



## トピックス

### 虐待としつけ



“生後半年の赤ちゃんが殴られて死亡、親による虐待か？”

このようなニュースは、残念ながら後を絶ちません。尊い命が失われた悲しさと同時に何とか防げなかったのだろうか？と考えてしまいます。虐待をしたくてしている親はいないはずですが、どうしてこのような不幸なことが繰り返されるのでしょうか。

厚生労働省の調査によれば、平成26年度の全国の児童相談所での児童虐待相談対応件数は88,931件です。この数は年々増加しており、5年前と比べても2倍となっています。また山口県における相談対応件数は平成26年度270件であり、全国同様年々増加しています。虐待の相談や通告が急増しているのは、昨今、それに対する社会的関心が高まったため以前なら見過ごされていたものが通告や相談されやすくなったことが大きな要因と考えられます。また、子育てに不安を抱える親が増えてきているからではないかと思われます。昔は兄弟姉妹が多かったため、子育てを直接見る機会もあり、自然と赤ちゃんとのかかわり方などを覚えることができていたでしょう。しかし最近、普通の生活の中で赤ちゃんと接することがなくなり、わが子を生んで初めて世話をするため、子育てに戸惑い、スキルの無さも相まって自信をなくしてしまうのではないのでしょうか。

親はわが子を“きちんと育てないといけない”と思うがゆえに「しつけ」ようとしつめます。「しつけ」とは、子どもが自ら判断・決定して感情や行動をコントロールする力を育てるために行うものです。簡単に言うと“こうやったらいいんだよ”と教えることです。しかし“教えたいのに伝わらない”となり、だから“叱りながらしつける”という悪循環に陥ってしまうのです。しつけは子どもとの戦いというより親自らとの戦いと言っても過言ではありません。ではどうしたらうまく伝えられるのでしょうか。

そのための方法のひとつとして、これはCSPという、米国で開発された親トレーニング方法のごく一部ですが「具体的なコミュニケーション」が必要です。子どもが何かミスした時“ちゃんとしてよ”“しっかりしなさい”と叱ることがあると思いますが、果たして“ちゃんと”や“しっかり”とは何でしょう。曖昧な表現は大人には伝わっても、子どもには分かりません。“玄関では靴をきちんと揃えてね”“自分で出したごみはゴミ箱に捨ててね”等、具体的にしてほしい行動を丁寧に話すことで伝わりやすくなります。その他、CSPの項目としては「良い行いをしたときに効果的に褒める」「自分をコントロールする」などがあります。（\*CSPについての講座を開催している自治体もあります）

また、赤ちゃんが泣き止まなくてイライラすることは誰でもあり得ることです。激しく揺さぶったり口をふさいだりしては、泣き止むどころか命にかかされる危険な状態になってしまいます。理由なく泣くことは赤ちゃんにはよくあることです。こんな時可能ならば、少しその場から離れて自分がリラックスしましょう。

子育ては不安やイライラがあっても当たり前です。大事なことは一人で抱えて悩まずに、誰かに相談することです。家族・知人はもちろん、市町や児童相談所もあります。当院にはお母さんやお子さんの相談をお受けする母子保健室がありますので、ご利用ください。

母子保健室 主査 大場 貴子 

## 「おぎゃー!!」

### in 助産院 Sun

助産院でお産ができる方は、

- ※ 妊娠経過が正常な経産婦さんで、医師より助産院でのお産が可能と言われた方
- ※ ご本人とご家族が、助産院でのお産を希望されている方
- ※ 当病院の産科外来を受診されている方です。

院内助産院でお産をされたお母さんにお話を伺いました。今号は4月に出産された結望ちゃんのお母さんです。

**現在の心境は？**

10ヶ月間の妊娠生活だったので体がかなり軽くなり、開放感と赤ちゃんに会えた喜びの両方を深く感じています。また一からの子育てを楽しみながら過ごしていけたらと思います。

**助産院で出産しよう！と思われた理由は？**

1人目を出産した時に部屋の希望で量が良かったので、産後お世話になったのがキッカケでした。皆さん親身、親切で、2人目を出産するときは絶対に助産院で考えていました。

**助産院でお産をすることで不安な事はありましたか？**

全くありませんでした。助産院のスタッフ皆さん優しく頼りになる方達ばかりでしたので安心していました。

**「いざ、お産！」の時はどうでしたか？**

2、3日前からずっと前駆陣痛があり、病院に着いて陣痛というのが分かりました(笑)すでに8cm開いていて、そこから40分ぐらいで出てきてくれました。経験豊富なスタッフの皆さんのおかげでスムーズにお産ができ、本当に良かったです!!

