

子育て応援  
book



＼ みえで子育てを楽しもう！ ／

# 子育て しやすい みえ



市町の子育て情報・子育て支援・遊び場・ママの子育て体験談・  
困ったときのお助け情報などみえの子育て情報がまるわかり！



三重県

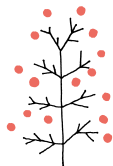
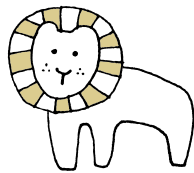
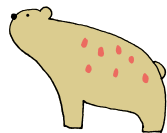
## はじめに

子どもが生まれたその瞬間から、  
24時間365日の育児が始まります。  
正解がわからない育児と日々向き合う中で、  
子どもが成長していく喜びを感じながらも、  
時には不安になったり、悩んだり……。

本誌はみえで子育てを楽しむためのヒントになればと、  
子育て中の方の声も聞きながら、  
みえでの子育てのよいところ、役立つところをたくさんご紹介しています。

子どもとの遊び場を探したり、  
県内の市町の取組、子どもを預けたいときや子育て体験談、  
困ったときの予備知識など……  
「こんなこともやってたんだ!」、「そんなところもあったんだ!」と  
新しい発見もあるかもしれません。

本誌を手にとっていただいたママやパパたちが  
「みえて子育てしやすいね!」、「みえで子育てして良かった!」と  
思っただけいたら、うれしいです。



## contents

### スペシャルトーク

P.03 子育てしやすいみえにしていけるために

### 三重のココが子育てにいい!

P.09 **その1** 地域みんなで支えている! 子育て支援団体が多い!

P.19 コラム 野外体験保育のすすめ

P.20 **その2** 子どもと遊べるスポットが充実!

P.31 **その3** 県内市町にさまざまな子育て支援がある

P.32 桑名市

P.42 津市

P.52 大紀町

P.33 いなべ市

P.43 松阪市

P.53 南伊勢町

P.34 木曽岬町

P.44 多気町

P.54 伊賀市

P.35 東員町

P.45 明和町

P.55 名張市

P.36 四日市市

P.46 大台町

P.56 尾鷲市

P.37 菟野町

P.47 伊勢市

P.57 紀北町

P.38 朝日町

P.48 鳥羽市

P.58 熊野市

P.39 川越町

P.49 志摩市

P.59 御浜町

P.40 鈴鹿市

P.50 玉城町

P.60 紀宝町

P.41 亀山市

P.51 度会町

P.61 こころとからだを育む秘訣とは!?

P.63 先輩ママの子育て体験談

P.69 休日・夜間 応急診療所ガイド

P.71 病児保育・病後児保育って?

P.72 みえ子ども医療ダイヤルに相談しよう / さっちみえで一足早い感染症対策を

P.73 三重県子育て家庭応援クーポン

P.74 ひとり親家庭への支援

P.75 不妊でお悩みの方へ

P.77 そろそろ知っておきたい 幼稚園・保育所の準備

P.78 みえの育児男子 HANDBOOK



special talk

# 子育てしやすいみえ にしていくために

みなさんは、日頃、みえで子育てをする中でどのようなことを感じていますか？さまざまな立場から子育てについて考えてみました！

## 大学生

三重県立看護大学 学生 広瀬 可純さん

私は大学4年生で、将来は助産師を志望しています。まだ子育てのことは考えたことがないのですが、もし結婚して子どもが生まれたら、仕事は続けていきたいと思っています。でも周りを見てみると、子どもの急な熱で仕事を休まなければいけなかったり、学校の行事があつたりして仕事と子育ての両立は難しいのかなど不安もあります。

## 三重のママ

3児の母親 斉藤 百世さん

6歳、4歳、1歳の3児の母親をしています。結婚を機に仕事を離れて、子どもを出産しましたがやっぱり「外で仕事をしたい!」、「子どもたちも保育園に預けて他の子たちと触れ合ってもらいたい」と思いました。いろいろ仕事を探していた中、イオン津店にある「つながる一む FAMIE」にて20名ぐらいのママたちが集まって交代でお店を運営することになりました。三重のママたちは能力もあるし、働く意欲もあるママが多いと思います。今は昔より、だいたい子育て中のママに優しい企業が増えてきて、うれしく思います。

## みえで子育てをして

### 知事

三重県知事 鈴木 英敬

三重は自然が多いので自然と遊ぶ経験がたくさんできるのがいいですね。今年の秋も町内の芋掘りに行ったり、夏は近所でクワガタを捕ったり…子どもとたっぷり遊べました!

知事としては、これからもっと男性の意識や行動を変えていきたいと思っています。これまでは、どちらかというと女性の支援や家庭と仕事の両立についてが多かったのですが、それに加え男性が考えや働き方を変えようということに力を入れています。

## 感じていることは？

### 企業経営者

万協製薬株式会社 社長 松浦 信男さん

私は今55歳で、子どもは大学生が2人、高校生が1人います。みえのイクボス同盟のスペシャルサポーターとなり、会社側から三重の子育て環境を変えようという活動をしています。元々兵庫県で生まれ、三重に来て20年目。身寄りがない中で会社を立ち上げ、どうやって地域にとけ込もうかと思ったときに、子どもを通じて、おじいちゃんやおばあちゃんと触れ合うことによって地域との関係を作ることができました。子育てをしていなかったら地域の方々とこんなに活動できなかったと思います。

## 子育て応援団体リーダー

子育て応援プロジェクト☆パイン  
酒井 由美さん

私は42歳で第1子が誕生。東京から引越してきて、周りに親戚もおらず孤独な育児を経験しました。そんなママをサポートできたらと、団体「子育て応援プロジェクト☆パイン」を立ち上げ、子育てイベントなどを開催しています。頑張り屋のママさんが多く育児を1人で抱え込んでいる気がします。パパとよく話し合いコミュニケーションをとり、パパも率先して育児参加できる環境づくりが必要だと感じています。

## 移住ママ

FM 三重 西本 亜裕子さん

8歳と7歳の子どものお母さんをしています。奈良県出身で、25歳の時にFM三重に就職し、31歳で第1子を出産。最近改めて思ったことは、たくさんの人に支えられているなということ。私も主人も実家が奈良と徳島で核家族の共働き夫婦ですが、学童でお世話になったり、スポ少のサッカーでは、新たな繋がりができました。私自身が“よそから来た人”と思っていたのですが、いろいろな人に支えていただいている、自分の人生が子どもを通して三重で広がったなと感じています。



斉藤百世さん

広瀬可純さん

三重県知事 鈴木英敬

松浦信男さん

酒井由美さん

西本亜裕子さん

special talk

# 仕事と子育てを両立しやすいみえにするには



**西本** 大学生の 広瀬 可純さんは、これから就職、結婚、子育てとこれからさまざまな機会が待っていますね。就職先を選ぶ中で重要視したことなどはありますか？

**広瀬** 自分のキャリアアップを重視して選びました。私は、働きやすさ、離職率を考えたのですが、周りの友だちは、育休を取った人はどのくらいいる？時短勤務はできる？などホームページで調べて決めている子もいました。もし結婚して子どもが生まれたら、仕事は続けていきたいなと思っています。でも周りを見てみると、子どもの急な熱で仕事を休まなければいけなかったり、学校の行事があったり、子どもがかわいそうかなとか思って、仕事と子育ての両立は難しいのかなと不安もあります。



子どもが生まれても働きたい！でも不安もあります…

**斉藤** ママが働いていると子どもがかわいそうかな…っていう感覚がすごく悲しくってしまいます。我慢して自分を出さずにいるよりも、やりたいことをやってキラキラしているママの方が子どもたちにとってもいいと思います。疲れてママが先に寝ちゃうこともあったりするかもしれない、それでもキラキラがんばっているママを見た方がいいと思います。がんばっている姿を見せることは、すごく

いいことだと思います。昼間離れている時間がある分、夜は余計にかわりく思えちゃいますからね。

**西本** ほんとその通りだと思います。企業側からのお話も…万協製菓では、松浦社長自らイクボスとして働きやすい職場づくりに向けて、さまざまな取組をされていますね。

ママたちの働く意欲をもっと企業に知ってもらうことが大切です！



**松浦** 僕は2つのことが大切だと思います。まずは家庭でも仕事をできる環境を作ってあげること。もう一つは、1時間2時間でも働けるというママを受け入れる仕組みを作ること。子育て中のママたちがどれだけ働きたいかを企業に知ってもらうことも大切です。最近では、農業をはじめました。

**西本** 農業いいですね。ママたちが助け合っている会社がありますよね。そういった働き方が今後需要があるかもしれません。地域で持ちつ持たれつで、助け合いながらやっていくといいですね。

**斉藤** 3人目の妊娠中にチャイルド minder の資格を取り、4月から自宅で託児をオープンしました。初めは需要があるかな？と不安もありましたが、思ったより需要があり、「夜ほんの1時間でも預かってほしい」という方もいらっしやるので、こういった頼れる場所がもっとあったらいいのになと思いました。この資格を取ってから思ったことが、

困っているママがみんなこの資格を取って、みんなで助け合いながら働きに行ったらいいなと。ママたちが助け合ったらもっと働く環境が広がると思いました。

ママたち同士で助け合いながら働けば、もっと働く場所の幅が広がると思う



**松浦** あとは企業側から就職時に会社の情報をきちんと出していくことが大切だと思います。少なくとも有給取得率や離職率は公表していかなければならないと思います。

**知事** 三重県が作っている就活サイト「みえの企業まるわかりNAVI」では、そのあたりの項目はきちんと公表するようにしています。実際に公表するために企業側の働き方改革をしたら応募者が5倍になったという企業も出てきています。

**西本** 企業側も自分たちの会社をどうやってPRできるか、そもそも自信を持ってPRできる企業であるかを見直されるべきですね。

**知事** 昔の企業の働き方と今では、家族の構成や環境なども変わり、就業規則などを変えていかなければなりません。俺らの時は出来ていた！という言葉はリーダーは絶対には言ってはいけないと思いますね。

**西本** 酒井さんは普段イベントに来られるママたちの声などを聞いてどう思いますか？

**酒井** イベントに来られるママたちの声を聞くと、普段からの「パパの協力」がいかに必要かとい

うことを感じますね。子育て支援などママ向けのサポートが多いように思いますが、パパが子育てに参加しやすい働き方改革、子育てに苦手意識がありママに育児を任せきりになりがちなのパパ向けのサポートも必要な気がしています。時代はどんどん変わっています。ママたちの多様な生き方も増えているだけに支援制度の充実、それを活用しやすい職場の環境づくりを柔軟に早く整備してほしいと思っています。



イクボスはとてもすてき！でも、まだまだ一般企業にはなじみがないという声も…

イクボスはかけ声だけでなくマネジメントに落とし込むことが大切



**知事** 今、三重県では企業のみなさんにイクボスを周知しています。でも企業のイクボスは、かけ声だけでは絶対に進みません。いかに具体的な仕組みをマネジメントに落とし込むかが大切です。松浦さんの会社は具体的な仕組みにうまく落とし込んでくれていますね。三重県庁の育児休業取得率は22.09%。職員または配偶者が妊娠したら育児参画計画書に必ず書き込んでもらい、3年間の働き方を出産にあわせて計画していくんです。それを毎回チェックするという仕組みを作りました。



special talk

子育てしやすいみえ  
どんな  
していきた

にしていくために  
何を  
いですか？

酒井 私は孤独な子育てを経験しただけに、自分が起こした活動を通じて社会と繋がり、子育てに悩んだらすぐ相談できる仲間ができたのは本当にうれしかったです。私の経験を活かして、団体が企画する親子イベントでリフレッシュしていただくのはもちろん、子育ての悩みを打ち明けられる仲間づくりや場づくりを地域や行政と連携しながら各地域にその拠点を作りたいです。そして、注目したいのはやはり「パパの力」。今、「パパの子育てスイッチON!プロジェクト」として、パパが子育てに自然に関われるような仕組みづくりにチャレンジしようとしています。そして、パパも悩みを相談できるような「パパのネットワーク作り」も考えていきたいと思っています。子育てをみんなで見守り、楽しんで

いけたらいいですね。

齊藤 結婚して子どもが生まれて、独身とは違った喜びや感動もあるし、出産は人生で一番感動した出来事でした。子育ては本当に楽しいので、理解のある企業が増えてくれたらうれしいですね。

松浦 まずは社会の風土を変えたいと思っています。経営者に対する、社員に対する、会社は社会の一部だから、みんなで助け合っていこうと。みんなが助け合う風土を会社の中で作っていききたいです。誰かのために何かをするのは人間にしかできないこと。人間らしい生き方をするにはみんなが助け合うチームとして輪に入って行く。僕はそういった良い風土を作っていきたいです。

広瀬 これから、仕事や子育てに理想を追い求め

ていく立場としては、子育てをしながら働くということに不安を思ってしまうがちですが、マイナス思考ではなくプラス思考で子どもにキラキラ働く姿を見せてあげたいと思えるようになりました。これからどんどん働き方が変わって行くと思うので、それぞれ第一号になるぐらいの勢いでがんばっていきたいです。

知事 男性の意識や行動がもっと変わってほしいという思いがある中で、内閣府の去年の調査では、育児休業を取った男性の方が、取っていない男性と比べて、会社に対する帰属意識が高いというデータがあります。ということは、企業にとっても、利益を上げるためにがんばってくれるモチベーションを高めるためにも、男性の育児休業は非常

にいいことなので、企業の皆さんが理解できるように私たちももっと努力していきたい。育児休業を取ったきっかけを聞いてみると一位は「奥様との話し合いの中で」とあるように、取るきっかけは「家族」、取れるかどうかは「企業」。企業だけがよくなっても広まらないし、家族、地域と一体となってそういった雰囲気になるようにがんばりたいですね。

西本 ママがキラキラしていたら、家庭はうまくいくように、もちろんパパもキラキラしていただけたらいいですね。みえで子育てしてるんや!と胸を張って言える、子育てしやすいみえにもっともっとなっていけたらいいですね。



心強い  
子育て相談!

三重のココが子育てにいい!

その1 地域みんなで支えている!

# 子育て 支援団体が 多い!

子どもを  
預けたいとき  
にも!

三重県には、  
子育てを応援する団体が  
各地にたくさんあります。  
子どもと遊びに行きたいとき、  
悩んだとき、子どもを預けたいとき…  
ママやパパの支えになってくれる  
強い味方をご紹介します。

いろいろな  
体験が  
できるよ!

親子で  
遊びに  
出かけよう!



モノを大切に作る心を育むおもちゃのドクターたちが活躍中!

## おもちゃの病院

「壊れたおもちゃを直すことで、物を大切に作る心を育ててほしい。直ったおもちゃを手にした時の子どもの笑顔が、私たちの励みです」と、おもちゃドクターで三重おもちゃ病院連絡会会長の加藤さん。おもちゃの病院は県内に19カ所あり、ラジコンやプラレール、ぬいぐるみなど、子どもたちの壊れたおもちゃを修理してくれます。



大好きなおもちゃや思い出のおもちゃなど、元気がなくなってほしいおもちゃがあったら、ぜひ持ってきてくださいね!

### 三重おもちゃ病院連絡会

- info** □主な活動場所 県内19カ所 □対象 100V電源を使わない玩具(精密機器・アンティークなどは除く)  
□活動日時 ホームページの「おもちゃの病院一覧」をチェック  
□料金 部品代 □予約 不要  
**CHECK** <http://www.zb.ztv.ne.jp/tsu-omocha/> **問い合わせ** TEL 059-393-3370(会長 加藤 健一郎)

医療・保健の専門スタッフがママのお悩みをサポート

## 特定非営利活動法人MCサポートセンター みつくみえ

妊娠・出産・子育て…環境の変化や子どもの成長に悩みや不安はつきもの。一人で悩まないでほしい!と、年中無休で子育ての電話相談や面談に対応しています。スタッフには小児科医師や助産師などの専門家も。他にも、子育て講座やママたちのサークル、出張子育て相談室などを開催し、誰かに頼りながら「楽しく子育て」できるようママたちをサポートしています。

思い通りにならないのが子育て。力を抜いて自分らしくいきましょ!



- info** □主な活動場所 県内各所 □対象 特定なし  
□活動日時 電話相談 平日9:00~17:00、土曜・日曜・祝日9:00~12:00 子育て講座などは不定期開催  
□料金 要問い合わせ □予約 面談は必要  
**CHECK** <http://micmie.jp/> **問い合わせ** 〒511-0851 桑名市西別所302 TEL 0594-21-4935



親子でアウトドア体験から心理学まで、多彩な親子イベントを開催！  
NPO法人くわな子育て支援ネットワーク WonderPocket

子どもの年齢や親の関心によって好きなことに参加してもらえたらと年間を通じてさまざまなイベントを開催。親子で畑づくりをはじめ、親子山村留学(ファミリーキャンプ)やファミリーBBQ、親子リトミック、子育てサロン、アドラー心理学に基づく子育て学習会など、「みんなで子育て！」を合言葉に、親子で仲間づくりができるような場を提供しています。



メンバーも参加者も、みんながその日のスタッフ！助け合い子育て、一緒にしませんか？

**info** □主な活動場所 新西方コミュニティセンター(桑名市新西方7丁目2) □対象 0~12歳頃まで  
□活動日時 ホームページをチェック □料金 イベントによる □予約 不要  
**CHECK** <https://wonderpocket.jimdo.com/>  
**問い合わせ** TEL 070-5330-9870(藤田寿花) ✉ npo.wonderpocket@gmail.com



子どもから大人まで、気軽に遊びにいける居心地のよい居場所  
NPO法人 体験ひろば ☆ こどもスペース四日市

小学生から青年までが参加できる体験や小さい子どもたちと保護者のための子育て支援を行う「こどもスペース四日市」。木造の暖かみのある施設で、誰もが遊べる「居場所」として開放しています。広々としたウッドデッキや砂場のある庭で自由に1日過ごせるのもうれしいポイント。小児科のお医者さんを囲んでお話する「教えて三原先生」(月1回)や絵本の読み語り会(月3回)など、気軽に参加できる催しも開催しています。



他のママとお話したり、お子さんと一緒に遊んだり、のんびりと1日をお過ごしください。お昼ごはんとお着替えをお持ちいただくと安心です。

**info** □主な活動場所 四日市市波木町2040-2 □対象 特に制限なし  
□活動日時 居場所：火曜 13:00~20:00 水~土曜 10:00~20:00 ※乳幼児親子については、17時頃まで  
□定休日 日曜・月曜・祝日 □料金 居場所利用は無料・有料イベントあり □予約 不要 (一般利用できない時もあります)  
**CHECK** <http://www4.city-net.ne.jp/~space/> **問い合わせ** TEL 059-321-0883 (火~土曜 10:00~18:00)



現役パパたちが得意分野でさまざまなイベントを開催！  
ミエメン

現役のパパたちが中心となり、自分の得意なこと、好きなことを活かして、子どもたちと楽しく関わる時間を作っている「ミエメン」。例えば、レゴが得意なパパなら「レゴワークショップ」、工作が得意なパパなら「段ボール工作」など、バラエティに富んだパパらしい企画を開催。パパが我が子だけでなく、地域の子育て環境にも関心を持ってもらいたいと活動しています。



ママたちがセミナーに参加している間の子どもワークショップなども開催しています♪

**info** □主な活動場所 四日市市・津市・松阪市 □対象 4歳~小学生  
□活動日時 不定期 □料金 イベントにより異なる □予約 イベントにより異なる  
\イベント活動の予定はfacebookをチェック!  
**CHECK** @miemen.diagonal ミエメン **問い合わせ** ✉ miemen260101@gmail.com



いつも子育てをがんばるママたちがほっと休める時間を  
nico\*mama cafe

一軒家を改装した託児付休憩スペース「nico\*mama cafe」を運営。キッズルームで保育士と一緒に親子で遊べる他、予約をすれば子どもを預けて別室でカフェタイムを過ごしたり、仮眠をとったりとママたちの良いリフレッシュ場所に。カフェ開設日の月・水・金曜以外は、親子で楽しめる託児付のイベントを開催したり、ママたちのサークル活動を支援したりと、ママの「あったらいいな」をさまざまな形にしています。



全てのママが「ママで良かった」と思える社会を目指して活動しています

**info** □主な活動場所 鈴鹿市稲生3-8-2 □対象 主に0~3歳未満の子どもと母親  
□活動日時 月曜・水曜・金曜(祝日を除く) 10:00~15:00  
□料金 無料 □予約 不要 ※料金・予約はイベントによっては必要  
**CHECK** <http://nicomama.info/cafe/> 公式LINEアカウントあり **問い合わせ** TEL 059-386-2539



## 育児に積極的に取り組む優しい「おやじ」たち ちよいワルおやじの会

家庭や地域に参画するためのノウハウを学んだ男性たちが「遊び」を通した子どもとの関わりをテーマに体験や自然観察会などを開催。紙飛行機や竹ポックリ、紙の竹とんぼなどの遊び道具を作ったり、折り紙など、昔ながらの遊びに親しむことで親子間の会話にも繋がりたいと活動しています。主に県内のイベントにて活動し、自然観察会・天体観測会などの出前講座なども行っています。



遊びを教えてくれるおじいちゃんのような優しいスタッフさんたち!

