

区役所地域みまもり支援センターの歯科相談

お口と歯の健康

0 歳
1 歳
3 歳
6 歳

<1歳児歯科健診>
(希望者) 予約制
【対象】1歳3か月未満
【内容】歯科健診・相談

<1歳6か月児歯科健診>
(個別通知)

<3歳児歯科健診>
(個別通知)



<スマイル歯みがき教室>
(希望者) 予約制
【対象】0歳～6歳まで
【内容】歯みがき実習
家庭用フッ素の使い方等



*御希望の保護者の方も受けられます。
*何度でもご利用可能です。

【予約】 サンキューコールかわさき (年中無休) 8時～21時

電話 044-200-3939 FAX 044-200-3900

詳しくは、川崎市ホームページを御確認ください。

乳幼児歯科 検索

内 容	来所年月日
1歳児歯科健診	
スマイル歯みがき教室	

持ち物 歯ブラシ・母子健康手帳・大きめなタオル

歯科No. _____

事故の予防と対策

現在わが国では、不慮の事故が子どもの死亡原因の上位となっています。子どもの周囲の大人たちが環境を見直すことによって発生を減らすことが可能です。事故の内容は年齢によって特徴がありますから、発育過程の中で、いつ頃どんな事故が起こりやすいか知っておくことが、予防の上で大切です。

月齢・年齢別で見る起こりやすい事故

月・年齢	起きやすい事故	事故の主な原因と対策
新生児	周囲の不注意によるもの	☆誤って上から物を落とす ☆上の子が抱き上げてけがをさせたり、物を食べさせたりする
	窒息	☆まくらや柔らかい布団に顔が埋もれる(硬めの布団等を使い、仰向けに寝かせる)
1～6か月	転落	☆ベッドやソファや抱っこひもやベビーカーなどから落ちる(大人用ではなく、できるだけベビークラドに寝かせ、ベッドから離れるときは柵を上げる)
	やけど	☆大人が子どもを抱いたまま熱い飲料をこぼす
7～12か月	転落・転倒・はさむ	☆扉、階段、ベッド、ベビーカー、椅子
	やけど	☆アイロン、ポット、魔法瓶や電気ケトルのお湯、炊飯器やスチーム加湿器の蒸気
	溺水	☆浴槽、洗濯機に落ちる(残し湯をしない)
	誤飲・中毒	☆たばこ、医薬品、化粧品、洗剤、コイン、ボタン電池、磁石など
	窒息	☆お菓子などの食品がのどにつまる
	車中のけが	☆座席から転落(チャイルドシートで防止できる)
1～4歳	誤飲(中毒)	☆範囲が広がり、あらゆるものが原因になる
	窒息	☆お菓子、豆、ナッツ類、ブドウ、ミニトマトなどの食品がのどにつまる
	転落・転倒	☆階段、窓、ベランダ(踏台になるものを置かない) ☆歯ブラシでの喉突き事故
	やけど	☆熱い鍋に触れる、テーブルクロスを引いて湯をこぼす(テーブルクロスは使用しない)
	溺水	☆入浴時浴槽に落ちる、水あそび
	交通事故	☆飛び出し事故(手をつないで歩く)
火遊びによる死傷	☆ライター・マッチなどによる火遊び(子どもの手の届くところにライターなどを置かない)	

事故の予防と対策

※参考 「子どもを事故から守る!! 事故防止ハンドブック」(関連情報)

・消費者庁ウェブサイト「子どもを事故から守る事故防止ポータル」(http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/)



子どもの事故防止ハンドブックページ

子どもの事故予防に関する豆知識や注意点などを、Twitterやメール配信しています。

・「消費者庁 子どもを事故から守る!」
Twitter (@caa_kodomo)
Twitterページ



・子ども安全メール from消費者庁
子ども安全メール登録



◎子どもの命を守るチャイルドシート

法令で、6歳未満はチャイルドシート使用義務があります。子どもの命を守るため、また、事故による被害を防止、軽減するために、自動車に同乗させるときにはチャイルドシートを必ず正しく使用しましょう。チャイルドシートを使用していないと、使用しているときに比べて、事故時に死亡又は重傷となる率が著しく高くなります。また、チャイルドシートを使用しているにもかかわらず取付方法や子どもの座り方が不適切な場合には、その効果が著しく低下するので、取扱説明書などに従って、正しく使用しましょう。

