



# 子育て支援センターに遊びに来ませんか？



なんでも  
ご相談ください！

福祉事務所子育て支援係  
福嶋いづ子さん

子育て中の保護者同士の情報交換や交流もできます。どうぞお気軽に遊びに来てください。

利用料は無料で、就学前の親子が遊べる場所となっています。

市総合保健福祉センター(市民病院隣)の2階にあります。

●「すこやかひろば」  
南さくら幼保連携型認定こども園の敷地内にあります。

●「地域子育て支援センター(さくらサロン)」  
南さくら幼保連携型認定こども園の敷地内にあります。

子育て中の親子が気軽に、そして自由に利用できる交流の場です。子育てに不安や悩みを持っているお父さん、お母さんの相談にも乗ります。育児や子育てに関する身近な地域の情報の提供や、毎月親子で楽しめるさまざまな行事、保護者向けのイベントもあります。

子育て支援センターって  
どんなところ？

		すこやかひろば	地域子育て支援センター(さくらサロン)
利用料		無料	無料
対象年齢		就学前の親子	就学前の親子
時間	月曜～金曜	午前8時半～正午/午後1時～5時	午前9時～午後5時
	その他		土曜 午前9時～午後1時
問い合わせ先		福祉事務所 子育て支援係	地域子育て支援センター
電話番号		72-8701	72-5623
場所		市総合保健福祉センター 2階	南さくら幼保連携型認定こども園 敷地内

一時預かりも  
あります。  
事前予約が必要となりますので、詳細についてはお電話ください。



## 子育て INFO

- 1月13日(水) 1歳6カ月児健診
- 1月20日(水) 乳児健診  
それぞれ、対象児には個別に案内しています。
- 予防接種  
予防接種は病気にかかる前に接種しておくことが大事なポイントです。「生後2カ月からのワクチンデビュー」をおすすめしています。
- 麻しん風しんワクチン  
予防のために麻しん風しんワクチン(MRワクチン)を接種しましょう。  
第1期 生後12月から生後24月までの間にある子ども  
第2期 5歳以上7歳未満の年長児にある子ども

## ハッピー スマイル



原田 凱心くん  
(令和2年6月15日生)

原田 和彦・明理紗さんの三男(市木地区・郡司部)

よく2人のお兄ちゃんと一緒におもちゃなどで遊んでいてたくましい子です。最近では声を出して笑うようになるなど、日々成長を感じています。これから離乳食を始めていく予定でさらに成長が楽しみです。今後も兄弟仲良く真っすぐな子に育ててほしいです。



子育て支援情報

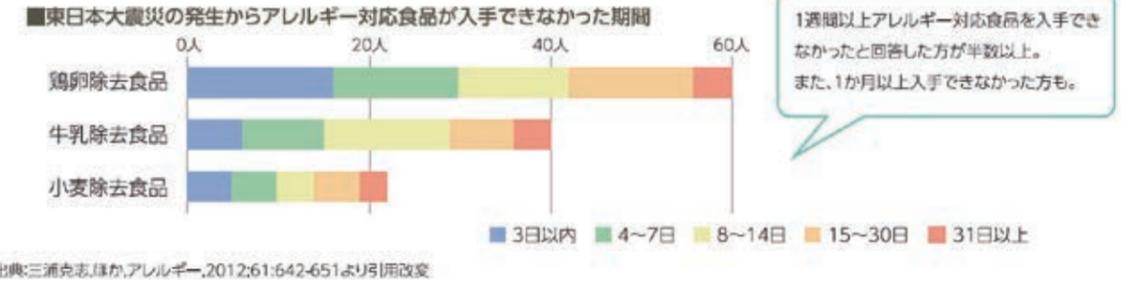
# 乳幼児の災害用 備蓄について



近年、「命を守るための食」の在り方が見直されてきました。行政は、家庭内備蓄を推進しているところですが、通常の食事が摂れない小さなお子さんやアレルギーを持つたお子さんに対しての備蓄について今回は考えてみます。

農林水産省のホームページでは、一般的な対象者に加えて要配慮者のためにも災害時に必要な情報が掲載されています(引用:農林水産省HP)。これを基に、管理栄養士としての見解を交えながら紹介していきます。

- 特殊な食品を用意しておく必要性
- ①配られない場合がある  
避難所で提供される食事は、ほとんどの場合が一般的な食品であり、特殊な食品があったとしても数が限られています。子どもの命を守るために、家庭である程度の食料を確保しておく必要があります。
- ②災害時には特殊な食品の入手が困難になる  
過去の災害の例をみても、アレルギー対応食品を入手するまでに1週間以上かかったという方が半数以上いたようです。大規模な災害になると、さらに期間を要することが想像できます。



## 乳幼児の災害用備蓄について

用意すべき基本的なもの(少なくとも2週間分を備蓄することが推奨されます)

水	カセットコンロ	主食	主菜・副菜
1日1人当たり飲料水として1リットル、調理用などを含め3リットル程度あれば安心です。	食品を温めたり、簡単な調理に必要です。ボンベも1人1週間分(6本程度)	エネルギーの確保 精米・レトルトごはん・カップ麺など	缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品など

## あると便利な備品

食品用ポリ袋(耐熱性のある物)・ラップ・アルミホイル・クッキングシート・クッキングペーパー・キッチンばさみ・除菌スプレー・紙皿・紙コップ・割り箸・缶切り

## 乳幼児がいる家庭で備蓄して欲しいもの

	乳児	幼児	食物アレルギー
必須	○粉ミルク ○ほ乳瓶 ○紙コップ、使い捨てスプーン ○多めの飲料水	○レトルトや瓶詰め の離乳食 ○好きな食品や飲み物、リラックスするもの、安心するもの	○原因物質(アレルゲン)が含まれていない食品のストック ・火やお湯がなくても食べられるもの ・火やお湯があれば食べられるもの 両方用意しておくのが安心です。
さらにこれが あると◎	液体ミルクや使い捨てのほ乳瓶があると、いざというときに安心です。	フォローアップミルクがあると、不足する栄養素の一部を補うことができます。	日頃からの診察で必要最小限の除去にしておくことが大切です。

食料の備蓄は、何らかの事情で外に出られなくなったり、場合にも役立ちます。また、食品には消費期限がありますので、一度にそろえるのではなく、消費期限をずらし購入し、近くなったら消費していくことで無駄なく継続していくことが可能です。

して備蓄することができます。推奨されている2週間分を用意することはなかなか難しいとは思いますが、災害発生後にすぐに食料が配られるとは限りません。最低でも3日分は準備していただきたいところです。

問/福祉事務所こども政策係 ☎ 72-1123