

広島県では、「ひろしま版ネウボラ」の取組に力を入れています！

平成29年度から  
モデル的に実施中

「ネウボラ」って何？



ひろしま版  
ネウボラのポイント

「ネウボラ」はフィンランド語で「アドバイス（ネウボ）の場所（ラ）」を意味する、妊娠期から出産、子どもの就学前までの間、お母さんと子ども、家族を支援する子育て支援制度のこと。子どもの成長段階ごとに違う窓口に行くのではなく、同じ場所で「切れ目なく」支援を受けることができ、最近日本でも注目されている子育て支援のしくみです。

どんな不安や悩みにも、一人ひとりにしっかり寄り添う

妊娠期から定期的に、保健師、保育士など担当の相談員が、様々な不安や悩みを時間をかけて丁寧にお話しを聞きながら、一緒に考えていきます。必要に応じて、専門機関と連携してサポートします。



悩み	・つわりやむくみ… ・仕事と両立できるかな？ ・家族は協力してくれるかな？	・保育所に入れるかな… ・上の子の世話が大変だな ・無事に生まれてきてくれるかな…	・眠れない、体の疲れがとれない ・夜泣きの対応や授乳、どうすればいいの？ ・子供の発育は順調かな？	・息抜きしたい ・ママ友がほしい ・保育所に入れるかな… ・私のしつけ、合ってるの？			
	1 手帳交付時	2 妊娠8ヶ月頃	3 産後2ヶ月頃	4 産後4ヶ月頃	5 産後10ヶ月頃	6 1歳半	7 3歳
サービス一覧	時期にあわせた窓口での相談対応（●は定期的な面談）						
	手帳交付	両親学級・産前産後サポート事業・産後ケア事業・家事育児支援など					



利用者の声



アドバイスで気持ちが楽に  
近所に知り合いがおらず、産後しばらくは子どもと2人きりで、子育てに悩んでいました。そこで、母子健康手帳交付の時に教えてもらったネウボラ拠点を訪問。他のママや赤ちゃんと一緒に過ごし、スタッフの皆さんにアドバイスをもらって気持ちが楽になりました。何でも相談しやすい雰囲気なので、助かっています。

ネウボラ相談員の声



家族みんなの相談員に  
妊娠・出産・子育てに悩みや不安を感じたとき、「あの人に相談してみよう!」と思い出してもらえそうな相談員を目指しています。お母さんだけでなく、ご家族の方も気軽に声をかけてください。落ち着いた話ができるよう個室の相談室も設けていますので、「ネウボラふちゅう」にどうぞお気軽にお立ち寄りください。  
ネウボラふちゅう  
戸田 一美さん

こうした取組は、あなたがお住まいの市町においても、独自の取組を含め、地域の実情にあわせ進んでいます。

詳しくはこちら



いろいろと上手くいかない、そんなとき…

たとえ我が子といえども、子どもは親とは違う、別の人格です。だから、親が一生懸命に頑張って理解しようとしても、お互いに思いがすれ違うこともよくあります。そんな時、親も一人で頑張らず、周りにいる人たちと知恵を出し合ったり、子育て支援の制度を使ってみましょう。特に、保育の専門家は、子育ての知恵をたくさん持っていますよ。

1 子どもとの接し方

出かける時間なのに支度しない。早くしてっ!! と思うとき…  
「早く支度しなさい!」 → 「出かける時間だね。そろそろこの服に着替えよう」  
できれば 「自分でちゃんと着替えられたね。じゃあ次はカバンもってこよう」

「支度」では、何からやっていいかわからないことも。やることを区切って、やりやすいことから具体的に伝えてみましょう。

「イヤだ」を連発して、言うことを聞いてくれない!! と思うとき…  
「座りなさい」 → 「床か、この椅子か、どちらかに座ってね」

子どもにも意思があるので指示されてばかりだと反発も。複数の選択肢を示して子どもの意見を尊重するのも方法の1つ。

できたときは具体的にほめよう



2 保護者自身のこと

環境を整えてみる  
例えば、片づけをしない場合、何をどこに片づけるかをわかりやすくして、子どもが自分で片づけやすいように環境を工夫してみましょう。また、困った行動をする場合、子ども自身が困っていることもあります。困りごとを紐解いてみましょう。

発達の段階を理解する  
子どもの成長段階に応じた声掛けをしましょう。きょうだいや周囲の子どもと比べたり、成長発達に見合わない課題を押し付けたりしないようにしましょう。

家事の分担、時間の使い方を見直す  
家族で家事を分担したり、支援サービスを使ったり、一日の時間の使い方など工夫してみましょう。

クールダウンの方法を見つける  
「なぜできないの!」など、イライラが爆発する前に、深呼吸や数を数えるなど、クールダウンする自分なりの方法を見つけておきましょう。時間が長い、疲れているなど、イライラの元の原因を軽減することも大切です。

自分一人ではどうにもならないこと、周囲の力を借りると解決することもあります。

Q 体罰って何?  
親権者等が、子どもの身体に何らかの苦痛または不快感を意図的にもたらす行為(罰)です。たとえしつけのためだと親が思っても、どんなに軽いものであっても体罰です。  
※ただし、罰を与えることを目的としない、子どもを保護するための行為や、第三者に被害を及ぼすような行為を制止する行為等は体罰に該当しません。

Q 体罰・暴言は子どもにどんな影響を与えるの?  
体罰を受けた子どもは、親子関係の悪化や、精神的な問題の発生、反社会的な行動や攻撃性の増加など望ましくない影響が大きいという研究があるなど、体罰や暴言が、子どもの成長、発達に悪影響を与えることは科学的に明らかになっています。

CHECK 子どもに関する身近な相談窓口はこちら



ひろしま子供の未来応援プランをもっと知りたい!

概要版はこちら

本編はこちら