

# 子育て支援だより

## 「子育てワンポイントアドバイス」

第227回 『たくさんほめて、自己肯定感を育みましょう！』

こころの相談員 前田 里美

発達障害には《ADHD（注意欠如多動症）》というものがあります。【集中困難や学習困難、気が散りやすい。聞いていないように見える。じっとしてられず落ち着きがない。睡眠障害、様々な場面において不注意やまとまりのなさがあり一連の課題をやり遂げることが難しい。人の話を横取りする。順番を待てない。他人を妨害する。等】以上のような特徴がみられます。

発達障害や知的障害などのある子はトラウマを負うリスクが高くなります。親にとっては育てにくさを感じやすく適切なかわり方がわからずに、可愛いと思えずに結果的に虐待とされるような接し方につながる場合もあるでしょう。学校等でもトラブルが起きがちで周りから非難を受けたり、出来ている部分を認めてもらえなかったりすることで自己肯定感の低さにつながります。

また、深刻で大きなけがをする確率が顕著に高く、障害がない子であれば乗り越えられるような事をトラウマ的に体験してこだわってしまうこともあります。

発達障害の特性は、子どもの成長と共に落ち着いていくところもあります。周りの大人は、叱るのではなく理解できるよう根気強く決まりなどを伝え、上手くいって褒められる経験を増やす環境を作り、自己肯定感を上げることが成長につながるでしょう。これは大人でも子どもでも、誰にでも当てはまることかもしれませんね。

※前田相談員は、あさひ園・小学校・中学校などで相談活動を行っています。

## 5月・6月の子育て支援事業



事業名	内容	日程	場所/時間	対象者	問い合わせ先
あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊び	5/13(火)・16(金)・20(火)・23(金)・27(火)・30(金)・6/3(火)・5(木)・10(火)・13(金)・17(火)・20(金)・24(火)・27(金)・7/1(火)・3(木)・8(火)	ほっとくらぶ / 10:00-12:00	発達 が ゆっく りの 子 ども と 保 護 者	ほっとくらぶ (377-3522) ※まずはお電話かメールにてご連絡をお願いいたします。
ほっとする親の会	茶話会	5/21(水)・6/6(金)・18(水)・7/4(金)			

\*最終ページに子育て健康課の子育て事業を掲載していますので、ご覧ください。

## こころの健康づくりだより

### 令和7年度 精神保健福祉相談のご案内

桑名保健所で、精神科専門医師による面接相談が無料で受けられます。（予約が必要です）

#### 予約先

桑名保健所 地域保健課（電話 0594-24-3620）

※右記の相談予約締切日時までにお電話でお申し込みください。  
※なお、申し込み多数の場合は、定員になり次第締め切らせていただきますので、ご了承ください。

- ・相談対象者：一般住民（桑名保健所管内にお住まい、または桑名保健所管内で働いている方）  
原則、現在精神科医療機関に通院していない方（未受診・長期間の受診中断者）

日程	時間	予約締切日時
5月15日(木)	13時30分～15時30分	5月8日(木) 15時
6月18日(水)	13時30分～15時30分	6月11日(水) 15時
7月16日(水)	13時30分～15時30分	7月9日(水) 15時
8月21日(木)	13時30分～15時30分	8月14日(木) 15時
9月17日(水)	13時30分～15時30分	9月10日(水) 15時
10月15日(水)	13時30分～15時30分	10月8日(水) 15時
11月20日(木)	13時30分～15時30分	11月13日(木) 15時
12月17日(水)	13時30分～15時30分	12月10日(水) 15時
1月21日(水)	13時30分～15時30分	1月14日(水) 15時
2月19日(木)	13時30分～15時30分	2月12日(木) 15時
3月18日(水)	13時30分～15時30分	3月11日(水) 15時