

# 目次 子育てガイドブック

1	妊娠・出産したら ○妊娠したら ○赤ちゃんが生まれたら ○予防接種 ○赤ちゃんの事故	2
2	各種手当と支援制度 子育てに関するさまざまな制度 ○児童・母子福祉 ○医療費助成 ○障がい児施策 ○児童に関する手当て	9
3	働くママ・パパ応援 ○産休、育児休業	15
4	子育て・子育てに関する相談窓口 ○乳幼児健康相談 ○母子相談 ○児童虐待防止	17
5	入園にあたって ○支給認定	21
6	子どもの保育 ○保育園、幼稚園 ○保育サービス ○小規模保育所	22
7	子どもと遊び学ぶ ○子育て支援センター ○たけのこ学級	35
8	子育てサークル ○のびのびっこひろば ○グレープスの会	37
9	親の会	37
10	小学校・中学校	38
11	児童館・児童クラブ	39
12	図書館	41
13	医療機関一覧表	42

## 妊娠

## 妊娠届の提出

妊娠がわかったときは「妊娠届」を持って総合福祉センター健康保健課保健係へお越しください。母子健康手帳、妊婦一般健康診査受診票、妊婦菌周病検診受診券、産婦健康診査受診票、産後ママ助成券をお渡しします。

## 妊婦訪問

妊娠中の体調管理や授乳育児・出産の準備などを相談できるよう、妊娠5か月～8か月の妊婦さんを対象に助産師または保健師が訪問をしています。ご家族みんなが会うのを楽しみにしている赤ちゃんが、元気に生まれるための準備を支援します。

## もうすぐママパパ学級

お母さん、お父さんの教室です。妊娠中や出産後について知っておきたいことや育児について楽しく学びましょう。

対象：妊婦及びその家族

内容：妊娠中の健康管理、栄養の話と試食、赤ちゃんのお世話、おっぱいのことなど。



## 誕生

## 出生届の提出

赤ちゃんの生まれた日を含めて14日以内に出生届の用紙、母子健康手帳、印鑑を持って市役所市民係へお越しください。

## 赤ちゃんすくすくブック

出生届を出された方に『赤ちゃんすくすくブック』を保健係でお配りします。この冊子は、育児の情報や市で行う健康診査・予防接種の予診票を1冊にまとめたものです。上手に活用して、子育てを楽しんでください。また、乳幼児健診等の日程や予防接種について掲載した「保健ごよみ」も一緒に配布します。



## 新生児訪問

生まれたばかりの赤ちゃんの育児は不安や悩みがつきもの。そんなとき、保健師や助産師が訪問して相談に応じます（生後1～2か月頃）

## 産後ケア事業

産後のお母さんと赤ちゃんの生活をスムーズにスタートできるよう、市内助産施設で心身のケアや育児のアドバイスが受けられます。産後ママ助成券が利用できるサービスもあります。

## 1 歳

### 4 か月児健康診査

小児科診察（聴打診）・整形外科診察・問診・身体計測・育児相談・栄養相談を行います。



### 離乳食教室（5 か月・7 か月）

成長や発達に合わせた遊び、口の動きの発達、離乳食のすすめ方（試食あり）など、学習します。

### 10 か月児健康診査

内科診察・身体計測・問診・育児相談・歯科相談・栄養相談を行います。

### 1 歳6 か月児健康診査

身体計測・内科・歯科診察・問診・歯科相談や虫歯予測試験、発達・ことば・育児相談・栄養相談などを行います。

## 2 歳

### 2 歳児歯科健診（2 歳2 か月ごろ）

歯科診察・歯科衛生士のブラッシング指導・問診・育児相談・栄養相談を行います。

## 3 歳

### 3 歳児健康診査

身体計測や内科・歯科診察・問診・視力検査、検尿、発達・ことば・育児相談・栄養相談などを行います。



## その他

- 母と子の健康相談 ● ● お子さんやご家族の健康・育児について相談が受けられます。また、体重・身長測定もできます。  
週1回：火曜日の午前9時～午前11時 ※予約不要  
第1火曜日は歯科、栄養相談ができます。
- 子育て・言語相談 ● ● 心理発達相談員、言語聴覚士による発達相談が受けられます。（予約制）

問い合わせ先 ・ ・ ・ 総合福祉センター健康保健課 保健係 TEL 64-8882

## 予防接種を受けましょう

予防接種は、それぞれ対象年齢や接種回数、時期が決まっています。  
「すくすくブック」内の「予防接種について」又は「保健ごよみ」を  
必ずお読みください。

### 予防接種の内容（就学前までに受ける予防接種）

**個別接種**（市内外指定医療機関に直接予約し、接種します）

ロタ、B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、BCG、四種混合（百日咳・ジフテリア・破傷風・ポリオ）、麻しん風しん、水痘、日本脳炎