※医療機関で生まれた赤ちゃんが退院して自宅に初めて帰るとき（生まれて初めて車に乗るとき）から使用できるよう、国の安全基準に適合したチャイルドシートを出産前から準備しておきましょう。また、チャイルドシートはできるだけ後部座席に固定するようにしましょう。

※乳幼児（6歳未満の子ども）を同乗させて自動車を運転するときは、疾病のためチャイルドシートを使用させることが療養上適用でないなど使用義務が免除される場合を除き、チャイルドシートを使用することが法律により、義務付けられています。

※チャイルドシートに関する情報～生まれてくる大切な命のために～
警視庁ホームページ(<https://www.npa.go.jp/bureau/traffic/anken/childseat.html>)
国土交通省ホームページ(<http://www.mlit.go.jp/jidosha/anken/02assessment/>)
(独)自動車事故対策機構(NASVA) (https://www.nasva.go.jp/mamoru/index.html#seach_list2)

◎車の中の危険

窓を閉め切った車の中は、真夏でなくても短時間で車内温度が上昇し、子どもが脱水や熱中症を引き起こし、命を落とすこともあります。子どもが車内の装置を動かして事故になることもあります。どんなに短時間でも、決して子どもだけを残して車から離れてはいけません。また、パワーウィンドウに首や指を挟まれて重傷を負う事故が起きています。操作する前に必ず一声かけ、普段はロックしましょう。

◎自転車の危険

子どもを自転車の幼児用座席に乗せるときは、ルールを守って安全な運転を心がけるとともに、自転車乗車専用のヘルメット及び座席のシートベルトを着用させましょう。自転車は普通・電動アシスト・幼児2人

同乗用といった基準に適合した安全なものを選びましょう。また、転倒の恐れがあるので、決して子どもだけ残して自転車から離れてはいけません。

※警視庁ホームページ(<https://www.npa.go.jp/bureau/traffic/bicycle/info.html>)

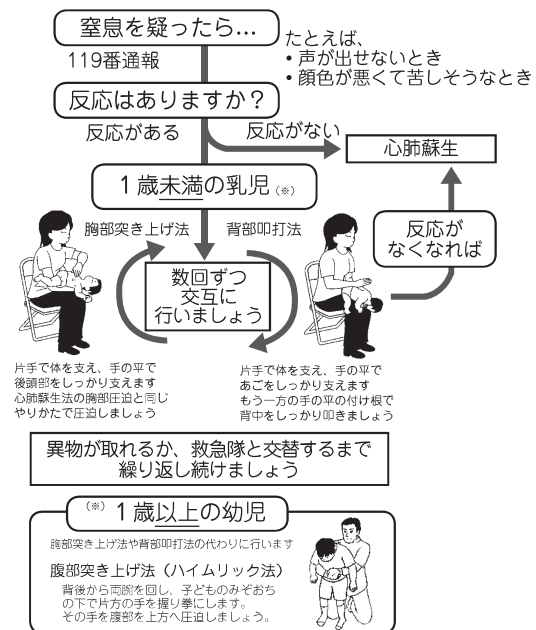
◎食べ物や玩具など、ものがのどにつまったときの応急手当

乳幼児は、大人が思いもよらないものを口にします。食べ物や玩具等がのどにつまると、窒息する危険があります。

周囲の大人が、普段から乳幼児ののどに詰まりやすい大きさの目安（3歳児の最大口径39mm、口から喉の奥までの長さ51mm。39mmとはトイレトペーパーの芯程度）を知り、窒息につながりやすい食べ物の注意点や玩具の取扱いに関する注意書きをよく確認するとともに、すぐに対処できるように、応急手当について知っておくことが必要です。

