

## 休日救急当番医(見附地域)

医療機関の休みの日に急な発熱や腹痛などになったときは、休日救急当番医をご利用ください。

〈診療機関〉 広報さんじょう各月「救急診療」をご確認ください。

〈診療時間〉 9:00～11:30/13:00～16:30

〈必要なもの〉 保険証、各種医療費助成受給者証

〈問合せ〉 健康づくり課 健診係 ☎34-5443

## 県の小児救急医療電話相談をご活用ください!

夜間に、子どもが急に病気になって、どうしたらいいかわからない場合は、県の小児救急医療電話相談へお問い合わせください。

〈相談日時〉 毎日19:00～翌朝8:00

〈相談費用〉 無料

〈問合せ〉 ☎025-288-2525 ※携帯電話で、#8000と押してもつながります。

### 気軽に相談できる「かかりつけ医」を見つけておこう!

突然の病気にあわてないために、かかりつけ医は「病気になる前」に見つけておくのがベスト。

かかりつけ医で重要なことは、保護者との相性です。近所の評判や口コミも参考にはなりますが、最後は保護者自身が「このお医者さんは信頼できる。」と感じられるかどうか重要です。

医者と患者の間に信頼関係が築けなければ、よりよい治療はできません。

また、保護者が信頼できる医師になら、ちょっとした病気や育児の心配なども気軽に相談できるなどのメリットがあります。

## 4 子育て相談・講座

子育て中は、何かと悩みや不安を感じるものです。ひとりで抱え込まずに気軽にご相談ください。また、子育てに関する様々な講座を実施していますので、ぜひ学びの場としてご参加ください。

### ①子育てに関する相談

#### 子どもの発育・子育て相談

子どもの発育・発達についての心配なことや、子育ての悩みについて、保健師や言語聴覚士、臨床心理士等がご相談に応じます。

〈相談日時〉 月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)8:30～17:15

言語聴覚士、臨床心理士等相談は予約制で土曜日相談日あり

〈問合せ〉 子どもの育ちサポートセンター ☎45-1131

#### 子どもなんでも相談

LINEにより、妊娠出産、保育所入所等、子どもに関する相談をなんでも受け付けています。

まずはお友達登録してお気軽にご相談ください!

〈回答時間〉 月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)9:00～17:00

〈問合せ〉 子育て支援課 子育て支援係 ☎45-1113

ここからお友達登録できます。



#### 家庭児童相談、虐待相談

子どもや家庭の問題に関する相談をお受けします。児童虐待の相談にも応じます。

電話相談、面接相談どちらでも受け付けています。

〈相談日時〉 月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)8:30～17:00

〈問合せ〉 子どもの育ちサポートセンター ☎45-1123

## 児童相談所相談専用ダイヤル(無料)

近くの児童相談所に自動転送されます。

〈相談日時〉電話24時間受付

(いちはやく おなやみを)

〈相談先〉☎ 0120 - 1 8 9 - 7 8 3

## 中央児童相談所

不登校、非行、発達遅れ、虐待等、児童に関するさまざまな相談をお受けします。

電話相談、面接相談どちらも受け付けています。来所の場合は、電話での予約が必要です。

〈相談日時〉月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)8:30～17:15

〈問合せ〉中央児童相談所 新潟市江南区亀田向陽4-2-1 ☎025-381-1111

## 家庭教育・子育て電話相談「すこやかコール」

家庭教育、子育てに関すること全般。時間外はFAXで相談に応じます。

〈相談日時〉月曜～金曜(年末年始、祝日、8月13日～15日、3月28日～31日を除く)13:00～19:00

〈相談先〉新潟県立生涯学習推進センター 新潟市中央区女池南 3-1-2

☎025-283-1150 FAX 025-284-6019

## 民生委員・児童委員や主任児童委員にご相談ください!

民生委員・児童委員は、子育てに悩む保護者の相談・支援をはじめ、地域の福祉に関する相談をお受けします。

主任児童委員は、児童福祉に関することを専門に担当しています。育児や生活のことで心配なことがあるときは、近くで子育てを応援してくれる委員にお気軽に相談してみてください。

