

須坂★暮らしサポート情報

『未就園児の子育て支援～子育て支援センターと児童センター』

須坂市には乳幼児を育てる親の交流の場として「子育て支援センター」があり、専門の保育士が子育てのお手伝いをしています。入園前の乳幼児を育てるお母さんたちが、日頃の育児の悩みや子育ての情報交換ができる場として重要な役割を担っています。

子育て支援センターは須坂駅の近くにある中央児童センター内に併設されています。中央児童センターを含め市内には0～18歳未満の子どもと保護者が利用できる児童センターが4ヶ所（他に南部、東部、北部）あります。午前は未就園児の親子の利用が中心で、トランポリンなどの遊具やおもちゃで伸び伸び遊びます。午後になると小学校の子どもたちが本を読んだり体を使って遊んだりしています。これらの施設は誰でも自由に無料で利用することができ、親同士も交流しながら子育てを学び合える場所です。

須坂市で取り組んでいる子育て支援について「子育て支援センター」所長の宮澤さんに話を聞きました。



●水曜日は『集まりの日』

子育て支援センターは月曜日から土曜日の毎日 10時から 18時まで（11～3月は 17時まで）開放しています。市内はもちろんのこと市外からも利用できます。毎週水曜日は『集まりの日』で、その季節に親子で楽しめる内容を企画しています。隣接するシルバー人材センターの会員の皆さんと年に数回交流することもある、シルバー人材センターが所有する畑で、じゃがいもや苗植えや収穫体験を行ったりしています。訪問したこの日も、親子でさつま芋の苗植えや花植えをみんなで楽しそうに体験していました。



●年2回開催の育児講座『すくすく育児ランド』

『すくすく育児ランド』は、子育てをするお母さんのための講座です。年2回春と秋に開催され、育児に役立つ講演（子育ての話・絵本の話）や食育、自分の健康を見直す検診、グループワークを行います。お母さん同士も情報交換で友だちの輪が広がります。各回ごとに子育てのお得な情報が得られる「子育て支援センター」ならではの講座です。



すくすく育児ランド

☆子育てにお得な情報が満載です。子育て中の皆さん、一緒に学びましょう。

<p>【第1回】5月23日(火) … 星の心のセルフケア …</p> <p>☆ 講話「イライラ・落ち込み・自己嫌悪等 不安な気持ちを減らすコツ」</p> <p>☆ 講師：Dream Seed代表 三井 洋子先生</p>	<p>【第2回】5月30日(火) … 元氣をリフレッシュ、おいしい ご飯のすすめ方 …</p> <p>☆ 講話「子どもの栄養と食事」</p> <p>☆ 調理のデモンストレーション</p> <p>☆ 講師 栄美士 ☆ 監修 佐藤美奈子先生</p>
<p>【第3回】6月6日(火) … ママの健康を見直そう！ …</p> <p>☆ ママの健康とニチェック 骨密度・体組成計の測定</p> <p>☆ 健康に関するお話し</p>	<p>【第4回】6月13日(火) … 絵本を通しての 親子の関わりについて …</p> <p>☆ 講話「絵本を通しての 親子の関わりについて」</p> <p>☆ 講師 絵本セラピスタ 清水 美奈子先生</p>
<p>【第5回】6月20日(火) … みんなでワイワイ騒ごうよ …</p> <p>☆ グループワーク</p>	<p>☆ 毎回、託児があります。裏面をご覧ください。 ☆ 5回シリーズになっていますので、できるだけ 続けてご参加ください。</p>

* 場所：福祉会館 託児：子育て支援センター
* 時間：AM10:00～12:00
(託児の受付は9:45分から子育て支援センター
でお願いします)

* 託児料：保育料1000円/月
* 申し込み締め切り：5月19日(金) (先着25名です)
* 申し込み：子育て支援センター (TEL.245-6588)

●子育て中のお母さんが活躍する「母親クラブ」

市内の各児童センターでは、簡単なクッキングやヨガ体操など親子での交流が行われています。各センターには子育て中のお母さんたちが活躍するサークル「母親クラブ」があります。会長、副会長が中心になってセンターの職員とイベントを企画しながら『集まりの日』を盛り立てています。

南部児童センターで母親クラブの会長をしている田尻裕里さん(29歳)は4歳と9か月のお子さんを育てているお母さんです。ご主人のお義母さんの実家がある須崎市周辺への移住を考え、3年前に東京から家族で引っ越して来ました。移住してまもなく児童センターを利用し始め、今年から会長をしています。



