

## 子育て世代包括支援センターのご案内

妊娠期・出産・子育て期の様々な悩みや質問にお答えし、相談にのります。  
母子保健コーディネーターがゆっくりお話を伺いながら、  
安心して育児ができるようサポートします。  
ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

例えば、こんなときご相談ください

### (妊娠・出産に関すること)

- 初めての妊娠・出産でわからないことばかりで不安
- 予定外の妊娠で、戸惑っている
- お腹の赤ちゃんとお腹の自分の身体が心配
- 出産後の生活に不安を感じる



### (子育てに関すること)

- 赤ちゃんが泣き止まないのどうしたらいいかわからない
- 授乳や子育ての方法がわからない
- 赤ちゃんの体重の増加や発達が気になる
- 子育てが楽しく思えない
- 身近に育児を手伝ってくれる人がいなくて大変



### 相談内容

- 妊娠中の方や、子育て中のお母さんの身体と心のご相談
- お子さんの成長・発達に関するご相談
- 妊婦さんや子育て中の方、お子さんに関する各種母子保健事業  
(妊産婦・乳幼児健診や相談会等)のご案内
- 医療機関等の関係機関との連絡調整 など



### 産後におすすめしている事業

#### 産後ケア事業

出産後4か月までのお母さんで、家族等から十分な産後の支援を受けられない方や、育児に不安がある方に対し、身体的回復や乳房ケアや育児指導などの支援を行います。  
産科医療機関を利用する宿泊型・日帰り型、助産師がご自宅を訪問する訪問型があります。

#### プレママ&ママサロン

妊婦さんや1歳未満のお子さんを持つお母さんを対象に、ミニ講座や参加者同士の情報交換、育児相談などを行います。  
場所はいきいき元気館です。  
年6回の開催です

氷見市ではママや赤ちゃんのための相談会や教室など、各種のサポートを行っています。  
お気軽にお問い合わせください。あなたの妊娠・出産・子育てを応援しています。

〒935-0011 氷見市中央町12-21  
氷見市健康課内 子育て世代包括支援センター  
電話 0766-74-8413  
相談日時 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15



## ひみ子育てネットワークだより

発行:ひみ子育てネットワーク会議 事務局:氷見市地域子育てセンター 2019年5月1日発行

「ひみ子育てネットワーク会議」は、氷見市内の子育てに関わっている各種機関・団体と行政が連携をとり、みなさんの子育てを支えたり地域の子育て支援活動を目標としています。今年度も「子どもが輝くまち 氷見」をめざし、会議を4回、実技研修会を4回予定しています。

平成31年度第1回会議(4月10日開催)の内容は次のとおりです。

- 挨拶と委員自己紹介、関係機関からの具体的な支援内容の紹介
- 事務局からの諸連絡
- 「赤い羽根共同募金助成事業」(H29～31年度)について
- 12月10日予定の親子イベントについて
- 活性化を目的とした企画と講師料について
- 今年度のネットワークだよりの掲載計画について
- その他

### ★関係機関や関係団体(委員)

地区子育てサークル代表(15箇所)、氷見市社会福祉協議会、民生委員児童委員、母子保健推進員協議会、ひみ子育て応援団、氷見市保育士会、マヤ子育て支援センター、親と子のともだちサロンはやかわ、すくすくサロン、キラキラキッズサロン、たんぼぼサロン、Chu・Chu・サークル、なかよし&すまいる、富山県高岡厚生センター氷見支所、氷見市教育委員会教育総務課、氷見市健康課、氷見市子育て世代包括支援センター、氷見市子育て支援課、氷見市地域子育てセンター(事務局)



子育ての毎日の中で、誰かに聞いてみたいとか、利用できるサービスを知りたいかと思ったことはありませんか？

そんな時、あなたの状況に必要な子育てサービスを紹介したり、オーダーメイドで情報提供したり関係機関におつなぎしたりするお手伝いをしていることをご存知ですか？

氷見市では、地域の子育て支援サービスなどから、今必要な支援を子育て中の方が選択して利用できるように、個々の状況に合わせた情報の提供や相談・援助を行っております。地域子育てセンターにて「子育て支援拠点事業」に加え、「利用者支援事業」として実施、健康課等子育て支援関係機関とタイアップしています。

