

# 子育て知恵袋



お母さん、お父さん、毎日の子育てお疲れ様です。  
育児についての情報もたくさんありますし、  
便利なお助けグッズも手に入りやすくなりましたが、  
子どもが少ない現代は、子育て世代にはとても厳しい時代と言えるでしょう。  
外出先で肩身が狭い思いをしたり、育児のサポートをしてくれる人がいなくて  
困っていたり、1人で頑張りすぎていませんか？  
子育ては、嬉しかったり不安だったり、幸せだったりつらかったり…。  
思いがけないこと、どうしたら良いか分からないことの連続です。

親も子ども、みんなそれぞれのスピードで成長していけると良いですね。  
「どうしたら良い？」と多くの人からご相談いただくトピックをまとめました。  
好きなところを、好きな時にお読みください。

## もくじ

1. 乳幼児の生活
    - ・食事
    - ・睡眠
    - ・トイレトレーニング
  2. 乳幼児への接し方としつけ
    - ・泣き
    - ・叱る時
    - ・乳幼児ゆさぶられ症候群（SBS）
  3. たまには自分のために
    - ・あなたはどんなタイプ？
    - ・先輩ママのテクニック
    - ・やってみよう！“ストレスコップ”で気分転換
  4. みんなの相談室
  5. こんな時には、こんなところへ
  6. 子どもと親を虐待から守ろう
- （参考）ひょうごの相談窓口一覧



# 1

## 生活

### 食事



- ミルク足りてるのかな？（新生児～離乳食開始頃まで）  
はじめは赤ちゃんもお母さんもミルクに慣れていなくて不安。でも、飲む量やお腹が空くタイミングは人それぞれ。飲みたくないのなら無理に飲ませなくても大丈夫！空腹になれば必ず飲むはず！元気がよくて、体重が増えているのならあまり心配しないで。



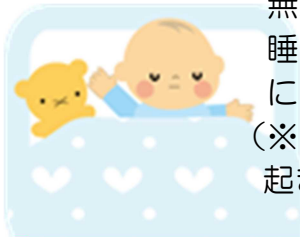
- 「遊び食べ」、やめてほしい！

（離乳食開始～）

離乳が進んでくる時期は「はいはい」や「つかまり立ち」ができる時期。食事よりもっと楽しい事が気になるのかも。遊び食べは成長のステップのひとつで、今は好奇心のかたまりと思って、「食べ方」より「みんなで楽しく食べる」、「食事も楽しい」という経験を重ねてみては。



### 睡眠



- お昼寝は絶対しないとイケないの？

無理にする必要はないけれど、夕方に寝て、夜眠くなくなると、睡眠リズムが狂ってしまいます。昼間に十分遊ばせて夜に自然に眠くなるような環境づくりをしていきましょう。

（※）必要な睡眠時間は、10～12時間程度（お昼寝含む）。  
起きる時間は6～7時頃、寝る時間は20～21時頃が目安。

### トイレトレーニング

- 1歳過ぎ

トイレに興味を持ち始めたら、朝やお昼寝から起きたときなどに、トイレに座らせてみましょう。絵本や映像、人形ごっこで「トイレでおしっこ」をすることを教えてあげてもよいですね。

- 2～3歳

「おしっこ、出たよ」と大人に知らせるようになったら、おしっこの間隔を見計らって、トイレやおまるに誘ってみましょう。うまく出来たら「できたね！」と喜び、ほめてあげましょう。1日のうち半分くらいトイレで出来たり、外出先や夜以外はおむつが必要なくなったら、パンツをはかせてみましょう。



#### 大切なこと

無理強いはいらない！失敗しても怒らない！

（怒られることに対する恐怖感からそれ以降のトイレトレーニングが難しくなることも）

## 2 接し方

### 泣き声



- 「ミルクかな?」「おしめかな?」「眠たいのかな?」

なぜ赤ちゃんが泣いているのかは、大人は最初はみんな分かりません。中には理由がなくてもよく泣く子もいます。それは要求に個人差があるから。泣き止まないのは赤ちゃんのせいでもありませんし、育て方のせいでもありません。

また夜泣きは、子どもが昼間に得た情報を脳が処理しようとして起こるとも言われています。夜泣きを何とかしようとするよりも、昼間に旦那さんや手助けしてくれる人に預けて少しでもお母さん自身の睡眠を確保して、夜泣きに備えることも大切です。

### 叱り方

- 何でも「イヤイヤ!」もうウンザリ

思うようにいかないと、ひっくり返って大声で泣きわめく、いわゆる「かんしゃく」です。毎回こうだと、親も疲れ果てますね。でも、決して困らせるために泣いているわけではありません。今、子どもはまさに気持ちを伝えることを学び、自我（自分を主張したい欲求）が芽生え、成長しているところです。お互いに試練のとき。まずは大きく深呼吸してから、「どうしたの?」と声をかけてみましょう。



- 感情的に怒ってしまわないようにするにはどうしたらいい?

