

# 妊娠・出産・子育ての総合窓口

子ども家庭総合支援室は

## こども家庭センター

になりました（子育て支援課内）

☎ 288-6702

メールアドレス  
kosodate@town.tsubata.lg.jp

こども家庭センターでは、母子保健（育児に関する相談支援など）と児童福祉（子どもに関する相談支援など）の業務を一体化し、妊産婦や18歳未満の子ども、子育て世帯が気軽に相談できるワンストップ窓口として、継続的で切れ目のない支援を行います。相談には、子ども家庭支援員（保健師・社会福祉士・保育士など）が対応します。養育の悩み、経済的な不安、DV、ヤングケアラーなど、心配ごとがあればお気軽にご相談ください。



例えばこんなこと、  
気になったり悩んだりしていませんか

ひとりで悩まずに ご相談ください

### 妊娠期

### 出産期

### 乳幼児期

### 学童期・思春期・青年期

- 初めての妊娠、出産で不安
- 産後に頼れる人がいない
- 赤ちゃんのいる生活が想像できず不安
- 母乳は足りている？体重は増えている？
- 夜泣きがひどくて睡眠不足がしんどい

- 子どもの発達が心配
- イライラして子どもに当たってしまう
- 生活に困っていて、養育に不安がある
- 子どもが学校に行かずゲームばかり…
- 自分の悩みを聞いてほしい

考えて  
みよう！

### デジタル時代の子育て

デジタル機器の過度な使用は、子どもの成長に悪影響を及ぼす可能性があります。思春期には生活リズムの乱れや学校欠席が問題に。子ども期は本物の体験が大切です。家庭で使用ルールを決め、親子で意識的に関わりましょう。



※こども家庭庁「保護者向け啓発リーフレット」▲

こんにちは

## 地域包括支援センター

☎ 288-7952(福祉課内)

メールアドレス  
fukushi@town.tsubata.lg.jp

地域包括支援センターは、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、皆さまやご家族を支える機関です。

保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー、作業療法士などの専門職が、医療・保健・福祉・介護の関係機関と連携し、「チーム」として総合的に支援します。



### こんな悩みはありませんか

- 介護予防：認知症を予防したい、体力に自信がない、近所に集まれる場所が知りたい
- 介護：家族だけでの介護が大変、介護の知識を得たい、同じ悩みを持つ人と交流したい
- 生活支援：一人暮らしで買い物や外出が不安、ちょっとした手助けがほしい
- 成年後見：将来の財産管理や相続が心配、悪徳商法や詐欺に巻き込まれたかもしれない
- 虐待：家族・親族・施設職員などから虐待を受けているかもしれない
- 障害：経済的な不安、障害のある子どもの将来が心配 など

「どこに相談すればよいか分からない…」  
そんなときは、まず地域包括支援センターへ！



### 相談いろいろ

#### 介護者交流会

介護をしている方や介護経験者が集い、悩みや経験談などを自由に語り合える場です。

毎月1回：福祉センター棟

#### 認知症相談

認知症の理解や啓発を行うボランティア「キャラバンメイト」が相談に応じます。

毎月1回：ウェルピア倉見

#### てるてるかふえ

若年性認知症の方とご家族が集う場です。認知症に関心のある方なら、どなたでも参加できます。

毎月1回：健康カフェ中条 となり家