

はじめの子育て

赤ちゃんが産まれてはじめて我が子を見たときに、皆さんはどんなことを思い感じましたか？「赤ちゃんってこんなにも小さいの」「かわい」「これからよろしくね」「しっかり守っていかなくちゃ」「産まれてきてくれてありがとう」など嬉しい気持ちや子どものために何かしら決意したかたが多いのではないのでしょうか。

しかし、一方で子育てしていくうちに、授乳やオムツ交換、お風呂などに加え夜泣きでおこされ泣きやむまであやすなど24時間、毎日続けていると、「なんでこんなに泣くの」「私、子育てに向いてないのかな」「お願いだからゆっくり寝かせて」「もう泣きやむまでほっとこうかな」という気持ちになったかたも少なくないのではないのでしょうか。赤ちゃん一人きりになる時間が多く、悩みや不安を相談できる相手がいないと、次第にふさぎ込むようになり、うつや育児放棄、児童虐待につながってしまう危険性があります。

町では、子育て世代のかた同士が交流でき、気軽に育児について相談できる場所や、親子で触れ合える場を設けています。
「ひとりで頑張り過ぎず、周りの人たちと助け合いながら楽しく子育てできる町へ」
今月は美里町の子育て支援について紹介します。



子はたから

美里のたから

美里だから

できる子育て

親子3B体操

保健センター ☎76-2855

子どもと一緒に楽しく笑いながら体操をしませんか？
声をかけ合いながら体操を行っているうちに、自然と親子のコミュニケーションが深まる効果があります。

親子3B体操は、同じ目線で楽しむことができる体操です。

- 日程 10月15日(月)
 - 時間 午前10時～11時頃
 - 場所 保健センター 多目的室
 - 対象者 3歳くらいまでのお子さんと保護者
- ※予約不要です。
※動きやすい服装でいらしてください♪



保健師 藤川さん

「うちの子、いい子と一緒に体操してくれるから」「みんなに迷惑かけないから」と不安に思っている保護者のかた。大丈夫です。保健師がいますし、スペースも広いのでお子さんも保護者も楽しく過ごせます。



みざくら保育園子育て支援センター

問合せ ☎71-6010 (センター直通)

「みざくら保育園子育て支援センター」では、子育て家庭を対象に親子で楽しめる企画や子育ての相談などを行っています。

お気軽にご利用ください。

- ◎育児相談
- 日時 随時受付
- 方法 来園／電話相談
- 内容 どんなことでも結構です

- ◎親子であそぼう
- 日時 毎週月・火・木曜日
午前8時30分～午後1時30分
※イベント 火・木曜日中心
- 内容 製作・ちびボール運動・お誕生日会など

- ◎お外であそぼう
- 日時 毎週水・金曜日
午前8時30分～午後1時30分
- 内容 広い園庭で思いっきり遊べます



保健センター 「多目的室」を利用しよう！

雨が降っていて外で遊べないときや、子どもがおうちでぐずってしまったときなど、保健センターにある多目的室をご利用ください。

町の事業などで使用しているとき以外は、利用することができます。

- 【利用方法】
- ①保健センター（☎76-2855）に電話で、空き状況を確認。空いていればそのまま予約
- ↓
- ②保健センター窓口で申請書に記入
- ↓
- 利用できます
- ※飲食可です。
- ※開放時間は午前9時から午後4時までとなります。



他のお子さんと一緒に過ごさせて子どもにとって良い刺激になるし、雨の日や暑い日に、広い室内で遊べて子どもも満足です！



市川さん親子

すこやか広場／育児相談・計測

保健センター ☎76-2855

お子さんと一緒に遊びながら、子育て中のママ・パパとお話ししながら楽しい時間をすごしてみませんか？

保育士さんが来て、手遊びや紙芝居、絵本の読み聞かせや製作を行います。

お子さんの、体重や身長の計測も行います。

- 日程 毎月2回実施しています。
10月10日(水)・24日(水)
- ※11月以降の日程については、町ホームページをご覧ください。
- ※広報お知らせ版に翌月の日程を掲載しています。
- 時間 午前10時～11時30分
- 場所 保健センター 多目的室
- 持ち物 母子健康手帳（計測希望者のみ）

すこやか広場開放日

すこやか広場終了後、午後4時まで多目的室を自由開放しています。

どれみ広場

保健センター ☎76-2855

親子で一緒に歌ったり踊ったり、カラダを使って音楽を楽しめます！

他の子どもや親以外の大人と触れ合うことで子どもにとって良い刺激になります。

また、ママ・パパ同士の交流の場にもなっています。

- 日程 毎月1回実施しています。
10月1日(月)、11月5日(月)
- ※12月以降の日程については、町ホームページをご覧ください。
- ※広報お知らせ版に翌月の日程を掲載しています。
- 時間 午前10時～11時30分
- ※途中からの参加も可能です。
- 場所 保健センター 多目的室

ママトモができました。おうちに遊びに行くと、子どものご飯の作りかたなどを教えてもらってます♪



白石さん親子

すこやか広場開放日

どれみ広場終了後、午後4時まで多目的室を自由開放しています。