

# すくすくすくすくママ

芸術の秋

vol.43  
2023.11

今号は…

- オレンジリボン運動について
- すくすくママのインタビューコーナー
- 知っているとおちよつと安心乳幼児健診
- いばらきKidsClubカードで楽しく得しちゃおう!

## オレンジリボン運動 ~11月はオレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーンです~

名称が「児童虐待防止推進月間」から「秋のこどもまんなか月間 オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」に変わりました。

### オレンジリボン運動

オレンジリボンには「児童虐待防止」というメッセージが込められています。

### ★今年度のスローガン

## 「あなたしか 気づいてないかも そのサイン」

### 日立市では…

本庁舎をオレンジ色にライトアップしたり、児童虐待防止のリーフレットを学校で配布したり、公共施設や医療機関で掲示したりしています。

他にもポスターや広告等が様々なところがあるので、気にかけて見てみると良いかもしれません。



### 過去記事の紹介

\*過去のすくすくママ(vol.40)でもオレンジリボン運動について紹介しています。



- 1 -

### 相談窓口

一人で悩みを抱えていませんか？  
虐待の相談だけでなく、子育ての悩みを相談できる窓口をご紹介します。

★子どもセンターの総合相談 ☎0294-36-0048

★教育プラザのこども発達相談センター  
(発達に関する相談) ☎0294-22-2525

★日立市女性センター「らぼーるひたち」の女性生活相談  
(女性の困りごと全般) ☎0294-35-2215

★保育園の子育て支援センターでも話をきいてもらえるよ。



### 体験談

~子どもセンターの保健師相談を利用しました~

娘の発達のことで悩んでいた時、子どもセンターの保健師相談を利用しました。子どもを遊ばせながら相談ができて良かったです。一人で悩まず誰かを頼ってもいいんだなと思いました。保健師さんにはその後も何度か電話で話を聞いてもらえたり、アドバイスをいただけたりはとてもありがたかったです。

## いばらきKidsClubカードで 楽しく得しちゃおう!

### 《日立市施設で使えるお店》

- 1 奥日立きららの里→入場料大人60円引き、小人20円引き
- 2 日立シビックセンター科学館サクリエ→毎月第3日曜日に、科学館または天球劇場の入館料50円引き。ほかの割引との併用不可。
- 3 鶴来湯十王→施設内売店で1,500円以上お買い上げの方に会員証1枚につきソフトドリンク券1枚プレゼント(平日のみ)
- 4 久慈サンピア日立→ドリンクバー無料サービス(1名様・ランチ利用のみ)



### あなたの普段使っているお店も入っているかも!? 公式HPをチェック

「妊娠中の方」や、「18歳未満のお子さん」のいる保護者1名につき1枚交付しています。交付場所は市役所、各支所、保健センターです。(保健センターは妊娠中の方のみ) 紛失時は再発行が可能です。



ご協力ありがとうございました

MEIKO 様 神定 祐亮 様  
健康づくり推進課 様

メール募集中!

質問やご意見など、お問い合わせはこちらから



【発行】日立市  
 【編集】すくすくママ：天野里佳 大野ゆき子 小室有梨 齋藤容子 関いくえ 北岡エリ子  
 高梨里美 西岡朋実 大城愛希 永澤朋代  
 【問合せ先】日立市保健福祉部子ども局子育て支援課 〒317-8601 日立市助川町1-1-1  
 ☎0294-22-3111(内線478) IP☎050-5528-5071 ✉kosodate@city.hitachi.lg.jp

日立市HP(携帯版)



ひたちすくすくガイドHP



## 《MEIKOさん(イラストレーター) 日立市出身・日立市在住》

### ★小さい頃は泥んこ遊びが好き!

子どもの頃は、外で泥んこ遊びをするほど元気に遊ぶ子でした。絵を描くきっかけは妊娠中に横たわるほど安静にしていけないといけなくなった時でした。ふと“絵”を描いてみたら、ものすごい夢中になっていきました。絵のことは何一つ知らなかったのですが、まずはSNSで自分が好きな絵を見始め、それがたまたま好きな色彩やイラストがイギリスや海外のテイストだと気づき、真似て絵を描き始めました。

