



子育て情報を発信している
鈴鹿市子育て応援サイト
きら鈴 鈴もご覧ください

2025年 鈴鹿市子育て情報紙 3月 バンビーキッズ

【問合せ先】子ども政策課
子育て支援総合コーディネーター
Tel: 382-7661 / Fax: 382-9054
E-mail: kodomoseisaku@city.suzuka.lg.jp



暖かな日差しに春の訪れを感じるこの頃。今年度も残りあとわずかとなりました。
この一年を振り返り一人ひとり自分のペースで、大きくたくましく成長した姿は頼もしく感じられますね。



すずっこ子育てアプリ

スマートフォンなどで利用できる「すずっこ子育てアプリ」の配信を開始しました。
母子健康手帳の大切なデータをバックアップすることができる母子手帳アプリ「母子モ」の機能に加え、
お住まいの地域を登録すれば、鈴鹿市の子育て情報を受け取ることができます！

12言語に対応！



母子健康手帳の交付の予約

待ち時間なくスムーズに受け取れる！

すくすくファミリー教室の予約

アプリでなら24時間いつでも予約ができる！

アンケートなどの回答

妊娠届出、妊娠8カ月、赤ちゃん訪問の
アンケートがカンタンに回答できる！

お住まいの地域の情報を通知

お住まいの郵便番号を登録！
イベント情報などの案内が通知されます。



妊娠中の健診や妊娠中の体重グラフの記録

胎児・身体発育曲線の記録

妊娠中の体重を入力すると、
妊娠週別の推定体重が自動でグラフ化！

こどもの成長記録

写真、出来事、「できたよ記念日」を入力。
その時期のアドバイスもある！

予防接種のスケジュール管理

時期がくると通知でお知らせ！
副反応の様子も記録できる。



家族と情報共有

パパ、ママ、遠く離れた家族とも成長を共有できる！



「すずっこ子育てアプリ」は紙の母子健康手帳を補完するためのもので、
健診や予防接種を受ける場合は母子健康手帳が必要です。

※ダウンロード方法、その他詳細は右記の市ウェブサイトをご覧ください。



市ウェブサイト



母子モアプリ
ダウンロード



お知らせ

「ストレスの対処は早めに」

3月は自殺対策強化月間です。春は引っ越しや卒入園
等で生活に変化がおきやすくストレスを感じやすい時期です。
ストレスのサインに気づいたら、誰かに話したり、気分転換をし
たり、ゆっくり休むなどできるだけ早めに対処しましょう。

【ストレスのサイン】

◆こころのサイン

- ・不安や緊張が高まって、イライラしたり怒りっぽくなる
- ・ちょっとしたことで驚いたり、急に泣き出したりする
- ・気分が落ち込んで、やる気がなくなる
- ・人づきあいが面倒になって避けるようになる



◆からだのサイン

- ・肩こりや頭痛、腹痛、腰痛などの痛みが出てくる
- ・寝つきが悪くなったり、夜中や朝方に目が覚める
- ・食欲がなくなって食べられなくなったり、逆に食べ過ぎてしまう
- ・下痢したり、便秘しやすくなる
- ・めまいや耳鳴りがする



電話やSNSで相談できるところ

まもろうよこころ

検索



～ バンビー Talk Room ～

こどもや子育て世帯の声を聞くために、
Webフォームを使ってみんなの声を集め、
バンビーキッズで掲載しています。
今後、取り上げて欲しいテーマなど、
気軽に入力してください！



LOGO フォーム

第6回のテーマは

「春になったらしたいことはなんですか」

◎久しぶりにつくしの佃煮を作りたいです。 (ヨヌさん)

◎石垣池公園や旭化成、フラワーパークに桜の森公園など、
鈴鹿には桜の名所がいっぱい！お花見が楽しみです。
(みっちゃんさん)

◎いちご狩り。 (けいちゃんさん)

◎大きなレジャーシートを広げてピクニック！三色団子を持って
いきます。 (まみむめもりさん)

◎多度にある花ひろばに行きたい (けろよんさん)

楽しいこといっぱいかな～