

子育てマイスター通信

No.51 (2025. 9. 10)
発行：福井県こども未来課

日ごろから子育て支援拠点や児童館等において、地域の子育て支援にご協力いただきありがとうございます。令和7年9月1日現在、登録いただいている子育てマイスターは333名となりました。皆様には県内各地で子育て支援活動を行っていただき、感謝申し上げます。

子育て支援センター、保育施設等からのお知らせ

子育て支援センター等では、下記のような活動ができる子育てマイスターを募集しています。

活動が可能な方は、各施設の担当者に直接ご連絡ください。

施設名	募集中のマイスターさんの活動	担当者・連絡先
(坂井市)三国・丸岡・坂井子育て支援センター	家庭でできる運動能力アップ講座を実施していただけるマイスターさん募集	☎0776-81-6550 (担当;白石)
	英語に親しむ講座を実施していただけるマイスターさん募集	
	睡眠(良い寝つきや睡眠リズムを整えること)講座をしていただけるマイスターさん募集	
	子育て防災講座(備蓄する食品や避難バッグの中身など)を教えていただけるマイスターさん募集	
(美浜町)子ども・子育てサポートセンター	父親と子どもが一緒にできる体操を教えていただけるマイスターさん募集	☎0770-32-0192 (担当;濱野)
(おい町)本郷こども園 子育て支援センター	離乳食教室をしていただけるマイスターさん募集中(8月・11月(火曜10~11時))	☎0770-77-0379 (担当;堀口)

☆子育てマイスターさんにインタビュー☆

活動報告をいただいた方の中から5名の方にどのような活動をされているのかお話を伺いました！



越前町の子育てマイスターさん(フリーランスの言語聴覚士)

子育て支援センターで、ことばを発するまでの発達の流れ、ことばを育てる時の大切な関わり等について1時間の講師を務めている。後半は親子の悩みをみんなで共有し、そのあと個別相談も受け付けている。ことばを話し始める前の0~2歳の時期に、生活と遊びの中で人と関わりながら、ことばを発する基礎を育てることが大切なので、大人の関わり方(遊び方)や子育て環境(メディアの付き合い方や生活環境)の大切さも伝えている。お世話の中で生活リズムを整えて、「見る、聴く、触る(泣いたら優しく抱きしめてあげる等)などの五感」を刺激することにより、脳の神経をピカピカに光らせることがポイントで、「はなす」事ができるには、まずは「わかる」が先であること、人との触れ合いを楽しみと感じ、人への興味関心を深め、「大人に伝えたい」という“意欲”がことばを発するきっかけになることなどを伝えている。

越前市の子育てマイスターさんお二人(お二人とも保育士として長年勤務、園長を務め、退職後子育てマイスター活動)

月2回市の文化センターで子育て広場を開催している。自主開催のため、ちらしも自身で作成、配布は公園等で手渡ししている。子育て広場では次の4つのことを大切にしている。① 親子で過ごす楽しい時間 ② 保護者が一息つきりフレッシュできる場と時間 ③ 保護者同士のつながり④ 子育ての悩みや不安を気軽に相談できる雰囲気

参加者の方には子育てに自信がない方もいる。そんな方には、まずは話をじっくり聞き、寄り添い共感することを第一に、“子育ての方法や思い”の良いところを認めて褒めてあげることで、自信につながり、笑顔になって帰ってもらいたい。遊びながら子どもさんの行動を見守ったり、さりげなく行動の意味を伝えたりしながら、一人一人の成長や発達段階に応じた関わり方についても支援していきたいと考えている。参加者の方からは、「子どもと遊んでもらったり子育ての話など何でも聞いてもらったり、嬉しく助かる。」「ほっこり温かく居心地がいい。おしゃべりしたり一息ついたり母親同士交流できる時間があり、楽しく息抜きができる。」など嬉しい声をいただいている。

福井市の子育てマイスターさん(保育士の経験を活かし、活動。現在は(一社)日本パペットカウンセリング協会所属)

保護者から「YouTube を子どもが見すぎている」という相談を受けることがある。確かに YouTube は一方的に流れていくため「考える」という隙間がないほか、不適切な動画による影響も懸念される。もちろんメリットもあるため、視聴自体が悪いわけではなく、適切な使い方をすることが重要であると考えます。

例えば食事の時間。どうしても作った食事を食べてもらいたくて YouTube をつけるご家庭も多いのではないだろうか。食べないことに気を揉み、親側が強くとったりすることで、食事が楽しい時間にならないようであれば、その瞬間だけ YouTube をつけることも一つである。ただし、漫然と YouTube をつけていては、味覚も食感も感じずに食事をするためこれは避けたいところである。「ご飯のときにはやめようね」と小さい頃から言い聞かせ、YouTube をつけない状態で食事を開始する訓練は必要と考える。YouTube キッズを活用したり、(可能な年齢であれば)自分でルールを決めさせるなど、工夫した使い方で活用できたら良いと思う。

福井市の子育てマイスターさん(看護師として長年勤務、ベビーヨガ、チャイルドコーチング、カウンセリングの資格を有す)

活動中のインスタを見て、公式 LINE に連絡があり、対面や zoom を使用して相談を受ける。中には不登校のお子さんのお母さんもおられ、「無理に行かせるのは良くないかな」と悩まれている。その気持ちに寄り添い「親子の時間を大切にし、楽しい時間を過ごすことが大切」とアドバイスしている。また小・中学生でも親とのスキンシップを嬉しいと思うおさんはとても多いので「抱きしめたり頭を撫でたり手足のマッサージをするなど、心地の良いスキンシップは安心感につながる」と伝えている。子どもが良い事をしたときだけでなく、“その子の存在そのもの”を認めること、感謝することもとても大切。「生まれてきてくれてありがとう。あなたがいてくれて幸せだよ。大好きだよ。愛してるよ」など、継続的に伝えていくことが自己肯定感の芽を育んでいく。また、子どもの話を聴く時、途中で口を挟みたくなくても まずは傾きながら話を最後まで聴く。違うと思っても、決して頭ごなしに否定せず、気持ちを受け入れてあげることにより、子どもは「自分は大切にされている」と感じる。こういったことをお母さんたちに伝えている。

