

女性の悩み相談

人には言えない悩みを抱えて、誰に相談してよいかわからない「女性の悩み」に、三重県北勢福祉事務所の女性相談員が電話相談・面接相談を受け付けています。
※費用は、無料です。秘密は守ります。

たとえば、こんなときに・・・

- 夫や恋人からの暴力（ドメスティック・バイオレンス）のこと
殴られたり、蹴られたりするなどの身体的な暴力、なじられたり、怒鳴られたりするなどの言葉の暴力・精神的な暴力、生活費が貰えないなどの経済的な暴力を受けるなどしてお悩みの方。
- 離婚のこと 離婚を考えている、あるいは、離婚を迫られている。
- 親子、嫁姑などの家族問題のこと ○近隣、職場などの対人関係のこと

一人で悩まないで、お気軽にご相談ください。

三重県北勢福祉事務所 女性相談専用

TEL 059-352-0557

月曜日から金曜日まで 9時から15時45分

※年末年始、祝日は、お休みです。都合により
相談日時を変更することがあります。

あなたの気づきが事件を防ぎます。「誰かの身の危険を感じる大きな怒鳴り声や大きな物音などが聞こえたら」110番通報を！

「乳幼児突然死症候群(SIDS)」を知っていますか？

●乳幼児突然死症候群(SIDS)とは？

乳幼児突然死症候群(SIDS: Sudden Infant Death Syndrome)は、それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく眠っている間に突然死亡してしまう原因不明の病気です。1歳未満の児で特に生後2ヶ月～6ヶ月に多いとされており、日本では年間約150人の赤ちゃんが亡くなっています(乳児死亡原因 第2位)。

●SIDSから赤ちゃんを守るためのポイント

SIDSの発症原因は、まだ分かっていません。しかし、以下の3つのポイントを守ることで、発症の可能性を小さくできることがこれまでの研究で明らかになっています。

1



うつぶせ寝は避ける

あおむけ寝に比べてうつぶせ寝は、SIDSの発症率が高いという研究結果が出ています。医学上の理由で必要なとき以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせるようにしましょう。また、赤ちゃんをなるべく1人にしないことや、寝かせ方に対する配慮をすることは、窒息や誤飲、けがなどの事故を未然に防ぐことにもなります。

2



たばこはやめる

両親が喫煙する場合、両親が喫煙しない場合より、SIDSの発症率が高くなるというデータがあります。妊婦自身が禁煙することはもちろん、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙も避けるよう、身近な人の協力が必要です。

3



できるだけ母乳で育てる

母乳で育てられている赤ちゃんは、人工乳の赤ちゃんと比べてSIDSの発症率が低いといわれています。人工乳がSIDSを引き起こすわけではありませんが、できるだけ母乳で育てるようにしましょう。

SIDSは、12月以降の寒い季節に発生しやすいといわれ、特に注意が必要です。

SIDSから赤ちゃんを守るため、お母さんやお父さんだけでなく、赤ちゃんの身近にいるすべての人が、SIDSについての理解を深め、SIDSを防ぐ取組に協力することが大切です。