

# 子育ての希望がかなうまちを目指して

少子化が急速に進行する中、全ての子どもが、健やかに育つことは、石巻市にとってとても重要です。市では、第2次石巻市総合計画の重点施策である人口戦略において、「結婚・妊娠・出産・子育ての希望がかなうまちをつくる」を掲げ、妊娠・出産、子育て支援の各種施策に取り組んでいます。子どもの成長ごとに利用できるサービスを気軽に利用してみませんか?

## 赤ちゃんおむかえ講座

申・問 いっしょissyoえきまえ ☎98-4158

妊娠婦とその家族を対象に出産に備えて、妊娠・出産の経過や準備をしておくことなどを学びます。

ところ ささえあいセンター2階 子育て交流室

持ち物 母子健康手帳など

### ①出産準備編

とき 1月10日(土)・2月14日(土)・3月7日(土) 午前10時～正午

対象 妊婦さんと家族

内容 妊婦体験、妊娠中の気を付けたい症状、お産の流れ、母乳・栄養、産前産後のメンタルケア

### ②沐浴編

とき 1月5日(月)・2月9日(月)・3月2日(月) 午後6時30分～7時30分

対象 妊婦さんと家族(2人まで)

内容 デモンストレーション、沐浴体験



### ③赤ちゃん編

とき 1月11日(日)・2月15日(日)・3月8日(日) 午前10時～正午

対象 産後(5カ月くらいまで)の方と家族

内容 ベビースキンケア、ベビーマッサージ

※令和8年度の開講日は未定です。

## 妊婦等包括相談支援事業

問 健康推進課(内線2421)

妊娠7カ月頃の妊婦の皆さんに出産に向けてアンケートを送付しています。

また希望する方には面談を行います。お子さんが生まれる前の今こそ、出産・子育ての見通しを持つことができるよう、出産準備や産後のこと、保育所のことなど、子育てについて相談してみましょう。

## 育児ヘルパー事業

申・問 こども家庭センター ☎24-6848

産前産後の大変な時期にヘルパーを派遣することで、負担を軽減し、身体と心を休めて安心して子育てができるようにサポートを行います。

### 利用について

期間 母子健康手帳交付後から産後6カ月の前日まで  
(土日・祝日・年末年始を除く)

時間 午前9時～午後5時(1日2時間まで)

回数 原則20回以内 1日2回まで(多胎出産は30回以内)

料金 1時間あたり250円

※市民税所得割額77,100円以下の世帯は無料

### サービス内容

- ・家事:調理、洗濯、住居内の掃除、生活必需品の買い物など
- ・育児:おむつ交換、衣服の着脱、授乳、沐浴の介助など

## 学びサポートセンターCOIL【コイル】

問 ☎22-4157

「COIL」とは「Consultation(相談)」、「Independence(自主・自立)」、「Learning(学び)」の頭文字を取った新しい教育サポートセンターの名称です。学校生活におけるさまざまな相談と児童生徒一人一人に適した学習支援を行っています。

「学校に行くのを渋るようになった」、「友だちの話をあまりしなくなった」などの悩みを抱えた時はいつでも相談ください。児童・生徒のペースや考えに合わせて学びを支援します。

支援内容

- ・「相Talk(あいとーく)」:相談・支援機能
- ・「心Reach(ここりーち)」:訪問による学習支援機能
- ・「学Base(まなべーす)」:通所による学習支援機能・体験活動

## ファミリーサポート事業

申・問 ファミリーサポートセンター事務局

☎23-7407

利用会員(おおむね生後2カ月から小学6年生の子どもを預かってほしい方)と協力会員(預かることができる方)がそれぞれ会員登録し、協力し合って育児の援助活動を行います。会員募集中ですが、特に河南・牡鹿地区の協力会員が不足しています。子育てを頑張る方たちのために皆さんの力を貸してください。



### 活動時間・料金

	最初の1時間	以降30分毎
平日(午前7時～午後7時)	600円	300円
平日(午前7時まで、午後7時以降) 土日・祝日・年末年始	700円	350円

## 石巻市産後ケア事業

問 健康推進課(内線2421)

赤ちゃんのお世話で手一杯で、自分の身体と心を休める時間がとりづらい産後のお母さんが、助産師から授乳や心身のケア・子育てのアドバイスなど、宿泊型・通所型・訪問型のサービスが受けられます。

