



保育サポーターバンク通信

2012年(平成24年)10月発行 社団法人山口県医師会 〒753-0814 山口市吉敷下東3-1-1 TEL090-9502-3715 FAX083-922-2527



5年目を迎えた保育サポーターバンクの今

山口県医師会男女共同参画部会長 松田 昌子

早いもので、平成21年に山口県医師会内に保育サポーターバンクが開設されて満4年になります。登録いただいているサポーターさん、利用していただいている先生方には心よりお礼申し上げます。

初代の保育相談員である崎里さんが今年3月末に退職されました。崎里さんには保育サポーターバンク開設時の仕組みや規則作りなど、煩雑な仕事を引き受けてバンクの基礎を作ってもらいましたが、4月から2代目の保育相談員として森さんに引き継いでもらっています。開設時から平成25年6月までの相談件数は72例、活動していただいたサポーターは55名になります。それぞれ支援内容は異なりますが、多くの医師の方々が仕事を続けられる上で、大き

保育サポーターバンクのますますの発展を願って

山口県健康福祉部地域医療推進室長 岡 紳爾

平素から、本県の健康福祉行政の推進に、格別の御尽力と御協力をいただきまして、厚くお礼申し上げます。

県においては、医師確保対策を県政の最重要課題の一つとして位置づけ、その取組を進めているところですが、中でも、増加する女性医師の方々が、子育て期間中にあっても安心して勤務を続けられる環境を整えることが、極めて重要なことであると

考えております。このため、県では、女性医師が働きやすい職場環境づくりを行う病院に対する支援を行うとともに、山口県医師会への委託により、様々な御相談にお応えする窓口を設置しているところです。

この相談窓口を通じ、専任の女性医師確保相談員と県医師会の保育サポーターの

な支えとなっていることは確かです。

サポーターさん向けの子育てに関する研修会として、サポーター研修会を年1回開催しています。子供の病気や心理の専門家の方々のお話を聞く貴重な機会として、多くのサポーターさんに参加していただいています。私たち子育てを終わらせた者にも興味深いお話ばかりで、将来は子育て中の先生方にも聞いていただくことを考えているところです。

今後、保育相談員を中心に、先生方が必要とされる育児支援をより良い形で提供していきたいと思っております。バンク運営に関してお気付きご希望がありましたら、どなたでも遠慮なくご連絡いただきますようお願いいたします。

方々が協力し、仕事と家庭の両立を目指す女性医師等への支援に当たっていただき、利用者の皆様から高い評価を頂いているところであります。この場をお借りして、運営に携わっていただいている皆様の御尽力に、心から感謝申し上げます。

女性医師の皆様におかれましては、どうか困った時には一人で悩まず、まずはこの相談窓口にご相談いただき、しっかりと御活用いただくことで、仕事と家庭の両立を図られ、安心して医師として仕事を続けられますことを願っております。

最後に、サポーターバンクのますますの御発展と、保育サポーターの皆様の御活躍を祈念いたしまして、県からの感謝の言葉とさせていただきます。

第4回 保育サポーター研修会

第4回の研修会を本年3月10日(日)に山口市の県医師会会議室で開催しました。今回は下関市のかねはら小児科医院金原洋治院長による「そっだったのか！子どもの病気・子育て」と題する講演をいただきました。

さまざま種類の感染症のお話から予防接種、子どもの心の問題まで盛りだくさんの内容でしたが、わかりやすくてとても役に立ったと好評でした。講演の最後には、「だいじょうぶ、だいじょうぶ」という絵本を読んでいた

き、参加者一同強く印象に残りました。地域別に分けたテーブルでの昼食懇談会もなごやかに進み、活動経験のあるサポーターさんからの感想や要望も聴く事ができ、サポーターさ



(講演抄録は本通信2ページに掲載)