SNS上に制作した絵を度々アップしていくうちに、コミュニティの方々から描き方や画材のアドバイスももらいながら学んでいきました。

### ★見守ろう!ママの愛情のひとつも添えて

子どもたちには絵を描くことの楽しさを味わってほしいので“自由に描いてみよう”を大事にしています。親は画材を用意して、あとは見守るだけ。最後には子どもが描いた絵を額に入れて飾り、その時、私が感じた良いと思うところを伝えています。

### ★自然の中で感性を磨く!

私の作品の原点は日立市の自然の中で育った環境や海外で見た色彩が大きいですね。道端や実家のお庭にある草花やお花に触れ合っていたことが現在につながっているのかなと思います。また、子どもたちとする遊びの一つに、卵のパックに羽、葉っぱ、黄色などお題を書いて、探して入れるお散歩バッグがあります。自然と触れ合うことで感性も磨かれますし、これはおすすめです。

### ★英語とアートを広げたい!

様々なパッケージデザインのイラストを手がけてきました。他に、絵画教室も行っています。近年では子ども向けに英語と絵画を組み合わせた教室「英語でアート」を市内で開催しています。英語を学ぶだけでなく、英語で学ぶことの楽しさを伝えていけたらと思っています。他におうち英語についても不定期に講座を開いています。今回の開催内容はInstagramで配信するので皆さんものぞいてみてくださいね。



## すくすくママのインタビューコーナー

Vol.1 アーティスト編①

みなさんは、アーティストというとどんなイメージを持っていますか?絵画や音楽を仕事にするには「幼少期から練習が必要では?」、「親自身ができないと難しい」というように思われるかもしれません。そこですくすくママがアーティストとなった日立市出身、在住の2人にインタビュー!「好き」があればどこでも、いつになってもスタートできる。そんな子育て・生き方のヒントが満載です。今回は、MEIKOさん、神定さんをご紹介します。

## 《神定祐亮さん(イラストレーター) 日立市出身・日立市在住》

### ★絵で心に響く体験を

子どもの頃は描いた絵を見てもらって喜んでもらうのが好きでした。似顔絵や図鑑の動物を模写していました。学生時代には漫画を描いていました。僕の描いた絵を必要としている人に届いてほしい、共感してほしいと思って描いています。ぜひ作品と向き合って対話をしてほしいです。

### ★たくさんのお話を伝え合おう

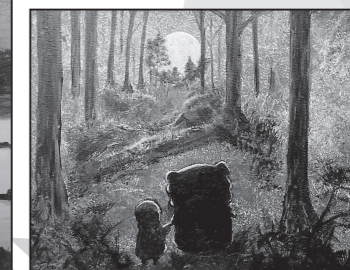
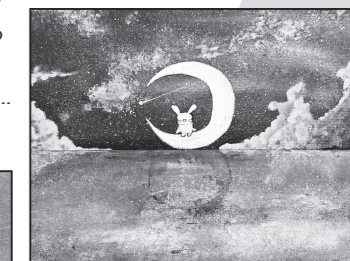
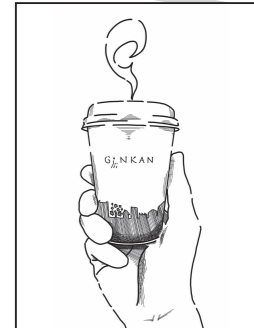
絵は年齢を問わない自己表現なので、ぜひ小さなお子さんにもトライしてみてください。そして作品が出来たら、大人は色々なバリエーションをもって褒めてあげてください。認めてもらえるって嬉しいことです。また大人の方自身が何かアートに挑戦しようと思うなら、作品を発表する場を作るといいですね。今ならSNSに載せるとかがいいかもしれません。

