの心身に著しく有害な影響を与えているとすれば、それは「虐待」であるといえます。時には命に関する深刻な場合もあります。

「児童虐待の防止等に関する法律」により、児童虐待を受けたと思われる児童を発見した者は、速やかに、これを市町村、都道府県の設置する福祉事務所もしくは児童相談所または児童委員を介して「通告」しなければならないとなっています。

よって、虐待を受けているという確信ではなく、「もしかしたら虐待かな…」と思う程度であっても、通告する義務があります。

「児童虐待かも…」と思ったら、すぐにお電話ください。

通話料無料
児童相談所
虐待対応
ダイヤル



189

いち は や く

- お住まいの地域の児童相談所につながります。
- 通告・相談は匿名で行うことも可能です。
- 通告・相談をした人やその内容に関する秘密は守られます。

※一部のIP電話からはつながりません。



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



オレンジリボン
子ども虐待を減らすための
シンボルマークです。

児童相談所虐待対応ダイヤル「189」（いちはやく）に電話してください。子どもを守るためには、周囲の人たちが虐待にいち早く気づき、救いの手を差し延べる必要があります。

「体罰」がゆるされないものであることについても法定化されました。

子育ての心配や悩みごとなどについて、お気軽に保育園にもご相談ください。

○児童虐待とは

身体的虐待	殴るける、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなど
心理的虐待	言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（ドメスティック・バイオレンス：DV）など
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、気になっても病院に連れて行かないなど
性的虐待	子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

体罰がゆるされないものであることが法定化されました。

児童相談所への児童虐待の相談件数は増加の一途をたどっており、子どもの命が失われる痛ましい事件が続いています。こうしたことを踏まえ、2019年6月に成立した児童福祉法等の改正法において、体罰がゆるされないものであることが法定化され、2020年4月1日から施行されました。

なぜ体罰や暴言をしてはいけないのか

体罰等が子どもの成長・発達に悪影響を与えることは科学的にも明らかになっており、「しつけ」と称した暴力なども含め、体罰等が繰り返されると、心身に様々な悪影響が生じる可能性があることが報告されています。

安心感や信頼感、温かな関係で心地よい親子関係を!

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、イライラすることも…日頃から子育ての具体的なポイントを参考に子どもと向き合い、周囲の力を借りながら子育てしていきましょう。



子育ての具体的なポイント

- ① 子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
- ② 「言うことを聞かない」にもいろいろあります
- ③ 子どもの成長・発達によっても異なることがあります
- ④ 子どもの状況に応じて、身の回りの環境を整えてみましょう
- ⑤ 注意の方向を変えたり、子どものやる気に働きかけてみましょう
- ⑥ 肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本に
- ⑦ 良いこと、できていることを具体的に褒めましょう

保護者自身の工夫のポイント

- ① 否定的な感情が生じたときは、まずはそういう気持ちに気づき、認めることが大切です。
- ② 自分の時間や心に余裕がないときは、深呼吸して気持ちを落ち着け、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風にあたって気分転換しましょう。
- ③ 周囲の力を借りると解決することもあります。勇気をもってSOSを出すことで、まだ気付いていない支援やサービスに出会えたりします。

子育てや出産に関する悩みやご相談は、まずは、お住まいの市区町村の子育て相談窓口へ

詳しくはこちら

<https://www.no-taibatsu.jp>



児童虐待とは・・・?

身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、溺れさせる、やけどを負わせる、家の外にしめだす など

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為をみせる、ポルノグラフィティの被写体にする など

ネグレクト

乳幼児を家に残して外出する、食事を与えない、自動車の中に放置するなど

心理的虐待

言葉により脅かす、無視する、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう など

子どもや保護者がこんなサインを出しているかもしれません



子どもについて

- いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- 不自然な傷や打撲のあとがある
- 衣類やからだがいいつも汚れている ● 落ち着きがなく乱暴である
- 表情が乏しい、活気がない ● 夜遅くまで一人で家の外にいる

保護者について

- 地域などと交流が少なく孤立している
- 小さい子どもを家に置いたまま外出している
- 子育てに関して拒否的・無関心である／強い不安や悩みを抱えている
- 子どものけがについて不自然な説明をする

! 車内に子どもを置いて行かないで!

子ども(乳幼児)は体温調整機能が未熟なこともあり、自動車内など内部の気温があがりやすい環境では、短時間でも熱中症の危険性が高まります。「眠っているから」「少しだけ」と子どもを自動車などに乗せたまま、その場を離れると思わぬ事故につながり大変危険です。

自分で身を守ることができない子どもを守るのは大人の役割です。十分な気配りを忘れなようにしましょう。





We MAKE SMILES
We MAKE
DREAMS
We LOVE
CHILDREN
LET'S GO! SHIN'AI
SOUL!!

ひがしふくま真愛保育園

〒811-3225

福津市東福間6丁目4番地4号

TEL : 0940-42-2103

FAX : 0940-42-2459

E-mail : shin-ai-east-staff@sage.ocn.ne.jp

ホームページ : <http://tenshinkai.ed.jp>

