

numaco 03

家族で育てる沼津の暮らし

2018



沼津での子育てに関する情報を
随時発信中。
沼津市の公式fbや
ホームページをチェック!

f 子育て支援課公式Facebookページ
「子育て ぬまづ暮らし 沼津市子育て支援課」
www.facebook.com/kosodatenumazu

f 沼津市公式Facebookページ
「Numazu Topics!」
www.facebook.com/numazucity

🌐 沼津市ホームページ
www.city.numazu.shizuoka.jp
「いきいき!沼津っ子」で検索

numaco | 03 2018

企画・発行 / Proud NUMAZU kosodate

発行日 / 2018年3月1日

※本誌記事、写真、イラストの複製・無断転載を禁じます。

子育て応援サークル いちご



一期一会の「いちご」を名前の由来とし、人と人との出会いを大切に、親子の「あったらいいな」をカタチにする団体として、心も体も元気になれる居場所づくりのお手伝いができるばと活動しています。今この時期（月齢）しか味わえない経験と繋がりを育むイベントや、ベビマ、リトミック、ママ向け講座など、笑顔の輪が広がる活動を月8回程度開催しています。

こんな活動をしています

kosodate
委員の思い♡



「いちごに出会えてよかった！」そんな風に思っていただけのサークルになれたら嬉しいです。気軽に参加できる「仲間づくりの場所」、子育てが楽しくなる「笑顔の場所」になりますように♡ 代表 藤井さやか

団体連絡先

TEL 090-1620-6337 メールアドレス ichigostaff@yahoo.co.jp
Facebook www.facebook.com/ichigo15ichie/



numaco
【ヌマコ】

concept

「山」・「川」・「海」と、自然を暮らしの中で身近に感じられる沼津。この地域の恵まれた環境を活かし、子育てをしながら暮らしをより心地の良いものにできれば…。そして、家庭や地域との様々なつながりの中で、子どもも大人も「楽しく生きる力」を育て合うことができれば…。numacoがそんなきっかけになれば、と願っています。

contents

2017年9月、子育てママを中心としたメンバーが集まり、子育てに関する様々なことを話し合い、発信していく「Proud NUMAZU kosodate」が発足しました。今号は、「つながる」をテーマに、沼津での子育てをサポートする団体を紹介します。「Proud NUMAZU kosodate」委員でもある各団体が発信する情報やイベントなどを通して、みんながつながり、沼津の子育てをより楽しめるようになれば良いと思います。



バイリンガルママズ in 沼津



☆
☆
☆

こんな活動をしています

静岡県東部で子育てをする外国籍のお母さんと、地元の英語を話すお母さんのための集まりです。英語を共通言語に、毎月集まって楽しく情報交換をしています。これまでに英語でお菓子や著作などのワークショップを行ったり、沼津の魅力的な場所を英語で案内する手作り街歩きツアーなどを実施してきました。詳しくはフェイスブックを覗いてくださいね。随時地元の子育て情報を英語でアップしています。

kosodate
委員の思い♡



For international moms in East Shizuoka!
Let's get together and have fun.
代表 Hiromi Miyashiro

団体連絡先
Facebook www.facebook.com/bilingual.moms.numazu/
メールアドレス bilingual.moms.numazu@gmail.com



tasuki



こんな活動をしています

フリーペーパーを通してママに寄り添ってきた「tasuki」は、マタニティサロン「yadorigi」をオープン(6月予定)し、プレママに出会いや学びの場を提供します。思い思いに過ごせるカフェ、出産や赤ちゃんのことを学ぶ講座、様々な相談や体のケアを受けられるサロン：私たちは妊娠や出産、子育ての不安に寄り添い、子育てをする家族を支援していきます。

kosodate
委員の思い♡



女性は人生の様々なステージで選択を迫られ、悩んだり、自信のなさに沈んだり。そんなとき、「本当はどうしたいか」を自分の軸で選びとれますように。身体と心、自分の置かれる環境が急激に変化する産前産後の時期、yadorigiはひとりひとりに寄り添い、あなたらしさの芽と一緒に育てていきたいと願っています。
代表 杉浦希未子