- info** □主な活動場所 津市・松阪市・伊勢市など県内全体 □対象 0歳～小学生  
□活動日時 不定期 □料金 無料 □予約 不要
- CHECK** <https://www.facebook.com/kazuhiko.fujikawa> **問い合わせ** TEL 090-1628-4834 (藤川 和彦)



## お母さんや子どもたちが困ったときの「のびすく」として寄り添いたい 特定非営利活動法人 世界SHIENこども学校のびすく

お母さんや子どもたちへ幅広い支援活動をしている「のびすく」。副理事長であるヤナセクリニック産婦人科院長の自宅1階を改装し、平日は「のびすくカフェ」をオープン。(利用には会員登録が必要)乳幼児・未就学児とパパ・ママたちの情報交換や教室を開催しています。他にも託児・学童・保育・泊まりまで、突発的な事象にも対応出来る支援も心強いところ。社会的養護が必要な子どもたちや発達障がい児の支援も行っています。



医療機関、大学、行政との連携や連絡も密に行っておりますので、安心してご利用下さい。

- info** □主な活動場所 津市乙部4-17 □対象 0歳～お年寄りまで  
□活動日時 月～土曜(要相談で日曜日預かりもあり)・宿泊あり  
□料金 有料(料金は各サービス、各教室、体験イベントによる)※詳細はお問い合わせ下さい □予約 必要
- CHECK** <http://nobisuku.info/> **問い合わせ** TEL 059-253-3130



## 親子で気軽に遊びにいける広場! 毎週開催される「あそびのじかん」も人気! 大門いこにこ広場

大門商店街の中にある親子の遊び場。ママたちが運営にあたるこの広場は、フロア全面にスポンジタイルが敷かれていたり、小さい子どもたちにもうれしい配慮がされています。大型遊具やおもちゃ、風船プールなど遊び要素も満載! 毎週火曜日のコーディネーターの先生たちによる「あそびのじかん(11:00～無料)」や英語教室、バレトンなどさまざまな講座を開催しています。水遊びやクリスマスなど季節イベントも大人気です。



電話1本でケータリングサービスも! 飲食スペースにソファの設置などママ目線のしかけがたくさん!

- info** □主な活動場所 津市大門10-21 大門通り商店街 オーデンビル1F  
□対象 未就学児とその保護者 □活動日時 開館時間10:00～17:00 □定休日 月曜  
□料金 無料(講座は一部有料のものもあり) □予約 不要
- CHECK** <https://www.facebook.com/ikonikohiroba/> **問い合わせ** TEL 059-273-6536



## 子どもたちがのびのび成長できる場を提供し、働くパパ・ママをサポート 特定非営利活動法人 どんぐりの会

保育事情に困っているパパやママのために活動している「どんぐりの会」。小学生の学童保育(平日放課後・長期休暇・土日祝・夜間保育)をはじめ、乳幼児の休日保育、病児サポートなどを行っています。利用は事前登録制。助け合いの精神のもと、できる限り希望に沿ったサービスを提供したいと、利用コースに応じて保育サービスを受けることができます。2018年4月からは、子育て相談や食や発達について学べる教室も開催する予定です。



子育てしながら働くことに対し、働きづらい環境を解決して、安心していきいきと働き続けられる社会をめざしています!

- info** □主な活動場所 津市久居小野辺町984-7 □対象 0～12歳 津市在住  
□活動日時 随時 □料金 要問合せ □予約 必要
- CHECK** <http://npo-dongurinokai.org> **問い合わせ** TEL 059-273-6966



未来を担う子どもたちと地域をつなぐ場づくり

## 多気町まちづくり仕掛人塾 子ども未来応援委員会



遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

遊ばなくなったおもちゃをポイントで交換しあう「かえってバザール」に、子どもたち自身がお店を出すフリーマーケットやワークショップが加わって、よりいっそう楽しめる「こどものまちプロジェクト」を2017年度よりスタート。また、子どもとの関わりにおいて大切なことを学ぶ勉強会なども開催しています。勉強会にはキッズスペースもあり、子ども連れでも安心して参加できるのもうれしいポイントです。



子どもの自主性を大切にした子ども主体のイベントです!

- info** □主な活動場所 多気町 □対象 どなたでも  
 □活動日時 不定期(年に数回) □料金 無料(一部有料) □予約 不要(必要な場合もあり)  
**CHECK** [Facebook](https://www.facebook.com/tmskodomo/) <https://www.facebook.com/tmskodomo/> [Twitter](https://twitter.com/tmskodomo/) <https://twitter.com/tmskodomo/>  
**問い合わせ** TEL 090-3255-2025 (明石須美子)

## はじめてのプログラミングで物づくりの楽しさを体感! Little Coder Mie (リトルコーダーミエ)



物づくりって楽しい!  
に気づけるいろいろなワークショップがあるよ!

小学生を対象に「はじめてのプログラミング」を体験できる場として、コンピュータによるものづくりの楽しさを子どもたちに伝えたいと活動している「リトルコーダーミエ」。LEDやモータを使った簡単な工作や、アニメーション、ゲーム作りなど、毎回異なった内容で、楽しみながらひらめき力や創造力を伸ばしていくことができます。女の子の参加者も多く、夢中で取り組む姿が印象的です。



- info** □主な活動場所 津市 □対象 小学生以上  
 □活動日時 年4回(春・夏・秋・冬) ホームページ・Facebook・twitterをチェック  
 □料金 1000円/1回 □予約 必要  
**CHECK** <https://ws.moyashi-koubou.com/> **問い合わせ** [ws@moyashi-koubou.com](mailto:ws@moyashi-koubou.com)

清流宮川上流で、自然体験! 心身の成長につなげる体験プログラム

## 大杉谷自然学校



遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

ユネスコエコパークの認定を受けた自然豊かな地域 大台町で、森と川を活かした五感を育む数多くの自然体験を実施しています。「夏のわくわくキャンプ」をはじめ、川泳ぎ、森遊び、「森のようちえん」など、子どもから大人まで自然の中で遊ぶ体験プログラムで心身豊かに育つことをめざしています。



五感教育の豊かな自然体験活動で子どもたちの個性や可能性を引き出せたらという思いで活動しています!

- info** □主な活動場所 主に大台町内 □対象 体験により異なる  
 □活動日時 通年さまざまな体験あり □料金 体験により異なる □予約 必要  
**CHECK** <http://osugidani.jp/>  
**問い合わせ** 〒519-2633 多気郡大台町久豆199 TEL 0598-78-8888 [info@osugidani.jp](mailto:info@osugidani.jp)

月2回のミュージック・ケアをはじめ、子育てライフを楽しむイベントを開催!

## 子育て応援プロジェクト ☆ パイン



遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

「子育て」に孤独を感じるママを減らしたいと松阪で活動している「子育て応援プロジェクト☆パイン」。月2回のレギュラーイベントでは音楽の特性を利用して、子どもの持つ力を発揮させる「ミュージック・ケア」(音楽療法)を開催。他にも、季節に合わせた親子イベントや子育て講座、相談会など開催しています。イベントの詳細や申込はブログをチェック!



1対1で子育てをすると辛くなる時もあります。そんな時、周りの人に頼ったり、いろんな人と交流したり、いろんな工夫で楽しく思えたりします。あつという間の子育てライフ。一緒に楽しみましょう。

- info** □主な活動場所 松阪市内・松阪第一公民館  
 □対象 0歳~小学生の親子 □活動日時 不特定 ブログをチェック  
 □料金 イベントによる □予約 必要  
**CHECK** <https://ameblo.jp/projectpine/> [子育てパイン](#) **検索** **問い合わせ** [kosodatepine@gmail.com](mailto:kosodatepine@gmail.com)

マタニティからの子育てを応援! 子育てに役立つイベントが人気!

## ひなたぼっこ

「嬉しい育児より、たのしい育児」ひなたぼっこはママの笑顔を増やすお手伝いをします! 子育てが楽しくなるヒント、見つけに来てくださいね!



伊賀、名張で活動している「ひなたぼっこ」。名張では月に1度「ひなたぼっこbaby」という広場を開催。広場では、ひなたぼっこを代表する2人が中心となって、赤ちゃん育児に役立つ情報を伝えていきます。例えば、助産師 林みち子先生の『いのちのはなし、離乳食やおっぱい、子育ての悩み相談』やだっこの森井みき先生の『赤ちゃんもママも心地いい抱っこの仕方』など、月ごとに楽しめるイベントを開催しています。

- info** □主な活動場所 名張市蔵持市民センター・伊賀  
□対象 県内の妊婦・1歳半までの親子 □活動日時 第3火曜 13:00~15:00  
□料金 500円(講座内容によって変更の場合あり) □予約 不要(要予約の講座もあり)
- CHECK** <https://www.facebook.com/hinatabokko.baby/> **問い合わせ** TEL 090-7690-1014(森井みき) LINE ID: @hinatabokko

遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

楽器や人形劇を通して親子の楽しい時間を!

## 人形劇 たんぽぽ

子育て経験のある主婦だからこそ、ママの気持ちをわかってくれるよ!



志摩市の主婦たちが中心となって幼稚園や保育所などで開催する、親子で楽しむ音楽と遊びの会。フルートやサクソ、ピアノで童謡や人気のアニメソングを生演奏したり、子どもたちにおなじみの童話やオリジナルの人形劇を披露したりと、音楽や本にふれて子どもの感性を育てたいとの思いで活動しています。他にもクイズや体操、ゲームなどさまざまな遊びが楽しめます。

- info** □主な活動場所 伊勢市・鳥羽市・志摩市・南伊勢町  
□対象 乳幼児~お年寄り □活動日時 木曜 ※詳しくは電話にて確認  
□料金 無料 □予約 不要
- 問い合わせ** 〒517-0217 志摩市磯部町山原1088 TEL 0599-55-0739 (田畑ちさ子)

遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

子育ての情報交換や気楽な時間でママたちのリフレッシュの場をつくるサークル

## 子育てサークル おひさまの会

地元のママもよそから嫁いできたママも一緒にお話できるゆるいところがいいですね。子育ての息抜きになります



毎週火曜日、0歳から3歳程度の未就園児を連れた10組ほどの親子が思い思いに過ごす子育てサークル「おひさまの会」。とりたてて何かをしようということではなく、みんなが気楽に過ごすことを目的に活動しています。ママたちは子どもたちを見守りながらリラックスしておしゃべりを楽しんだりリフレッシュの場となっています。

- info** □主な活動場所 尾鷲市福祉保健センター3階児童コーナー  
□対象 どなたでも □活動日時 火曜 9:30~12:00  
□料金 無料 □予約 不要
- 問い合わせ** 尾鷲市福祉保健課 TEL 0597-23-3871

遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

みんなで分かち合うことで子育てしやすい町に!

## しま子育て応援団

子育ての楽しさや大変さを誰かと共有しながら、支え合い、子育てしやすい地域づくりをめざし活動する「しま子育て応援団」。講師を招いた子育て家庭向けの講座や助産師による母子相談会「おっぱいひろば」を開催したり、学校で行う「いのちの授業」のサポートをしたりと取組内容はさまざま。イベントの際などには託児ボランティアとして、ママのサポートも行っています。



子育ては一人でするものじゃない! さまざまな取組で親子を支えています

- info** □主な活動場所 志摩市 □対象 0歳~  
□活動日時 不特定 ※詳細に関する問い合わせは電話やメールにて  
□料金 無料 □予約 不要
- 問い合わせ** ✉ shima\_sodachiai@yahoo.co.jp TEL 090-3456-9720(田畑珠美)

遊ぶ・体験

預ける

子育て相談

その他

コラム 自然で遊ぶってこんなにいいこと!

# 野外体験保育のすすめ

三重県は、子どもの「生き抜いていく力」を育むため、県内の豊かな自然を活かした野外体験保育を推進しています。自然の中での体験は、豊かな感性、表現する力、創造力が身に付き、子どもが育っていくうえでかけがえのないものとなります。

## 野外体験保育とは?

野外を中心とした地域の自然を体験活動に取り入れた保育や幼児教育のこと。子どもたちが主人公となれるよう、周りの大人が関わりながら取り組みます。



## 山あそび

子どもたちは森へ行くだけで気分が高揚! 木に登ったり、秘密基地を作ったり、木の実を集めたり、自分のやりたいことを見つけて楽しめます。

山歩きが楽しいね!



## 磯あそび

海藻などの海の生きものを採取。採った貝を持ち帰って塩ゆでにして食べるなど、命のつながりを学ぶ機会にもなります。



貝がいっぱい!



## 川あそび

川の中も発見がいっぱい! 冷たい水にふれたり、生きものを探したりと、好奇心や、自ら考え行動する力を育みます。

虫見つけたよ



## 食物の栽培・収穫



世話をし、観察して、収穫する。達成感を味わい、意欲的になる子どもたち。調理したものを食べて「おいしい」と家族から言ってもらえることで、自尊感情を育てます。

## 生きものとふれあう



用水路でザリガニを釣ったり、川でカニや虫を捕まえたり、森で植物を探したり...それらを絵本や図鑑で見比べることで、子どもたちのより一層の好奇心を引き出します。

三重県内でも「子どもを自然の中で育てたい」というお母さんたちが増え、「森のようちえん」も広がりつつあります。森には、子どもたちのいのちの衝動に伝えてくれる不思議や突然の楽しいこと、息をのむほど美しいものとの出会いがいっぱいあるのです。子どもたちの目線で子どもたちと一緒に感動したり、楽しんだり、挑戦したり...それは子どもたちの生涯の宝となるばかりでなく、親子の絆を作っていきますよ。



森の風ようちえん 嘉成園長

三重のココが子育てにいい!

# その2 子どもと遊べるスポットが充実!

自然がいっぱいの三重には、子どもをのびのびと遊ばせる公園がいっぱい! 多彩な遊具や広々とした芝生で元気いっぱい身体を動かし、雨が降る日は屋内でのんびり。子どもと行きたいみえの遊び場を集めました!



## 遊び場 MAP

- たっぶり遊べる! 大型公園
- 3歳までの専用広場のある公園
- フィールドアスレチックのある公園
- ジャンル別! 楽しい公園
- 雨の日も楽しい! 屋内遊び場

子育てトーク 支援団体 遊び場 市町の子育て 子育て体験談 困った! 支援

四日市



### 霞★ゆめくじら

冒険しながら遊べる遊具が子どもたちの好奇心をわしづかみ!

大きなクジラのドームが目印! 海、船、山などそれぞれがテーマになった遊び場が子どもたちのワクワク心をより盛り上げます。帆船の大型遊具を探検したり、長いローラーすべり台を滑ったり、クジラの中で遊んだり、楽しい仕掛けがいっぱいの遊具に大満足間違いなし!



PICK UP DATA

- ◆トイレ あり
- ◆ベビーカーの通行 可
- ◆オムツ替えシート
- 遊びの広場の多目的トイレにあり
- ◆休憩所 園内各所にあり



四日市市大字羽津甲霞ヶ浦緑地内  
 ㊥ 約1000台(最も近い駐車場は約100台)

東員町



### 東員町中部公園

いつまででも遊んでいたい巨大コンビネーション遊具!

巨大なコンビネーション遊具は県下最大級! 中心の展望台から伸びるローラー滑り台、幅広すべり台、らせん型やパイプ式などのバリエーション豊富なすべり台が揃っています。巨大な遊具には、ほかにもお楽しみ要素が満載! 小さな遊具も個性派揃いで、見ているママたちも興味津々です。



PICK UP DATA

- ◆トイレ あり ベビーカー、授乳室もあり
- ◆ベビーカーの通行 可
- ◆オムツ替えシート 遊びの広場の多目的トイレ、他2カ所にもあり
- ◆休憩所 屋根付き休憩所あり



員弁郡東員町大字北大社1634  
 ㊥ 120台(満車時はスポーツ公園及び役場の駐車場が利用できる)

鈴鹿



### 鈴鹿フラワーパーク

元気いっぱいキッズから幼児までいろいろな遊びが楽しめる!

きれいに花が咲く花壇を抜けると、大きくカーブを描く長いスライダーがそびえる遊具広場にたどり着きます。ネットのジャングルジムや吊り橋など、スリルある遊具に挑戦したり、小さい子どもでも楽しめるカラフルな複合遊具や、広い芝生広場もあり、夏には水遊びもできると楽しみ方はいっぱいです。



PICK UP DATA

- ◆トイレ 3カ所あり
- ◆東側トイレに子ども用便器あり
- ◆ベビーカーの通行 可
- ◆オムツ替えシート
- 遊具広場の多目的トイレにあり
- ◆休憩所 各エリアにあり



鈴鹿市加佐登町1690-1  
 ㊥ 215台

度会町



### 宮りバー度会パーク

宮川の四季の自然を楽しめる公園 幅広い年齢層向けの遊具がうれしい!

