



楽しく子育て!

～子育て支援コーナー通信～

第107号

発行日

2016年7月19日

毎月19日は、「かがわ育児の日」



司書のオススメ本

～食育入門書～

<企画展示コーナーから選んでみました>

新しい本が
入りました。

() 内の数字は
棚の番号です

「小さく生んで大きく育てる」は、実は間違いなのは、ご存じですか。日本では、2500gより少ない出生体重の赤ちゃん（低出生体重児）は増加傾向にあり、原因として、20～30歳代女性の強いやせ願望による低栄養状態が背景にあると考えられています。栄養不足のため、低出生体重児として生まれてきた赤ちゃんは、精神運動発達のおくれや、肥満や高血圧、糖尿病などの生活習慣リスクが高くなるといわれています。一方、肥満女性では、妊娠中に妊娠糖尿病や妊娠高血圧症候群などの合併症の頻度が増加します。

過度のダイエットも食べ過ぎも禁物です。正しい食事の知識は、子どもだけでなく、大人にとっても重要なものなのです。（T）

『世界で通じる名づけBOOK 子どもにつけたい外国語由来の名前』
栗原 里央子／監修
世界文化社／刊
2016.6
(支援1-3)

『スマホ依存の親が子どもを壊す』
諸富 祥彦／著
宝島社／刊
2016.7
(支援2-4)

『息子ってヤツは』
室井 佑月／著
毎日新聞出版／刊
2016.6
(支援3-3)

『自閉症ガールひまわりさんの日常 彼女に見えている世界』
成沢 真介／著、坂井 聡／監著
少年写真新聞社／刊
2016.5
(支援4-3)

<おすすめbook>

『こどもの心と体の成長・発達によい食事 1 妊娠期・乳児期』
恵谷 ゆり、西本 裕紀子／編著 金芳堂／刊

上のコラムは、
この本を参考にしました。



『うちの食べてくれない困ったちゃんが楽しく食べる子になる本』
上田 淳子／著 日本文芸社／刊

『子どものからだところが育つ! 6歳までの食事のホント 管理栄養士ママが教える!』
山口 真弓／著 すばる舎／刊



企画展示 「ふえるといいな、好きなもの～親子で食育～」展

子育て支援コーナーにて、平成28年9月4日(日)まで開催中!

子育て応援団を紹介します。 第11回

「高松市保健センター」①

今回から2回にわたり、高松市の健康づくりの拠点である「高松市保健センター」をご紹介します。

平成28年4月1日、高松市保健センター内に「子育て世代包括支援センター」が開設されました。健やかに安心して妊娠期を過ごし、出産・子育てができるように、子育て世代への切れ目ない支援を行うことを目的としたものです。

「母子保健コーディネーター」が中心となり、保健師・助産師などの専門職や関係する機関のスタッフと連携して、相談事に対する必要なアドバイスをしたり、保健センター主催の行事を紹介するなど、子育て世代を総合的に支えます。



★事業の一部をご紹介します。★

妊娠届と母子健康手帳の交付

妊娠届出書を提出すると、母子健康手帳と母子保健ガイドブックを交付します。今年4月より、ひとりひとりと面接をして、妊娠中のことを説明したり、サポートが必要な方に対し、早期に支援を行います。

はじめてのパパママ教室

はじめて出産を迎える夫婦を対象に、父親の役割や育児についての講義と妊婦体験を行います。

この教室の特色は、父親の役割をしっかりと伝えることです。お母さんにどんな言葉がけや手助けをしたらよいかアドバイスしたり、お父さんが沐浴や着替えの実技を行います。

はぐくみ学級

4～7か月の乳児を持つ保護者を対象に、離乳食の目的や進め方の学習や、子どもの歯磨きのコツをお伝えしたり、参加者同士の交流を行います。

さくらんぼ教室（子育て編）

ふたご・みつごを育てている保護者と乳児が対象の教室。ふたごやみつごの子育て支援をしているNPOの説明やファミリー・サポート・センター（ファミサポ）の出張登録も行っています。

ふたご・みつごの保護者は、出かけるのもままならないので、良い仲間づくりの場となっています。

*ファミサポ… 一時的な子育てを助け合う有償ボランティア組織。一時的に子どもを預ける等ができる。

幼児歯科健康診査（対象者には個人通知）NEW

これまで、1歳6か月児および3歳児の健康診査の際に歯科健診がありました。平成28年7月から、2歳児を対象とした幼児歯科健康診査を始めました。

2歳は虫歯になりやすくなる年齢であり、早くから歯科医療機関に慣れ、虫歯などを早期発見することが重要であるためです。

母子保健事業ひまわり

●ひまわり個別相談

妊娠や育児への心配やとまどいを持つ方を対象に、臨床心理士による個別相談を行います。平成28年度から、妊婦の相談にも応じるようになりました。

●コアア教室

育児への心配やとまどいを持つ方を対象に、臨床心理士によるグループカウンセリングを行います。

「気がかりなことがあるけれど、どのサービスを受ければよいのか、分からない。」そんな時も、母子保健コーディネーターをはじめとするスタッフが相談に応じます。気軽にご相談ください！

高松市保健センター 電話番号：（087）839-2363



次回、副センター長の坂上育子さんのインタビューに続きます。

