

あなたの子育て 応援します

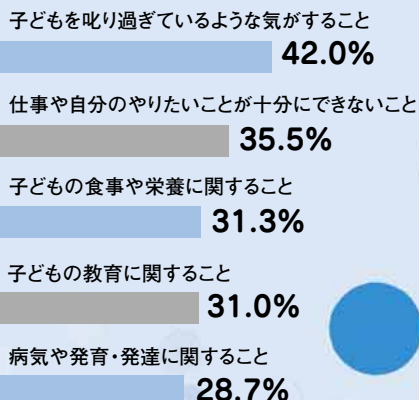
子育ては、わが子の成長を日々感じる喜びと幸せを与えてくれる、掛け替えのないもの。
しかし、市の調査によると、就学前の子を持つ保護者の半数近くが、子育てに不安や負担を感じています。核家族化や地域のつながりが薄くなってきたことにより、周囲からの手助けを受けにくくなっていることがその一因といわれます。
今回の特集では、育児中の保護者や子育てを支える人たちの生の声を交えながら、より安心して子育てをしていくために役立つ情報を紹介します。

【問い合わせ先】
子育て支援課 ☎211-2988

DATA

子育てに関して日頃 悩んでいる、または気になること

(就学前の子を持つ保護者の回答)



資料：札幌市子育てに関する実態・意向調査（平成20年度）

子育て支援総合センター※1 を利用している
お母さん・お父さんに、聞きました。

育児の楽しさ、大変さ



「子育てをしていて特に大変だなと感じることは？」

三浦自分の自由になる時間がないことでしょうか。子どもは突然ぐずったり、熱を出したりしますから、自分のペースでは動きません。

梅田私も同じです。平日は仕事と育児に追われ、週末は仕事がありでも育児と家事に休みはありません。1週間のうち半日でも1時間でも、完全に子どもと離れて自分の時間を持つといいのですが。

竹田本当に。うちの主人は仕事で帰りが遅いので、なかなか育児に関わる余裕がなくて。特に出産直後は、思うようにならなくて主人とぶつかったり。今思うと育児ノイローゼになりかけていたかも。

梅田私も最初は、妻の大変さに全く気付かなかったんです。正直、自分は仕事をして家にお金を入れていけば十分



みうら ちひろ
三浦 千尋さん

しおり
葉ちゃん(2歳5カ月)の母。
平日は事務の仕事に従事。

だと思っていましたからね。でも、2人目、3人目と生まれるにつれ、妻一人では家のことが回らなくなってきた、私も育児をしなければと。きっかけは、小さなことを手伝っただけで、妻がすごく喜んだことなんです。男は喜ばれるとやる気になるので、夫が家事や育児をしたときは、大げさに褒めてあげることをお勧めします。

「一日中、子どもと二人きりで孤立感を感じる母親も多
いと聞きます。」

三浦私は当初、東京で育児をしていたのですが、頼れる人もおらず、気分転換の方法も分からなくて、不安と孤独感でいっぱいでした。育児書やネットの情報ばかりを基準に一喜一憂して。今考えると、育児はマニュアル通りにはいかないの、育児書などは参

考にする程度が良いですね。札幌に戻り、子育てサロン※2で気楽に話せる仲間ができて精神的にすごく救われました。



ただ こそえ
竹田 己津江さん

こうたろう
航太朗くん(1歳8カ月)の母。
専業主婦。

三浦はい。子育てサロンでは自由に遊ぶ娘をみんなで見守ってくれる。その間、親同士でおしゃべりができて私も自由になれる感じがします。

竹田子育てサロンでできた友達と誘い合って、幼稚園の催しや子ども服メーカーのイベントなどに出掛けています。みんな子育て中なので、気を使わずに済むんですね。

梅田みんなが頑張っている姿を見ると、自分もまた頑張ろうと思えますしね。

「子育てをしていて良かったと思えることは？」

梅田保育園の運動会や親子向けの収穫体験など、子ども



うめだ ひろみつ
梅田 浩光さん

まな
透くん(4歳11カ月)、真那ちゃん(2歳11カ月)、
るなちゃん(11カ月)の父。夫婦共働き。

がないときにはできなかつた経験ができることでしょうか。あと、子連れの人を見掛けるとドアを開けたり、道を譲ったり、自然に優しくできようになりました。

三浦子どもを連れていると、特に年配の方がよく話し掛けてくれて、世の中優しい人が多いんだと知りましたね。

竹田そうそう。私も街で息子がぐずってしまった時、近くにいた女性が「うちの孫もよくなるわ」ってしばらく一緒にいてくれたことがあって、人の温かさが身に染みます。

三浦子どものおかげでいろんな人と出会えたり、自分のことだけじゃなく社会のことを真剣に考えるようになった。私自身も成長させてもらっていますね。そして何より、仕事から家に帰った時の娘のうれしそうな顔を見ると、嫌なこと忘れちゃう。娘がいること全てが喜びです。