宮川河畔に広がる公園。「チビッコ広場」と「第2チビッコ広場」の2カ所に遊具が集まり、ターザンロープやアスレチック遊具、ブランコなど、さまざまな年齢が遊べる遊具が揃っています。自然もたっぷり、春には桜、秋には紅葉、夏には川遊びなど、四季を楽しめる公園です。



PICK UP DATA

- ◆トイレ 3カ所あり
- ◆ベビーカーの通行 可
- ◆オムツ替えシート 3カ所あり
- ◆休憩所 各所に屋根付き休憩所・自販機あり



度会郡度会町棚橋2  
 ㊥ 378台

### フィールドアスレチック のある公園



#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ あり
- ◆ ベビーカーの通行 一部可
- ◆ オムツ替えシート 各多目的トイレにあり
- ◆ 休憩所 屋根付き休憩所あり



松阪市立野町1370 ㊦ 670台

### 松阪



### 中部台運動公園

15種類の遊びが楽しめるフィールドサーキットがある中部台運動公園。ロープスライダーや丸太渡りなど、ちょっと大きめの子どもたちでも夢中になって遊べます。



#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ あり
- ◆ ベビーカーの通行 一部のエリア以外は困難
- ◆ オムツ替えシート 自然学習展示館横のトイレにあり、つどいの広場のトイレにベビーベッドあり
- ◆ 休憩所 各所に屋根付き休憩所あり

三重郡菟野町草7181-3 ㊦ 約200台

### 伊賀



### 岩倉峡公園

アスレチックやトリムなどで元気いっぱい身体を動かして遊べる岩倉峡公園内にある「体験学習の丘」。クリアを目指して遊び方を工夫してみよう!



#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ 体験学習の丘にあり
- ◆ ベビーカーの通行 階段があるため困難
- ◆ オムツ替えシート なし
- ◆ 休憩所 屋根付き休憩所あり



伊賀市西高倉6358-1 ㊦ 約50台

### 3歳までの専用広場 のある公園

### 鈴鹿



### 桜の森公園

ユニークな幼児向け遊具が楽しい! 兄弟で遊べる2つの遊具広場がうれしい! 広場がゲージで囲まれた3~6歳専用のチビッコ広場では、ユニークな砂場をはじめ、すべり台やブランコなどが揃い、親子で安心して遊ぶことができます。もうひとつの広場にはコンビネーション遊具などがあり、それぞれの年齢に合わせて元気いっぱいに安全に遊ぶことができます。

#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ 3カ所あり、子ども用便座あり
- ◆ ベビーカーの通行 可
- ◆ オムツ替えシート 多目的トイレにあり
- ◆ 休憩所 屋根付き休憩所あり



鈴鹿市南玉垣町字東鼻野3500番5 ㊦ 120台

### 津



### 中勢グリーンパーク

大型遊具や小さい子ども専用広場、広い芝生広場で思いっきり遊ぼう!

三角屋根が並ぶ大型複合遊具をはじめ、広い芝生広場でめいっぱい遊べる公園。3歳までの子どもたちの専用広場では、楽しく砂場遊びなどができる遊具が人気です。周囲がゲージで囲まれているのも安心。ハンモック型のブランコなど楽しい遊具がいっぱいあります。

遊具  
2018年  
春完成!

#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ 4カ所あり
- ◆ ベビーカーの通行 可  
遊歩道も芝生も平坦で通行しやすい
- ◆ オムツ替えシート 4カ所全ての多目的トイレにあり
- ◆ 休憩所 10カ所(うち芝生広場周辺に4カ所)の屋根付き休憩所あり



津市あつた5-757-1 ㊦ 441台

ジャンル別! 楽しい公園  
がいっぱい!

スリル満点!  
スライダーが  
人気の公園!

伊賀 上野南公園

展望デッキを登った先にあるのは、長〜いスライダー! 芝生の斜面を一気に駆け下りることができます。

伊賀市ゆめが丘7-13 回 155台



亀山 亀山公園・  
ますみ公園



2回転半しながら滑り降りるローラー滑り台は、距離、高さともに県下随一! 登り口からの眺めはなかなかのスリルがあります。高低差から生まれるスピード感にもドキドキ!

亀山市若山町4-7 回 約100台



ユニークな遊具・  
乗り物のある公園!



桑名

国営木曾三川公園カルチャービレッジ

木曾三川の守り神「龍神」を表した大きな複合遊具や、大きな波をイメージした「海の遊具」など、ユニークな発想の遊具が揃っています。

桑名市長島町西川地先 回 160台



鈴鹿 高岡山中央公園

なんといっても大きなピノキオがユニーク! 脇役の遊具も、他ではなかなかお目にかかれない珍しいものが揃っています。

鈴鹿市高岡台4-180-1 回 16台



桑名 播磨中央公園

ローラーコースターのある遊具広場で遊ぶ公園。4月~11月の期間中は、ボート池で白鳥やヘリコプターなどのかわいい形をした足漕ぎボートが楽しめます。

桑名市陽だまりの丘2-101 回 約91台(障がい者用4台)



4人乗り足漕ぎボートは4月~11月まで。回 150円(30分) 困 月曜 ボートは小学生以下の乗船の際、中学生以上の付き添いが必要

鳥羽 市民の森公園

公園のシンボルである大きな「ガリバー像」が目印! 他にもカラフルな複合遊具にはすべり台など楽しい遊びが満載です。ヤギやサル、クジャクなどが飼育されているミニ動物園も子どもたちに人気です。

鳥羽市大東町 2090-224 回 75台



ウサギや  
モルモットとの  
ふれあいが  
日曜日に開催!



どうぶつと  
ふれあえる公園



四日市 南部丘陵公園

北ゾーンと南ゾーンに分かれ、一日かけて楽しめる大きな公園。南ゾーンにある小動物園では、ヤギや鹿、クジャク、ウサギなどかわいい動物たちを見ることができます。また「見晴らしの丘」には何度も滑りたくなる子どもたちに人気の長さ30mのスライダーもあります。

四日市市木本町ほか 回 330台



# ジャンル別! 楽しい公園 がいっぱい!

水遊びの  
できる公園!



## 鈴鹿 弁天山公園

鈴鹿ハンター前の、買い物ついでに遊ぶ親子連れの姿も多い公園。小川も流れ、2つの噴水が涼しげな雰囲気を演出。小川の横の広場には直接地面から水が噴き上がる噴水もあります。小さな子どもも遊べる船をかたどった複合遊具も人気。

PICK UP DATA  
◆ トイレ・オムツ替え トイレあり  
◆ 休憩スペース 屋根付き休憩所あり  
◆ ベビーカーの通行 可  
鈴鹿市算所2-1224-1 ㊦ なし  
㊧ 鈴鹿市都市整備部市街地整備課  
☎ 059-382-9027



## 名張 比奈知ダム下流親水公園

雄大な比奈知ダムの自然に囲まれた緑がいっぱいの公園。せせらぎが流れる水路では、水の中を歩いたり、水中の生き物を捕まえたりなど、水遊びを楽しむことができます。せせらぎが流れ着く先にある広い池は、小さな子どもも遊べる深さで安心です。

※ホテル保護のため、柵の中には入らないようお願いします。



生き物探しも  
楽しい★

PICK UP DATA  
◆ トイレ・オムツ替え トイレあり  
◆ 休憩スペース 屋根付き休憩所あり  
◆ ベビーカーの通行 可  
アップダウンはあるが遊歩道は舗装されている



名張市上比奈知 ㊦ 43台 イベント時は増数  
㊧ 比奈知ダム管理所 ☎ 0595-68-7111  
<http://www.water.go.jp/kansai/kizugawa/index.htm>



噴き出す水に  
びっくり!

## 松阪 鈴の森公園

地面から水が噴き出す噴水が大人気! 高く噴き上がったたり小さくなったりと、いろいろなパターンで子どもたちを楽しませてくれます。天気が良ければ虹が見られることも! すぐ隣には遊具や広い芝生広場もあり、まだまだ遊び足りない子どもの気持ちも満たしてくれます。

PICK UP DATA  
◆ トイレ・オムツ替え 2ヵ所にトイレあり  
◆ 休憩スペース 各所にベンチ、屋根付き休憩所あり  
◆ ベビーカーの通行 可  
松阪市外五曲町1-1 ㊦ 400台 ㊧ 松阪市建設部土木課公園係 ☎ 0598-53-4167



キッズランドが  
リニューアルして  
新遊具も登場!

## 亀山 亀山サンシャインパーク

東名阪亀山PAに隣接し、一般道からも気軽に寄って遊べる公園。夏からは、水遊び場もオープンします。小さな子どもも遊べる浅いつくりなので安心。周囲は木陰になっているので、子どもを見守るママも涼しく過ごせるのがうれしいポイントです。



PICK UP DATA  
◆ トイレ・オムツ替え PA内にあり  
◆ 休憩スペース 各所に屋根付き休憩所あり  
◆ ベビーカーの通行 遊歩道は可



亀山市布気町801-1 ㊦ 4~10月 8:30~19:30 11~3月 8:30~18:30(水遊び場利用期間 7月1日~9月15日 9:00~17:00)  
㊧ 水遊び場は清掃のための休止あり ※電話またはHPにて確認  
㊦ 240台  
㊧ 公園管理事務所 ☎ 0595-83-0339 <http://kameyama-sp.com/>

子育てトーク

支援団体

遊び場

市町の子育て

子育て体験談

困った!

支援

子育てトーク

支援団体

遊び場

市町の子育て

子育て体験談

困った!

支援



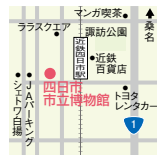
**四日市** きらめく満天の星空と  
昔の暮らしをリアルに体感できる!!

### 四日市市立博物館

子ども大人も楽しく学べる体感型博物館「四日市市立博物館」。5階にあるプラネタリウムでは、世界最多の星々を映し出し、これまでにない自然で豊かな星空を楽しむことができます。3階には昔の四日市の人々の生活をリアルに再現しており、親子で体感しながら楽しく館全体を回ることができます。併設の四日市公害と環境未来館もぜひ立ち寄ってみて。

#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ あり
- ◆ ベビーカーの通行 可
- ◆ オムツ替えシート あり
- ◆ 授乳スペース あり
- ◆ プラネタリウムに遮音室有



四日市市安島1丁目3-16 ☎ 059-355-2700  
 図 9:30~17:00(観覧会への入場は16:30まで) 図 月曜(祝日の場合は翌平日) 年末年始・館内整備のための臨時休館あり 図 館専用の駐車場なし。JAパーキングご利用の場合、2時間までの無料駐車券をお渡します。



子どもたちの好奇心を高めながら自然を  
学ぶことができる仕掛けがいっぱい!!

### 三重県総合博物館 MieMu

MieMuでは、三重の自然と歴史・文化の魅力を親子でたっぷりと感じることができます。特に「こども体験展示室」では、まるで海や森の中のような展示を探検気分遊びながら、興味のあることを楽しく学べます。絵本コーナーも充実しており、小さな子どもも安心です。

#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ 各トイレにはベビーチェアを設置した個室あり、3階のトイレに子ども用の便器あり
- ◆ ベビーカーの通行 可
- ◆ オムツ替えシート 3階のトイレにあり
- ◆ 授乳スペース 3階のトイレにあり
- ※ 調乳専用の浄水給湯器あり



津市一身田上津部田3060 ☎ 059-228-2283 図 交流創造エリア 9:00~19:00 展示エリア(基本展示室・企画展示室) 平日 9:00~17:00 土曜・日曜・祝日 9:00~19:00 図 基本展示 一般 510円 学生(大学生・専門学生) 300円 高校生以下 無料 ※「県民の日」記念事業の日 無料 図 月曜(祝日の場合はその翌日) 年末年始 図 約1500台 http://www.bunka.pref.mie.lg.jp/MieMu



**川越町** 地球を抱き込んだ建物にビックリ!!  
楽しく遊んでエネルギーについて学べる!!

### 川越電力館テラ46

遊びながらエネルギーや環境のことを知るテーマパーク仕立ての「川越電力館 テラ46」。地球46億年の歴史をたどる大迫力のバーチャル宇宙船「ワンダーマシン」やタッチペンを使って遊ぶ「ハイパーシアター」をはじめ、伊勢湾一帯を1600分の1で再現し、いろいろな遊具などが揃う「伊勢湾ジオランド」で楽しめます。日曜と祝日には、工作や実験のイベントなども開催しています。

#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ あり
- ◆ ベビーカーの通行 可
- 館内はエレベーターで移動できる
- ◆ オムツ替えシート
- ◆ 2、3、5階のトイレにあり
- ◆ 授乳スペース あり



三重郡川越町亀崎新田朝明87-1 ☎ 059-363-6565  
 図 9:00~16:30(入館は16:00まで)  
 図 無料 図 月曜(祝日の場合は翌日)、第3金曜 図 80台  
 http://www.chuden.co.jp/kawagoe-pr/



プラネタリウムやクライミングウォール、  
年齢に合わせて思いっきり遊べちゃう!

### 三重県立みえこどもの城

中部台運動公園の敷地内にある大型児童館「三重県立みえこどもの城」。季節のイベントや工作体験、360度スクリーンのプラネタリウム、「プレイランド」ではクライミングウォールをはじめ、すべり台付きの遊具など、体を動かして思いっきり楽しめる遊具がいっぱい! 雨でも関係なく体を使って遊べるのもうれしいポイントです。

#### PICK UP DATA

- ◆ トイレ あり
- ◆ ベビーカーの通行 可
- ◆ オムツ替えシート あり
- ◆ 休憩所 園内各所にあり



松阪市立野町1291 中部台運動公園内 ☎ 0598-23-7735  
 図 9:30~17:00 ※イベント等により変更する場合があります 図 入館無料  
 但し、参加されるコーナーやメニューによっては参加費が必要 図 月曜  
 (祝日の場合はその翌日) 臨時点検日・年末年始(12月29日~1月3日)  
 図 660台 http://www.mie-cc.or.jp/map/





子育てトーク  
支援団体  
遊び場  
市町の子育て  
子育て体験談  
困った！  
支援



三重のココが子育てにいい！

その3 県内市町に  
さまざまな  
子育て支援がある

みなさんのお住まいの市や町では  
どんな子育ての取組が行われているか  
知っていますか？  
ぜひチェックしてみてください。



「出前保育」は  
地域の人とふれあう機会に

桑名市では保育士等が地域の公園や公民館に向く「出前保育」を実施し、お母さん同士だけでなく地域の方と交流する機会となっています。また、中学生が赤ちゃんとふれあい、お母さん方から子育ての話を聞かせてもらう「わくわく子育て体験」や高校生が保育所で園児と1対1で交流する「わくわくコミュニケーション」を実施するなどさまざまな側面から支援に取り組んでいます。

こんなことに力を入れています！

ショッピングモール内の公設支援センターは県内初！  
イオンモール桑名内に子育て支援センターがオープン

2017年12月、イオンモール桑名に子育て支援センター「にこにこ」がオープンしました。日々の生活に密着したショッピングモール内という立地なので、誰もが気軽に立ち寄れるように土日祝日も開館しています。室内は乳児向けスペースと幼児向けスペースに分かれています。保育士が常駐し、相談スペースも設置していますので、子育てに関する悩みなどもお気軽にご相談ください。



場所：桑名市新西方1-22 イオンモール桑名2番街1階  
TEL:0594-25-3515  
時間：10:00～17:00  
休館：火曜 ※祝日の場合開館 翌日休  
年末年始(12月29日～1月3日)

12月16日のオープンから2週間足らずで利用者数が1000人を突破。今後は子育て講座なども開催していく予定です。

乳幼児だけでなく  
未就学児まで  
利用できます。

CHECK!

お母さん目線で編集「くわな子育てガイドブック」

子育て支援センターや地域の子育てサロンなど、親子でのお出かけ情報を詳しく紹介。子育て中のお母さん方も編集に加わり、利用者目線の意見を採り入れたガイドブックとなっています。  
【配布場所】桑名市役所子ども未来課、子育て支援センター、保健センター、地区市民センターなど



桑名市 保健福祉部 子ども未来課  
〒511-8601 桑名市中央町2-37 2階  
TEL 0594-24-1172 FAX 0594-24-1393 E-mail ksienm@city.kuwana.lg.jp  
http://www.city.kuwana.lg.jp





## 5カ所の子育て支援センターは“子育ての楽しさ”を実感できる場になっています

市内5カ所の子育て支援センターは保育園と同じ敷地内に設置。未就園児を持つお母さんが子どもと遊んだり、交流を深めたり、悩みを相談する場となっています。また、各センターでは園児と交流するイベントも実施。園児たちの姿を見て我が子の成長した姿を想像し、子育ての励みになったという声が聞かれます。

こんなことに力を入れています!

### 親子の読み聞かせのきっかけづくりも応援 地域の「子育て応援団」さんにもお手伝いいただいています

6ヶ月児を対象にした「ブックスタート」では、親子での読み聞かせのきっかけづくりとしておすすめの絵本をプレゼント。子育て支援センターでは“親子1組ごと”に絵本の読み聞かせも行っていきます。満1歳の誕生日には保育士が自宅を訪問。満2歳の誕生日には「ブックReスタート」で再度絵本をプレゼント。節目節目の交流を通して、子育て支援センターを中心に応援団さんと共に子育て家庭をサポートするための取組に力を入れています。

- つくしんぼ(藤原町・ふじわら保育園内)
- すこやかランド(北勢町・山郷保育園内)
- なかよしひろば(員弁町・員弁西保育園内)
- はっぴい・はあと(大安町・石博保育園内)
- 遊・友・YOUチャイルド(大安町・笠間保育園隣り)



専用カー「おでかけGo」におもちゃを積んで出発!



(※写真は遊・友・YOUチャイルド)

センター以外にも地区の公民館で「出前ひろば」を実施。親子だけでなく地域の方々の集いの場にもなっています。

### CHECK!

#### 妊娠から就学までの必要な情報が満載 「いなべ子育てガイドブック」

母子の健康や子育て支援、保育園に関する情報などを幅広く掲載。公園や花の名所も紹介したイラスト入りの「いなべ子育てマップ」も好評。

【配布場所】妊娠届け提出時に市役所で配布 1歳おめでとう訪問でも配布 HPからダウンロードできます。



いなべ市 健康子ども部 児童福祉課  
〒511-0292 いなべ市大安町大井田2705番地 1階  
TEL 0594-78-3519 FAX 0594-78-2678  
<http://www.city.inabe.mie.jp>



## 季節のイベントや“音楽療法”などユニークな内容の「子育てサロン」を実施

地域の繋がりが強く、“地域みんなで子育て”という意識が今も色濃く残っています。「こども相談・子育て支援センター」の「子育てサロン」では季節のイベントやお誕生会、親子クッキング、保育園訪問などを開催。「こんにちは赤ちゃん」事業では保健師がすべての赤ちゃん宅を訪問して木のおもちゃをプレゼントしています。

こんなことに力を入れています!