※口の中に指を入れて取出そうとすると、異物がさらに奥へ進んでしまうことがあります。

【ものがのどにつまったときの応急処置】



(監修) 日本小児救急医学会、日本救急医療財団心肺蘇生委員会

誤飲等、困ったときの連絡先

★事故が起きてしまったら、すぐに医療機関へ！！

◎化学物質（たばこ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性の中毒について情報提供、相談が行われています

- （公財）日本中毒情報センター（<https://www.j-poison-ic.jp>）
※異物誤飲（小石、ビー玉など）、食中毒、慢性の中毒、常用量での医薬品の副作用は受け付けていません。
- ・大阪中毒110番（24時間 365日対応）
電話：072（727）2499
- ・つくば中毒110番（9時～21時 365日対応）
電話：029（852）9999
- ・たばこ誤飲事故専用電話
（24時間 365日対応 無料：自動音声応答による情報提供）
電話：072（726）9922

困った時の連絡先

◎かながわ小児救急ダイヤル（毎日18時～翌朝8時）

夜間の急な子どもの病気にどう対処したらよいのかなど迷ったときに、専任の相談員（看護師等）から症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスが受けられます。

- ・プッシュホン・携帯電話からは全国统一短縮番号：#8000
- ・ダイヤル回線・IP電話：045（722）8000

◎川崎市救急医療情報センター

急な病気やけがをした場合、これから受診できる医療機関（歯科を除く。）を案内しています。

- ・オペレーターによる医療機関案内（24時間 365日対応）
電話：044（739）1919
- ・コンピューターによる音声ガイダンスサービス（24時間 365日対応）
電話：044（739）3399

※番号のかけ間違えにお気を付けください

川崎市における健診や医療等の主な公費負担制度

■妊婦健康診査

安全に出産を迎えるための妊娠中の定期的な健診費用の一部を川崎市が助成します。

問合せ先：各区役所地域みまもり支援センター地域支援課
各地区健康福祉ステーション

■先天性代謝異常等検査

先天性代謝異常を早期発見するために、生後、赤ちゃんの血液を検査します。早期に発見し治療することで、症状が出ないうちに病気の症状をくい止めることができます。

母子健康手帳（別冊）に綴じ込みの申込書に必要事項を記入の上、医療機関に提出してください。検査料は無料ですが、その他採血料等は自己負担です。里帰り出産等により神奈川県外の医療機関で出産されるときは、その医療機関の住所地を管轄する都道府県または政令指定都市が、検査費用の負担を行いますので、申請方法・検査の受け方・費用等については、都道府県（または政令指定都市）に直接お問い合わせください。

■未熟児養育医療費

体重が2,000g以下又はからだの発育が未熟なままで生まれた赤ちゃんが指定された医療機関に入院したとき、健康保険の対象になる入院医療費の一部を市が負担します。

申請窓口：各区役所地域みまもり支援センター児童家庭課

■小児慢性特定疾病医療費

特定の疾病にかかり、一定の基準に該当する18歳未満のお子さん（継続の場合は20歳未満）が指定された医療機関で健康保険の対象となる治療を受けた場合、費用の一部を市が負担します。保護者の方の所得に応じて費用の負担があります。

申請窓口：各区役所地域みまもり支援センター児童家庭課

悪性新生物、慢性腎疾患、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、内分泌疾患、膠原病、糖尿病、先天性代謝異常、血液疾患、免疫疾患、神経・筋疾患、慢性消化器疾患、染色体又は遺伝子に変化を伴う症候群、皮膚疾患、骨系統疾患、脈管系疾患

※小児慢性特定疾病情報センター（<http://www.shouman.jp/>）

健診や医療等の主な公費負担制度

■自立支援医療（育成医療）の給付

生まれつき又は病気などで、身体に障がいのある18歳未満のお子さんが、指定された医療機関で健康保険の対象となる治療を受けるときの費用の一部を市が負担します。保護者の方の所得に応じて費用の負担があります。

