

11月は児童虐待防止推進月間

いろいろな時は10秒待つて

児童虐待の報道を見ると「なんていう親だろう」と思っていました。親になって感じることは「他人事ではない、自分だっていつ・」。広報戦略課職員が、市の相談事業で育児や不安の悩みに応じている臨床心理士の小津千枝さんに話を聞きました。

——児童虐待の対応件数は全国で年々増加。久留米市内でも同様に増加しています。虐待は絶対に行けないこと。でも私自身、ストレスなどから子どもに手をあげてしまいそうになることがあります。

子育て中の親、特に子どもと接する時間の長いお母さんは、常に子どもに注意を払っていて、ストレスがコップのぎりぎりまで来ているような状態です。ささいなきっかけで、わつと感情があふれ出してしまおうの

だと思えます。子どもを心配する気持ちや、自分自身の不安や寂しさなどが、暴言や暴力につながることも多いようです。

——いろいろな時、子どもをきつく怒ってしまいたい時は？

強く怒った時って、子どもも泣いてしまったり、感情を爆発させた自分も傷ついてしまいますよね。でも、怒りの感情を持つこと自体が悪いことではありません。怒った時の感情の高まりは、6秒後がピークだと言われています。だから、思ったことを反射的に言ってしまうと、予想以上のエネルギー

ギーをぶつけてしまう。心の中で10秒数えて声を掛けるようにすれば、手も出にくいし、感情的にならず話をする事ができますよ。

——私もやったことがあります。でも、10秒数える余裕なんてなくて。うま

くいきませんでした。そうですね。冷静な時に練習しておくといいですね。そうすれば、いざという時うまく使えるようになります。ただ、これができるのは少しでも気持ちに余裕がある時。疲れて余裕が無い時は、早く寝る、長くお風呂に入るなど、自分が少しでも休めることを取り入れてみてください。いろいろな減っていい循環につながります。

仕事と育児の両立に日々、奮闘中



広報戦略課 金子由紀子 3歳・5歳の男の子の母。優しい母になりたいのに、つい怒ってしまうのが悩み

——それでも辛い時は？ 遠慮しないで、行政など支援してくれる所を頼ってください。みんな子育てでいきましよう。

子育ての悩みを一緒に

市は、平成29年10月に子ども子育てサポートセンターを開設し、妊娠期から乳幼児期、さらには就学後18歳までの幅広い相談を受け付けています。皆さんの子育ての悩みに寄り添いながら、対応していきます。

◎家庭子ども相談課 ☎0942・30・9208、☎0942・30・9718

子育てに悩んだら、まずはここ
子ども子育てサポートセンター
☎0942・30・9302 FAX 0942・30・9718
☒ kokosapo@city.kurume.fukuoka.jp
虐待に関する相談はこちらへ
久留米児童相談所
☎0942・32・4458 FAX 0942・32・4459
★全国共通番号
☎189(いちばやく) 近くの児童相談所につながります



小津千枝さん・臨床心理士
育児や子どもの育ちに不安を感じる親からの相談に応じている

放置自転車を無くすための社会実験を行います

駐輪場を無料化して効果を調べる

放置自転車500台超

西鉄久留米駅周辺は、市の条例で自転車放置禁止区域となっています。放置自転車は、東口広場だけでも日中500〜600台。通勤通学や買い物などで訪れる人が、次々と自転車を止めていきます。

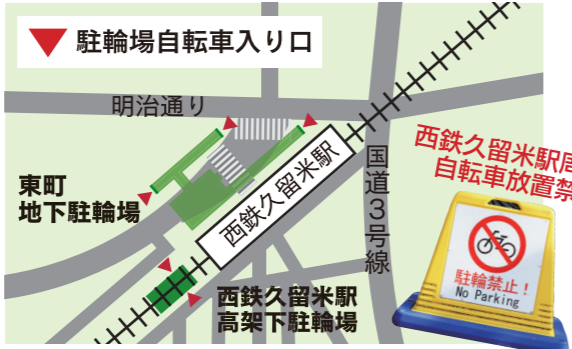
放置自転車は通行を妨げたり、景観を損ねたりするなどの問題があり、市は解消を目指しています。その一環として、社会実験を行います。

調査期間は1カ月

11月16日(金)から12月16日(日)までの1カ月間、西鉄久留米駅に近い、東町地下駐輪場と西鉄久留米駅高架下駐輪場の料金を無料化。放置の状況がどう変わるのかを調べます。併せて、駐輪場利用者数の実態調査、利用者へのアンケートなどを行います。



西鉄久留米駅東口広場。放置自転車が、広場として利用できない状態です



放置自転車を一斉撤去

11月30日(金)の夜間に、西鉄久留米駅東口広場を中心に、放置自転車を一斉に撤去します。撤去した自転車は市が一定期間保管し、引き取りには費用が掛かります。また、30日以降も継続的に撤去を行います。
◎交通政策課 ☎0942・30・9092、☎0942・30・9714

田主丸耳納の市

北麓を満喫する一日

秋の味覚がずらり

田主丸の秋の特産市「耳納の市」を開催します。地元野菜や果物、酒、苗木などを販売する約70店が出店。ステージイベントの他、子ども向けの木工工作ワークショップなど体験型の催しもあります。メイン会場の広い芝生広場からは、耳納連山の美しい山並みを眺められ、秋の田主丸を一日中楽しめます。

日時 11月17日(土)9時30分〜16時、18日(日)10時〜16時

会場 県緑化センター

内容 17日・触れ合い動物園、ビンゴ大会、サタデー太鼓フィーバーのステージなど。18日・植木苗木の競り市、Viewoによるアクロバットステージなど。両日とも11時と14時から、数量限定で田主丸産キャベツとミニ白菜の特売会を実施します。



広い会場内に設置されたステージ。ビンゴ大会や餅まきなど、来場者が一緒に参加する催しもあります

自然の中でヨガ体験

県緑化センターが「秋の外ヨガ」を同時開催します。多くの木々に囲まれた園内で、自然を感じながら行うヨガ教室です。両日とも11時と13時半から。料金無料、申し込み不要。

耳納の市の情報は、イン스타그램アカウント「minounoichih」でも随時発信しています。◎田主丸耳納の市実行委員会(田主丸総合支所産業振興課内) ☎0943・72・2110、☎0943・73・2288