

育児には息抜きも必要！

どんなにかわいい我が子でも、24時間ずっと向かい合っているのは大変なことです。時には手抜きして、息抜きも必要です。先輩の声を聞いて、早速試してみてください。

手抜きして自分時間！

★辛いときは魔法の言葉で

どうしても家事がまわらないときは、「家事をしなくても生きていける！！」と唱え、家事はパス！して自分時間を作っています。



実家を頼って息抜き！

★思い切って自分の親に頼りました

親も仕事しているので頼りづらいと思っていましたが、いざ連絡すると喜んで面倒をみてくれて助かっています。



2人で交代して息抜き！

★自分時間を事前予約制にしました

この日は1人で過ごしたいと事前にパパと話し合いをして息抜きしています。また、パパが1人で過ごしたいときもあるので事前に相談してもらっています。



ママ・パパのための公的サポート



ファミリー・サポート・センター

まかせて会員さんが一時的な子どものお世話を有料で行うシステムです。利用例：子どもの送迎、まかせて会員さんの自宅で子どもを預かってもらう等



一時預かり

家庭で保育している方でも、必要な時間だけ一時的に子どもを預けることができます。詳細は各區にお問い合わせください。



家事サポートクーポン

守山市では、産前産後の子育て応援家事サポート事業として、妊婦および1歳（多胎児は3歳）までの子どもを持つご家庭に家事サポートサービスを利用できるクーポン券を交付しています。

復職後の家事・育児について考えよう

仕事復帰を考えているママ、パパが多いと思います。

仕事、家事、育児の両立にむけて、事前に話し合っておくことがとても大切です。

今の子どもたちの生活リズムを崩さずに新生活を迎えられるように二人で考えましょう。



復職後は思い通りに家事、育児がこなせなくて当たり前です！

その都度話し合い、負担が偏らないように心がけましょう。

時には、家族や公的サービスに積極的に頼って乗り切りましょう。

保育園について

入所年度の4月1日時点の年齢でクラス年齢が決まります。

新年度4月入園の申込受付は毎年9月～10月ごろに行います。

年度途中の入園申込受付は、入園希望月の3か月前～2か月前の月末までとなります。

園見学は見学希望園に直接お問い合わせください。

入所申し込みや保育園、幼稚園に関するお問い合わせは

保育幼稚園課

TEL 077-582-1129 FAX 077-582-1138



保育幼稚園課
ホームページ