〈問合せ〉福祉課 福祉・公営住宅係 ☎34-5405

## ②子どもの健康、栄養等に関する相談

開催については市の子育て支援サイトや個別に送付する案内をご覧ください。

乳幼児健康診査・健康相談会



事業名	内容	問合せ
離乳食 チャレンジ教室	5か月のお子さんを対象に、離乳食の開始についての話や調理実習を行います。調理実習では離乳食を作り、形態や量などについて学びます。参加する場合は、お申込みが必要です。	健康づくり課食育推進室 ☎34-5448
離乳食 ステップアップ教室	7、8か月のお子さんを対象に、離乳食の進め方についての話、離乳食の見本を通じて、離乳食中期頃の食品の種類、量、形態等について学びます。参加する場合は、お申込みが必要です。	
10か月児 健康相談会	10か月のお子さんの発育、発達を確認し、健康相談及び栄養相談を行っています。また、併せて、ブックスタート(P8参照)も行っています。	子どもの育ちサポートセンター ☎45-1114

## ③学校などでの悩みに関する相談

### 教育相談

勉強や友達関係、進路、いじめ等でお悩みの方は、どなたでもご相談ください。面接や電話、FAX、メールによる相談を受け付けています。また、事前にご連絡いただければ、訪問相談も行っています。

〈相談日時〉月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)8:30～17:15

〈問合せ〉教育センター ☎45-1116

FAX 45-5309 メール相談 E-mail [kyouikucenter@city.sanjo.niigata.jp](mailto:kyouikucenter@city.sanjo.niigata.jp)





## 青少年相談

不登校や引きこもり、交友・家族関係、精神的な不安などでお悩みの方やそのご家族の方は、ご相談ください。面接、訪問、電話、メールによる相談を受け付けています。また、必要に応じて、専門機関を紹介します。

〈相談日時〉月曜～金曜 9:00～17:00 第2・4土曜 9:00～12:00(年末年始、祝日を除く)

〈問合せ〉青少年育成センター(ものづくり学校内1階 113号室)  
☎32-0908(火曜日、年末年始を除く)



相談専用ダイヤル ☎32-4545 メール相談 E-mail [sodan@city.sanjo.niigata.jp](mailto:sodan@city.sanjo.niigata.jp)

## 新潟県いじめ・不登校等相談電話

小・中学校等でのいじめ・不登校の問題等でお悩みの方は、どなたでもご相談ください。

〈相談日時〉毎日24時間受付

(なやみ言おう)

〈問合せ〉☎0120-0-78310 または ☎025-285-1212

新潟県いじめ対策ポータルを  
ご覧ください。



新潟県いじめ・不登校等相談メール E-mail [ijime@mailsoudan.org](mailto:ijime@mailsoudan.org)

## 長岡少年サポートセンター

少年や保護者等の悩みや困りごとについて、面接や電話等で相談に応じ、助言や指導を行います。

〈相談日時〉月曜～金曜(年末年始、祝日を除く) 8:30～17:15

〈相談先〉長岡市城内町2-794-4 JR長岡駅2階 ☎0258-36-4970

## ④夫婦間、男女間に関する相談

※ドメスティックバイオレンス(DV)とは、夫婦やパートナー間で行われる暴力のことで、その多くは男性から女性に振るわれています。殴る・蹴るなどの身体的暴力だけでなく、精神的暴力や性的暴力などもDVに含まれます。

## 女性相談

離婚、DVなど女性が抱える相談に応じます。相談の内容によっては他の相談機関、専門機関を紹介いたします。電話相談、面接相談どちらでも受け付けています。面接相談の場合は、事前にご連絡ください。

〈相談日時〉月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)8:30～17:00

〈相談先〉子どもの育ちサポートセンター ☎45-1123

## 男女間・家族に関する相談

結婚や離婚、職場の人間関係、男女の健康、生き方などについて、電話等により、専任の相談員が相談をお受けします。来所相談は予約が必要です。FAX、メールでも予約を受け付けています。

〈相談日時〉月曜～金曜 11:00～18:00(受付は17:30まで)

土曜 10:00～17:00(受付は16:30まで)(日曜日、祝日、年末年始を除く)

〈相談先〉新潟県男女平等推進相談室 新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ3階

☎025-285-6605 FAX025-285-6612 E-mail [soudan@minos.ocn.ne.jp](mailto:soudan@minos.ocn.ne.jp)