申請窓口：各区役所地域みまもり支援センター児童家庭課

■結核児童の療養費給付

結核にかかっていて、医師が指定療育機関において入院が必要と認められた18歳未満のお子さんの健康保険の対象になる入院医療費等の一部を市が負担します。保護者の方の所得に応じて、費用の負担があります。

申請窓口：各区役所地域みまもり支援センター児童家庭課

■栄養食品支給制度

経済的に困難な母子のために粉ミルクを支給します（所得制限があります。）。

問合せ先：各区役所地域みまもり支援センター地域支援課

■入院助産制度

川崎市にお住まいで入院して出産する必要があるにも関わらず、経済的な理由で入院することが困難な妊産婦の方を対象に出産費用を援助する制度です。

問合せ先：各区役所地域みまもり支援センター地域支援課
各地区健康福祉ステーション

■小児ぜん息患者医療費支給制度

小児ぜん息（気管支ぜん息又はぜん息性気管支炎）と診断され、川崎市内に引続き1年以上（3歳未満は6か月以上）住所を有している20歳未満のお子さんに対し、小児ぜん息に係る保険医療費の自己負担額（食事療養標準負担額を除く。）を助成します。

申請窓口：各区役所地域みまもり支援センター地域ケア推進課
各地区健康福祉ステーション

■小児医療費助成制度

0歳～中学卒業までの保険医療費の自己負担額（食事療養標準負担額を除く。）を助成します。小学校6年生までは通院と入院、中学生は入院した場合に対象となります。1歳以上の通院医療費助成は所得制限があります。

申請窓口：各区役所保険年金課
各支所区民センター保険年金係

■児童手当制度 子どもが生まれたら、児童手当の手続を！

児童手当は、中学校終了前のお子さんを養育する家庭に手当を支給する制度です。手当の受給には申請が必要で、原則申請した月の翌月分から支給となります。申請が遅れるとさかのぼって支給されません。また、里帰り出産などで一時的に現住所を離れている場合も、請求者（生活中心者）の住所地での申請が必要です。（転居や公務員となったときにも連絡が必要です。）

申請窓口：各区役所区民課
各支所区民センター（公務員の方は原則勤務先まで）

※詳しくは、区役所などにおたずねください。

■産科医療補償制度

産科医療補償制度に加入している分娩機関で出産し、万が一、赤ちゃんが分娩に関連して重度脳性まひとなり、出生体重、在胎週数、障がいの程度などの基準を満たした場合には、看護・介護のための補償金が支払われるとともに、脳性まひ発症の原因分析が行われます。この制度に加入している分娩機関の一覧は、（公財）日本医療機能評価機構のホームページ（<http://www.sanka-hp.jcqhch.or.jp>）に掲載されています。

なお、補償申請期限はお子様の満5歳の誕生日までです。

産科医療補償制度についての問合せ先

産科医療補償制度専用コールセンター

電話：0120(330)637

受付時間：午前9時～午後5時

（土日祝日・年末年始を除く。）

<メモ>

出産をした分娩機関の名称：_____

登録証交付日：_____

妊産婦管理番号：

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



産科医療補償制度のシンボルマーク

*妊産婦管理番号は、分娩機関より交付される「産科医療補償制度登録証」に記載されています。登録証はお子様が5歳になるまで大切に保管してください。

働く女性・男性のための出産・育児に関する制度

◎妊娠がわかったら

- ・ 出産予定日や休業の予定を早めに会社に申し出ましょう。
- ・ 妊婦健康診査又は保健指導を受けるための時間が必要な場合は、会社に申請しましょう。

申請があった場合、会社は、健康診査等のために必要な時間を確保しなければなりません。(有給か無給かは、会社の規定によります。)。回数…妊娠23週までは4週間に1回、妊娠24週から35週までは2週間に1回、妊娠36週以降出産までは1週間に1回(医師等がこれと異なる指示をした場合はその回数)

- ・ 妊婦健康診査等で医師等から指導を受けたら…

医師等から、通勤緩和、休憩時間の延長、つわりやむくみなど症状に対応した勤務時間の短縮や作業の制限、休業などの指導を受けた場合には、会社に申出て必要な措置を講じてもらいましょう。