### 予防接種を受けることができない人

- 熱が37.5度以上ある人
- 重い急性疾患にかかっている人
- 接種液の成分による重度のアレルギーショックを起こしたことがある人
- 風しん、麻しん、水ぼうそう、おたふくかぜにかかり、治ってから1ヶ月たっていない人（手足口病、突発性発しん、りんご病は2週間）
- その他、医師が不相当と認めた人



### 予防接種を受ける前に

- 「すくすくブック」に綴じ込みになっている予診票は保護者が責任をもって記入し、母子健康手帳とともに忘れずにお持ちください。
- 接種日が近づいたら健康状態に気をつけ、医療機関にはお子さんの健康状態に責任をもって答えられる人が付き添いましょう。
- 当日の朝は必ず体温を計り、腕の出しやすい服装にしましょう。



### 接種後注意すること




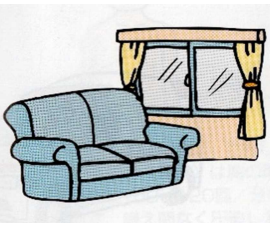
- 入浴は接種当日からできますが、激しい運動は避けて、接種を受けた箇所はこすらず清潔に保ってください。
- 接種後、異常な症状があらわれたときは、かかりつけ医師の診察を受け、予防接種が主な原因と診断されたときは、健康保健課保健係 TEL 64-8882 へ連絡してください。

問い合わせ先 ・ ・ ・ 総合福祉センター健康保健課 保健係 TEL 64-8882

## 赤ちゃんの事故に注意

赤ちゃんは何にでも興味を示し、さわったり口に入れたりします。特に、ハイハイができるようになると行動範囲が広がり、わずかな隙に思いがけない事故にあうこともあります。しかし、その多くは日常生活の中で十分注意することにより予防できます。危険なものは片付け、転落防止の柵を設けるなどして、目を離さないように気をつけましょう。

### こんな事故に気をつけて！

起こりやすい事故	原因	注意点と処置
やけど 	ポット、ストーブ、鍋、やかん、コタツ、アイロンなど	子どもの手の届かないところに置くこと。やけどをした場合は、流水で痛みがなくなるまで十分に冷やします。早く冷やし始めるほど効果がありますから、服を着たままでいいのどにかく冷やしましょう。 氷や保冷パックを使って冷やすと、冷えすぎてかえって悪化することがあります。また広い範囲にやけどをした場合は、体全体が冷えてしまう可能性があるため、過度な冷却は避けましょう。
誤飲・異物の混入 	小銭、ボタン、電池、ピーナッツなど豆類、アメ玉など	子どもの手の届かない場所に保管すること。子どもの場合、ピーナッツやアメなどは気道に入ってしまう危険なので与えないようにします。トイレトペーパーの芯を通過する大きさのもの誤飲する可能性が高いので近くに置かないようにしましょう。 (母子健康手帳のチャイルド・マウスを活用ください)
溺れ 	お風呂場、洗濯機、バケツ、洗面器など	小さな子どもは、水深が浅くても溺れます。水遊びをしているときは、少しの時間でも目を離さないように注意しましょう。
転落・転倒 	ベランダ、椅子、階段、玄関、窓、風呂場など	どんな子どもでも、つまずいて転んだり、高いところから落ちたりする経験はあります。でも、打ち所が悪いと思わぬ大けがにつながることもありますから、気をつけてください。 <b>頭を打ったときは・・・</b> 直後に大声で泣き、吐いたりけいれんがなければひとまず安心。強く打った場合、後から症状が出ることもあるので、2～3日間は様子に注意しましょう。いつもと違って元気がなかったり、顔色が悪い、吐く、けいれんなどの症状があれば、すぐに病院へ。

## あわてずに応急処置！

### ● 気道の異物を除去する

喉に異物が詰まり窒息したと判断した場合は、ただちに119番通報を誰かに依頼し、頭が下になるようにしっかりと抱きかかえ、背中の中を平手で強く叩きます。1回で取れないときは、数回行います。

