

# みんな 子育て

子育てを支援！  
138おやこ手帳アプリ



## 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 浅井 ☎(28)9727

ママといっしょでいいな

## こっこ相談室

### 食事中に動き回って困っています

1歳9カ月。食事中に落ち着きがなくて、座り直させてもまたふらふら…。どうすればいいの？



### こっこ相談員の アドバイス

好奇心旺盛な時期は、いろいろな物に興味に移りがち。

まずは周りの環境を見直して

みよう。おもちゃや絵本は見えないところに片付けて、テレビも消してね。あとは、おなかがすいていないと食事への集中は続きづらいかも。生活リズムを一定にして、同じ時間におなかがすくようにしておこう。

食べる時の行動を細かく分けて「椅子に座るよ」「スプーン持てるかな」「ニンジンさんどこかな」と、一つ一つ一緒に集中できるようにしてみるのもいいね。

他にも、食材の色や形に遊び心を加えたり、わくわくするような見た目の料理に挑戦したりして、家族みんな楽しく食事ができるような工夫をしてみよう。

## ▼1月の開場日時(子育ての困り事に対応。電話相談也可)

中央子育て支援センター (i-ビル5階)

▶ 9:00~17:00 (1・3・5・13・19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 (1・2・12日を除く)

## 独りで悩まないで、相談を！

(その他の相談は138)

相談名	日時	相談電話・会場
育 児	1月5日(月) 13:00~15:00	中保健センター ☎(72)1121
	1月13日(火) 13:00~15:00	西保健センター ☎(63)4833
	1月19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 9:00~17:00 (正午~午後1時、1・2・12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 メール相談	市ウェブサイト(ID 1046675)で随時受け付け	
発達の気 になる子	月~金曜日 9:00~16:00 (1・2・12日を除く) *在住地区により担当が 分かります<予約制>。	こども相談いずみん(いずみ学園内) ☎(78)3111
		まーぶるの森 ☎(86)6820
		チャイブ ☎(64)6362

## 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

催 し	日 時		会 場	対 象	申し込み
ママといっしょでいいな ID 1068643	2月25日(水) 3月6日(金)	10:15~11:15	尾西庁舎2階会議室G	1歳児と親で2回とも参加できる方(抽選20組)	1月19日(月)~21日(水)に電子申請
パパもいっしょに遊ぼう！ ID 1068641	1月10日(土)	10:15~11:30	黒田北 子育て支援センター	未就園児と親	当日直接会場(問い合わせは黒田北子育て支援センター)
親子でねんど ID 1068642	2月13日(金)	10:00~11:30	東五城 子育て支援センター	2歳児と親(抽選20組)	1月6日(火)~8日(木)に電子申請
フレッシュママ交流会 ID 1063517	2月4日(水) 25日(水)	10:00~11:00	①尾西庁舎5階日本間	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①12組②16組③20組)	1月18日(日)までに電子申請
	2月5日(木) 26日(木)		②木曽川庁舎 3階第3研修室		
	2月13日(金) 27日(金)		③千秋公民館		
あっぷっぷ ID 1001285	1月9日(金)	14:00~14:40	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)
	1月13日(火)		千秋・黒田北子育て支援センター		
	1月21日(水)		丹陽・浅井子育て支援センター		