申出があった場合、会社は医師等の指導内容に応じた適切な措置を講じなければなりません。

医師等からの指導事項を会社にきちんと伝えることができるよう、医師等に「母性健康管理指導事項連絡カード」(別記様式94～95ページ。拡大コピーをして用いることができます。)を記入してもらい、会社に伝えることも効果的です。

◎妊娠中の職場生活

- ・ 時間外、休日労働、深夜業の制限、変形労働時間制の適用制限

妊婦は、時間外労働、休日労働、深夜業の免除を請求できます。

変形労働時間制がとられる場合にも、1日及び1週間の法定労働時間を超えて労働しないことを請求できます。

- ・ 軽易業務転換

妊娠中に立ち仕事や重い物を扱う仕事などがつらいときは、ほかの軽易な業務への転換を請求できます。

◎産前・産後休業を取るときは

- ・ 産前休業

出産予定日以前の6週間(双子以上の場合は14週間)について請求すれば取得できます。

- ・ 産後休業

出産の翌日から8週間は、働くことはできません。ただし、産後6週間経ったあとに、本人が請求して医師が認めた場合は働くことができます。

- ・ 産前・産後休業は、正社員だけでなく、パートや派遣で働く方など誰でも取得できます。

◎産後休業後に復職するときは

- ・ 育児時間

生後1年に達しない子を育てる女性は、1日2回少なくとも各30分間の育児時間を請求できます。配偶者が専業主婦(夫)であっても取得できます。

- ・ 母性健康管理措置

産後1年を経過しない女性は、医師等から指示があったときは、健康診査等に必要な時間の確保を申請できます。また、指導を受けた場合には、必要な措置を受けることができます。

- ・ 時間外、休日労働、深夜業の制限、変形労働時間制の適用制限、危険有害業務の就業制限

産後1年を経過しない女性には、妊娠中と同様に、これらが適用になります。

◎育児休業を取るときは

- ・ 育児休業制度とは

1歳に満たない子を育てる男女労働者は、希望する期間、子どもを育てるために休業することができます。

- ・ 育児休業を取ることができる人は

正社員だけでなく、パートや派遣などの有期契約労働者も一定の要件を満たしていれば育児休業を取ることができます。

- ・ 育児休業を取るための手続き

育児休業を取得するためには、会社に書面で申し出ることが必要です。遅くとも休業開始1か月前までに、会社に育児休業申出書を提出

しましょう。

・パパ・ママ育休プラス

両親ともに育児休業を取得する場合は、休業可能期間が延長され、子が1歳2か月に達するまでの間の1年間、それぞれ育児休業を取得できます。

・育児休業の延長

子が1歳以降、保育所に入れないなどの場合には、子が1歳6か月に達するまでの間、子が1歳6か月以降、保育所に入れないなどの場合には、子が2歳に達するまでの間、育児休業を延長することができます。

◎妊娠・出産・育児休業等を理由とする不利益取扱いやハラスメントは許されません

妊娠・出産・育児休業等を理由に、解雇、雇止め、降格などの不利益な取扱いを行うことは禁止されています。また、会社は職場での妊娠・出産・育児休業に関するハラスメントについて防止する義務があります。ハラスメントを受けたら会社に相談しましょう。

◎幼い子どもを育てながら働き続けるために

・短時間勤務制度

会社は、3歳未満の子を育てる男女労働者について、短時間勤務制度（原則として1日6時間）を設けなければなりません。

・子の看護休暇

小学校入学前の子を育てる男女労働者は、会社に申出ることにより、年次有給休暇とは別に、1年につき、子が1人なら5日まで、子が2人以上なら10日まで、病気やけがをした子の看護、予防接種及び健康診断のために1日又は時間単位で休暇を取得することができます。

