

記号の見方: 日 日時・期間 場 会場 対 対象 ¥ 費用 定 定員 申 申込方法 縮 縮切 問 問合せ HP 天王寺区ホームページ メールアドレス



# 天王寺区は子育てを応援しています！ 子どもを理解し、笑顔でかかわるために



天王寺区では子育てをサポートする様々な事業を行っています。ペアレント・トレーニング講座の講師 藤川 典子さんに、子育てのヒントについて、お話をうかがいました。

子どもの発達相談室あおいとり 室長(言語聴覚士) 藤川 典子さん



## 多くの人が感じる子育ての悩み

現代社会では、子育てに関する地域ぐるみのサポートが減少していることで、保護者が孤立感を深める傾向にあります。また、育児に関する情報がインターネット等にあふれていることから、自分にも子どもにも要求が多くなり、子育てに悩んでいる保護者が多いと感じます。「子どもはかわいい」「成長が楽しみ」と感じる一方で、仕事や生活の忙しさの中で、思い通りにならないことにイライラして心に余裕がなくなったり、怒るつもりはないのについ大きな声を出してしまったり、といったこともあるのではないのでしょうか。

## 子育てを楽しむために肯定的な視点を

「忙しい」「余裕がない」と悩む保護者の皆さんには、育児のハードルを下げて「自分も子どももよく頑張っている」ということに気づいてほしいと思います。「なんでもっと早く着替えないの?」とイライラするより「ああ、自分で頑張ってる着替えているなあ」とプラスの見方、考え方を持つと、同じ行動を見てもとらえ方が変わります。保護者自身も毎日の家事や育児、仕事について、するのが当たり前と思うのではなく、自分を褒めたり認めたりする言葉をご自身にかけてみてはいかがでしょうか。



ペアレント・トレーニング講座では、「子どもや自分自身の頑張りに気づくことでイライラすることが少なくなった」「相手への感謝を意識することで子ども以外の家族にも優しい気持ちを持てるようになった」等のお声をいただくこともあり、そういうときにはやりがいを感じます。

普段から保護者の皆さんが自分自身の心をコントロールし、余裕を持って笑顔で子育てをするためには、肯定的な視点を持つことが大切です。また、悩みを言葉にすることで心の負担が軽減されることもありますので、余裕がないと感じたときは、区役所の子育て支援室や地域の相談場所等もぜひ気軽に利用してほしいと思います。

問 保健福祉課(子育て支援室) ☎ 06-6774-9894

子育てのヒントをもっと知りたい方へ

## 子育て講演会を開催します

こどもを理解し、笑顔でかかわるために

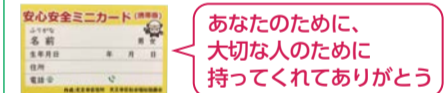
「子育てを楽しむための肯定的な視点って?」「具体的にどう接したらよいの?」もっと詳しく知りたい方へ、今回お話をうかがった藤川典子さんから、ペアレント・トレーニングのエッセンスをもとに、子どもと笑顔で関わるためのヒントを学ぶことができます。

日 10/1(日) 14:00~16:00 場 区役所3階 講堂  
対 未就学児の保護者・子育て支援に関わる方  
¥ 無料 定 100名(当日先着順)  
一時保育 定 10名(先着順・要予約)  
※未就学児に限ります。  
※9月15日(金)までに問合せ先までご連絡ください。

## お知らせ・今月の各種無料相談会

### 安心安全ミニカード(携帯版)とは?

あなた自身の情報を記入しておくことで、「いざ」というときに、自分自身の生命を守るとともに、地域での助け合いの輪を広げることに役立ちます。免許証サイズで財布や鞆の中に入れて携帯できます。



あなたのために、大切な人のために持っていてください

- 下記窓口で配布中!
- 問 保健福祉課(福祉サービス) ☎ 06-6774-9857 ☎ 06-6772-4906
  - 問 市民協働課(安全まちづくり室) ☎ 06-6774-9899
  - 問 区社会福祉協議会(ゆうあい) ☎ 06-6774-3377



▲詳しくはこちら

- 9/1(金)13:30頃に防災行政無線による訓練放送を行います。
- 13:33頃に緊急速報による大津波警報の訓練メールが届きます。

### 大阪市防災アプリがリニューアル!

最新の防災情報が届くほか、家庭の備蓄品と数量のチェック、安否連絡、ハザードマップなど、豊富な機能が使いやすくなり、また、お手持ちのスマートフォン・タブレットからダウンロードできます。

問 市民協働課(安全まちづくり室) ☎ 06-6774-9899



▲ダウンロードはこちら

- ル遵守の徹底
- 大阪重点
- 二輪車の交通事故防止
- 問 天王寺警察署(六万休5-8) ☎ 06-6773-1234

天王寺区役所では、トイレ改修工事(令和6年9月頃終了予定)を行います。期間中はトイレを使用できない階があります。

問 企画総務課(庁舎管理担当) ☎ 06-6774-9938

### 海を守るためプラスチックごみを減らそう

海に流出したプラスチックごみは、波や紫外線等の影響で破壊され、微細なプラスチックごみ(マイクロプラスチック)となり、それを水生生物が摂取するなど生態系への影響が懸念されています。一人ひとりがプラスチックごみを減らすことを心がけ、分別を確実にし、また、ポイ捨ては絶対にしないでください。

問 中部環境事業センター ☎ 06-6714-6411



### 今月の各種無料相談会

※体調不良の方は来庁を控えてください。  
場 区役所 対 市内在住の方  
相談時間/1組30分以内(相談後の記録作成、入れ替わりの時間等も含む)

### 弁護士による法律相談

要予約 先着順 無料  
日 9/5(火)、13(水)、21(木)、22(金) 13:00~17:00  
定 8組 申 当日9:00~ 電話  
※同じ内容での繰り返しの相談はお控えください。

### その他の専門相談

無料  
日 社会保険労務士相談: 9/11(月)  
不動産相談(不動産協会): 9/7(木)  
不動産相談(宅建協会): 9/12(火)・19(火)  
税理士相談: 9/20(水)  
司法書士相談: 9/26(火)  
行政書士相談: 9/27(水)  
いずれも13:00~16:00  
受付は12:50~15:30(区役所1階)  
※予約は不要ですが、受付開始時の来場者で相談順を抽選し、以降先着順  
問 事業戦略室(広聴広報) ☎ 06-6774-9683

### 8/30(水)~9/5(火)は防災週間です



9月1日は、100年前の1923年(大正12年)に発生した「関東大震災」の日にあたります。災害の記憶・教訓を引継ぎ、家庭や地域で災害への備えを話し合ひましょう。

# 広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。  
<https://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>

# 広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。  
<https://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>