## 子育て支援コーディネーターに 気軽に 相談しよう!



### 子育てに関する相談は何でもどうぞ!

- \*入所に関する疑問や不安や相談。
- \*子どもの育ちに対する不安。
- \*氷見市の子育て支援サービス全般。
- \*子どもに関する関係機関の事業について。
- \*お近くの子育て支援拠点施設のご案内。
- \*居住地区やご実家の地区子育てサークルのご案内。
- \*子育て応援手帳や子育て情報誌の掲載内容の質問。
- \*母子保健事業とのタイアップによる情報の提供。
- \*子どもに関する申請や相談窓口のご案内や同行。

など

### ◆お問い合わせ◆

氷見市地域子育てセンター(担当:浜下) 74-8453  
※相談は無料、予約不要、子育てセンターの開所時間で…



# ひみ子育て カレンダー

情報提供は以下の施設です。予定は変更になることがあります。詳細は直接施設にお問い合わせください。

- 厚生** 富山県高岡厚生センター氷見支所  
幸町34-9 TEL74-1780
- 健康** 氷見市市民部健康課(いきいき元気館内)  
中央町12-21 TEL74-8062  
8時半～17時15分 休みは土・日曜、祝日
- 地子** 氷見市地域子育てセンター(同上)  
中央町12-21 TEL74-8453  
9時～16時半※ 休みは第1・3・5日曜、祝日
- マヤ** マヤ子育て支援センター(アソカナーサリー内)  
鞍川1303 TEL74-7550  
9時～16時※ 休みは土曜午後、日曜、祝日
- はやかわ** 親と子のともだちサロンはやかわ(速川児童館内)  
小久米83-5 TEL76-2613  
9時～13時 休みは土・日曜、祝日
- すくすく** すくすくサロン(みどり保育園内)  
飯久保167 TEL91-1277  
9時～15時半※ 休みは土・日曜、祝日
- キラキラ** キラキラキッズサロン(上庄保育園内)  
泉355-1 TEL72-5674  
9時～15時半※ 休みは土・日曜、祝日
- たんぼぼ** たんぼぼサロン(海清保育園内)  
窪2278-1 TEL91-1301  
9時～15時※ 休みは土・日曜、祝日
- Chu** Chu・Chu・サークル(ひみ中央こども舎内)  
栄町18-8 TEL74-1422  
9時～15時※ 休みは土・日曜、祝日
- なかよし** なかよし&すまいる(南大町こども園内)  
南大町10-8 TEL74-8435  
9時～16時 休みは土・日曜、祝日  
上記※の施設は、お昼休み時間あり

★各事業の受付時間

開放園(直接担当園にて)	5～2月	9:30～11:00
地区子育てサークル		9:30～午前中

各種イベントの詳細については直接施設にお問合せください。

★健康課の事業の受付時間

3～4か月児健康診査		
1歳6か月児健康診査		13:00～13:20
3歳児健康診査		
マタニティ&子育てなんでも相談		13:30～15:00
むし歯予防教室(1歳6か月児健康診査で申込みした方)	2歳0か月児	13:00～13:15
	2歳6か月児	14:00～14:15
	3歳0か月児	13:15～13:30

市内の子育て支援拠点施設では名札の色を揃えています。  
青さん:平成28年度生まれ児 赤さん:平成29年度生まれ児  
桃さん:平成30年度生まれ児 黄さん:今年度4月～生まれ児

