

特集

# みんなで育む、 こどもの未来

子育ては、こどもの成長を感じられる  
かけがえのない経験。  
無理せず、楽しく、あなたらしく子育て  
ができるよう、市は子育て中の皆さん  
を支えます。

## 子育ての 幸せ日記

### 足音が教えてくれた幸せ

ついこの間まで私のお腹をポコポコ蹴っていた足。今では、誇らしげにペタペタ音を鳴らして駆け寄ってくる。この音と笑顔にどれだけ幸せと愛しさが詰まっているか教えてくれたあなた。私たちをママとパパにしてくれてありがとう。(1歳児のお母さん)

### 今年の夏も、プールで感じるこどもの成長

夏になると「お父さ～ん、浜松城のプールへ行こう」とこどもたち。年を重ねるごとに、潜る時間も、泳げる距離も長くなる。成長を感じ目頭にグッとくるものを水中で紛らわす。今年は、プールの長さ足りるかな。(12歳の中学生と9歳の小学生のお父さん)

今月の特集・子育てコラムでは、こども基本法の基本理念を踏まえて、ひらがな表記の「こども」を使用しています



HP 浜松こども家庭センターLINE 検索

年齢に応じた情報を配信！  
さまざまな事業の予約もできます

こども家庭センター公式LINE



区	こども家庭センターの名称 (こども家庭センターがある建物名/所在地)	妊娠・出産・育児 相談電話番号	子育て・児童手当 など相談電話番号
中央区	中央こども家庭センター(中央区役所/元城町)	☎457-2835	☎457-2300
	東こども家庭センター(東行政センター/流通元町)	☎424-0122	☎424-0121
	西こども家庭センター(西行政センター/雄踏一丁目)	☎597-1174	☎597-1157
	南こども家庭センター(南行政センター/江之島町)	☎425-1710	☎425-1564
浜名区	浜名こども家庭センター(浜名区役所/貴布祢)	☎585-1120	☎585-1677
	北こども家庭センター(北行政センター/細江町気賀)	☎523-1956	☎523-2893
天竜区	天竜こども家庭センター(天竜区役所/二俣町二俣)	☎925-3155	☎922-0173

子育てのワンストップ相談窓口  
「こども家庭センター」  
どこに相談したら良いかわからない時  
は左の連絡先に問い合わせてください。

# 妊娠

## 新たな家族を迎える準備



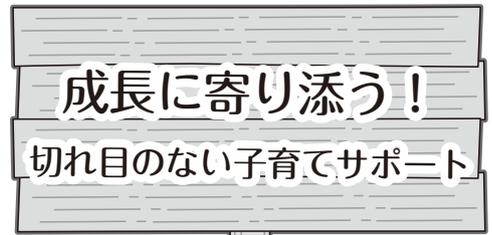
### はじめてのパパママレッスン

子育てに伴う心身の変化や夫婦関係の変化、赤ちゃんの抱っこの仕方などを学ぶことができます。

場所: 可美公園総合センター、雄踏文化センター、  
青少年の家、プレ葉ウォーク浜北

問い合わせ: 健康増進課 (☎ 453-6117)

HP▶ [びっぴ はじめてのパパママレッスン](#) 検索



市には、こどもの成長をサポートする場所や事業がたくさんあります。保護者にも、こどもたち自身にも、うれしいサポートがきっと見つかるはず!

# 出産

## 利用者の声

### ママの体のケアに専念

産後ケアを利用して病院で2泊3日過ごしました。

自宅に戻ると無理をして体に負担をかけてしまいそうだったので、自分の回復に専念できたことはありがたかったです。授乳がうまくできず悩んでいましたが、産後ケアの期間中も授乳のたびに助産師さんが相談に乗ってくださり、不安が解消されました。

おかげで、安心して退院後の生活をスタートすることができました。

(2歳児と0歳児のお母さん)

## 出産後の育児や生活をサポート



### 産後ケア事業

出産後、赤ちゃんとの生活をスムーズに始められるように、心身のケアや育児のサポートが受けられます。

医療機関や助産院などに宿泊したり、助産師さんなどに自宅を訪問してもらったりすることができます。

対象: 産後1年未満の母親と赤ちゃん

内容: 産後の母体ケア、育児相談、授乳や沐浴の指導など

問い合わせ: 健康増進課 (☎ 453-6117)

HP▶ [びっぴ 産後ケア事業](#) 検索



## 家事や育児などを「はますくヘルパー」がサポート

### はますくヘルパー利用事業

妊婦や子育て家庭を対象にヘルパーが訪問し、家事の手伝いをしたり、育児相談に乗ったりします。

問い合わせ: 子育て支援課 (☎ 457-2792)

