

特集1

# 新しく開設しました！

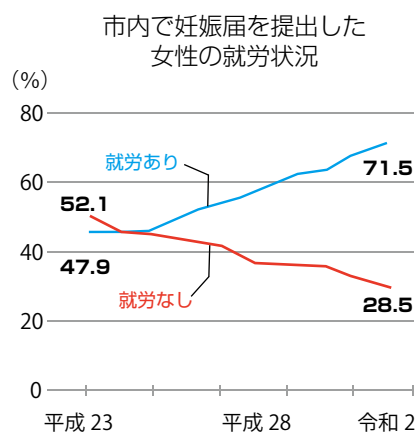
## 産前産後サポートセンター

く

る

み

仕事を続けながら出産や育児をする女性が増えている近年、さまざまな場面で周囲の支援が必要となります。市では、妊娠期から産後にかけての不安や悩みを総合的にサポートするため、助産師・保健師などによる支援を拡充し、6月1日から妊産婦総合相談窓口として「産前産後サポートセンターくるみ」を保健センター内に開設しました。今回の特集では、「くるみ」開設の背景や概要について紹介します。詳しいことは、保健センター（95-0963）へお問い合わせください。



近年、産前・産後休暇や育児休業制度など職場における雇用環境の整備が進み、出産や育児をしながら仕事を続ける女性が増えています。市内で妊娠届を提出した女性のうち、仕事をしている方の割合は、平成23年は47・9割だったところ、令和2年は71・5割と増加しています。一方で、慣れない育児と家事・仕事をバランス良くこなすことに負担を感じている女性も少なくありません。また、少子化や核家族化が進み、身近に相談できる存在がいけないことも不安につながり、精神的・身体的負担は大きくなっているといえます。

妊娠や出産・育児をめぐる環境の変化

くるみの開設目的

さまざまな環境の変化から、妊娠期から産後までの悩みは多様化しています。お母さんたちのニーズに応え、安心して妊娠や出産・育児に臨めるよう、保健センター内に「産前産後サポートセンターくるみ」を開設しました。

「くるみ」では、専任の母子保健コーディネーターである助産師や保健師などが、相談に応じたり、関係機関と連携して必要なサービスを紹介したりするなど、切れ目のない支援を行います。どんなささいなことでも、気軽にご相談ください。

### 「くるみ」 名前の由来

未来ある子どもたちのため、親と子を優しくくるみ、地域ぐるみで子育てを応援しますという意味を込めています。

## 産前産後に受けられる主なサポート・サービス

体調の不安や授乳、赤ちゃんへの接し方など、ママの悩みや不安、疑問に応えサポートします。ここでは、産前産後に受けられるサポートやサービスを紹介します。

### ●母乳相談

月に2回、保健センターで母乳に関する悩みや不安に助産師が答えます。



日時▶6月10日(金)・24日(金)、7月8日(金)  
9:00～、10:00～、11:00～(各回45分程度)  
対象▶市内に在住で、おおむね産後2カ月までの方  
定員▶各回1人(先着順)  
申込▶電話で受付  
その他▶母乳マッサージなどの処置は行いません

### ●産後ケア

産後の体調や育児に関する不安を解決するための支援を行います。



内容▶産後の心身の疲労回復、育児相談など  
対象▶市内に在住で、産後6カ月未満の方  
申込▶事前登録が必要です。直接、保健センターへ  
その他▶宿泊やデイサービス、アウトリーチ(自宅訪問)があります。費用や内容など、詳しいことはお問い合わせください

### ●産前・産後ヘルパー 利用費補助

家事の支援を行うヘルパー利用費の一部を補助します。



対象▶市内に在住で、母子手帳の交付を受けている、または産後4カ月未満で、家事などを行うことが困難な方  
補助額▶1時間当たり350円。ただし、1日2時間以内で45日まで  
申込▶事前登録が必要です。直接、保健センターへ

### ●セルフプラン

安心して出産・育児に臨めるよう、母子手帳交付時にセルフプランの作成をお手伝いします。

### ●赤ちゃん訪問

生後4カ月までの子どもがいる家庭を訪問し、体重測定を行う他、子育てに関する相談を受け付けます。

### ●仲間づくりの場(プレママ授乳交流会など)

妊婦および月齢の近い子どもを持つママや家族が集まり、仲間づくりのための交流会などを開催します。

### ●くるみ訪問

専任の助産師・保健師などが支援の必要な家庭を訪問し、相談やサービスの紹介・調整を行います。

### Interview

#### 子育ての不安を解消できます

(彩香さん) 初めての子育てはわからないことばかりで、次第に疲れてしまいました。そんな時、かかりつけの医師から紹介されたのが産後ケアです。専門家の視点から悩みを解消してくれるので、安心して心身を休めることができました。私も妊娠した時には、これらのサポートは関係のないことだと思っていましたが、悩みがあればすぐに相談することを勧めます。

(俊充さん) 育休を取得しましたが、2人とも子育て初心者なので問題をどう解決すれば良いの分かりませんでした。妻が産後ケアを利用したことで、専門家から、上手なあやし方などのアドバイスを受けられ、安心して子育てができています。

宮地 俊充さん  
彩香さん  
海李ちゃん  
(光陽町)