怒る時は、すぐにその行動をやめさせ、「それはやったらダメだね」と短く伝えるだけで十分。それでもまた繰り返しても、こちらが感情的になってはダメ。「いつかは聞けるようになるさ」くらいの気持ちで対応したいですね。

また、同じことで何度も叱っている場合、なぜ叱らなければならないのかを再確認しましょう。その上で、叱ることが必要だと確認したこと、そして命に関わるようなことに対しては強く叱り、毎日同じように叱ることを避けるのも必要です。目についたことを全て叱るのは避けましょう。

何度言えば分かるの!



ママ怖い  
でもなんでこんなに怒られるのか  
分からない・・・

### 乳幼児揺さぶられ症候群 (SBS)

泣き止まないからといって揺さぶるのは止めて!

赤ちゃんの脳は豆腐のように柔らかいものです。揺さぶることにより脳（豆腐）が頭蓋骨にあたり損傷を受け、重大な後遺症が残る場合や、死に至る場合があります。赤ちゃんを揺らしてあげたい時などはこんなポイントに気をつけましょう。

- ① 赤ちゃんの首をしっかり支え、頭がガクガクと揺れないようにする。
- ② 20分以上続けて揺らさない。
- ③ 高い高いで赤ちゃんから手を離したり、大きく上下に揺さぶったりしない。
- ④ 赤ちゃんを抱っこしたまま急に走らない。

# 3 たまには自分のために



## ♡♡あなたはどんなタイプ?♡♡

腰が痛い、肩がこる。  
でも時間がない。

腰痛コルセットや貼るカイヨを使ったり、普段の家事の中で体を大きく動かすなどの「ながらケア」がお勧め。

お風呂の時、体を洗いながら熱めのお湯を使った洗面器に足をつけるだけでも血行が良くなりますよ。

なんか体がだるい。  
なぜか気分が落ち込む。

子どものためにやりたいことはいっぱい！でも体が気持ちに追いつかない・長い子育て期間には、このような時期が必ずあります。あなた自身もよく寝て、よく食べましょう。

自分に優しくしてあげて。誰かに今の気持ちを聞いてもらうだけでも、気持ちが軽くなることもありますよ。

カッとなりやすい？

子どもは大人の想像を軽々と超えてしまい、あきれたり、怒ることの連続ですね。感情的に怒鳴ってしまったと反省することもしばしば。カッとなって怒ってしまいそうな時あなたの体や行動にはどんな変化が起きていますか？胸が苦しくなったり、顔がこわばったり、声が大きくなったり。

イライラのサインに気づくとその後の対処ができます。サインに気づいたら、一つ別の行動をとってみましょう。深呼吸する、トイレに行く、水を飲む、10数える・・・うまくできたら自分のことたくさん褒めてください。

弱みを見せられる相手はいますか？

元気がでない私、子育てが嫌になってしまう私、疲れて混乱している私…。そんな自分の弱い部分を、安心して話せる相手がいますか？困ったことがあったときに、あなたを手伝ってくれる人はいますか？

助けてくれる人が思いつかないといっても、落ち込まないで！お住まいの地域には、お母さんの悩み相談を受けたり、子どもを預かってくれたりする様々なサポートが用意されています。あなたに合ったやり方で、地域のサポートを活用してください。



**アウトドア派！**  
パートナーやおじいちゃんおばあちゃんに、子どもを預けて、短時間でも出かけて気分転換を試みましょう。ちょっとだけ離れた後で子どもに会うと、「うちの子こんなにかわかったんだ！」と再発見できます。公園や公民館、キッズコーナーのあるショッピングモールに子供と一緒にいくのもいいかも。

**インドア派！**  
家で過ごすときも、子どもを他の人に見てもらって、数十分でも昼寝をしたり、趣味の時間を持つなどすると、子どもとほんの少し離れて自分の時間をもつことでリフレッシュできます。子どもと一緒に絵を描いたり、粘土遊びに取り組んでみると、楽しくて大人のほうがはまるかも。子どもを見てくれる人がいない時には、子育て支援制度の利用もできます。