**ご家族の反応は？**

主人には夜勤を早退してもらって病院まで連れて行ってもらい、出産する時も首に手を回して出産させてくれました。「良く頑張ったね!! ありがとう」と言ってもらえましたが、元々血が苦手なので衝撃だったみたいです(笑)

家族は平日の朝だったので、仕事で立ち会う事ができなかったのですが「もう産まれたの？早かったね!! 本当に良かった」と言われました。

娘は寝ていたので私の姉に預けていたのですが、病院に着いて赤ちゃんをじっと見ていて、優しくトントンしてくれたので立派なお姉ちゃんになってくれると思います。



『よしよし』



ゆのん  
結望ちゃん  
平成28年4月1日 生まれ

「助産院で出産を！」と検討中の皆さんへ、メッセージをお願いします。

自分の好きなスタイル、和やかな雰囲気の中でお産する事ができます。産後すぐに赤ちゃんや家族でゆったりした時間が過ごせるのも助産院ならではだと思います。一度経験したら忘れられない素敵なお産ができると思います。

**助産院Sunスタッフより**

ご主人の力強い助けもあり、大変スムーズなお産になりました。その、ほのぼのとした雰囲気にも感動をもらいましたよ。次(3人目)があれば、また是非、助産院に産みに来てくださいね。(近藤)

### マタニティレシピ



#### おからのサラダ

(1人分) 【1日の推奨量】

- ・エネルギー 78 kcal
- ・カルシウム 67 mg 【650 mg】
- ・繊維 4.7 g 【18 g以上\*】

\*目標量

マヨネーズの代わりにヨーグルトを使用したさっぱりした味わいの低エネルギーのサラダです。

芋の代わりに食物繊維たっぷりのおからを使いました。おくら、わかめも繊維が豊富ですよ。

**※材料 (1人分)**

- ・おから 30g
- ・ロースハム 10g
- ・人参 10g
- ・玉ねぎ 10g
- ・オクラ 10g
- ・わかめ 0.5g
- ・プレーンヨーグルト 20g
- ・塩コショウ 適宜

**※作り方**

1. おからは電子レンジで加熱しておく。
2. ロースハムは1cm角に切る。
3. 人参はいちよう切りにし、電子レンジで加熱する。
4. 玉ねぎは薄くスライスし、氷水にさらしておく。
5. オクラはせつとゆでて輪切りにする。
6. わかめは水で戻して水気を切っておく。
7. おからが冷めたらプレーンヨーグルト、塩コショウで味付けをする。
8. 7に2~6の材料を混ぜ込み、器に盛る。

【レシピ提供者】  
栄養管理部  
福江 常子

**※つくってみました:** 普段はマヨネーズを使用しており、カロリーが気になっていました。このレシピで作るとカロリーも気にせず食べられますね☆ 便通も良くなるし、オススメです◎ (母子保健室)

そのまま焼いてグラタン風にしても美味しくいただけます。あればコーンを入れると色取りが良くなりますよ♪

### センター稼働状況

分娩数	56件	緊急帝王切開	10件
母体搬送	5件	NICU稼働率	75.0%
新生児搬送	1件	MFICU稼働率	98.9%

(平成28年6月)

### 「いい音だね! 風鈴リンリン」



**編集後記**

日に日に暑くなり、いよいよ夏の到来ですね。こう暑いと冷たい物が欲しくなりますが、摂りすぎには十分注意しましょう。左上の写真は、防府天満宮の七夕まつりでの光の斎庭「傘玉アート」です。傘を繋ぎ合わせた傘玉に光を灯し、星空を表現されています。(T.O★N.S★Y.M★K.H.)

by. お飾り隊

周産期センターキャラクター マミー&メイ