・所定外労働の制限

会社は、3歳未満の子を育てる男女労働者から請求があったときは、所定外労働をさせてはなりません。

・時間外労働、深夜業の制限

会社は、小学校入学前の子を育てる男女労働者から請求があった場合は、1か月24時間、1年150時間を超える時間外労働をさせてはな

りません。また、深夜（午後10時から午前5時まで）に働かせてはなりません。

以上の制度が会社になく利用させてもらえないなどの場合は、下記の問い合わせ先へ御相談ください。

問合せ先：都道府県労働局雇用環境・均等部（室）

◎育児等のために退職した方への再就職支援

- ・育児などにより退職し、将来的に再就職を希望する方に対し、情報提供、再就職セミナー、再就職に向けたプラン作りの支援などを実施しています。
- ・雇用保険は、原則として退職してから1年間の中で、再就職活動を行っている期間に受給することができます。しかし、その期間に妊娠、出産、育児、疾病および負傷のために再就職できない場合、その雇用保険を受給できる期間を延長することができます（退職後最大4年間まで）。

問合せ先：公共職業安定所（ハローワーク）

◎出産育児一時金・出産手当金の支給及び社会保険料・国民年金保険料の免除

- ・出産に当たっては、出産育児一時金や出産手当金などが支給される制度があります。また、産前産後休業期間中や育児休業期間中の、社会保険料（健康保険・厚生年金）が免除される制度や、産前産後期間中の国民年金保険料が免除される制度があります。

問合せ先：勤務先、全国健康保険協会（協会けんぽ）、健康保険組合、年金事務所、区役所保険年金課、国民年金係・支所区民センター保険年金係（国民年金保険料に係る免除制度に限る）など

◎育児休業給付

- ・育児休業を取得したときは、一定の条件を満たした場合、雇用保険から休業開始時賃金の67%（休業開始から6か月経過後は50%）相当額が育児休業給付金として支給される制度があります。

問合せ先：公共職業安定所（ハローワーク）

別記様式

(表)

母性健康管理指導事項連絡カード

事業主 殿

医療機関等名

医師等氏名

年 月 日

下記の1の者は、健康診査及び保健指導の結果、下記2～4の措置を講ずることが必要であると認めます。

1. 氏名 等

Table with columns: 氏名, 妊娠週数, 週, 分娩予定日, 年 月 日

2. 指導事項

症状等(該当する症状等を○で囲んでください。)

Table with 2 columns: 措置が必要となる症状等, 指導事項

指導事項(該当する指導事項欄に○を付けてください。)

Table with 2 columns: 標準措置, 指導事項

(注)「身体的負担の大きい作業」のうち、特定の作業について制限の必要がある場合には、指導事項欄に○を付けた上で、具体的な作業を○で囲んでください。

標準措置に関する具体的内容、標準措置以外の必要な措置等の特記事項

Large empty box for special notes.

3. 上記2の措置が必要な期間

(当面の予定期間に○を付けてください。)

Table with 2 columns: 期間, 措置

4. その他の指導事項

(措置が必要である場合は○を付けてください。)

Table with 2 columns: 指導事項, 措置

指導事項を守るための措置申請書

上記のとおり、医師等の指導事項に基づく措置を申請します。

年 月 日

所属

氏名

事業主 殿

1

この様式の「母性健康管理指導事項連絡カード」の欄には医師等が、また、「指導事項を守るための措置申請書」の欄には女性労働者が記入してください。

(裏)

(参考)症状等に対して考えられる措置の例

Table with 2 columns: 症状名等, 措置の例

出産・育児に関する制度

かわさき 健康都市 宣言

心身ともに健康で生きがいのある生活を送ることは、私たちみんなの願いです。

川崎市に住み、働き、学ぶ一人ひとりが手を携えて、かけがえのない健康をはぐくんでいくために、次のことを行います。

- 私たちは、「市民健康デー」を大きく実らせ、進んで健康づくりに励みます。
- 私たちは、スポーツや運動に親しみ、食生活と休養に気を配り、健康的なライフスタイルを身につけます。
- 私たちは、健康を支える温かな家庭、だれもが安心して暮らせる地域、思いやりあふれる社会をめざします。
- 私たちは、多摩川や海辺の潤いと多摩丘陵の緑などの恵みを健康に生かし、安らぎのある環境づくりに努めます。

