

# みんな 子育て

いちのみや子育て支援  
アプリを配信しています

Android版



iOS版



子育て支援センター

中央 ☎(85)7026      丹陽 ☎(28)9146  
 千秋 ☎(28)9771      東五城 ☎(85)9339  
 黒田北 ☎(28)9769      里小牧 ☎(28)9770

公園へいこっ!



## こっこ相談室

### 長男をよく怒ってしまい…

2歳半の長男のすることにイライラしてしまい、一日中怒っている感じです。怒った後は自己嫌悪に…。怒り過ぎは親子関係に影響するかな。



こっこ相談員の  
アドバイス

誰でも気持ちの波があるもの、時には感情が抑えきれず、怒ってしまうこともあるよね。

イライラしたときは深呼吸をしたり、身近な人に自分の気持ちを聞いてもらったりするのもいいね。まずは、自分なりのイライラ解消法を見つけてね。そして、子どものちょっとした行動に、つい怒り過ぎたと思ったら「さっきはごめんね。お母さん、怒り過ぎちゃったね」と素直に謝ってみてね。「自分が悪いと思ったら謝る」「間違っていると思ったら訂正する」ということは子どもの手本になるし、傷ついた子どもの心を癒やすことにもなるよね。

## ▼11月の開場日時(子育ての困りごとに対応。電話相談も可)

▽中央子育て支援センター (i-ビル5階) = 9:00~17:00 (1・4・15・24日を除く)

▽その他の子育て支援センター = 月~金曜日 9:00~16:00 (3・23日を除く)

## 独りで悩まないで、相談を

(その他の相談は17時~)

相談名	日時	相談電話・会場
育児	11月1日(月) 13:00~15:00	中保健センター ☎(72)1121
		西保健センター ☎(63)4833
	11月15日(月) 13:00~15:00	北保健センター ☎(86)1611
子ども悩みごと	月~金曜日 8:30~17:15 (3・23日を除く)	本庁舎4階子ども家庭相談課 ☎(28)9152
子ども悩みごと 夜間ダイヤル	火~土曜日 17:30~20:30 (3・23日を除く)	(電話相談) ☎(73)4192
発達の気になる子	月~金曜日 9:00~16:00 (3・23日を除く) ※在住地区により担当が 分かります<予約制>。	療育サポートプラザ ☎(64)6362
		いずみ学園 ☎(78)3111
		まーぶるの森 ☎(86)6820

## 親子で楽しもう!

対象は全て市内在住の方。参加料は全て無料。  
申し込みの※は電子申請可

催し	日時	会場	対象	申し込み
パパもいっしょに遊ぼう! ID 1042541	12月4日(土) 10:00~11:30	丹陽公民館	未就園児と親(抽選20組)	11月4日(木)・5日(金)に電話で丹陽子育て支援センター※
公園へいこっ! ID 1042542	11月2日(火) (雨天中止) 10:30~11:00	大平島公園	未就園児と親・家族など	当日直接会場(問い合わせは千秋子育て支援センター)
フレッシュママ交流会 ID 1040767	12月1日(水) 22日(水)	尾西生涯学習センター 講堂	第1子の3~11カ月の乳児と母親で2回とも参加できる方(抽選各12組)	11月17日(水)までに電話で生涯学習課(☎(85)7074)※
	12月2日(木) 23日(木)	木曾川庁舎 3階第3研修室		
	12月10日(金) 24日(金)	千秋公民館		
あっぶっぶ ID 1001285	11月5日(金)	東五城 子育て支援センター	第1子の3~11カ月の乳児と親	当日直接会場(問い合わせは各会場)
	11月9日(火)	千秋・里小牧 子育て支援センター		
	11月17日(水)	丹陽・黒田北 子育て支援センター		