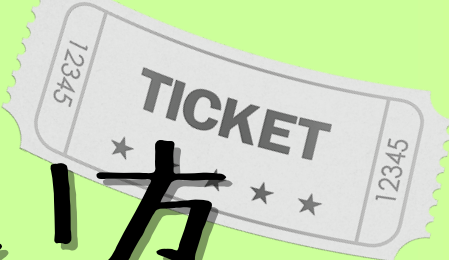


教えて

応援券の

あなたの使い方



貝塚市の保健師さんであり、現在子育て真っ最中の真田さんに
応援券をどんな風に使ったのか取材させて頂きました。

一時保育編

一時保育をひだまりとえーるで数回、子どもが7ヶ月の頃に
利用しました!

子どもと数時間離れた事で、“ずっと子どもとべったりだっ
たんだ”と実感しました。子どもを預けて、一人で歩いてい
ると身体が軽く感じました。

預けることに罪悪感とか不安をもつ方もいると思いますが、
私の場合はなかったです。

子どもと少し離れて、リフレッシュできたからこそ、帰っ
てきたときには、より愛情をかけられました。

みなさんにも自分を休めるために使って欲しいですね。



MESSAGE

お母さんたちはみんな頑張り
がち。自分は大丈夫。と思っ
ていたり。もっと自分を甘や
かしてもいい!ぜひ自分のた
めに応援券を使って欲しいで
す。自分の気持ちがリラック
スしていると、自然と子ども
にも優しく出来ます。

家事援助サービス編

娘が手づかみ食べをする時期にさしかかった時、なかなか離
乳食が上手く進まずに悩んでいました。そのときにえーるの
家事援助サービス(おうちでサポート!)の離乳食サポートを
利用しました。

家にある材料を使って作ってもらえたことで普段の買ってい
る野菜でのレポートリーが増えました。また“教科書通りし
ないと”と、力が入ってたいたこと・自分でハードルを上げ
ていた事に気が付きました。出汁の取り方なども目からウロ
コでした。

なにより、話をたくさん出来たことが私にとってとても嬉し
かったです。子どものコト、仕事のコト、家のコトたくさん
おしゃべりしちゃいました★

おうちでサポート!の内容

- 食事の支度
- 衣類の洗濯
- 沐浴の手伝い
- 掃除・整理整頓
- 生活必需品の買い物
- 健診などの付き添い
- 育児の助言、相談 など

家事援助サービス(おうちでサポート!)には
事前登録が必要です。詳しくはNPO法人えーるに
お問い合わせください。

子育て中の困ったを助けてくれる応援券
ぜひ使ってくださいね★

応援券には有効期限があります。

新型コロナウイルス感染症対策により、掲載した内容は中止または変更・延期となる場合があります。
詳しくは市ホームページまたは各問い合わせ先でご確認ください。

貝塚子育て情報誌「イキイキ子育てナビゲーション」第60号(2022年12月発行)

発行責任者: 貝塚市子育て支援調整委員会(子育て支援課内) 作成編集: 貝塚子育てネットワークの会 発行元: 貝塚市