### ★アートは身近なもの

アート活動に触れるなら、話せる人がいる場所に行くこと。日立市ならCOFFEE STAND GENKANがオススメです!また現在、絵本制作中です。楽しみにお待ちください。絵本はご自宅でも簡単に触れられるアートです。

### こぼれ話

今回お話を伺った神定さんは、カフェ店主として働く傍ら、アーティスト活動、地域の方への講師活動など多方面で活躍されています。充実した時間を過ごされているようで、「夢はノーベル平和賞受賞」と語る瞳はキラキラ輝いて見えました。個人の経験や役割が増加することで、それぞれの相乗効果を生み、個性の奥行きが広がるのかも。今は忙しいママ・パパも、子育てを通してきっと豊かな個性がプラスされているはず!



# 知っているとちょっと安心

# 乳幼児健診

乳幼児健診って何歳になっても親も子も緊張するビッグイベント！  
何をやるのかな、我が子は大丈夫かなと心配になることもありますよね。  
普段あんまり聞けない健診の内容や、すくぷちママの体験談をまとめました！



## 1歳6か月健診の内容と流れ

(これは一例です。)

健診にかかる時間や順序は、会場や受診人数によって異なるけど、2時間程度かかったよ。

### ①受付 … 母子健康手帳、問診票、アンケートを提出

事前に問診票などを記入し、母子健康手帳など必要な物を用意しておく、スムーズです。

### ②問診 … 問診票やアンケートをもとに子どもの状況について問診を受ける

ありのままのお子さんの様子を見たいので、特に練習したりせず臨んでくださいね。

### ③身体測定 … 身長、体重、頭囲を計測

### ④歯科診察 … むし歯の有無や歯並び等を診察

### ⑤内科診察 … 身体の状態全般を診察

### ⑥フッ化物塗布 (1歳6か月、2歳児歯科健診の希望者のみ)

…フッ化物塗布や磨き残しチェックが無料で受けられる

約9割の方が利用しているんだって！

### ⑦保育相談 … 保健師さんから健診結果を聞く

## 歯科検診 1歳6か月、2歳児歯科健診・3歳児健診にて実施

### 体験談

- ★「歯の根元に歯石がついている。この年齢でついていると、歯石が付きやすい可能性がある」と言われてショック。子どもの歯磨きへの意識が変わったよ！
- ★フッ化物塗布後、30分は飲食やうがいが出来ないよ！事前に水分補給をしておこう。