らどおしの交流の場にもなったことは有意義だったと思います。年に1回で、なかなか都合が付きにくい方もいらっしゃると思いますが、まだ一度も参加されていない方は、ぜひ次回はお出願してみてください。きっと、モチベーションもあがると思いますよ。

平成25年度 研修会日程

サポーターの皆様へは改めてご案内を差し上げますが、下記のとおり開催予定です。万障繰り合わせてご出席くださるようお願いいたします。

日時：平成26年3月9日(日)
10時から13時

場所：県医師会会議室
(山口市吉敷
山口県総合保健会館内)

講演：講師…臨床心理士 堀江秀紀氏
(社会福祉法人設ヶ浦整肢学園
総合相談支援センターはれっと所長)
内容…子どもの心理・子育て

その他：保育サポーターバンクの説明、
地区別昼食懇談会

平成24年度山口県医師会保育サポーター研修会 講演抄録



そうだったのか！ 子どもの病気・子育て

かねはら小児科院長
金原洋治先生



私は、今年小児科医になって37年目になります。社会は急速に変化しており子どもが育つ環境も大きく変わってきました。スマホも使えないアラ還世代の私は、変化するスピードに戸惑いを感じるようになりましました。また、科学の進歩もめざましく、以前真実だと思っていたことが実はそうではないという事実にびっくりすることもしばしばあります。ご家族や幼稚園や保育園の先生方へ説明する内容も以前とは異なることも結構あります。皆さんも、「自分で子育てしていた時と今とでは、真逆な内容を聞かされびっくりすることもあると思います。今日のお話は目から鱗の内容があるかも知れません。

1. そうだったのか！子どもの感染症

◎1 赤ちゃんは風邪を引かないようにして本当ある？

◎2 風邪を引かないようにする良い方法がある？

◎3 風邪の症状の意味は？

◎4 受診の目安とかせ薬の役割

◎5 感染症の診断と迅速診断

◎6 感染症の治療と抗生物質

◎7 風邪の予防

2. 登園・登校許可証がある感染症

インフルエンザ、麻疹、風疹、百日咳、みずぼうそう（水痘）、おたふくかぜ、結核、咽頭結膜熱、流行性角結膜炎、腸管出血性大腸菌感染症（O157など）、マイコプラズマ感染症・溶連菌感染症

3. こんなにたくさんある乳幼児の予防接種

(1) 1歳までに接種できるワクチン…：ヒブワクチン・肺炎球菌、DPT・ポリオ（4種混合）、BCG、（B型肝炎ワクチン）

(2) 1歳〜幼児期に接種できるワクチン…：MR、（ムンプス、水ぼうそう）、日本脳炎（インフルエンザ）

4. 食物アレルギーへの考え方と園や学校での対応

幼稚園・保育園への意見書

食べた後、2〜3時間以内に強いアレルギー症状が出る子どものうち除去食が必要な場合が対象。

小中学校へのアレルギー疾患管理指導表

対象は、喘息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、アレルギー性鼻炎・アレルギー性結膜炎のうち学校生活で特別な配慮が必要なもの。保護者の希望。

5. 最近のケガの担当の新しい考え方

：湿潤療法

今迄の考え方…キズは消毒しないと傷が化膿する・傷は乾かして治す・傷にはガーゼが必要。

湿潤療法…キズは水で流す・乾かさないうで治す・消毒液とガーゼは不要。

6. 子どもの個性と心の問題

：関わり方・育て方

(1) 子どもの心の問題

Ⅱすべて関係性の障害。予防が大切。

生まれつき誰が育てても育てにくい子が10%程度いる。発達障害（ADHD）、自閉症、LDなど）や繊細・神経質な子どもは、育て方が難しい子が多く心の問題が発生しやすいが、親を支える関わり方や支援次第でもある。子ども自身には問題なくとも児童虐待やいじめなど逆境的な体験が強く長く続くと心の問題は起こりやすくなる。

