

# みんなで子育て

## その悩み、 話してみませんか？



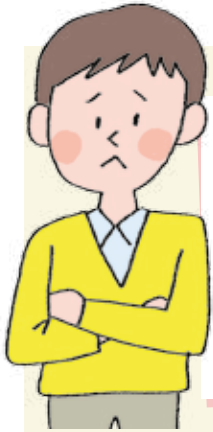
わが子がどんなにかわいくても、腹が立ったり、泣きなくなったりと子育てには悩みがつきもの。

自分でどうにかしようと調べてみても情報が多すぎて余計に分からなくなることも…

そんなときは肩の力を抜いて、誰かに話してみるのはいかがでしょうか。

子育ての悩みについて相談できるところ、いろいろ紹介します。

(こども相談課)



### お悩み①

なんでもイヤイヤばかり…  
上の子が赤ちゃん返りしちゃった  
子どもへの接し方が分からない！

☞3ページへ



### お悩み②

子どもの発達が気になる…  
どんなふう  
育てたらいいの？

☞3ページへ

こんなお悩み  
ありませんか？

KOSODATE  
NO ONAYAMI  
ARIMASENKA?



### お悩み③

子どもが言うことを  
ぜんぜん聞いてくれない  
イライラして怒鳴っちゃう！

☞4ページへ



### お悩み⑤

子育てのこと相談したいけど  
赤ちゃんを連れて  
外出するのは大変だし…

☞5ページへ



### お悩み④

いつでも子ども中心で  
自分の時間がなくて  
しんどい

☞4ページへ

## お悩み①

の人には…



# こども総合相談窓口

### 例えばこんな相談があります

- わが子がかawaiiと思えない
- 子どもとの関わり方が分からない
- 子どもに怒ってしまった
- どこに相談していいか分からない
- とりあえず家族以外の人と話したい
- なんでもイヤイヤばかり言う

### 相談はこちら

こども総合相談窓口☎6852-5172  
電話相談：24時間365日受付  
来所相談：月曜～金曜日9時～17時15分  
☒すこやかプラザ面談室(岡上の町)

子どもへの接し方や子育て全般の  
悩みを広くお聞きします！

### まずは電話でお気軽に

今さら聞けない疑問から  
誰にも言えなかった悩み  
まで幅広く！



### じっくりと対面での 相談もできますよ

面談の間、  
子どもと離れて  
お話しもできますよ！



「子どもの成長が  
遅いような…？」  
その不安、一緒に考えます！



「子どもの成長はいろいろだからゆっくり見守って」とは言  
うけれど、それでも違いが気になる…そんなときも相談して  
ください。まずは、何が不安なのか一緒に整理しましょう。

## お悩み②

の人には…



# 子どもの発達に

# ついでの相談

### 例えばこんな相談があります

- 言葉を話すのが遅い気がする
- 人見知りが強すぎる
- じっとしてられない
- ちょっとしたことで大きな声を出す

### 相談はこちら

児童発達支援センター☎6866-2360  
発達支援あゆみ☎6841-1551

### お悩み③

の人には…



子どもを叱ってばかりで

疲れていませんか？

## 保護者支援講座

### 前向き子育ての秘訣教えます

子育てをしていると、理想と現実の差に悩み不安でいっぱいになることも。そんなときにおすすめなのが保護者支援講座。子どもの欲求や気持ちを理解することで、子どもの安心感を育む『安心感の輪』子育てプログラム(①)や、親子が前向きな関係をつくるための具体的なスキルを学ぶ「前向き子育てプログラムトリプルP」(②)といった講座を用意しています。



詳細は市ホームページへ

①子育て支援センターほっぺ ☎6852-5526

②こども相談課 ☎6852-5172



### 「前向き子育てプログラム トリプルP」受講者アンケートから

1年生の長男の育児で悩んでいましたが、教えていただいたとおり、一つの行動に絞って具体的に褒め、シールでその積み重ねを見えるようにしていくと「毎日怒っていたのは何だったの?」というほど子どもの行動が変わり、毎日のストレスがスッと消えてしまいました!受講できて本当に良かったです。

interview



学んだことを実践し、心の荷をラクに

「前向き子育てプログラムトリプルP」講師 白山真知子さん

トリプルPは、「子育てがうまくいかなくてイライラする!」「怒鳴ってばかりでイヤ」といった悩みを持つ保護者にも役立つ講座です。講座では、子どもの感情への向き合い方や問題行動への関わり方など具体的なスキルを学びます。学んだことを家庭で実践し、子どもの行動が変わっていくのを見ると子育てがぐっとラクに楽しく感じられると思います。講座を通して、親も子どもも安心して子育て・子育てできる環境をつくっていきましょう。



### お悩み④

の人には…



1人で背負わなくても大丈夫

たまには息抜きしたって

いいんです

## 一時保育やショートステイ

一時的に家庭で子どもの世話ができないときにご利用いただけます。

### 一時保育事業

私立認定こども園や民間保育所などで乳幼児を預かります。

利用には事前登録が必要で、利用したい施設に直接お問い合わせください。



一時保育イメージ



同事業を実施している施設など詳細は市ホームページへ

### ショートステイ(子育て短期支援事業)

児童養護施設などで短期間預かります。宿泊型と日帰り型があります。利用には事前登録が必要です。

☎こども相談課  
☎6852-5172



ショートステイイメージ





ご自宅まで保育教諭などが  
訪問します

お悩み⑤

の人には…



## 育児支援家庭訪問

ずっと家にこもりきりだと、悩みを誰かに話すこともできなくてしんどくなってしまいうことも。でも、小さな子を連れて相談に行くとなると、ごはんやおむつ、着替えなど荷物も多く、移動も大変です。

子育てに不安や悩みをお持ちの家庭に保育教諭などが訪問して話を聞きます。役立つ子育てサービスも紹介します。

☎0歳～小学6年生の子どものいる家庭

☎子育て支援センターほっぺ ☎6852-5526



すこやかプラザから  
出発しま～す



市の窓口への相談は  
なんだか大げさ…  
でも、誰かに  
話を聞いてほしい…

あなたの近くにも  
安心してまいる場所がきっとある

市の窓口以外にも、親子の居場所はたくさんあります。校区の福祉委員会の呼び掛けで地域の親子が集まる子育てサロン、こども園などで行われる園庭開放やおはなし会、地域で子どもと一緒に本を読んだり借りたりできる「子ども文庫」、子ども食堂などは、子どもが楽しく遊べる場であるとともに、お母さんお父さんたちの交流、出合いの場にもなっています。お近くの実施場所を知りたいときなど、お気軽に相談してください。

☎こども相談課 ☎6852・5172



子ども文庫「ゆめのき文庫」を運営する石濱繁子さん(78歳、庄内幸町)

私が運営する、ゆめのき文庫の利用者は親子が多く、一緒に絵本を読んだり遊んだりしています。そうしている時々、お母さんが不安や悩

— interview —

みを話してくれることがあります。私ができることは、とにかく話を聞くこと。悩みを少しずついいから言葉にしたらうと、自然に自分で答えを見つけていけることもありますし、必要なら相談窓口につながることもあります。いきなり悩みを口にできなくてもいい。まずは安心して居場所になれたらと思っています。

— interview —

子育てでは、いろいろな事が心配になるのは、誰にでもあることです。紹介したところ以外にも多くの相談窓口があります。もちろん匿名でも相談できます。ささいなことでもぜひ相談してください。

☎こども相談課 ☎6852-5172