HP▶ [びっぴ はますくヘルパー](#) 検索



### 私たちははますくヘルパーがサポートします!

自分自身が初めて子育てをしたとき、家事に手が回らず「ママってこんなに大変なんだ…」と感じたことがあったので、「今度は私が子育て中の皆さんを支えたい」と思い、はますくヘルパーになりました。

子育てや趣味などについておしゃべりしながら家事のお手伝いをする事が多いです。継続して、はますくヘルパーを利用している保護者の皆さんに余裕が生まれ、前向きな気持ちになっていく姿を見られるのが何よりうれしいです。

子育てはパパやママだけで頑張らなくていいんです。「ちょっと手伝って～」と気軽に頼ってくださいね。

こどもは、パパやママの笑顔が大好きですよ。



株式会社アイケア  
北村さん



## 利用者の声

### ヘルパーさんが来てくれる 安心感

夫の育休が終わり、1歳差のきょうだい二人の育児を一人でする不安から、はますくヘルパーの利用をはじめました。自分が家事をしている間にこどもと遊んでもらったり、食事やお風呂を手伝ってもらったりしています。こどもの通院時に付き添ってもらったこともあり、とても助かっています。

夫が単身赴任をしている間も、孤独を感じずに育児ができました。

育児が不安な人、ちょっと人手が欲しい人、はますくヘルパーさんが来てくれるだけで、心がふっと軽くなりますよ。

(1歳児と0歳児のお母さん)



## 親も子も！広がる楽しい交流の輪

### 子育て支援ひろば

妊婦さんやおよそ3歳未満の乳幼児とその保護者が気軽に集い、交流ができます。育児相談に応じることができる支援員が常駐しています。

**HP**▶

問い合わせ: 子育て支援課 (☎ 457-2792)



### 利用者の声

最初の一步を踏み出すと、楽しい毎日が！

初めて来た時は少し緊張しましたが、3回ほど来てみると、自然となじめました。広々とした場所でも子どもを遊ばせたり、イベントに参加したりしています。慣れるまではドキドキするかもしれませんが、ぜひ気軽に来てみてください。(0歳児のお母さん)

### 私たち支援員が相談に応じます！

子育てに関する情報があふれる中で、悩むことはありませんか。他の保護者や支援員と触れ合うことで安心したり、納得できたりすることもあると思います。子育ての不安は一人で抱え込まずに、支援員に相談してみてください。

引佐子育て支援広場の取り組みについて、市公式noteで紹介しています



引佐子育て支援広場 支援員の皆さん



## 幼稚園・保育園などの雰囲気を感じよう

### 親子ひろば

家庭で子育てをしている親を支援するため、保育園などが親子の交流の場を提供します。



問い合わせ: 幼保支援課 (☎ 457-2118)

**HP**▶

### こども誰でも通園制度

保育園などに通っていない、生後6カ月から満3歳未満のこどもが、1日1回(2時間)、月に10時間まで保育園などを利用できます。

問い合わせ: 幼保支援課 (☎ 457-2827)

**HP**▶



### 児童館

こどもと保護者が遊ぶことができる施設  
(詳細は11ページへ)

## 小学生・中学生の学校生活に寄り添う

### 教育総合支援センター

小学生・中学生の不登校、いじめ、学校生活など学校教育に関する相談を、電話や面談ですることができます(面談の場合、要予約)。

**市HP**▶

教育総合支援センター(相談ダイヤル): ☎ 457-2424

問い合わせ: 教育支援課 (☎ 457-2428)



## 若者一人一人のペースに合わせてサポート

### こども若者総合支援センター「わかばプラス」

日常生活の悩みや不安を抱える若者(およそ15~39歳)や家族の相談(面接・電話・オンライン・訪問)に応じたり、若者の自立に向けたサポートをしたりする総合相談窓口です。



**HP**▶

場所: ザザンティ浜松中央館5階(中央区鍛冶町100-1)

相談専用ダイヤル: ☎ 454-4848

問い合わせ: 青少年育成センター (☎ 457-2418)

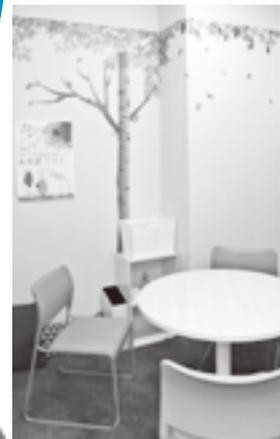
### 私たちスタッフがお待ちしております！

皆さんの不安や悩みを、スタッフが一緒に整理します。悩みに応じた専門窓口の紹介もしています。

若者が気軽に集うことができるイベントも開催予定ですので、悩みがある人はもちろん、「大きな悩みはないけれど、何となくモヤモヤする…」そんな人も、気軽にわかばプラスに来てみてください。



