



【リレートーク】

先生方のコラムには子育てのヒントがたくさん詰まっています！

今月は、本学 人間科学部 生活環境学科 准教授 小野寺 美和先生よりご寄稿いただきました。

「災害時の子供服について」

生活環境学科 小野寺美和

突然の大雨や台風の時期は水害を発生させます。

このような状況で避難する際に最も重要なのは「怪我をしない」¹⁾ ようにすることです。

左の図のように、ヘルメットか防災頭巾は落下物から身を守ります。

動きやすい伸縮性がある長袖や長ズボンは、着用することで肌の露出を控え
けがのリスクを減らすことができます。

手足の末端についても配慮が必要です。

末端が冷えると、身体全体が不快と感ずることから、特に靴下は木綿ではな
く、化繊やウールを素材としたものを選びましょう。

そして、手袋についてもフリース地のような保温性の高いものがあると快適に
感じます。

また、底の厚い靴はガラスの破片などによるけがを防ぎます。

しかし長靴は水が入って動きにくくなるので避けましょう。



また、大地震は5年に1度の割合（過去のデータから10℃を下回る2, 3, 4月の寒い時期）で発生しています。

冬季における災害は、全域停電（ブラックアウト）に伴い寒さとの戦いであり、殊に津波や豪雨などにより身体が濡れていた場合は生命の危機にもつながる事態になります²⁾。内閣府の避難所ガイドラインにおいて、備蓄物資の中には「衣」に関連する項目は無く³⁾、多くの被災者は避難所の毛布⁴⁾もしくは個人の防災グッズの中からブルーシートやアルミエマージェンシーシート⁵⁾を取り出し、寒さをしのぐこととなりますが、使用方法を間違えるとヒトの汗が放散されず結露による湿潤感を生み衣服環境を悪化⁶⁾させます。

発汗しても衣服の通気性により肌をさらりとした状態にする方法として、速乾性と耐熱性（燃えにくい）機能を備えた「綿」は災害時には有効と考えます。体温調節の未熟な乳幼児にとって防寒対策が整わない場合、命の危険につながります。「綿」の肌着を着せてあげ、こまめに着替えさせてあげると良いでしょう。生地も小さいので少量の水で洗濯ができ短時間で乾きます。乳幼児用の肌着としてストックしておくとも良いでしょう。

その他、アウトドア用の防水加工された衣服も避難時に適しています。

また、暖かさが確保できる素材として「高密度ポリエチレン不織布」があります。主に防災用品として商品化された緊急避難用の寝袋に用いられ、透湿・防水性機能を有しアルミコーティングにより熱を逃がしにくい特徴があります。

上記を、非常持ち出し品としてリュックサックに入れておくとも良いでしょう。避難時に両手を使えるようになります。重すぎると避難のスピードが遅れるので自分に必要な最低限のものを入れ、有事の際に備えて頂ければと思います。

1) 避難時の服装 (nhk.or.jp), (閲覧日: 2023.07.01)

2) 谷明日香, 中橋美幸, 諸岡晴美; 局所加温型衣服設計のための基礎的研究-頸背部加温が人体生理反応に及ぼす影響から-, 日本家政学会被服衛生学部会誌, 37, 7-15, 2018

3) 総務省, 2017

4) 小柴朋子; 科学研究費補助金研究成果報告書, 2010

5) 根本; 第38回被服衛生学セミナー要旨集, 12-13, 2019

6) 谷明日香, 小野寺美和, 竹本由美子; 備蓄物資を活用した防寒対策の検討, 日本家政学会関西支部第73回 研究発表会 (2022.11.5)



2023 甲南子育てひろば 9月 つどいのカレンダー



午前8時30分の時点で神戸市に警報・特別警報が発令されている場合は、午前のひろばは閉室します。
午前11時の時点で神戸市の警報・特別警報が解除された場合は、午後のひろばは開室します。

〒658-0001 神戸市東灘区森北町6-2-23
甲南女子大学 子ども室(10号館5階)
Tel : 078-413-3120

	月	火	水	木	金	土	日
午前					1	2	3
午後	☐ : ひろば閉室						お父さんDAY 休日のひろば
	4	5	6	7	8	9	10
午前				身体測定日			
午後							
	11	12	13	14	15	16	17
午前		わいわいトーク					
午後	ベビードانس			電話相談日			
	18	19	20	21	22	23	24
午前		身体測定日					
午後							
	25	26	27	28	29	30	
午前		健康相談 小児科医来室					
午後							

