

専門職がサポートします

市川市で安心子育て

子育てはいつになっても悩みが付きません。市ではみなさんの子育てを少しでも支えられるように、健康や保育の専門職が各窓口で相談を受け付けています。子育てで疑問や不安に思うことがあったら、お気軽にご相談ください。

☎377-4511健康支援課、☎711-0679こども家庭支援課

お子さんが生まれた全家庭を訪問し、育児相談の案内をしています。



保健師 半田 静乃

発育や発達の不安 保健師 が伺います

保健師は、看護師の資格を併せ持ち、家庭訪問や健康診査などを通して、みなさんが心身ともに健康に暮らすためのお手伝いをしています。赤ちゃんが生まれると、「こんなに泣いて大丈夫かな」「赤ちゃんが全然寝なくて疲れちゃった」などと感じる方も多々あります。保健師は、このように出産後の不安が高まる時期にご家庭を訪問し、赤ちゃんの母乳やミルクの飲み具合、体重の増え方などを確認しながら、ご家族の不安や負担に思うことなどのお話を伺います。また、妊娠中の相談にもお答えしますのでお気軽に問合せください。



妊娠したらどうしたらいいの まずはアイティへ

(母子保健相談窓口)

常駐する専門職 保健師・看護師

妊娠中や子育て世代の方が、安心して出産や子育てに臨めるように保健師や看護師があらゆる相談に応じる窓口です。妊娠期から子育て期にわたり切れ目のない支援を提供できるよう、一人ひとりに合ったサービスも案内します。



子育ての総合相談窓口はこちらです 子ども家庭支援センター

常駐する専門職

保健師・保育士・栄養士・助産師・看護師・社会福祉士

18歳未満の子どものしつけ、接し方、家族関係など子育てに関するあらゆる相談を電話・窓口でお受けします。

☎アクス本八幡(八幡3-4-1)

☎711-0679同センター

子育て情報を探すなら いちかわっこWEB

市内のイベントや遊び場、相談場所を掲載しています。

いちかわっこWEB 検索



新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため一部の事業を縮小しています。

しつけや育児に迷ったら 保育士 がサポートします

子育てはイヤイヤ期の対応やトイレトレーニングなど、とまどいや不安を感じることも多いのではないのでしょうか。保育士はこうした生活習慣を、遊びや活動を通して子どもが身に付ける手助けをし、心身の発達や社会性を育むサポートをします。保育士という保育園のイメージが強いですが、地域のこども館や地域子育て支援センターでも、親子が楽しめるイベントや子育て相談をおこなっています。

悩みが寄り添いながら親子が笑顔になれるよう取り組んでいます。



保育士 大石 純子



食事や栄養で気になることがあったら、お気軽にご相談してください。



栄養士 村上 亜希子

食から始まる健康づくり 栄養士 がアドバイス

「妊娠中は何を食べてほしいの」「子どもが離乳食を食べない」「栄養バランスの良い食事は」というように、妊娠から始まる子育て期間は、妊娠中に必要な栄養や、離乳食の進め方など分からないことがたくさんあると思います。栄養士は妊娠期間向けの「パパママ栄養クラス」や、離乳食の進め方を伝える「離乳食教室」、食に関する相談など、子育て世帯の健康を食の面から支える取り組みをしています。



おうちのなかでも親子で楽しくふれあい遊び

家の中で過ごすことが多くなる中「ふれあい遊び」でお子さんとスキンシップを取ってみたいかがでしょうか。触れあうことや身近な人の笑顔はお子さんに安心感を与え、健康な育ちにつながります。

0歳児

大人があおむけに寝転がり、腰のうえに子どもの体を乗せます。子どもの脇の下をしっかりとつかんで体を支え、前後・左右に揺らして遊びます。



1歳児

子どもの目の前にボールを置きます。ボールを軽く転がし子どもがボールを追いかけたら「まてまてー」などと言って一緒に追いかけると盛り上がりやすくなります。



2歳児

四つんばいになった大人の上に子どもがまたがります。落ちないようにしがみついたりすることで体幹が鍛えられます。布団を敷くなどしてけがの防止に努めましょう。



3歳児

子どもの目の前で大きくジャンプ。そのとき「ジャンプ」とかけ声をかけて。できなくてもまねっこで大丈夫です。全身の筋力を育てます。



こんなときだからこそ、できるだけ生活のリズムを崩さないこと、運動をすることが大切です。

その他にも「助産師」「看護師」などが、さまざまな子育て相談に対応できるよう体制を整えています。