



子育て

子育てはむずかしいものです。子どもにとってなにがよいのか、多くの親は何度となく自問します。そんなとき、仲間と意見交換するのもよいでしょう。こちらではいくつかの相談所を紹介します。

交流の場

父母同士の情報交換の場や、子供と一緒に参加できるものなど子育てに役立つ幅広い催しがあります。中には外国人とスイス人の子持ち家庭の交流を目的としたものもあります。

小さな子ども、またはその親同士の交流を目的とした企画は数多くあります。例えば、親子体操[MuKi-/VaKi-/ElKi-Turnen] (MuKi-/VaKi-/ElKi-Turnen) は小さな子供と親子で一緒に楽しめるゲームや体操のクラスです。この体操クラスはほとんどの地方自治体で開催されています。

ファミリーセンターではさまざまな親子向けのイベントが開催されます。

父母相談・交流の場（無料）では、親同士で交流したり、授乳、体重測定、読書、遊びに部屋を使用できます。

図書館でも幼児から青少年まで幅広い年齢層の子どもや父母を対象としたイベントを企画しています。

各自治体でどのような催し物があるか確認するとよいでしょう。

子育て講習会

ベルン州ではさまざまなテーマの子育て講習会が開催されています。スイスの学校システムについての説明会や、他言語での講習会など、外国からの移住者を対象とした企画もあります。詳細は、州のファミリーポータルや、各学校、お住まいの自治体にお問い合わせください。出産の準備やサポートをテーマにしたイベントもあります。

グループでの父母相談（無料）では、家族内の現在の問題について意見交換をしたり、専門家から貴重な提案を受けたり、お住まいの地域で新たなつながりを作ることができます。

教育相談

子どもの教育についての質問に応じる相談所があります。すべての地域に州直属の子育て相談窓口があり、子どものいる家族の相談に応じています。多くの自治体が運営する父母相談所では乳幼児に関する相談を受け付けています。(0848 35 45 55, 固定電話料金, www.elternnotruf.ch).



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

父母相談

父母相談では、0～5児の食べ物、ケア、発育、教育に関する情報を無料で提供しています。
相談は相談所、電話、オンラインで受け付けます。ドイツ語での意思疎通が困難な場合であってもご連絡ください。解決策を見つけます。

父母相談に関する情報（16か国語）

情報とお申込み： 031 552 16 16

詳細（リンク、連絡先、冊子、リーフレット）

www.hallo-bern.ch/ja/partnership-and-children/being-a-parent

hallo-bern.ch

あたらしい町で生活をはじめるための便利情報
パートナーと子ども / 子育て