イベントの詳細については別途チラシをご確認下さい。

●お父さんDAY●

9月3日(日)午前9時30分～11時30分

お父さん/おじいちゃんと、お子さんが参加できます。

●休日のひろば●

9月3日(日)午後1時30分～3時30分

平日ひろばに来られない方も、お休みの日の乳児の遊び場に迷われている方も、この機会にぜひご利用ください。

●身体測定日●

9月 7日(木)

19日(火)

測定をご希望の方は職員までお声がけください。

●ベビードانس●

※当日は通常ひろばもご利用いただけます。

9月11日(月) 午後2時～3時

講師：富永 恵未先生(一般社団法人日本ベビードانس協会認定ベビードانسインストラクター)

親子でぴったり寄り添って社交ダンスの簡単なステップを踏みます！抱っこ紐を使用しますのでご持参ください。

●わいわいトーク●

9月12日(火) 午前9時45分～10時45分

テーマ：「遊んで育つ? かしこい子ども」

講師：西尾 新先生

(人間科学部総合子ども学科 教授)

※当日は通常ひろばもご利用いただけます。

●電話相談日● (ひろばは閉室しています)

9月14日(木)・15日(金)午前10時～午後3時

電話相談専用ダイヤル：078-414-7480

(通信料がかかります。ご了承ください。)

ひろばの保育士が対応します。子育て中の心配なことや不安なこと、どんな小さなことでも大丈夫です。お気軽にご利用ください。

●健康相談 小児科医来室●

9月26日(木)午前9時30分～10時

人間科学部総合子ども学科教授・

小児科医の八木麻理子先生が来室します。

健康面や気になることを気軽に相談することができます♪

～甲南子育てひろばの利用について～

【開室時間】午前：9時～11時30分 午後：1時～3時30分

開室時間内であれば、いつでも入退室できます。ご都合に合わせてご利用ください。

【利用対象者】2020年4月2日～2024年4月1日生まれの子どもと保護者

※首が据わってからの参加をお願いいたします。

【利用組数】午前・午後各10組の事前予約制(先着順)です。

1組(家庭)につき、保護者は2名まで利用可能

【予約について】甲南子育てひろばHPから受け付けております。

毎月下旬頃にひろば公式Twitter(kw_hiroba)にて予約開始日時をお知らせしますので、各自でご確認ください。当日空きがある場合はお電話でも申込みが可能です。

【登録料について】子ども一人当たり200円/年度

※初回参加日にお釣りのないようにお持ち下さい。

※保護者の方は、保険証や運転免許証など本人確認ができるものをご持参ください。

～お知らせ～

下記の日程で、看護学科の実習生がひろばに来室します！

9月25日(月)・10月2日(月)・23日(月)

利用者の皆さまとお話をしたりお子様と関わったりすることもあると思いますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



甲南子育てひろばHP



甲南子育てひろばTwitter

【お願い】
スクールバス乗り場のベビーカー置き場について
ベビーカーを置く際は、
必ず畳んで置いていただくよう
ご協力をお願いいたします。



バス停は学生や教職員、外部関係者などたくさんの人が利用します。
ベビーカーを置くスペースも限られておりますので、
皆さんが気持ちよく利用するためにルールを守ってご利用ください☆

8月のひろばの様子

【お父さんDAY/休日ひろば】8月5日（土）

お父さんDAY：9：30～11:30 参加親子5組（大人5名・子ども5名・計10名）
休日のひろば：13:30～15:30 参加親子10組（大人16名・子ども10名・計26名）

大学ではオープンキャンパスが開催されている中、
今回もたくさんの親子にお越しいただきました。
お父さんDAYでは、お子さんとじっくりと向き合って遊んだり、
お子さんの成長についてなどお父さん同士で会話される姿が見られました。
最後の触れ合い遊びでは、お父さんの楽しげな歌声が響き渡り、
それにつられてお子さんもみんなニコニコでした♪