☆すくすくプチ vol.17 ~ 21,24,39 もチェック→



## 歯に興味を持ってもらえる！おすすめ絵本 /



「はみがき すっきり」  
サトウマサノリ作/  
パイインターナショナル

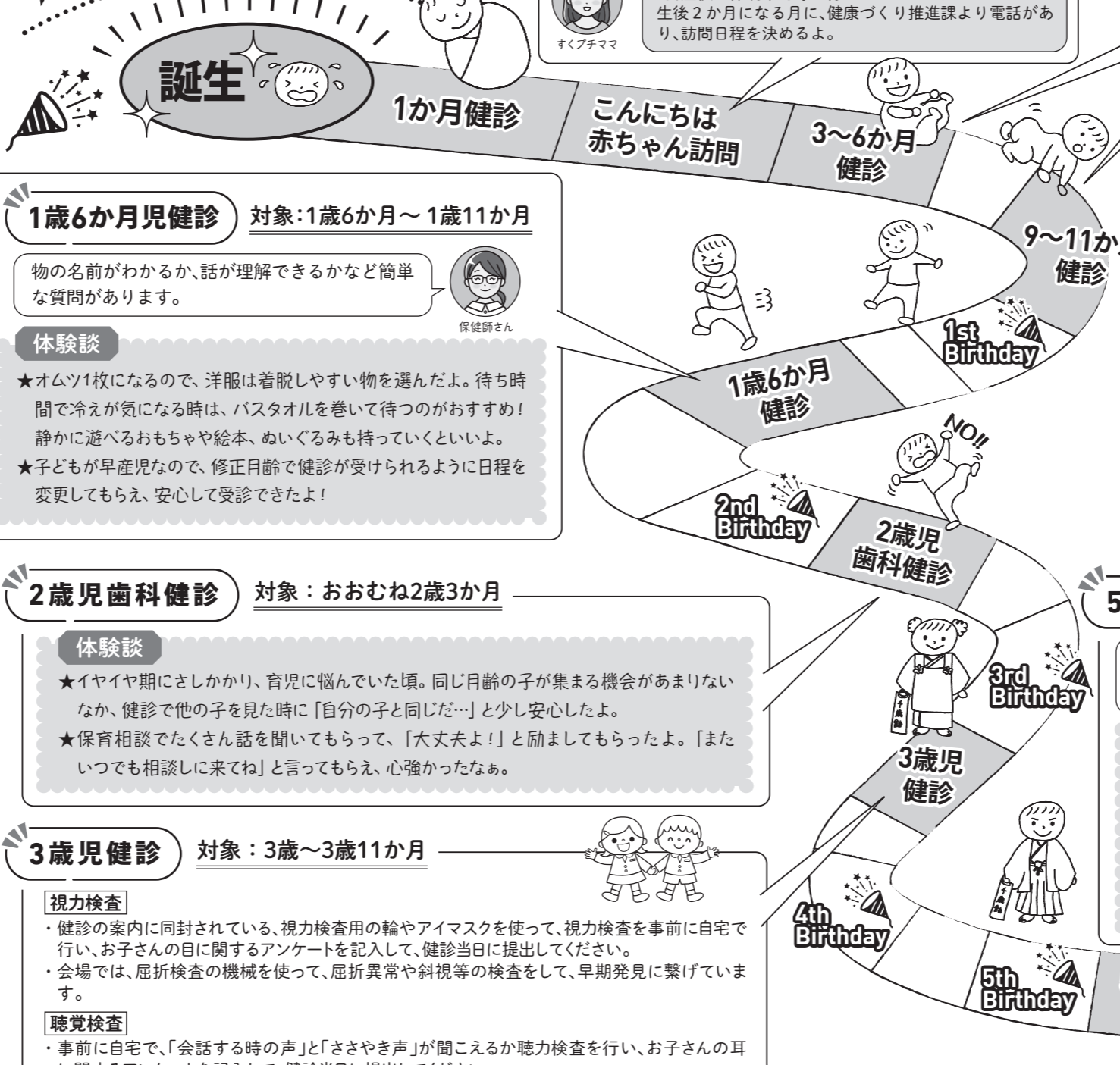


「はみがきあそび」  
きむら ゆういち作・絵/偕成社



「はみがきれいしゃ しゅっぱつしんこう!」  
くぼまこと作/アリス館

## ★乳幼児健診の流れ★



### こんにちは赤ちゃん訪問

対象:4か月まで

保健師さん、助産師さん等が自宅に来て発育・発達の確認、産後の体調確認等を行ってくれるよ。  
生後2か月になる月に、健康づくり推進課より電話があり、訪問日程を決めるよ。

### 1歳6か月児健診

対象:1歳6か月～1歳11か月

物の名前がわかるか、話が理解できるかなど簡単な質問があります。

### 体験談

- ★オムツ1枚になるので、洋服は着脱しやすい物を選んだよ。待ち時間で冷えが気になる時は、バスタオルを巻いて待つのがおすすめ！静かに遊べるおもちゃや絵本、ぬいぐるみも持っていきといいよ。
- ★子どもが早産児なので、修正月齢で健診が受けられるように日程を変更してもらえ、安心して受診できたよ！

