

「上の子の赤ちゃん返りがあって大変！どうしたらいいの?」、「上の子に我慢させていないか心配」など様々な不安を持っているお母さん。また、「電話でお話できて、いい気分転換になった」と赤ちゃんのお世話中心の生活で、気が付けば家族以外の大人と話していないという産婦さん。妊娠中や子育て中には不安や大変なことがたくさんあるかと思います。

皆さんの声を受けとめ、安心して笑顔で子育てできるようにお手伝いさせていただけたら嬉しいです。



佐藤保健師

私たち

## 「母子保健コーディネーター」 にご相談ください!

「いそさぼ赤ちゃん相談室」には、専任の相談員として「母子保健コーディネーター」の保健師、助産師、歯科衛生士がいます。日ごろ、サポートしてくれる皆さんを紹介します。



三田助産師

赤ちゃんは生まれつき、おっぱいやミルクを飲むことは上手です。でも、食べることは、離乳食からだんだんと学習して身につけていきます。お口の使い方や発達などは個人差があり、お母さんが不安になったり戸惑ったりする場合があります。

出てくる可愛い歯のお手入れのことも含め、お母さんの悩みや不安に寄り添ってあげたいと思っています。



伊東歯科衛生士

育児中には睡眠不足になったり、食事の時間もとれない、一人でゆっくりする時間もないなど、大変な思いをされている方がたくさんいます。

新型コロナウイルス感染症の影響で保育園にも預けられず、実家に頼ることもできず、毎日家の中で子どもと二人きりの生活でストレスが溜まったという声も多く聞かれました。「子どもの生活リズムがつかめない」、「育児書に書かれていることと自分の子の発達が違う」、「上の子の赤ちゃん返り、子ども二人の育児が上手くいかない」、「イライラして夫と喧嘩してしまう」など、皆さん様々な不安を抱えています。

利用できる制度の紹介、子どもとの関わり方など具体的にお伝えできることもあります。モヤモヤした気持ちを話すことでリフレッシュできることも多々ありますので、限られた子育ての時間を少しでも心穏やかに過ごせますようお手伝いできれば幸いです。



笠羽保健師

☎内線309  
スポーツ健康課



リーフレットは、保健センターや子育て支援センターなどに配架しています。

- ▼ 妊娠から子育てまでワンストップで
- いそさぼ赤ちゃん相談室
- 「いそさぼ」の愛称は、大磯町の「磯」とサポートの「サポ」を取って、4文字に略しています。妊娠・出産・子育ての様々な相談については、母子保健コーディネーターと一緒に考えていきましょう。
- ▼ ところ 保健センター（スポーツ健康課）
- ▼ 開設時間 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）8時30分～17時15分
- ▼ 相談・計測 電話にてご予約ください。