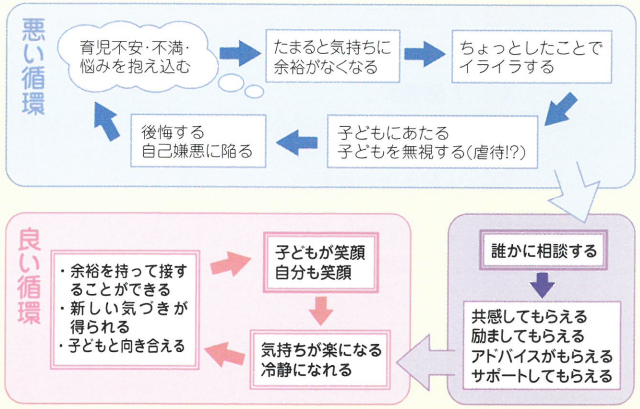
子育て中の皆さんへ・・・

「自分だけがうまく子育てできていない」「子育てを助けてくれる人がいない」「子どもの行動が気に入らない」など、子どもの心配ごと、親としての不安や悩みごとを抱えていませんか。

子育ては、思うようにはいかないものです。さまざまな不安や悩みを一人で抱え込んでいると、ストレスは膨らむばかりです。

良い循環で乗り切ろう！



一人じゃないよ！気持ちを話そう

話すことで、張り詰めていた気持ちが軽くなったり、冷静に考えたりすることができ、解決策が思い浮かぶこともあります。

家族や身近な人と話そう

学校や保育所・保育園、幼稚園等の機関に伝えるのも方法です。

専門機関に相談しよう

※裏面の「主な相談先・専門機関」を参照

家族や友人などに相談しにくいとき、専門的なアドバイスが欲しいとき、深刻な状況に陥りそうなときなどに連絡してみましょう。
専門機関では、子育ての講演会や講座などを開催していますので、積極的に参加してみませんか。

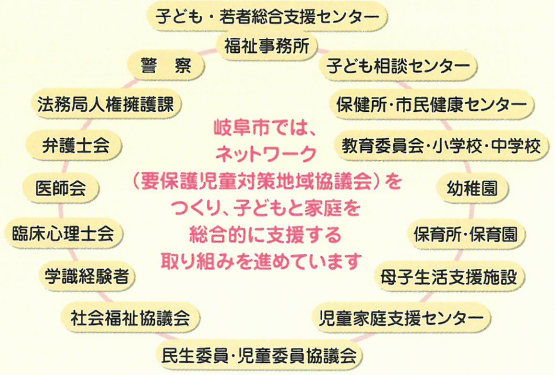
子育て中の方と話そう

保育所・保育園、幼稚園、児童館・児童センター、地域で開催されている子育てサークル(※)など出かけた先で、不安や悩みを声に出してみませんか。「子どもってそうなんだ！」「自分だけじゃないのね」「私もそうそう！」と共感したり、安心したりします。

※市民健康センターなどでご紹介しています。

子育てや子ども虐待に関する主な相談先・専門機関

子育てのあらゆる相談	0歳から20歳未満までの子ども・若者に関するあらゆる悩みや不安の相談に応じています。	岐阜市子ども・若者総合支援センター〝エールぎふ〟 ✆0120−43−7830
妊娠・出産・育児・健康に関する相談	健診や予防接種・アレルギーなど、妊娠・出産・育児・健康に関する相談に、保健師や栄養士が応じています。	・中市民健康センター ✆058−252−0632 ・南市民健康センター ✆058−271−8010 ・北市民健康センター ✆058−232−7681
地域の身近な相談相手	生活上の心配ごとや、家族・健康・子育てなどの悩みの相談に応じています。	・民生委員・児童委員 ・主任児童委員 ✆058−265−3891 (岐阜市福祉政策課)
24時間365日子育て相談	0歳から18歳未満までの子どもに関する相談に、専門の相談員や心理士が応じています。また、一時的に子どもを預かる(ショートステイなど)受付も行っています。	子ども家庭支援センターぎふ「はこぶね」 ✆058−296−2172
児童相談所による相談	0歳から18歳未満までの子どもに関する相談に応じています。	岐阜県中央子ども相談センター ✆058−273−1111(代表)
子ども虐待の相談・通告		・岐阜市子ども・若者総合支援センター〝エールぎふ〟 ✆058−269−1600 ・岐阜県中央子ども相談センター ✆058−273−1125 ・児童相談所全国共通3桁ダイヤル ✆189(いちはやく) ◎緊急を要する場合は110番通報を



2018.3/15,000

すべての子どもに明るい未来を

～子ども虐待をなくそう～

平成29年度岐阜市オレンジリボン絵てがみコンテスト
小学生以下の部最優秀作品

オレンジリボンには、
子ども虐待を防止するという
メッセージが込められています。

岐阜市
岐阜市要保護児童対策地域協議会