

ほけん通信



健康課

田原福祉センター
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

思春期の親子関係を考えよう

「自分探しの航海」ともいわれる思春期。身体が急激に変化していく中で、「自分とは何か」を求め、「自分らしさ」を探し始める時期です。親にとっては、心が不安定になり、ささいなことでもいらだいたりする子どもに對し、どう接してよいか悩むことが多い時期といえます。

大切な、自己肯定感

思春期の子どもたちは、不安や葛藤を繰り返しながらも、「自分は大切な存在だ」と思うことができれば、それを力強く乗り越えていきます。この感覚を自己肯定感」といいます。これは「自分は愛されている」という、乳幼児期からはぐくまれていく

ものです。

田原市の中・高校生を対象としたアンケートでは、全体の2/3割の生徒が、自己肯定感を低く認識しているという結果が出ています。自己肯定感が極端に低い子どもたちの多くは、「良い子」を演じ続けるため、その疲れから身体や心の不調を訴え、家から出られなくなったり、拒食や過食につながったりしてしまつたため、注意が必要です。



よりよい親子関係を

思春期に子どもが反抗するのは、しっかり育ててきた証拠として喜ぶべきことです。その思いを胸に、よりよい親子関係を築きながら、子どもと共に思春期を乗り越えましょう。

・思春期を乗り切るためのポイント

親としてドーンと構え、ありのままの子どもを受け止めてあげましょう。

子どもの気持ちを尊重し、「待ち」の時間と、寄り添う姿勢をつくりましょう。

インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場 所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日(祝日を除く) 午後1時30分～3時	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
ババママスクール (クッキングコース)	4月15日(火) 午前9時50分～10時	田原福祉センター	妊娠中の方(予約制) 貧血予防の調理実習、栄養の話、交流会
離乳食教室	4月4日(金) 午前9時50分～10時	田原福祉センター	5か月～6か月児とその保護者(予約制) 離乳食講習と保育の話、歯の話
	4月17日(木) 午前9時50分～10時	あつみライフランド	
健康相談	4月7日(月) 午前9時～10時30分	あつみライフランド	身体計測、育児・栄養相談 健康に関する相談(成人・乳幼児対象)
育児相談	4月11日(金) 午前9時30分～10時30分	田原福祉センター	身体計測、育児・栄養相談 (乳幼児対象)
	4月25日(金) 午前9時30分～10時30分	赤羽根福祉センター	
心とからだの健康相談	4月24日(木) 午前10時～11時30分	田原福祉センター	健康に関する相談、健診結果に関する相談 (成人対象)

健康課の事務室移転に伴い、母子健康手帳の交付場所を「田原福祉センター」から「田原市役所」に変更しますので、ご注意ください。
母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)
予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

休日当直医

月日	当直医	電話番号
3月16日(日)	河合医院	☎22局6133
	丸山医院	☎33局0313
	岩瀬歯科医院	☎22局6677
3月20日(祝)	永井医院	☎22局0227
	渡会医院	☎45局2516
3月23日(日)	すずき歯科	☎23局0033
	北山クリニック	☎23局3946
	川瀬医院	☎35局1511
3月30日(日)	歯科尾崎医院	☎22局0684
	國見医院	☎22局0756
	昭和医院	☎32局3749
4月6日(日)	佐野歯科医院	☎22局0685
	百瀬クリニック	☎22局7777
	ふくい眼科	☎22局5878
	山本医院	☎45局2203
	葉山歯科医院	☎32局0038

月日	当直医	電話番号
4月13日(日)	富永医院	☎23局1316
	かわさき整形外科クリニック	☎22局7700
	津金医院	☎33局0222
4月20日(日)	清栄歯科クリニック	☎33局0657
	永井医院	☎22局0227
	杉の森皮ふ科クリニック	☎29局1112
4月27日(日)	山本耳鼻咽喉科	☎24局4100
	朽名医院	☎33局0162
	なかた歯科	☎23局1162
4月27日(日)	宮木内科	☎23局0232
	渡会医院	☎45局2516
	藤岡歯科医院	☎35局6104

診療時間▶医科 午前9時～午後5時/歯科 午前9時～正午

夜間またはかかりつけの医師が不在のときは 瀧美病院▶☎22局2131