日曜	主催	予約	2019年 5月
1日(水)～7日(火)に予定はありません			
8	水	開放園	× 阿尾・上庄・海清・アソカ・ナーサリー
		地子	× しあわせピラティス
		キラキラ	× 赤ちゃんママと保健師ばばのおしゃべりタイム(毎水曜)
		Chu	× 母の日のプレゼント作り
9	木	地子	× うたのおにいさん
		はやかわ	× おはなしの部屋 野菜ソムリエ林さん
		健康	× むし歯予防教室(H29年4月生まれ、H28年10月生まれ)
		なかよし	× ママのためのハンドマッサージ
		地区	× 地区子育てサークル(朝日丘)
10	金	地子	× ハッピーイングリッシュ
		健康	× 3～4か月児健診(H31年1月1日～1月27日生まれ)
		マヤ	× みんなの広場「ママありがと！」
		地区	× 地区子育てサークル(窪・稲積)
11(土)～12(日)に予定はありません			
13	月	地子	× ひみラボ出張動物園「うさぎとかめ」
		たんぼぼ	× 身体測定(※14日まで) 看護師さんのお話
		キラキラ	× テラスで遠足ごっこ
14	火	健康	× マタニティ&子育て相談
		Chu	○ 親子でうんどうあそび「ラン・ラン・ラン」
15	水	地区	× 地区子育てサークル(十二町)
		開放園	× 十二町・南大町・中央
16	木	なかよし	× みんなでリトミック!
		地区	× 地区子育てサークル(明和)
		健康	× 3歳児健診(H27年10月2日～10月30日生まれ)
		健康	× むし歯予防教室(H28年4月生まれ)
17	金	たんぼぼ	× スマイルタイム(ぬり絵でリラックス)
		はやかわ	× あそぼうよ! 楽しい制作
		地区	× 地区子育てサークル(上庄)
18	土	地子	○ 6か月のつどい
		マヤ	○ 離乳食相談会
		Chu	○ リトミック「リズムに合わせておさんぽ」
18日(土)～19日(日)に予定はありません			
20	月	地子	× 命のチャイルドシート講座
		たんぼぼ	× わくわくウィーク(作って遊ぼう ※24日まで)
21	火	健康	○ すくすく相談
		地区	× 地区子育てサークル(東)
22	水	開放園	× 新町・宇波・速川
		なかよし	× おもちゃを作ろう
23	木	地子	× 臨床心理士さんのおしゃべり会
		マヤ	○ Baby'sキッチン「簡単離乳食」
		地区	× 地区子育てサークル(朝日丘・宇波・海峰・女良・神代)
		健康	○ プレママ&ママサロン(乳幼児クリニック)
24	金	マヤ	○ ちびっこ探検隊!「サイズファーム」
		キラキラ	○ 親子エクササイズ&ママの美ボディ講座
		Chu	× 5月生まれの誕生会
25	土	地区	× 地区子育てサークル(宮田)
		25日(土)～26日(日)に予定はありません	
27	月	マヤ	× プレママ&ホットサロン
		すくすく	× にんじんごはんをつくってみよう
		なかよし	× 折り紙遊び週間 31日(金)まで(AM/PM)
		地区	× 地区子育てサークル(余川)
28	火	キラキラ	○ 新米ママの離乳食スタート講座(4～6カ月程度)
		地区	× 地区子育てサークル(加納)
29	水	マヤ	× 衛生士さんのおしゃべり広場
		キラキラ	× 大人ご飯から取り分け離乳食
		たんぼぼ	× 切り紙あそび
30	木	なかよし	× お気軽お茶会
		健康	× 1歳6か月児健診(H29年10月25日～11月19日生まれ)
31	金	たんぼぼ	○ 親子ヨガでリフレッシュ
		マヤ	○ Kid'sキッチン「焼き立てピザ」
		キラキラ	× 生えはじめた歯のお手入れ講座&相談
1	土	たんぼぼ	× みんなでお祝い誕生会(5月生まれ)
		Chu	○ Let's! スキンシップ

