

新型コロナウイルスの感染が拡大し始めて5か月、幼稚園の休園・休校要請在宅ワーク等、子育て世代の生活も大きく変わりました。初めての経験、慣れない生活の中、皆さんはどのように過ごしてきたのでしょうか？今回の親子の聞き取りから分かったのは、不安や不満だけではなく、子どもとの毎日を、自分たちなりに工夫しながら過ごしてきた姿でした。

Stay home

外出自粛になり、おうち時間の過ごし方等の紹介

《ストレス発散方法編》

それでも辛くなったりモヤモヤしたら...

- 自転車で遠くまで行き、リフレッシュする
- 散歩に出掛ける
- 情報に左右されることなく、基本の予防法をしっかりして神経質になりすぎないようにした
- ビデオ通話などを活用し、オンラインで家族や友達とおしゃべりする
- スポーツ選手や芸能人がスペシャルな企画をやってくれているので、それを楽しむ
- 子どもと縄跳びやリレーをする
- 家の中で、バカみたいに踊ったり歌ったりする
- 家の中に花を飾る
- 支援センターの先生からのハガキや応援メッセージを見て癒しの時間をもつ
- 今ある状況を楽しむ
- 太陽の光を浴びて体を動かす
- サッカーボールを遠くまで蹴り、走る
- 好きな飲み物を飲む
- ミントの入ったエッセンシャルオイルでマスクスプレーを作った

《おうち遊び・過ごし方編》

ママ・パパのアイデアがたくさん

- ベランダキャンプ
- ミニ家庭菜園(牛乳パックを利用して)
- 子ども用の包丁を買った
- Eテレの番組を録画
- 学校と同じ時間帯の時間が学校から配られているので、自分で作成させ行動するよう促す
- ベネッセの無料提供「オンライン幼稚園」で子どもの気分転換をした
- 携帯を目の届かないところにおいて、子どもの前ではいじらない
- 子どもと向き合う時間を増やした
- この際だから身体を鍛えよう
- 縄跳び対決(親も本気で)
- リップスティックに親子で挑戦
- 親子でYouTubeを観ながら運動して汗をかく
- 親子で筋トレ ● 外遊びを積極的に行う
- この際だからいつもやらない事やってみよう
- 子どもとガーデニング
- 普段は遊ばない畦道で遊ぶ
- 子どもとDIYを試みる
- 親子でクッキング
- 断捨離
- 期間限定で無料になっている勉強アプリを活用
- やりたい事を思いっきりやってみよう
- 段ボールハウスを作る(子どもの秘密基地)
- 不要な紙コップで工作
- コロナのニュースに出てきた国や地名を、地球儀や日本地図を使って調べる
- スライム作り
- メダカを飼ったり、庭いじりをして動植物の成長を見守る
- 室内用のジャングルジムを設置
- 読書
- ペーパークラフトやプラバン、プラモデル等の工作をする
- アマゾンプライムで映画を見る

《食事編》

3食作るストレスに対する工夫

- お庭でBBQ
- 冷凍ご飯を利用したり、安く済むように工夫
- 鍋、手巻き寿司、焼き肉など簡単にできるもの
- 冷凍食品、レトルトも活用してしんどくならないように工夫
- カット野菜、パスタソースを利用して負担減
- 炊飯器一つで出来ちゃう料理

子どもと楽しむ工夫

- たこ焼き器で焼きおにぎり
- 紙コップに唐揚げやポテトを入れてお祭りパーティー
- ポップコーンをバスケットに入れて、部屋の電気を消し、テーマパークの夜のパレードを観る
- ホットプレート料理
- おうちで給食
- 庭・ベランダでお弁当

《テイクアウト編》

- テイクマを参考にする
- クーラーボックスを利用する
- 家族が多いと高くついてしまい手が伸びない
- 選ぶのが楽しみ
- ※ 深谷市独自の地域通貨ネギーというのもあったよ。

生活の変化 ~私たちの生活はどのように変化したのだろうか~

在宅ワークによる変化

- ママの声**
- テレワーク+休校でお昼を用意するのが大変
 - パパと過ごす時間が増えて子どもたちは嬉しい
 - テレワークをしている中、うるさくしないようにと気を遣う
 - 在宅とは言え、会社に行っているで過ごすので、時間を合わせるのが面倒
- パパの声**
- 毎食家族と食卓が囲めて楽しい!
 - 子どもの日常が見られて嬉しい!
 - 仕事の場所を確保するのに机と椅子を買った(そのような人が多いようで、家具店では机や椅子が売り切れに!)