(2) 子ども時代に必要な3つの体験

児童虐待を受けて育った場合でもその子の将来を左右するのは子ども時代の3つの体験が重要。①無条件に愛して貰える。②隣人の存在。③子ども時代の原風景である。親でなくても周囲の大人の誰かが役割を果せば良い。

(3) 子どもの性格形成に大切なこと…：自己の存在の対する安心Ⅱ基本的信頼感

心身症、摂食障害、家庭内暴力、自殺、人格障害、非行など子ども心の問題の背景には、どれも自己評価の極端な低さが根本にある。それを防ぐには、失敗しても帰ってくるところがある・また頑張ろう・自分は生きている意味がある・存在価値がある。

そのままの自分でいいと感じさせる関わり方が大切。

(4) 子どものいいところ応援計画。

子どもへの見方を変えて子どもの味方に。

人は皆得意なことと苦手なことを持っているが、得意なことを伸ばす方に力を注いだほうが良い。これも改善すべき課題・直すべき問題点と考えるのではなく、自分の良さを発見したい所を引き出すような関わり方が大切。

(5) シャイな子・不安が強い子への育て方

生まれつきシャイな子は15%くらいいる。このような子は心身症や不登校になりやすい傾向がある。シャイな子・不安が強い子に叱咤激励し過ぎてますます萎縮する。この子は不安が高い子なので、「できるだけ〇〇はさせないようにしておこう」というのも考えもの。「怖いけど、ちょっと勇気を出してやってみよう」という気持ちになれるような関わり方が大切。

(6) 子どもがストレスを受けた時

大人にできること

子どもは自分で立ち直っていく力を持っている。安全で安心感を得ることが出来る場や時間が提供されれば次第に快復していく。「たじょうぶだよね」とことばに出して伝える。甘えさせる。抱きしめる。子どもを一人にしない。あなたが悪いのではないと伝える。何度でも子どもの話に耳を傾け質問には繰り返し簡潔に答える。気持ちを肯定してあげる。悲しみ・怒り・不安を感じることは普通だと話してあげる。よく遊び楽しい体験をする。遊びやお絵描きで自由に気持ちを表現させる。お手伝いを頼み自分が役立っている実感を持たせる。

サポーターさんの声 (平成25年8月 順不同)

◆ Aさん 山口市 42才

サポーター活動を知り登録したのが平成21年でした。当時は小野田市在住で機会がありませんでした。山口市に住むようになり、今のサポートのお話をいただいたのは、平成24年秋でした。同じ市内ですが、車で片道45分かかり、相談員の方に遠方なことを心配いただきながらも、依頼内容や先生のお人柄に魅かれ、以後続けさせていただいています。

おおよそ、小学生2人の子どもの下校時間前後2時間を目安に入り、その日の夕飯の支度、洗濯物の取り入れ、子どもさんたちの見守りと声かけをしています。夕飯は食材を購入して行ったり、お宅にあるもので作ったり(食材の宅配利用されており、いろんな食材がストックされているので)、自宅にて、自宅用といっしょに先生のお宅分も作ったり、ケースバイケースでさせてもらっています。

学校が長期休みの時は、番外編で、お弁当を作ったり子どもさん達と車で公園に行ったり、図書館に行ったりと、私自身も子どもさん達との触れ合いを楽しませていただいています。

週1回のサポートですが、家庭のある先生の手助けに少しでもなっていればうれしく思います。

◆ Bさん 下関市 61才

お預かりするお子さんは、笑顔のステキな4歳の女の子です。現在、週に一度保育園にお迎えに行き、わが家で1時間弱を過ごすことから、自宅へお送りしています。

サポーターを始めて8ヶ月になります。「今日は何をしようか」と相談し、楽しい時間になるよう心掛けています。お絵かき、ゲーム、本の読み聞かせ、ボール遊び等(時にはテレビも)私自身も楽しんでいきます。

