



子 育て世代包括支援センターは、妊娠期から子育て期までの、さまざまな悩み・質問・相談に助産師等の相談員がお答えする総合相談窓口です。お気軽にご相談ください。

また「妊娠届出書」を提出された人と保健師などの職員が面談をして、母子保健事業の案内をしています。妊娠期・子育て期に役立つ冊子をお渡ししています。

特集

ひとりで悩まないで



子 育てが楽しいまじまじにひがしまつやまの実現のため、少しでも楽しく子育てができるようさまざまな事業を実施しています。今回の特集では、子育て支援事業の中でも、妊娠・出産・育児に関する悩みや不安を少しでも減らす事を目的とした事業にスポットを当てました。

例えばこんなとき

子育て期

- ・赤ちゃんがなかなか泣きやまないけど、どうしたらいい？
- ・母乳は足りている？ミルクはどのくらいあげたらいい？
- ・自分の時間がなくてイライラしてしまう
- ・子どもの発達が遅いような気がする
- ・子育てのことを聞ける人がいない
- ・夜泣きに困っている、なかなか寝てくれない
- ・予防接種はいつ受ければいいのか？

妊娠期

- ・妊娠したかもしれないが相談できずにいる
- ・母子手帳はどこでもらえるの？
- ・つわりで思うように食べられないけど大丈夫？
- ・高齢出産で嬉しい反面、不安もある
- ・初めての妊娠、出産でちょっと不安になっている
- ・赤ちゃんが生まれるとどんな生活になるの？
- ・何か準備してよいかかわからない

両

親学級は、赤ちゃんのお母さんお父さんになる人が、妊娠中の生活や出産・育児について学ぶことができる教室です。両親学級は、妊娠生活や出産後の育児をしていく仲間作りの場にもなっています。



参加した人に感想を伺うと「楽しく体験できてイメージができた」や「同じ妊婦さんと1つ1つ学ぶことができよかった」と話されています。

6回目の両親学級では、お父さんが妊婦体験・沐浴実習を行います。妊婦体験をしたお父さんたちはお母さんの状態

1回目は妊娠中の生活、2回目は妊娠中と産後の栄養、3回目は妊婦の口腔衛生と乳児の歯、4回目は分娩の経過、5回目は新生児の育て方、6回目は沐浴実習・妊婦体験に関して学びます。

子育て世代包括支援センター

ハイ！なんでもはやく相談を!!

☎0493-81-7889

FAX0493-22-7435

開館日 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)

午前8時30分～午後7時(水曜日は午後5時15分まで)

場所 材木町2-36 (保健センター内)

プレママパパ塾

両親学級のフォローアップとしてもう一度内容を聞くことができます。全部参加できるか心配、パパにも内容を聞いてほしいなど両親学級に参加できなかった親を対象に保健師などの職員が説明をします。



熊を実感し「これからパートナーとしてしっかりサポートできるような頑張りたい」と話していました。沐浴実習を行った両親は「沐浴は大変なので協力してやっていきたい」と話していました。

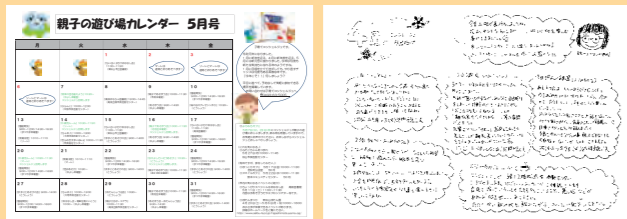
市では年4コースを実施しており、1コース6回の教室が行われます。事前に健康推進課(保健センター)へ申込みが必要です。

申・問 健康推進課(保健センター)
☎ 24-3921

そのほかにも…

親子の遊び場 カレンダー

子育てコンシェルジュが訪問する日程や平日に予約なしで気軽に参加できるイベント情報を掲載しています。市HPや子育て支援課で配布をしています。



子育て支援アプリ

県と連携して子育てに役立つ情報やサービスをタイムリーに提供しています。子どもの年齢に合わせたサービスやイベント情報などを簡単に入手することができます。また、予防接種のスケジュール管理やパパ・ママ応援ショップ優待カードの提示も可能です。

QRコード



出張相談

子育てコンシェルジュが市内にある子育て支援センターなどの施設に毎月訪問し、保護者とお話をしています。育児で困っていることやモヤモヤしていることを子育てコンシェルジュに話してみませんか。



教えて！コンシェルジュ

Q. 子どもが走り回れる場所を教えてください。
A. まつやま保育園と仲よし保育園の園庭開放・遊ぼう会や東松認定こども園げんきのなかよしたいそうあそび、東松山ぼたん園、さくら坂公園があります。なお、高坂市民活動センター内にあるボルダリング遊具では体を動かす遊びができます。

Q. 0歳児でも遊びに行くことができる場所を教えてください。
A. 子育て支援センターソーレ・マーレの0歳児ルームやデビューの日がオススメ。大岡市民活動センターでのちゃおや社協サロンも和室で過ごしやすいです。

Q. 第二子(下の子)を出産するので出産前後に第一子(上の子)を預かってほしいが預かりサービスを行っている場所はあるか？
A. まつやま保育園、わかまつ保育園、仲よし保育園、第二仲よし保育園、のもと保育園、どんぐり保育園、いちご保育園、東松認定こども園げんきで実施している一時保育とファミリー・サポート・センター、緊急サポートセンターがあります。

子育てコンシェルジュ への相談は…

☎0493-63-5005

とき 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前8時30分～午後5時15分
場所 総合会館2階子育て支援課



左から山口さん、森田さん

子育てコンシェルジュ

よりみちカフェ



毎月2回ほど、子育てコンシェルジュが市内各地で実施している親子の遊び場などにおじゃまします。飲物も用意していますので、お気軽にお声かけください。お茶しながら子育てコンシェルジュとおしゃべりしましょう。開催日や開催場所は親子の遊び場カレンダーで確認することができます。

子育てコンシェルジュは、「子どもと参加できる市内のイベントを教えてください」「子育てサークルを探したい」「保育園をどう選んだらよいか」など、子育てに関する情報を必要としている人にさまざまな子育て情報の提供や、子育て中の保護者の悩みを聞く相談員です。市が実施している子育て支援事業や多種多様なサービスから、相談者に合わせた情報を提供して子どもや保護者にとって適切なサービスが選択できるような支援を行っています。

す。また、利用者からの相談に応じて関係機関との連絡調整もします。現在は、山口さんと森田さんの二人が、子育て支援課や子育て世代包括支援センター(保健センター内)で相談を受けたり、子育て支援センターなどを定期的に訪問したりして、保護者たちの悩みに耳を傾けています。子育てに困った時、つまづいた時の受け皿になってくれる、心強い存在です。