### まずは電話相談を

あなたが感じている不安や悩みは少なからず誰もが抱くもの。先輩ママの知恵や専門家のアドバイスで解決できるかもしれません。お気軽に専用電話までお問い合わせください。

「くるみ」専用電話：0533-95-0963

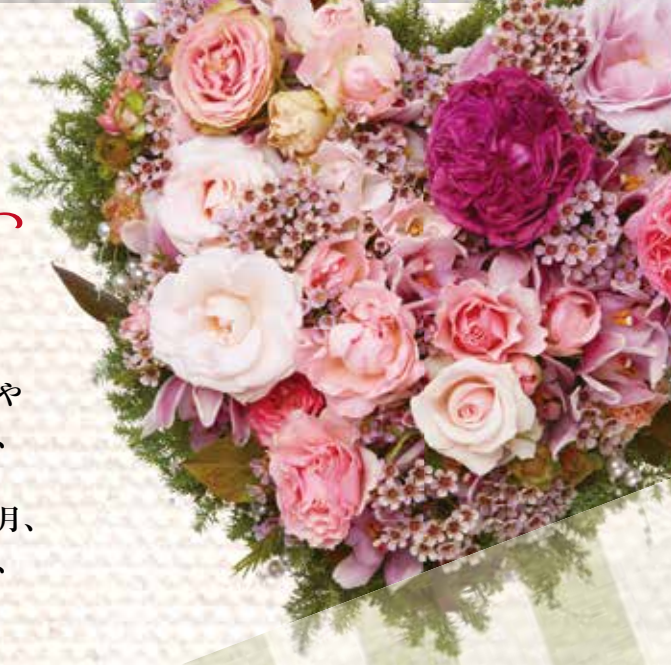
時間▶8:30～17:00(土・日曜日、祝日を除く)



# 大切な人に花束を

豊川市は出荷量全国1位のバラをはじめ、スプレーマムやポットカーネーションなどもトップクラスの出荷量を誇り、全国でも有数の花の産地です。

今回の特集では、とよかわバラの日や父の日を控えた6月、花束にぴったりな豊川産の花を紹介します。詳しいことは、農務課（89-2138）へお問い合わせください。



出荷量  
全国  
2位

## スプレーマム



1本の茎から枝分かれしてたくさんの花をつけるスプレーマム。全国に先駆けて、昭和49年から栽培が始まり、現在では全国2位の出荷量を誇ります。

シンプルな形の花びらがたくさん集まって美しい花をつくっている姿から、「高潔」「清らかな愛」という花言葉を持ち、ウエディングブーケの花としても使われています。

出荷量  
県内  
1位

## ポットカーネーション



赤・ピンク・オレンジなど、色とりどりのカーネーションを鉢植えにしたポットカーネーション。5月の母の日に向け、出荷のピークを迎え、その出荷量は県内1位を誇ります。

ポットカーネーションは、母の日のシンボルフラワーとして知られ、赤は「母への愛」、ピンクは「感謝」という花言葉があります。

出荷量  
県内  
2位

## ガーベラ



1本の茎から1輪の大きな花が咲くガーベラ。市内では年間に63品種約200万本が生産され、全国でもトップクラスの出荷量となっています。

パッと開いた花が元気で明るいイメージを与えるため、誕生日や結婚記念日はもちろん、お見舞いや退職祝いなど相手を応援したいときに贈るフラワーギフトとしてもぴったりです。

# 6月2日はとよかわバラの日

Rose

6月2日は語呂合わせで「ローズ（バラ）」と読めることから、豊川市では「とよかわバラの日」としてPRしています。

贈る本数にも  
意味があります！

- 1本  
一目ぼれ、あなたしかいない
- 3本  
愛しています、告白
- 8本  
あなたの思いやり、感謝
- 24本  
1日中思っています
- 108本  
結婚してください
- 999本  
生まれ変わっても愛する

豊川市が出荷量全国1位を誇るバラ。その出荷量は年間約1600万本にも上ります。温暖で一定の日射量がある豊川市の気候はバラの栽培に適していることから、昭和40年代から栽培が盛んになりました。今では、一輪咲きや1本の茎にたくさん花をつけるスプレーバラなど、市内で約150種を栽培。中には、コンキユサーレやシトラスジュエルなど、市内で開発されたオリジナル品種も栽培されています。豊川産のバラはボリュームのある咲きぶりや日持ちの良さが評価され、東京や大阪など、都市部を中心に出荷されています。

赤は「愛情・情熱」、ピンクは「上品・しとやか」、白は「尊敬・清潔」など、色によって花言葉が異なります。場面や相手によって使い分け、豊川産のバラをお楽しみください。



\*コンキユサーレ

市内で開発されたスプレーバラのオリジナル品種。香りはなく、花色は濃いグリーンで咲き進むと白くなります。



\*サムライ08

スタンダードな品種。市内で生産されるバラの中で、作付面積ナンバーワンの人気が高い定番品種。

出荷量  
全国  
1位



\*シトラスジュエル

市内で開発されたスプレーバラのオリジナル品種。クリーム色の花弁の先が、ほんのりとピンクがかかった希少品種。



\*アヴァランチェ

スタンダードな白バラ品種。市内ではサムライ08に次ぐ作付面積です。結婚式で定番の品種。

## 花を長持ちさせるには...



花束のプレゼント、せっかくなので長持ちさせたいものです。

ここでは、花を長持ちさせるコツを紹介します。

- ① **花瓶の準備**  
食器用洗剤できれいに洗ったものを準備します。
- ② **不要な葉などを取る**  
水につかる部分の葉やトゲを取り除きます。
- ③ **水切りと水揚げ**  
茎を水に浸し、先を切り口が斜めになるように切りまします。その後2〜4時間、水に浸したまま待ちます。
- ④ **活ける**  
花瓶に活けて、直射日光を避け、涼しい場所に置きます。
- ⑤ **手入れ**  
毎日水を替え、その都度、茎先を少しずつ切るのがベストです。切り花用の栄養剤を使うと、より長持ちします。