

子どもに寄り添い ママに寄り添う

子どもの夜泣きや睡眠不足などからくる疲れやイライラ、そして、孤独感。寝不足や疲労を感じながらの子育ては大変なことです。そういう思いは、育てている人だけで抱え込んでしまい、周りの人が気付かないことも多いようです。
パパは仕事が忙しいからとママだけに子育てが偏っていませんか？ 今回の特集「子育て」。ママだけではなく、家族や地域みんなで支える子育てについて考えてみませんか？



〳〵の子育て支援体制

ご存じですか？ 子育てへの支援事業

市では、赤ちゃんを授かったときから出産子育てをする中でさまざまなサポートを行っています。

子育てスタート

病院で妊娠の確認ができたらこども課へ。母子健康手帳をお渡しします。気になることがあれば、ぜひ相談を



妊婦健康診査
14回分の健診費用を助成

妊産婦・乳児の家庭訪問
助産師や保健師が各家庭を訪問し、妊産婦の悩みなどの相談に応じます

赤ちゃん誕生
初めてがいっぱい、みんなで子育て

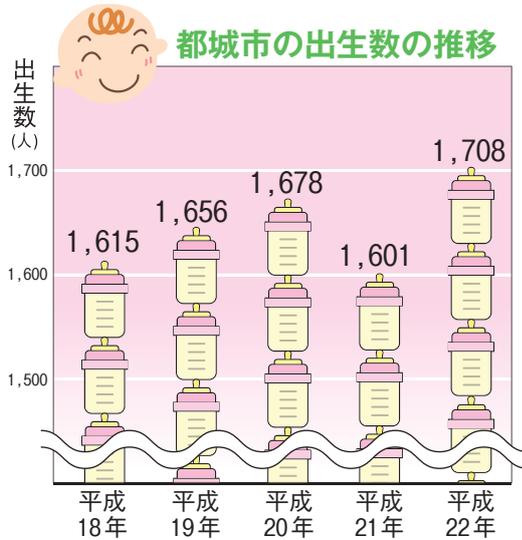
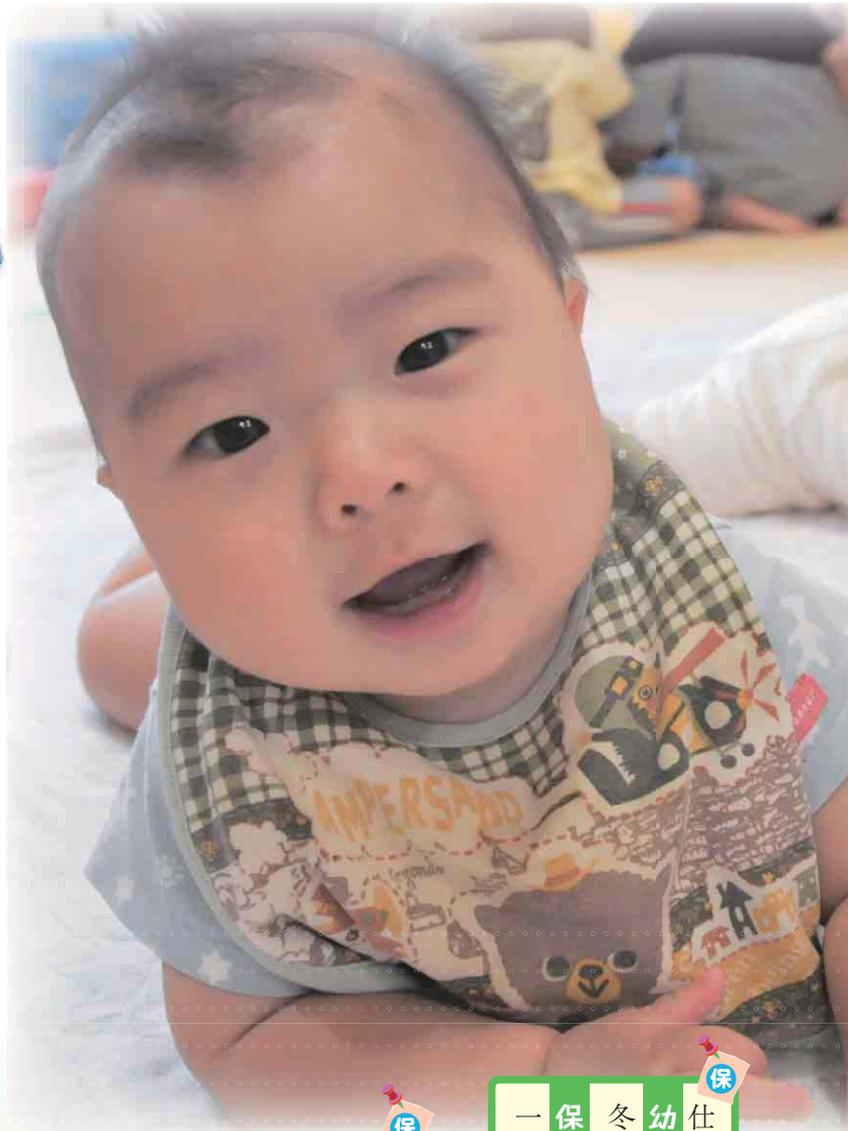
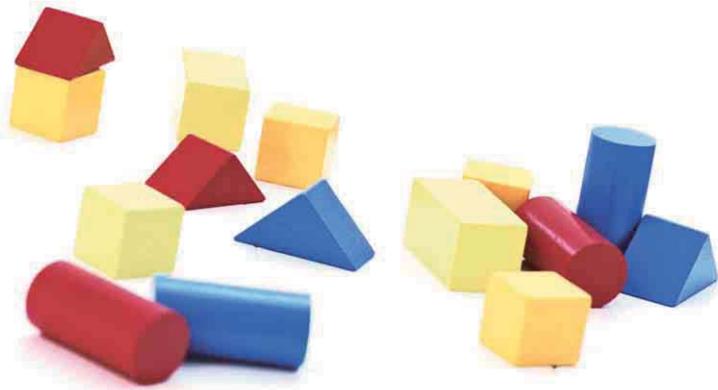
乳幼児医療費助成
就学前までの通院や入院の医療費を助成