← 次のページからは、市の子育てを支える仕組みを詳しく紹介します

※1 子育て支援総合センター
土・日曜、祝・休日も含む毎日、子育てサロンを開催しています。詳しくは5ページへ。

※2 子育てサロン
乳幼児とその親が自由に集い交流できる場。市内約290カ所で開催。詳しくは4・5ページへ。

気分転換したい・
仲間がほしい
ときは

子育てサロンでちょっと息抜きしませんか？

●子育てサロンとは？

乳幼児とその親やこれから親になる方が、自由に集い交流できる場です。ボランティアなどのスタッフが見守る中、親子一緒におもちゃで遊べるほか、絵本の読み聞かせや工作などの講習を行っているところもあります。

会場 市内各地の約290カ所で開催
日時 会場により月1回～毎日とさまざま。
週1回2時間程度が多い
料金 無料(保険料や講座代が掛かる場合あり)
申し込み 必要ありません。出入りも自由

子育てサロンに行ってみよう！

密着
取材

手稲区の「地域&親子ひろばコミコミ・かふえ(5号)」を
利用している五十嵐さん親子に同行しました。



午前10時30分

子育てサロンに到着

五十嵐さんと息子の心誠くんを、スタッフが温かくお出迎え。名簿に名前を記入します。

五十嵐さん、
心誠くん
いらっしやい



おはよう
ございます

今日は
にぎやかに
なりそう



親子が続々と集合

初めて来た親子もスタッフのサポートで、自然に輪の中に。

また
おいでね



楽しかった
です



正午
帰宅

心誠くんが遊び疲れた様子なので帰宅することに。スタッフが見送ってくれました。



親同士で おしゃべり

サロンで知り合った仲良しの親子も来ていて、子どもの話で盛り上がります。子どもたちはおもちゃで思い思いに遊びます。

最初はうまく話せるかな、子どもが泣いたら迷惑かもと不安でした。でも来てみたら、みんな子育てに悩んでいると分かって安心したし、おもちゃや絵本が豊富なので子どもも大喜び。第2子の妊娠でつわりがひどい時も、サロンに来れば上の子を自由に遊ばせることができたので、すごく助かりましたね。

子育てサロンの利用者
いがらし まみ
五十嵐 真実さん



いつも「実家に帰ってくるつもりでここに来てね」って言うんですよ。不安や負担を抱えるお母さんたちに、サロンで少しでもほっとしてほしいんです。一言二言話すだけで気が晴れると、買い物ついでに立ち寄る方も。ここで過ごすうち、だんだん元気に変わる顔を見ると本当にうれしいですね。

子育てサロンを運営する
子育て支援ワーカーズプーのいえ 代表
つかはら まゆみ
塚原 真由美さん



お近くのサロンに
ぜひ足を運んで
みましょう

市内のさまざまな場所で、子育てサロンが開かれています



都心

子育て支援総合センター

土日を含む毎日、子育てサロンを開催。働く保護者やさまざまな地域から利用者が集まります。保育士による相談や、親子・父親・家族向け講座も実施。

[開催日時]

毎日(年末年始を除く)
午前9時～午後5時

[所在地・電話]

中央区南3条西7丁目
(資生館小学校に併設) ☎208-7961

区

区保育・子育て支援センター(ちあふる)

子育てサロンのほか、保育士による相談や親子向け講座も行っています。来年4月には北区(北25西3)にも開設予定。

[開催日時]

月曜～土曜 午前9時～午後5時
日曜(月1回) 午前10時～正午

[所在地・電話]

東区北9条東7丁目 ☎711-7807
白石区本郷通3丁目北 ☎868-3160
豊平区月寒東1条4丁目 ☎851-2510
清田区真栄2条1丁目 ☎883-3044
西区二十四軒3条5丁目 ☎613-7882
手稲区手稲本町3条2丁目 ☎681-3162