細長く変化に富んで広がる川崎市は、私たちみんなのふるさとです。地域の隅々から元気な声がかたまる、明日に伸びゆく人間都市を創造していくために、ここに「かわさき健康都市」を宣言します。

1997年（平成9年）3月25日

川崎市

川崎市子どもの権利に関する条例

川崎市子どもの権利に関する条例（子どもの権利条例）は、子どもがひとりの人間として大切にされ、守られながら、自分らしく生きられるように作られたものです。大きく分けて次の7つがあります。

- ① 安心して生きる権利
- ② ありのままの自分でいる権利
- ③ 自分を守り、守られる権利
- ④ 自分を豊かにし、力づけられる権利
- ⑤ 自分で決める権利
- ⑥ 参加する権利
- ⑦ 個別の必要に応じて支援を受ける権利

子どもの権利を守るため、おとなもしっかり理解しておきましょう。

《条例制定時に関わった子どもたちから、おとなへのメッセージ》

まず、おとなが幸せにいてください。
おとなが幸せじゃないのに子どもだけ幸せにはなれません。
おとなが幸せでないと、子どもに虐待とか体罰とかが起きます。
条例に“子どもは愛情と理解をもって育まれる”とありますが、まず、家庭や学校、地域の中で、おとなが幸せでいてほしいのです。
子どもはそういう中で、安心して生きることができます。

平成13（2001）年3月
子どもの権利条例子ども委員会のまとめ

～ 11月20日はかわさき子どもの権利の日～

川崎市子どもの権利条例

検索



【問合せ】川崎市こども未来局 青少年支援室
電話 044-200-2344 FAX 044-200-3931

人権オンブズパーソン

子どもの権利の侵害と男女平等にかかわる人権の侵害に関する相談・救済については、人権オンブズパーソンへお電話ください。
相談日：月・水・金 午後1時～午後7時 土 午前9時～午後3時
(祝日・年末年始は除く)

子どもの権利の侵害の相談 電話 044(813)3110
男女平等にかかわる人権の侵害の相談 電話 044(813)3111

お母さん・お父さんの悩みや子育てに関する相談

子育ては初めてのことばかり。子どもってどんなふうに着育つのかな、これでいいのかな、と心配になることもあるでしょう。



そんなとき、周りに頼れる人、相談できる人がいないと「孤独」と感じてしまったり、子育てに自信が持てなくなることもあるかもしれません。そのような状況が続くと、気持ちが落ち込むことにもつながります。

こんな疑問や悩みがあるときは？

○ひとりで抱え込まず、だれかと話しましょう。

気軽にインターネットや雑誌などで調べることも1つの方法でしょう。

ただ、赤ちゃんの成長やお母さんたちの悩みは一人ひとりちがいます。

◎いつでも相談できる人や、気分転換に出かけられる場所を見つけましょう。

誰かと言葉を交わすことで、気分転換になることもあります。

区役所で配布している「かわさき子育てガイドブック」や、各区の子育て情報誌に、子育て中の仲間と出会える場所の情報や、気軽に相談できる窓口が載っています。

こんなとき、気軽に相談してください

誰かに話を聞いてほしいな

子どもってどう成長するの？

話せる友達ほしい！

子育て中は悩んだり、迷ったりすることがたくさんありますが、

そんなとき、あなたを受け止めてくれるところがどこかにあります。

子どもは、みんなで支えあい、助け合って育てていくものです。たくさん相談して、一緒に考えましょう。

あなたの赤ちゃんや家族が、笑顔で健康に楽しく過ごしていけることが、大切です

●子育てについてお悩みの方は・・・

※まずは各区役所地域みまもり支援センター地域支援課へご相談ください。(連絡先:100ページ) かかりつけの医療機関、産後ケア施設、地域子育て支援センター、児童家庭支援センターなどでも相談できます。

これって、もしかして虐待なの!?

