～ふれあい子育て通信～第325号～

発行日：2026年８月１日　発行所　社会福祉法人愛の泉　ふれあいホーム

つくしんぼ

目の前のこどもを想うこと

私は児童養護施設愛泉寮で働いて20年になります。家庭では高校生、中学生、小学生の娘を育てています。

これまで、仕事と子育てを両立してくることができたのは、家族や職場の仲間の支えがあったからです。しかし長い間、「どちらも中途半端なのではないか」という気持ちを抱えていました。

夫も夜勤のある仕事をしているため、朝は一人でこどもたちの支度に追われる日も少なくありません。時間に余裕がなく、なかなか準備の進まない娘にイライラしてしまったり、ごま塩おにぎりだけをかじらせながら保育園へ送って行ったこともありました。また、こどもの体調不良で仕事を休み、同僚にフォローしてもらうたびに申し訳なさを感じていました。施設では、こどもたちと日中を一緒に過ごしていますが、夕方には自宅に帰ります。夜を共に過ごし、朝を迎える担当職員のようにはなれないことにも、どこか後ろめたさを感じていました。

そんな私の気持ちを救ってくれたのは、愛泉寮を卒園した一人のこどもの言葉でした。色々なことに悩み苦しみ、学校へ行くことができなかった時期を、私の作る昼食を楽しみに乗り越えることが出来たと話してくれたのです。その言葉を聞いた時、こどもと向き合う時間の長さが大切なのではないかと気づかされました。どんな立場であっても、どんな働き方であっても、目の前のこどもを想ってとった行動には意味があるのだと思えたのです。

あの日、慌ただしい朝に数分で握ってラップに包んだごま塩おにぎりも、きっと娘たちの成長の一部になっています。今も子育ての正解は見つからず、「これでよいのだろうか」と悩む日があります。それでも、こどもたちの成長に励まされながら、家庭でも仕事でも、こどもたちと過ごす時間を大切に子育てを楽しみたいと思っています。

愛泉寮　高良恵

ホームスタートかぞ（家庭訪問型子育て支援）：ボランティア募集！

＊ホームスタートは、お子様がいる家庭にホームビジター（ボランティア）が訪問する子育て支援です。訪問中は、友人のように一緒に過ごしながら、お話を聴いたり、お子さんと遊んだりすることで、子育てを応援します。また、他の支援や人と繋がるきっかけづくりを支援します。

【ビジター養成講座】

＊対象：子育て経験のある方で、受講後に訪問支援活動に携わることができる方。全日程参加できる方。

＊日時：9/29（火）、10/6（火）、10/13（火）、10/20（火）
10/27（火）、11/10（火）の10:00～16:00＋面談（30分程度）

＊場所：子育て支援センター　愛の泉ふれあいホーム

＊〆切：9/9（火）　　＊参加費：無料

＊申込・問合せ：ホームスタートかぞ　TEL0480-62-2990
（子育て支援センター愛の泉ふれあいホーム内）

〈食事中のこどもへの声かけ〉

みなさんは食事の際、どのような声かけをしていますか？我が子はとにかく食べるのがゆっくりなので、つい「早く食べて」と言いがちです…食事の声かけの仕方も時代とともに変化しています。その子にあった適切な対応や声かけによってこどもも大人もストレスなく食事ができるといいですよね。

1.そのひとくちサイズ、大きくないですか？

「ひとくちは食べてみよう」と声かけしたことがある人は多いと思います。そのひとくちがその子にとって大きくないか、大人基準になっていないか確認してみましょう。米粒くらいの大きさでもこどもにとっては大きな挑戦です。

2.こんな声かけしていませんか？

①「もうひとくち！」

「ひとくち食べてみて」と提案して食べた後に、「もうひとくち！」と勧めると、嘘をつかれたと思われるかもしれません。次からの「ひとくち食べてみて」の提案を受け入れてもらえなくなってしまうかもしれません。

②「頑張れ！」

食べられない子からすると、すでに頑張っていることが多いです。「無理しないでね」などの声かけの方が助けになることもあります。

3.おすすめの声かけ

どんな声かけをしたらいいかわからないという人は、声かけ変換表を使ってみてください。そのような行動をとっているのには様々な要因や背景があります。声かけだけでは解決しない場合もあります。ご参考までに…。

〈声かけ変換の例〉

状況・こどもの行動	△な声かけ・対応	○な声かけ・対応
残してしまう	残さず食べなさい！	どのくらいなら食べられそう？
食べるのが遅い	早く食べて！ いつまで食べているの？	どこまで食べたらごちそうさまする？
全く口をつけようとしない	ひとくちは食べなさい！	ぺろっとして／においだけ嗅いでみたら？
おしゃべりが止まらない	静かにしなさい！	「これくらい（ひそひそ）でしゃべれるかな？」 ○時になったらごちそうさまだよ

参照：月間給食指導研修資料

愛泉寮　管理栄養士　杉原

【子育て相談】

（月曜日～金曜日９：00～15：00）

子育てで悩んでいることはありませんか？

一緒に考えていきましょう。

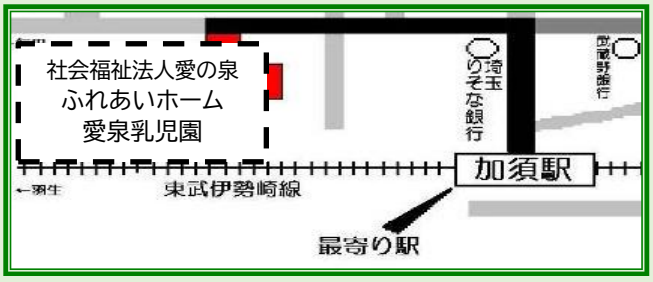
お気軽にお問い合わせください。

電話：0480-62-2990

（子育て支援センター愛の泉ふれあいホーム）

＊交通案内図＊

住所：埼玉県加須市土手2-15-57



おすすめ絵本

愛の泉ふれあいホームには、地域の方に寄贈いただいた図書、紙芝居などがたくさんあります。0歳から楽しめる絵本や仕掛け絵本、図鑑や大人も楽しめる楽しいレシピ本など、種類豊富に揃っています。
貸し出しも行っておりますので、ぜひこの夏休みに愛の泉ふれあいホームで読書を楽しみませんか？
来館の際にはご連絡お待ちしております！

★オープンハウス(9:00～12:00)月・水・金曜日★

0歳児からの親子が自由に過ごせる場所です。 スタッフも一緒に過ごします。

★おはなし会(11:45～12:00)★

自宅にもちかえることの出来る手遊び、絵本や紙芝居の会です。

★0歳児対象のスペース(月曜日　9:00～12:00)★

1歳未満のお子さんとご家族が自由に過ごせる場所です。

※オープンハウスは予約制です。
ふれあいホーム(0480-62-2990)へお気軽にお問い合わせください。

わくわくツインズ

双子(多胎児)の親子・妊婦が集まって、子育ての楽しさや大変さを一緒におしゃべりして、情報交換する場です。
お子さんも一緒に遊びましょう。
気軽にお申し込みください。

毎月　第2火曜日
10：00～12：00

産休・育休サロン

仕事復帰に向けて、いろいろな不安や心配事がたくさんあるはず‥一人で、あるいはご夫婦だけで悩んでいませんか？この機会に、みなさんで一緒に語り合いませんか？

毎月　第3火曜日
10：00～12：00