### 音楽療法士による人気のプログラム 遊びながら五感を刺激して発達を促進する「音楽療法」

「子育てサロン」の活動の中でも特徴的な内容となる「音楽療法」。ピアノの生演奏が流れる中、音楽療法士の先生がリズムに合わせて子どもたちの五感を刺激。楽器のおもちゃを隣りの子に順番に渡していくプログラムでは、集団生活に必要な協調性も育まれていきます。月1回、1年間を通して実施。最初はぐずっていた子どもも、参加を重ねる中で成長の歩みを見せてくれます。

**子育てサロン**  
場所: 桑名郡木曽岬町大字西対海地251番地  
TEL: 0567-68-6119  
時間: 平日(月～金曜) 午前8:30～12:00  
月曜のみ午後も開催  
対象: 0歳～未就園児



「音楽療法」は毎月1回(第3月曜)10:30～11:30開催。多い時は20組の親子が参加する人気のプログラムです。

0歳～2歳児たちが集中を切らすことなく楽しんでいます。

### CHECK!

#### 遊び場や病院、支援機関など子育てに必要な情報 「木曽岬町 親子支援マップ」を配布

赤ちゃんが生まれて2ヶ月以内に保健師が訪問。その際に、町内の公園や医療機関などの場所がわかる「親子支援マップ」を配布しています。近くにありながら気がつかなかった遊び場を知るきっかけにもなります。

【配布場所】「赤ちゃん訪問」時に配布



木曽岬町 福祉健康課 こども相談センター(保健センター内)  
〒498-8503 桑名郡木曽岬町大字西対海地251番地 1階  
TEL 0567-68-6119 FAX 0567-40-9029 E-mail [hokenshi@town.kisasaki.mie.jp](mailto:hokenshi@town.kisasaki.mie.jp)  
<http://www.town.kisasaki.lg.jp>



## 「16年一貫教育プラン」で、 継続した保育・教育を実現

この世に受け入れられているという「基本的信頼感」や自分は大切な存在だという「自己肯定感」、自分には得意なことがあるという「自己有能感」。この「3感」を大切に、「マイナス1歳」から15歳までの16年間、一貫して子どもたちの保育・教育に取り組んでいます。

こんなことに力を入れています!

ひとつの教室に幼稚園児も保育園児も

### 幼保完全一体化で、幼稚園児も保育園児も同じカリキュラムで学ぶ

町内6つの小学校区すべてに町立の幼稚園・保育園を「幼保一体型施設」として整備。幼稚園児と保育園児が同じ教室で過ごし、幼稚園・保育園双方の長所を活かした共通のカリキュラムで学んでいます。0歳時から中学校までを通してブックリストに上がった301冊の本を読破する「読書登山」といった独自のカリキュラムもあります。どの子どもも集団の中での教育に慣れることができるので、「小1プロブレム」にも対応。保護者の就労状況などに応じて、長期休業日の幼稚園・保育園の籍の移動も手軽に行えます。



体幹を鍛える「くまさん歩き」。  
幼稚園5歳児の保育料無料化、  
保育園5歳時の保育料減免も実施しています。

町内全国で  
共通の  
カリキュラムを  
実施して  
います。

小中学生が中心となって

### 「子どもの権利条例」を策定

町内の小中学生25名が「子ども委員」となって、2000人以上を対象にしたアンケートや話し合いを重ねながら、子どもが安心し、楽しんで暮らせるための「子どもの権利条例」を定めました。小学生低学年用から大人用まで3種類のパンフレット(※)を作成しています。

(※)【配布場所】小学校入学時に配布 東員町福祉部子ども家庭課で配布  
【条例】みんなと一歩ずつ未来に向かっていく東員町子どもの権利条例



CHECK!

東員町の魅力や子育ての  
取組を伝える

### 「こんにちは!東員町です。」

全14ページで町の魅力を紹介。「16年一貫教育プラン」の具体的な取組内容や子育て支援制度なども紹介しています。



## 育児中のリフレッシュやスマホ向けアプリなど さまざまな角度で子育てをサポート

2017年には旧小学校の施設を活用した「こども子育て交流プラザ」や病児保育室「チェリーケア」をオープン。2018年4月からは未就学児までを対象に医療費の「窓口負担無料化」を開始。そのほか、市独自の第2子以降子育てレスパイトケア事業や県下初の子育て支援アプリの配信を行うなど、子育て世代のニーズに合った取組を進めています。

こんなことに力を入れています!

育児中の“ちょっとリフレッシュしたい”を応援

### 第2子以降子育てレスパイトケア事業として一時保育の無料券を交付

仕事や病気、用事のある時などに利用されることの多い保育園の一時保育。四日市市では、第2子以降を出産後6ヶ月までの間、市内の認可保育園が実施する一時保育に上のお子さんを無料で預けることができるサービスを行っています(お一人2回まで)。一時保育は必要に迫られたときだけしか利用できないものではありません。子育て中のリフレッシュに役立てていただくことをめざして取り組んでいます。



レスパイトケアとは…乳幼児や障がい児、障がい者、高齢者などを在宅でケアしている家族に、一時的にケアを代替し、リフレッシュを図ってもらう家族支援サービス。

実施保育園:一時保育を実施している認可保育園17園  
時間:平日 8:30~16:30 土曜 8:30~12:00  
対象:満4ヶ月~就学前まで ※開始年齢は園によって異なります  
問 四日市市こども未来部 こども未来課 子育て支援係  
TEL:059-354-8069



通常1日3,000円前後の一時保育が2回まで無料で利用できます。担当の保育士がついてみてくれるので安心。園では保育園児と一緒に過ごすので、保育園生活の体験にもなります。

CHECK!

### 四日市の子育て情報をアプリでチェック!「よかプリコ」

スマートフォン向けに子育て支援アプリを配信。イベントや各種講座などの情報を受け取れるほか、子どもの生年月日や過去の接種履歴をもとに予防接種のスケジュール管理もできます。共有機能を利用すれば、日記形式の成長記録(写真も添付できます)などを家族で共有できます。

【配布場所】App Store (iPhone)、Google Play (Android) で配信中。



### 東員町福祉部 子ども家庭課

〒511-0295 員弁郡東員町山田1600 1階  
TEL 0594-86-2872 FAX 0594-86-2851  
E-mail kodomo@town.toin.lg.jp  
http://www.town.toin.lg.jp/

### 東員町教育委員会 学校教育課

〒511-0295 員弁郡東員町大字山田1700 1階  
TEL 0594-86-2815 FAX 0594-86-2854  
E-mail gakkyo@town.toin.lg.jp



### 四日市市 こども未来部 こども未来課

〒510-0085 四日市市諏訪町2番2号 四日市市総合会館 3階  
TEL 059-354-8038 FAX 059-354-8061 E-mail kodomomirai@city.yokkaichi.mie.jp  
http://www.city.yokkaichi.lg.jp/kosodate-enjoy





## 自らの経験を伝えてくれる 「子育てキーパーソン」が活躍中

子育て中の親子を対象にした全5回講座を2002年から開催。毎年20名程度の方が受講しています。卒業した方たちは「子育てキーパーソン」として小学校区単位の「子育てサロン」を企画・運営し、自らの経験を伝える立場としても活躍。先輩ママと新米ママが交流し、支え合う関係が築かれています。

こんなことに力を入れています!

### 木の香りに包まれた場所で、親子が存分に楽しめる空間 「菟野町北部子育て支援センター」がオープン

幼稚園を改装した子育て支援センターは、敷地を丸々利用しているだけあって広々とした空間が魅力。三重県産の檜や杉を使った室内は木の香りに包まれています。「プレイルーム」の大きなすべり台や赤ちゃんゲート、ままごとセットもすべて木製。午後には幼稚園帰りの子どもたちも親子で訪れて、木のぬくもりをたっぷり味わいながら楽しく過ごしています。



毎日20～30組の親子が来所。ベテランの保育士と保健師が常駐し、子育ての悩みや離乳食などの相談などにも対応しています。

本格的なログハウスは子どもたちの人気の遊び場所。

#### 菟野町北部子育て支援センター

場所：三重郡菟野町田光4293番地

TEL：059-396-0707

時間：月～土曜 9:00～16:00 ※日・祝・年末年始休館

対象：0歳～就学前の子どもと保護者 ※菟野町在住

CHECK!

### 子育て中のママたちがつくる子育て情報紙「こもっ子mama」

子育て情報紙「こもっ子mama」を年4回、手作りで季節発行しています。ママたちの生の声を収集し12年が過ぎました!身近な情報をきっかけに今まで以上に菟野町の良さを発見してもらい、子育ての楽しみに繋げてもらえる嬉しです。

菟野町社会福祉協議会HP <http://komonovc.sakura.ne.jp/syakyo/>

【配布場所】全戸配布、子育て支援センターや子ども家庭課などでも配布。



#### 菟野町 子ども家庭課

〒510-1292 三重郡菟野町大字潤田1250番地 1階  
TEL 059-391-1124 FAX 059-394-3423  
<http://www2.town.komono.mie.jp>



## 助産師による妊婦訪問や産後ケア訪問で 切れ目のない支援を実施

妊産婦一人ひとりにきめ細かい支援を行っていくために、従来から実施していたマタニティ教室に加えて、2016年度から助産師が無料で訪問する「妊婦訪問事業」や低料金で受けられる「産後ケア訪問」を実施。妊娠中～出産後のケアに力を入れています。

こんなことに力を入れています!

### 助産師やダンスインストラクターなど専門スタッフによる 「訪問ケア」+アフタービクスで途切れない産前産後ケア

無料の妊婦訪問では助産師が自宅へ伺い、妊娠中の健康管理や出産、育児に向けての相談に応じます。産後4ヶ月までは産後ケア訪問を実施。お母さんやお子さんの健康状態を確認しながら栄養指導なども行います。どちらも同じ「ふわり助産院」の水本助産師が担当し、産前産後をきめ細かく支援します。また、産後2ヶ月以降6ヶ月未満の親子を対象にしたアフタービクス教室を毎月1回、保健福祉センターで実施しています。(参加費無料。詳細は子育て健康課までお問い合わせください。)



子育てのストレス解消にも役立つアフタービクスを実施

妊婦訪問 利用料：無料(30分～1時間前後) 利用回数：1回

#### 産後ケア訪問

利用料：訪問1回(2～3時間)につき自己負担金1200円

利用回数：最大7回

訪問ケアを担当している「ふわり助産院」の水本助産師。



CHECK!

### 健診や教室の日程がひと目で分かる「朝日町健康カレンダー」

「朝日町健康カレンダー」は妊娠中～産後までに受ける健診やさまざまな教室の日程が一目で確認できます。【配布場所】朝日町健康カレンダー：朝日町役場 また子育て支援センターが発行している「にこにこ通信」では毎月の保育サービスやイベントを紹介。こころの相談員による子育て相談の日程も掲載しています。



#### 朝日町 子育て健康課

〒510-8522 三重郡朝日町大字小向893番地 1階  
TEL 059-377-5652 FAX059-377-2790 E-mail [kosodate@town.asahi.mie.jp](mailto:kosodate@town.asahi.mie.jp)  
<http://www2.town.asahi.mie.jp>



## 川越町

### 児童館では子育て中の家族と地域が つながる活動を盛んに行っています

人口は少ないものの、人口増加率や年少人口割合が高く、子育て世帯の占める割合が高い町です。子どもたちの遊び場となる児童館では、地域の人たちと協働して世代間や異年齢同士での交流を積極的に図っており、子育て中の家族と地域の繋がりが生まれています。

こんなことに力を入れています!

#### 民生委員・児童委員や地域の人たちと協働

#### 児童館では異年齢・多世代交流が図れる行事に取り組んでいます

##### つばめ児童館

子育て支援センターを併設。子育て支援センターでは子育ての不安や悩み相談、育児情報の提供を行っています。



つばめ児童館は、町外からの利用者も多く、賑やかな雰囲気のある場所です。毎日、お子さんと一緒に来館されたお母さん同士が楽しくお話をしたり遊んだりしています。小さなお子さんと、小学生や中学生のお兄さんやお姉さんとが一緒に遊んだり、地域の方が野菜作りや紙飛行機の作り方などを教えに来てくれたり、遊ぶだけでなくいろんな人との繋がりができる場所です。

場所: 三重郡川越町大字豊田一色235番地1  
TEL: 059-361-5636  
時間: 9:00~17:00(日曜、祝日、年末年始休館)

##### おひさま児童館

長期休暇期間にはスイーツデコレーション作りなどの体験ができるイベントも実施しています。

おひさま児童館は、小さなお子さんとお父さん・お母さん、家族がゆっくりと過ごせる雰囲気のある場所です。のびのびと遊べる大きな遊戯室と、親子で落ち着いて遊べる乳幼児スペースが特徴です。乳幼児スペースでは、同世代の子を持つお母さんたちが世間話や子育ての悩みなどを共有し、友だちを作っています。

場所: 三重郡川越町大字高松197番地1  
TEL: 059-361-1070  
時間: 9:00~17:00(日曜、祝日、年末年始休館)

CHECK!

#### 暮らしの場面に合わせて情報が探せるホームページ

児童館のイベント予定や活動の様子のほか、子育てに役立つ情報を掲載しています。  
【配布場所】 <http://www.town.kawagoe.mie.jp/index.php/kenkou/jidoufukushi/jidoukan/>



#### 川越町福祉課

〒510-8588 三重郡川越町大字豊田一色280番地 2階  
TEL 059-366-7116 FAX 059-365-5380 E-mail k-fukushi@town.kawagoe.mie.jp  
<http://www.town.kawagoe.mie.jp>



## 鈴鹿市

### 子育てに役立つ情報を タイムリーにお届け!

乳幼児をもつ親とその子どもを中心に気軽に集い、交流したり育児相談を受けたりできる場として、2カ所の子育て支援センターと8カ所の「つどいの広場」を開設。子育てに役立つ情報満載のサイト「きら鈴」や子育て応援ブック「すずこナビ」、毎月発行の情報紙「バンビーキッズ」や「りんりんだより」など、子育て情報の発信にも精力的に取り組んでいます。

こんなことに力を入れています!

#### パパやプレママ向けにも多彩なイベントを実施

#### 子育て支援センターの“到達点”を目指す「りんりん」

妊娠期の親を対象にした「初めてのマタニティ広場」では、沐浴体験や助産師によるイメージトレーニング「イメージリー」、「赤ちゃん広場」への参加などでプレママ・プレパパを支援。パパ向けには「お父さんも遊ぼうデー」を実施。親力アップのための育児セミナーやリトミック、ベビーサインの日も設けるなど、子育て支援センターの可能性を広げ続けています。

場所: 鈴鹿市御園町4135-124  
TEL: 059-372-3303  
時間: 9:30~16:30  
休館日: 日曜、月曜、祝日、毎月第2火曜、年末年始  
対象: 小学校入学までの子どもと保護者



育児セミナーの講師は、かつて「りんりん」を利用していたママたち。サポーターとして活躍してくれています。

「お父さんも遊ぼうデー」は参加者が増加中です。

CHECK!

#### カレンダー形式で今日のイベントが一目瞭然 子育て応援サイト「きら鈴」

保育園・幼稚園等の園庭開放や子育て支援センター・つどいの広場のイベントなど「お出かけスケジュール」がカレンダー形式でずらりと並び、イベント名をクリックすれば詳細もチェック。そのほか「お父さん出番ですよ」「いい場所みつけた」等でも子育ての情報を掲載しています。



<https://kira-rin.appspot.com/>



#### 鈴鹿市 子ども政策部 子ども政策課

〒513-8701 鈴鹿市神戸1丁目18番18号 本館11階・窓口番号115  
TEL 059-382-7661 FAX 059-382-9054 E-mail kodomoseisaku@city.suzuka.lg.jp  
<http://www.city.suzuka.lg.jp/>





## 「かめやまげんきっ子」育成事業で乳幼児の体づくりに注力!

運動能力が最も伸びると言われる乳幼児期は運動や食、生活リズムによる体づくりが重要。心身ともに健康な「かめやまげんきっ子」を育成する環境づくりの一環として、毎年5月に総合保健福祉センター2階で「かめやまげんきっ子フェスティバル」を開催。リズム遊びや親子で楽しめるゲームコーナーなど多彩な趣向で賑わいます。

こんなことに力を入れています!

子育て支援の拠点となる

### 子育て支援センター「あいあいっこ」「あすれっこ」を運営

総合保健福祉センター2階にある「あいあいっこ」は広々とした空間が魅力。赤ちゃん連れの親子も数多く訪れています。毎月第2土曜日には人との関わりが苦手な子どもと保護者の方がゆったりと過ごせる「すくすくらぶ」を開催。認定こども園アスレ内の「あすれっこ」では、月に2回程、リズム遊び、ふれあいあそび、運動、工作などを楽しむ「ぼっばくらぶ」を開催しています。



#### あいあいっこ

※第2土曜日のみ、12:00~開放

場所: 亀山市羽若町545 総合保健福祉センター「あいあい」2階  
TEL: 0595-84-3314  
開放日: 月~土曜 9:00~16:00  
休館日: 日曜・祝日・年末年始

#### あすれっこ

場所: 亀山市関町木崎786 認定こども園アスレ内  
TEL: 0595-96-0203  
開放日: 月~金曜 9:00~16:00  
休館日: 土曜・日曜・祝日・年末年始

「あいあいっこ」は土曜日も開館。子育ての心配や人間関係の悩みに対応する「子ども支援室」が隣りにあり、連携が取られています。

広々とした空間に多くの親子連れが集う「あいあいっこ」

### CHECK!

#### 「かめやま子育てガイドブック」

各種相談窓口の案内やショートステイ先など困ったときの情報も網羅しており、子育ての困り事に対応する内容の冊子となっています。

【配布場所】 子育て支援センター、子ども家庭室窓口で配布



## 母子健康手帳交付の際に丁寧に面談。妊娠時からのサポートを充実

市内10カ所の保健センターでは健康相談や赤ちゃん訪問、育児教室などを実施。中核的存在の中央保健センターと久居保健センターでは、1歳半・3歳児健診といった集団健診の他に妊婦教室「マニティー倶楽部」も開催。助産師や栄養士、歯科衛生士の指導を受けながら、お母さん方が妊娠時から交流を深める場にもなっています。

こんなことに力を入れています!

身体計測の日には180組の親子が来所。アクセスの良さも抜群

### 「久居保健センター」はぬくもりのある空間が魅力

ポルタひさい1階にある「久居保健センター」は2015年にオープン。三重県産の杉などをふんだんに使ったぬくもりの感じられる空間です。久居駅のすぐ近くとアクセスも良く、健診の際には市内各地から親子が訪れています。多くの妊婦さんと最初に出会う機会となる母子健康手帳の交付の際には、一人ひとりと時間をかけて丁寧に面談を行いながら、母子保健サービス等の紹介を行っています。津市では「つぼみん」と呼ばれる一般公募の母子保健推進員の活動にも力を入れており、保健センターと連携して妊婦訪問や第2子以降の赤ちゃん訪問を行ったり、子育てひろばを開催して、身近な相談役としてお母さん方を見守る存在となっています。



集団健診の際には問診、歯科健診、身体計測、衛生士の指導などをスムーズに受けられるよう利用者の「動線」に配慮したつくりになっています。

木のぬくもりに  
滴ちた温かみの  
ある空間が  
特徴的。

場所: 津市久居新町3006番地 ポルタひさい1階  
TEL: 059-255-8864  
時間: 8:30~17:15 ※土曜・日曜・祝日・年末年始休

### CHECK!

#### 120ページ以上、情報充実の母子健康手帳を交付

健診時だけでなく日々の成長の様子も詳細に記録できる仕様となっています。欄外の名言集も必読。医療費助成などの子育て支援の情報も網羅した「津市の子育てハンドブック」も手帳と同時に交付しています。

【配布場所】 母子健康手帳/保健センター 津市の子育てハンドブック/子ども支援課、保健センター、総合支所、津市図書館



#### 亀山市 健康福祉部 子ども総合センター 子ども家庭室

〒519-0164 亀山市羽若町545番地 1階  
TEL 0595-84-3315 FAX 0595-82-8180 E-mail kodomokatei@city.kameyama.mie.jp  
http://www.city.kameyama.mie.jp/



#### 津市 健康福祉部 子育て推進課

〒514-8611 津市西丸之内23番1号 1階  
TEL 059-229-3390 E-mail 229-3167@city.tsu.lg.jp  
http://www.info.city.tsu.mie.jp



# 松阪市

## 「健康センターはるる」がオープン。 松阪版ネウボラの拠点に!

2017年4月、春日町に「松阪市健康センター はるる」がオープンしました。妊娠期から出産、子育て期を途切れなくサポートする松阪版ネウボラの拠点となります。母子健康手帳発行時に担当保健師名を記載した「子育てナビ」を配布。就学前の時期まで身近な存在としてサポートにあたります。

こんなことに力を入れています!