「わかばプラス」スタッフさん



「わかばプラス」相談室

## 切れ目のない支援

## 「浜松市子ども計画」を策定しました

市は、全ての子ども・若者が健やかで幸せに成長できるまちを目指して、2025（令和7）年3月に「浜松市子ども計画」を策定しました。子ども・若者、そして子育て中の皆さんの声を聴きながら、さまざまな取り組みを進めます。

市HP▶[浜松市子ども計画](#) 



## 全ての子どもが幸せに育つまちを目指して

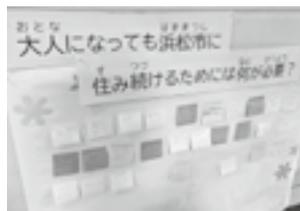
「浜松市子ども計画」の推進などについて審議を行う「浜松市社会福祉審議会児童福祉専門分科会」会長の泉谷朋子准教授に、「浜松市子ども計画」や、浜松市での子育てについて聞きました。



聖隷クリストファー大学  
泉谷 朋子 准教授

### ●こどもの声を聴く

「浜松市子ども計画」は、子どもや若者の声を大切に作られています。意見を集める方法の一つとして、子ども館などに設置している自由に意見を



子どもが意見を書き込めるボード

書き込むことができるボードがあります。

付箋に意見を書いて、貼り付けてもらうスタイルで、子どもや若者が気軽に意見を書くことができるのがいいところですね。

### ●浜松ならではの子育て

浜松にはお祭りなどの地域の行事を通じて、地域の人たちと自然に関わりを持つことができる環境があります。子どもは、地域とのつながりの中で、多くのことを学ぶことができます。

また、浜松には外国にルーツを持つ子どもも多いため、そうした子どもへの支援についても、計画に盛り込まれています。

今の日本では子育てが家庭内だけで完結しがちですが、浜松には子ども・若者や子育て中の皆さんを応援してくれる人がたくさんいます。

### ●市民の皆さんへのメッセージ

こどもに「おはよう」や「行ってらっしゃい」など、温かい声掛けをいただくことで、子育てしやすい雰囲気が育まれます。地域全体で子どもや子育て中の皆さんを温かく応援しましょう。

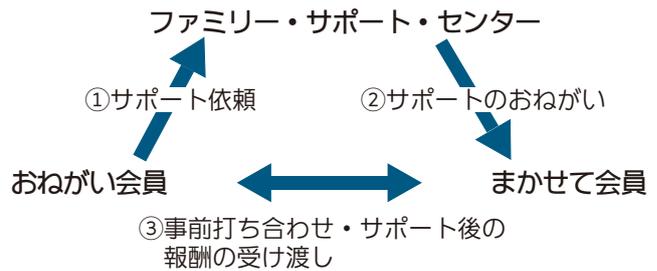
## こどもの一時預かりなど、地域みんなでサポート

### ファミリー・サポート・センター

こどもの預かりや送迎を頼みたい人（おねがい会員）と、サポートする人（まかせて会員）を結びお手伝いをしています。利用するそれぞれが会員となり、子育てを助け合っています。（会員登録無料）



問い合わせ：浜松市ファミリー・サポート・センター  
☎ 457-2900 [HP▶](#) [ぴっぴ ファミサポ](#) 



### 私たちまかせて会員がお手伝いします！

まかせて会員として、安全・安心を第一に、大切なお子さんをお預かりしています。「近所のおばちゃん」のような存在として、自分の子育て時代を思い出しつつ、皆さんの子育てをお手伝いしています。



ファミリー・サポート・センター まかせて会員の皆さん

### 利用者の声

#### ちょっと助けて欲しいときに助かる！

用事があって、まかせて会員さんのお家で一時預かりをお願いしました。とても優しく丁寧な人で、子どもに関わることに慣れていて、子どももすぐに懐いて楽しく過ごせたようです。少し手を借りたい時にとっても助かる制度だと感じています。（1歳児のお母さん）



### その他にも、たくさんのサポートがあります！

- 浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」で、その他の事業も紹介しています [HP▶](#) [ぴっぴ](#) 
- 「ぴっぴ」のLINEアカウントを友だち登録すると、AIチャットボットでの質問や、イベント・施設情報の検索ができます [HP▶](#) [ぴっぴLINE](#) 

