

Q 「イヤイヤ」がすごくて、  
つい怒ってしまう・・・



A イヤイヤを受け流す余裕を作ることが大切です。子育て支援センターで支援員に愚痴を聞いてもらったり、旦那さんに預けて、買い物に出かけたりして、子どもとの距離を置く時間を作りましょう。

子育て支援センターでは、2カ月に1回、臨床心理士の先生による「心のケア講座」を実施しています。今回は、「イヤイヤ期について」お話しをいただきました。個別相談で、先生に話を聞いてもらうこともできます。

Q 言葉が出ない・・・  
同じくらいの子より遅い気がする。

A 1～2歳の保護者から多い相談です。言葉は発達の一部であり、個人差もあります。ゆっくりめと感じた際は、まずは保健師や子育て支援員にご相談下さい。

子育て支援センターでは、言語聴覚士によることばの勉強会を定期的に開催しています。言葉の発達は体の発達と大きな関係があるそうです。個別相談も実施しています。



Q 子どもが落ち着いて授業を受けられない。

A 落ち着けない理由が何かきっとあるはずですが、それを保護者の方々と一緒に考えるために、まずは学校や市役所福祉課、保健課などにご相談下さい。

専門的な支援施設やサービスの利用方法については、次のページでご紹介しています！

### 悩みは人それぞれ



子育て支援センターや保健師に寄せられる悩みの一部を支援センターの取組とあわせてQ&Aで紹介します。



Q 新生児の抱っこの仕方が不安。振り返ってしまうのですが、どうすればいいの？

A 赤ちゃんの身体を包み込むように、しっかりと抱きかかえ、背中が丸くなるような姿勢にすることがポイントです。それでも振り返りが強い時は、かかりつけの小児科や乳幼児健診等でご相談下さい。

子育て支援センターでは、講座「助産師さんと話そう」を実施し、抱っこやおんぶの仕方を助産師さんに教えていただきました。おんぶ紐の正しい使い方やおんぶの位置など、自分では確認しづらいところをひとりずつ丁寧にチェックしてもらいました。



Q 離乳食のメニューや量に悩んでいます。  
みんなどのくらい食べさせているの？

A 離乳食は栄養を取るというよりも母乳やミルク以外のものを「飲み込む」「噛む」ことの練習でもあります。しかし、月齢に応じた量や回数の目安がありますので、お子さんに合わせて進めていきましょう。市では離乳食教室も定期的に開催しています。

子育て支援センターでは、「他のママたちはどうしているの？」という声を聞き、「離乳食座談会」を開催しました。疑問が解決し、共通の悩みを話すことで気持ちもすっきりしました。



今月の  
行事予定は、  
P23へ

### 垂水市子育て支援センター

開館	月～金曜日（年末年始除く）
時間	10：00～16：00
場所	南松原町38（市立図書館横）
連絡	☎0994-31-3052

### 子育て支援センターで 今年度実施した講座

- 災害時の防災講座
- 熱中症や感染症講座
- 保育所等の利用説明会
- イヤイヤ期の心理と関わり方講座 など

垂水市ではさまざまな悩みを抱える保護者の皆さんに対応できるように、子育て支援センターを中心に、相談支援を行っています。相談の内容に応じてアドバイスや子育て支援事業の案内を行ったり、より専門的な支援が必要な場合は、保健師や臨床心理士などの専門家への橋渡しをしたりしています。また、子育て支援センターでは、利用者のニーズに合わせた講座を毎月行い、日頃の悩みの解消や学びの場を提供しています。保健師や子育て支援センターの相談員、支援員などが相談しやすい環境作りに努めていますので、お気軽にご相談ください。

### 身近な専門家 保健師



市役所の  
保健師さんに  
相談しよう！

垂水市役所保健師

私たち保健師は母子手帳交付や乳幼児健診などでお子さんや保護者の皆様と関わらせていただいております。子育ての悩みや不安はいくつになっても絶えることはないですよ。相談を受けて、今日すぐに解決できることは少ないかもしれませんが、何かのきっかけになったり、保護者の皆様と一緒に考え、解決に向けて支援できればと思っておりますので、お子さんの健診やお電話などでお気軽にお声かけください。

## 子育てについて 相談したい

相談支援・子育ての悩み Q&A



### 先輩ママの支援員



子育て支援センター  
支援員さんに  
相談しよう！

子育て支援センター支援員  
森 真由美さん

絶賛「イヤイヤ期」中の娘を育てています。子どもが成長する中で過ぎてしまえば大したことないのかもしれませんが、「今」の悩みを聞いてほしいですね。子育て中はイライラしたり、落ち込んだりの繰り返し。多くのママたちから「もっと早く相談すればよかった」と言われます。子育て支援センターのスタッフは支援員でもあり、先輩ママでもあります。気軽になんでも相談してくださいね。