

このページでは、今年度から新たに始まった産後ケア事業と地域で子育てを支援する皆さんを紹介します。



いっすい 一穂ちゃん  
なみうち 親子と浪内助産師  
か さや香さん

## 産後ケア事業

産後ケアは今年度から始まった町の事業で、なみうち助産院の助産師が自宅に訪問し、お母さんと子どものケアや育児のサポートをします。

困りごとの相談やお母さんのちょっとした休息などのために最大3回利用することができます。

産後ケアは、自宅から24時間電子で申請できるようになりました！町HPから電子申請のページへ移動できます。



今回2回目の利用となるさや香さんは、片側の母乳をあまり飲んでもらえないことを相談し、一穂ちゃんの口や体の筋肉をほぐす体操をしてもらうことで、どちらの母乳も上手に飲んでもらえるようになりました。

## なみうち助産院

「なみうち助産院」は、2014年に真狩村で開業しました。

産後のお母さんは体がまだ回復しておらず、赤ちゃんのお世話もあるため、とても大変な時期です。体のケアを受けて、知識や対応方法など

を知ってもらうことで、一緒に産後の大変な時期を乗り越えられるように頑張ります。

「この町で産んでよかった」としてもらいたいという、町と同じ思いをもって、今年度から産後ケア事業を実施しています。



院長 なみうち 浪内 淳子さん

## 倶知安コスモスの会

女性6名の集まりで、約35年ほど前から「子育てでつらいときはハンカチを見て頑張る！地域で子育てをしましょう」という思いから赤ちゃんへのガーゼハンカチプレゼントを行っています。

町の赤ちゃん訪問時に2枚プレゼントされています。



## くっちゃん子ども子育て応援し隊 Popke Lab

町の子どもたちや子育てを地域みんなで支えたいという思いを持ったメンバーが、町や学校などと連携を取りながら、親の目線で支援を行っています。

昨年11月には町から委託を受け、一時預かり保育の実施を開始しています。



## 子育て支援センター

町保育所ぬくぬくと同じ施設内にあり、子ども同士や親同士の交流を持てる場です。

転入者や移住者も多く利用しており、楽しく話をしたり、ちょっとした困りごとを相談したりすることもできます。

イベントなどの情報は、16ページで紹介しています。



## 特集

## 地域で育てるくっちゃん子

### 町の子育て課題

この町の特徴に転出入者や移住者が多いことが挙げられます。道外や海外などの遠方からの転入の場合、親族や知り合いが身近にいなかったり、慣れない土地でどんな支援があるかわからなかったりするため、孤独な子育てに陥りやすいという問題があります。町は、町民の多世代交流を目指し、子育て支援団体との連携を強めながら、さまざまな新事業を展開しています。

「地域のみんなで子どもを育てていきましょう」という方針で、くっちゃん子条例の制定を目指す本町は、特に近年、子育て支援に力を入れています。今月号の特集では、妊娠から就学前の支援にスポットを当て、地域のお母さんや子どもたちを見守り、育ててきた皆さんや町が実施している事業を紹介していきます。

### 保健師から伝えたいこと

女性は、妊娠・出産・産後と急激なホルモンの変化により、今までとは違う自分に戸惑うことがあるかもしれません。頭で考えすぎず、体や心の変化をありのままに受け止めてみんなで子育てしていきましょう。

気持ちがモヤモヤしたときは電話でもよいので、遠慮しないで、迷わずご相談ください。(☎22-1144)

町にはさまざまな支援があります。自分や子どもに合うと感じる支援を、自分たちのペースで利用してもらいたいと思っています。

赤ちゃんや小さいお子さんがいる家庭を主にサポートしています！気軽に相談してください。



むらや 村谷 看護師  
にし 西 看護師  
やすはら 安原 保健師

## 両親学級

妊娠安定期に入った妊婦さんとパートナーで参加します。赤ちゃんをお風呂に入れる「沐浴体験」をし、パートナーの方は10kgの重りを身に着ける妊婦体験ができます。

### 参加してみても…

俱知安での知り合いを増やす意味でも参加しました。実際に沐浴をやってみるといろんな手順があって意外とバタバタしましたが、事前に練習できる経験は大事だと思いました。また、妊婦体験で大変な場面を夫婦間で共有できてよかったです。

