



9 ... 小児科&産・婦人科&助産院マップ

休日・夜間のお医者さんのかかり方ガイド ... 15

19 ... キッズ撮影会♥スナップ集 3/4 松本住宅公園

69 ... 未就園児クラスGuide

- 4 ファミリー歓迎のグルメ店
ナポリロッソ・イル・ジャルディーノ
- 6 フレッシュニュース! イクトピ
- 25 コラボイベントのお知らせ
- 26 マンスリーおでかけ情報 イク★ナビ
未就園児クラス・行事情報 ... 39
市村情報(在住者対象) ... 40
- 48 本田秀夫先生の「にじいろ子育て」のススメ
- 49 村上寛先生の「周産期のこころのこと」
- 50 みのしま先生の 今月のアレルギー情報
- 51 みんなの誌上おしゃべりコーナー いくつちゃ

- 59 市村別 お役立ちマップ
- 64 読者プレゼント
- 65 備え付け封筒
- 67 編集室からのお知らせ
- 79 松本市 子育て支援通信
- 80 塩尻市 育まち 塩尻通信
- 81 マツモトサトヤマドアーズの窓
- 82 4月生まれのおともだちの 誌上お誕生会
- 84 はじめまして♥赤ちゃん
- 86 投稿 フォト♥きゅん
- 88 コミックエッセイ あるある! イクジィLife

保存版

今月の表紙モデルインタビュー

●表紙モデル

みかママ ひろきパパ
みかちゃん(3歳4ヵ月) 松本市在住

Q. ママ・パパのご出身地は?

A. ママ→愛媛県、パパ→長野市です。

Q. 「親子モデル」に応募したきっかけや理由は?

A. 振り返るとこの3年、マスクをつけていない3人の写真があまりなく、これから2人目を出産するので、その前に3人の写真を残しておきたいと思い、応募しました。

Q. 撮影はいかがでしたか?

A. スカイパークでの撮影で、飛行機が離陸する瞬間を間近で見られて楽しかったです!

Q. 子育て。振り返ってみていかがですか?

A. 出産後精神的にしんどくなった時期がありましたが、子どもとの関わりで楽しいことも増え、心からこの子と出会えてよかった! と思えるようになりました。

Q. 子育てで心がけていることは?

A. パパとママどちらかに偏ることなく子どもと関わる

こと。親のリフレッシュ時間を作ること。

Q. プチ悩みはある? それはどんなこと?

A. 夜寝るのが遅いこと。寝るまでに1時間ぐらいかかってしまいます。

Q. お子さんとのどんなふうに毎日を過ごしていますか?

A. 週末は散歩や温泉に行ったり、キャンプごっこやおままごとをしたりして過ごしています。

Q. 子育てを頑張っているママさんたちに応援メッセージを

A. 子どもを産むまでは、子育てがこんなに大変なものだと思いませんでした。全ママとパパに「頑張りすぎないで」と伝えたいです!

Q. イクジィにひとことお願いします。

A. 子育て中の悩み相談を読んで、みんなもそう思ってるんだ! と励まされることがあるので、「教えて / 教えます」のコーナーを継続してほしいです。

●撮影=ヨシダトモキさん <http://fotografia-natura.jp/>

「花嫁さんや、子ども、ファミリーを自然体で撮ることが好き」という、松本市在住、一男児のパパ。大学を卒業後、フロッリストとして活躍。16年の後、フリーランスのカメラマンに転身。



緊急&お役立ち電話帳

市外局番は0263

救急当番医テレフォンサービス	35・9111
長野県休日・夜間緊急医療内サービス	0570・088199
松本市小児科・内科夜間急病センター	38・0622 松本市城西
安曇野市夜間急病センター	73・6383 安曇野市豊科
長野県小児救急電話相談	# 8000 or 34・8000
休日歯科診療所	33・2355 松本市駅前会館
休日夜間当番薬局	35・9392
松本赤十字乳児院	31・5203 松本市元町
松本児童園	47・0590 松本市島内
長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	026・219・2413
長野県不妊・不育専門相談センター	35・1012 松本市旭・看護協会会館内
長野県松本児童相談所	91・3370 松本市波田
あるがキッズ支援室	24・1235

松本市役所	34・3000	松本市丸の内
松本市ファミリーサポートセンター	34・3308	松本市役所内
安曇野市役所本庁舎	71・2000	安曇野市豊科
安曇野市ファミリーサポートセンター	71・1125	安曇野市堀金
塩尻市役所	52・0280	塩尻市大門
山形村役場	98・3111	山形村
朝日村役場	99・2001	朝日村小野沢
麻績村役場	67・3001	麻績村麻 3837
筑北村役場	66・2111	筑北村西条 4195
生坂村役場	69・3111	生坂村
女性相談(夫婦・人間関係)	0266・22・8822	
※火曜～土曜 8:30～17:00(金曜のみ 21:00まで)		
妊娠・出産・育児相談(子育て女性健康支援センター)	31・0015	
※火曜・木曜 10:00～16:00		