それでも取れずに反応が悪くなった場合は、心肺蘇生法を行います。



### ● 救命処置

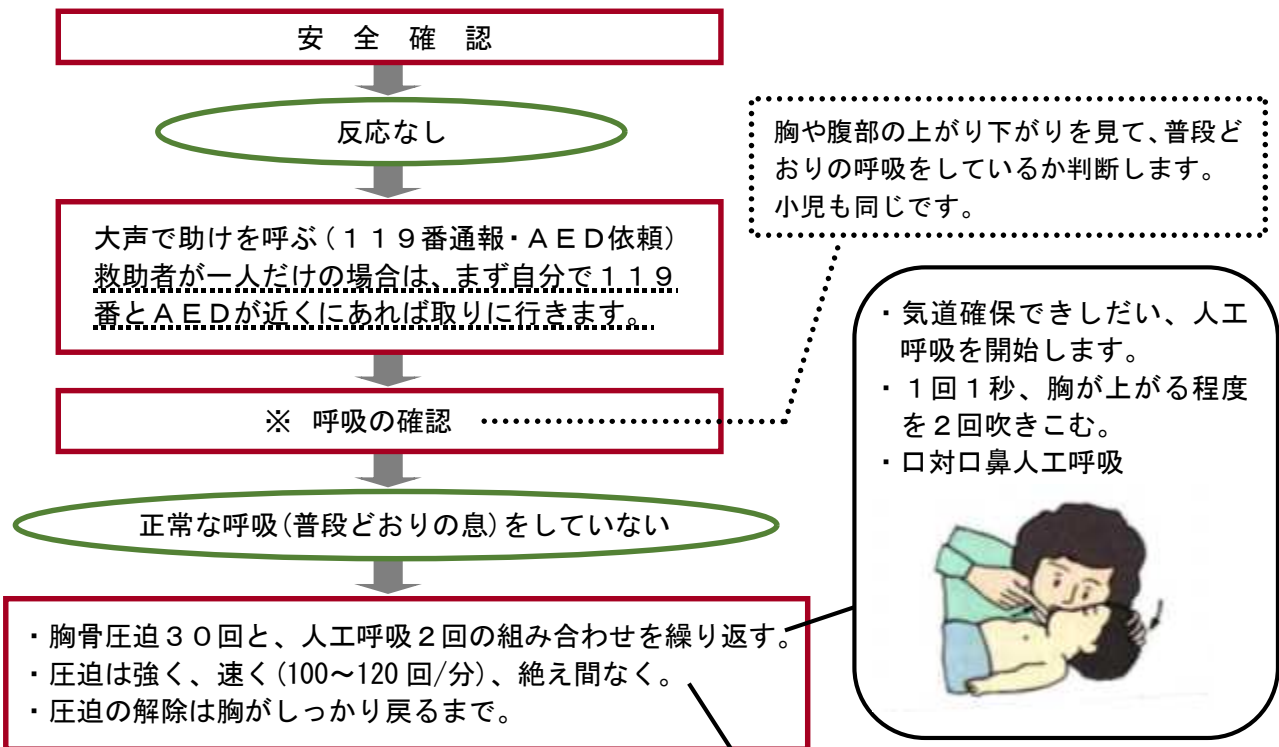
#### □ 意識や呼吸を確かめる

溺れたり、異物を飲み込んだ場合でも、発見が早く大声で泣くようなら意識も呼吸もあるので、落ち着いて、かかりつけ医等に相談しましょう。

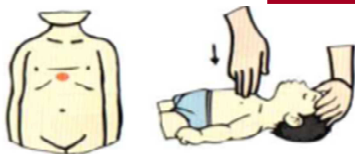
#### □ 意識がなければ気道を確保し、救急車を呼ぶ

耳もとで名前を呼び、反応がなければ意識がないと判断。(乳児は、足の裏を刺激することも有効です。) 救急車が来るまでに、応急処置として気道を確保します。呼吸をしていなければ、胸骨圧迫と人工呼吸を組み合わせた心肺蘇生法を行います。