「須崎市は公園など子どもを遊ばせる場所がたくさんありますね。病院などの施設も揃っていて便利だったことから安心して移住しました。今は2人目の子どもと一緒に児童センターに通い、他のお母さんたちの協力を得ながら楽しく会長をやらせてもらっています」田尻さんは須崎市での充実した暮らしについて話してくれました。

この日、南部児童センターの『集まりの日』は餃子の皮を使ったピザ作りを行い11組の親子が参加しました。子どもたちは集中して一生懸命ピザの具をトッピングしていました。

「家では食べない子どもたちも、ここに来てお友だちと一緒に不思議と何でも食べられるんですよ」と田尻さんは活動を通して気づいたことを話してくれました。お母さんたちも行事を通して様々なことを学び充実しているように感じました。





餃子の皮で作れる！簡単ピザ



野菜を練りこんで色付けしたパンを使ってカエルとうさぎのキャラパンも作れるよ！

●祖父母と親世代が交流する『すくすくホーム』、父親同士で交流する『すくすくパパ』

子育て支援センターでは、講座当日に知り合った祖父母の皆さんと現在子育て中の保護者が、お互いの立場で感じている思いを話し合い、子育てや孫育てを共有する交流が行われています。祖父母の子育て時代と現在の子育ての仕方が変化してきている中、管理栄養士の話や聞き取り、子育てに対する思いなどを話す場になっています。お互いの良さを認め合い、当たり前とっていた気持ちが感謝の気持ちに変わったという感想も聞かれ、嫁と姑、舅との良い関係づくりに役立っています。田舎町「須坂市」の地域性が感じられる企画になっています。

また、お父さん同士が交流しながら学ぶ『すくすくパパ』の講座も年に3回ほど行われ、料理作りや親子で臥竜山散策をして同世代のお父さんたちが交流できる貴重な機会となっています。

●ピアママサロン

子育て支援センターで開催される講座『ピアママサロン』は、お母さん同士が子育てについて共に考えながら、思いや経験を共有しサポートしあって仲間づくりをします。「お母さんが生活の中で、子育てを楽しみながら、やりたいことが見えてきたらいいな～と思います」とのことです。



貸出しているおもちゃアラカルト「おもちゃ図書館」



●妊娠中から出産後のお母さんやお父さんたちへ

子育て支援センターは乳幼児を持つお母さんはもちろん、妊娠中のお母さんや子育てに協力するお父さんたちも気軽に利用できる施設です。講座の開催には必ず託児もあり参加しやすくなっています。赤ちゃんを抱いたお母さんは「先輩ママ」から子育ての貴重な体験談を聞ける大切な情報交換の場になり、母親同士の友達の輪を広げることができます。妊娠中でこれから「新米ママ」になる人の利用も大歓迎だそうです。

「子育ては楽しいことだってお母さんたちに体験を通して感じてほしいですね」と宮澤所長は話します。近隣の市町村から利用しているお母さんは「須坂市は車で動きやすい町なのでセンターに来やすくとても便利な施設です」と話してくれました。お母さんたちは二度と戻らない親子の大切な時間をセンターで過ごし共に成長しています。

須坂市では、未来を担う子どもたちの健やかな成長を願い、平成27年度までに公立保育園10園すべてを建て替えるなど子育ての環境整備に力を入れています。出産予定の方、これから子育ての場所をお考えの皆さん、豊かな自然の景色を背景に、充実した生活環境の「便利な田舎」須坂市で楽しく子育てをしてみませんか。

(須坂市移住・定住アドバイザー 豊田貴子)



子育て支援センター（中央児童センター内）

月曜日～土曜日（日曜・祝日・年末年始は休館）

午前10時～午後6時（4～10月）

午前10時～午後5時（11～3月）

☆おもちゃの貸し出し、チャイルドシートやベビーベッドなども借りることができるので里帰り出産で一時利用することもできます。子ども服のリユースも行っています。

☆少しでも子どもを見てほしい時に利用できる『ファミリー・サポート・センター』が便利です。塾通いの子どもの送迎、お母さんの通院など、困ったときのサポートを、提供会員さんをお願いできる制度があります。

詳しくはこちら

<https://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/item.php?id=5953364fb0dcc>

- | | | |
|-----------|------------------------|---------------|
| ●中央児童センター | 須坂市大字須坂 1212 番地 1（馬場町） | ☎026-245-5010 |
| ●南部児童センター | 須坂市墨坂南四丁目 1 番 8 号（屋部町） | ☎026-248-2330 |
| ●東部児童センター | 須坂市大字日滝 91 番地 4（高橋町） | ☎026-246-0079 |