☆子育てマイスターさんの情報交換コーナー☆

活動状況報告でご質問があった産後ケアについて看護師の資格をお持ちのマイスターさんに聞いてみました 

◇気がかりな産後ママのケアはどのようにしたらいいですか？

回答；私は1か月検診に関わっているので、産後うつに関する問診票で9点以上(30点満点)の方は、産後うつの可能性があるため、産後のサポート体制を確認している。核家族で、退院後すぐ一人で育児をしていたり、里帰りをしていても、ママのお母さんが仕事をしていて、日中はいなかったりと、一人で育児を抱えている方もいる。産後の育児のイメージがつかないまま、退院して、夜も眠れず、自分の時間が持てなかったり、赤ちゃんが泣いている理由がわからず、自分を傷つけたくなったり、いろんな悩みを抱えているママが少し増えてきている印象がある。

心が不安定なママには行政の産後ケアサービスや病院の母乳外来への受診を勧めたり、本人の同意を取って、早めに1か月訪問を行ってもらうように市町に情報を提供したりする。※

お声かけとしては、まずは育児の不安をゆっくり聞いてあげること、ストレスを吐き出してもらうこと、そして、この大変さは今だけのことで、(違う大変さももちろん出てくるが)4か月ごろになれば首が座って、10か月ごろになれば歩いたり、先の道筋を立ててあげること、今の状況が好転していくイメージを持たせてあげることも大切かと思う。

※福井県でも育児不安解消サポート事業を実施しており、各健康福祉センターにて精神科医師、心理士、保健師がチームとなり子育ての悩みに寄り添っています。



活動状況報告でご質問があった性教育について看護師の資格をお持ちのマイスターさんに聞いてみました 

◇性教育について親御さんにどのようにアドバイスしたらいいですか？

回答；小さい頃から以下のことを継続的に子どもたちに伝えていくことが大切で、性教育の土台になると考える。

- ・ありのままのその子の存在そのものを認め、親の愛情を継続して伝えていく
- ・あなたの心も身体も全て、他の誰のものでもない、あなただけの大切な宝物
- ・『イヤ』と言うことは悪いことではないこと。自分を守るために『イヤ』と言えることは大切なこと
- ・相手が嫌がっていたら、自分がしたいことでもすぐに やめなければならない

また、優しい笑顔で声をかける、『かわいいね』『大好きだよ』など目を見て伝える、身体を大切に扱う、オムツ替えや鼻水を拭くときなども黙っていきなりするのではなく、『○○するね』と優しく声をかけてからする、ということも赤ちゃんの時から親がしてあげられること。

日本では昔から『イヤ』と言うことは悪いこと、我慢は美德、相手を優先、相手を立てるべき、といった風潮があるが、相手を優先して嫌な気持ちを我慢してばかりいると、本当に自分が嫌なことが分からなくなってしまう、気付かないうちに性被害に遭ってしまう場合もある。また、相手の気持ちを優先するがあまり、嫌と言ったら悪いかなとすら思って相手の言いなりになってしまう場合もある。

このような“性教育の土台づくり”が、小さいうちから、そしていくつになっても大切だと考える。



令和6年度のマイスターの活動状況



皆様からご報告いただいた令和6年度の実績がまとまりましたのでお知らせします。
今年度は216名の方にご報告をいただきました。ご協力ありがとうございました。

●子育てマイスターさんから報告のあった活動実績

項 目	活動回数	具体的内容
育児相談 (子どもに関する相談)	733回	子育て支援センター、保健センター等での育児相談 (内容)離乳食の進め方、母乳育児、湿疹など
サークル活動への助言	147回	公民館の子育てサークル、自主サークルへの助言など (内容)ベビーマッサージ、予防接種についてなど
子育て講座での講師	730回	子育て支援センター、公民館等での子育て講座 (内容)食育相談、離乳食教室、虫歯予防など
イベント等での託児	54回	お母さん達の趣味講座、講演会参加の際の託児など
カウンセリング (保護者自身に関する相談)	218回	子育て支援センターや集落センターなどでの悩み相談 (内容)妊娠に関する悩み、父親の単身赴任など
その他	270回	子育て支援センターでの行事のお手伝い、子育てイベントでの楽器演奏など
合 計	2,152回	平均 10.0 回／人

●市町主催事業での子育てマイスターの活動実績

	内 容	活動回数	参加保護者数	活動場所
市町が主催した活動	子育て講座での講師	647回	5,301人	支援センター、児童館、公民館など
	相談会での相談者	188回	1,158人	支援センター、保育所など
	イベントでの託児	6回	108人	支援センター、公民館など
	サークル活動への援助	9回	116人	支援センター、保育所など
	その他	189回	1,002人	支援センター、公民館、保育所など
	計	1,039回	7,685人	

今回のマイスター通信は、マイスターさんの活動を中心に上げさせていただきました。ご活動の参考になれば幸いです。またインタビューに応じてくださった皆様、ご協力いただきありがとうございました。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

福井県こども未来課 TEL：0776-20-0289 E-mail:kodomomirai@pref.fukui.lg.jp

<ご意見等アンケートにご協力ください>

