



今日はとっても楽しかったです！  
寝不足で子育ては大変ですが、  
パパは協力的で買い物に行ったり、  
ちょっと面倒を見てくれて助かり  
ます。こうした事業を今後も利用  
していきたいと思ひます。

山下三月さん・世愛ちゃん

ほっとサークルに  
参加した感想は？

出産前は仕事をしていたので町の  
取り組みに関心がありませんで  
した。三芳町が地元ではない私。今  
回参加して、同じ月齢の子をも  
持つママができて本当に良かった  
と思ひました！

高橋理映子さん・統真ちゃん



### 埼玉県の子育て家族サポート



#### 赤ちゃんの駅

誰でも自由におむつ替えや授  
乳ができるスペース。埼玉県  
では乳幼児を持つ子育て家族  
が安心して外出できる環境づ  
くりを進めています。



←設置場所を検索できます。



#### 優待カード

中学3年生までの子か、妊婦の  
いる家庭に配布。協賛店で提示  
すると、割引などのサービスが  
受けられる子育て家庭への優待  
制度。協賛店はステッカーやポ  
スターを掲示しています。



←協賛店を検索できます。

### 人を良くすると書いて「食」 食を育てることは大切です

「だし」にこだわる理由。それは本物の味を赤ちゃんのころから知ってほしいからです。わが子が巣立つのが20歳としたら、その間にたくさん食卓を囲んで一緒に食事をしてください。顔を合わせて食事をする事で『変化』を読み取ることができます。泣き方が違う、表情が違う、大好きな料理を食べない、残すなど、普段と違うその変化を読み取るには、普段から一緒に食事をする事が本当に重要です。人を良くすると書いて食。その食を育てるといふことは、実はとっても大切なことです。



PROFILE  
**池田 康幸**

管理栄養士として17年勤務。食を楽しく学んでもらうために工夫を心掛けている。2児のパパ。

### 食の意識を高める。離乳食講座 (生後4~5か月)

土鍋で米から炊いたおかゆ。レトルトの米と香りが全く違います。



年6回行われている、はじめての離乳食講座。母乳から離乳食に切り替えるとき、「何からあげればいいのか」「どのようにはじめたらいいのか」という不安に応えます。昆布だし、かつおだしの違いや、レトルトのご飯と、お米から炊いたおかゆの食べ比べなどを行います。同じおかゆでもひと手間かけることで、全く違うものに。管理栄養士による相談や、アドバイスも行われ、食に対する意識を高めています。



# 出産後のサポート こんにちは、 赤ちゃん。

☎ 保健センター ☎ 049-258-1236

出産後のママたちに「ほっと」してほしい。町ではそのお手伝いをしています。そのひとつは「ほっとサークル」。ベビーマッサージなどを行い、赤ちゃんとふれあいながら子育てを考えます。



「うちの子、具合が悪いみたいー  
普段と違う『変化』を読み取るに  
は、日々のスキンシップが重要です。  
赤ちゃんはしゃべることができません  
が、普段から肌を合わせそばにいるこ  
とで、表情や体温、泣き方などから  
おかしいと気づくことができます。  
生後2〜4か月の乳児とその家族を  
対象として行っている「ほっとサー  
クル」。この事業の狙いは、親子のス  
キンシップを図るきっかけづくり。赤  
ちゃんとふれあいながら、子育てにつ  
いて考えます。その一環として、ベビ  
ーマッサージを行っています。  
このベビーマッサージの前には必ず  
オイルのパッチテストを行い、赤ちゃ  
んの皮膚に影響がないかを確かめま  
す。初めての体験に、泣いてしまう子

もいましたが次第に慣れてきて、中  
には気持ちよさそうに寝てしまう子も  
います。  
このほっとサークルをきっかけに友  
人ができるなど、三芳町が地元ではな  
いパパ・ママの交流の場として好評で、  
毎回多くの参加者が集まります。  
出産後、「掃除が好きになった」「肌



↑講習終了後、ママ同士でメールアドレスの交換。  
町の事業がきっかけとなり、地域で子育てコミュニ  
ティが形成されています。

### 乳幼児健診・出張育児相談・子ども相談

保健センターでは、4か月・10か月・  
1歳6か月・2歳・3歳の子の健診  
を行っています(乳幼児健診)。また、  
保健センターまで遠くて通えない人の  
ための出張育児相談や、発達・発育が  
心配な保護者の相談を受ける子ども相  
談も行っています。健診の詳細は毎月  
広報みよしの子ども通信でお伝えして  
います。出張育児相談、子ども相談に  
ついては保健センター ☎ 258-1236  
までお問い合わせください。

出張育児相談では、体重や身長を気軽に計測  
することができます。



赤ちゃんのお鼻をくすぐりま  
す。すると赤ちゃんはキャッ  
キャッと喜び、ママも笑顔になり  
ます。親子のふれあいと子育て  
について考えるこのサークルは  
好評を得ています。