赤ちゃん健康相談
離乳食教室

乳幼児健康診査
子どもの健やかな成長、発達を確認するため、必ず受けましょう

子育て支援センター(↓5P)





子育ては、まだまだ続きます。
地域全体で子どもの健やかな成長を応援しましょう！

職場体験学習
自らの将来を展望するため、さまざまな職場で体験学習を行います

中学校入学
真新しい制服に身を包み

生 **放課後子ども教室**
小学生を対象に地域の人たちとさまざまな体験や交流活動を行っています

こ **放課後児童クラブ(15P)**
学校終了後の放課後に、家庭に代わり子どもを見守ります

小学校入学
大きなランドセルを背負い

保 **病後児保育**
小学校3年生までの児童を対象に、病気やけがの回復期にある児童を、一時的に預かっています

保
仕事を持つママも安心
幼稚園 延長保育、春・夏・冬休み保育を実施
保育園 延長保育、休日保育、一時的に預かる保育を実施

南九州大学 人間発達学部附属 子育て支援センター
地域の親子が参加できる運動教室や工作教室を行っています。学生がボランティアで参加。また、子育てや子どもに関する相談を教員(臨床心理士)がお受けします。

子育てや子どもに関する相談は…
毎週木曜日の13:00～17:00
(要予約) ☎21-2111(代)



あなたに寄り添い 支える人がいます

皆さんの住むそれぞれの地域で子どもたちを見守ったり、子育ての不安や悩みごとの相談に応じたりして、子育てを支援してくれる民生委員・児童委員や主任児童委員が活動しています。

施設面では、保育を手助けする放課後児童クラブや、学習活動の支援をする放課後子ども教室、子どもたちに遊び場を提供する児童館・児童センターなどがあります。

子育ては、一人で悩みがちになるもの。地域の民生委員やいろいろな相談窓口、施設などを上手に利用しましょう。



子どもと親をつなぐ読み聞かせ
相愛保育園 高木 美値子先生

読み聞かせ会では、手作りのおもちゃで遊んだり、本を読みながら一緒に歌ったりするなど、子どもとのふれあいを重視しながら行っています。作者がどのような気持ち（思い）で書いた（描いた）のかを考え、作者と同じ気持ちで、感情（気持ち）を込めるのが、ポイントです。

