子育て相談室

問すこやか子育て交流館(りぼんかん)
相談ダイヤル 812-7741

Q 下の子が生まれてから３カ月。気持ちが落ち込む日が多く、２歳のお姉ちゃんをかわいく思えないことがあり、ささいなことでお姉ちゃんをたたいてしまいそうになります。この気持ちをどう抑えればよいでしょうか。

A 産後２カ月までは母乳の分泌が安定せず、夜も２～３時間おきに授乳が必要なので、眠れない日が続くことがあります。

体力的にも精神的にも厳しい状況の中で家事をこなし、赤ちゃんと２歳のお姉ちゃんを一生懸命育てていると「こころ」のエネルギー不足になってしまうのは当たり前です。

子どもに愛情を注ぐためには、お母さんの心も満たす必要があり、体を休めることも大切です。つらいときや、子どもがかわいいと思えなくなってしまったときなどは、子どもと一緒に、りぼんかんや子育て支援施設に遊びに来てください。専門の資格を持ったスタッフが、お母さんの苦しみや悩みの相談をお聞きします。また、臨床心理士に子どもとの向き合い方の相談ができる日もあります。

子育てで困ったときや苦しいときは、一人で悩まず、いつでもお気軽にご相談ください。

11月は児童虐待防止推進月間

「さしのべて あなたのその手 いちはやく」

（平成28年度「児童虐待防止推進月間」標語）

児童虐待は、子どもの生命に危険を及ぼすだけでなく心にも深い傷を残します。

身体的虐待
殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、溺れさせる　など

ネグレクト（放置や養育拒否）
家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする　など

心理的虐待
言葉による脅し、無視、兄弟姉妹間での差別的扱い　など

性的虐待
子どもへの性的行為、ポルノグラフィの被写体にする　など

あなたの周りに「気になる子」はいませんか？

虐待防止の５カ条

- 「おかしい」と感じたら迷わず連絡(通告)　“通告は義務”
- 「しつけのつもり…」は言い訳　“子どもの立場で判断”
- 一人で抱え込まない　“あなたにできることから即実行”
- 親の立場より子どもの立場　“子どもの命が最優先”
- 虐待はあなたの周りでも起こりうる　“特別なことではない”

こども福祉課
白澤相談員

子育てに不安や悩みがあるときもお気軽にご相談ください。

◇連絡先
こども福祉課 216-1260・224-1111(代)
こどもと女性の相談室 216-1262
谷山福祉部福祉課 269-8473・269-2111(代)
県中央児童相談所 264-3003
児童相談所全国共通ダイヤル189
※緊急のときは警察(110番)へ

休日と夜間の救急診療

An Emergency HOSPITAL

●休日の昼間

◆医　科(病院の案内)	サンサンコールかごしま	099-808-3333	
	音声案内	214-3350	
◆歯　科	口腔保健センター(照国町)	223-0378	

●夜間(毎日)

◆夜間急病センター（鴨池二丁目）	214-3350
◆歯科診療所案内	222-0574
◆夜間救急薬局（鴨池二丁目）	206-2811

■夜間急病センター

診療科目	診療時間	
	平日・土曜日	日曜日・祝日など
内科、小児科、外科、産婦人科	19時～翌朝7時	18時～翌朝7時
眼科、耳鼻いんこう科	19時～23時	18時～23時

産婦人科、眼科、耳鼻いんこう科は、医師が常駐していませんので、事前に連絡をしてください

■県小児救急電話相談など

対おおむね15歳未満の子ども
◇相談時間　平日・土曜日　19時～翌朝８時
日曜日・祝日など　８時～翌朝８時
◇電話番号　#8000(ダイヤル式、光・ＩＰ電話からは254-1186)

11月13日(日)