## 女性福祉相談所(新潟県配偶者暴力相談支援センター)

DVや、帰宅先がない、売春強要など女性の福祉に関する問題について、来所または電話で相談に応じています。

来所の場合は、電話での予約が必要です。保護を要する人には、一時的な保護の相談にも応じています。

〈相談日時〉月曜～金曜(年末年始、祝日を除く)8:30～17:15

〈相談先〉中央福祉相談センター 新潟市江南区亀田向陽4-2-1 ☎025-381-1111

## DV相談+(プラス)／内閣府

様々な暴力(DV)について専門の相談員と一緒に考えます。

〈相談日時〉電話 24時間受付 チャット 12:00～22:00

〈相談先〉☎0120-279-889

チャット 右の二次元コードよりご利用ください。➡



## ⑤子育て講座

### 子育て講座

#### ●家庭教育講座

保育所等の幼児期から小学校就学時、中学校入学時等における子育ての不安を解消するための方法や基本的な生活習慣、楽しく子育てするための心構え、思春期の子どもへの接し方などを学ぶための講座です。開催については、対象の保護者にご案内します。

〈対象者〉保育所等に入所している子どもの保護者、小・中・義務教育学校に入学・進級する子どもの保護者

#### ●Nobody's Perfect「完璧な親なんていない!!」(通称:NP)

参加者がお互いの悩みや関心のあることをグループで話し合い、自分に合った子育てを見つけるための講座です。

保育ルームもあり、安心してお子さんを預けられます。子育て中の親同士、気軽に楽しくお話ししましょう。

〈対象者〉0～3歳の子どもを持つ子育て中の方

#### ●初めてのママ講座

初めて赤ちゃんを育てるお母さんのための講座です。親子一緒に参加し、赤ちゃんと触れ合いながら、ママ同士でたくさん話をして、子育ての不安や悩みを解消しましょう。

〈対象者〉第一子が生後2か月～5か月の子どもと母親

〈問合せ〉子どもの育ちサポートセンター ☎45-1131

### 三条市子ども・若者総合サポートシステムとは

何らかの支援を必要とする子ども(保護者)や若者が、継続的に支援を受けられるように市が関係機関と連携しながら支えていくシステムです。

次のような子どもの悩みや不安を抱えている方は、一人で悩まず、総合サポートシステムのご利用をお勧めいたします。

#### ■今後の支援が途切れることがないか心配な方

「学校が変わっても必要な支援が続いていくか心配」

「中学校等を卒業したら、どこが相談にのってくれるのだろう」 等

#### ■現在の支援に不安がある方・困っている方

「必要なサポートが受けられていない」

「相談しているけれど、うまくいっていない」 等

#### 総合サポートシステムを利用したい場合

現在、相談している機関や支援を受けている機関の担当者にご相談いただくか、子どもの育ちサポートセンターまでご相談ください。

〈問合せ〉子どもの育ちサポートセンター ☎45-1114



ひとりで悩まず、話してみませんか?

その他困った時の相談窓口はこちら





## ⑥児童虐待の予防

あなたの身近に、虐待を受けていると思われる子どもはいませんか。または、あなた自身が子育ての悩みを抱え、日々苦しい思いをしていませんか。少しでも不安なこと、気がかりなことがあったら、迷わず相談しましょう。

### ●児童虐待とは

#### 身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる など

#### 性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

#### ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など

#### 心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など



#### 虐待かなと思ったら

- ☑ 日常的に子どもの泣き声や保護者の怒鳴り声がある
- ☑ 不自然なあざや傷、やけどのあとがある
- ☑ 服や身体がいつも汚れている
- ☑ 落ち着きがなく、乱暴である
- ☑ 表情が乏しい(無表情)、活気がない

このような様子で気になる子どもを見かけたら、お住まいの地域の児童相談所などに通告してください。虐待であることを証明する必要はありません。連絡は匿名で行うこともできます。また、連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

#### 子育てに悩んだら

子育てには悩みがつきものです。

1人で抱え込んで、気づけば良くない方向に考えてしまうこともあります。つらい時、苦しい時は、身近な人や専門機関、地域の児童相談所などに相談してみましょう。子育てにおいては、多くの親が悩みを抱えます。自分1人で思い詰めず、誰かに話してみることが大切です。

また、同じように子育ての悩みを抱えている親を見かけたら、声をかけて支え合いましょう。受け止めきれないと感じたら、無理することなく早めに専門機関に相談してください。



※このような行為は、子どもの脳にまで影響を及ぼし、その後の成長・発達や心の健康に影響することがわかっています。

上記に当てはまったら迷わずご連絡を

三条市子どもの育ちサポートセンター

☎45-1123 (土日祝日以外の平日8:30~17:00)

中央児童相談所 ☎025-381-1111

児童相談所  
全国共通ダイヤル

お住まいの地域の児童相談所につながります。

☎189 (いちはやく)