

# のびのびコンシェルジュだより

令和5年(2023年)11月 のびのび子育てプラザ発行



令和5年度もいろいろな相談が寄せられています。年齢は0歳～3歳ごろの相談が多いです。一人目を育てている方の初めて出会う事ばかりで見通しがもてないことへの不安、二人目だけの上の子の姿と違ったり、年齢が高くなっていくにつれて変わっていく悩みなど…。サポートしてもらえ人が近くにいない、ちょっとした話もなかなかできない。よく耳にするのが「ネットで検索しはじめたら、次へ次へと調べてどんどん不安になってしまった」というお声です。情報がたくさんあって迷ってしまいますね。タイムリーに誰かに話せると気持ちが楽になることもあります。話しているうちに自分の気持ちに気づき悩み解決の方向が見えてくる方もいらっしゃると思います。まず口に出してみることから始めてみてください。そこから一緒にヒントを見つけたいと思います。

## 相談の内容は

- ①保育所や幼稚園、プレスクールなど、入所に関わる相談
- ②ことばや行動に関することや友達関係について、イヤイヤの相談
- ③離乳食や食事、睡眠や授乳に関する相談
- ④育児負担や一時的に預けることができる子育てサービス



なんだかうまくいかない、イライラしてしまう自分に悩むなども、まずはお話してみてください。ゆっくりお話を聴いたり、必要に応じて他の機関を紹介したりしています。

## ワンポイント アドバイス

## お家でできる 遊びについて

2～3歳頃

お店屋さんごっこやお買い物ごっこに興味を持つ頃です。食べ物のイラストや写真などがあれば、野菜やお魚など切り抜いて並べて「いらっしゃいませ」と始めてみましょう。子供に小さな袋や要らない容器などを渡すと、どんどん詰めてあっという間になくなってしまいます。今度はお母さんが「みかんください」とお客さんになって買いにいらしてくださいね。「みかん、おいしいね～」などことばでのやりとりも楽しくなってきますね。他にも動物や乗り物などを使っていろいろとあそんでみてくださいね。



# ～断乳・卒乳について～



夜間断乳や日中断乳など、1日の間で乳を飲まない時間帯が10時間以上あるとやりやすいようです。断乳を初めた3日間は機嫌が悪く、よく泣きます。お母さんの代わりに抱っこしたり、あやしたり、お外に出てみるなど子どもの気分を変えることが出来る日を家族と相談して決めるとお母さんの負担も軽くなります。お母さんは乳房の張りが気にならなくなり楽になるまで、少し絞るなどしてケアしましょう。乳房にしこりや痛みがある場合は助産師や医師に相談しましょう。近くの相談できるところを調べておくと安心ですよ。



おもちゃや絵本があり、  
少人数で自由にほっこり  
あそべます。  
育児相談や  
身体測定もできますよ。  
気軽に遊びに  
来てくださいね♪♪



## ～開室日～

毎週金曜日・第1水曜日・第3火曜日  
午前10時30分～午後3時30分  
12時から1時半は飲食も可能です。  
詳しくはホームページをご覧ください。



駐車スペースは2台分あります。妊婦の方、きょうだい・多胎児をお連れの方、遠方から来られる方などお車での来室を必要とされる場合はご利用ください。なお、お車でお越しいただいても満車の場合がありますのでご了承ください。

## 相談について



**相談方法**：電話やメール、来館などご自身にあったスタイルでご利用ください。

相談室での面談を希望する方は、電話で事前に予約してください。

**時間**：日～土曜日 10時～18時 ※年末年始(12月29日～1月3日)はお休みです。

**場所**：吹田市立子育て青少年拠点夢つながり未来館 1階 のびのび子育てプラザ  
(吹田市山田西4丁目2番43号)

**相談専用電話番号**：06-6875-0665

**相談専用メールアドレス**：nobinobi\_soudan@city.suita.osaka.jp