絵本は感性や感情を育むものです。子どもだけではなく、ぜひ大人も一緒に読んで、楽しんでください。

※都城市立図書館や高城図書館では、毎月5回～6回程度行われる読み聞かせを行っています

上手に利用して 子育てを楽しんで！



ファミリー・サポーター・センター

子育て中の皆さんは、こんな困った経験はありませんか？

「仕事の都合で幼稚園の送迎ができない」「家族の看病で、子ども面倒が見られない」「自分自身病気になる」など。

近くに頼る人がいなくて、祖父も遠方にいたり、働いていて頼めなかったりする家庭も多いのでは。そんな時、心強い味方となるのがファミリー・サポーター・センターです。

ファミリー・サポーター・センターには、子育ての経験者が多く在籍していて、安心して育児の援助を受けられます。

働きながら子育てをするママは、労働条件が厳しくなります。センターを利用することで、子育て中の女性が働きやすい環境をつくることも期待されています。

【利用方法】

利用するには、会員登録が必要です。利用料金は、祝日を除く月（金曜日の7時～19時は、1時間当たり600円。それ以外は1時間当たり700円）。

◎問い合わせ

都城市ファミリー・サポーター・センター ☎26-3810

訪問しました

子育て支援センター、児童館、放課後児童クラブ

市内には、乳幼児とその保護者が交流や情報交換できる子育て支援センターが3カ所、遊びを通して子どもの健全育成を図る児童館・児童センターが16カ所、小学校1年生から3年生までの児童を家庭に代わって保育する放課後児童クラブが38カ所あります。

今回、子どもやその親がどのように過ごしているのか、のぞいてみました。

山田子育て支援センター



家庭的な雰囲気の中で、子どもたちが楽しそうに遊んでいました。「お母さんたちには、リフレッシュできる場としてゆっくり過ごしてもらいたい」と竹脇センター長。子育てに関する相談や情報提供のほか、お母さんたちの情報交換も行われていました。

都原児童センター



公園を併設した児童センター。遊びだけでなくスポーツなどにも力を入れています。子どもたちの健全育成の場として、ストレッチや工作教室なども行っていました。

放課後児童クラブ（都原）



学校終了後に子どもたちの「ただいま」という元気な声に、「お帰りなさい」と答える先生たち。家庭的な雰囲気が印象的でした。児童クラブに帰ってくると、まず、宿題を片付ける子どもたち。約30人の子どもたちが親が迎えに来るまでの間、元気に遊んでいました。

ママの悩み

子育て支援センターなどの利用者アンケートに寄せられた疑問や困ったことなどにお答えします。



急に熱を出したときや休日に病気になった場合の病院選び。どこに行けばいいの？

県内の病院は、「みやざき医療ナビ」のホームページで検索できます。休日の在宅当番医や夜間救急センターの一覧のほか、小児科に特化した検索機能もあります。



携帯電話からも検索可能で、次のQRコードを読み取り、医療機関を探することもできます。



また、県では夜間の子どもの急な発熱などの場合、病院へ行った方が良いかどうか、判断に迷った場合にアドバイスしてくれる相談窓口を開設しています。

【宮崎県小児救急医療電話相談】

◎相談専用電話

☎0985-35-8855

◎受付時間

365日、19時～23時の間、受け付けています

幼稚園選びや保育所選び、どうすればいいの？

幼稚園や保育所を選ぶ際は、ママ友からの情報など周りの人からの話で選ぶことが多いようです。

しかし、実際、通園させてみるとお弁当の日があったり、参加する行事が多かったりするなど施設によっては、さまざまな違いを感じる場合もあるようです。

幼稚園や保育所では、施設の開放を定期的、または随時行っています。まずは、実際に見学して、保育の様子や雰囲気、設備など、自分や子供に合った施設を選びましょう。

子どもの発育や発達に関する相談はどこにすればいいの？

成長の過程で夜泣きやぐずり、おむつはずれ、卒乳など、子どもの成長には個人差があり、親としては悩むものです。

そのようなことで悩んだ場合は、まずはこども課や総合支所の保健師に相談してください。内容に応じておっぱい相談や子育て相談、教室など、子育て支援に関する情報や子育てのヒントをお伝えします。

また、必要に応じて関係機関の紹介も行います。

育児は育自

LET'S イクメン

イクメンとは、子育てを楽しみ、自分自身も成長する男性のこと。または、将来そんな人生を送ろうと考えている男性のこと。

イクメンがもっと多くなれば、妻である女性の生き方や子どもたちの可能性が、大きく変わっていくはず。そして社会全体も、もっと豊かに成長していきます。

制度面も改正され、男性も育児休業が取りやすい環境になりました。

このような男性の育児参加に、家庭だけでなく、職場など社会全体で積極的に取り組んでいきましょう。



日々の成長と一緒に楽しんで
公立保育所で唯一の男性保育士、10カ月の子どもを子育て中のパパ 中吉 純也さん

もともと子どもが好きであることや弟や妹の面倒を見ていたせい、自然とこの世界に入りました。

今までは、保育士として子どもを預かり、教え、そして見守る立場。しかし、実際、自分自身がパパとして子育てをしてみると、なかなか寝てくれなかったり、夜中に泣いたりなど、その大変さをより痛感しています。

