



Bringing up a child

# 子育て

子育て世代包括支援センターどれみ (行方市保健センター内)  
 ♪子育て相談ダイヤル♪  
 ☎080-2211-4411  
 子育て相談ができます！お気軽にお電話ください♪

## 〈子育てほっと！サロンを開催〉

「子育てに自信がない」「嫁いだばかりで知り合いがない」「上の子の対応に困っている」など、子育ての悩みを気軽に話したり、情報交換をしたりできる場として「子育てほっと！サロン」を開催しています。

2月4日（火）には、6組の親子が参加してくれました。話も弾み、楽しいひとときを過ごせたようです。



## 子育て広場カレンダー

【午前】 9:30～11:30  
 【午後】 13:00～15:00

3月	麻生 (麻生公民館)		北浦 (保健センター)		玉造 (地域包括支援センター)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2 月			○		○	
3 火	○		○			
4 水	▲				○	
6 金	○				◆	
8 日			○			
9 月			♪			
10 火	○				★	
11 水	○				○	
12 木	★		○	♥		
13 金	○				○	
16 月			○		▲	
17 火	♪		★			
18 水			◆		○	
19 木	○				○	
23 月					○	
24 火	○				○	
25 水	◆		○			
26 木			▲			
27 金	○				○	
30 月			○		♪	
31 火	○				○	

- ♥…子育てコンシェルジュによるリズム遊び (14:30～)
- ★…絵本の読み聞かせ (午前は 10:30～、午後は 14:00～)
- ▲…幼稚園教諭による子育て相談
- ◆…保健師による子育て相談
- ♪…ミュージック・ケア (午前は 10:30～、午後は 14:00～)

### 「子育て広場」とは…

就学前のお子さんとそのご家族のために開かれる遊び場です。行ってみたい会場どこに参加しても大丈夫です。お気軽にご来場ください。

お母さんだけでなく、他のご家族の方も大歓迎です。お子さんの安全を守るためにスタッフがおりますが、お子さんをお預かりして保育するものではありません。お子さんから目を離さないようお願いいたします。

### ～ 子育て広場の開催場所が変わります～

4月から、玉造の子育て広場の開催場所が「地域包括支援センター」から「玉造公民館2階和室」に変更になります。

どちらの地区の方でもご利用できますので、お気軽にご参加ください。



## 〈育児相談〉メディアの視聴

スマホに子守をさせていませんか…？

乳幼児期から必要以上にメディア漬けの生活は、言葉の遅れ、運動不足、睡眠不足、そしてコミュニケーション能力の低下などを生じさせるおそれがあります。

家族でルールを決めて、上手に利用しましょう。

### 〈出生～1歳頃〉

- 授乳中や食事中は子どもとの大切な時間です。授乳しながらの携帯電話・スマートフォンの使用は控えましょう。目を見て声をかけてあげましょう。
- 静かに見ているからといって、メディア機器を長時間使用しないように心がけましょう。

### 〈1歳～2歳頃〉

- 利用するときは、時間（トータル1日2時間を目安）を決めて、親子で一緒に利用しましょう。

### 〈2歳～3歳〉

- メディアを利用するときのルールは、家族で決めて家族で守りましょう。
- 子ども部屋には、テレビやタブレット端末などメディア機器を置かないようにしましょう。

(参考：茨城県「ひよこ」「すくすく育て、いばらきっ子」)