## ♡♡先輩ママのテクニック♡♡

♡ 実家や舅・姑からのお手伝いは「とことん！お言葉に甘える！」

😊 家事は溜めても、疲れは溜めない！

食器洗いが間に合わない時は、紙皿の出番♪かわいい紙皿もたくさん売ってますよ♪

♡♡ ありのままの自分で母親をする

妻業も嫁業も背伸びしない。できない所を積極的にみせて OK！

子どもはどんなママでも大好きです♡

## ♡♡やってみよう！“ストレスコップ”で気分転換♡♡

今はどんな気分？

ストレス溜まってない？

好きなことはどんなこと？

お菓子を食べること？音楽を聴くこと？好きなテレビを見ること？歌うこと？

漫画を読むこと？寄り道すること？好きなことを考えること？大声をだすこと？

ごろごろすること？

好きなこと考えるだけでも気分転換になるかな。



【出典】子ども情報ステーション by ぷるすあるは <http://kidsinfost.net>  
イラスト：チアキ

## 4 みんなの相談室

不妊治療までして子どもを産んだのに、産んでからずっと子どもが可愛いと思えない。産むんじゃなかったとまで思ってしまう。

妊娠・出産は女性ホルモンのバランスが崩れて一番不安定な時期。産後うつになっている可能性があります。一度病院に受診してみてもまずは自分の体調と向き合ってください。

子どものためにはママ友がいた方がいいのかと思うけれどママ友のつきあいがしんどい。

いまの環境以外でもママ友見つけることができますよ。たとえば、託児付きの保護者向けのグループワークなど。他の参加者の育児の話の話を聞いたりするのは意外に楽しく、心地よい距離感で人と交流できる時もあります。すぐにいい環境が見つかるとは限らないけれど、ママ友づくりも育児もぼちぼちやっという気持ちでもいいのでは。

上の子が下の子にヤキモチを焼いて意地悪をする。私は上の子にも気を遣っているつもりなので、つい上の子にきつく叱って手がでることもあります。どうしたらいいのでしょうか。

上の子自身が自分も大切にされていると実感することが大事です。上の子がしっかり分かるくらい、赤ちゃんは入れないママと二人だけの時間を作っては？時間は絵本を1、2冊読める程度でも、それを決まった時間に毎日取り入れることで、期待が膨らみ、特別感を感じることでしょう。

手が出そうになったときは、その手で畳をたたいたり、一呼吸おいて、その場を去ってみてはいかがでしょうか。

子どもはいい子なのに、きつく当たってしまう。とにかく毎日なぜかイライラしてついイライラの矛先を子どもに向けてしまいます。

何か子育て以外にも不安を抱えていてその不安をお子さんにぶつけてしまう場合もあります。ご家族が病気を患っていたり、介護や経済的な不安、もしくは女性ホルモンのバランスの変化によるイライラ。誰もがそれぞれ不安を抱えています。まずはその不安や問題と向き合ってみてください。不安が少しでも軽くなると、お子さんに対する気持ちにも余裕がでてくるのではないのでしょうか。相談は身近な家族、友人にされてもいいですし、子育て相談機関からそれぞれの専門の窓口を紹介することもできますよ。



# 5 こんな時には、こんなところへ

おしゃべり友達がほしい  
子育ての悩みを共有したい



まちのこそだて広場、児童館、地域子育て支援センターを利用しては？

こどもの成長で気になる  
ことが・・・



保健センターの保健師さんなどに相談してみましよう。また、こども家庭センターでもアドバイスします。

つい、カッとなって叱りすぎた  
子育てのアドバイスがほしい。



保健センター、保育所、幼稚園、児童家庭支援センターなどが悩みにアドバイスしてくれます。話をしやすい人に相談してみましよう。

映画館に行きたい。ショッピングも  
数時間でいいから子どもをみてほしい



保育所、こども園などの一時保育が利用できます。その他、ファミリーサポート、シルバー人材センターの託児、家事育児サービスなど色々なサポートがあります

すこし子どもと離れて1人になりたい  
数日誰か子どもを預かってほしい



ショートステイ事業があります。  
手続きは各市町の窓口で

手をあげてしまう。罵倒してしまう。  
子どもを育てられない。



市町の児童相談窓口またはこども家庭センターにご相談ください。  
電話でもOKですよ。



## 6 子どもと親を虐待から守ろう！



- 身体的虐待** 殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、監禁するなど
- 性的虐待** 子どもへの性的行為、性器を触る、触らせる、ポルノグラフィの被写体にする、性的行為をみせるなど
- ネグレクト** 家や車内に放置する、食事を与えない、ひどく不潔にする、病院に連れて行かないなど
- 心理的虐待** 言葉による脅し、無視、兄弟間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力を振うなど