期間 産後12カ月の前日まで

### サービス内容

- ・お母さんへのケア:健康状態チェック、乳房ケアを含む授乳のアドバイス、育児相談
- ・赤ちゃんのケア:体重測定などで発育状況のチェック、沐浴など



# ぼくたち・わたしたちの居場所・遊び場

## 子育て支援センター

問 子育て支援課(内線2523)

さまざまなおもちゃや遊具があり、子どもがのびのびと遊ぶことができます。子ども同士の交流だけでなく、親同士の交流や情報交換の場でもあり、子育て相談や、子育て情報を得ることができます。

各センターでは、親子で楽しめるイベントや育児講座、成長測定なども行っています。

市内には子育て支援センターが12カ所あり、居住地区以外の子育て支援センターも利用できるので、ぜひお越しください。

一  
支  
子  
育  
て  
支  
援  
セ  
ン  
タ  
ー

## 移動型児童館

問 子育て支援課(内線2553)

子どもの居場所や遊び場を拡充するため、公民館などで開設しています。



工作やお絵かき、おしゃべりなど自由に過ごすことができ、特にダンボール工作コーナーやカードゲームブースが人気です。

令和6年度は、延べ600人以上の方にお越しいただきました。

とき	ところ
1月18日(日)	桃生公民館
1月25日(日)	牡鹿公民館
2月8日(日)	河南公民館(遊楽館内)
2月15日(日)	雄勝公民館
3月1日(日)	河北公民館(河北総合センター「ビッグバン」内)
3月8日(日)	蛇田公民館

※開設時間はいずれも午後1時から4時まで

## 子どもセンター「らいつ」

☎23-1080

らいつは「なにをしても、なにもしなくてもいい居場所」の児童館です。遊びや勉強などを通して高校生までの子どもたちの健やかな成長や健康増進、情操を豊かにすることを目的とし、創造性や仲間をつくり、自主性などを身につけていきます。

また、子どもだけでなく、親同士の交流や情報交換をしたり、スタッフから子育てに関するアドバイスをもらうことができます。

### 開館時間

午前9時30分～午後7時

※小学生は午後5時まで

休館日 第1・第3木曜日・祝日・年末年始



## 子育てに悩んだら

### 親子関係形成支援事業 「ポジティブ・ディシプリン®」

問 こども家庭センター ☎24-6848

「怒りたくないのに」「子育てでイライラすることが増えてきた」「どんな子育てをしたらいいのか不安」など、子育てに悩みや不安を感じる保護者が、全9回のプログラムに参加し、子どもの考え方や感じ方を理解することで、子育てに自信を持ち、前向きに子育てができる方法を学びます。

答えがひとつではない子育てだからこそ、じっくり時間をかけて、子どもとの関係や自分自身の子育てをみんなで一緒に考えてみませんか。

対象 市内在住の18歳未満の子を育てている方、その家族

とき 1月17日(土)・24日(土)・31日(土)

2月7日(土)・14日(土)・21日(土)・28日(土)

3月7日(土)・21日(土) 午前10時～正午

ところ ささえあいセンター2階ミーティングルーム



申込フォーム

### 子育て世代包括支援センター

問 いっしょissyōえきまえ ☎98-4158、070-5563-5244  
いっしょissyōへびた ☎24-6878、080-9259-0361

子育て世代包括支援センターは妊娠の方、18歳未満の子どもと子育て中の方が困ったときに相談できる窓口です。スタッフがお話を聞いて、必要な情報、サービス、人、居場所などへ適切につなぐお手伝いをします。

来所相談のほかに電話相談、メール相談も受け付けています。気軽に利用ください。

### こども家庭センター

問 ☎24-6848

妊娠婦、子育て家庭、子どもからさまざまな相談を受け、課題解決のため子育て支援機関と連携しながら継続的な支援を行います。

必要な支援内容につなぐためのサポートプランも作成しています。

### 子育てメール相談

子育てについての悩みごとや不安に思っていることを相談してみませんか?メールでの相談を受け付けています。



### 教えて☆助産師さん

赤ちゃんのからだのことや気持ちのことなど、ママやパパからのよくある質問を掲載しています。



### 子育て応援アプリ 「ISHIMO」

子育て世代に必要なイベント情報、手続き情報などが届くアプリです。マタニティ期から登録でき、健診や予防接種などの目安も登録できます。



### 子育て情報誌

赤ちゃんとの新しい生活を安心して楽しめるよう地域に密着した情報を掲載しています。