おだやかな笑顔からは、想像もできないくらい見事に仕事と家庭を両立されているお母様!!先生。「助かっています。」という言葉をいつもいただいておりますが、微々たるお手伝いしかできないことを申し訳なく思っています。

3人の子育てを終え、4才の孫がいる私ですが、環境の変化による昨今の子育ての難しさをヒシヒシと感じています。

女性が社会に気持ちよく参加できる環境になること。少子化に歯止めをかけられるよう、子育てにいろいろな人が関わること。それを私も願っており、この保育サポーター制度がより充実するようお役に立ちたいと考えております。



◆ 松田恵美子さん 下松市 63才

初めての出会いには、もつすべ之才になられる〇〇ちゃんをご出産された直後の産院でした。ご両親共に実家が遠く、お二人で協力しながら子育てをされているお医者様夫妻のご家庭です。

私も娘を遠くに嫁がせていますので、娘の家庭を手伝う気持ちで始めさせていただきました。お母さん先生が仕事復帰されてからは、週に一度、病院の一室をお借りしてお世話させていただきました。

今では、〇〇ちゃんも保育園に通われるようになり、いつも送り迎えをされているお父さん先生が当直の日にお迎えに行き、お母さん先生が夕食の準備をされている間、二人の遊び相手をしています。〇〇ちゃんは遊び疲れると、両手を広げて抱っこをせがまれます。二人で過ごした時があるからだろうかと嬉しく思います。帰る時間になっても、△△ちゃんは「帰らないで。」と言ってくれます。

こんな可愛いお二人に会えるのが楽しく、これからもできる限りお手伝いさせていただきますと思っています。

2月に会える三人目のお子さんも楽しみです。



利用者の声 (平成25年8月)

サポートを受けられた方から感謝の声が寄せられています (順不同)

● A先生

私は非常勤勤務医をしており、わが家には、勤務医の夫と3歳と1歳の女の子がおります。サポーターさんをお願いしたきっかけは、出産後、親の支援を受けることができなかったことでした。

第二子の産後しばらくは家事支援をお願いしていました。このころから何でも気持ちよく手際よくやっていたとき、さらに明るくて聞き上手なサポーターさんにだけ助けをいただいたかわかりません。

子どもが6ヶ月になると勤務を開始し、院内で半日ほど保育をお願いしていました。現在は、夫不在の日の保育園へのお迎えと夕飯ができるまでの保育を主にお願いしています。

子どもたちは二人ともサポーターさんが大好きで、お迎えをお願いした日は朝からうきうきです。

仕事から帰って、夕飯を作る間、時間に追われさらに空腹

の二人の機嫌をとるのは難しいことが多いのですが、二人をみていただくことで

ゆとりが生まれ、困った

より、困った

らお願いでき



る、ひとりで頑張らなくてもいいと思えたことで、毎日を以前より明るい気持ちで過ごせるようになったと思います。

このようなサポートを受けることができ、サポーターさんをはじめ、コーディネーターの崎里さん、森さん、そして医師会には感謝の気持ちでいっぱいです。

来年には第三子を出産する予定ですが、今回もサポーターさんのお力をお借りして子育てしながら現場復帰を目指すつもりです。

● B先生 下関市



毎週、金曜日の保育園のお迎え、その後の保育をお願いしています。

以前は、仕事が終わって、あわただしく保育園へ迎えに行き、帰宅。その後も娘の話に耳を傾ける余裕もなく、家事をこなし、イライラでクタクタの日々も多かったと思います。

サポーターさんをお願いするようになり、夕方の効率が良くなり、夕食のメニューも少し増やして作れるようになりました。

サポーターの方は、私の母と年も近く、お孫さんもうらっしゃいます。暖かく保育をしていただけるおかげで、娘もすっかりなついていつもニコニコ顔で送っていただいています。