日曜	主催	予約	6月
1	土	健康	○ パパママ体験教室
2	日		
3	月	なかよし	× 折り紙遊び週間 7日(金)まで(AM/PM)
4	火	地区	× 地区子育てサークル(東)
5	水	開放園	× 上伊勢・マヤ・みどり・ひかり
		キラキラ	× 赤ちゃんママと保健師ばばのおしゃべりタイム(毎水曜)
		地区	× 地区子育てサークル(明和)
6	木	健康	× むし歯予防教室(H29年5月生まれ、H28年11月生まれ)
		たんぼぼ	× スマイルタイム(ぬり絵でリラックス)
7	金	なかよし	× ママのためのハンドマッサージ
		マヤ	○ 離乳食相談会
8	土	キラキラ	× 1歳からのおやつあげ方講座
		8日(土)～9日(日)に予定はありません	
10	月	マヤ	○ Kid'sキッチン「大好きなパパにハンバーグを！」
		たんぼぼ	× 身体測定(※11日まで) 看護師さんのお話
11	火	健康	× マタニティ&子育て相談
		Chu	○ 親子でうんどうあそび「ジャンプ」
		地区	× 地区子育てサークル(十二町)
12	水	開放園	× 阿尾・上庄・海清・アソカ・ナーサリー
		Chu	○ リトミック「かえるさんとあそぼう」
13	木	なかよし	× おもちゃを作ろう
		地子	× うたのおにいさん
		はやかわ	× おはなしの部屋 コンサルタントのおもちゃの世界
		キラキラ	× 手形で七夕づくり
14	金	地区	× 地区子育てサークル(朝日丘・宇波)
		健康	× 3～4か月児健診(H31年1月28日～3月2日生まれ)
15	土	マヤ	× みんなの広場「大好きなパパへ！」
		地区	× 地区子育てサークル(窪・稲積)
15日(土)～16日(日)			
17	月	たんぼぼ	× わくわくウィーク(作って遊ぼう ※21日まで)
18	火	健康	○ 遊びの教室
		たんぼぼ	○ ことば遊び教室
19	水	開放園	× 十二町・南大町・中央
		キラキラ	× 乾物でおやつ作り
20	木	地子	○ ベビーマッサージ
		地子	× こころと絵本の講座
		健康	× 3歳児健診(H27年10月31日～12月9日生まれ)
		健康	× むし歯予防教室(H28年5月生まれ)
21	金	マヤ	○ Kid'sキッチン「梅シロップ作り」
		はやかわ	× あそぼうよ! つまみ細工で髪飾り作り
		地区	× 地区子育てサークル(上庄・神代)
		地子	× ハッピーイングリッシュ
22	土	キラキラ	○ 親子エクササイズ&ママの美ボディ講座
		Chu	× 手作りおもちゃおもちゃをつくらう
23	日	地区	× 地区子育てサークル(宮田)
		22日(土)～23日(日)に予定はありません	
24	月	地子	○ 市外出身限定 わいわいおしゃべり会
		マヤ	× プレママ&ホットサロン
		すくすく	× 七夕かざりをつくろう
		なかよし	× お気軽お茶会
25	火	地区	× 地区子育てサークル(余川)
		マヤ	○ ちびっこ探検隊!「ブルーベリー狩り」
26	水	キラキラ	○ 新米ママの離乳食スタート講座(4～6カ月程度)
		地区	× 地区子育てサークル(加納)
27	木	開放園	× 新町・宇波・速川
		たんぼぼ	× 切り紙あそび
28	金	健康	× 1歳6か月児健診(H29年11月20日～12月16日生まれ)
		たんぼぼ	○ 親子ヨガでリフレッシュ
		なかよし	× みんなでリトミック!
29	土	地区	× 地区子育てサークル(海峰・女良)
		地子	× 七夕づくりDAY(AM/PM)
30	日	Chu	× 6月生まれの誕生会
		たんぼぼ	× みんなでお祝い誕生会(6月生まれ)
31	日	地子	○ パパ塾「パパのお膝でにんぎょうげき」