### ○「しつけ」と「虐待」は違います

自分は「しつけ」と思っている、子どもにとって「耐えがたい苦痛」と感じる場合は、虐待です。保護者としては「子どものため」と考えても、これらの場合子どもの心身の発達が阻害される場合があります。

### ○暴力だけが虐待ではありません

幼い子どもを室内や車内に残して外出する。必要な食事を与えない。

子どもは一人では生きられません。このような行為は暴力を振っていないだけでも虐待です。

### ○「アンタなんてうちの子じゃない」、「〇〇ちゃんはできるのにどうしてできないの？」

子どもは大人の言葉をそのまま受け止めて信じてしまいます。冗談のつもりで言った一言、カッとなって言い過ぎた一言、言った側はすぐ忘れてしまっても、言われた子どもにとっては心に深い傷を負うことがあります。

### 子どもを虐待から守るための5か条

- 1 「おかしい」と感じたら迷わず連絡（通告しましょう）
- 2 「しつけのつもり…」は言い訳（子どもの立場で判断しましょう）
- 3 ひとりで抱え込まない（あなたにできることから即実行しましょう）
- 4 親の立場より子どもの立場（子どもの命を最優先しましょう）
- 5 虐待はあなたの周りでも起こりうる（特別なことではありません）

### 一人で悩まないで… 「児童虐待防止24時間ホットライン」

中央こども家庭センター 078(921)9119

西宮こども家庭センター 0798(74)9119

川西こども家庭センター 072(759)7799

姫路こども家庭センター 079(294)9119

豊岡こども家庭センター 0796(22)9119

※神戸市にお住まいの方は、

神戸市こども家庭センター 078(382)2525

神戸市児童虐待夜間休日相談 078(382)1900

児童相談所全国共通ダイヤル 189(イチ・ハヤ・ク)でも受け付けています。

## 相談窓口

●お住まいの市町には、保健センターや児童家庭相談窓口が設置されています。  
子どもの発育、しつけ、虐待についての情報・悩みなど、子どもに関するあらゆる相談を受付けています。



地域	名称	電話番号	
神戸	東灘区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 856-8080直	
	灘区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 843-7035直	
	中央区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 232-0415直	
	兵庫区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 512-2525直	
	北区 こども家庭支援課 こども保健係		(078) 595-4150直
		こども保健担当（北神担当）	(078) 981-1748直
	長田区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 521-0415直	
	須磨区 こども家庭支援課 こども保健係		(078) 731-8080直
		こども家庭支援課（北須磨）	(078) 793-8080直
	垂水区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 705-1150直	
阪神南	西区 こども家庭支援課 こども保健係	(078) 929-4150直	
	尼崎市 保健所健康増進課	(06) 4869-3053直	
		生活支援相談担当課	(06) 6489-6921直
	西宮市 地域保健課	(0798) 35-3310直	
子供家庭支援課 家庭児童支援チーム		(0798) 35-3089直	
芦屋市 健康課母子保健係	(0797) 31-1586直		
	子育て推進課 家庭児童相談室	(0797) 38-8993直	
阪神北	伊丹市 健康政策課	(072) 784-8034直	
		こども家庭課 家庭児童相談室	(072) 780-3518直
	宝塚市 健康推進課	(0797) 86-0056直	
		子育て支援課 家庭児童相談室	(0797) 77-9111直
	川西市 健幸政策室	(072) 758-4721直	
		子育て・家庭支援課	(072) 740-1179直
	三田市 健康増進課	(079) 559-5701直	
		チャッピーサポートセンター （子育て世代包括支援センター）	079-559-6288直
	猪名川町 健康増進課	(079) 559-5076直	
		住民保険課（保健センター）	(072) 766-1000直
こども課	(072) 767-7477直		

