

発達支援 ~お子さんの発達の悩み、相談してみませんか~

発達支援センターめだか園

発達支援センターめだか園では、お子さんの発達(ことばや情緒、行動、運動機能など)に関する相談を行っています。言語聴覚士や臨床心理士、理学療法士などの専門家が一人ひとりのお子さんに合った支援を一緒に考えています。

また、めだか教室(1、2歳児)、さくらんぼ教室(年少、年中児)、たけのこ教室(年長児)等の



このような活動を日々繰り返し、様々な経験をすることによって、待つ力、聞く力、次の活動へと切り替える力、自分でやろうとする力、集団に適応できる力などを養い、心身の発達を促しています。

ペアレント・トレーニング講座

保護者がお子さんの持つ特性を理解し、上手な関わり方を学ぶ場としてペアレント・トレーニング講座を10回コースで開催しています。

平成30年度は、年中児から小学校4年生までの子どもを持つ保護者6名が参加しました。

療育教室を行っています。教室では、遊びを通してお子さんの発達を支援しています。平成30年度(H30.12.31現在)は、64名のお子さんが登録し、延べ1,206名の利用がありました。

療育教室の内容

- ◆体操(運動機能を高める)
- ◆親子遊び(スキンシップを通した感覚刺激を促す)
- ◆呼名・返事、当番活動など(言語刺激を促す)
- ◆楽器遊び(情緒の育成、運動機能を促す)
- ◆おはなし(視覚を通して話を聞く習慣を身につける)
- ◆サークット(体育道具を組み合わせた粗大運動で運動機能を高める)

親子いきいき会です

親子いきいき会では、親子保健計画を推進し、親子の健康づくりを広めるための活動を行っています。今後も子どもたちを中心に、地域ぐるみで、誰もが健やかに生活していくための取組みについて検討し、提案していくたいと思います。



発行:糸魚川市教育委員会事務局 こども課

平成30年度

親子保健計画実施報告

アイ ラブ ジ オ

川 ♥ GEO 親子で遊んで ひとみかがやく
日本一の子どもをはぐくむ!

を目標に、第3次糸魚川市親子保健計画(平成28~35年度)に基づく保健事業を実施しています。今年度行った主な活動を報告します。

早寝早起きおいしい朝ごはん市民公開講座 『生きる力の源、生活習慣の確立は一生もののプレゼント』 ~眠って、賢く、優しく、美しく、人間力UP!~

平成30年12月8日(土)、糸魚川地区公民館において、富山大学理事・副学長で睡眠学の専門家である神川康子氏を講師にお招きし、市民公開講座を開催しました。



日本では、大人も子どもも半数以上が「睡眠負債」をためています

睡眠負債とは、睡眠不足による心身への負担です。どんどんため込むと病気の引金になります。

脳機能低下

- 例) 集中力の低下
意欲の低下
認知機能障害など

循環器機能低下

- 例) 高血圧
心筋梗塞
脳血管疾患など

免疫機能低下

- 例) 感染症やアレルギーにかかりやすくなるなど

脂質代謝機能低下

- 例) 肥満
糖尿病など

8時間では睡眠不足です！子どもに必要な睡眠時間の目安は…

0~3ヶ月	4~11ヶ月	1~2歳	3~5歳	6~13歳	14~17歳
14~17時間	12~15時間	11~14時間	10~13時間	9~11時間	8~10時間

※乳幼児は昼寝の時間を含みます。

子どもの頃の規則正しい生活習慣の確立はその子の生涯に渡り、心と体の健康的な土台となる一生もののプレゼントです。

いっぱい遊んで、 早寝早起きおいしい朝ごはん

園や親子活動への、じゃれつきアドバイザー派遣

子どもの心と体の育成のため、希望のあった保育園・幼稚園や団体へのアドバイザー派遣を行いました。一緒に楽しく遊びながら、保育園・幼稚園でも家庭でもじゃれつき遊びを体験できるようにしています。

ダイナミックな遊びは
パパが大活躍!!



いっぱい遊んだあとは、集中力も高まります。



早寝早起きおいしい朝ごはんの普及と啓発

平成18年度から「早寝早起きおいしい朝ごはん」を合言葉に、保育園・幼稚園や小学校での健康教室や教材による規則正しい生活習慣の強

化、中高生の生活リズムチェックシートの実施など様々な方法で生活リズムを向上するための取組みを継続しています。



小学校の健康教室の様子



保育園の健康教室の様子

●健康教室に参加されたお父さん方から、感想をいただきました

平成30年10月10日、大和川保育園では「パパと遊ぼう」の保護者参観でお父さんへの健康教室を行いました。普段、参加の難しいお父さんに規則正しい生活リズムや食事、電子メディアにかたよらない遊びの大切さについて話を聞いていただく貴重な機会になりました。

- ◆朝ごはんの大切さがわかって良かったです。スマホを見せるのを控えようと思います。
- ◆子どもとの関わり方や食事のことなど勉強になりました。実践してみよう思います。

いといがわで 地元de産もう! ~満足できる出産と 産後の支援を進めています~

市内の産婦人科で満足して出産していただくために、市、教育委員会、糸魚川総合病院が連携し、「市内産婦人科確保対策事業」として、平成28年度から出産等奨励金の交付や、お祝い膳のサービス等の取組みを進めています。

平成30年度には新たに、糸魚川ジオパークのマスコットキャラクター「ぬーな」を活用したオリジナルイラストを作成しました。また、出産された方へお渡しする「出産お祝いメッセージカード」の作成も行っています。



ぬーな
お祝いメッセージカード
ねーな

おいしいと評判のお祝い膳、
スイーツを提供!



市内産婦人科で出産した方への限定サービス!

