

# 子ども・子育て家庭相談

18歳までのお子さんやその家庭、妊産婦さん等を対象にしています。  
困った時、話をしたい時、ちょっと聞いてみたいことがある時、気軽にご利用ください。  
また、「どうしよう」と思った時は、1人で悩まずにまずは相談してみませんか。

## こんな悩み・心配事はありませんか

- ・妊娠、出産、子育てに不安がある
- ・子育てで心配なことがある
- ・経済的な心配がある
- ・子育てが楽しく負担に感じる
- ・自分や家族の心身の健康に不安がある
- ・引っ越ししてきたばかりで、周囲のことがよくわからない
- ・イライラして子どもにあたってしまう
- ・離乳食や食事がうまくいかない
- ・どこに相談したらよいのかわからない

※虐待に関する不安や相談も受け付けています。

## 相談時間

午前8時30分から午後5時まで（土日祝日、年末年始を除く）

## 相談方法

- ・子育て健康課に来庁しての面接または電話。
- ・家庭訪問やお近くの公共施設等での面接も可能です。
- ・子育てメール（本文に相談内容・お名前・電話番号を記入）では、お返事は原則こちらから後日電話をしています。

子育てメール相談



tsugaru-tsunagaru@city.tsugaru.lg.jp

## スタッフ

保健師・栄養士・助産師・社会福祉士が担当します。  
相談内容に合わせて必要に応じた関係機関と連携やご紹介をします。

## お問い合わせ先

つがる市役所 健康福祉部 子育て健康課（こども家庭センター） 子ども家庭支援係  
電話 0173-42-2111（内線 303、306、307）