地域

市内各地には、**地域の方々**が運営する子育てサロン(約180カ所)や**児童会館**で開催する子育てサロン(99カ所)があります。

会場と日時は右記のサイトで調べるか、市コールセンター ☎222-4894へお問い合わせを。

子育てサロンの情報を調べるには、 携帯電話が便利！

携帯電話で右記のサイトにアクセスすると、市内全ての子育てサロンの会場や開催日時を調べられます。

携帯電話サイト <http://www.city.sapporo.jp/mobile/common/kodomo/salon/>



10月
から

週3回開催する 子育てサロンが増えました

子育てサロンの開催回数を増やしてほしいとの要望を受けて、20カ所のサロンで回数が週3回に増えました。このようなサロンを、平成26年度までに市内の全中学校区に設置する予定です。

NPO法人などの地域団体が運営しているもの

●毎週開催

サロン名	所在地	月	火	水	木	金	土	開催時間
子育て拠点てんてん	中央区南3条西28丁目1-20 第3睦MS102号室	●		●			●	午前10時～午後3時
ねっこぼっこのいえ	豊平区月寒東1条2丁目10-9	●		●		●		月・水曜は午前10時～午後3時、 金曜は正午～午後5時
むくどりホーム・ふれあいの会	南区藤野2条1丁目13-10	●	●				●	午前10時～午後4時
子育てひろば ちいさなおうち	西区西野4条4丁目13-10 アステル西野103		●		●		●	午前10時～午後3時
地域&親子ひろば コミコミ・かふえ	手稲区前田1条12丁目1-50 ていね楽市ビル2階		●	●	●			午前9時30分～午後2時30分

児童会館で開催しているもの

●毎週開催 ○週替わりで開催

サロン名	所在地	月	火	水	木	金	土	開催時間は午前9時～正午
山鼻かしわ	中央区南15条西8丁目1-20		●	●	○	○		第3週は金曜、その他は木曜
新川中央	北区新川3条3丁目3-21		●	●	●	●		
百合が原	北区百合が原9丁目9-11		●	●		●		
伏古	東区伏古10条3丁目6-8		○	●	●	○		第4週は火曜、その他は金曜
苗穂	東区苗穂町5丁目7-1		●	●	●			
川北	白石区川北4条1丁目4-29		●	○	○	●		第4週は木曜、その他は水曜
東札幌	白石区東札幌5条3丁目2-26		●	●		●		
青葉	厚別区青葉町7丁目1-38			●	●	●		
しなの	厚別区厚別中央4条5丁目7-16		●	●	○	○		第3週は金曜、その他は木曜
福住	豊平区福住1条1丁目5-5		●	●	●			
北野台	清田区北野4条5丁目4-58		○	○	●	●		第2週は火曜、その他は水曜
平岡みどり	清田区平岡公園東10丁目13-10			●	●	●		
真駒内五輪	南区真駒内泉町3丁目1-6		●		●	●		
平和	西区平和1条5丁目1-27		●		●	●		
前田しらかば	手稲区前田8条15丁目17-25		●	●		●		

困ったとき、
リフレッシュ
したいときは

子育てサポートセンターが支えます

【詳細】子育てサポートセンター ☎272-2415

●子育てサポートセンターとは？

子育ての援助を受けたい方(依頼会員)と、援助をしたい方(提供会員)が登録し、依頼会員が託児や送り迎えなどの援助を受けたいとき、提供会員が手を貸す仕組みです。

援助の内容 託児、保育園などの送り迎え、親のリフレッシュのための預かりなど、日常的な子育てのサポート

サービス提供時間 午前6時～午後10時。提供会員と都合が合えば、土・日曜、祝日も利用できます

料金 月曜～金曜午前7時～午後7時は30分ごとに350円。それ以外の時間は30分ごとに400円

利用
までの
流れ

会員登録

センターに連絡し、説明会に参加して会員登録。会員は随時募集中です。

提供会員と顔合わせ

事務局が希望に合う提供会員を紹介。面会して納得できたらサポート関係が確定します。

援助を受ける

随時、提供会員と日程を調整し、援助を受けます。

この他、子どもの急な病気や残業などの緊急時にサポートを行う「子ども緊急サポートネットワーク」もあります。詳しくは事務局 ☎621-6626まで。

子育てを援助してもらおう！

密着
取材

白石区の依頼会員・加藤さんが提供会員・辻さんに託児をお願いする現場取材しました。

よろしく
お願い
します



依頼会員・加藤さん

援助の依頼

通院する間、息子の瑠太郎くんを預かってもらうため、提供会員の辻さんに電話で援助を依頼します。

午前9時

子どもを預ける

約束の時間に辻さんのお宅へ。瑠太郎くんを預け、病院へ向かいます。

こんにちは
正午まで
ですね



提供会員・辻さん

ありがとう
ございます



お利口
でしたよ

正午

子どもを迎えに行く

病院での受診を終えたら、子どもを迎えに辻さん宅へ。料金の支払いをした後、次回の援助の約束をして帰宅しました。

午前10時30分

この間、辻さんは瑠太郎くんを公園に連れて行ったり、お昼ごはんを食べさせたりして過ごします。



私が仕事で遅くなる日に子どもを預かってくれる制度がないか調べていて、サポートセンターに登録しました。辻さんとは顔合わせのときお互いのことを話し合ってから、この半年間で10回以上援助してもらっています。本当に助かりますし、近くに子どもを見てくれる人がいない方にはぜひお薦めしたいです。

