

最近の子育て世代を見ていて、女性医師として思うことがあります。まず率直に、今の親御さんは本当によく学び、考え、子どもに向き合っていると感じます。情報があふれる時代の中で、予防接種や食事、発達への配慮など、医学的な知識を積極的に取り入れ、より良い選択をしようとする姿勢には頭が下がります。父親の育児参加も自然になり、家庭全体で子どもを育てる空

気があることは、私達の時代にはなかった大きな進歩です。

一方で、少し気になる点もあります。それは「正解」を求め過ぎてしまうことです。ネットやSNSの情報に振り回され、不安が増幅してしまう親御さんもいます。また、情報が手軽に得られる反面、根拠のない誤った内容に惑わされていると感じる場面も増えています。例えば、「自然派育



医界サロン

子育て世代の方々へ

広報委員 河本 英恵

児」を過度に信じて予防接種を控えた結果、感染症に罹患するケースや、「解熱剤は使うべきでない」という情報を鵜呑みにし、子どもが高熱で苦しんでいるにもかかわらず、受診が遅れることがあります。さらに、根拠の乏しい食事療法や民間療法を優先し、適切な治療の開始が遅れる例も見受けられます。そのため、保護者の不安に寄り添いながらも、科学的根拠に基づいた正しい情報を丁寧に伝えていくことが、私達医師の大切な役目だと日々実感しています。

子どもは一人ひとり違い、教科書通りにいかないのが当たり前です。多少の失敗や遠回りも、その子にとっては大切な成長の一部です。親御さん自身が「これでいい」と思える軸を持つことが、結果的に子ども

の安心感につながるのではないのでしょうか。

そしてもう一つ、親御さんにも願いがあります。どうかご自身の心と体も大切にしてください。頑張りすぎて疲れ切っているお母さん、お父さんを多く見してきました。子どもにとって一番大切なのは、完璧な環境よりも、そばにいる大人の穏やかな笑顔です。時には上手に手を抜き、周囲に頼り、自分の時間も持つてほしいと思います。

子育てに「満点」はありません。でも、愛情を持って向き合っている限り、それは十分に価値のあることです。少し肩の力を抜きながら、今の時代ならではの良さをいかして、子どもとともに歩んでいっていただけたらと願っています。