

私たちがサポートします お気軽にご相談ください

町総合福祉センター「ゆうゆう館」内の健康増進課にある、子育て世代包括支援センター「にこ☆きら」。ここでは、妊娠期から子育て期にわたる不安や相談に対応します。

助産師として15年働き、妊娠期から出産、産後までのケアをした経験を活かし、現在のお母さんたちのライフスタイルを受け止めて、一人ひとりに合った子育てができるよう、親身にサポートしていきたいです。

子育ては思うようにいかないこともあるでしょう。しかし、子どもの成長を喜びとしたり、苦勞して子育てしたりしながらお母さんやお父さんも成長していくものです。妊娠期や産後はお母さんの心も体も不安定になりがちですが、一人で抱え込まずに、話をすることで気持ちが楽になりますよ。気軽に相談にきてください。



🌸 パパママ教室 🌸

産前・産後の生活や子育てについて学べる教室です。沐浴やパパの妊婦体験などを通して、妊娠・出産・育児への理解を深めましょう。出産・育児編もあります。詳細はお問い合わせください。

妊娠・出産編

- ▶ 対象 妊娠初期～中期の方
令和元年10月～令和2年1月予定日の方
※出産予定日は目安です。
里帰り出産など都合にあわせてご参加ください。
- ▶ 日時 7月12日(金) 午後1時30分～3時30分
- ▶ 場所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内 保健センター

🌸 育児相談 (ママ友づくり) 🌸

お子さんと一緒に楽しい時間を過ごしませんか？
同じ時期に生まれたお子さんをもつママ友とお話してリフレッシュしています。パパの参加也大歓迎です。

－内容－

- ・遊びの教室
- ・簡単おもちゃづくり
- ・ママ友交流会 など

詳細は、町ホームページをご覧ください。



新 産後ケア

出産後の支援が必要なお母さんへ

出産後の心身ともに不安定になりがちな時期に安心して子育てできるよう「産後ケア」を行っています。詳細はお問い合わせください。

－内容－

- ・母体ケア（母体の健康状態のチェックなど）
- ・お母さんの休養、リフレッシュ
- ・赤ちゃんのケア
- ・授乳相談や育児方法などの相談

- ▶ 対象 次の条件を満たす、町内在住の出産後4か月未満の母親とその乳児
①家族などから十分な支援が受けられない方
②産後、体調不良や育児不安のある方

特集 町の子育て支援

子育て世代包括支援センター 「にこ☆きら」

【問合せ先】健康増進課 ☎029-240-7129（直通）



命を授かること

妊娠が分かってから約10か月にわたり、お母さんのお腹の中で大切に育まれる赤ちゃん。新しい家族を迎えることに喜びや期待を抱く反面、初めての出産に不安を抱く方もいるでしょう。インターネットなどで情報を得ても、その通りにいくとは限らず、世にあふれた情報に対してどれが正しいのか分からず、途方に暮れてしまうこともあるかもしれません。

ひと昔前までは、一つ屋根の下に祖父母や親、子どもたちが暮らし、子育ての知恵や心構えが自然と伝わって、サポートが受けられる状況にありました。しかし、いま親になる世代が生まれ育った家庭では、親と子どもだけの核家族が多く、自分たちが赤ちゃんを授かるまで、子育てに接する機会がなかったという方もいるかもしれません。

お母さんをサポート

町では「子育て世代包括支援センター」を設置。妊娠期から子育てまで、お母さんを総合的に支援する体制を整備しました。保健師や助産師が相談に応じ、子育て世代を応援します。

つながる支援体制

妊娠期から子育て期まで切れ目のない支援を実施しています。健診や各種教室など町の事業で子育て情報を収集し、支援を上手に利用しながら子育てをしましょう。