## 乳児（1歳未満）の救命処置の流れと手順 [ 観察 処置 ]



#### 胸骨圧迫

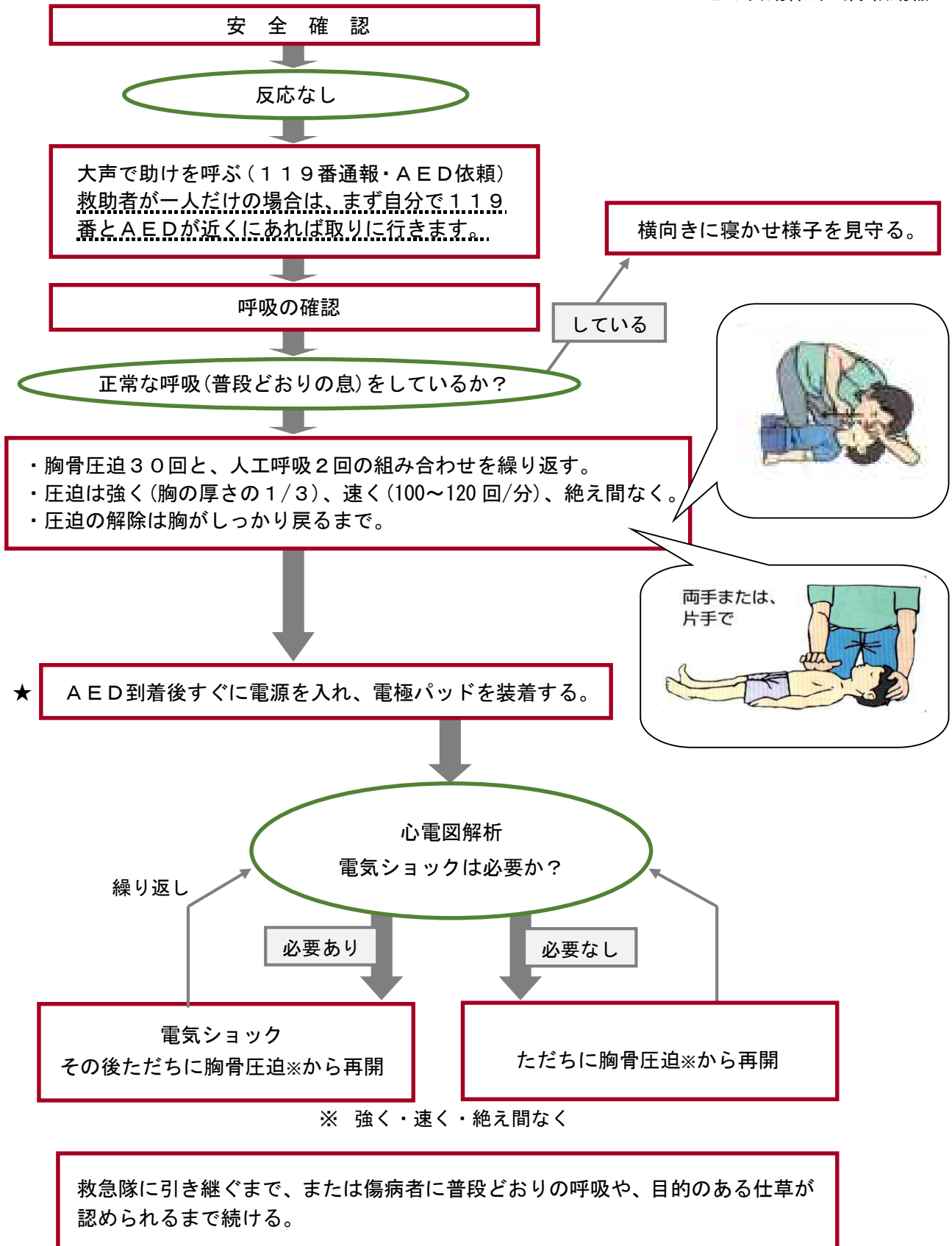


- ・ 2本指(中指・薬指)で押します。
- ・ 圧迫の強さ(深さ)は胸の厚さの1/3。
- ・ 1分間に100~120回/分の速いテンポで30回連続して、絶え間なく圧迫します。

#### ★AEDの使用法は、次ページを参照

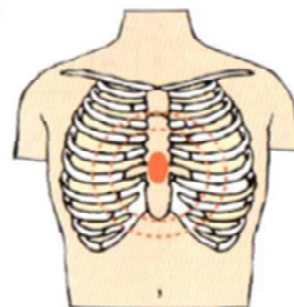
小児（1歳以上）の救命処置の流れと手順 [ 観察 処置 ]

★ AEDとは自動体外式除細動器

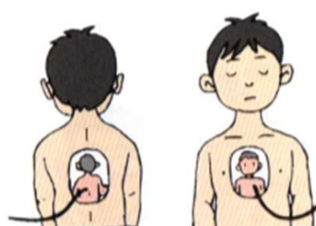


## 胸骨圧迫

- ・胸の真ん中を、重ねた両手または片手で「強く、速く、絶え間なく」圧迫します。
- ・胸の真ん中に、片方の手の付け根を置きます。
- ・両手の場合、他方の手を先に置いた手の上に重ね、両手の指をお互いに組むと、より力が集中します。



## ★AEDは、届き次第使用する。



- ・小学生以上（就学児）には、小学生～大人用パッド（通常のモード）を使用する。
- ・小学生未満（未就学児）には、未就学児用パッド（未就学児用モード）を使用し、未就学児用パッド（未就学児用モード）が備わっていない場合は、小学生～大人用パッドを使用します。
- ・パッドを貼る位置は、パッドに表示されている絵に従います。

※ガイドライン 2020 において、「小児」→「未就学児」、「成人」→「小学生～大人」と呼称が変更されました。今しばらくは、従来のもものと混在することとなりますので、ご注意ください。

- \* 胸骨圧迫や人工呼吸の正しい方法などは、救命講習会に参加して習得しましょう。
- \* 症状が重傷な方は、119番に電話して、慌てず、ハッキリと救急車を要請してください。
- \* 医療機関一覧表はP42～P43をご覧ください。
- \* 日曜当番医は毎月中旬に出る「市報お知らせ版」に掲載されています。

## ～ かかりつけ医は、お持ちですか？ ～

あなたやご家族の病状、病歴、健康状況をよく知っていて、診療だけではなく、いつでも気軽に健康相談のできる『かかりつけのお医者さん』は大変便利です。かかりつけ医は、必要に応じて専門医や適切な病院を紹介し、急病など、もしもの時には素早い対応ができ、安心です。かかりつけ医を持つことをお勧めします。

多くの人々が、かかりつけ医を持つことで、一部の病院への外来患者の集中が緩和され、待ち時間も短くなり、本来の目的である高度な医療も発揮されるようになります。

このように、医療機関の機能分担を進め、適切な医療が受けられるよう、ご協力をお願いします。

問い合わせ先 ・ ・ ・ 上田地域広域連合 東御消防署 TEL 62-0119



## 2 各種手当と支援制度

※金額は令和5年4月現在のものです。

### 児童手当

児童手当は、中学校卒業までの児童を養育する方に支給します。  
(令和4年6月に所得制限が創設されました。)

