

わたしと家族の年表 ～これからの変化は？～

年数	西暦	わたしと家族の年齢					イベント (七五三・入園入学・就職・記念日など)
		わたし					
現在							
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							



先輩ママから一言アドバイス

～在宅ママ、育休中ママ、働くママからのつぶやき～



最初の子はマニュアルどおりに真面目に子育てをしなくてはと思いがち。一生懸命になり過ぎると自分自身疲れて、イライラしちゃう。適度にサボりましょう。赤ちゃんも外に出られるようになったら、お散歩をしたり、同じ子育て中のママ達との会話を楽しむことも大事。身近な情報をゲット出来たり、育児での悩みは自分だけではないと感じた時、なぜかほっとする。



無理に時間を作ろうと思わず、5分、10分のちょっとした時間や赤ちゃんが寝ている間に自分がやりたいことをするとほっと一息できるはず。子育てはママだけではありません。パパの手を有効活用しましょう。



育休中ママにとって、子どもという時間は貴重な時間。もちろん自分の時間も大事。その中で、職場関係以外の同じ子育て中のママたちとの出会いは、仕事復帰してからは、なかなか出来ない経験です。いろんな情報が聞けて、ためになりますよ。また、各種の予防接種は受けられる時に受けていたほうが復帰してから安心ですよ。

ずっとフルタイムで仕事を続けているので、時間がないのは当たり前。保育所からの暗い帰り道、時計を見ながらあせる私の背中を指さし『あった』と息子。一緒に見上げると月に見守られているような気持ちになり、心までほっこりしました。同じ時間を過ごすなら、『やらなくちゃ』とやらされていると思うより、この時間をいかに楽しむかを考えるといいかも。楽しんだもん勝ちです。