地域	名称	電話番号	
東播磨	明石市 こども健康センター	(078) 918-5656直	
		子育て支援課 家庭児童相談室	(078) 918-5097直
	加古川市 育児保健課	(079) 427-9216直	
		家庭支援課	(079) 427-3073直
	高砂市 健康市民室健康増進課	(079) 443-3936直	
		子育て支援課	(079) 442-2260直
	稲美町 健康福祉課	(079) 492-9138直	
		地域福祉課	(079) 492-9136直
	播磨町 すこやか環境グループ	(079) 435-2611直	
		福祉グループ	(079) 435-2362直
北播磨	西脇市 健康課	(0795) 22-3111代	
		こども福祉課 家庭児童相談室	
	三木市 健康増進課	(0794) 86-0900直	
		子育て支援課（三木市立教育センター）	(0794) 82-0910直
		子育て支援課（吉川児童館）	(0794) 72-2220直
		子どもいじめ防止センター	(0794) 82-8110直
	小野市 健康課	(0794) 63-3977直	
		子育て支援課 家庭児童相談室	(0794) 63-1645直
		市民安全部（ONOひまわりほっとライン） いじめ・非行相談	(0794) 62-4110直
	加西市 健康課	(0790) 42-8723直	
地域福祉課 家庭児童相談室		(0790) 42-8709直	
児童療育室（ひまわりルーム）		(0790) 42-6704直	
加東市 健康課	(0795) 43-0432直		
	子育て支援課 家庭児童相談室	(0795) 43-0441直	
多可町 健康福祉課	(0795) 32-5151直		
	こども未来課	(0795) 32-2385直	
中播磨	姫路市 保健所健康課	(079) 289-1641直	
		こども支援課 子ども相談室	(079) 221-2066直
	神河町 健康福祉課	(0790) 32-2421直	
		住民生活課	(0790) 34-0962直
	市川町 保健福祉センター	(0790) 26-1999直	
	福崎町 健康福祉課 保健センター	(0790) 22-0560代	

地域	名称	電話番号	
西播磨	相生市 子育て元氣課	(0791)22-7156直	
	子育て元氣課 家庭児童相談室	(0791)22-7175直	
	赤穂市 赤穂市保健センター	(0791)46-8701直	
	子育て健康課こども支援係	(0791)43-6808直	
	宍粟市 保健福祉課	(0790)62-1000直	
	保健福祉課内 家庭児童相談室	(0790)63-1950直	
	たつの市 健康課	(0791)63-2112直	
	子育て支援課 子育て応援センターすくすく	(0791)64-3220直	
	太子町 さわやか健康課	(079)276-6630直	
	社会福祉課児童福祉係	(079)277-1013直	
	上郡町 健康福祉課(保健センター)	(0791)52-2188直	
	健康福祉課地域福祉係	(0791)52-1114直	
但馬	佐用町 健康福祉課 健康福祉推進室	(0790)82-0661直	
	健康福祉課子育て支援室 (さよう子育て支援センター)	(0790)82-0341直	
	豊岡市 健康増進課	(0796)24-1127直	
	こども育成課 こども家庭相談係 (こども支援センター)	(0796)21-9003直	
	養父市 健康課	(079)662-3167直	
	こども育成課	(079)664-0315直	
	朝来市 地域医療・健康課	(079)672-5269直	
	社会福祉課 家庭児童相談室	(079)672-6123直	
	香美町	健康課	(0796)36-1114直
		福祉課	(0796)36-1964直
		村岡地域局健康福祉係	(0796)94-0321代
		小代地域局健康福祉係	(0796)97-3111代
新温泉町	健康福祉課 保健福祉センター	(0796)99-2940直	
	健康福祉課福祉係	(0796)82-5620直	
	温泉総合支所 地域振興課住民係	(0796)92-1131代	
篠山市	健康課	(079)594-1117直	
	保健福祉部福祉総務課	(079)552-7101直	
丹波市	健康部健康課健康指導係	(0795)82-4567直	
	教育部子育て支援課 家庭児童相談係	(0795)70-0816直	
洲本市	健康増進課	(0799)22-3337直	
	子ども子育て課 家庭児童相談室	(0799)22-1333直	
	福祉部 健康課	(0799)43-5218直	
南あわじ市	福祉部 子育て支援課 家庭児童相談室	(0799)43-5239直	
	健康増進課	(0799)64-2541直	
淡路市	子育て応援課 家庭児童相談室	(0799)64-2127直	

