



あなたの子育て応援します!



子育てに悩みはつきものです。ひとりで悩まず、ご相談ください。

こんなに子育てに苦労しているのに、家族や周りの人はわかってくれない。

少食・偏食があつて大変。

子どもがかわいいと思えない。

いつも気がピンと張り詰めている。

発達や言葉がゆっくりなのは私のせい?

悪いとわかっていても、つい子どもにひどいことを言ったり、叩いたりしてしまう。

相談できるところ

- 中保健センター** ☎72-1121 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 (祝日・年末年始を除く)
- 西保健センター** ☎63-4833
- 北保健センター** ☎86-1611

- 中央子育て支援センター** ☎85-7026 月～日曜日 午前9時～午後5時(第1・3月曜日(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、年末年始を除く)
- 丹陽子育て支援センター** ☎28-9146
- 千秋子育て支援センター** ☎28-9771
- 東五城子育て支援センター** ☎28-9767
- 黒田北子育て支援センター** ☎28-9769
- 里小牧子育て支援センター** ☎28-9770
- 子育てひろばかもめ** ☎45-3839 火・木・金曜日 午前9時～午後2時(祝日・年末年始を除く) ※改修工事のため11月末まで休所。ただし、電話相談は可。
- 子育てひろば若の宮** ☎51-2727 火・水・木曜日 午前10時～午後3時(祝日・年末年始を除く)

- 子ども悩みごと相談** ☎28-9152 月～金曜日 午前10時～12時 午後1時～4時30分 (祝日・年末年始を除く)
- 子ども悩みごと相談 一休日・夜間ダイヤル** ☎73-4192 ※電話相談のみ 火～土曜日 午後5時30分～午後8時30分 日曜日 午前9時～12時(青年の家の休館日を除く)

- 育児もしもしキャッチ** ☎0562-43-0555 火～土曜日 午後5時～午後9時(祝日・年末年始を除く)

- 認定NPO法人CAPNA (子どもの虐待防止ネットワーク)** ☎052-232-0624 月～土曜日 午前10時～午後4時(祝日を除く) ホームページからメール相談ができます。http://www.capna.jp

- 愛知県一宮児童相談センター** ☎45-1558 月～金曜日 午前9時～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)



子育て上手になるために…

お母さんへ

- ☆ 何でも完璧にやろうと思わないようにしましょう。
- ☆ ひとりで悩まないで困ったときは助けを求めましょう。
- ☆ つらいときは子どもを預けましょう。
- ☆ 自分の時間を持ちましょう。

お父さん・家族の方へ

- ☆ お母さんに声をかけ、話を聞きましょう。
感謝のこぼれをひと声かけてあげれば、きっと育児の疲れも軽くなります。
- ☆ お母さんのストレス発散に協力しましょう。
子育てから解放される時間が持てるようにしましょう。

「しつけ」と「虐待」は違います!

「しつけ」に暴言・暴力など子どもに有害な手段を使うようになると、それは「虐待」になります。叱るときはまず言葉で伝え、暴力の連鎖を生み出さないようにしましょう。

虐待かなと思ったら

一宮市役所子育て支援課 ☎28-9141
愛知県一宮児童相談センター ☎45-1558
ケガをしているようなときは、110番・119番へ