#### 給付内容

対象児童の区分		月額（児童一人あたり）
3歳未満		15,000円
3歳以上小学生修了前	第1子、第2子	10,000円
	第3子以降	15,000円
中学生		10,000円
請求者の所得が所得制限以上である場合（特例給付）		5,000円
請求者の所得が所得制限以上である場合		0円

※年3回（6月、10月、2月）支給

**所得制限について** 令和4年6月1日に児童手当法規則の一部が改正しました。改正後の内容、所得限度額につきましては、市HPにてご確認ください。

**申請書類** 申請書（認定請求書）、申請者の健康保険証、申請者名義の預金通帳、個人番号カードまたは個人番号通知カード  
※公務員の方は勤務先で申請手続きをしてください。

### 福祉医療費給付

満18歳年度末までの児童は、医療費の自己負担額が1レセプトにつき500円に軽減されます。その他の方は、窓口で支払った医療費から500円を差し引いた金額が口座へ振り込まれます。

対象者	摘 用	所得制限
児 童	満18歳に達する日以降の最初の3月31日までの児童	なし
障がい者	身障手帳1～3級 療育手帳A1～B2 精神1～3級（但し、3級所持者は通院のみ対象）	特別障害者手当準用 （但し、年度末年齢が18歳までの「障がい者」はなし）
母子家庭の母子	満18歳未満の児童を扶養している母及びその児童	児童扶養手当準用
父子家庭の父子	満18歳未満の児童を扶養している父及びその児童	児童扶養手当準用

**申請書類** 福祉医療受給資格認定申請書、印鑑、申請者及び対象者の健康保険証、預金通帳、個人番号カードまたは個人番号通知カード、資格取得にかかわる手帳

申請先及び問い合わせ先 総合福祉センター 福祉課 福祉推進係 TEL 64-8888

## 育成医療費給付

①肢体不自由 ②視覚障害 ③聴覚・平衡機能障害 ④音声・言語・そしゃく機能障害 ⑤内部障害（心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸及び小腸機能障害を除く内臓障害については、先天性のものに限る。） ⑥ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい等を除去または軽減する手術等についての医療費を給付します。

申請先及び問い合わせ先 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課） TEL 71-0450

## 未熟児養育医療給付

出生時体重 2,000 g 以下など、未熟な状態で出生、または医師が入院養育が必要と認めた乳児に対して医療費の一部を市で負担します。

申請先及び問い合わせ先 総合福祉センター 健康保健課 保健係 TEL 64-8882

## 小児慢性特定疾病医療費の給付

18歳未満（一部 20歳未満）で、次のような慢性の特定の病気にかかっている児童の保険診療の自己負担額の全部または一部を助成します。

①悪性新生物 ②慢性腎疾患 ③慢性心疾患 ④内分泌疾患 ⑤膠原病 ⑥糖尿病 ⑦先天性代謝異常 ⑧血液疾患 ⑨免疫疾患 ⑩神経筋疾患 ⑪慢性消化器疾患 ⑫染色体又は遺伝子に変化を伴う症候群 ⑬皮膚疾患

申請先及び問い合わせ先 上田保健福祉事務所（上田保健所） TEL 25-7149

## 児童扶養手当 ※金額は令和5年3月現在のものです。

父母の離婚等の理由により、父または母と生計を別にしている 18歳到達の年度末までの児童（重・中度の心身障がい児の場合は 20歳）を監護している父・母、または父・母に代わって養育をしている方に支給します。[所得制限あり]

**給付月額** 児童1人目 44,140円～10,410円 (所得による)  
児童2人目 10,420円～5,210円 の加算 (所得による)  
児童3人目以降 6,250円～3,130円 の加算 (所得による)  
奇数月（年6回）に給付されます。

**申請書類** 認定請求書、申請者と子の健康保険証、申請者名義の預金通帳、個人番号カードまたは個人番号通知カード、戸籍謄本、年金手帳、その他必要な書類等

申請先及び問い合わせ先 総合福祉センター 福祉課 福祉推進係 TEL 64-8888

## その他の母子父子福祉事業

母子父子家庭の皆さんを支援するため、次のような事業を行っています。詳しくは、総合福祉センター福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884 へお問い合わせください。

名 称	内 容
母子父子寡婦福祉資金貸付事業	修学資金・就学支度資金等の貸付を行います。ご希望の方はご相談ください。※個々の事情により貸付ができない場合もあります。
母子生活支援施設	生活上の様々な問題のため、子供の養育が十分にできない母子が利用できます。利用条件・制限等がありますので事前にご相談が必要です。
自立支援教育訓練給付金事業 及び 高等職業訓練促進給付金事業	スキルアップを目指し、指定の養成機関、講座を受講する場合の学費等の給付が受けられる制度です。事前の申請が必要となりますのでご相談ください。

