

えがおになあれ

(49)

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)

児童相談所ってどんなところ？

児童相談所は子どもたちのよりす
こやかな成長と幸せのため、児童福
祉法に基づいて設けられた専門の相
談機関です。児童相談所というと虐
待ばかりがクローズアップされがち
ですが、「ことばや発達の遅れが心
配」、「学校へ行きたくない」、「友
達とのトラブルが絶えない」など、18
歳未満の子どもさまざまな相談に
応じています。

相談では、スタッフがお困りのこ
とや家庭・学校での様子、生い立ち
などを伺いながら、問題とその背景
について確認
させていただきます。必要に
応じて、児童心
理司による心
理的な検査や
行動観察など
を行うことも
あります。どん
な家庭・子ど
もにも「強み・
良さ」がありま
すが、問題が起



出雲児童相談所(小山町70番地 ☎21-0007)

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。



専門職員がゆっくりお話を伺います

日々の忙しさ、経済的問題、頼れる
親族がいらないなど、生きづらさを抱
えた親が、子どもに手を挙げてしま
う：近年相談が増えている虐待は、
決して特別な家庭の問題ではありま
せん。子育ては楽しいことがたくさ
んありますが、不安やイライラ、心配
も尽きないものです。どうしたらよ
いか分からないお父さん、ストレス
を抱えたお母さん、子どもを心配し
ている近隣の方、ひとりりで悩まな
い、まずは相談してみてください。

おたずね / 子育て支援課

☎2166004

食育

だより 36

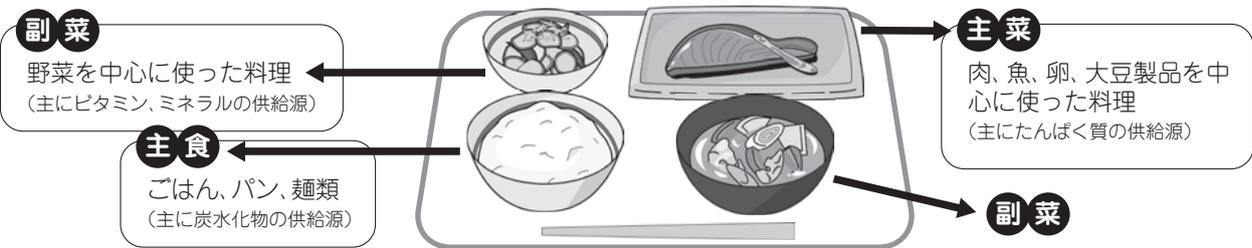
「和食」が
ユネスコ無形文化遺産
に登録されました！

栄養バランスが優れた日本型食生活を実践しましょう

平成23年に実施した「出雲市食育アンケート」の結果では、主食・主菜・副菜をバランスよく食べていると答えた市民の割合は65%でした。この割合を増やすことを目標に、市では「第2次出雲市食育のまちづくり推進計画」で、「栄養バランスが優れた日本型食生活を実践しましょう」という重点目標を掲げ、キャンペーンなどで啓発を実施しています。

日本型食生活とは、日本の気候に適した米（ご飯）を中心に、魚や肉、野菜、海藻、豆類などの多様なおかずを組み合わせる食生活のことで、日本人が昔から食べてきた一汁三菜の食事が栄養バランスのとれた理想的な食事と言えます。

●一汁三菜の例● ～主食・主菜・副菜を考えた食事をしていますか？～



栄養バランス・食事の適正量についての詳しくは、「食事バランスガイド」を参考にしてください

▶(農林水産省ホームページ「食事バランスガイド」で [検索](#))

昨年末には「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録され、和食の良さを改めて認識する機会となりました。近年、食の洋風化や若者の和食離れなどの現状がありますが、これを機に日頃の食生活を振り返り、世界に誇れる「和食」の良さについて考えてみませんか。

おたずね / 健康増進課 ☎21-6981

知っておきたい上手なお医者さんのかかり方

～小児救急医療～

- 休日や平日夜間に子どもが高熱を出したりして困ったときなど、安心して診療が受けられるよう、市では『出雲休日・夜間診療所』を設けています。
- 病院の救急外来に小児の軽症患者が受診されると、本来の重症緊急患者への対応が困難となります。病院勤務の小児科医の負担を軽減し、地域の小児医療を守るために、『かかりつけの医師』や『出雲休日・夜間診療所』を上手に利用するようにしましょう。

※出雲休日・夜間診療所のご案内は、33ページをご覧ください。

- 休日・夜間に病気になったら、まず、かかりつけの医師に連絡しましょう。
普段から信頼できるかかりつけの医師を決め、子どもの健康管理等について相談しておきましょう。
- かかりつけの医師が留守、または近くに医師がいないときは、出雲休日・夜間診療所や島根県小児救急電話相談（#8000）（☆）をご利用ください。
診療を受ける際には、母子健康手帳、保険証、乳幼児医療証、診察券、飲んでいる薬の名前が分かるものなどを持参してください。また、気になる症状やその症状がいつ始まったかなど、診察室で伝えることをメモにしておくとう便利です。

おたすね／医療対策室（☎21-6121）

☆「島根県小児救急電話相談」とは

診療を受けた方が良いのか迷ったときなどに電話で相談ができるサービスです。固定電話や携帯電話から短縮電話番号「#8000」をプッシュすると、県が委託した民間事業者の相談窓口へ転送され、保健師・看護師及び小児科医師などから症状に応じた適切な対処の仕方などのアドバイスが受けられます。

「#8000」で通話できない場合（アナログ回線・IP電話）は、☎03-3478-1060にダイヤルしてください。

■利用時間：平日／19時～23時
土日祝日／9時～23時
（12月29日～1月3日を含む）

- 注意事項：①通話料は利用者の負担となります。（東京都内までの通話となります）
②この電話相談は助言を行うものであり、診断や治療を行うものではありません。
③ご相談内容は確認のため録音されます。

◎島根県小児救急電話相談
についてのおたすね／
県医療政策課（☎0852-22-5076）

平成26年度 手話奉仕員養成講座（入門）

受講者募集

聴覚障がい者の日常生活上の基本的なコミュニケーションの支援と交流を図るため、聴覚障がい者等の知識と日常会話に必要な手話表現等の技術の習得を目的に開催します。

なお、平成26年度入門編修了者は引き続き平成27年4月から基礎編を受講していただきます。

- ★期 間／10月4日～平成27年3月28日
毎週土曜日 10時～12時
- ★会 場／出雲市社会福祉センター 4階
- ★対象者／市内在住で修了後手話奉仕員として活動できる方
- ★定 員／20名（先着順）
- ★受講料／無料
ただしテキスト代とボランティア保険料は自己負担（3500円程度）
- ★申込締切／9月25日（木）※定員になりしだい締切りです
- ★おたすね・申し込み 出雲市社会福祉協議会
☎23-3781 Fax20-7733
電子メール fukushi@izumoshakyo.jp



手話通訳者等の派遣

聴覚に障がいのある方が円滑に意思疎通ができるように、手話通訳者や要約筆記者を派遣します。

対象者

- 身体障がい者手帳の交付を受けている聴覚障がい者
- 聴覚障がい者等とのコミュニケーションを図る必要のある人
- 営利を目的としない催事の団体等

派遣内容

- 医療、職業、教育等に関すること
 - 聴覚障がい者または住民のために実施する講演会等
- ※ただし、営利的な活動、政治的又は宗教的な活動を除きます。

利用者負担 無料

おたすね・申し込み
福祉推進課

☎21-6959 Fax21-6598

ホームページにも掲載しています。