



笑顔でイキイキ！健康らんど みなさんで妊産婦さんを 支えていきましょう

みなさんは俱知安町でどのくらい
の赤ちゃんが生まれているかご
存知でしょうか？社会環境の影響
を受けてはいますが、平成24年度
は183人もの赤ちゃんが生まれ
ています。そのため町内で妊産婦
さんを見かける機会も多いのでは
ないでしょうか。今回は妊産婦さ
んの心のサポートについてお話し
たいと思います。

妊娠出産は、女性にとって心身
的・社会的にも大きな変化をもた
らします。精神的なダメージをと
ても受けやすい時期なので、産後
にマタニティブルーズ・産後うつ
といった精神障害に悩まされる方
が多くいます。

マタニティブルーズは、産婦の
50％に認められる反応です。出産
で女性ホルモンが一気に減少する
ことなどが強く関与しています。治
療の必要がない方が多く、2週間
程度で自然に良くなるのが通常
ですが、情緒不安定・不眠・抑う
つ気分・不安・イライラ感などの
症状が出現し、ご本人も辛い精神
状態となります。

また、産後うつは、産婦の10～
15％程度に認められる頻度の高い
精神障害です。症状の重いマタニ
ティブルーズの約5％が産後うつ
へ移行すると言われており、症状
も重くなるため治療や支援が必要

となります。具体的な症状として
は、気分が沈む・興味の喪失・自
分が悪いと感じる・動作や話し方
が遅い・疲労感・母親失格と思
う・集中力減退・悲観的などがあ
ります。内服治療が必要な場合も
ありますが、基本的には休養・睡
眠確保・無理をしない・頑張らな
い・否定しないことが、マタニティ
ブルーズとともに共通して大切に
す。

あらかじめ妊産婦さんは、精神
的なダメージを受けやすいことを
知り、ご家族・ご友人・地域の皆
さんで支えていくことがとても大
切です。俱知安町がより「子育て
がしやすい町」となり、多くの子
ども達の笑い声がいつもどこから
か聞こえてくる、そんな町になる
といいですね。

【お知らせ】単独不活化ポリオワ
クチンを受けたお子さんをお持ち
のご家族の方へ

単独不活化ポリオワクチン初回
最後の接種から1年以上経過して
いましたら、追加接種可能ですの
で、母子手帳をご用意のうえ保健
指導係までご連絡下さい（予約受
付）。

■保健福祉課保健指導係

☎23-0500

いつでも
みんな
生き生き

『成年後見制度ってどんな制度？②』

法定後見制度を利用するには、
家庭裁判所に「申立て」の手続き
を行います。（俱知安の方は、札
幌家庭裁判所岩内支部が管轄で
す。必要な書類は裁判所で入手で
きます）

申立てに必要な書類や費用の主
なものとは次のとおりです。

- 申立書
- 診断書（成年後見用のもの）
- 申立手数料（1件につき800
円分の収入印紙）
- 登記手数料（2,600円分の
収入印紙）
- 郵便切手
- 本人の戸籍謄本

また、本人の判断能力の程度を
医学的に確認するため、医師によ
る鑑定を行うことがあり、この場
合は鑑定料（5～10万程度）が必
要になります。

家庭裁判所に申立てを行うと、
裁判所の職員が事情を確認した
り、後見人の候補者についての意
見を聞いたりする調査が行われま
す。

家庭裁判所では、判断能力に応
じて、後見・補佐・補助の開始の
審判をすると同時に、最も適任と

思われる人を成年後見人等に選任
をします。

後見人等には、本人の配偶者や
子といった親族以外にも、弁護
士、司法書士、社会福祉士といっ
た専門家や、社会福祉協議会など
の法人、研修を受けて裁判所に登
録されている市民後見人が選ばれ
ます。必要に応じ、複数選任され
る場合や、後見人等を監督する成
年後見監督人が選ばれることもあ
ります。

任意後見制度を利用する場合に
は、公証役場において任意後見契
約を結ぶ必要があります。公正証
書の作成や登記嘱託手数料、印紙
代等で、約1万5千円くらいの費
用がかかります。（公証役場は、
小樽や札幌にあります）