申請先及び問い合わせ先 総合福祉センター 福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884

## 特別児童扶養手当

心身に障がいのある満20歳未満の児童を監護している父母または養育者に支給します。  
[所得制限あり]

**給付内容** 1級 月額 53,700円 (令和5年4月～)  
2級 月額 35,760円 (令和5年4月～)  
年3回(4月、8月、12月)支給

**申請書類** 認定請求書、印鑑、所定の診断書、申請者名義の預金通帳、個人番号カード  
または個人番号通知カード、戸籍謄本、その他必要な書類等

申請先及び問い合わせ先 子どもサポートセンター(子ども家庭支援課) TEL 71-0450



## 家庭介護者慰労給付金

重度心身障がい児(者)と同居し、6ヶ月以上介護している方に対し、介護慰労金を給付します。

**支給対象者** 市内に住所を有し、特別障害者手当・障害児福祉手当の支給要件に該当する方、または、これと同等以上の障がいをもつ在宅の3歳以上65歳未満の方を、11月1日を基準日とし、その前1年間に6ヶ月以上重度心身障がい児(者)と同居し介護していた方です。

**給付金額** 給付金の額は、重度心身障がい児(者)1人について  
・介護期間が6ヶ月以上 50,000円

**申請先及び問い合わせ先** 総合福祉センター 福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884

## 重度心身障害児年金給付

重度心身障がい児の方に、障がい児年金を支給することにより、その児童の福祉の増進を図ることを目的としています。

**対象者** 特別児童扶養手当受給者または身体障害程度1級から3級までの障がいを持っている20歳未満の方。

**年金支給額** 年金額は、重度心身障がい児1人につき、25,000円です。(年1回)

**申請先及び問い合わせ先** 子どもサポートセンター(子ども家庭支援課) TEL 71-0450

## 障害児福祉手当

20歳未満の児童で心身に重度の障がいがあり、日常生活で常時の介護を必要とする方に支給します。(施設入所児は除く)[所得制限あり]

**支給内容** 月額 15,220円(令和5年度)  
年4回(5月、8月、11月、2月)支給

**申請書類** 認定請求書、住民票謄本、診断書、身体障害者手帳または療育手帳、印鑑、本人(対象児童)名義の預金通帳、所得状況届

**申請先及び問い合わせ先** 総合福祉センター 福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884

## 養育支援訪問事業

子どもの養育について支援が必要な家庭に、訪問による育児・家事の援助等を実施し、家庭における安定した子どもの養育を図ります。

### 事業の内容

- (1) 妊娠期から継続的な支援を特に必要とする家庭等に対する安定した妊娠・出産・育児を迎えるための相談・支援。
- (2) 出産後間もない時期（概ね1年程度）の養育者に対する育児不安の解消や養育技術の提供のための相談・支援。
- (3) 不適切な養育状況にある家庭など、虐待のおそれやそのリスクを抱える家庭に対する養育環境の維持・改善や児童の発達保障等のための相談・支援。
- (4) 児童養護施設等の退所または里親委託の終了により児童が復帰した後の家庭に対して家庭復帰が適切に行われるための相談・支援。

## 子育て短期支援事業

保護者の疾病等により子どもの養育が難しい場合や、経済的及び社会的な事由により保護者が不在となる場合等において、短期間（原則7日以内）の間、児童養護施設等で子どもをお預かりする事業です。

以下の事由により、子どもの養育が一時的に困難となった場合に利用できます。

- ・ 保護者が疾病に罹患している、あるいは負傷している場合
- ・ 保護者が妊娠中である場合、あるいは産後間もない場合等

### 対象者について

中学3年生までの子どもが利用可能です。

### 利用料について

世帯状況、子どもの年齢によって利用料が異なります。

### 短期支援を行う施設について

東御市近隣の児童養護施設、あるいは乳児院をご紹介します。



申請先及び問い合わせ先 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課）TEL 7 1-0 4 5 0

## 子育て世帯訪問支援事業

家事や育児などに対して不安や負担を抱える子育て家庭、出産後の養育について不安を抱える妊婦さんのご家庭を対象に、訪問支援員がお伺いして家事・育児等の支援する事業です。

具体的にはどんなサービスがあるの？

- ★ 調理、掃除、洗濯、買い物の代行などの家事支援
- ★ 授乳や食事の世話、おむつ交換・排泄介助、衣服の着脱などの育児支援
- ★ 子どもの送迎、子育て支援に関する情報提供や助言などの支援