依頼会員 加藤 憲枝さん



かつての自分のように、他に頼れる人がいない子育て中の方を支えようと、センターに登録しました。自分の子育ての経験や反省が生かせるので、余裕を持ってお子さんと接することができるし、皆さんに本当に喜んでもらえるので、すごくやりがいがあります。それに、小さな子が私の家族と触れ合うことで、家の雰囲気もほんわかと温かくなりますね。

提供会員 辻 美幸さん

保育所の入所を
考えている方へ

保育ママという、新しい選択肢があります

●保育ママとは？

保育士の資格を持つ「保育ママ」が、自宅などで子どもを預かり、保育を行う制度です。市内9カ所で行っており、現在、実施箇所を拡大しています。

保育の形態 定員5人までの居宅型(市内8カ所)と10人までのグループ型(市内1カ所)

日時 月曜～金曜(祝・休日を除く)午前9時～午後5時。グループ型は前後1時間ずつ延長も可

対象 保育所の入所要件を満たす生後5カ月～2歳の乳幼児(年度途中で3歳に達した場合は、その年度の3月末まで利用可)

料金 保育所利用料金の約8割。昼食は持参

●保育ママの特長

- 少人数保育で、子どもの性格や発育に合わせたサービスが受けられる
- 利用対象外の年齢に達した後は、優先的に保育所への入所が可能
- 月に1度、保育園に出向き、他の幼児との交流保育を実施

【詳細】保育課 ☎211-2986

保育ママを訪問！

西区の保育ママ・

佐藤さんを訪問しました。



子どもたちは、用意されたパズルやミニカーなどで遊びを満喫。他にも音楽に合わせて体操をしたり、室内を駆けっこしたりと、終始にぎやかな笑い声が響いていました。

預かったお子さんたちを、お母さんの気持ちにくみ取りながら、一緒に子育てする気持ちで保育しています。お母さんたちとは毎日顔を合わせ、育児の相談はもちろん、家族や生活の話もするなど、子育てを超えたつながりができていますよ。

さとう けいこ
保育ママ 佐藤 恵子さん



悩みや疑問が
あるときは

子育て相談の窓口へ気軽にご相談ください



相談のほか、情報収集に最適
各区子育て情報室

子育てに関する相談や図書閲覧ができるほか、地域の子育てサロンやサークルの情報を手に入れます。

日時 月曜～金曜(祝・休日を除く)
午前8時45分～午後5時15分

所在地 各区保健センター内(ただし、厚別・豊平区は区役所内、手稲区は区民センター内)

電話 区役所(1階)の子育て支援係(ただし、

中央区は☎511-6399、東区は☎712-6331、白石区は☎861-0345、南区は☎588-5411)

外出が難しい方は

ピンポンこんにちは
(出前子育て相談)

「直接来て相談したいけど外出が難しい…」そんな方には、区役所の保育士が相談を受けるためご自宅を訪問します。

日時 月曜～金曜(祝・休日を除く)
午前10時～午後4時で1時間程度

その
他の
窓口

子育て支援総合センター、区保育・子育て支援センター(ともに5ページ)でも子育て相談ができるほか、家庭環境の問題や発達の遅れなどの専門的な内容は、市児童相談所(中央区北7条西26丁目、☎622-8630)で相談できます。

終わりに

子育てをしていると、喜びや楽しみがある一方で、不安や孤独を感じる場合があります。

しかし、周りには同じように不安を抱え、誰かと悩みを共有したいと思っている人がいます。大変なときにサポートしたいと思っている人もいます。

今回紹介した仕組みを通じて、そうした人たちと一緒に、子育てに向き合ってみませんか。

「さっぽろ子育てガイド」 を配布しています

子育てを支援する市の制度や施設を詳しく紹介した小冊子です。

配布場所 各区子育て情報室(上記)、子育て支援総合センター(5階)ほか



その他、市の子育て支援に関する詳しい情報はホームページ「さっぽろ子育てナビ」でもご覧になれます。

アドレス www.city.sapporo.jp/kodomo/kosodate/index.html