内　科
くぼた内科クリニック（吉野町）246-3700
岩下クリニック（城西三丁目）254-5632
アクラス中央病院（武岡一丁目）203-0100
隆成会病院（郡元二丁目）257-1411
小児科
にのみや小児科・ひふ科（中山一丁目）266-6622
外　科
くさの記念病院（田上二丁目）256-2233
整形外科
長嶺整形外科医院（呉服町）224-6350
皮膚科
あおい皮膚科クリニック（真砂町）284-0381
泌尿器科
八木クリニック（中山町）263-5558
産婦人科
中村レディースクリニック（上本町）222-5510
眼　科
大山眼科医院（宇宿一丁目）255-6493
耳鼻科
耳鼻咽喉科ミック（中央町）822-0319

11月20日(日)

内　科
土橋病院（西田一丁目）257-5711
宮田内科消化器科（吉野一丁目）244-6446
たちばな循環器科いいやま病院（上荒田町）251-2528
松岡内科（郡元一丁目）251-5858
小児科
あおぞら小児科（草牟田二丁目）295-3838
外　科
小田代病院（荒田一丁目）253-8111
整形外科
安松整形外科（西田三丁目）250-0322
皮膚科
荒田ひふ科クリニック（荒田二丁目）812-1112
産婦人科
伊集院病院（池之上町）248-0008
眼　科
鴨池眼科クリニック（真砂本町）254-0879
耳鼻科
かもいけ耳鼻咽喉科クリニック（鴨池二丁目）298-1133

11月23日(祝)

内　科
かつらクリニック（照国町）223-2778
伊敷台内科（伊敷台四丁目）228-5500
デイジークリニック（鴨池一丁目）296-7751
まごころ内科クリニック（宇宿三丁目）298-5531
鬼丸内科循環器科（郡山町）298-3901
小児科
池田病院（西田一丁目）252-8333
井上小児科医院（坂之上七丁目）262-3811
外　科
中野脳神経外科（東開町）284-5866
整形外科
わきだ整形外科（東谷山三丁目）269-2271
皮膚科
皮ふ科内宮医院（中町）222-1872
産婦人科
ゆみレディースクリニック（中町）222-8777
眼　科
山下眼科クリニック（谷山中央三丁目）269-2500
耳鼻科
吉満・鈴木耳鼻咽喉科（小川町）222-3387

11月27日(日)

内　科
沖野循環器科病院（西千石町）223-3238
東・うえまつクリニック（荒田一丁目）296-8000
しょこらクリニック（紫原四丁目）800-3954
溝口内科医院（山田町）265-5698
小児科
ニュータウン小児科（伊敷台二丁目）218-0211
外　科
折田胃腸科外科（吉野町）243-6941
整形外科
米盛病院（与次郎一丁目）230-0100
皮膚科
竹元クリニック（伊敷台二丁目）218-0456
泌尿器科
竹元クリニック（伊敷台二丁目）218-0456
産婦人科
産婦人科・麻酔科堂園クリニック（下伊敷一丁目）227-0303
眼　科
吉野眼科クリニック（吉野町）244-5311
耳鼻科
江川耳鼻咽喉科（大黒町）224-2658

12月４日(日)

内　科
内科・消化器内科勝山クリニック（中央町）812-8252
リバーサイドふくだクリニック（新屋敷町）227-9255
樺山医院（鴨池二丁目）256-7788
岡田脳神経クリニック（上福元町）263-5570
小児科
大坪こどもクリニック（田上二丁目）286-6121
外　科
豊島病院（下荒田三丁目）253-0317
本木下クリニック（西田一丁目）254-9210
整形外科
増田整形外科病院（郡元一丁目）257-8100
皮膚科
吉井皮膚科（草牟田二丁目）226-5252
産婦人科
片瀬クリニック（山之口町）222-2560
眼　科
ひかり眼科（千日町）222-3434
耳鼻科
きじま耳鼻咽喉科（東谷山二丁目）268-3611

◇診療時間は、９時～18時です
◇休日在宅当番医制の医療機関は、都合により変わることがありますので、受診前にご確認ください。
市医師会ホームページ(http://www.city.kagoshima.med.or.jp/)でもご覧いただけます