祖父母に頼れない私には、頼もしい存在で、これからは、病気で園からの急な呼び出しや習い事の送迎など、いろいろお願いしたいと思っています。

しいて言えば、上の子ども達が小さかった頃から利用していたればよかったとも思いますが、今だからこそ、今のサポーターさんにめぐり会えた幸せに思っています。

これからもどうぞよろしくお願いします。

● C先生

私は、子どもが4ヶ月の時からサポーターさんにお世話になっています。当時、私の勤務時間条件に合う託児施設にはすべて定員オーバーで断られていました。困り果てていたところ、ご縁あってMさんと巡りあうことができました。

医師会が、Mさんと私の間で架け橋をしてくださることで、個人では手続きがやや面倒な賠償保険手続きについても加入することができました。

子育てのベテランであるMさんのご自宅に子どもを預けさせてもらい、毎回の様子を詳細に連絡帳に記載していただき、私は子どもがどんな時間をすごしているのかを読むのが楽しみでした。わが家ではみせないような新たな一面を発見することもできました。Mさんには、子育てのアドバイスを頂戴することもでき、初心者としての私にとっては大変勉強になりました。

託児は、預ける側も預かる側もなかなか不安要素はつきないものではありませんが、医師会を中心に更にこのサポーター制度が活性化することで、女性が安心して復職できる環境が整いますことを願っています。



● D先生

労働衛生機関で主に巡回検診に従事しています。職務内容は臨床と比較すると呼び出しもなく拘束時間も限られているので、育児と両立しやすいのですが、朝が早いのが難点です。今は出社時間が6時以降の仕事でお願いしていますが、産休前は5時台も時々ありました。また、夫婦それぞれの実家が関東と関西で支援が望めない状況です。

勤務医をしている夫が当直、遠方勤務で不在時、私も保育園の登園時間(7時)以前に出勤しなければいけない時に1〜2時間の預かりと園への送りをしていただけの方をごちそうで探していただきました。

運良く近隣の方にお問い合わせすることができ、月に数回お世話になっています。

朝6時に、よそ様のインターホンを押すのはなかなか勇気のことでしたが、いつもやさしく迎えてくださり感謝しています。事前に面談を重ね、安心して復職できたことを心からうれしく思います。

ごどももサポーター様のお宅で、少し朝寝をしながら保育園に行けるので、園生活もより楽しめているようです。

これからも、「山口のおばあちゃん」に見守っていただきながら、子育てと仕事を両立していけたらと思います。



保育相談員より一言

サポーターさんへ

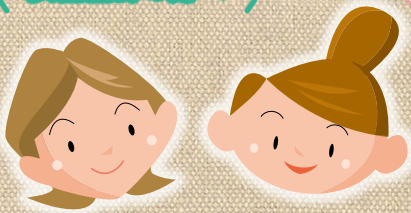
バンクを利用中の女性医師から、サポーターさんが臨機応変に色々なことを助けていただいて、本当に助かっているという声をよくききます。ありがとうございます。



サポートするお子様の様子を日誌に書いて医師に報告しているサポーターさんも多いですね。離れている時間の子ども様子がわかり、時には、家ではみせない一面を知ることでもできると喜ばれていますよ。これからも医師とのコミュニケーションづくりをよろしくお願いいたします。



女性医師の方へ



❗ Cancel

サポートを依頼している日は、サポーターさんはそのつもりで準備しています。医師の方からのキャンセルは、できるだけ早めにサポーターさんに伝えましょう。もちろん、サポーターさんも、約束通りサポートができるようにしっかり準備しましょう。



一度もお声かけできていない方、ごめんなさい。登録後、電話番号が変わったりして連絡がつかない方もいます。住所や連絡先、サポートできる状況(曜日や時間帯)が変わった場合は、ご連絡いただくと助かります。

(保育相談員直通：090-9502-3715)

