

教えて！先輩パパ・ママ！！

子育てに困ったとき、迷ったときはどうしていますか？

夫婦で協力して解決している。

自分の親世代の時の常識と今が違うことが多く、何かと気を遣うのであまり親に頼らず、夫婦で協力したり、支援センターを利用したりしている。

自分の親も同じ思いをして私を育ててくれたんだと思う様にします。

この子に会えるのが今日で最後の日と思うと、優しい気持ちで接することができる気がします。

頼れる物・人には頼る

「この状態が一生続くわけではない」と開き直る。

私はよく子育て支援センターを利用しています。ほかのママさんとお話してみたり、保育士さんに聞いてみたり…先輩ママさんに聞くことで参考になることがあります。

夫に任せてまずは気分転換！！

SNS やネットから情報を得る時もありますが、両親や友人など先輩ママの生の声の方が役に立っていると思います。子どもの命に関わることは例外ですが、意外とやってみると解決すること多いです。

- ・妻や両親に相談し、具体的に何をしていたか聞いて実践してみる。
- ・1人で抱えこまないようにする。
- ・息抜きの時間を作る。

自分が何に困っているかを整理し、家族や専門家に相談しました。新生児期頃までは、主に出産した病院、助産師さん、以降は小児科に先生、保育士さんへ。

地域のサービスをありったけ利用しました。ネットで調べる時間を少しでも休憩の時間に充ててください！！

授乳や育児の悩みに関して“地域名 助産師会 一覧”とネットで検索し、近所の助産院や助産師さんをあらかじめチェックしておくと思えます。(地域によっては、ナイーブになりやすい夜間に対応してくれる助産師さんもいます！)

母親や友達に相談したり、動画の助産師チャンネルを見て勉強しています(笑)。

- ・母やネットから情報をもらう。
- ・子育てサロンで家と違うところで過ごしてみる。
- ・眠れない時はもう寝ない。

・引っ越してきて知り合いもいなかったのも、こそだてインフォメーションへ相談したり、サロンの保育士さん、サロン利用のママさんからもアドバイスをいただいています。

教えて！先輩パパ・ママ！！

家族・頼れる人に相談

- ・身内に相談する。
話を聞いてもらうだけでも安心するので、ちょっとした事でもなんでも話せる環境を作る様にした。

- ・りんごのへやの保育士さんに相談する！←1番★
- ・ネットで調べたりもするけど参考程度にして、自分の子に合った方法を考えるのがベスト！周りとは比べない！

コレ！という育児書を数冊持っておく。SNSは便利だけど情報過多で迷子になりがちなので、私は信頼できる育児書派です。

- ・夫に相談する。
- ・友人や妹に相談する。



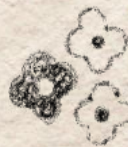
インスタや子育て本を見たり、ママ友に聞いたりしています。

- ・家族に相談したり、ネットで検索したり…(ネットも情報がありすぎて迷ってしまうことも🌀)
- ・店舗で行っている育児相談で助産師さんにアドバイスをもらったこともあります。
- ・りんごのへやで保育士さんに相談しました。

ママ…SNS、本を見る。夫に相談。
お医者さんや友人、区役所の相談窓口、支援センター…いろんな人にアドバイスをもらいます。
パパ…奥さんに聞く。友人、先輩に聞く。

- ・ちあふるの先生方、ちあふるで出会ったママさんたちに聞いてみる。
沢山ヒントがみつかります！
- ・「〇〇じゃなきゃいけない」という風に考えない。意外とざっくりでも子は育つ。
- ・動画とか参考になるものがあります。

ママ友・夫に相談！



子育てサロン『りんごのへや』には、先輩パパ・ママがいます！！
スタッフは全員保育士ですので、子育てに困ったとき、悩んだときは『りんごのへや』に遊びに来てください。

ひとりで抱えずにお気軽に声を掛けてくださいね♪

※原文のまま掲載していますが、一部サイト名を伏せています。

回答にご協力頂いた皆様、ありがとうございました！