団体連絡先
ホームページ <http://tasukito88.com>
メールアドレス info@tasukito88.com



NPO法人 Woman's サポート



私たちは、働く女性を応援します。ロールモデルを見つけたり、悩みを解決したり、目標が決まったりと、一歩前へ進むきっかけを作り、社会へ通用する女性を目指します。「女性が輝くまち沼津」を目指して日々活動しています。

こんな活動をしています

kosodate
委員の思い♡



娘は14歳になりますが、働くママの先輩として皆様の役に立てることがあれば良いと思っています。

理事長 曾根原容子

団体連絡先

ホームページ www.womanss.numazu-cci.or.jp
TEL 055-955-8567 メールアドレス womanssp@yahoo.co.jp



Baby's English Chat Salon



「ママと赤ちゃんのスキンシップを大切に、優しいママの声で英語の歌を」をモットーに、息子が生まれた年から9年間サークル活動を行なっています。卒業生は200組以上、現在は沼津市のふれあい英語教室やボランティアを中心に活動中。

主宰 佐野美帆・松本百江

こんな活動をしています

kosodate
委員の思い♡



子育ては本当に大変！大変だけれど今しかない！限られた時間の中で子供に歌ってあげる歌だけでも英語で口ずさめたら・・・そんなパパ、ママをサークル活動を通してサポートします^^

主宰 佐野美帆

団体連絡先

団体へのコンタクトは、主催イベント会場へ直接お越しください

沼津情報・ビジネス専門学校 こども保育科



沼津情報・ビジネス専門学校は、学科を有する総合専門学校です。地元企業との密接な交流を通して実践的な技術や知識をカリキュラムに組み入れ展開させています。多様に变化していく社会のニーズを、実習やインターンシップなど地元企業や幼稚園・保育園や医療機関との連携の中で吸収し、今、求められる技術と知識を持つ人材を育成し地元企業や社会に送り出しています。

こんな活動をしています

kosodate
委員の思い♡



保育・教育の現場で活躍できる保育者を育成しています。また、こども保育科職員として、地元で頑張るお母さんや子どもたちをどのようにサポート出来るのか、寄り添いたいな、と考えています。

教諭 深澤みほ

団体連絡先

ホームページ www.numasen.ac.jp



ベビーマッサージ教室 「ふれあい子育て」



タッチセラピーとも呼ばれている「ふれあい」を大切にしたいベビーマッサージ教室を開催しています。「見つめて、触れて、語りかける」というのは赤ちゃんにとって最高のコミュニケーション！肌の触れ合いによって赤ちゃんもママもリラックス、絆も深まり育児が楽しくラクになりますよ。「赤ちゃんの便秘解消」「免疫力アップ」よく眠るようになった」など体の機能面でも良いことたくさんです。

こんな活動をしています

kosodate
委員の思い♡



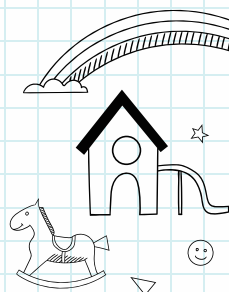
赤ちゃんのペースに合わせて、スキンシップを大切に、ママが子育てって楽しい・・・と笑顔でキラキラ輝いていられるようになればいいと思います。

代表 石渡美代子

団体連絡先

はまぞうブログ <http://koyomi.hamazo.tv/>
→「オーナーへメッセージから」へお願いします





保育園(所)等は、0才〜就学前までのお子さんの保護者が仕事や病気などで保育を必要とする場合に利用できます。沼津市内には、私立が28園、市立が7園の合計35園あります。

保育園(所)等について

主な入園資格

- ①保護者が勤めに出ていたり、自営業をしている場合(月64時間以上仕事に従事)
- ②母親が妊娠中か出産直後、または保護者に病気、心身障害がある場合(出産時に入園する場合は、おおむね出産(予定)月の3か月以降、後出産日から2か月まで)
- ③家庭に病人や心身障がい者、介護保険認定者がいて、保護者が常時介護にあっている場合等。
*入園については、保育できない条件の高い方から決定します。先着順ではありません。

