

キッズ ドリーム ペアレント

Kids Dream Parent



岩井 有紀さん

親が「子どもの幸せ」を願うのは万国共通。そして、幸せへの道筋は十人十色。親としての「子育て」への思いを伺いました。あなたらしい「親」になるためのヒントが見つかりますように。

Profile

さいたま市大宮区在住。小1双子男児の母。ピーナツクラブ(双子・多胎児サークル)代表。多胎児を育てる保護者および妊娠中の方の交流を目的とした活動を行っている。

乳児期は、身体的に辛い日々でした。常に2人の世話に追われ、寝られない日々。あまり記憶や思い出がありません。少し手が離れてからは、2人の成長や性格の差などを考慮しながら育てていくのが大変です。

双子育児ならではの苦労と醍醐味を教えてください

双子育児ならではの苦労と醍醐味を教えてください。乳児期は、身体的に辛い日々でした。常に2人の世話に追われ、寝られない日々。あまり記憶や思い出がありません。少し手が離れてからは、2人の成長や性格の差などを考慮しながら育てていくのが大変です。

親子の時間で心掛けていることは何ですか？

親子の時間で心掛けていることは何ですか？。私も自分が間違っていると思った時や感情的になって怒りすぎた時は謝ることで。子育てをしていると、どうしても余裕がなくなり、きちんと子どもたちに向き合えなくなることもあります。自分が悪いと気づいた時には親でも素直に謝るよう心掛けています。

双子育児ならではの苦労と醍醐味を教えてください。乳児期は、身体的に辛い日々でした。常に2人の世話に追われ、寝られない日々。あまり記憶や思い出がありません。少し手が離れてからは、2人の成長や性格の差などを考慮しながら育てていくのが大変です。

双子育児ならではの苦労と醍醐味を教えてください

双子育児ならではの苦労と醍醐味を教えてください。乳児期は、身体的に辛い日々でした。常に2人の世話に追われ、寝られない日々。あまり記憶や思い出がありません。少し手が離れてからは、2人の成長や性格の差などを考慮しながら育てていくのが大変です。

親子の時間で心掛けていることは何ですか？

親子の時間で心掛けていることは何ですか？。私も自分が間違っていると思った時や感情的になって怒りすぎた時は謝ることで。子育てをしていると、どうしても余裕がなくなり、きちんと子どもたちに向き合えなくなることもあります。自分が悪いと気づいた時には親でも素直に謝るよう心掛けています。

Happy 子育てエピソード



まだまだ双子育児に慣れず、悪戦苦闘だった頃。同時に泣かれておんぶに抱っこ。私も一緒に泣いていたことも。



小さな頃は、1人で2人を公園に連れて行く自信がなく、お出かけはいつも電車見学。立派な子鉄になりました。



6歳になっても、ケンカは日常茶飯事。親に反抗するようになり、今までとは違った意味で手がかかるように。でもこんなシーンには癒されます。

1/25 (金) **ママのための 無料託児 & スイーツ付 マナーセミナー**

ファイナンシャルプランナー有資格者による

大好評！ 当日個別相談もお申し込み頂けます！

【日時】1/25 (金) 10:00~11:30

【場所】シーノ大宮 ノースウイング5階 ★大宮駅西口徒歩5分★

～お申し込み方法～

- WEBから スマイルママコムマナーセミナー
- TELから 048-711-3935
- QRコードから こちらからお申し込み頂けます

主催 ソニー生命保険株式会社

＜埼玉ライフプランナーセンター第1支社＞ 担当ライフプランナー 渡邊 貴子 E-mail) takako6q1g.watanabe@sonylife.co.jp 〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町1-10-16 シーノ大宮 ノースウイング5階 TEL 048-648-5511 SL18-1140-0126

A 好きなことを生活に取り入れ、その時間に集中することが自分時間に充実感をもたらしてくれるでしょう。

子育て中はなかなか自分の時間を持つことが難しいですね。多くの子育て世代の方たちとの関わりを通じて、日々の生活が充実している方たちにたくさん出会ってきました。その方たちと共通している三つのことをご紹介します。

一つ目は「好きなことを見つけている」ことです。見つからない、という方はまず、好きなことを20個書いてみてください。好きなことを取り入れている生活は、この上ない充実感をもたらしてくれます。

「観葉植物に水をあげる」などのささやかなことでも心満たされる時間であれば、立派な「好きなこと」なのです。

二つ目は「やってみる」ということです。20個書いた好きなことを少しずつやってみるのもいいですね。他にも興味のあることや、気になることは、実際に体験したりすることで、新たな「好きなこと」が見つかるかもしれません。

三つ目は、「時間に集中する」ということです。短時間でも、やりたいことや好きなことに集中する時間は、充実感へとつながります。家族が誰も起きていない早朝や、赤ちゃんのお昼寝時間中、夜に子どもが寝静まった後など、自分だけで集中できるチャンスは、結構ありますよ。

ぜひ新年に向けて行動してみてくださいね。

子育てのお悩みスッキリ解消

教えてアドバイザー！ 子育てのお悩みQ&A

File.16 自分時間を充実させるためのヒントとは？

子育てに悩みは付きもの。子育ての日々のお悩みに専門アドバイザーが熱いハートでアドバイス！

Q 自分時間を充実させるためのヒントはありますか？

子育てが中心の毎日ですが、私自身が「充実している」と思える日々を送りたいです。新年から何かを始めてみようかとも考えていますが、自分時間を充実させるためのヒントを教えてください。

(さいたま市 ゆきんこママ/5歳女の子、0歳男の子のママ)

芳川からの3つのアドバイス！

- 1** 好きなことを見つける
好きなことは心を満たしてくれるので、積極的に生活に取り入れる。
- 2** やってみる
興味のあることや、気になっていることは、まずやってみる。
- 3** 時間に集中する
好きなことに集中する時間を、短時間でも確保することで充実感がアップ。

回答アドバイザー

Kids Dream Edu 編集長 芳川 ユミ

2015年にKids Dream Eduをママ2人で創刊。さいたま市を中心とする6,000人のママコミュニティ「スマイルママコム」代表。3,500人以上のママと関わってきた経験をもとに、「ハッピーライフバランス」を提唱中。ママへの仕事を生み出していくことをライフテーマとしている。中学生と小学生2児のママ。

自分時間をプチワークで充実させよう！

スマイルママメイト募集中！

～ライター、デザイナーも募集中！～

ママからはじめるマイワーク。ママカラワーク

Kids Dream Eduはママたちで作っているフリーペーパーです！

プチワークからしっかりワークまで、ご都合や適正に応じての仕事内容をご提案させていただきます！

NHK総合 ひるまほっとでスマイルママコムの「ママを活かす」取り組みが放送されました！

みんな子育て中の「ママ」です！「ママ」であることが活かせるお仕事！

＜ママメイトのお仕事内容＞
フリーペーパー配布/営業/企画/テレコール/PR/ライター/デザイナー/イベントスタッフ/レポーター/ママモデル/親子モデル/座談会参加 等
※業務委託契約となります

ご応募お待ちしております！ ママカラワーク 応募 検索

スタッフブログ 毎日更新中！