対象者について

保護者の養育を支援することが特に必要な子育て家庭、支援が必要な妊産婦のいる家庭

利用日・利用時間について

月曜日から金曜日、午前6時から午後6時まで

※ 特に必要と認められる場合、訪問支援員が実施可能であれば土・日も対応しています。

利用料について

世帯の状況によって利用料が異なります。

※ 市は国の基準を上回る利用者負担軽減を行っています。

申請先及び問い合わせ先 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課）TEL 71-0450

## 3 働くママ・パパ応援

### 仕事を持ちながらの出産と子育て

- 出産後も仕事を続けたい。
- 子どもが手を離れたら職場に復帰したい。
- 積み上げてきたキャリアを大切にしたい。困ったときは手助けがほしい。

そんな仕事と育児の両立を目指すお母さん、お父さんをサポートする制度を一部紹介します。

(参考 厚生労働省 働きながらおかあさんになるあなたへ )

#### 産前産後休業を取るときは

(労働基準法 19 条、65 条)

##### ○産前休業

出産予定日の 6 週間前（双子以上の場合は 14 週間前）から、請求すれば取得できます。

##### ○産後休業

出産日の翌日から 8 週間は就業することができません。ただし、産後 6 週間を経過後に、本人が請求し、医師が支障がないと認めた業務には就業できます。

##### ○解雇制限

産前産後休業の期間及びその後 30 日間の解雇は禁止されています。

#### 産後休業後に復職するとき

##### ○育児時間

(労働基準法第 67 条)

生後 1 年に達しない子を育てる女性は、1 日 2 回各々少なくとも 30 分間の育児時間を請求できます。

##### ○母性健康管理措置

(男女雇用機会均等法第 12 条、13 条)

出産後 1 年以内の女性は、医師等から指示があったときは、健康診査等に必要な時間の確保を申し出ることができます。また、医師等から指導を受けた場合には、会社に申し出て措置を講じてもらいましょう。

##### ○時間外、休日労働、深夜業の制限、変形労働時間制の適用制限等

(労働基準法 64 条の 3、第 66 条)

出産後 1 年以内の女性には、時間外労働、休日労働、深夜業の免除を請求できます。

変形労働時間制が適用される場合も、1 日及び 1 週間の法定労働時間を超えて労働しないことを請求できます。

##### ○短時間勤務制度

(育児・介護休業法第 23 条)

事業主は、3 歳未満の子を養育する男女労働者について短時間勤務制度（1 日原則として 6 時間）を設けなければならないことになっています。

## ○子の看護休暇

(育児・介護休業法第16の2、第16条の3)

小学校入学前の子を養育する男女労働者は、会社に申し出る事により、年次有給休暇とは別に1年につき1人なら5日まで、子が2人以上なら10日まで、一日単位又は時間単位で病気やけがをした子の看護、予防接種及び健康診断のために休暇を取得することができます。

## 育児休業を取るときは

(育児・介護休業法第5~9条の5)

### ○育児休業制度

1歳に満たない子を養育する労働者は、男女を問わず、希望する期間、子どもを養育するために休業することができます。育児休業は1人の子に対して原則2回に分割して取得できます。また、産後パパ育休と育児休業を合わせれば4回休業できます。

### ○産後パパ育休制度 (出生時育児休業制度)

育児休業とは別に、原則として出生後8週間のうち4週間まで、2回に分割して休業することができます。

### ○パパママ育休プラス

父母ともに育児休業を取得する場合は、子が1歳2か月に達するまでの間に父母それぞれ1年間まで育児休業を取得できます。



### ○育児休業 (育休) の延長

子が1歳以降で希望保育園がいっぱいで入れない場合は、1歳6ヶ月まで育児休業が延長できます。また、1歳6ヶ月までに希望保育園がいっぱいで入れない場合は、さらに6ヶ月の延長が可能になります。延長を希望する方は勤務先へ確認し、保育係へ申請してください。必要であれば、希望保育園へ入れない旨の証明をお出しします。

## 育児休業を取らない場合

**保育園に入園** → 詳細は、P22 子どもの保育をご覧ください。

**育児時間 対象**

1歳未満の子どもを育てる女性

**育児時間**

1日2回、それぞれ少なくとも30分、事業所によっては勤務時間の始め、又は終わりに取ることもできます。

(労働基準法 67条)

**育児期間中の賃金** 有給、無給は事業所によって異なりますので、確認が必要です。

## 幼い子どもを育てながら働き続けるために

### ○短時間勤務制度

前ページ (15 ページ) に記載

### ○時間外労働等

前ページ (15 ページ) に記載

### ○子の看護休暇

上記に記載

### ○所定外労働の制限

事業主は、3歳未満の子を養育する男女労働者から請求があった場合は、所定外労働をさせてはならないことになっています。



(育児・介護休業法第16の8)