保育時間について

月曜日から土曜日まで(日曜日、祝日、年末年始は休園です)で、保育の必要量に応じて、標準時間と短時間が設定されています。それぞれの時間帯を超えて利用する場合は、延長保育となります。

保育料について

保育料は、入園する子どもの保護者(父・母 場合によっては祖父母)の市民税額の合計によって決定します。(保育料以外に、保護者会費・絵本代等若干の金額を集金する場合があります。)

*子どもが3人以上いる場合には、所得にかかわらず3人目の保育料を無料とするなど、国の制度より充実した軽減措置をとっています。

詳しくはお問い合わせください

沼津市役所 1階 市民福祉部 子育て支援課
TEL 055-934-4826

沼津っ子ふれあいセンター

「ぽっぽ」

子育て中の皆さん、気軽に街へ出かけてみませんか。専任の保育士が常駐し、フロアの開放をはじめ、一時預かり保育や育児相談もお受けします。また、沼津こども図書室や、ファミリー・サポート・センターも併設され、子育てを総合的に支援できる施設です。お弁当持ち込みもOK! ぜひ見に来てね! 遊びに来てね!



利用時間 10:00～17:00
休館日 水曜日、年末年始(12/31～1/5)
場所 沼津市大手町1-1-3
沼津商連会館ビル 4F
TEL/FAX 055-952-8077



沼津市内には全10か所子育て支援センターがあります!

詳細は市のホームページをご覧ください



地域支援活動 子育てサポートキャラバン

「びよびよ」

びよびよは、ワゴン車におもちゃをいっぱい積んで、保育士が各地区センターをまわっています。「子どもが遊べる場所がない。」「まわりに友達がいない。」と悩んでいるお母さん、お友達作りに、また、子育ての情報交換の場として、どうぞご利用ください。



実施場所 15か所(1会場月1回程度)
実施日 毎年、年度の初めに1年間の計画を立てています
利用方法 当日会場へ直接お越しください
実施時間 基本10時から12時まで(会場によって違う場合もあります)



詳細は市のホームページをご覧ください

こども医療費助成

0歳から18歳まで **無料**

対象

18歳まで
(高校3年生相当年齢)

自己負担額

通院・入院 **無料**
(入院時の食事代も無料)



0歳から18歳までの対象者には受給者証を送付しています

Q. 医療費助成を受けるにはどうしたらよいですか？

A. 病院・薬局の窓口で保険証と一緒に受給者証を毎回提示してください。

Q. 病院・薬局すべてが無料になりますか？

A. 保険適用分のみ無料となります。薬の容器代・診断書代・予防接種代・乳幼児健診料・特定療養費・差額ベッド代・入院証明料など保険適用外の費用は全額自己負担となります。

Q. 県外で診断を受ける場合はどうしたらよいですか？

A. 県外の病院・薬局では受給者証を利用できませんので、後日、領収書等を持参しこども家庭課で払い戻しの手続きをしてください。

お問合せ

沼津市役所 1階 市民福祉部 こども家庭課
TEL 055-934-4827

妊娠・出産・子育てのワンストップ相談窓口

マミーズ ほっとステーション ぬまづ



沼津市保健センター内にあるマミーズほっとステーションぬまづでは、母子保健コーディネーターが妊娠期から子育て期まで切れ目ない支援を行っています。「初めての妊娠で心配」「近くに知り合いがいない」「どんなサービスがあるの?」: : : 妊娠中、子育て中にはいろいろな不安がたくさんあると思います。ひとりで悩まないで母子保健コーディネーターにお気軽にご相談ください。