2歳～5歳は、体の面でも心の面でも大きな成長を見せる時期。パパも公園に遊びに行ったり、子育てサークルに参加したりして、一日一日の成長とともに感じ、楽しんでいます。

助産師にインタビュー

パパとの会話が大きな助け

核家族が進んだことや結婚で初めて都城に住むことで、相談できる父母や友だちが近くにいない状況に置かれているママも増えています。一般的にも育児中の女性は社会と離れ、狭い世界の中で育児に専念してしまいがち。一人で悩みを抱え子育てが孤立し、産後うつや育児放棄などにつながることも少なくありません。

そんな中、パパとの会話がママの気持ちにとって大きな助けになります。「今日はどうだった」と話を聞いたり、感謝の言葉を贈ったりするような簡単なことでも構

いません。

また、子どもを授かったら、ぜひパパも妊娠中から子育てに関わってください。一緒に子育てをする実感が湧いてきて、お互いの立場を思いやることができます。

子育ては、夫婦で共感することが大事。たまにはママに代わって子どもの世話をしてみるのもいいでしょう。パパには、もっと積極的に子育てに参加してもらい、子育ては「大変」ではなく「楽しい」ものだと感じて欲しいです。



ほのか助産院
安藤 直美さん
(助産師)

悩んだとき 相談ください 子育てに関する相談窓口

こども課 ☎23-2684

児童の諸手当、医療費の助成などに関すること、乳幼児健診・相談、子育て・育児不安に関すること

保育課 ☎23-4894

保育所(園)や幼稚園の入所(園)に関すること

福祉課 ☎23-2980

障がいのある子どもへの各種福祉サービスに関すること

学校教育課 ☎23-9544

小・中学校の教育などに関すること

都城市子育て支援センター ☎22-1659

山之口子育て支援センター ☎57-3298

山田子育て支援センター ☎64-3171

子育てに関すること

都城保健所地域保健係 ☎23-4504

未熟児や小児慢性特定疾患の医療および育成医療に関すること。その他保健相談に関すること

ウエルネスハートセンター

総合相談室家庭児童相談 ☎25-8349

月～金曜日 9:00～16:00

(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)

いじめや不登校、非行や退学、進路に関することなどについて、電話や面接相談に応じます
※乳児から18歳までの児童、保護者が対象

子ども・ほほえみダイヤル

(宮崎県中央福祉相談センター内)

☎0985-28-4152

子どもと家庭に関する相談

通年9:00～24:00

児童虐待の通告・相談

こども課 ☎23-2684

※夜間(17:30以降)、土・日曜日、祝日の場合

☎23-2111 (市役所警備室)

宮崎県都城児童相談所 ☎22-4294

女性総合相談 ☎23-7157

女性の相談員による電話相談や面接相談

月～金曜日 10:00～16:00



働くパパ・ママを応援!

【育児休業】

育児休業は、パパ、ママいずれも利用できる制度です。

子どもが1歳に達するまでの間(父母ともに休業する場合は1歳2カ月に達するまでの間)、また、保育所に入所を希望しているが入所できないなどの事情がある場合は、1歳6カ月に達するまでの間、休業できます。

◎問い合わせ

宮崎労働局雇用均等室

☎0985-13818827

【育児休業給付金】

育児休業を取った場合の収入の減額分を支援する制度です。

2カ月ごとの申請により、育児休業期間中、休業前の賃金の50%が支給されます。受給するには要件がありますので、詳しくは問い合わせください。

◎問い合わせ

都城公共職業安定所(ハロー

ワーク都城) 雇用保険課

☎22-11745

取材を終えて

今回の特集で、たくさんの子育て中の人や子育てを支える団体には聞きました。その中で子育ての環境も大切だと実感しました。皆さんの周りには、いろいろな悩みや困っていることを聞いて子育てをサポートしてくれる人や場所があります。

子育てで悩んでいる人は、一人で悩まず、小さなことでも相談したり、そういう場所に出掛けてみたりしてはどうでしょうか。