コンシェルジュがお迎えする

### 「健康センターはるる」は、健診、子育て相談、遊び場として人気!

ガラス張りの明るくオープンな雰囲気が印象的な「健康センター はるる」。入り口で看護師の資格を持つ「はるるコンシェルジュ」がお迎えし、目的の場所へのご案内やご相談にも対応します。1階のおもちゃたっぷりの「キッズコーナー」は子どもたちのお気に入りの場所。2階の「すくすくスタジオ」では健診や子育て教室を開催。離乳食教室も人気のプログラムです。天気の良い日は屋上の「こどもの丘」を駆けまわる姿も。健診などの用事がないときでも気軽に遊びに訪れることができる場所です。



生後2か月の時期に参加する「新米ママ教室」も人気



1階は受付とキッズコーナー、2階が健診、相談、教室スペース、3階からは屋上に出て遊べます。1階の健康チェックコーナーで計測した血圧や体脂肪の数値を「はるるコンシェルジュ」に解説してもらうこともできます。はるる内に休日夜間応急診療所を隣接しています。

場所：松阪市春日町1丁目19番地  
TEL：0598-20-8087  
開館日時：月～金曜 8:30～17:15  
(土曜・日曜・祝日、年末年始を除く)

### CHECK!

#### 子育て支援の内容が1冊にまとめた「子育て応援情報」

妊娠中の教室や産後ケア事業の紹介、離乳食教室等の開催日程など、すぐに役立つ情報が満載。手元に置いてあれば安心できる1冊です。

【配布場所】松阪市健康センター はるる、嬉野保健センター、飯南ふれあいセンター、飯高地域振興局



#### 松阪市 健康づくり課

〒515-0078 松阪市春日町1丁目19番地 健康センターはるる 2階  
TEL 0598-20-8087 FAX 0598-26-0201 E-mail ken.div@city.matsusaka.mie.jp  
http://www.city.matsusaka.mie.jp



# 多気町

## 子育てに関する相談を専任スタッフが ワンストップ窓口で対応

生まれてから18歳までの子どもたちを継続して支援していく体制づくりに力を入れるために、2011年から庁舎を離れて独立した形で「子育て総合支援室」を開設。保健師や保育士、園長経験者、教育関係者など専門性の高いスタッフが連携して子育ての悩みに幅広く対応しています。

こんなことに力を入れています!

「たき児童館」で“子育てのプロ”が待っています

### “ワンストップ窓口”で子育ての悩みに対応する「子育て総合支援室」

子育ての悩み、どこへ相談すればいいのかすぐにはわからず、色々と情報を調べたり、電話をかけたりした経験はないでしょうか。多気町ではさまざまな子育ての悩みに1ヵ所に対応できる“ワンストップ窓口”として、たき児童館に「子育て総合支援室」を開設しています。保育士が常駐するとともに、あすなる学園で1年間研修を受け、「みえ発達障がいシステムアドバイザー」に認定されたスタッフや、曜日によって小学校教諭や保健師も相談業務を担当。月に3回、臨床心理士によるカウンセリングも対応するなど、子育てのプロに手軽に相談できる場となっています。



どこに相談していいかわからないときは、まずここへ。



子育てだけでなく家族間の悩み、DV、虐待まで幅広く対応。状況に応じて、専門機関との連携も図っていきます。  
場所：多気郡多気町四疋田594  
TEL：0598-38-7750  
時間：月～金曜 9:00～17:00  
休館：土曜、日曜、祝日、年末年始

### CHECK!

#### 子育て支援センターの活動予定はHPでチェックを

たき児童館の詳しい場所や子育て支援センターの毎月の活動予定はホームページでご紹介しています。ファミリーサポートセンターや相談サポートセンターのご案内も掲載しています。



#### 多気町 子育て総合支援室

〒519-2183 多気郡多気町四疋田594 1階  
TEL 0598-38-7750 FAX 0598-38-3387 E-mail kodomo@town.mie-taki.lg.jp  
http://www.town.taki.mie.jp





# 明和町

## 町内5カ所の子育て支援センターで 子育ての不安に向き合っています

5カ所の子育て支援センターでは、それぞれが特徴を持った取組で、子育て中の親子が楽しく過ごせる時間を提供しています。2017年には子育てモバイルサービス「めい姫の子育て応援ナビ」を開発。予防接種情報、子育て情報、明和町からのお知らせなど子育てに必要な情報が手軽に受けられるサービスを実施しています。

**こんなことに力を入れています!**

### 気軽に話せるベテラン保育士が常駐

### 実家に帰ってきた感覚で過ごせる64畳の「おひさまひろば」

保健福祉センター2階にある子育て支援センター「おひさまひろば」は、64畳の広いスペースが魅力。通路も遊べる場所となっており、ミニカーを走らせる子どもの姿も。「ミニ運動会」イベントも開催することができます。2歳児向けの「親子ふれあいヨガうさぎコース」も人気です。2名の経験豊富な保育士が常駐しており、あらためて相談をしなくても何気ない会話の中で子育てのヒントが得られています。月に1回、保健師による育児相談も実施。健康に関する悩みにもしっかり対応しています。



場所: 多気郡明和町馬之上944-5  
保健福祉センター2階(明和町役場隣接)  
TEL: 0596-52-7123(明和町 子育て課)  
時間: 9:00~12:00 / 13:00~15:00  
曜日不定期 週3回程度開催。

午前、午後ともに最後の15分間は読み聞かせタイム。お待ちかねの子どもたちは自ら赤いマットを運んで準備をします。

乳幼児でも安心して過ごせる場所となっています。

## CHECK!

### めい姫の子育て応援ナビが開発!

明和町の子育てに必要な情報をモバイルでチェックできる「めい姫の子育て応援ナビ」。自分の子どもに合わせた予防接種の日や検診、各種教室の日程などメールで知らせてくれる便利な機能もついています。利用には登録(無料)が必要です。携帯からアクセス! <http://meiwa-town.city-hc.jp/>



### 明和町 子育て課

〒515-0332 多気郡明和町大字馬之上945 2階  
TEL 0596-52-7123 FAX 0596-52-7133  
<http://www.town.meiwa.mie.jp>



# 大台町

## 子育て世代包括支援センターに社会福祉士が常駐。支援ネットワークを強化

妊娠から出産、子育て期までの身近なワンストップ相談窓口として、2017年4月から子育て世代包括支援センターを開設しました。保健師、助産師等に加えて社会福祉士も常駐し、各職種の専門性を活かして行政や専門機関と連携しながら、途切れなくサポートしていく体制を整えています。

**こんなことに力を入れています!**

### 成長への願いを込めて、3枚の木のお皿がヒノキの形に! 大台町産ヒノキを使用。特製の出産祝い品を贈呈

2017年度から、新生児の健やかな成長を願い、大台町産のヒノキを使用した出産祝い品の贈呈を開始しました。他にはない大台町オリジナルの品となります。お祝い品の内容は3枚の木の器とお名前入りの木のスプーンを組み合わせた離乳食にも最適な食器セットとなっています。3枚の器を組み合わせるとヒノキの形になるデザイン。すくすくと育てて欲しいという願いを込めて、生後2ヶ月頃に実施している乳児訪問の際にお渡ししています。



乳児訪問には保健師や助産師、保育士が伺い、身体計測や母乳の相談などを行っています。産後うつになりやすい時期でもあり、身体と心の状態のケアも大切にしています。

ヒノキの器は使っている間に味わいも出てきます。

## CHECK!

### 2017年11月、「子育てガイドブック」最新版を発行

特定不妊治療費の助成や県内だけでなく県外への里帰り時の妊婦健診の受診費用の補助、チャイルドシート購入費補助など、生まれる前から義務教育終了までの知っておくと役に立つ情報を網羅。

【配布場所】母子健康手帳公布時や転入された方などに配布



### 大台町 町民福祉課

〒519-2404 多気郡大台町佐原750番地 1階  
TEL 0598-82-3783 FAX 0598-82-2202 E-mail [odai-hukushi@odaitown.jp](mailto:odai-hukushi@odaitown.jp)  
<http://www.odaitown.jp>





# 伊勢市

## 「ママ安心サポートいせ」で 妊娠、出産、子育ての安心をサポート

伊勢市では妊娠期から出産、子育て期まで途切れのない支援を行うために「ママ安心サポートいせ」の取組に力を入れています。中央保健センターの「ママ☆ほっとテラス」では母子保健コーディネーターや助産師が中心になって、専門職の立場から、お母さん方の心配事や不安の解消のためのサポートをしています。

こんなことに力を入れています!

### 専門職による相談や「おっぱい相談会」、「おしゃべりタイム」を実施 気軽に立ち寄って専門的な相談もできる「ママ☆ほっとテラス」

2016年にオープンした「ママ☆ほっとテラス」は母子保健コーディネーター（保健師）や助産師による妊娠・出産・子育ての相談ができる拠点です。母子健康手帳交付の際には安心して出産、子育てに臨めるように時間を取って面談を行い、多様な支援サービスを紹介。出産後も途切れのない相談、支援を行います。

また、「子育て支援センターきらら館」では、保育サービスの利用や子どもの発達に関することなど子育て期のさまざまな悩みに「利用者支援専門員」が専門的立場から相談・助言等を行います。さらに、相談内容に応じて専門機関に繋ぐなど、二段構えの支援体制を整えています。

#### ママ☆ほっとテラス

場所：伊勢市八日市場町13番1号  
福祉健康センター2階 中央保健センター内  
TEL：0596-27-2435  
時間：月～金曜 9:00～17:00（土曜・日曜・祝日・年末年始休）



ママ☆ほっとテラスでは助産師による「おっぱい相談会」や、妊娠中、産後のお母さんの交流の場となる「おしゃべりタイム」も開催しています。



子育て支援センターきらら館は土日祝も開館。リズム遊びや親子ふれあいあそびなどの講座も開催しています。

子どもを遊ばせながら気軽に相談のできる「きらら館」。

#### 子育て支援センター「きらら館」

場所：伊勢市常盤2丁目4番40号  
TEL：0596-22-5592  
時間：火～日曜 9:00～16:00  
（月曜（祝日除く）・祝日の翌日・年末年始休）

### CHECK!

#### 伊勢の子育て情報が詰まった「子育てハンドブック」

健診案内や各種手帳、相談窓口、預かりサービスの案内から公園の情報まで掲載しています。  
【配布場所】母子健康手帳と一緒に配布。市役所こども課、子育て支援センター等でも配布。



#### 伊勢市 健康福祉部 こども課

〒516-8601 伊勢市岩淵1丁目7番29号 東庁舎2階  
TEL 0596-21-5561 FAX 0596-21-5555 E-mail kodomo@city.ise.mie.jp  
http://www.city.ise.mie.jp



# 鳥羽市

## 親子の遊び場、講座開催、相談支援など 子育てのことは「子育て支援センター」へ

池上町の「あおぞら保育所」にある「鳥羽市子育て支援センター」には、保育士が常駐する「あそびの広場 だっこ」があり、連日多くの親子が訪れています。季節の行事や多彩な内容の育児セミナーも開催。市内で子育てをするお母さんたちの交流の場、相談の場、子育ての知識を深める場となっています。

こんなことに力を入れています!

### 子育てを楽しむためのさまざまなセミナーの実施と 寄りそった相談支援で子育てを応援

鳥羽市子育て支援センターでは「とばっ子ハッピーセミナー」と銘打って、親子ヨガや絵本ライブといった親子で楽しめる講座や、おむつトレーニング、救命講座など子育てに必要な実用的な講座を実施しているほか、子育てのことなら何でも相談できる窓口を開設して、助産師や保育士が妊娠・出産から子育てまで幅広い専門的な相談に対応しています。そして、これらのサービスを広く利用してもらえるよう、市内各地に出向く「にここ広場」を行っています。センターの活動はボランティアの「子育て支援サポーター」の方たちにもご協力いただき、地域ぐるみで子育てを応援しています。

#### 鳥羽市子育て支援センター

場所：鳥羽市池上町9番24号（あおぞら保育所2階）  
TEL：0599-25-7225 時間：月～金曜 9:00～16:30



気軽に集える「あそびの広場だっこ」後方にいるのはとばっ子子育て応援キャラクター「ジュジュ」。

2017年度からは、パパの子育てを応援する「ハピサタ講座」を開催。パパも参加しやすい内容で、親子のふれあいやパパ同士の交流の場になっています。

### CHECK!

#### 実用的な情報満載の「とばっ子情報誌」を発行

子育て支援センターによる一時保育のご案内や防災豆知識、助産師からのアドバイスなど、幅広い内容を職員自ら編集して手作りで発信。3ヶ月に1度のペースで発行しています。  
【配布場所】鳥羽市子育て支援センターにて配布



#### 鳥羽市 健康福祉課 子育て支援室

〒517-0022 鳥羽市大明東町2-5 保健福祉センターひだまり 1階  
TEL 0599-25-1184 FAX 0599-37-7186 E-mail kosodate@city.toba.lg.jp  
http://www.city.toba.mie.jp





## 地域のふれあいが子どもを元気に！ 親も安心できるまちづくり

地域と家庭の関わりを密接にすることが、子育てしやすい環境を作ると考えています。ママたちが気軽に子育て支援センターを訪れられるようなイベントや保健センターの保健師による乳幼児健康相談を実施したり、未就園児の子どもたちも幼保園の園庭で自由に遊べる「園庭開放」の日を定期的に設け、幼保園という空間に慣れてもらうきっかけづくりをしています。

こんなことに力を入れています！

### ママ同士、子ども同士のつながりの場づくり 市内4つの子育て支援センター

2016年、新施設に替わった「磯部子育て支援センター」。すぐ近くで磯部幼保園の園児たちが過ごす様子も見られ、訪れたママに幼保園の雰囲気を知ってもらうこともできます。また、市内4つの子育て支援センターでは、他のセンターのイベント予定なども把握できるようにして、どこへ遊びに行っても楽しめる工夫をしています。

#### 磯部子育て支援センター

場所：志摩市磯部町恵利原1275 磯部幼保園2階  
TEL：0599-55-1741

時間：平日 9:00～12:00、13:00～15:00 ※土曜・日曜・祝日は休館

#### 志摩子育て支援センター

場所：志摩市志摩町和具660 志摩幼保園3階  
TEL：0599-85-0940

#### 浜島子育て支援センター

場所：志摩市浜島町浜島709 浜島幼保園内  
TEL：0599-53-0069

#### 子育て支援センターわくわくの森

場所：志摩市阿児町神明878-78 志摩総合ケアセンターシルバークア豊寿園内  
TEL：0599-44-1117



工作や歌・手遊びなどの楽しいイベントもやっています！

### CHECK!

### 子育て支援センターの情報や園庭開放の予定をお知らせ

市ホームページや市広報では、子育て支援センターの情報や予定、園庭開放の日程などをお知らせしています。各支援センターごとに作成している情報誌では、1か月のスケジュールなど、より詳細に情報を発信しています。

【子育て支援センター情報誌配布場所】各子育て支援センター、小児科、図書館など



#### 志摩市 健康福祉部

<https://www.city.shima.mie.jp/>

#### こども家庭課

〒517-0592 志摩市阿児町鶴方3098-22  
志摩市役所 1階  
TEL 0599-44-0282 FAX 0599-44-5260  
E-mail kodomokatei@city.shima.lg.jp

#### 健康推進課(保健センター)

〒517-0501 志摩市阿児町鶴方3098-1  
サンライフあご 3階  
TEL 0599-44-1100 FAX 0599-44-1102  
E-mail kenko@city.shima.lg.jp



## ワンストップの相談窓口で、マイ保健師が 妊娠・出産・子育てを一貫して支援

玉城町保健福祉会館に、保健師や保育士などが常駐する「子育て総合支援室」を設置。買い物ついでに気軽に立ち寄れる場所に相談窓口を置いています。同じ事務所に「地域包括支援室」もあり、妊娠・出産・子育ての時期だけでなく、更年期や高齢期も含めた「女性の一生を通じた支援」に取り組んでいます。

こんなことに力を入れています！

### 2017年4月、新制度がスタート！妊娠～出産～子育てを保健師が継続して支援 「マイ保健師制度」で「玉城町版ネウボラ」の実現を目指しています

妊娠から出産、子育てと、何かと困りごとの多くなる時期に、「誰に相談したらいいの」という悩みを感じるお母さん方も少なくありません。新たにスタートした「マイ保健師制度」では、3人の保健師が小学校区ごとに担当エリアを受け持ち、きめ細かい支援を行っていきます。お母さん方にとっては、妊娠から子育てまで常に同じ保健師が寄り添ってくれるので、さまざまな悩みを気軽に相談することができます。赤ちゃんが生まれたら、2～3週間後にマイ保健師が「おめでとうコール」をかけ、体調や精神面など産後のお悩みを抱えているようでしたらすぐに訪問し、お話を聞かせていただきます。



(左) 田丸地区担当  
(中) 有田地区担当  
(右) 外城田・下外城田地区担当

似顔絵付きの「すくすくプラン」をお渡ししています。

### CHECK!

#### 子育て中のママたちが自ら編集に参加

#### “生”の子育て情報を発信する「たまきっこ」

町内で子育て中のママたちが自らの実体験を元に記事を作成。どんぐりスポットなど遊び場情報や町内のイベント、オススメレシピ、健康法など子育てに役立つオリジナル情報が載っています。町の子育て支援事業の案内も掲載。年10回発行。

【配布場所】Aコープ、グッディ、篠塚小児科、町内各保育所、玉城町保健福祉会館 他



#### 玉城町 生活福祉課

〒519-0433 度会郡玉城町勝田4876-1 玉城町保健福祉会館 1階  
TEL 0596-58-8000 FAX 0596-58-8688 E-mail hoken@town.tamaki.lg.jp  
<https://kizuna.town.tamaki.mie.jp/>





## 「保育園待機児童ゼロで 子育て支援体制を強化中！」

共働き家庭の増加に伴い、町内保育所の施設改修を進め、0歳児の受け入れも可能にできるよう取り組んでいます。子育て支援センターではさまざまな活動を行っているほか、母子ともに健やかに生活できる支援をしています。

**こんなことに力を入れています!**

町内外からも親子が訪れています!