助産師・保健師等がサポートします！

産前産後
サポート
事業

助産師・保健師等が子育ての悩みや子育てに関する相談に対応します。

助産師が母乳育児を支援

「おっぱいフォロー」
母乳の飲み方、抱き方、乳首の状態、授乳に関する相談に助産師が自宅を訪問し直接アドバイスします。

赤ちゃんとお母さんの集いの場所

「赤ちゃんDay」
毎日赤ちゃん2人と2人でいると、ママがうつうつとしたり、ちょっと外出したい気分になりますよね。「赤ちゃんDay」は、赤ちゃんとお母さんが自由に過ごすことのできる場所です。みなさん、是非お越しください。

対象 おおむね6ヶ月まで
場所 沼津市保健センター1階
開催時間 13:30～15:00
日程はぬまづ子育てガイドブックをご覧ください。
申込み 不要。直接お越しください。
持ち物 バスタオル・母子健康手帳
その他 こ児童の託児はありません

産後のお母さんを応援します！

産後ケア
事業

自己負担あり

対象 産後、家族などから十分な支援を受けられない産婦と子。心身の不調または育児不安のある産婦。(市民に限る)

産後、ママの体調不良、育児不安がある等の心配がある方を支援します。

●ショートステイ(宿泊型)
ママと赤ちゃんの生活リズムと心身の安定を図るために、病院内に宿泊し授乳指導、沐浴指導等を受けることができます。
利用期間 7日まで 対象 産後～生後2ヶ月未満までの乳児と母

●デイケア(通所型)
ママと赤ちゃんの心身の体養及び回復のためのケアを日帰りで受けられます。(10:00～19:00)
利用期間 2日まで 対象 産後～生後4ヶ月未満までの乳児と母

支援者が身近にいない方や心身の不調や育児不安がある方に、自宅にヘルパー、助産師が訪問し支援、介助を行います。

●訪問型サポート(家事支援)
料理・買い物・洗濯・掃除 その他日常的な家事
対象 産後～生後5ヶ月未満までの乳児と母

●訪問型サポート(育児支援)
授乳・新生児の身のまわりの世話、沐浴介助等
対象 産後～生後3ヶ月未満までの乳児と母

マミーズほっとステーションぬまづ (沼津市保健センター内)

沼津市八幡町97 TEL 055-951-3687 (マミーズほっとステーションぬまづ専用電話)

開館日 月～金曜日(祝祭日は除く) 8:30～17:00

NUMACO

2018/vol.3

企画・発行
Proud NUMAZU kosodate
沼津市御幸町16-1(子育て支援課内)
055-934-4842

発行日
2018年3月1日



表紙の家族

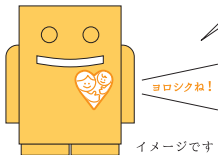
【今号のヌマコ】
今井さんオヤコ

西浦で子育てする今井さん親子は、地域とのつながりを大切に日々過ごされています。撮影のご協力をありがとうございました！

※ヌマコ…沼津を楽しむオヤコ

📧 ロボット型ご意見箱を設置します 📧

Proud NUMAZU kosodateでは、子育て真っ最中のみなさんのリアルなご意見・ご要望を取りまとめ解決するために、市内各所に意見箱を設置します。なんでも気軽に投書をお寄せください。kosodate委員が責任を持って確認いたします！



4コマ漫画 ヘレンまき

イベント開催告知

みんなに会える、みんなとつながる

Proud NUMAZU
子育てフェス
2018年 **3月14日(水)**
10:00~14:00
会場
沼津情報・ビジネス専門学校
沼津市西条町17-1

無料

子育て応援チームによる10ブース以上のワークショップ等がすべて無料♡
(アロマプレー-フェイスペイント-おもちゃづくり-エクスチェンジなど)

この日しか見れない親子のための特別コラボステージ
ぶちぶちパンまるしえ
ママたちのリアルボイスお届けコーナー

「Proud NUMAZU kosodate」
facebookページで最新情報を発信中！



子育ての楽しいシーンや沼津のお気に入りスポットで撮った写真に **#ぬまづのこそだて** をつけてFacebookやインスタグラム等に投稿してください！ Proud NUMAZU kosodateで紹介させていただきます。たくさんの方の投稿をお待ちしています！