保育園幼稚園の変化

- 協力保育のお願い
- 毎日検温カードに記入
- 卒園式、終業式、入園式、進級式は簡素化
- 園の先生が動画配信
- 分散登園

小学校の変化

- 市ごとに配信されるWebコンテンツを利用したデジタル授業の実施
- 親が宿題を取りに行く(靴箱通信)
- 学年末、親が荷物を取りに行く
- 卒業式、始業式、入学式の中止。または時短実施。
- 分散登校での時短授業
- 感染防止と熱中症対策のため傘を差して登下校

こんな状況でした

- 予防接種は期間内にするべきとのことなので、感染者数が減ってきたころに行く予定にした
- 予約できる小児科を選んで、人との接触を極力避けた
- コロナ対策の影響でインフルエンザの患者等が少なく空いていた

マンション

- 4月 管理組合よりマスク購入可能(初旬と下旬の2回・1箱50枚入り・2,200円 2箱まで)買えて助かった

医療機関

不安なこと

- 密を考えると行きたくても怖くて行けない
- 歯科の予約がキャンセルになった
- 乳幼児健診やパパママ教室の中止や延期
- 3月~共用施設使用禁止になった
 - ゲストルーム
 - ファイトネスルーム
 - キッズルーム
 - フットサル兼テニスコート

困ったこと

- 子どもを連れて買い物に行けない
- おむつやベビー用品が、マスクや除菌シート代わりとなり、一時不足となった
- 外遊びが足りなかったり、兄弟につられ、就寝時間が遅くなった
- 緊急事態宣言により県外に行けず、実家を頼れない
- マスク不足→大問題

熊谷市 子どもをめぐる状況

- **地域子育て支援拠点**
 - 3月 3日 3月末まで相談のみ行う
 - 3月 27日 4月まで延長
 - 4月 21日 4月22日から5月6日まで、こども課より閉所要請、相談業務も中止
 - 5月 1日 5月末まで延長
 - 5月 27日 6月以降の要請解除
 - 6月 1日 順次、広場ごとに制限付きで再開開始 ~今に至る
- **幼稚園・保育園**
 - 登園自粛や協力保育、休園する所もあった
- **学校**
 - 3月 3月末まで臨時休校になる
 - 3月 4月8日~ 5月6日まで延長
 - 5月 5月末まで延長
 - 6月 1日 市内小中学校 分散登校での授業開始
 - 6月 22日 市内小中学校 通常登校での授業開始

※全小中学校の夏休みの期間 8/1~8/23



国内・県内の経過

- 2月 27日 全国の小中学校に臨時休校を要請
- 3月 5日 行田市60代男性、県内で初めて感染判明
- 3月 24日 東京五輪・パラリンピック延期決定
- 4月 3日 世界の感染者が100万人突破
- 4月 7日 特別警戒都道府県緊急事態宣言が発出される
- 4月 16日 緊急事態宣言の対象区域が全国へ拡大
- 5月 14日 39県で解除
- 5月 25日 緊急事態宣言解除(全国)



こども達に安心・安全な空間を。

抗ウイルス ※1 抗菌 ※2 + 消臭 ※3 有害物質分解

99.99%以上減少

フィルター価格
 家庭用 ¥7,000(税別)
 業務用 ¥8,000(税別)

※1 特定のウイルスの数が減少(エンペロブ、ノンエンペロブ)
 ※2 細菌の増殖を抑制
 ※3 JIS L1922:2016 抗ウイルス性能試験結果より算出

エアコンに空気清浄機能をプラス LAFUADO

家庭用 業務用

取付簡単!!エアコンにのせるだけ!はさむだけ!

熊谷市万吉785-1
 TEL 048-577-7428
 http://kowa-ac.com

光和空調株式会社
 kowa air conditioning

3~6歳/未就学児の児童発達支援
バンブーハットキッズかごはら教室

発育に遅れや課題のあるお子様一人ひとりの個性を重視し、行動分析のノウハウを活用した養育トレーニングを行っています。

● 小集団でトレーニング
 ● 3~6歳の園児、または、「これから 保育園・幼稚園に合わせる準備」にも対応
 ● 個別トレーニングとの併用

かごはら教室
 熊谷市新堀新田614-1
 TEL 048-598-8560
 児童発達支援

BAMBOO HAT KIDS

物語のある家づくり

熊谷市円光1-6-50
 TEL 0120-913-510
 http://www.narrative.cc
 ホームページリニューアルしました!

Narrative 株式会社 奈良不動産

よしおか子どもクリニック

院長◎吉岡 久(内科) 副院長◎吉岡美咲(小児科)

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|------------------|---|---|---|---|---|---|----|
| 午前 9:00~12:30 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | |
| 午後 3:00~6:30 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | 🐾 | |

予防接種 火曜日
 健診 PM2:00~3:00

〒360-0821 熊谷市伊勢町212-1
 ☎048-501-1135