### 親子みんなが家族のような雰囲気ですぐ子育て支援センター

自由に遊べる場として開放し、中にはお弁当を持って一日過ごしていく親子も。遊びのサークル活動「遊・友・YOUくらぶ」では、1歳児と2歳児のグループに分かれ、親子でさまざまな遊びの会を楽しみます。他にも託児付きの「お母さんのリフレッシュ講座」を開催するなど、ママたちの気分転換の場づくりも行っています。



度会町のみでなく、他地域の親子も気軽に遊びに行けます!

#### 度会町子育て支援センター

場所: 度会郡度会町棚橋1453-2

TEL: 0596-63-0070

時間: 月~金曜 9:30~15:30 対象: 0歳~定めなし

月に一度の「遊・友・YOUくらぶ」では、リズム遊びやゲーム、季節の行事などを行っています。

**CHECK!**

### 子育て支援センターが毎月1回発行 「わたっこ通信」

度会町子育て支援センターが毎月発行する「わたっこ通信」。センターの催しの予定や子育てに役立つコラムなどを掲載し、遊びに来てくれた親子に配布しています。

【配布場所】度会町子育て支援センター



#### 度会町 住民生活課

〒516-2195 度会郡度会町棚橋1215-1 1階  
TEL 0596-62-2413 FAX 0596-62-1138  
<http://www.town.watarai.lg.jp/>



## 「子育て支援補助金」など 子育て家庭にやさしい制度が充実!

エンゼル手当をはじめ子どもの成長に合わせた子育て支援補助金が子育て家庭を応援します。子育ての悩みなどの相談が気軽にできる子育て支援センターや19時まで開所する放課後児童クラブを設置するなど、子育て家庭にやさしいまちづくりをめざしています。

**こんなことに力を入れています!**

子どもが誕生するごとにうれしいお祝い手当が!  
子どもは町の宝! 「子育て支援補助金」

#### ●エンゼル手当

子ども誕生時に  
第1・2子は10万円  
第3子は30万円  
第4子は50万円  
第5子にはなんと100万円を交付!  
そのほかにも、中学校を卒業するまでは  
毎年誕生日に2万円、中学校卒業時に  
5万円を交付しています。

エンゼル手当(3人目以降)は町長から直接手渡されます!!



#### ●エンゼル2補助金

保育料(給食費相当分)や小・中学校の給食費の補助をしています。

#### ●エンゼル3補助金

高校生等の通学・下宿費等の補助をしています。

#### ●エンゼル4補助金

ひとり親家庭の放課後児童クラブ利用料の補助をしています。

#### ●ペアーズ助成金

子どもの医療費は高校3年生まで無料で受診できます。

ほかにもインフルエンザの予防接種費用の補助など子育て家庭の負担を軽くする支援が盛りだくさんです。



**CHECK!**

出産・子育て・入園入学…  
ライフシーン別に情報を検索できます!



<http://www.town.taiki.mie.jp/child>

#### 大紀町 健康福祉課

〒519-2703 度会郡大紀町滝原1610-1 1階  
TEL 0598-86-2216 FAX 0598-86-3276 E-mail kek@town.mie-taiki.lg.jp  
<http://www.town.taiki.mie.jp/>



## 南伊勢町

### 子育て支援センターをはじめ、働くママやパパのバックアップもうれしい!

地域みんなで子育てをサポートしようと、子育て支援センターをはじめ子育て支援に関わる団体や人材を結ぶネットワークづくりに力をいれる南伊勢町。待機児童ゼロ。9ヶ月以上の児童を受け入れる低年齢児保育サービス、19時までの長時間保育サービスを行い、働きながらの子育てをバックアップしています。

こんなことに力を入れています!

#### 毎月イベントが盛りだくさん! 地域で子育てを見守る 子育て支援センター

旧中学校の道場だったという子育て支援センター。子どもたち用に改装された遊びスペースは広々としており、のびのびと遊ぶことができます。毎月たくさんのイベントも開催され、図書館のスタッフが出張で絵本の読み聞かせや絵本の貸し出しを行ったり、親子でスキンシップを楽しみながら身体を動かす「すくすく教室」などで賑わっています。センターに訪れたママだけでなく、町の子育て世代の家庭を毎月訪問し、困りごとはないかを聞いたり、地域で見守る子育てに力を入れています。



南伊勢町子育て支援センター

場所: 度会郡南伊勢町船越1827-1  
TEL: 0599-66-0015

南伊勢町子育てサロン

場所: 度会郡南伊勢町小方電20(さくら保育園内)  
TEL: 0596-76-0076

他にも、  
英語であそぼう!  
離乳食教室など  
さまざまなイベント  
を開催!

#### CHECK!

#### 毎月発行! 手作りの子育て情報誌 にこにこひろば

子育て支援センターのスタッフが毎月手作りで制作している情報誌。センターやサロンのイベント情報、季節ごとに気をつけることなどがわかりやすく書かれ、毎月発行を楽しみにしているママも多くいます。

【配布場所】子育て支援センター、家庭訪問に手渡ししている



#### 南伊勢町 福祉課

〒516-0101 度会郡南伊勢町五ヶ所浦3057 1階  
TEL 0599-66-1114 FAX 0599-66-1113 E-mail hukushi@town.minamiise.lg.jp  
http://www.town.minamiise.mie.jp/



## 伊賀市

### 幼児の体力向上実践プログラム「にんにんタイム」を導入

幼児の「からだそだて」事業に取り組んでいる伊賀市では、体力向上実践プログラムとして、市内すべての保育所・保育園で「にんにんタイム」を実施しています。忍術の名前の付いたプログラムなど、伊賀市ならではの取り組みとなっています。また、出会いから妊娠、出産、育児まで切れ目のない支援体制の構築も進めています。

こんなことに力を入れています!

#### 毎月2回、上野南公園を舞台にさまざまな趣向で開催 外遊びを楽しむ「にんにんパーク」に元気っ子が集合

2016年度から毎月第2・第4日曜日、ゆめが丘の上野南公園で子育て相談広場「にんにんパーク」を開催。子育て中の親子が自然の中でふれあいながら、“走る”“投げる”“跳ぶ”など身体を使って遊べる場となっています。ダンボールスライダーを作って芝すべりを楽しんだり、手裏剣や刀を作って走り回ったりと、工作体験も充実。年間を通じて多彩なプログラムを実施しています。保育士2名が担当しており、この機会に遊びの幅を広げることができるのも魅力。保育士は子育ての相談にも応じています。

場所: 上野南公園 伊賀市ゆめが丘7-13  
TEL: 0595-22-9665(子育て包括支援センター)  
時間: 第2・第4日曜 9:00~15:00  
対象: 子育て中の親子 ※年齢不問



幼児用  
忍者衣装で  
忍者に変身して  
楽しめます。  
※1着 500円

11月4日曜には「にんにん音楽祭」を開催。伊賀市職員などのメンバーによる屋外コンサートで盛り上がります。ハロウィンや風づくりなど季節ごとのイベントも実施しています。

#### CHECK!

#### 健診や離乳食教室、乳幼児相談などの情報もチェック 子育て特設サイト「伊賀流 未来応援の術」を開設

子育ての相談窓口や支援内容など困ったときのお役立ち情報を網羅。新着情報でお出かけ先をチェックするのにオススメです。



https://www.city.iga.lg.jp/igakids/



#### 伊賀市 健康福祉部 こども未来課

〒518-8501 伊賀市上野丸之内116 中2階  
TEL 0595-22-9677 FAX 0595-22-9646 E-mail kodomo@city.iga.lg.jp  
http://www.city.iga.lg.jp





# 名張市

## 全国初の「妊婦応援都市」を宣言。 子育て支援を強化しています

妊娠、出産から育児まで一貫した支援を行う「名張版ネウボラ」に県内でいち早く取り組んできた名張市では、2017年12月に全国で初となる「妊婦応援都市」を宣言。「こそだてサポーター」の養成に取り組むなど、子どもを産み、育てやすい環境づくりにいっそう力を入れて取り組んでいます。

こんなことに力を入れています!

### 名張市独自の取組として市内全15地域に開設 「名張版ネウボラ」の拠点となる「まちの保健室」

子どもから高齢者まで誰もが気軽に訪れることのできる場所として、市内15カ所に開設されている「まちの保健室」は、切れ目ない子育て支援に取り組む「名張版ネウボラ」の重要な拠点となっています。市内15地域に看護師や介護福祉士などが配置され、子育て、福祉、健康づくりなど、何でも気軽に話せる身近なワンストップ相談窓口です。専門機関へ繋ぐ役割も果たしています。各地域には親子で気軽に遊べる「子育て広場」が展開されており、こうした住民の地域づくり活動とも連携しています。

時間：月～金曜 9:00～17:00  
休館：土曜・日曜・祝日 年末年始



「まちの保健室」は各地域の市民センターなどに設置。気軽に立ち寄ることができます。赤ちゃんの計測も行っています。



まちの保健室MAP



子育て広場MAP

地域と連携しながら子育て支援に取り組んでいます。

### こそだてサポーターを養成して 妊産婦の支援を強化 「妊婦応援都市宣言」

宣言では、「市民一人ひとりが命の絆を紡ぐ大切な役割に気づき、妊産婦や子どもに寄り添うことが大切」と訴えています。具体的な取り組みとして、新たに「こそだてサポーター」養成講座を実施。受講者にはシンボルグッズのホワイトリングが渡されます。



### CHECK! 名張市 子育てガイド

【配布場所】  
赤ちゃん訪問で配布。  
市のホームページでダウンロード可能です。



名張市 福祉子ども部 健康・子育て支援室(子育て世代包括支援センター)  
〒518-0492 名張市鴻之台1番町1番地 名張市役所1階9番窓口  
TEL 0595-63-6970 FAX 0595-63-4629 E-mail health@city.nabari.mie.jp  
http://www.city.nabari.lg.jp/



# 尾鷲市

## 「おせっかい」でお接待 地域で子育ての伝統を受け継いで

古くから漁業と林業が栄えている尾鷲市。今も古き良き近所のコミュニティが残っており、地域の深いつながりを活かした「子育てしたい、しやすいまちづくり」をめざしています。尾鷲市の魅力である「おせっかい」を活かした子育てを見守る「おせっかい隊」が活躍し、地域全体で子育てを応援しているのも魅力のひとつです。

こんなことに力を入れています!

### 「ほっとする」「気持ちが楽になる」とママから人気! 尾鷲市のママたちのリフレッシュの場に!

保育園に併設し、月～金曜日に開所している子育て支援センター「ちびっこひろば」。保育士を中心としたスタッフが、子育て相談を行ったり親子が交流できる場を提供して育児を頑張っているお母さんたちを応援し、気軽に子育てが楽しめるようにサポートしています。参加者がグループに分かれる「グループデー」では、プール遊びやシャボン玉遊び、お散歩、七夕飾りづくり、おひなさまづくりなど季節に合った遊びや制作をしています。「仲よしデー」ではグループに関係なく、同じ年齢の子どもたちが一緒に遊んで交流したり、月一回の「親子教室」では、地域のボランティアによる絵本の読み聞かせやバイオリンコンサート、熊野古道センターへのお出かけ、クリスマス会やちびっこまつりなどを実施し、地域の方たちと交流しながら楽しく遊べる場にもなっています。



転入のママたちも入りやすいようにと「グループデー」などのイベントがうれしい!

子育て支援センター  
「ちびっこひろば」  
場所：尾鷲市宮ノ上町8-1  
尾鷲第二保育園内  
TEL：0597-23-2600



### CHECK! 尾鷲わんぱく子育てガイド

尾鷲市の子育て情報がひと目でわかるサイト。妊娠時期から出産、子育てのことまで各段階ごとに役立つイベントや制度などがわかりやすく掲載されています。  
http://www.city.owase.lg.jp/public/kosodate/top.cgi



尾鷲市 福祉保健課  
〒519-3696 尾鷲市中央町10番43号 1階  
TEL 0597-23-8201 FAX 0597-23-8204 E-mail hukusi@city.owase.lg.jp  
http://www.city.owase.lg.jp/index.php?g



# 紀北町

## 結婚から妊娠・出産・子育てまで 身近なところでサポート

地域や社会が子を持つ親の子育てに対する負担や不安、孤独感を和らげることを通じて、親が自己肯定感を持ちながら子どもと向き合える環境を整えています。また親子としての成長も支援し、子育てや子どもの成長に喜びや生きがいを感じることができるような支援をめざしています。

こんなことに力を入れています!

### みかん狩りや魚料理体験など紀北ならではの親子体験も! 子育て支援センター

親が気軽に  
子育て相談が  
できる場所にも  
なっています!

小児科や保育園の3カ所に子育て家庭をサポートするための専任の職員を配置し、子育て支援センターを設置。保育士による親子遊びを中心に、さまざまな体験を通し、子育て仲間のネットワークを広げるお手伝いをしています。かとう小児科内の「ぞうさん」では、イチゴ狩りや、みかん狩りなど季節の自然体験をはじめ、親子クッキングでは「お魚がさばけるように」と魚料理に挑戦したりと、漁業が盛んな町ならではの体験も行っています。



#### ぞうさん(かとう小児科)

場所:北牟婁郡紀北町東長島592番地  
TEL:0597-47-3352

#### まんぼう(ひかり保育園内)

場所:北牟婁郡紀北町長島1226番地  
TEL:0597-47-0953

#### ひまわり(相賀幼児園内)

場所:北牟婁郡紀北町相賀878番地  
TEL:090-5615-5885

### CHECK!

#### 紀北町の結婚から妊娠・出産・子育ての情報をいち早くお届け! 「きほくファミラボ」

結婚・妊娠・出産・子育てを応援するサイト「きほくファミラボ」では、紀北町の子育てに関する情報をいち早く発信し、婚活イベントから、産後の過ごし方や子育て教室、小児科の情報まで幅広く網羅しています。  
URL <http://kihoku-familabo.jp/>



#### 紀北町 福祉保健課

〒519-3292 北牟婁郡紀北町東長島769番地1 紀北町役場 1階  
TEL 0597-46-3122 FAX 0597-47-5903 E-mail [fukushi@town.mie-kihoku.lg.jp](mailto:fukushi@town.mie-kihoku.lg.jp)  
<http://kihoku-familabo.jp/>



# 熊野市

## さまざまな面から親子に寄り添う 手厚いサポート体制がうれしい

子どもの成長に合わせて、保健・教育・福祉の面から途切れない支援を行う「こども発達支援室」をはじめ、保育所・幼稚園の3歳児以上の保育料の無料化や、高校生まで医療費の助成を行うなど、さまざまな面から親子に寄り添い、子育てをサポートしています。2017年からは家庭的保育室「こぐま」がスタートしました。

こんなことに力を入れています!

### 働くママも安心!新しい保育のカタチがスタート! 家庭的保育室「こぐま」

広い保育室、  
庭には砂場、屋根  
つきのウッドデッキも  
あるので雨の日も  
たっぷり遊ぶこと  
ができます。

保育所の待機児童のために2017年に開設された家庭的保育室「こぐま」。みかん畑の前にある一軒家をまるごと改装した保育室は、さまざまな年齢の子どもたちがまるでお家で過ごしているかのように、のびのびと過ごせます。定員5名に保育者が3名。「できるだけ家庭に近い環境で、ひとりひとりの発達状況や興味、体調管理などきめ細かく対応しています。1対1でお散歩に出かけたりもしますよ」と一人ひとりに密着した愛情たっぷりの保育が保護者からも好評です。その他、お片づけや生活習慣なども身につくようサポートしてくれています。



#### 家庭的保育室「こぐま」

場所:熊野市久生屋町163-2

TEL:0597-89-5633

開室時間:月~金曜 7:50~17:00 土曜 8:00~13:00

対象:生後57日から3歳児未満の乳幼児 定員:5名

### CHECK!

#### 熊野市の支援情報がこれ一冊に! くまの子育てハンドブック

妊娠中から子どもが大人になるまでの熊野市の子育てに関するサポートがわかりやすくまとめられた一冊。カラーでインデックスもついており、わかりやすくまとめられています。

【配布場所】健康・長寿課(母子手帳配布時)、市民保険課(転入時)、市のホームページからもダウンロードできます。



#### 熊野市 福祉事務所 児童福祉係

〒519-4392 熊野市井戸町796 1階  
TEL 0597-89-4111 FAX 0597-89-3304 E-mail [jidou-en@city.kumano.mie.jp](mailto:jidou-en@city.kumano.mie.jp)  
<http://www.city.kumano.mie.jp/>



# 御浜町



## 妊娠から出産、子育て支援を一元化した 子ども家庭室で本格的な発達相談を実施

2016年度から新設された「子ども家庭室」では子育てに関する相談や対応の窓口を一元化し、出産から育児まで切れ目のないサポートを行っています。臨床心理士による発達相談も毎週水曜日に実施しています。また、志原保育所併設の子育て支援室「おひさま」には保育士が常駐し、未就園の親子の相談や交流の場となっています。

こんなことに力を入れています!

### 臨床心理士による発達相談を 毎週水曜日に実施

「言葉が出ない」「かんしゃくなど困った行動を起こす」「親としてどう対応すればいいのかわからない」……お子さんの発達に関してさまざまな悩みを持つ方が多いという声を受けて、2017年6月から週1回、発達相談を行っています。相談に対応するのは臨床心理士の松本将平さん。三重県の小中学校のスクールカウンセラーを務めており、子どもの発達に関する専門的立場からの確かな指導を行っています。保育園ともしっかり連携を取っており、園の先生方と共同で対応にあたります。また、「ペアレント・トレーニング」の専門家でもあり、子どもの行動に影響を与える親としての関わり方についても一緒に考え、指導させていただきます。

※相談は守秘義務が順守され、来所履歴や相談内容が外部に伝わることはありません。



1回の相談は最大50分。継続での相談も対応しています。

#### 子ども家庭室 発達相談

場所：南牟婁郡御浜町大字阿田和6120-1

御浜町役場内相談室

TEL:05979-3-0508

時間：水曜 9:00～16:00(事前予約制)

### CHECK!

#### 子育てに必要な情報を集約した「子育て支援ガイド」

子育て支援室「おひさま」での育児相談、一時預かりのご案内や、町の実施している離乳食教室、幼児教室の詳細など、日々の子育てに役立つ情報を紹介しています。

【配布場所】御浜町役場 健康福祉課、子育て支援室「おひさま」などで配布



#### 御浜町 健康福祉課 子ども家庭室

〒519-5292 南牟婁郡御浜町大字阿田和6120番地1 1階  
TEL 05979-3-0508 FAX 05979-2-3502 E-mail m-kenkou@town.mihama.mie.jp  
http://www.town.mihama.mie.jp



# 紀宝町



## 子育て世代包括支援センターを開設。 妊娠期～生後2ヶ月の支援を強化

2017年4月から稼働している子育て世代包括支援センターでは、2名の保健師が専任スタッフとして常駐し、母子保健事業の強化を図っています。これまで支援が途切れがちだった妊娠期から生後2ヶ月頃までの期間の支援を強化し、妊娠期から子育て期にわたるまで切れ目なく、きめ細かな支援を提供しています。

こんなことに力を入れています!

