

こ しんにちは つるおか

No. 118

子は宝。パパもママもまた宝。

あけはし だいじ
明橋 大二 さん



精神科医、富山病院心療内科部長。専門は精神病理学、児童思春期精神医療。NPO法人子どもの権利支援センターばれっと理事長、富山県虐待防止アドバイザー。著書『子育てハッピーアドバイス』は450万部発行。「世界一受けたい授業」等テレビへ出演。鶴岡市すこやかな子どもを生み育てるネットワーク推進委員会公開講演会講師として来鶴。大阪府出身。

私の専門は子供のメンタルヘルス(心の健康)です。元々は大人も診てきましたが、うつ病など心の病で苦しんでいる方の話を聞くと、虐待やいじめなど子供の頃につらい悩みを抱えていたことが分かりました。子供が助けを求める声は言葉とは限りません。様々な行動等に現れます。もっと早くそのSOSが周りから気付かれていれば、大人になっても病気にはならなかったのではないかと。精神疾患の予防という視点で、子供の心が健やかに成長し前向きに生きる力を得るための子育てと教育に取り組んでいます。

子供の心の土台。それは「私は必要な存在だ。大切な人間だ。生きていいんだ」という「自己肯定感」です。主に3歳くらいまでに親や周りの人との関わりの中でこの感覚が育まれます。ですが、虐待やいじめがあると、子供の自己肯定感はうまく育ちません。実は、日本の子供の自己肯定感が外国の子供と比べ極端に低いことが、内閣府をはじめ様々な機関

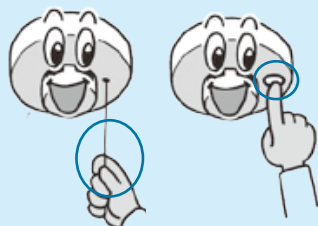
の調査によって分かってきました。子供の自己肯定感をどのように育むかは、これからの日本の子育て・教育にとって重要な課題です。

子は親から自分の長所も短所も全て受け入れて、認めてもらっていると感ずることで、自己肯定感を育みます。また、子は親に甘えたり、反抗したりを繰り返して自立する意欲を得ます。ぜひ肩の力を抜いて子の甘えや反抗を受け入れ、子が感じている気持ちや言葉を言葉にして声を掛けたり、できていることに注目して褒めたりしてみてください。自己肯定感を育む一番いい言葉は「ありがとう」です。

子が親から大切にされるように、親も周りの人から認められ、子育てをねぎらってもらうことが大切です。それが自己肯定感を高める子育てにもつながっていくと思います。子が宝なら、子育ての最前線で頑張るパパもママもまた宝です。この宝を応援しましょう。心の痛みや苦しみに気付き合い、みんなで子育てを支え合う社会になることを期待します。



講演会の様子 (昨年11月19日/出羽庄内国際村)



引くものがある
ので、取扱説明
書で確認してく
ださい。いざと

住宅火災の死因で大きな割合を占める「逃げ遅れ」。煙等を感じて、警報ブザーや音声で火災の発生を知らせてくれる住宅用火災警報器は、逃げ遅れ防止に大きな効果を発揮しますが、電池が切れると作動しません。電池切れ等を光や音で知らせてくれる機種もありますが、作動確認のために点検ボタンを押すものや、ひもを引くものがある