- ◆市内出産奨励金の交付(5万円)
- ◆お祝い膳や、選べるお祝いランチをサービス(産後の入院中)
- ◆専用アロマ室でのアロママッサージ(希望制・有料)
- ◆お母さんの沐浴(もくよく)体験
- ◆月2回のマタニティスクール(家族も受講できます)
- ◆退院後、助産師による新生児訪問や産後1か月健診(無料)
- ◆母乳育児に関する相談(おっぱい外来)など

市内の料理店、レス
トラン、菓子店のご
協力をいただき提
供しています。

妊産婦医療費助成制度

妊産婦の疾病の早期発見と早期治療を目的に平成30年度からスタート



対象者 市内に住所のある妊産婦の方

対象期間 母子健康手帳の交付を受けた日(転入の場合は転入日)から出産した月の翌月末までの受診について

助成額 健康保険の適用となる医療などで、入院及び医師の処方による薬剤の費用は全額を、通院時は自己負担金(通院1日につき530円)を除いた額を助成します。

たとえば ◆通院… 医療費が2,000円であった場合、自己負担金530円を除いた1,470円を助成します。
◆入院… 全額を助成します(ただし差額ベッド・食事代など、保険適用外のものを除きます)。

不妊・不育症治療費助成制度

経済的な負担の大きい不妊・不育症治療費への助成です

対象者 市内に住所のある夫婦で、医療機関で不妊治療・不育症治療が必要と診断され、実際に治療をした夫婦

対象 申請日より、前1年以内に行った不妊治療費、不育症治療費

助成額 1回の申請につき8万円(限度額)

※県などの他の助成制度が受けられる場合は、その額を除きます。

※申請は1年度に1回とし、通算5回まで申請が可能です。

詳しくは こども課 親子健康係 (TEL.552-1511) までお問い合わせください

親子の絆を応援します

愛着形成は「良い生活習慣作り」「しつけ」等、家庭での子育ての土台になります。親子のふれあいや児童・生徒の赤ちゃんとのふれあい体験、性の正しい理解を通して、自他を認め尊重する心、命を大切にする心の育成を目指しています。



赤ちゃんふれあいスクール

平成30年度は15校の小学5・6年生と中学3年生、計687名が参加し、赤ちゃんとのふれあいから、命の大切さや自分自身の成長、家族への感謝の気持ちを学びました。



正しい性教育普及事業

平成30年度は中学校3校で助産師による講義を実施しました。それぞれの年齢と心や身体の発達に応じた内容で生命誕生の奇跡や家族への感謝、性の自立に向けた知識を学びました。



すくすく赤ちゃんひろば

講師をお迎えしての講座やお茶のみ話で、育児方法を学んだり、友達作りができます。また、ふれあい遊びで、親子で楽しい時間を過ごすことができます。



おっぱい相談

助産師、栄養士、保健師が育児全般の相談を行っています。毎月2回実施しています。



妊産婦支援

マタニティスクール・ パパマママタニティスクール



妊婦さんとそのご家族が安心して出産・育児を迎えることができるよう、教室を実施しています。

平成30年度からパパマママタニティスクールを1クール2回に増やし、パパの育児参加も応援しています。

食育の推進

子ども一貫教育方針のもと、9歳(このつ)までの食育を中心に取組みをしており、平成22年度から保育園・幼稚園の年長児を対象にした「キッズ・キッチン」、平成23年度から小学生を対象にした「ジュニア・キッチン」を実施しています。(これまでにキッズ・キッチン4,852名、ジュニア・キッチン1,430名の方々が参加しています。)

この食育教室は、子どもが主役となり、自ら食材を観察、調理する中から、食への関心はもちろん、集中力・協調性・愛情・達成感・満足

感など多くのことを学んでもらうことを主眼に置いています。普通の料理教室とは違い、「料理を教える」のではなく、「料理で教える」ことを大切にしています。保護者の方は調理には参加しません。お子さんが調理をする姿を見守っていただく教室です。

○平成30年度実績

食育教室名	回数	参加者数
キッズ・キッチン	18	園児 254名 保護者 266名
ジュニア・キッチン	9	小学生 152名 保護者 101名

キッズ・キッチン

子どもたちは、説明を聞いてから、魚のウロコとりや内臓とり(つぼ抜き)に挑戦。その後、野菜を切ったり、ごまをすったり、崩れやすい豆腐を手の平の上で切ること等、お友達と力を合わ

せて様々な調理を体験しました。保護者の方々に温かく見守られながら目をキラキラ輝かせて一生懸命取り組みました。

○キッズ・キッチン保護者アンケートより

- ◆ほぼ初めての料理。ドキドキしましたが、ためらうことなく魚に触り、野菜を切る姿に感動しました。
- ◆いつもなら危なくてすぐに先回りして親が色々と手を出していましたが、黙って見守ることの難しさ、自分で考えてやらせてみる大切さを実感しました。初めての経験で自信がついて嬉しそうにしていました。
- ◆親にとっても大変勉強になり、子どもの姿を見ながら楽しく学ぶことができました。薄味にしなくては…とつくづく感じました。
- ◆子ども達だけでの料理は見ていてヒヤヒヤしましたが、先生方の話をよく聞いて、おぼつかない手つきでしたが皆と協力していく成長を感じました。今まで包丁を握らせることがなかったのですが、これを機会に少しずつ練習していくかと思ひます。
- ◆好き嫌いの激しい子なのですが、キッズ・キッチンで作った食事は頑張って食べていたので親としても嬉しかったです。



ジュニア・キッチン

平成30年度は小学校8校で実施しました。出刃包丁を使った魚の背開きでは、初めて魚を捌く子も多く難しかったはずですが、とても上手に捌いていました。キッズ・キッチンでの体験を思い出しながら、真剣に取り組んでいました。