### 妊娠から出産、育児。先を見通せない不安に寄り添う 保健師が妊婦さんと丁寧に面談し、「子育てケアプラン」を作成

子育て世代包括支援センターの開設とともに新たにスタートしたのが「子育てケアプラン」の作成です。母子手帳交付の際に保健師がすべての妊婦さんと30分ほど、場合によっては1時間以上面談し、妊娠期～生後2ヶ月頃までのセルフケアやご家族の協力、町のサポート内容などをまとめて作成します。妊娠初期でなかなか先を見通せない妊婦さんの漠然とした不安を解消するとともに、一人ひとりのニーズに応じた情報提供と必要なサービスに繋げる役割も担います。担当の保健師は妊娠8ヶ月頃に個別訪問も行いながら寄り添っていきます。

#### 子育て世代包括支援センター

南牟婁郡紀宝町神内277番地2 紀宝町保健センター内

TEL:0735-32-4388

時間：平日(月～金曜) 8:30～17:15



専用の相談室でじっくりとお話を聞かせていただきます。

すべての妊婦さんに対して、8ヶ月頃には保健師がご自宅を訪問。生後2週目には電話で産後の相談に応じています。

### CHECK!

#### 各種支援情報を網羅した「子育てガイドブック」

町の行っている各種支援事業の内容に加えて、児童発達支援センターや相談窓口などの情報も掲載。項目ごとにわかりやすくまとめられています。

【配布場所】役場福祉課 保健センターにて配布



#### 紀宝町 健康づくり推進課

〒519-5712 南牟婁郡紀宝町神内277番地2 紀宝町保健センター内 1階  
TEL 0735-32-3700 FAX 0735-32-3701  
http://www.town.kiho.lg.jp



# こころとからだを育む秘訣とは!?

～子どもの豊かな育ちを願って～

子育てに正解はありませんが、子どもが「生き抜いていく力」を身につけ、豊かに育つために、家庭で大切にしていきたいことがあります。ここでは、県が作成した「みえ家庭教育応援リーフレット」の中から、特に大切なポイントをご紹介します。

ポイント  
その1

## 子どもの育ちの「順序やバランス」



子どもの発達には、順序やバランスがあります。まるで木が大きく成長し、花を咲かせるため、しっかりと根や幹を育てるように、段階を踏みながら、「こころ」と「からだ」の土台を着実に身につけていきます。

抱っこしたり甘えさせたりして、安心感の中で自分が大切にされている気持ち(自己肯定感)を感じ取り、3歳頃までに、基本的な生活習慣や他者との関わりを身につけていきます。

言葉や数を覚えたり、遊びを通して他者との関わりや動きが活発になります

様々な経験や人とのつながりの中で、考えたり判断をしたり、複雑な動きをするなど、高度な力を身につけます

信頼感

好奇心

自立

協調性

積極性

社会性

0歳

1歳

3歳

6歳

10歳

「寝る、食べる、遊ぶ」などは、「こころ」と「からだ」の土台を築く上で、とても大切です。

「遊ぶ」「ふれあい」「経験」の中で刺激を受け、感性やからだのさまざまな機能が発達します

ポイント  
その2

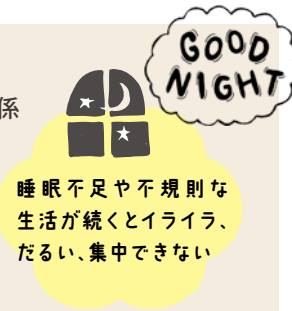
## 子どもの育ちに大切なのは「寝る、食べる、遊ぶ」

子どもの育ちに大切なのは、特別なことではなく、「寝る」、「食べる」、「遊ぶ」。特に、生活習慣づくりは、子どもだけでなく、大人にとっても大切なことです。「大人が変われば、子どもも変わる!」、まずはご自身の生活を見直してみることからはじめてみませんか。

### ●生活リズムに大切な睡眠

人の成長に大切なホルモンの分泌には、生活リズムが関係します。特に大切なのが早寝早起きと十分な睡眠時間。

目が朝の光を感じるとセロトニン(脳内物質)が分泌され、体と脳を目覚めさせ、こころのバランスを整えます。昼間に体を動かしセロトニンが多く分泌されると、夜にはメラトニン(脳内物質)がたっぷり分泌され、ぐっすり眠ることができます。



睡眠不足や不規則な生活が続くとイライラ、だるい、集中できない

### ●朝ごはんは大切なエネルギー

朝起きたときは体も脳もエネルギーが不足した状態です。よく噛んで食べることで体と脳がめざまめます。

脳のエネルギーはブドウ糖(ご飯やパンなどの炭水化物が分解されてできる栄養素)

ステップ1 //

ステップ2 //

ステップ3 //

主食



ごはんはふりかけやつくだいをのせて

主食+1品



プラスする1品の例  
みそ汁、納豆、卵やきなど

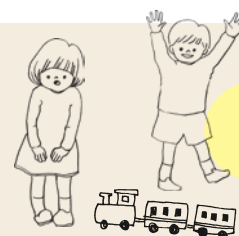
主食+2品



プラスするもう1品の例  
くだものやヨーグルトなど

### ●しっかり遊ぼう!

子どもは遊びを通して知識を得て創造性を発揮し、運動機能を高めるとともに、他者との関わりの中で、コミュニケーションや社会性などを学びます。



規則正しい生活リズムのためにも、昼間は思いっきり体を動かして遊ぶことが大事!

このほかにも、みえ家庭教育応援リーフレットでは、子どもとの関わりの中で大切にしていきたいことや家庭での取組のヒントとなる情報などを掲載しています。インターネットからも見ることができます。

みえ家庭教育応援リーフレット

検索 🔍





## 先輩ママの子育て体験談

# たべる

どんなふうにしてる？

子育てのお悩みに、先輩ママたちが体験談で答えてくれました！

子育ての正解は1つではない！ぜひいろいろな意見を参考にしてみてくださいね！



ご飯(おかずも)を噛まずに飲み込みます。小さいままでは離乳食を卒業出来ないし、大きくするとえずくか吐き出して、手でぐちゃぐちゃにして遊び出します。何かいい方法があればおしえてください。

【1歳の子どものママ】



こんなふうにしてみました！

とにかく、食べるときに「もぐもぐ、かみかみ」と言い続けること、一回でも噛んだら「もぐもぐできたね」や、「上手だね」と大げさにほめるということをやりました。オムレツ(卵をレンジでチンして膨らませたもの)を食べさせるようになった頃からよく噛むようになりました。柔らかくて噛みやすく、かと言って丸飲みはできないものなのでもいいのかも！

【1歳の子どものママ】

おやつ時間に、**気持ち大きめの柔らかいもの(バナナなど)でママも一緒に食べながら、一口ずつモグモグの練習をしました。**全部の食事をモグモグさせずにまずは1食、おやつから練習し、他の時に食べやすいもので栄養を取るという気持ちで。

【3歳、1歳の子どものママ】

我が子も、中々大きいものを食べられませんでした。しかし、**慌てて離乳食を卒業しようと思わず、今食べられるものをあげるようにしていたら、いつの間にか大きいものも食べられるようになっていました。**

【3歳の子どものママ】

**かために握ったおにぎり**ならなかなか一気に口に入れずに、かじりつく事が身についていくかも。

【7歳の子どものママ】

食べムラ、好き嫌いが激しくて困っています。見た目から拒否で食べてみようとするしませんが。生野菜はもちろん、煮物など野菜不足が心配です。

【2歳の子どものママ】



こんなふうにしてみました！

野菜不足気になりますよね。我が家では**フードプロセッサー**が大活躍！葉物など子どもが苦手な野菜は、フードプロセッサーでみじん切り！そして、カレー、ハンバーグ、麻婆豆腐、ミートソースなどなど、色んなものに混ぜ込んで、隠れ野菜のような形で出していました。

【6歳、4歳、2歳、0歳の子どものママ】

少し料理を手伝ってもらい、「○○ちゃんが手伝ってくれたから、おいしいねー」、「ひと口食べれたね〜」とひたすら声かけ、あとは、吐き出しても「**食べてみようって頑張ったんやね〜、嬉しいな、ありがとうね**」と口に入れただけでも**その子なりに頑張ったんだ、お母さん見てたよと伝える**ようにしていました。

【2歳、0歳の子どものママ】

お好み焼きがおすすめです！！**野菜を茹でてから小さく小さくして、ソースをかけてしまえば正体不明になります。**笑

【4歳、2歳の子どものママ】

## コラム

みえの親スマイルワーク  
「楽しく食べよう離乳食」  
より抜粋



## 離乳食とは

母乳やミルクを飲んで育ってきた赤ちゃんが、少しずつ固さや形のある食べ物に慣れて、「**食べ物を口にとりこむ**」「**飲みこむ**」「**かたまりをつぶす**」など食べるための機能を生後5,6か月頃から約1年をかけて、学び、発達させ、自分で食べられるようになっていくことです。嫌がる時は無理強いせず様子を見ながら、楽しい雰囲気、食べる楽しさを体験させてあげましょう。その体験が赤ちゃんの「**食べる力**」を育みます。

## 離乳食の進め方

離乳食には段階があります。そして個人差があるものなので、「**食べてくれない**」「**ミルクを飲みたがる**」「**食べる量が少ない気がする**」などの悩みはつきものです。体重が減少していたり、体調が悪くなったりしていなければ、それほど心配をすることはありません。

お母さんが一生懸命作ったものでも、はじめて口にしたら場合は、子どもは「これはなんだ」とあわてて吐き出してしまうこともあるのです。このようなことを何度も繰り返しながら、「**おいしいね**」「**いっぱい食べて大きくなってね**」「**おなかいっぱい？この次は食べてね**」「**ごちそうさま**」などの言葉かけや、大人が楽しく食べる様子を見せているうちに、子どもは味を覚えていくものです。お腹がいっぱいになれば口を閉じてしまったり、飲み込まなかったり吐き出したり…。

食事は頑張ってとらせるものではありません。「**楽しく食べること**」や「**食べたいという気持ち**」を大切に離乳をすすめましょう。

元 中部大学現代教育学部幼児教育学科 非常勤講師 馬場啓子



## コラム

みえの親スマイルワーク  
子どもの「しつけ」  
より抜粋

## 子どもの叱り方

叱り方って難しいですよね。「叱る」と「怒る」ことは同じでしょうか。言葉の意味はともかく私はやはり感情のまま「怒鳴る」と「叱る」とは違うと考えます。

私たちの『子育て何でも電話相談室』にも「叱り方がわからない」という相談が寄せられます。親は子どもが悪いことをすると叱ります。もし子どもが、なぜ叱られているのかわからなかったら、どうでしょうか。長年、子育て相談を受けてきた立場から、私は叱り方にはポイントがあると考えています。

### 1つ目は『その場』で叱ることです

特に年齢が小さい子には、いつ(時)の概念が備わっていないといわれていますので、過去(例えば昨日)にしたことを「だめでしょ!」と叱っても、子どもは何のことかわからないことがあります。そうならないために、叱る時は、その場で、近寄って目を見て「叱る」とよいでしょう。

### 2つ目は『言葉は簡潔に』です

簡潔な言葉で叱らないと、子どもは何がいけなかったのかわからないし、そして叱られる時間さえ早く過ぎればいいな、と思うようになります。

### 一方で「ほめる」ことも大切です

ほめられると、大人でもうれしく感じるものです。親も完璧な人間ではありませんから、感情のまま怒りたくなる時もありますが、時には自分の時間を持つようにして、心も体も休ませて自分自身をケアしましょう。

NPO法人MCサポートセンターみくみえ代表 助産師 松岡典子  
(桜花学園大学保育学部 非常勤講師)

# しつけ

どんなふうにしてる?



## 先輩ママの子育て体験談

イヤイヤ期の子どもが手に負えません!  
みんなどんな風に対応してる?

【3歳、1歳の子どもママ】



こんなやり方  
どう?

子どもがイヤイヤなってる時に、少し距離を置いて一呼吸おいてから関わったり、イヤイヤしてきたらこっちがイライラすると余計イヤイヤしてくるので、急に声の感じやボリュームをかえたりすると、**子どものイヤイヤスイッチが笑顔スイッチにかわったりしましたよ。**突然子どもが好きな動物の真似をしてみたりしました。【7歳の子どもママ】

### 子どもの「イヤ」を逆に楽しむこと!

時には大人も子どもと同じように「イヤ」と言ってみたり…(笑)楽しみながら対応しています。

【5歳、1歳の子どもママ】

子どもの意思をできるだけ尊重してあげるように気をつけています。**パジャマから服に着替えたくないと言いつける我が子を、パジャマのまま外出させたことがあります。**「パジャマでおでかけしている人はあなただけだね。パジャマは寝るときに着るものなの」と説明して、外出先で家からこっそりもってきた服に替えたことがあります。それ以来、あまりイヤイヤは言わなくなった覚えがあります。

【4歳、1歳の子どもママ】

2人目が生まれたら、

上の子にどう接するのがいい?

【2歳の子どもママ】

こんなふうに  
してみました!

**なんでも下の子より上の子から!**と、なんでも上の子から先にする様にしています。例えばパパが帰ってきたら上の子から抱っこする!みたいな感じです。そして、**お兄ちゃんなんだから!は絶対禁句にしています。**【14歳、1歳の子どもママ】

**下の子を祖父母に預けて、上の子と二人で絵本読んだり、散歩したりとじっくり向き合う時間を作っています。**その逆で、祖父母に上の子を連れ出してもらって下の子と二人きりの時間を作るときもあります。【2歳、0歳の子どもママ】

机に乗ったり、ゲートを乗り越え

てキッチンに入ったり…子ども  
がやんちゃすぎて、困っています。

【2歳の子どもママ】

こんなやり方  
どう?

机には乗ってほしくないですね。例えば、踏み台など、**これなら乗ってもいい物を用意しました。**「机はのぼらないよ、でも、これならいいよ」と。おもちゃを投げてしまうなら、紙を丸めてボールを作り、投げてもいい物を作りました。

【2歳、0歳の子どもママ】

**自分自身やお友だちが危険になる時はきちんとダメだと言いつけています。**それは根気があるし心が折れそうになりますが、今この子はダメだと決めつけない事、世界一憎たらしいけど世界一かわいい。これだけは常に思いついて何とかやってこれました。ママが一人で抱え込んでストレスで病気になるないようにお友だちや親、夫にいっぱい聞いてもらいましょう。

【7歳の双子ママ】



# その他

どんなふうにしてる?

## 先輩ママの子育て体験談



県外から引越してきたのですが、なかなか友だちができません。  
子育て支援センター行くけどすでにママ友グループがあって、挨拶程度。

### みんなどうやってママ友作ってる?

【3歳の子どものママ】

こんなふう  
にしてみました!

子育て支援センターの先生と仲良くなる。私も県外から三重に来て友だちがいなくて、先生と話だけでもかなり気分転換になりました。県外出身だと分かるという気にかけていつも話しかけてくれました。先生が、同じ県外出身のママを紹介してくれたり、同じ年齢のママを紹介してくれたり、たくさん友だちができました。

【4歳、1歳の子どものママ】

私も地元から離れ、子どものことを相談したり気軽に話せる友だちがいなくて、ずっと悩みました。もう既にグループがあったり、相手のママさんと年齢差があり気を遣って仲良くなりづらかったり。子育て支援センター、子育てイベント、園見学、子どもが遊べるキッズスペースなどいろいろ出向きました。緊張しますが、勇気を出しているんなママさんに自分から話しかける努力をしました!

【2歳の子どものママ】

私もママ友がいなくて寂しい思いをしました。子育て支援センターでもママ友グループができてることが確かにあるけど、1人の人もたくさんみえますよ!子どもが遊ぶためと思って、行き続けてほしいです。私は子育て支援センターに通い続けてやっと、少しずつお知り合いができ、仲良くなった方と一緒に誘い合って行くまでになりました。

【1歳の子どものママ】

挨拶できれば、それで十分だと思います。

### 無理に焦ってママ友を作らなくてもいいじゃん。

これから幼稚園・保育園、小学校になるに連れ、必然に親同士の関わりがでできます。

【4歳、1歳の子どものママ】

去年引越してきて同じ悩みを持っていました。子育て支援センターに何回か行くうちに声をかけて下さる人が数名いて、うちの子と誕生日が似ていたり、住んでる所が近い等共通点が多いと仲良くなりやすいです。SNSを使ってママ友募集中とかもしたりしています。

【2歳の子どものママ】

なかなか気の合うママさんに出会えず終いましたが、息子と2人フラフラと買い物に行っていたある日。今では大の仲良しになったママ友と出会いました。

場所はなんとショッピングセンターの授乳室!!! (笑) たまたま居合わせたママ3人。子どもの誕生日が1日違いだったことがきっかけで、話が弾み赤ちゃん休憩室でマシガントーク! こんな事ってあるんだとびっくりでした。落ち込んでましたが、ふとした瞬間に友だちができましたよ!

【0歳の子どものママ】

1人で3人を連れてのお出かけがとにかく大変です。  
お出かけのテクニック、教えてほしいです。

【5歳、2歳、0歳の子どものママ】

うちの場合...

わかります! でもお出かけしたいし。  
我が家は4人子どもがいますが、お出かけに連れ出す際は、こんなルールにしていました!

- ①必ず一番上のお姉ちゃんに3番目の子の手をつないでもらい面倒をみてもらう。
- ②2番目の子は自分が目で追いながら、自分は一番下の子のベビーカーを押す。
- ③安全な場所まで車で連れて行ってから目が届く範囲で遊べる場所で遊ばせる。
- ④みんなで出かけの際はオムツやお着替えなど荷物も多くなるので、荷物がたっぷり乗る大きめのベビーカーでお出かけしていました。



短い時間でも楽しくお出かけしたいですね!