知っていると役立つ
医学まめ知識



子供の肘がぬけてしまったら
-肘内障って？-

新南陽市民病院 整形外科 黒川陽子

夜間の当直などで「子供が手首をいたがって、動かさなくなった」とお子さんをつれて来られることがあります。よく聞くと、痛み出す前に、「床にねそべっている子の手をひっぱって起こしたら、痛み出した」とか、「手をひっぱったら、痛み出して、手をだらんと降ろしたままにしている」などのエピソードがあります。親は「手首を痛がります」と表現したりします。でも、そのような場合、原因は肘内障(ちゅうないしょう)のことがよくあります。肘内障は、2歳から4歳くらいの幼児に多く発生する、肘関節の亜脱臼です。橈骨の中枢端の橈骨頭とよばれる部分は輪状靭帯という靭帯で固定されていますが、このリング状の靭帯からわずかに橈骨がぬけることにより痛みがでるといわれています。

整復方法は、以前は「回外法」といって、手のひらを上にむけて肘関節を屈曲して整復する方法が一般的でしたが、最近は「回内法」といって、手のひらを下にしたまま肘関節を屈曲して整復するほうが、痛みが少ないともいわれています。どちらにしても、痛がっている手をいきなりつかんで整復しようとすると、子供が怖がって筋肉を緊張させてうまくいかなくなるので、私は、痛みがないほうの手から触り、肘関節の柔らかさや子供の性格をみながら、少しリラックスさせたあとで、痛みのある肘を整復します。「こきっ」といったような整復感を感じることもありますが、感じないこともあります。自分の子供の肘がぬけてしまった時など、落ち着いて、整復してみてください。

お世話になります

女性医師保育相談員 森 和美



バンク立ち上げから献身的に活動してこられた崎里さんの後を引き継ぎ、本年4月から保育相談員として就任しました。森和美です。

何もわからないまま、あっという間に半年が過ぎようとしています。おかげさまで4月以降12件の相談があり多くの女性医師の方やサポーターさんとお話することができました。まだまだ失敗も多く、それぞれの対応の度に反省する毎日ですが、「何事も経



験」という気持ちで乗り切っています。どうか長い目でみてやってください。同世代のサポーターさんとお話すると、かわいいお孫さんのお世話に忙しい時期の方ばかりでうらやましいのですが、私は中学生の子がおり、もう少し子育て継続中です。長い間フルタイムで働いていましたので、子育てと仕事の両立の大変さは身にしみて理解できます。私は悩んだ末に仕事をあきらめた一人ですが、女性医師の方々に働き続けていたために、少しでも力になれたらうれしいです。いつかは「相談してよかった。」と言ってもらえるよう、誠意と笑顔で頑張ります。たくさんのお会いを楽しみにしていますので、お気軽にご連絡くださいね。お待ちしております。

DATA 保育サポーター登録者数

(平成25年10月1日現在)

年齢別	30代	40代	50代	60代	70代	合計
(人)	10	28	42	39	12	131

地域別	(人)	地域別	(人)
下関市	21	光市	2
宇部市	28	長門市	3
山口市	22	柳井市	3
萩市	3	美祢市	3
防府市	4	周南市	13
下松市	7	山陽小野田市	8
岩国市	10	熊毛郡	3
大島郡	1		
合計		131	

編集後記

初めての「通信」編集作業。皆様のご協力のおかげでなんとか発行にこぎつけました。原稿をお寄せくださった方々に改めて御礼申し上げます。ありがとうございます。

この「通信」が、今後のバンク運営に活かされ、更に新しい利用者に広まりますようお願いしています。(保育相談員)



女性医師の方へ

両立支援のための「保育サポーターバンク」をご活用ください。保育相談員が要望をお聞きしてコーディネートします。まずはお電話かメールでご連絡ください。医師会加入の有無は問いません。

【問い合わせ先】

TEL : 090-9502-3715 (月~木 9:00 ~ 17:00)

E-mail : hoiku@yamaguchi.med.or.jp

山口県医師会は育児中の働く女性医師を応援します！