●児童家庭支援センター  
児童問題や子育ての相談に応じ、24時間必要な助言を行っています。

地域	施設名	電話番号
阪神南	キャンディ(尼崎市)	06-6491-1811
阪神北	子そだてサポートひかり(宝塚市)	0797-81-2775
東播磨	虹の丘(加古川市)	079-438-2725
中播磨	すみれ(姫路市)	079-238-3553
西播磨	すずらん(たつの市)	0791-58-1144
但馬	リボン(朝来市)	079-676-5035
神戸市	少年の町子ども家庭支援センター (神戸市垂水区)	078-751-0123
	神戸真生塾子ども家庭支援センター (神戸市中央区)	078-341-6493

●こども家庭センター  
虐待相談を受け、専門的な助言指導を行います。また子どもの安全のための保護を行う場合もあります。

名称	地域	電話番号
中央 こども家庭センター	明石市、加古川市、西脇市、三木市、高砂市、小野市、加西市、加東市、多可町、福美町、播磨町	078-923-9966
	洲本分室 洲本市、南あわじ市、淡路市	0799-26-2075
西宮 こども家庭センター	尼崎市、西宮市、芦屋市	0798-71-4670
	尼崎駐在 尼崎市(障害相談) ※電話は西宮こども家庭センターへ転送されます。	06-6423-0801
川西 こども家庭センター	伊丹市、宝塚市、川西市、三田市、猪名川町	072-756-6633
	丹波分室 篠山市、丹波市	0795-73-3866
姫路 こども家庭センター	姫路市、相生市、たつの市、赤穂市、宍粟市、神河町、市川町、福崎町、太子町、上郡町、佐用町	079-297-1261
豊岡 こども家庭センター	豊岡市、養父市、朝来市、香美町、新温泉町	0796-22-4314
神戸市 こども家庭センター	神戸市	078-382-2525

●児童養護施設

乳児を除く保護者のいない子ども、虐待を受けた子ども、その他環境上養育が必要な子どもが入所し、支援する施設です。

所在地	施設名	電話番号
神戸市	尼崎学園	078-985-2133
尼崎市	子供の家	06-6491-8953
西宮市	三光塾	0798-41-4421
	善照学園	078-904-3773
	善照虹のかけ橋	078-219-7247
	善照夢のかけ橋	078-277-2672
宝塚市	御殿山ひかりの家	0797-85-4452
猪名川町	いながわ子供の家	072-744-1880
加古川市	播磨同仁学院	079-424-3278
	立正学園	079-438-0132
明石市	カーサ汐彩	078-939-2696
三木市	さつき子どもホーム	079-482-5015
姫路市	アメニティホーム 広畑学園	079-236-1630
	児童ホーム 東光園	079-222-5028
	パルココミュニティハウス 信和学園	079-222-6308
	二葉園	079-335-0012
上郡町	泉心学園	0791-52-0168
たつの市	アメニティホーム光都学園	0791-58-1101
赤穂市	さくらこども学園	0791-46-0332
朝来市	若草寮	079-676-2123
丹波市	睦の家	0795-87-5815
南あわじ市	淡路学園	0799-45-0412
淡路市	聖智学園	0799-62-4491
	グループホームまほろば	0799-64-7535
	グループホームあすなる	0799-64-7351

所在地	施設名	電話番号
神戸市	信愛学園	078-851-6128
	神愛子供ホーム	078-811-8698
	双葉学園	078-841-2792
	同朋学園	078-801-6301
	愛神愛隣舎	078-861-2462
	神戸真生塾	078-341-5897
	夢野こどもホーム	078-511-3445
	愛信学園	078-341-8934
	神戸実業学院	078-521-5478
	天王谷学園	078-958-0302
	グイン・ホーム	078-593-6667
	長田こどもホーム	078-691-7210
	神戸少年の町	078-751-2222

●乳児院

保護者のいない乳児、虐待を受けた乳児が入所し、支援する施設です。

所在地	施設名	電話番号
伊丹市	伊丹乳児院	072-781-1744
明石市	明石乳児院	078-936-1419
姫路市	ビューパホール	079-282-2692
姫路市	乳児ホーム るり	079-222-5027
朝来市	くれよん	079-676-2223
神戸市	御影乳児院	078-851-6128
	真生乳児院	078-341-5897
	神戸少年の町乳児院	078-751-2224

発行 平成28年3月発行(平成29年3月改定)  
 地域で支える子育て読本編集委員会  
 (事務局 兵庫県健康福祉部少子高齢局児童課)  
 住所 〒650-8567  
 神戸市中央区下山手通5丁目10-1  
 電話 (078)341-7711(代)  
 FAX (078)362-0061  
 E-mail jidouka@pref.hyogo.lg.jp