午後のひろばは、お父さんお母さん一緒に参加が多く、
とっても賑やかなひろばとなりました。
普段利用されているお母さんが「この遊びが好きなんだよ！」
「このおもちゃがお気に入りなんだよ！」など
お子さんの様子をお父さんにお話ししており、聞いているお父さんも
嬉しそうでした。また、家族同士で楽しく交流されている姿もありました。
9月以降もお父さんDAY・休日ひろばを月一回程度開催します。
まだまだ暑さが続くこの時期の、ご家族のお出かけ場所の一つとしてご利用ください♪



【わいわいトーク】

8月25日（金）9時45分～10時45分 参加親子9組（大人9名・子ども9名 計18名）

テーマ：「産後のママのからだを守るために」

～育児動作で気を付けたいことと姿勢を整えるトレーニング～

講師：山本 綾子先生（本学看護リハビリテーション学部理学療法学科 教授）

今回は、産後の身体の変化や育児動作からくる身体への負担、
背中や腰の負担を少なくする筋肉の使い方の大切さなどのお話がありました。
また、背中や腰の負担を少なくするトレーニングやストレッチをして
身体を伸ばしたり、抱っこ紐の適切な着用の仕方など教えていただきました♪
子育てのちょっとした息抜きに、
毎月のわいわいトークにご参加いただけたらと思います☆



【ベビーマッサージ～タッチケアで親子のハッピータイム～】

8月30日（水）9時45分～10時45分 参加親子9組（大人9名・子ども9名 計18名）

講師：富永 恵未先生（ママズケア認定ベビーマッサージ講師）

講師の富永先生をお招きし、ベビーマッサージが行われました！
マッサージすることで便秘が解消されたり、
また、身体に触れることでおなかの張りやお子さんの身体の変化に気づく
きっかけになるというお話もありました。
ママに触れられてうっとりする子や、
あまりの気持ちよさに寝てしまい眠ったままマッサージをしてもらう子、
少し大きなお子さんもやさしい先生の雰囲気や声に吸い込まれるように
先生に近づいたり話しかけたりしている子もいたり
それぞれ時間を楽しんでいる様子でした。
帰るころにはみんなうっとりいい表情で、
その姿を見てる私たち保育士もとっても癒されました♪



【おすすめ絵本】

本学人間科学部総合子ども学科 高原ゼミの皆さんによるおすすめ絵本の紹介です。

今月は、下記の2冊をご紹介します！

遠藤 悠月さん『パンダのあかちゃん おっとっと』作：まつもとさとみ・文：うしろよしあき・

絵：わたなべさとこ/株式会社KADOKAWA

武田 彩未さん『あっぱっぷ』文：中川 ひろたか・絵：村上 康成/ひかりのくに株式会社

【あらすじ】

「おっとっと」は、笑顔にしてくれる、かわいい言葉。
「おっとっと おっとっと」リズムカルに楽しく読んであげると、
子どもも「おっとっと」と言って、動きだしたくなります。
さあ みんな いっしょに 「おっとっと！」

【おすすめの理由】

「おっとっと おっとっと」と
言う者を繰り返している
ので、子どもと一緒に、
体を動かしながら楽しめる
本です！是非みなさんも
一緒に「おっとっと」してみ
て下さい！

【発行所】
KADOKAWA
【発行年】
2018年4月26日
遠藤 悠月

【サイズ】 19.6 × 20 cm
【対象年齢】 1、2才から



あらすじ

「いらぬ、こしまはあっぱっぷ！」
動物たちや、ママといらぬ、こ。
みんな思わす、いはいはは
と笑ってしまいます。

同じ作者の絵本

『あれあれ だあれ？』
『はくしゃ はちばのう』
『こちばこちばのう』
『わくわく』
(ひかりのくに)

発行所: ひかりのくに
発行年: 2003年6月
サイズ: 23 × 22 cm

【おすすめの理由】

「いらぬ、こしまはあっぱっぷ！」
で、ママも赤ちゃんも思わず
笑ったのしめるような本です。
ページをめくったときの、
大きな絵の迫力と、表情
も楽しくて何度も楽しめる
のも、ポイントです。

対象年齢: 1、2才から

作者: 中川ひろたか・文
村上康成・絵

武田彩未



【お問い合わせ先】

〒658-0001 兵庫県神戸市東灘区森北町6-2-23 甲南女子大学 子ども室（10号館5階）

TEL 078-413-3120

MAIL hiroba@konan-wu.ac.jp