

相談したい時



子育ての相談をしたい時

発達就学相談



幼児から小・中学生までの発達や、就学に関する相談に応じます。

- ▶ **相談時間** 年間12回
(詳細は学校教育課に問い合わせてください。)
- ▶ **実施機関** 学校教育課 ☎443-2135
- ▶ **担当**
幼稚園教諭、保育士、保健師、特別支援学校教員等

乳幼児健康相談(予約制)



心身の発達の状況および育児について、保健師、栄養士等が個別相談を行っています。

※お住まいの地区の保健福祉センターへ連絡し、予約してください。

乳幼児の健康に関する電話相談



母乳育児や離乳食のすすめ方、しつけの方法など、子育てに関することや、健康に関する相談に応じます。

- ▶ **相談時間** 8:30~17:15(土・日・祝日休み)
- ▶ **実施機関**

実施機関名	電話番号
中央保健福祉センター	422-1172
南保健福祉センター	428-1156
北保健福祉センター	426-0050
大沢野保健福祉センター	467-5812
大山保健福祉センター	483-1727
八尾保健福祉センター	455-2474
西保健福祉センター	469-0770

- ▶ **担当** 保健師、栄養士等

乳幼児・小中学生の子育て相談



富山市子育て支援センターでは、乳幼児から小中学生までの子育て相談に応じます。

- 乳幼児: 心身の発達、しつけ、ことばの遅れなど
- 小中学生: 集団不適応、不登校、いじめなど
- ▶ **相談時間** 面接…10:00~17:00(予約制)
(毎日※年末年始、Cic休館日を除く)
電話…24時間、年中無休
- ▶ **実施機関** 子育て支援センター ☎444-1110
- ▶ **担当** 保育士・家庭教育専門相談員・言語聴覚士

小中学生からの悩み相談



小中学生の悩み相談に応じます。

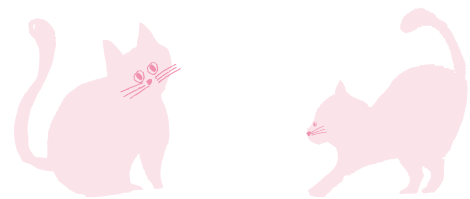
- ▶ **相談時間** 電話…24時間、年中無休
- ▶ **実施機関** 子育て支援センター
(子どもほっとダイヤル) ☎0120-874-440
- ▶ **担当** 家庭教育専門相談員・電話相談員

ひとり親家庭の相談



ひとり親家庭の相談に応じます。

- ▶ **相談時間** 8:30~17:15(土・日・祝日休み)
- ▶ **実施機関** こども福祉課 ☎443-2055
- ▶ **担当**
ひとり親アテンダント、母子・父子自立支援員



~子どものココロとカラダを育てよう~



生きる上での基本である「食」について、小さい頃から様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選ぶ力を身につけ、豊かな食生活を送ることができるといいですね。

日常生活の中の食育ポイント

ポイント

1 楽しく食べる 家族で食べる

食卓で食事や会話を楽しむことで、子どもの体や心は育ちます。人と人を結ぶ大事なコミュニケーション能力も食卓で育まれます。



ポイント

2 野菜を育てて、収穫し、食べる

食べ物は自然が育んだ植物や動物。その貴重な命をいただくことで、私たちの健康が保たれていることを自分で体験し、感謝の気持ちをもつ力も育まれます。



家庭児童相談



家庭における子どもの養育に関する相談、児童虐待に関する通告などに応じます。

- ▶相談時間 8:30～17:15(土・日・祝日休み)
- ▶実施機関 こども健康課 ☎443-2038
- ▶担当 家庭児童相談員

教育相談



小・中学生及び幼児の不登校(登園渋り)、いじめ、非行等の学校(園)生活に関する相談、子どもの発達に関する相談、子育てに関する相談等に応じます。(来所・電話)

- ▶相談時間 8:30～17:00(土・日・祝日休み)
- ▶実施機関 富山市教育センター ☎431-4434
- ▶担当 臨床心理士・指導主事・教育相談員

こどもいじめテレホン相談



子どものためのいじめ相談専用電話です。

- ▶相談時間 8:30～17:00(土・日・祝日休み)
- ▶実施機関 富山市教育センター ☎431-0099
- ▶担当 教育相談員・指導主事・臨床心理士

青少年悩みごと相談



青少年の非行、友達関係、進路、学業、養育、家族関係などの電話相談に応じます。

- ▶相談時間 8:30～16:30(土・日・祝日休み)
- ▶実施機関 生活安全交通課 ☎443-2274
- ▶担当 相談担当職員

不安や悩みについての相談



こころの健康相談等、さまざまな不安や悩みについて相談に応じます。

- ▶相談時間 8:30～17:15(土・日・祝日休み)
- ▶実施機関 富山市保健所保健予防課
 - 不安や悩みの相談(ハートSOSダイヤル) ☎428-2033
 - 精神保健に関する相談 ☎428-1152
- ▶担当 相談担当職員

利用者(子育て)支援事業



「子育て支援専門員」が育児相談やお子様や保護者、妊婦などそれぞれのニーズに応じた施設・サービスの情報を提供します。

- ▶相談時間 8:30～17:15(土・日・祝日休み)
- ▶実施機関 こども保育課 ☎443-2060
各行政サービスセンター
- ▶担当 利用者(子育て)支援専門員



まずはお話を聞かせてください

子育ての心配や不安は大きなことから小さなことまで本当に色々ありますね。

一人で抱えていると大変ですよ。相談できる場所がありますか？もしよければこのページの相談機関も利用してみてくださいね。

専門家にあなたのお話を聞かせてください。

相談したい時

日常生活の中で出来る食育をピックアップしてみました。

取り組めそうなことはありますか？

ポイント

3

スーパーへ買い物に行って、一緒に食材を選ぶ

偏食予防の第一歩は食べ物を知ること。いろいろな食材を知ることにより、体に必要な食べ物をバランスよく食べることの大切さを学びます。



ポイント

4

「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶とマナー

食前食後の挨拶や配膳・片づけ、はしの持ち方など食事のマナーから、食べ物への感謝の心、一緒に食事をとる人々への思いやりなども育まれます。



ポイント

5

朝ごはんを食べる

朝ごはんには体を目覚めさせ、活動できる状態にする役割があります。しっかり食えることにより元気いっぱい活動でき、便通もよくなりますよ。



ポイント

6

旬の食材料理を食べる

旬の食材は太陽と大地から最高の恵みを受けて育っているため栄養価が高く、免疫力を高めたり、抵抗力をつけたりと、丈夫なからだづくりにつながっていきます。

