妊娠・出産・子育てで悩んだら

子育てひろばへGO!!

コロナ禍で孤独な妊娠・出産・子育てに不安を感じていませんか？
市内11カ所の児童館で実施している子育てひろばでは、
妊娠・出産・子育てについて相談したり、さまざまな事業にも参加できます。
今号の特集では、出産が近い方や乳幼児を育てている方向けに、
子育てひろばの魅力をご紹介します。

こんな方にオススメ

- 初めての妊娠・出産・子育てで不安
- コロナ禍で親族・友人を頼れず孤独
- 産院・小児科病院の口コミを聞きたい
- 障害があり遊びに行ける場所が少ない
- 誰かと話したい

利用している方に聞きました

同じ境遇のママ友ができました

◀1歳3カ月のお子さん

都外出身なので、夫以外に頼れる人が周囲にいなくて不安でした。また、夫が海外出身という境遇を共有できる友人もいませんでした。

ある日、児童館のおたよりを読んで「近所にあるなら行ってみよう」と足を運んでみたところ、相談員さんが温かく迎えてくれて安心しました。さらに相談員さんは、同じように海外出身の方と結婚し子育て中の方と引き合わせてくれて、同じ悩みを相談できる友人ができました。今ではその友人と家族ぐるみでバーベキューをするなど、打ち解けることができました。

今はハイハイしたがる月齢です。相談員さんに見守られながら、広いスペースで存分にハイハイできるので、毎日来ています。

友人にもたくさんオススメしています

◀6カ月のお子さん

外出すると病院での注射を思い出して泣いてしまうことが多く困っていました。コロナ禍で外出しにくく、息苦しさも感じていました。

そんな時に児童館を知り、恐る恐る行ってみたところ、相談員さんや周囲のお母さん方が優しく話しかけてくれて安心しました。今では毎日通っていて、実家のような感覚です。通うことで生活にリズムが生まれ、育児の悩みも解消できて、気分が明るくなりました。

産院での卒業ママ会などで、「児童館って頼れる所だよ！」とたくさんオススメしています。初めて行く時は不安だと思いますが、ぜひ気軽に行ってみてください。

悩みを共有できる大切な場です

◀3カ月のお子さん(双子)

お父さん

育休を取得しているので、平日に夫婦で来ています。相談員さんが話しかけてくれるので、男性でも安心して行ってみてください。育休が明けても、土曜日のイベントに参加したいです。

お母さん

初めての育児は双子で、分からないことだらけでした。あかちゃん訪問でオススメされて、輪に入れるか緊張しながらも行ってみたところ、温かく迎え入れてくれて安心しました。育児について相談できることが嬉しいので、これからも利用していきたいです。

「初めて行くからちょっと不安…」という方、

動画で子育てひろばを紹介しています。ぜひご覧ください！

市動画ライブラリー(YouTube)▲

妊娠前から気軽に相談してください

調布ケ丘児童館で、月に一度の助産師相談を担当しています。助産師相談では、お子さんの体重・身長計測をしたり、毎日の暮らしの中での不安や心配事などの相談を受けています。

授乳方法・体重の増え方・夜中に何度も起きる・離乳食を食べない・お子さんの発達や病気といった相談だけでなく、迷ってるからとにかく話したい…なども大歓迎です。お気軽にご相談ください。一緒に解決方法を見つけましょう。

助産師・看護師さん

おもちゃをたくさん用意してお待ちしています

子育てひろばのいいところは、相談員や周囲の親子と和気あいあいとオープンに話せるところ。相談員と２人っきりだと緊張してしまうと思いますが、遊んでいるお子さんを見守りながら、井戸端会議のような雰囲気で世間話や出産・子育ての悩みを話すことができます。初めての方も打ち解けられるよう、温かく声をかけたり、周囲の方とつなげています。

また、お子さんが３～４カ月になったら初めて来る人が多いです。出産直後や新生児期の大変な時期も私たちで支えるので、妊娠中の方は出産前にぜひ一度来てみてください！

国領児童館 子育てひろば専門相談員さん

子育てひろばでできること

相談する

①専門相談員へ相談

子育てに関する悩み・疑問などを、来館・電話・Eメールで相談できます。内容に応じて、専門機関を紹介します。

日 平日午前９時～午後５時　※児童館により土曜日の開催あり

②助産師へ相談

妊娠中や子育てに関する悩み事などを相談できます。

頻 月１回(詳細は各児童館のおたより(市HPで閲覧可)参照)

参加する

夏祭りや芋掘りなどのイベントや子育てに関する講座を実施しているほか、児童館の一室を乳幼児向けに開放しています。地域の保護者・児童館仲間でつくる自主サークル活動の支援も行っています。

子育てひろば以外もあります

お気軽に相談を

相談機関一覧

※市外局番042の表記を省略しています

子ども・家庭総合相談

①すこやか相談コーナー
日 毎日午前9時～午後5時(第3土曜日と翌日を除く)
問☎481－7731

②すこやか虐待防止ホットライン
日 毎日午前9時～午後5時(第3土曜日と翌日を除く)
問0120－087－358

親子の健康・発達

③保健センター(健康推進課)
日 平日午前8時30分～午後5時
所 小島町2－33－1　文化会館たづくり西館4階
問☎441－6100・FAX441－6101

学校生活

④教育相談所
日 平日午前9時～午後5時15分
所 小島町2－36－1　教育会館6階
問☎481－7633・FAX499－1616

⑤教育支援相談
日 平日午前9時～午後5時15分
所 小島町2－36－1　教育会館5階
問☎481－7718・FAX481－7785

ひきこもり・居場所・学習支援など

⑥子ども・若者総合支援事業「ここあ」
日 平日午前10時～午後8時(木曜日は5時まで)
所 小島町2－47－1　総合福祉センター5階
問☎452－8816・FAX452－8817

⑦青少年ステーションCAPS
日 毎日午前10時～午後8時
(第2・4月曜日(祝日の場合は翌火曜日)を除く)
所 上石原1－36－2　ハヤシビル3・4階
問☎442－5535・FAX442－5537

⑧東京都若者総合相談センター「若ナビα」
頻 月～土曜日(年末年始を除く)
時 午前11時～午後8時
他 専用フォームからEメールでの相談も可
問☎03－3267－0808

いじめ・インターネットトラブル・犯罪など

⑨警視庁　ヤング・テレホン・コーナー(電話相談)
日 毎日24時間受け付け　問☎03－3580－4970

子ども専用

⑩18歳までの子ども専用チャイルドライン(電話相談)
日 毎日午後4時～9時(年末年始を除く)
問0120－99－7777

近所の児童館について知りたい方はこちらをチェック

子育てひろばのおたより➡

季節のトピックスやイベント情報などを掲載しています。

⬅**調布子育て応援サイト　コサイト**

施設概要や利用情報などを掲載しています。