

新生活のスタートに子育てサポートを上手に使いましょう！

埼玉県立大学保健医療福祉学部看護学科 望月 浩江

入園入学のお子さん、ご家族の皆さん、おめでとうございます。入園等に伴い職場復帰など、子どもだけでなくご家族の生活も大きく変化するのではないのでしょうか。初め

れ、新しい友だちと関係を築くことは、多くの緊張やストレスを伴います。まずは規則正しい生活リズムを心掛けましょう。そして、子どもをぎゅっと抱っこする時間や、一日の出来事を親子で話す時間を持つなど、親子が共に

ホッとできる時間を共有できるとよいのではないのでしょうか。

毎日元気に登園できることが一番ですが、初めて園に通う乳幼児期の子どもはさまざまな感染症にかかりやすいものです。乳幼児期の子どもは体内に侵入したウイルスや細菌から体を守る力（免疫力）が未熟で、1歳では成人の約6割程度、学童期でやっと成人と同様のレベルに到達します。職場復帰されるご家族の心配の一つは、子どもが発熱

したり、感染症にかかり登園できないときにどうするか…ではないでしょうか。

そんなときには、職場や家族など周囲の理解や協力を得ることはもちろんですが、病後児保育や緊急サポート事業など（詳しくはこしがや子育てネット（<http://koshigaya-ko-sodate.net/>）をご覧ください）、子育てサポートも利用しながら乗り切りましょう。子育てサポートの情報収集や利用登録をしておく等、もしものための準備をしておくこと

安心です。急な体調の変化に子どもも医療電話相談（#8000）の利用や、日本小児科学会ホームページ「こども救急」（<http://kodomo-qg.jp/>）を参照すると受診を判断する目安になります。

子どもはさまざまな感染症を繰り返しながら免疫力を獲得していきます。数年すれば、「そういえば強くなったなあ」と思うときが来るはず！ 今が一番大変な時期！ そう思っている時期を乗り切りましょう。