

子どもとの毎日に行き詰まったら!?

子育て支援センター・子育てひろばを利用しよう

ひとりで抱え込まないで上手に息抜きしたい!

「子育て支援センター・子育てひろば」(地域子育て支援拠点事業実施施設)は主に乳幼児の子どもと、その親が交流を深める場です。市町村ごとに、公共施設や保育所・認定こども園、児童館など地域の身近な場所で親子の交流や子育て相談・情報提供などを行っている心強い施設です。



子育て中の親子の交流の場



子育て中の親子が自由に利用できます。何度か通ううちに、気の合う友だちができたというママやパパもいます。情報交換の場としても貴重な場所です。

子育てでの悩み相談や援助



保育士、保育教諭、看護師など、知識と経験をもつスタッフが子育てに関する様々な相談に対応してくれます。また、地域の子育て情報の提供など、子育て世代には心強い味方!

子育てサークルなどの活動支援



おもちゃ遊びや運動、イベント参加など、同年代の子ども同士が触れ合うことで、コミュニケーションのとり方を自然に学ぶ機会にもなります。親子でリフレッシュ!

画像提供：道ノ上こども園子育て支援センター(七戸町)

同じ年ごろの子どもを持つママ・パパとお話するだけで気持ちが楽になることも。意外とみんな同じことを思っていたり、自分より大変だったり…。子育てでのストレスや悩みを一人で抱え込んでしまったとき…気軽に足を運んでみるのも良いかもしれませんね。

[青森県内の子育て支援リンク集](#)

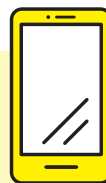
[検索](#)



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各施設の利用内容等が変更になっている可能性があります。詳細は各施設に直接お問合せください。

子育て相談を利用しよう

子育てにストレスを感じている、悩んでいる、周りに相談相手がいない…など、困った時には専門の相談機関があります。電話相談なら声だけのつながりなので、顔を合わせると緊張して上手く話せないという人には利用しやすいかも。話を聞いてもらうだけでスッキリすることもありますよ。



青森県総合社会教育センター あおもり子育てネット

あおもり子育てネットでは、家庭教育に関する電話・メール相談や学習情報を提供することで、青森県の子育てを応援します。

子育て動画

子育てについての情報を映像でご覧いただけます。

学習コーナー

子育てに役立つ学びが満載です。一緒に学びましょう。

解決のヒントが盛りだくさん。スマートフォンから、すぐに見ることができます。

[あおもり子育てネット](#)

[検索](#)



子育て情報

子育てにやさしい団体や施設などの情報を入手できます。

リンク集

いろいろな機関が運営する子育てホームページを紹介しています。

電話による相談 すこやか ほっと ライン 017-739-0101

- 相談受付時間
毎週 月・水・木曜日 午後1時～4時
(祝日・年末年始はお休み)
- 相談上の秘密厳守
- 面接による相談は要電話予約
- メールで子育てについての様々な相談を受付ています

[すこやかほっとライン](#)

[検索](#)

