

えがおになあれ

(25)

子どもたちが明るく元気に育つのを
見ると、未来に希望を感じます。
毎日を心豊かに過ごし、子どもも大人
も、「えがおになあれ」…そんな願いを
込めて、このコーナーを設けました。
(出雲市要保護児童対策地域協議会)

出雲市民生委員 児童委員協議会の子育て支援活動 ～斐川地域 出東地区の取り組み～

少子高齢化は出東地区でも例外
ではなく、斐川地域の他地区と比
較しても子どもの数が減少し続け
ています。また、近年共働き家庭
も増加し、子育ての環境も以前と
比べてずいぶん変化してきました。
そこで、こういった時代だからこ
そ地域で支えあう環境が重要に
なってきたと強く感じます。

そんな地域背景もあり、三年前
から、主任児童委員が町内すべて
の生後二か月～四か月以内の赤
ちゃんがいる家庭を訪問し、生
活の様子を聞いたり、子育て支援の
様々な情報をお知らせしていま
す。また、訪問の様子から、必要
に応じて保健師との連携も行っ
ています。

そのほか、親子の見守りや育児
支援のひとつとして、地区社協の
協力も得ながら、地区担当の民生

要保護児童対策地域協議会は、
子どもが健やかに育つよう社会の
さまざまな機関が子育て中の家庭
を見守り、必要に応じて支援し、
児童虐待等のない社会を目指す
ために組織したものです。

委員と一緒に主任児童委員が選
定した絵本をもって訪問し、読み聞
かせの大切さも紹介しています。
訪問時には、子育ての相談や、成
長の自慢話に花が咲き、時にはお
じいさん、おばさんも加わり賑
やかに子育て談義を交わすことも
あります。赤ちゃんとのふれあい
はもとより、家族まるごとふれあ
うことで、主任児童委員・担当民
生委員と顔見知りになり、地域で
の活動の際にも声をかけあえる間
柄になっています。

今後もしこうした地道な訪問活動
により、点であったものが線であ
り、安心して子育てができる
環境づくりを地域全体で目指して
いきたいと思っています。

(執筆：斐川地区民生委員児童委員協議会)



絵本を見て赤ちゃんもニコリ。

おたずね／子育て支援課
☎ 21-6604

出雲の食材をおいしく食べよう！

今月の食材は しじみ です！

島根を代表する食材にしじみがあります。出雲
地域では、宍道湖、神西湖、神戸川産のしじみ
を味わうことができます。通年漁獲されますが、
産卵のため身が肥えた7月前後の「土用しじみ」、
越冬のため栄養を蓄えた1・2月の「寒しじみ」
の2回の旬が美味と言われています。

しじみには、胆汁酸の分泌を促し肝臓の働きを
助けるタウリン、肝機能増進や疲労回復に効果の
あるオルニチン、造血作用がある鉄分やビタミン
B12 など、健康に欠かせない栄養をたくさん含
んでいます。

しじみを使った料理では、しじみ汁が一般的で
すが、「しじみごはん」も代表的な郷土料理のひ
とつです。ぜひ地元産のしじみを味わってみて
ください。

☆しじみのおいしい食べ方

1%の食塩水で砂抜きをした後、冷蔵や冷凍で
保存して調理すると、しじみのうま味成分が増
します。



～しじみごはん～

【材 料】(5～6人分)

- ・米 ……………3合
- ・しじみ ……………500g
- ・しょうゆ ……………大さじ3
- ・砂糖 ……………小さじ1

【作り方】

- ①しじみは砂だしをして、ゆでる。
(ゆで汁はとっておく)
- ②しじみを殻から出し、米と調味料、
ゆで汁で炊く。

〈レシピ提供：出雲市食のボランティア連絡協議会 食育こりょう〉

おたずね／健康増進課 ☎ 21-6829

ひとり親家庭の方のために

ひとり親家庭では、家計を支えながらひとりで子育てを担うことになるため、その両立に困難な問題を抱えたり、不安や負担を感じることもあると思います。

ここでは、ひとり親家庭の方が利用できる各種制度を紹介します。制度によっては所得要件があったり、事前相談が必要なものもあります。まずは、お気軽にご相談ください。

制 度	内 容	問い合わせ
母子自立支援員による相談	各種制度の情報提供をするともに、くらし・子育て・就労・養育費取得などさまざまな悩みについて、相談に応じます。	本庁…子育て支援課 平田・斐川支所…健康福祉課 佐田・多伎・湖陵・大社支所…市民福祉課
児童扶養手当	父または母と生計をともにできない児童が養育されている家庭の生活の安定と自立を助けるために支給されます。 ※所得により手当額が決まります。 平成22年8月1日から父子家庭の父も支給対象になりました。	
母子寡婦福祉資金貸付	子どもが修学するための資金や、母が技能を習得するための資金など、各種資金の貸付を行っています。	
日常生活支援事業	ひとり親家庭において一時的に生活援助、保育サービスが必要な場合、家庭生活支援員を派遣します。	
ひとり親家庭等児童入学就職支度金	母子家庭・父子家庭等の児童が小・中学校入学もしくは中学校卒業後に進学・就職する際、支度金を支給します。(所得制限・基準日・申請受付期間があります。)	
母子家庭自立支援給付金	母子家庭の母の就業を促進するため、資格取得のための講座を受講する場合や、養成機関で修業する場合に給付金を支給します。	本庁…福祉推進課 平田・斐川支所…市民生活課 佐田・多伎・湖陵・大社支所…市民福祉課
福祉医療制度	・ひとり親家庭、両親のない児童のうち、子と母(父)の医療費(自己負担分)を助成します。(所得による制限があります。) ・自己負担は医療費の1割です。 ※世帯の市民税課税状況により、自己負担の上限額が決められています。	
就学援助制度	経済的理由により小学校・中学校への就学が困難な児童・生徒の保護者に対し、学用品費や給食費などを援助します。	本庁…教育委員会教育政策課 各小・中学校

おたずね 電話番号

本 庁／子育て支援課	21-6604	佐田支所／市民福祉課	84-0118
福祉推進課	21-6694	多伎支所／市民福祉課	86-3116
教育委員会教育政策課	21-6190	湖陵支所／市民福祉課	43-1215
平田支所／健康福祉課	63-3129	大社支所／市民福祉課	53-3116
市民生活課	63-5500	斐川支所／健康福祉課	73-9111
		市民生活課	73-9102

認知症サポーターステッカーを交付しています

市と出雲市社会福祉協議会では、認知症サポーターの存在が誰にでもわかりやすいように、「認知症サポーターステッカー」を交付しています。交付対象は、認知症サポーター養成講座を修了した認知症サポーターがいる事業所や団体などです。

認知症サポーター養成講座では、認知症についての基礎知識や予防、対応の仕方を学ぶことができます。認知症になっても安心して暮らし続けられる地域づくりを進めるため、認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る認知症サポーターを養成しています。

ステッカーは、
認知症の人や
家族を暖かく見守る
応援者の印です。

認知症サポーターキャラバンのマスコット
「ロバ隊長」のステッカー2種類
(寸法:182×257ミリ、直径150ミリ)
(1事業所各1枚)



《講座申し込み、おたずね》 高齢者福祉課 ☎ 21-6967