

# 子育ての「悩みや不安」「情報」「解決策」をシェアしよう!

家事や仕事の忙しさやワンオペ育児の中、子育ての悩みや不安をすべて一人で抱え込むのは大変。なかなか思うようにいかないことも多く「何を調べればいいのかも分からなかった」「インターネットで調べるとたくさんの情報がありすぎて、結局何が正しいか分からない…」という先輩ママも。  
スタッフと話すことで、役立つ情報をもらえるだけでなく、ツライ、疲れた、大変、心配など、なかなか口に出せない心の声を伝えると気持ちも体も軽くなります。



## 子育て相談



どんな小さな悩みでもOK

専任の保育士、栄養士、看護師がお話を聞きます!  
お電話でも相談ができます。

- よく寄せられる悩み
- ・離乳食を食べない
  - ・寝ない
  - ・ハイハイが遅い
  - ・イヤイヤ期
  - ・体調が心配など

## 地域子育て支援センターでできること



### 遊ばせながらちょこっと相談

子どもと一緒に園内で遊べます

ワンオペ育児は会話が少なくなりがちです。誰かと話すことでストレス解消にも。遊ばせながら、思い出した悩みをスタッフに気軽に相談!



### 子育てサポート相談

子育て中に利用できるさまざまな施設や制度をご紹介します

- 施設・制度紹介例
- ・子どもの一時預かり
  - ・家事代行
  - ・子どもの遊び場
  - ・保育園や幼稚園のこと
  - ・病気になったときのことなど



▶地域子育て支援センター(各保育園内)  
時 平日午前9時30分～午後4時30分

悩みがなくても  
まずは一度遊びにきてください!

子育てに役立つ動画も配信中!



## 子どもがど真ん中 / 西東京市の子育てサポート

### 一時保育

短時間就労や保護者会への参加、冠婚葬祭、育児疲れのリフレッシュなどさまざまな理由で、家庭での育児が困難になったとき、一時的にお子さんをお預かりする制度です。  
※詳細は市HPをご覧ください。

在住で生後3カ月から満1歳に達する日の前日までの認可保育所などに入所していないお子さん▶

在住で満1歳から就学前までの認可保育所などに入所していないお子さん▶

▶幼児教育・保育課 ☎042-460-9842

### ファミリー会員登録説明会

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と子どもを預かる方(サポート会員)が会員となる相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は参加してください。

時/場 ● 11月18日(土)午前10時～正午 / 田無総合福祉センター

● 11月28日(火)午前10時～正午 / 住吉会館ルピナス

定 20人(申込順) ※保育あり(1歳以上5人まで)

申 各回説明会前日の午後5時までに電話で問へ

問 ファミリー・サポート・センター事務局

☎042-497-5079

▶幼児教育・保育課 ☎042-452-6777

### ファミリー学級・1日制(マタニティーズ) 【妊娠中から産後の生活と健康、赤ちゃんのお世話について】

時 11月20日(月)午前10時～11時30分

場 防災・保谷保健福祉総合センター2階

対/定 在住で妊娠28週～35週の初妊婦(パートナーの参加可) / 12組

※市のファミリー学級・2日制に参加していない方

申 11月16日(木)までに電話で下記へ

▶健康課 ☎042-438-4037

### ファミリー学級・2日制 第9コース ～初めて父親・母親になる方のための教室～

1日目: 妊娠中の生活と健康

2日目: 赤ちゃんのお世話について

時 ● 1日目: 12月2日(土)午前9時30分～午後0時15分

● 2日目: 12月22日(金)午後1時30分～4時15分

場 防災・保谷保健福祉総合センター2階

対/定 在住で初めて父親・母親になる方 / 24組

対象出産予定月: 令和6年3月～4月

※2日間ともパートナーとの参加が可能です。

申 11月3日(祝)～17日(金)までに市HPまたは5面右上

電子申請

▶健康課 ☎042-438-4037

### まますた

#### 【第一子出産後まもない時期のママたちのフリートーク・情報交換】

時 12月6日(水)午前9時45分～11時(受付は9時30分から)

場 防災・保谷保健福祉総合センター3階

対/定 在住の4カ月ごろまでの乳児とその母親 / 8組

申 11月29日(木)までに電話・メール(5面右上記入例D)

☎fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

▶健康課 ☎042-438-4037

### 離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期から後期のお話、歯科の話】

時 12月7日(休)午前10時30分～11時45分

場 田無総合福祉センター

対/定 在住の6～8カ月の乳児と保護者(第1子優先) / 16組

申 11月23日(祝)までにメール(5面右上記入例E)

☎fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

▶健康課 ☎042-438-4037

### 年末保育の実施

年末に保護者が就労のため家庭で保育ができない場合に、市内公設公営保育園で保育を実施します。  
時 12月29日(金)午前7時30分～午後6時30分で保護者の就労に応じた時間  
※午前10時までに登園。午後のみ保育は行いません。

□実施場所 すみよし保育園・向台保育園(予定)

□保育要件 保護者の就労により家庭保育が困難と認められたとき

対/定 在住で満1歳～就学前までの子ども / 各園30人(申込人数により抽選および調整あり)

¥ ● 半日利用(午後1時<sup>時</sup>)…1,500円

● 1日利用(午後1時を超えた場合)…3,000円

(おやつ代を含む)

※昼食は弁当を持参してください。

申 11月15日(水)～12月4日(月)に、下記の提出書類を幼児教育・保育課(田無第二庁舎2階)または市内公設公営保育園へ持参

□提出書類

● 年末保育利用申請書

● 勤務証明書(両親分): 12月29日(金)が勤務であることを事業主が証明したもの

● 児童連絡票

● 食事調査表

● 保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表(食物アレルギーなどがあり1日利用でおやつを食べる児童のみ。市内認可保育園在園の方は園から写しをもらってください)

※各書類は幼児教育・保育課および市内公立・私立保育園で配布

□決定通知発送予定 12月8日(金)

▶幼児教育・保育課 ☎042-452-6777