「体罰等によらない子育て」～みんなで育児を支える社会に～

◎体罰等によらない子育てのための具体的なポイント

子育てにおいて、しつけと称して、叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの心身の成長・発達にさまざまな悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。以下の点などを意識し、いろいろな人の力を借りながら、子どもを健やかに育みましょう。

- 1 子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
- 2 子どもの成長・発達は一人ひとり異なります
- 3 環境を整え、子どものやる気に働きかけてみましょう
- 4 良いこと、できていることを具体的に褒めましょう
- 5 親自身は自分なりのストレス解消法を見つけましょう



「体罰等によらない子育て」
～みんなで育児を支える社会に～

◆叩いてはいけない、体罰はいけないとわかっているけど

赤ちゃんが泣きやまない!
もう～っ いや!

言う事を聞かない!
しつけだから叩いて教える!

こんな時・・・一人で悩まないで!

◆赤ちゃんや子どもに対して我慢しきれなくなったら・・・

あなたの気持ちをありのままに相談してください。

自分で押さえられなくなっても決して暴力を振るわないで!

とにかく次のいずれかに連絡してください。

◆川崎市児童虐待防止センター 0120(874)124

※24時間365日受付 通話無料

◆児童相談所相談専用ダイヤル 0120(189)783

※24時間365日受付 通話無料

◆かながわ子ども家庭110番相談LINE

※午前9時～21時 月～土曜日(年末年始を除く。)

※匿名(LINE上の登録名とアイコン画像のみ)で相談できます。

◆子どもの目の前でのDVも児童虐待です

●配偶者からの暴力(DV)被害にお悩みの方は・・・

一緒にいると苦しい、ビクビクしてしまう・・・。ひとりで悩まず、まずは御相談ください。

川崎市DV相談支援センター 電話:044(200)0845

午前9時30分～午後4時30分 月～金曜日(土日祝日、年末年始を除く。)

区役所の所在地と子育てに関する相談連絡先

【相談内容】

◎地域みまもり支援センター（福祉事務所・保健所支所）地域支援課

○地区支援

育児や発達の相談、乳幼児健診、赤ちゃんの訪問について等

○地域サポート

栄養について等

◎歯科保健 南部担当・北部担当

○歯の健康について

お住いの区役所にお問合せください。

【問合せ先】

区役所	所在地	地区支援係	地域サポート係	歯科保健担当
川崎区	〒210-8570 川崎区東田町8	(201)3214	(201)3206	(201)3182
大師地区	〒210-0812 川崎区東門前2-1-1	(271)0145		
田島地区	〒210-0852 川崎区鋼管通2-3-7	(322)1978		
幸区	〒212-8570 幸区戸手本町1-11-1	(556)6648	(556)6693	
中原区	〒211-8570 中原区小杉町3-245	(744)3308	(744)3268	
高津区	〒213-8570 高津区下作延2-8-1	(861)3315	(861)3259	
宮前区	〒216-8570 宮前区宮前平2-20-5	(856)3302	(856)3308	
多摩区	〒214-8570 多摩区登戸1775-1	(935)3264	(935)3101	
麻生区	〒215-8570 麻生区万福寺1-5-1	(965)5234	(965)5160	

※携帯電話からかける際は市外局番044を最初につけてください。

連絡先メモ

分娩予定施設	名称		電話	
	所在地		電話	
地域みまもり支援センター	名称		電話	
	所在地		電話	
医師	名称		電話	
	住所		電話	
医師	名称		電話	
	住所		電話	
歯科医師	名称		電話	
	住所		電話	
	名称		電話	
	住所		電話	

助産所で分娩予定の場合は助産所にて記載 (医療法6条の4の2によるもの)		記載日： 年 月 日	
助産所の名称：		緊急連絡先：	
助産師氏名：			
助産所で管理できる 妊婦の状態（※）		<input type="checkbox"/> 助産師が管理できる妊婦 <input type="checkbox"/> 連携する産婦人科医師と相談の上、協働管理すべき妊婦	
異常の際の対応について	連携して異常に対応する医療機関名		電話
	住所		

（※）助産業務ガイドライン2019の「Ⅲ妊婦管理適応リスト」を参照して□にチェックを記載すること。