日曜	主催	予約	7月
1	月	地子	○ ひめトレ
		なかよし	× 折り紙遊び週間 5日(金)まで(AM/PM)
2	火	Chu	○ たのしい歯みがき
		開放園	× 上伊勢・マヤ・みどり・ひかり
		キラキラ	○ 野菜ソムリエの夏野菜幼児食
3	水	キラキラ	× 赤ちゃんママと保健師ばばのおしゃべりタイム(毎水曜)
		地子	× 七夕のつどい
		健康	× むし歯予防教室(H29年6月生まれ、H28年12月生まれ)
		マヤ	○ Kid'sキッチン「焼き立てパン」
4	木	なかよし	× ママのためのハンドマッサージ
		マヤ	× 親子教室「心に絵本とわらべうた」
		Chu	○ リトミック「おほしさとリトミック」
5	金	地区	× 地区子育てサークル(明和)
		6日(土)～7日(日)に予定はありません	
8	月	地子	× ひみラボ出張動物園「やぎ」
		健康	× マタニティ&子育て相談
9	火	たんぼぼ	× スマイルタイム(ぬり絵でリラックス)
		Chu	○ 親子でうんどうあそび「ボール」
		地区	× 地区子育てサークル(十二町)
10	水	開放園	× 阿尾・上庄・海清・アソカ・ナーサリー
		地子	× しあわせピラティス
11	木	なかよし	× みんなでリトミック!
		地子	× うたのおにいさん
		健康	× 3歳児健診(H27年12月10日～H28年1月8日生まれ)
		健康	× むし歯予防教室(H28年6月生まれ)
12	金	はやかわ	× おはなしの部屋 お母さんの四方山話
		地区	× 地区子育てサークル(朝日丘・宇波)
		地子	× ハッピーイングリッシュ
13	土	健康	× 3～4か月児健診(H31年3月3日～3月31日生まれ)
		マヤ	○ 離乳食相談会
14	日	地区	× 地区子育てサークル(窪・稲積)
		13日(土)～15日(月・祝)に予定はありません	
16	火	たんぼぼ	× 身体測定(※17日まで) 看護師さんのお話
		Chu	× しゃぼんだまであそぼう
		地区	× 地区子育てサークル(東)
17	水	開放園	× 十二町・南大町・中央
		たんぼぼ	○ 親子ヨガでリフレッシュ
18	木	はやかわ	× あそぼうよ! 楽しい制作
		マヤ	○ ちびっこ探検隊!「ホットなカフェにおでかけ」
		地区	× 地区子育てサークル(上庄・神代・明和)
19	金	マヤ	○ 親子でピザランチ
		地区	× 地区子育てサークル(宮田)
20日(土)～21日(日)に予定はありません			
22	月	たんぼぼ	× わくわくウィーク(作って遊ぼう ※26日まで)
		マヤ	× プレママ&ホットサロン
		地区	× 地区子育てサークル(余川)
23	火	地子	× 日赤の応急処置講座
		キラキラ	○ 新米ママの離乳食スタート講座(4～6カ月程度)
		たんぼぼ	○ ことば遊び教室
		Chu	× 7月生まれの誕生会
24	水	なかよし	× おもちゃを作ろう
		地区	× 地区子育てサークル(加納)
25	木	開放園	× 新町・宇波・速川
		健康	× 1歳6か月児健診(H29年12月17日～H30年1月10日生まれ)
26	金	マヤ	× 保健師さんのおしゃべり会
		キラキラ	○ 親子エクササイズ&ママの美ボディ講座
		地区	× 地区子育てサークル(海峰・女良)
27	土	健康	○ プレママ&ママサロン(乳幼児クリニック)
		たんぼぼ	× みんなでお祝い誕生会(7月生まれ)
27日(土)～28日(日)に予定はありません			
29	日	すくすく	× 水あそびをしよう
		なかよし	× お気軽お茶会
30	月	健康	○ すくすく相談
		たんぼぼ	× 切り紙あそび
31	火	たんぼぼ	○ 青ぼぼちゃん 赤ぼぼちゃん集まれ! 「水遊び」