### 2歳児歯科健診

対象:おおむね2歳3か月

### 体験談

- ★イヤイヤ期にさしかかり、育児に悩んでいた頃。同じ月齢の子が集まる機会があまりないなか、健診で他の子を見た時に「自分の子と同じだ…」と少し安心したよ。
- ★保育相談でたくさん話を聞いてもらって、「大丈夫よ！」と励ましてもらったよ。「またいつでも相談しに来てね」と言ってもらえ、心強かったなあ。

### 3歳児健診

対象:3歳～3歳11か月

### 視力検査

- ・健診の案内に同封されている、視力検査用の輪やアイマスクを使って、視力検査を事前に自宅で、お子さんの目に関するアンケートを記入して、健診当日に提出してください。
- ・会場では、屈折検査の機械を使って、屈折異常や斜視等の検査をして、早期発見に繋がっています。

### 聴覚検査

- ・事前に自宅で、「会話する時の声」と「ささやき声」が聞こえるか聴力検査を行い、お子さんの耳に関するアンケートを記入して、健診当日に提出してください。

### 尿検査

- ・健診当日の朝採尿してください。紙コップで取るのに抵抗があるお子さんもいるので、事前に練習しておく当日スムーズに採尿できると思います。

### 体験談

- ★視力検査は、ジェスチャーを交えて楽しみながら、お家でやったよ。
- ★尿検査は、おむつだったから採尿が大変だったな…。水分をいつもより多めにとってチャレンジしたよ。

健診日に尿の提出ができなくても、無理せず、4歳未満までは尿検査ができませんので、再チャレンジしてください。3歳児健診が行われている日程の14:30-15:00に再提出できます。日程は、健康づくり推進課へ確認するか、日上市乳幼児健診のホームページをご確認ください。

### 乳児健康診査

対象:①3～6か月 ②9～11か月

生後2か月になる月に郵送されてくる「乳児健康診査受診票」を利用すると無料で受診できるよ。県内の医療機関に自分で予約してね。

### Q&A Q.健診のお知らせはいつ来るの?

健診名	通知時期
1歳6か月児	1歳7か月頃
2歳児	2歳3か月頃
3歳児	3歳3か月頃

予防接種の予約も一緒にチェックしよう！

健診名の時期よりも後に、お知らせが来るんだね！

健診日時は指定されていますが、受けられない場合は変更も出来ます。1歳6か月、3歳児健診のみ『休日健康診査』として日曜に実施しています。

仕事でどうしても健診が受けられなかった時、日曜に振り替えたならパパが健診に行ってくれたよ！

### 5歳児健診

対象:年中児

「5歳児健診アンケート」や園生活の様子から、お子さんの特性を把握します。お子さんに心配事や困り感がみられるときには、保健センターで実施する5歳児健診への案内があります。

### 体験談

落ち着きがない様子もあったけど、集団の輪を乱すわけではなかったから個別通知が来たときはショックだったな。健診では各分野の専門の先生がいて、実際に子どもと触れ合って行動を見たり先生たちの話を聞いたりと、遊びながらテストのようなものを行ったよ。結果的には、個性や環境もあるから様子を見ることに。今は落ち着いて学校生活を過ごしているからホッとするよ。  
個別で気になることを相談できたことは良かったよ。コロナ禍で園行事もなかった頃だったから、家族以外の人と子どもが関わっている姿や成長を見ることができたのは、嬉しくて涙が出ちゃったんだ。

## 感想

- ・毎回の身体測定では、大きくなったなあと成長をしみじみと実感しました。
- ・同じ月齢の子ども達が集まるので、ついつい周りの子ども達と比べてしまいやすいけれど、大切なのは我が子の成長。健診中は、子どもができるようになったことを改めて振り返って、たくさん褒めてあげようと思います！
- ・慣れない健診に大人だけじゃなく子どもだって不安になるんだとハッとしました。子どもに事前に知らせることで、少しでも心構えができるように、普段から意識していきたいと思いました。