忙しくなりそうな子育てスタートの前に子育てのことについて夫婦でゆっくり話せる機会にもなりました。



てるき 輝樹さん かほ 夏帆さん  
夫婦

# パフ とわかる！ 町の子育て支援事業

近年、町では子育て支援団体などと連携をし、子育て支援に関するさまざまな事業を実施しています。

今回は、実際に支援を利用した皆さんの声と事業の一部を利用時期の順番で紹介します。これから子育てを控えている方や子育て中の方などは、参考に利用してみてください。

## LINEの友だち登録で簡単に情報をゲット！

子育てに関する「一時預かりの日程」などの情報は、LINEでお知らせしています。



「受信設定」を『子育てに関する情報』にすると関連情報のみ受け取れます。

友だち登録はこちらから！



## 一時預かり事業

昨年11月から開始し、親子離れが初心者の方でも安心して利用できるよう、1回で2組までの子どもを預かります。また、保育士や子育て支援員などが2人体制でお世話をします。

### 利用してみても…

子どもが預かりを楽しみにするほど、支援員の方がよくお世話をしてくれるため、親として安心して預けることができ、いつもはできない自分の通院やリフレッシュをしたいときなどに利用しています。

また、子どもが親以外の大人や友だちと関わることで、言葉や関わり方など成長につながっていると感じています。



のりこ 典子さん ゆき 有希ちゃん  
親子

## 伴走型相談支援

今年度から始まった事業で、妊娠から産後にかけて3回の面談を来所や自宅訪問で行い、出産や育児の見通しを持つことで安心して子育ての準備を進められるようサポートをします。

### 利用してみても…

子どもが元気いっぱい時期なので、自宅に来てくれるのはありがたかったです。2人目の出産を控えていて、不安に思う部分の相談や、町の支援について知らなかったことを知る機会にもなっていました。

他にも電話をするほどではないけれど、気になっていたことを保健師さんに聞けたので、安心しました。



まゆ 麻友さん おうたろう 凰太郎ちゃん  
親子

その他

5歳ころ

2歳ころ

4カ月～1歳6カ月

**子育て相談室**（0～18歳の子どもを持つ保護者）  
月2回開催の完全予約制で、保健師や栄養士に相談ができ、親子のリフレッシュの場としても利用できます。

**一時預かり事業**★  
週1回ほど、午前中に子どもの預かりをします。保育士や子育て支援員などの資格を持つ方が子どもたちをお世話します。

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
| <b>産後ケア事業</b> ★<br>出産後1年以内の方の自宅で、助産師が必要なケアをします。 | <b>ベビークッキングスクール</b><br>段階に分けて離乳食の作り方や味付けを学び、参加者同士で交流します。 | <b>親子でかむクッキング</b><br>よくかんで食べる幼児食をみんなで一緒に作り、試食をします。20ページには、栄養士から2月に開催した様子を紹介しています。 | <b>プレ療育</b><br>親子が保健師や保育士と一緒に、少人数の集団の中で遊びながら、その子に合った関わりや遊び方を経験します。 | <b>5歳児アンケート</b><br>5歳は社会性が大きく成長する時期で、子育ての悩みも変化する時期でもあるため、アンケートを実施します。 |
|---|--|---|--|---|

1～4カ月

出産期

妊娠期

|  |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
| <b>伴走型相談支援</b> ①<br>【妊娠届出時面談】<br>妊婦・産婦健康診査、超音波検査、新生児聴覚検査の受診券を渡します。保健師と今後のサポートや手続きなどの話をし、出産・育児に向けてのプランを一緒に立てます。 | <b>両親学級</b><br>妊婦さんとパートナーで沐浴体験や妊婦体験ができます。 | <b>伴走型相談支援</b> ②★<br>【妊娠8カ月面談】<br>出産に向けての準備や産後のプランについて、保健師や看護師が来所や自宅への訪問を通して一緒に考えます。 | <b>母親学級・ベビーサロン</b> ★<br>今年度から始まったベビーサロンは、母親学級と一緒に開催しています。<br>妊婦さんと産後の親子が参加するので、産婦さんの体験談を聞いたり、赤ちゃんに触れ合ったりして交流します。 | <b>伴走型相談支援</b> ③<br>【赤ちゃん訪問】<br>保健師や看護師が自宅を訪問し、赤ちゃんの発達の確認や子育ての相談ができます。<br>1カ月前後の全ての赤ちゃんが対象です。 |
|--|---|--|--|---|

★…今年度から始まった新しい事業です