本人の判断能力が低下した場合
に、家庭裁判所へ任意後見監督人
選任の申立てを行ない、ここから
後見の効力が生じます。

来月は後見人の役割について。

■地域包括支援センター

☎23-0100



子育てを楽しみませんか。

『心を育む食卓』

俱知安保育所 主任保育士 瀬川和子

保育所の丁度真ん中に、給食調理室があります。毎朝子どもたちが登所する前から、調理員さんたちがお昼の給食やおやつ作りの準備に取りかかってくれています。我がクラスはゆり組の年長児十六名のわんぱくさん達は、保育所に入所した年齢は0歳から5歳と様々ですが、ずっとこの給食と関わり大きく育ってきました。

朝は「おはよう」の挨拶と共にその日の献立を聞いたり、調理室の中を覗き込んで食材の内容を確認しては、友だちと献立を予想しあったり、大量の野菜を切ったり大きな鍋で調理する様子を見ては驚いたり感動したりと興味津々です。そのうち、調理の良い匂いがしてくるとまだお昼の時間にならないのに「おなか空いた〜」「もうごはん出来たんじゃない?」「じゃがいも切つていだからカレーだと思ってたら肉じゃがの匂いだ〜」などと匂いだけでも会話が楽しく膨らんでいます。そうして調理行程を見て聞いて匂いを感じた給食をクラスのみんなでわいわいと食する楽しさは格別です。家庭と同じように愛情を込めて作ってくれたあたたかい給食は、おかわり分の鍋もすっかり空にして「ごちそうさま!」となる日がほとんどです。「おいしかった」とか「苦手なものだったけど全部食べられた」「おかわりして食べたから大きくなった」

等と満足の声が毎日聞かれてうれし
い限りです。

でも、初めから全員が何でも食べられたり、食に興味を持てた訳ではありませんでした。

会話をしながらの食事を通じたあたたかいコミュニケーションがあったからこそ、食事の大切さや喜びが感じられるようになったのだと思います。子どもの成長過程において「食」ということは、大きな位置を占めています。栄養的に満たされていれば良いのではなく、親の想いや家庭の在り方が子どもの肉体や精神を形成して行く大きな要因となっていきます。食べる人の成長や健康状態を考えて調理した食事を、食卓にみんなで集まり会話をしながら一緒に食べる、そこから生まれる安定した気持ちこそ心を育む基礎であり、生きる力となっていくのではないかと思います。

9月には、春に自分達で植えたじゃがいもやかぼちゃ等の収穫が待っています。そして収穫した食材を使つてのクッキングを今から楽しみに、子どもたちは今日も食欲全開です。



子育て支援センターだより



★ 10月の広場のお知らせ

- あいあい広場 (0歳) 2日 (水)
 - きらきら広場 (1歳) 9日 (水)
 - のびのび広場 (2・3歳) 8日 (水)
- どの広場も写真立てを制作します。
(12×9程度の写真持参)
申し込みは9月9日(月)9時30分からです。

★ 第3回子育て講座のお知らせ

- 日時 / 10月30日 (水)
9時45分～11時45分
- 場所 / 保健福祉会館 (栄養学習室)
- 内容 / 親子で作る餃子スープ
- 参加対象 / 1歳半から
- 申し込み / 9月9日 (月) 9時30分～

子育て支援センター (南2東1) ☎ 22-0419
開館時間 9時30分～17時 (4月～10月)
(正午～13時は掃除のため一時閉館)
休館日 日曜日、祝日、年末年始

「ご意見ポスト」に投函されていたご質問にお答えします。(紙面の都合上、一部編集しています)

【児童手当について】

児童手当の申請は誕生日から15日以内に行わなければ出生翌月からの受給はできないことをよく理解していませんでした。妊娠時に各種手続きについて説明を受けた時、詳しくは届出を出す時に窓口で教えますと言われていたこともあり、すぐには手続きをしていませんでした。

後日、担当係より手続きの案内文書を送付されたのですが、消印が出生から15日目でした。その後手続きをしましたが、結果的には出生から15日を経過しているため、出生の翌々月からの支給となりました。手続きの案内文書が15日を超えるようでは意味がないと思います。文書での通知時期を考えていただきたいのと、出生届提出の際には、手続きについて教えていただきたいです。

町担当課からの回答

児童手当は国の制度で、「出生により受給資格が生じた日の翌日から15日以内に、お住まいの町村に申請が必要です。」と定められております。従って、15日以降の申請については、申請日の翌月から支給となります。

また、手続きのお知らせについては、妊娠届出時と乳幼児医療手続き時にパンフレットを配布しておりますが、その後、住民異動届票で児童手当の未手続きを確認した場合は、手続きの案内文書を送付しております。

今後とも制度の周知につきまして徹底するように努めてまいりますので、ご理解願います。

