

パパの秘密基地

ママには 言えないシリーズ



悩み

- それは違うと心の中で思ってもケンカになるので言えない。
- 子どもの叱り方がよく分からない。
- 妻が最近太っていること。笑って気にしていないフリをしますが実は切実。
- 子どもの機嫌とりにゲームに頼りたくないのですが、頼ってしまっている。

ひみつ

- 子どもに1番初めに「お父ちゃん」と呼んでもらえるように連呼しています。
- ほっぺにちゅ～してもらえるようおやつで誘導しています。
- 妻が子どもを連れて長期間実家に帰っているときに、車の改造パーツをネットで買っています。
- 帰宅途中の寄り道。

実はこんなこと思っている

- 夫婦というか、家族になれて嬉しいが男女の恋人気分が感じられなくなってきている。
- 子どもの発達や肌のトラブルに悩む妻が辛そうにしているけれど、へこみすぎかなと思う事がある。元からちょっと悩みやすい気質なのかも。
- 妻が機嫌悪そうな表情をしていることがあるので、その時は気を使います。
- 少しパパにも愛情を。
- 子どもをあまり怒らないでね。
- まだ、子どもが私に対して、笑顔を見せてくれたのは、片手で数えるくらいしかない。将来、なついてくれるのかな…。
- 小遣いが少ない。
- あまりイライラしないでね。こわい…。



趣味を楽しもう!!

子育て中は「自分の趣味はガマンしなくちゃ!」なんて思っていませんか?でも、時には楽しみがあってもいいですよね。そこで、少し発想の転換!例えば、バイクが趣味の場合、皆で楽しむことは難しく感じますが、「休日に子どもとっしょに洗車!」というようにすると、パパはバイクに触れる時間を!子どもはパパと水遊び気分!というように、一緒に楽しむことが出来ますよ!ぜひ、一緒に笑顔の時間をすごして下さいね(^_^)

(NPO法人子育て応援団ゆうわ 理事長 齋藤 勇介)

子どもの具合が悪くなったらどうする?

① 小児科が診療しているときは、小児科に相談

かかりつけの小児科 _____
電話番号 _____



② 夜間・休日で小児科が休診のときは急いで受診が必要か調べてみる。

- ・ こどもの救急 (公益社団法人 日本小児科学会)
- ・ 宮城県こども夜間安心コール #8000 (毎日午後7時から翌朝午前8時まで看護師が適切な対応を教えてください。)



③ 夜間、休日に受診する必要があるときには

- ・ 夜間は夜間急患センターを受診 (診療時間をご確認ください)

石巻市夜間急患センター ☎0225-94-5111
(石巻赤十字病院敷地内)

(受診する時は、健康保険証、各医療費受給者証、お薬手帳等を持参してください。)
診療時間 小児科 月～金曜日 19時～22時 / 土曜日 18時～翌朝7時
日曜日・休日 18時～翌朝6時
・ 休日昼間は 休日当番医を調べて受診(市報または石巻市ホームページなど)



石巻市の小児科 休日当番医
かかりつけの病院が休診の休日昼間に受診が必要な際は市のホームページなどでその日の休日当番医を調べましょう。石巻では休日でも小児科医の診察が受けられるように当番医制度が整備されています。実は1年365日小児科の当番医がいるのは宮城県内で仙台と石巻だけなのです!

～パパたちの経験から～ 熱性けいれんが起きたときの 自宅でできる初期対応を知っておこう!

- 1 あわてない** ひきつけは、ほとんどが数分間で止まります。
- 2 何もしない** 口の中に箸やタオルを入れない。舌を噛むことはほとんどありません。大声で呼ぶ、ゆする、抑えるなどしない。
- 3 楽な姿勢で** 服をゆるめ、ピンなどの危険なものは取り外す。お子さんの体を横向きにして、寝かせましょう。吐物による窒息のリスク回避のためです。
- 4 吐くと危ない** 口の中に箸やタオルを入れない。舌を噛むことはほとんどありません。大声で呼ぶ、ゆする、抑えるなどしない。
- 5 じっとみる** 時計を見て、何分持続しているか確かめる。動画を取るのも良い。