A 作動確認で電池切れを確認できます

寝室の天井に設置した住宅用火災警報器の電池切れを確認する方法はありませんか。

Q 住宅用火災警報器の電池の交換時期を知りたい

声

voice

市への意見や質問、広報を読んだ感想などをお寄せください。
◎送り先 本所総務課
☎25-2111内線316

各種相談窓口

※主に市が開設している暮らしに関する相談窓口を紹介します。
その他の様々な悩みごとは「総合相談」へお問い合わせください。

内 容	相談窓口・電話番号	相 談 日 時 等
総合相談(身近な悩みや心配ごと等)	鶴岡市総合相談室 ☎0120 - 866 - 294	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～16:00
消 費 生 活 相 談	消費生活センター ☎25 - 2982	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～16:00
内職相談、若年者職業紹介	鶴岡ワークサポートルーム ☎25 - 2215	
教育相談(学校教育全般)	教育委員会学校教育課 ☎57 - 4864	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～17:00
// (就学に関すること)	青少年育成センター ☎0120 - 783 - 748	
// (青少年の健全育成)	教育相談センター ☎23 - 9351	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～16:00
// (不登校・適応指導教室等)	子ども家庭支援センター ☎25 - 2741	月曜～金曜日(祝日は除く) 8:30～17:15
子育て・家庭児童相談	障害者相談支援センター ☎25 - 2794	
障害者に関する相談(身体・知的・精神・児童)	お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ	
高齢者に関する相談		

今月の各種相談窓口開設日 2/4～3/3

内 容	問 合 せ	相 談 日 時 ・ 会 場 等
行 政 相 談 (行政相談委員)	本所市民課 ☎内線158	14日 ☎14:00～16:00・市役所本所
	藤島庁舎総務企画課 ☎内線216	24日 ☎13:00～15:00・藤島ふれあいセンター
	羽黒庁舎総務企画課 ☎内線218	21日 ☎13:30～15:30・羽黒コミュニティセンター
	櫛引庁舎総務企画課 ☎内線211	3月1日 ☎10:00～12:00・産直あぐり
	朝日庁舎総務企画課 ☎内線410	21日 ☎13:30～15:30・朝日中央コミュニティセンター
温海庁舎総務企画課 ☎内線312	23日 ☎13:00～15:00・温海ふれあいセンター	
登記相談(司法書士)	本所市民課 ☎内線158	16日 ☎14:00～16:00・市役所本所
休日年金相談	日本年金機構鶴岡年金事務所 ☎23 - 5040	11日 ☎9:30～16:00(要予約)・同事務所

休日診療

☎健康課 (にこ♥ふる) ☎内線362

●急な病気の際は……休日夜間診療所 ☎23 - 5678

- ・開所日 <日曜日、祝日、年末年始>
 - 9:00～11:30
 - 13:30～16:30
 - 18:00～20:30
- <上記以外の月曜～土曜日>
 - 19:00～21:30
- ・診療科 内科、小児科、外科(②のみ)
- ※小児科は、①のみ小児科医が診察します。

●休日の歯痛の際は……休日歯科診療所 ☎23 - 0372

- ・開所日 <日曜日、祝日、年末年始>
 - 9:00～12:00
 - 13:00～15:00

献血 2/4～3/3

献血会場で骨髄ドナー登録もできます

☎健康課 (にこ♥ふる) ☎内線362

月 日	受付時間	会 場
2. 7 ☎	13:30～15:30	鶴岡警察署
9 ☎	13:30～15:30	鶴岡市上下水道部
11 ☎	10:00～12:00	鶴岡協同の家こぴあ
//	13:30～16:00	//
18 ☎	9:00～15:30	にこ♥ふる
22 ☎	9:00～11:00	市役所藤島庁舎
//	13:30～15:30	J A庄内たがわ羽黒支所

いうときの確に作動するよう、定期的な作動確認を行い、電池切れ等を予防しましょう。

設置後10年が住宅用火災警報器交換の目安です

平成18年6月1日の改正消防法の施行でスタートした住宅用火災警報器設置の義務化。昨年の6月で10年が経過しましたが、設置後10年が住宅用火災警報器の交換の目安となっています。これはセンサー等の寿命によるもので、交換しないままだと、火災が発生しても感知しないといった事態につながりかねません。皆さんの家庭に、設置後10年が経過するものがある場合は、本体を交換しましょう。

消防本部管内(本市・三川町)では、昨年6月1日現在の住宅用火災警報器設置率は全住宅のうち79%ですが、火災予防条例の規定に沿うよう正しい場所や位置に設置している住宅の割合を示す条例適合率は63%と依然として低い状況です。大切な命を守るため、適切に設置しましょう。

住宅用火災警報器は、全ての住宅に設置することが義務付けられているよ!