【15歳、12歳、11歳、8歳の子どものママ】



上の子2人に一番下の子を見て  
てお願いして「すごいねー!  
さすがお兄ちゃんだね!」と褒  
めちぎっています。

【4歳、3歳、1歳の子どものママ】

私は子どもは1人しかいませんが、幼稚園で長く働いていました。たくさんの子を連れてお散歩する時は、必ず「外では手を離さない」などのルールを確認してから出かけていました。お約束を決めてから出かけるというだけで、子どもは守ろうとするように思います。

【1歳の子どものママ】

※ 覚えておくと安心! ※

# 休日・夜間 応急診療所ガイド



※診療科・時間・曜日は変更される可能性があります。  
※年末年始・ゴールデンウィーク・お盆期間中はそれぞれ診療所にご確認下さい。  
(2018年2月現在)

## 桑名市応急診療所

内科・小児科

診療時間	
土曜	20:00~22:00
日曜・祝日	9:30~12:00 13:00~16:00



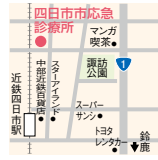
☎ 0594-21-9916(診療時間内)  
桑名市鍛冶町9番地 ふれあいプラザ内

## 四日市市応急診療所

内科・小児科・耳鼻いんご科

受付診療時間	
日曜・祝日	10:00~12:00 13:00~16:00

※耳鼻いんご科は日曜のみ



☎ 059-353-1759  
四日市市西新地14-20 四日市市消防本部東隣

## 鈴鹿市応急診療所

内科・小児科

昼間診療	
日曜・祝日・ 年末年始(12/30~1/3)	9:30~12:00 13:00~16:30
※受付 9:00~16:00	
夜間診療 毎日	19:30~22:30
※受付 19:00~22:00	



※必ず、事前にお電話で診療可能か確認下さい。  
※午後の診療開始時間は混雑状況により変更する場合があります。  
※原則、お薬は1日分です。  
☎ 059-382-5066  
鈴鹿市西条五丁目118-1 鈴鹿市総合保健センター敷地内

## 津市応急クリニック

内科

受付診療時間	
昼間(日曜・祝日)	10:00~12:00 13:00~16:00
夜間(毎日)	19:30~23:00



☎ 059-229-3303  
津市西丸之内37-8 お城西公園西隣

## 松阪市休日夜間応急診療所

内科・小児科・外科

受付診療時間	
月~金曜	20:00~22:30
土曜	20:00~22:30
24:00~翌6:00	
日曜・祝日	9:00~12:00 14:00~17:00 20:00~22:30

※診療内容は変更となる場合があります。  
詳しくは松阪市HPをご覧ください。お電話でお問い合わせください。  
※外科は日曜・祝日の9:00~12:00・14:00~17:00のみ  
※夜間・深夜に3歳未満のお子さんの受診を希望の場合はお電話ください。  
☎ 0598-23-1364 松阪市春日町1-19 松阪市健康センター はるる内



## 松阪市歯科休日応急診療所

歯科

受付診療時間	
日曜・祝日	9:00~12:00

※診療内容は変更となる場合があります。  
詳しくは松阪市HPをご覧ください。お電話でお問い合わせください。  
☎ 0598-26-4791  
松阪市春日町1-8 松阪市歯科センター内



## 伊勢市休日・夜間応急診療所

内科・小児科・歯科

受付診療時間	
月~土曜	19:30~22:00 (内科医1人体制)
日曜・祝日	10:00~12:00 13:00~17:00 19:30~22:00



※歯科は日曜・祝日の10:00~12:00・13:00~17:00のみ  
☎ 0596-25-8795(内科・小児科) ☎ 0596-27-0829(歯科)  
伊勢市八日市場町13-1 伊勢市福祉健康センター内

## 鳥羽市休日・夜間応急診療所

内科・小児科

受付時間	
木曜・金曜・土曜	19:30~21:30
日曜・祝日	9:30~11:30 13:00~16:00



☎ 0599-25-1119  
鳥羽市大明東町2-5 鳥羽市保健福祉センターひだまり併設

## 志摩市休日夜間応急診療所

内科・小児科

受付時間	
月曜・火曜	19:30~21:30
水曜・土曜	
日曜・祝日	9:30~12:00 13:30~16:00



☎ 0599-43-5899  
志摩市阿児町鷺方3098番地9 県志摩庁舎2階

## 伊賀市応急診療所

内科・小児科

診療時間	
月~土曜	20:00~23:00
日曜・祝日	9:00~12:00 14:00~17:00 20:00~23:00



※受付は、各診察終了時間の30分前まで  
☎ 0595-22-9990  
伊賀市上野桑町1615番地

## 津市子ども応急クリニック・休日デンタルクリニック

小児科 (おおむね 16歳未満)

受付診療時間	
昼間 (日曜・祝日)	10:00~12:00 13:00~16:00
夜間 (毎日)	19:30~23:00



歯科

受付診療時間	
昼間 (祝日)	10:00~12:00

☎ 059-236-5501 津市大里窪田町327-1 三重病院敷地内

## 津市久居休日応急診療所

内科

受付診療時間	
昼間 (日曜・祝日)	10:00~12:00 13:00~16:00



☎ 059-256-6207  
津市久居本町1400-2 久居一志地区医師会館1F

## 名張市応急診療所

内科・小児科

診療時間	
月~土曜	20:00~23:00
日曜・祝日	9:00~12:00 15:00~17:00 20:00~23:00



※受付は、各診察時間終了時刻の30分前まで  
☎ 0595-63-3913  
名張市朝日町1361-4 名張市保健センター併設

CHECK 受診時の持ち物

- 健康保険証
- 福祉医療費受給資格証(子ども医療費など)
- 診療代金
- 「お薬手帳」など服用の薬がわかるもの



働くママ・パパをサポート

## 病児保育・病後児保育って？

### 病児・病後児保育とは

働いていて、子どもが病気の時に自宅での保育が難しい…という時に、病院などで病氣中又は病気の回復期にある子どもを一時的に預かってもらえる「病児・病後児保育」。ママやパパの子育てと就労の両立を支援してくれる心強い事業。県内の23市町で利用できます。万が一の時のために事前にチェックしておきましょう。

### 三重県内病児・病後児保育一覧 2018年2月21日現在

施設名	種別	利用できる市町
子どもケアハウスぞうさん 桑名市新西方4丁目81 ☎ 0594-24-6914	病児・病後児対応型	桑名市、いなべ市、木曾岬町、東員町、朝日町、川越町
はなまる病児保育室 桑名市長島町横満蔵572 ☎ 0594-45-8860	病児・病後児対応型	桑名市、いなべ市、木曾岬町、東員町、朝日町、川越町
病児保育室「カンガルー」 四日市市中部8-17 ☎ 059-351-4152	病児対応型	四日市市
桜花台病児保育室「チェリーケア」 四日市市桜花台一丁目45-1 ☎ 059-340-7015	病児対応型	四日市市
社会福祉法人鈴鹿聖十字会 聖マリアこども園 三重郡菟野町宿野1433 ☎ 059-394-0080	病後児対応型	菟野町
白子クリニック内 鈴鹿市病児保育室ハピールーム 鈴鹿市南江島町8-10 ☎ 059-388-7717	病児対応型	鈴鹿市
津病児デイケアルーム「ひまわり」 津市大倉13-14 ☎ 059-225-7100	病児・病後児対応型	津市
津病後児保育室「HUG」 津市久居寺町1260-1(どんと子保育園内) ☎ 059-254-6080	病後児対応型	津市
医療法人おおはし小児科 総合託児施設アリス 松阪市大足町671-3 ☎ 0120-21-7730 携帯電話の場合 ☎ 0598-21-7722	病児・病後児対応型	松阪市、多気町、明和町、大台町
病児保育エンゼル 伊勢市河崎1丁目12-12 ☎ 0596-20-6512	病児対応型	伊勢市、明和町、玉城町、度会町、大紀町、南伊勢町
医療法人童心会 よいこ病児保育室 志摩市阿児町編方3009-23 ☎ 0599-46-0415	病児対応型	志摩市、鳥羽市
玉城町認定こども園下外城田保育所 度会郡玉城町山岡185 ☎ 0596-58-4932	病後児対応型	玉城町
伊賀市病児・病後児保育室「くまさんルーム」 伊賀市四十九町831-2 ☎ 0595-22-0192	病後児対応型	伊賀市
みらいのこどもクリニック病児保育室 名張市希央台4番町2 ☎ 0595-48-6328	病児・病後児対応型	名張市

問い合わせ 三重県子ども・家庭局 子育て支援課 保育サービス・幼保連携班 ☎ 059-224-2268

※利用対象児童、利用可能日時、利用料金等は、直接病児・病後児保育施設へお問い合わせください。

子どもの病気・薬・事故…こんなとき、どうすれば？

## みえ子ども医療ダイヤルに相談しよう

子どもの病気や薬、事故に関することについて、「こんなときどうしたらいいの？」というママ・パパの相談に、医療関係の専門相談員が電話で応じてくれます。

相談無料

# みえ子ども医療ダイヤル #8000

※ IP電話など、この番号が使えない場合は ☎ 059-232-9955

対応時間 毎日 19:30～翌朝8:00

インフルエンザなどの感染症に備えたい！

## さっちみえで一足早い感染症対策を

県内の各学校や幼稚園保育所での欠席者情報を把握し、地域の感染症の流行状況をいち早く察知することで、子どもたちを感染症から守るためのシステムです。

※欠席者情報：発熱、嘔吐、下痢などの症状を呈する子どもたちの情報

地域の感染症の流行状況を  
いち早く察知できます！

さっちみえ

検索

<http://www.kenkou.pref.mie.jp/sacchimieNEW/sacchimie.html>



問い合わせ 三重県保健環境研究所(三重県感染症情報センター) ☎ 059-329-2914

# 三重県子育て家庭応援クーポン



スーパーや飲食店などでクーポンを協賛店に提示すると、割引などのサービスが受けられる「三重県子育て家庭応援クーポン」。三重県はもちろん全国の都道府県のクーポンの協賛店舗で使用できるので、お出かけ時にもチェックしたいもの。子育て中のママなら押さえておきたいクーポン。すでに使っているママも、これからのママも一度チェックしてみたいかでしょうか？

ママやパパにうれしいクーポン！  
県内約1,300件のお店が子育てを応援！



たとえば、クーポン提示で...



毎月7日は  
ナイスキッズデー！  
レジにて  
5%引き

毎月第2、第4土曜日は、  
子ども・ベビー衣料  
5%引き！

毎週月曜日  
ベビー用品  
5%OFF

ポテトが  
100円に！

他にも、お得なクーポンがたくさんあります！

**利用対象** 18歳未満の子ども  
または妊娠中の方がいる世帯

協賛店はこのシンボルマークが  
入ったステッカーが目印です

## クーポン取得方法

- 携帯・スマホの場合 (QR)  
QRコードから携帯サイトに入り、「クーポンを申請する」ページにアクセス。手続をして取得した画像を保存、提示。
- パソコンの場合  
サイトトップページの「子育て世帯の方へ」の申請ページにアクセス、手続をしてクーポン発行ページで表示された画像をプリントアウトし、提示。  
※ほか往復ハガキでも対応。

＼クーポンの申請にアクセスできます！



「一番年下のお子様の生年月日(西暦)」を入力し、クーポン画像を表示させた後、「画面メモ」、「キャプチャー」等で画像をスマートフォンに取り込んでご利用ください。

## 三重県子育て家庭応援クーポン協賛店



HP「みえ子どもスマイルネット」から  
協賛のお店のリストも検索できます！

みえ子どもスマイルネット 検索 🔍

詳しくは問い合わせを 三重県健康福祉部子ども・家庭局 少子化対策課 ☎ 059-224-2404

# ひとり親家庭への支援

## 児童扶養手当(2018.4～)

前年の所得に応じて  
子ども1人の場合、最大月額42,500円、  
2人の場合、最大月額52,540円の手当が支給されます。  
(例) 年収200万円(所得114万円)で幼稚園児1人、小学生1人の  
ひとり親家庭の場合→月額48,410円支給

## 大学等の進学費用の貸付(母子父子寡婦福祉資金貸付金)

### 国公立大学(自宅通学)

月額67,500円 + 37万円(支度資金)※無利子  
返済は卒業後10年間で月額約30,000円

### 私立大学(下宿)

月額96,000円 + 59万円(支度資金)※無利子  
返済は卒業後10年間で月額約43,000円

この他にも貸付制度があります。

県子育て支援課 ☎ 059-224-2271 ※面談など手続が必要です。

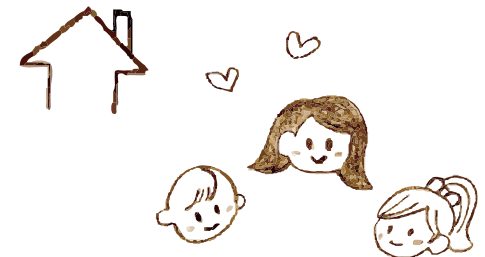
## 就業や生活に関する相談

### 三重県母子・父子福祉センター

生活に伴うさまざまな悩みや困りごとを抱える方の相談をお受けしています。

☎ 059-228-6298

(月～金曜9:00～17:00 第1、第3日曜10:00～16:00)



# 不妊でお悩みの方へ

1年以上(避妊期間を省いて)たっても子どもを授からない場合を「不妊症」といいます。不妊症は、子どもがいないカップルの問題と捉えられがちですが、不妊治療をしているカップルの中には既に子どもがいるカップルも少なくありません。治療に対する考え方や価値観はカップルそれぞれですが、不安に思ったら、早めに相談や受診を考えましょう。

## 一般的な検査・治療の流れ

避妊せず性生活を続けているのに、1年以上たっても授からない

不妊症の原因は男女半々、女性も男性も同時に産婦人科(泌尿器科)へ受診・相談

それぞれの不妊検査を受ける

### 原因が明らかでない場合

原因がはっきりしない不妊も意外に多い。産婦人科などの専門医に妊娠しやすい条件やポイントのアドバイスを受けましょう。

### 男性に原因がある場合

- 精子の数が少ない・ない
- 精子の動きが悪い
- 精索静脈瘤がある
- 射精ができない など

### 女性に原因がある場合

- 排卵がうまくいかない
- 卵管が詰まっている
- 子宮内膜症がある
- 受精卵が着床しにくい
- 子宮筋腫がある など

泌尿器科

産婦人科

原因に応じて個々に治療

治療(タイミング法、人工授精、体外受精、顕微授精など)



### 不妊検査

問診、子宮や卵巣の様子を調べる内診や超音波検査、月経周期に応じてホルモン検査、卵管の検査などをします。男性は精液を採取して、精子の数や運動率を調べます。

### タイミング法

妊娠しやすい日である排卵日を予測して、その日にタイミングをあわせて性交をする方法。病院では超音波検査やホルモン検査などで、より正確に排卵日を推測します。

### 人工授精

男性の精液を採取し、病院で処理してから女性の子宮に注入する方法。精子の数や運動率に問題がある、勃起や射精が不十分、子宮頸管を精子がうまく通過できない場合などに行います。妊娠のステップは自然妊娠と変わりません。

### 体外受精・顕微授精

体外受精は、精子と卵子を体外で出あわせて、受精卵を育ててから子宮に戻す(胚移植)方法。顕微授精は1個の精子を卵子の中に直接注入して受精させる方法。排卵誘発剤の使用や採卵など、女性の体への負担が大きくなることからあり、また治療費も高額です。

## 三重県不妊専門相談センター

不妊や不育症に関するさまざまな悩みや不安を聞いてほしい、安心して相談できる場所がほしい、不安や迷いを解消したい、同じ思いを共有したい、いろいろな情報がほしい…などお気軽にお電話下さい。相談は無料です。秘密は守ります。



専用電話番号 ☎ 059-211-0041

所在地 津市夢が丘1丁目1-1(三重県立看護大学内)

相談日 毎週火曜日

ただし、毎月第5火曜日、祝日及び年末年始(12月29日～1月3日)を除く

受付時間 (～2018年3月31日) 10:00～20:00

(2018年4月1日～) 10:00～16:00

相談員 助産師・看護師(女性です)

## 不妊治療費への助成金



三重県では、不妊治療のうち、健康保険が適用されない体外受精と顕微授精(特定不妊治療)と、男性不妊治療に要する費用の一部を助成しています。また、各市町でも独自に助成を行っています。助成額、条件などが異なりますので、詳しくはお住まいの市町にお問い合わせください。

### ■三重県特定不妊治療費助成事業 (※43歳未満で開始した治療が対象)

初回申請時の (治療開始) 妻の対象年齢	通算助成回数	助成上限額		
		採卵を伴う治療	採卵を伴わない 治療 ※1	男性不妊治療 ※2
40歳未満	初回	300,000円	75,000円	150,000円
	2回目～6回目	150,000円		
40歳以上 43歳未満	初回	300,000円	75,000円	150,000円
	2回目～3回目	150,000円		

※1 採卵したが卵が得られない、又は状態の良い卵が得られない場合も含む。

※2 採卵前に男性不妊治療を実施し、精子を採取できなかったため治療が終了した場合も、男性不妊治療費に限り助成を行います。

申請要件や申請に必要な書類、申請書類の提出先など、三重県特定不妊治療費助成事業の詳細については、  
三重県特定不妊治療費助成事業で検索いただくか、  
三重県健康福祉部子ども・家庭局子育て支援課 ☎ 059-224-2248 までお問い合わせください。

おまけ知識

そろそろ知っておきたい

# 幼稚園・保育所の準備



そもそも /

## ● 幼稚園・保育所・認定こども園のちがいは？



### 幼稚園

遊びを中心とした就学前教育を行う施設

対象 3～5歳

時間 教育 昼過ぎくらいまで ※園により一時預かりを実施

### 保育所

保護者に代わって保育(養護・教育)を行う施設

対象 0～5歳

時間 保育 夕方まで ※園により延長保育を実施

※保護者の就労や疾病等により家庭で保育できない場合が対象

### 認定こども園

幼稚園と保育所両方の機能や特徴を持つ施設

対象 0～5歳

時間 教育 昼過ぎくらいまで ※園により一時預かりを実施

保育 夕方まで ※園により延長保育を実施

※保育は、保護者の就労や疾病等により家庭で保育できない場合が対象

### 地域型保育

19人以下の少人数で低年齢児を預かる事業

対象 0～2歳

時間 夕方まで ※園により延長保育を実施

入園手続やスケジュールなどについては、お住まいの市町にお問い合わせください。

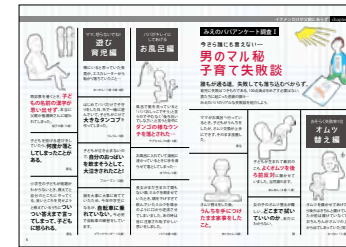
パパに  
読んでほしい冊！  
好評配布中！

# みえの育児男子HANDBOOK PAPA LIFE in Mie



みえのパパの育児を応援すべく、パパのリアルな声を集めた冊子。パパのリアルな失敗談、SOSに答えるコーナー、パパ流の趣味の楽しみ方…。今しかできない育児に向き合うこと、その楽しさや大切さを伝える、みえのパパの“ネタ帳”。ぜひ読んでみてくださいね！

## ／パパのリアルな失敗談！／



## ／パパのSOSに答えます！／



タイプ別  
趣味の  
楽しみ方



パパでもできる  
カンタンおしゃれ  
ヘアアレンジも！

## ／ママのうれしかったこと♡／



インターネットからも  
見ることができます！



<http://www.pref.mie.lg.jp/common/content/000622884.pdf>



## くらしの電話相談

---

▶ 子どものこころの相談

059-253-2030

(月～金曜 ※祝日・年末年始を除く)

9:00～12:00、13:00～17:00)

▶ こども家庭相談

059-233-1425

(年末年始を除く毎日13:00～21:00)

▶ 児童相談(全国共通ダイヤル)

189

(毎日 24時間)

※お近くの児童相談所へつながります

■発行 三重県 健康福祉部 子ども・家庭局 少子化対策課

津市広明町13番地 TEL 059-224-2404 FAX 059-224-2270

Mail shoshika@pref.mie.jp

■編集 ワイヤーママ三重 編集部

伊勢市宮後2丁目9-41(千巻印刷産業株式会社内) TEL 0596-26-0101 FAX 0596-23-0008

2018年3月発行