南関町こども家庭　センターだより

R8年11月号（No.23）

落ち葉舞い散る季節となりましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。

こども家庭センターでは、南関町の子育て支援について広く知っていただくために「こども家庭センターだより」を毎月発行し、子育て世代の皆さんへ役に立つ情報をお届けします。

乳幼児突然死症候群（SIDS）について知っていますか？

乳幼児突然死症候群（以下、ＳＩＤＳ）とは、それまで大きな異常の兆しがないのに、乳幼児が睡眠中に亡くなってしまう原因不明の病気で、窒息などの事故とは異なります。ＳＩＤＳの予防方法は確立していませんが、以下の３つのポイントを守ることにより、ＳＩＤＳの発症のリスクを下げられることが研究で示されています。

SIDSの発症率が低くなる３つのポイント

① １歳になるまでは「あおむけ」に寝かせましょう。

SIDSは睡眠中に起こります。
医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。

② 無理のない範囲で母乳育児を。

母乳育児の方が、発症率は低いといわれていますが、全ての人ができるわけではありません。
授乳に少しでも不安を感じる場合は、病院やこども家庭センターに相談しましょう。

③ たばこはやめましょう。

乳幼児の周囲でたばこを吸うと、発症率を高くしてしまいます。受動喫煙も生後のSIDSの発生要因になります。
こどもに関わる全ての大人は喫煙をやめましょう。

眠る赤ちゃんのために環境チェックを

赤ちゃんのまわりの環境を整えることで、SIDSだけでなく、「睡眠中の窒息」も防ぐことができます。

① **寝具は硬めで平坦なものを使いましょう。**
② **温度は着るものや空調で調整しましょう。**
③ **寝床には何も置かずにすっきりと。**
④ **赤ちゃん専用の寝床が安心につながります。**
「添い寝」には注意をしましょう。
眠気を催す薬の内服や飲酒をした大人による添い寝や早産・低出生体重の赤ちゃんには注意が必要です。
⑤ **睡眠環境製品は正しく**使いましょう。
ベビーベッドや柵など、国が定めた安全基準に合格した製品には**「子供PSCマーク」**がついています。**対象年齢や使い方**を必ずチェックしましょう。

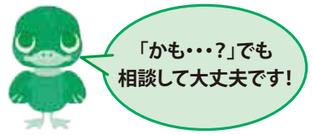
（こども家庭庁、経済産業省の資料より一部抜粋）

≪お問い合わせ≫　福祉課　こども家庭センター　☎57-8553

11月は児童虐待防止推進月間です

こども家庭庁では、１１月を「秋のこどもまんなか月間」とし、オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーンを実施しています。児童虐待の相談対応件数は年々増加しています。こどもの命が奪われる痛ましい事件も起きており、社会全体として児童虐待防止に取り組むことが必要です。

こども家庭庁では、全国どこからでも「**189（いちはやく）**」にかけると児童相談所に速やかにつながる通告ダイヤルや、子育てや親子関係の相談ができる「**親子のための相談LINE**」を運用しています。
匿名で相談でき、秘密も守られます。
こどもの命を守り、子育てにやさしい社会を作るため、ご協力をよろしくお願いします。



「親子のための相談LINE」のQRコードを読み取って、友達登録をして利用してください。

（こども家庭庁より一部抜粋）

産後ケア（通所型）を行いました!!

9月10日（木）に産後ケア（通所型）がありました。
5組の親子が参加されました。熊本県助産師会の助産師を講師として迎え、ベビーマッサージを行ったり、育児相談や母乳ケアなど個別に応じたケアが実施されました。次回は11月12日（木）を予定しています。
予約は下記のQRコードよりお願いします。

参加者のご感想
- 授乳のことで悩んでいましが相談にのっていただいて解決策が見つかり、心が軽くなりました。参加してよかったです。
- 授乳量の確認や離乳食、鼻づまりなど今の悩みを聞く事ができて嬉しかったです。
- 顔見知りのママも増えて、お互いの子どもに「大きくなったね」と声を掛け合えるのが嬉しかったです。

親子の写真をプレゼントしています。

11月の予定

母子手帳交付（要予約）
毎週月曜日
午前10:00～、午前11:00～
※事前に予約をお願いします

産後ケア（助産師会）
12日（木）午前9:50～
※詳細は南関町ホームページ参照
※予約は右記のQRコードからお願いします。

すくすく教室
10日（火）
午前 9:50～

のびのび教室
10日（火）
午前10:15～

1歳6か月児健診
24日（火）
午後1:00～

3歳児健診
17日（火）
午後1:00～

子育てに困ったり、悩んだときは、いつでもご相談ください。