



多賀城市  
平成30年  
10月スタート

## 子育て世代包括支援センター が

皆さんの子育てを応援します！



子育て包括支援センター（窓口）

市役所 6階 健康課

連携

すくっぴーひろば

健康課とすくっぴーひろば、どちらでも相談できます！

気軽に相談できる「ほっとライン」（健康課）



電話  
368-1021（直通）

月～金曜日（土日祝日、年末年始  
12/29～1/3除く）  
9:00～16:00



メール



メールでも相談でき、  
24時間受け付けています。

多賀城市HP内で「ほっとライン」と  
検索するか、QRコードを読み取ると  
相談フォームへアクセスできます。

健康課保健師・助産師が相談をお受けします。一人で悩まず、お気軽にご利用ください。

ぜひ  
ご参加ください

## みんなで考える防災サロン

～「日常生活における防災・減災」と一緒に考えてみませんか～

すくっぴーひろばでは、東北大学とNTTサービスエボリューション研究所と共同で「防災サロン」というワークショップを行っています。

「ステルス防災～防災・減災の行動を日常にインストールする」をテーマに大学生の『アイデア』と子育て家庭の『生の声』をミックスする場です。なんだか難しく聞こえますが「一緒に防災について考えよう！」「大学生や他業種の人とお話ししてみよう」という親しみやすい内容になっています。

- 日時 11月 8日（木）11:00～12:00  
11月30日（金）10:30～11:30  
12月18日（火）10:00～12:00

場所 すくっぴーひろば 研修室



【全5回の開催】

10月5・18日の開催にたくさんの参加ありがとうございました。

＊毎回、申込み不要・出入り自由です。みなさんの参加をお待ちしています。

## 11月は「乳幼児突然死症候群（SIDS）の 対策強化月間です（厚生労働省）

SIDSから  
赤ちゃんを  
守りましょう



SIDSは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る、原因のわからない病気で、窒息などの事故とは異なります。

予防法は確立していませんが、3つのポイントを守ることによりSIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

【3つのポイント】

- ① 1歳になるまでは、寝かせるときはあおむけに寝かせましょう。
- ② できるだけ母乳で育てましょう。
- ③ たばこをやめましょう。

春にあけた  
準備を今から  
新しい環境への慣らしにも  
すくっぴーひろばの一時預かりをご利用ください

～幼稚園・保育所(園)に入園入所をお考えのパパやママに～

入園・入所の申し込みが始めますね。入園・入所を待ち遠しく思ひながら、初めて送りだすその時を思うと今からドキドキ…。

そんな皆さんに「すくっぴーの一時預かり」はいかがでしょうか。

家族以外の人と過ごす新たな経験は、お子さんを成長させるきっかけに。

お子さんを見守るパパやママには、大きな安心になると思います。

一時預かりは1時間から利用することができます。

【一時預かり（生後6か月～就学前）】

多賀城市民 1時間 700円（以降 30分毎に 350円）  
他市町村の方 1時間 800円（以降 30分毎に 400円）

\*仕事、通院、リフレッシュなど、理由は問いません。利用には事前に登録が必要です。



## すくっぴーの ワンポイントアドバイス



インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしつかりとる
- ④ 室内の温度、湿度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぷりの  
睡眠も大切！



うがいが上手にできない子どもは、水やお茶を飲むだけでも効果があると言われています。

手を上手に洗うのがむずかしい子どもや、手を洗う場所がすぐに見つからない外出時にはアルコール除菌のウェットティッシュを使用する方法もあります。

すくすくの芽

絵本は好きですか？



ぱくはだいすき！  
まだ小さい。  
見ても分から  
ないかな。

そんなことはないよ！



赤ちゃんも  
目で見て  
耳で聴いて  
いろいろ感じ  
ていろんだよ

おとなが自分に向けて  
話しかけてくれることが  
うれしい！



子どもにとって、絵本は  
おとなと自分を結ぶ  
コミュニケーションツール  
なんだ！

スキシップ  
にもなるね



たくさんのか  
こくばくも  
出逢うよ。

興味はそれぞれ。  
その子の様子に合わせな  
がら、ゆるーくお付き合い  
していきましょ。



あとなも  
一緒に  
楽しんでね  
すくっぴーひろばでも、「出前おはなし会」や  
「すくっぴータイム」など読み聞かせをしています！