

ひとり親家庭への支援



ひとり親家庭のお父さんやお母さんの生活の維持や仕事と家事・育児の両立などを支援するための制度があります。

ひとり親家庭のしおり

ひとり親家庭の方が安心して自立した生活を送っていただくための各種手当や、生活支援、就労支援といった制度や事業の情報を集約したガイドブックです。毎年度更新して、市ホームページに公開していますのでご利用ください。

市役所以外にも以下の施設にも設置しています。

- ・東部子育てセンター
- ・味美ふれあいセンター
- ・坂下公民館
- ・高蔵寺ふれあいセンター



母子・父子自立相談 お問い合わせ 0568-85-6208 〈こども家庭支援課〉

ひとり親家庭の母または父に対して、自立して生活するために必要な情報提供や相談、求職活動などに関する支援をします。

先輩ママ・パパに
聞きました!

うちの子が好きだった離乳食



カレーの取り分けの際は、牛乳を入れていました。カレー粉少しに、牛乳多めで、シチューみただけど、マイルドな味で子どもに好評でした。



豆腐と鶏ひき肉、みじん切りの野菜を鶏がらスープで少しだけ味付けした豆腐あんかけを、ご飯にかけたあんかけ丼が好きでした!野菜はにんじんや小松菜など家にあるものでOK。ひき肉がなければしらすを塩抜きしたもので。

つぶしたバナナにヨーグルトときな粉をかけたものが大好きでした。大人が食べてもおいしいので、子どもが食べなかったら親がはちみつをかけて食べていました。



*1歳未満のお子さんにはちみつはNG



納豆が好きな我が子。野菜の味噌汁に納豆を入れて食べていました。納豆は片付けが大変…。火を通すとネバネバが弱くなるので、味噌汁に入れるのは良かったです。手づかみ食べの時期は納豆ご飯にみじん切りの野菜を混ぜて、おやきにしたりしていました。

