

伝えたい!
届けたい!

子育て通信

Vol.3

市の最新の子育て情報を掲載している「みはら子育てねっと」もあわせてチェック♪



プレパパママ&パパママのための子育てに役立つ情報を紹介!



利用者 左から宮北さん親子(男の子8カ月)、
小早川さん親子(女の子9カ月)、谷本さん親子(女の子7カ月)
(円一保育所の地域子育て支援センター)

保育所・こども園
に併設

出かけよう! 地域子育て支援センター



未就園児が遊べてパパママ
同士が交流できる場所



利用には事前予約を!

遊びも相談も気軽に訪れて

開館時間中は自由に利用できます! 絵本やおもちゃ、手遊びなどが楽しめますよ。

なんでも話して!

子育てに不安はつきもの。パパママの話をしっかり聞きます!



Q 利用のきっかけは?

A 市のウェブサイト「みはら子育てねっと」を見ていて、『地域子育て支援センター』で月齢に合わせたイベントが定期的に行われていると知りました。同年代の子どもとその親が集まるなら参加しやすいかなと感じ、また自分や子どもにとって良い刺激になると思い参加しました。



1

施設インフォメーション

地域子育て支援センター

園 児童保育課 ☎ 0848-67-6042
※詳しくはみはら子育てねっとを参照。

みはら子育てねっと➔



保育所・こども園に設置された11カ所の施設。未就園児とその保護者は無料で利用可能。「ねんね～よちよち歩きの子」など月齢で分けたイベントも開催している(要予約)。

Q 利用した感想は?

A 同年代の子がいる親同士で悩みや気持ちを分かり合えて、心が軽くなりました! 子どもも家ではできない遊びやお友達との交流が楽しいようで、センターに行った日はよく寝てくれて助かります。ほかの子から刺激を受けたのか、センターで少しハイハイを始めるなど変化もありました。



2

1.センターには専属の保育士が在籍。離乳食の進め方やハイハイなどの発達、保育所の選び方などの相談にもアドバイスしてくれる。2.同じ悩みを持つパパママ同士で相談し合えるのも魅力。



子育て応援インフォメーション

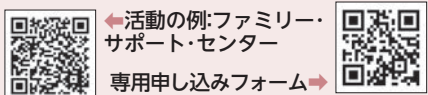


子どもの発達について相談できます

時 29・30日を除く毎週月～金曜日9時～17時
 所 サン・シープラザ3階または保健福祉課(市役所本庁2階)
 対 18歳未満の子と保護者(要申し込み)
 申 保健福祉課(TEL 0848-67-6359
 FAX 0848-67-5934)

子育てボランティア研修会

時 18日(日)14時～16時30分
 所 サン・シープラザ4階
 内 子育て・孫育てから始まる地域活動
 出 孫育て検定協会 山崎勇三さんほか
 対 市内在住で子育てに関するボランティア活動に関心がある人
 定 30人(要申し込み) 料 無料
 申 12日(月)までに専用申し込みフォームからまたは子育て支援課(TEL 0848-67-6079 FAX 0848-64-2130)へ



母子保健推進員を募集します

市では、安心して子育てができるよう、地域の身近な相談役として、さまざまな活動を通して子育てを応援してくれる人を募集します。あなたの子育ての体験を生かして次世代の応援をしてみませんか。

【活動期間】令和5年4月～令和6年3月
 【謝金(年額)】36,000円
 【活動日数】月3日程度
 関 乳幼児健診・相談などへの協力、家庭訪問やふれあい遊び教室などの実施
 【応募資格】市内在住で20歳から75歳未満(令和5年4月1日時点)の人
 定 60人(要申し込み)
 申 12月5日(月)～23日(金)に申込書を保健福祉課(TEL 0848-67-6061 FAX 0848-67-5934)、本郷・久井・大和保健福祉センターへ

祝日・年末年始の小児科救急当番医院

時・所 ①31日(土)8時30分～17時30分・三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目 TEL 0848-62-3113)
 ②令和5年1月1日(日)9時～11時30分、13時～15時30分・三原赤十字病院(東町二丁目 TEL 0848-64-8111)
 ③令和5年1月2日(月)8時30分～17時30分・三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目 TEL 0848-62-3113)
 ④令和5年1月3日(火)9時～12時、14時～16時30分・興生総合病院(円一町二丁目 TEL 0848-63-5500)
 ⑤令和5年1月9日(月)8時30分～17時30分・三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目 TEL 0848-62-3113)
 ※いずれも事前に診療時間内に電話連絡してください。

子育て世代の悩みを解決!

すくすくの催し

母乳相談・ごはん相談などを定例開催
 詳しくはこちらから



いつでも悩み相談OK!

TEL 0848-67-6217
 メールでも受け付けています。

ペアシティ三原 西館2階

児童館



要申し込み

高校生&大学生とラブラフクリスマス会

時 ①10日(土)10時30分～11時15分 ②10日(土)11時45分～12時30分 ③11日(日)10時30分～11時30分
 関 読み語り、工作、ゲームなど 関 ①0～1歳児 ②2～5歳児 ③小学生 ※①②は保護者同伴。 定 各10組
 料 ①②100円 ③200円

要申し込み

ミニ門松作り

時 17日(土)13時～14時30分 所 サン・シープラザ4階
 関 保護者と5歳児～小学6年生 定 10組 料 500円

要申し込み

ラブラフteens塾

時 18日(日)14時～16時 所 サン・シープラザ4階 関 高校生による勉強会 関 小学生 定 15人 料 勉強道具

申し込みは5日(月)から TEL FAX 兼用0848-67-1123 休館日 毎週火曜日 開館時間 10時～19時

子育てアイデアコラム

保健師: 桑田 沙代子

テーマ

産後うつについて



長引く気分変動は、産後うつのサイン

赤ちゃんとの生活の中で、「かわいい」と思うのと同時に、「泣きやんでくれない」「寝てくれない」など、イライラしたり泣きたくなくなったりしていませんか。気持ちの落ち込みや気分変動が、産後2週間を超えても続くときは、「産後うつ」の可能性が考えられます。



つらい気持ちを誰かに話す、周りの人は声を掛ける

産後は不安が多く、うまくいかないのは当たり前。悲しくなったり気持ちが沈むときは、一人で抱え込まず、気持ちを誰かに話しましょう。身近な人に話すことに抵抗があれば、遠慮なく保健師に電話をしてください。周囲の人もお母さんの様子に心を配り、声を掛けましょう。

保健福祉課 TEL 0848-67-6061
 FAX 0848-67-5934