## 4

# 子育て・子育てに関する相談窓口

## 子どもと家庭の総合相談

**内 容**：妊娠、出産に関する不安、育児の悩み、子育てに負担を感じるなど、子どもと家庭におけるさまざまな心配事や悩みに対しての相談、支援を行います。

たとえば・・・

★ 2人目妊娠。出産のときや産後、上の子の世話が心配…

★ 家事や育児に手が回らず困っています…

★ 保育園や学校生活が心配なのですが… など

**相 談 日**：平日 午前8時30分～午後5時15分

**問い合わせ先** ・ ・ ・ 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課）TEL 71-0450

## 子どもの発達相談

**内 容**：子どもの発達についてご心配や気になることがあれば、お気軽にご相談ください。専門医や、発達相談員、保健師等の多職種が専門的観点から相談に応じます。

**相 談 日**：平日 午前8時30分～午後5時15分

**問い合わせ先** ・ ・ ・ 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課）TEL 71-0450

## 母子相談ダイヤル

**内 容**：妊娠、出産、育児に関することのほか、女性特有の疾病、心身不調、不妊、予期せぬ妊娠など、様々なお悩みに保健師が応じます。

**相 談 日**：平日 午前8時30分～午後5時15分

**電 話**：0268-75-5656

**問い合わせ先** ・ ・ ・ 総合福祉センター健康保健課 保健係 TEL 64-8882

## ひとり親自立支援

**内 容**：母子家庭、父子家庭の生活全般にわたる相談と自立に必要な職業能力の向上、及び求職活動の支援をします。

**相 談 日**：平日 午前8時30分～午後5時15分

**問い合わせ先** ・ ・ ・ 総合福祉センター 福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884

## 入園の相談について

市内の保育園等への入園のご相談。

問い合わせ先・・・保育課 保育係 TEL 64-5903



## 『何でも教育相談』

内 容：小学校入学前のお子さんの就学に関することや、小学校・中学校の児童生徒についてのご相談。教育相談員と一緒に考えます。

相 談 日：平日 午前8時30分～午後3時30分



問い合わせ先・・・教育委員会事務局 電話そうだん係 TEL 64-3200

## 障がい児福祉サービス等の利用・相談について

各種福祉施設のご利用や短期入所、在宅生活の援助など福祉サービスのご利用について情報を提供し、障がいのあるお子さんやその保護者のさまざまな相談に応じます。

難病等の方々も障がい福祉サービスの利用の対象となります。

対象疾患はお問い合わせください。

問い合わせ先・・・子どもサポートセンター（子ども家庭支援課） TEL 71-0450

## 女性弁護士による法律相談

内 容：法律的に対応したい問題（離婚、親権、財産分与、セクハラ・マタハラ、隣人とのトラブル等）

相談日：奇数月（5・7・9・11・1・3）第4水曜日（祝日の場合変更有り）

午前9時30分～11時30分（1人30分4名まで）

※必ず下記へ電話で予約してください。

託児を希望される方はお申込みの際 お知らせください。

場 所：東部人権啓発センター

その他：毎月の「人権よろず相談」でも弁護士による法律相談がありますのでお問い合わせ下さい。

問い合わせ先：人権同和政策課 男女共同参画係 ☎64-5902

# 児童虐待の防止

## 児童虐待とは…

保護者が18歳に満たない児童の心身を傷つけ、健やかな成長・発達を損なう行為です。児童の人格形成に大きな影響を与えるとともに、時には児童の命を脅かすこともあります。児童虐待は子どもの人権を著しく侵害する行為であり、「児童虐待の防止等に関する法律」で禁止しています。

## 児童虐待の種類

- **身体的虐待**：身体に傷を負わせるなど、生命に危険を及ぼす行為。  
激しく揺さぶる、殴る、蹴る、叩く、やけどを負わせる、溺れさせる、冬に戸外へ閉め出す、縄などにより一室に拘束するなど。
- **性的虐待**：子どもにわいせつな行為をすること、させること。見せること。  
性器を触る又は触らせる、性器を見せる、性的行為を見せる、ポルノ写真の被写体に強要するなど。
- **ネグレクト**：適切な衣食住の世話をせず、放ったらかしにすること。  
食事を与えない、入浴させない、汚れた衣類を着続けさせる、病気の疑いがあっても医師にみせない、登校や外出の禁止、乳幼児を自動車内に放置するなど。
- **心理的虐待**：子どもの心を著しく傷つける行為。  
子どもの面前での夫婦ゲンカ、言葉による脅し、怯えるほど大声で怒鳴る、継続的に無視や拒否的な態度をとる、子どもの情緒的要求に応じない、自尊心を傷つける言葉を繰り返し使い傷つける、他の兄弟と著しく差別する、兄弟に虐待行為を行うなど。

## 「これも児童虐待にあたります」

- 保護者以外の同居人による虐待を放置すること。（ネグレクト）
- 子どもの目の前でドメスティック・バイオレンス（配偶者等への暴力）を行うこと。

## しつけと言って体罰をすることは許されません

児童虐待防止対策の強化のため、関連する法律が令和2年4月1日より改正施行され、親権者がこどものしつけに際して体罰を加えてはならないことが明文化されました。

最近の研究では虐待を受けることで、心身の発達に悪影響を与えることがはっきりわかってきました。

変だと思ったら、いつもと違うと思ったら、すぐ連絡を！

### 子どもの様子

- ・ 悲鳴や叫び声が聞こえる
- ・ 不自然な外傷やあざ、やけどがある
- ・ 身体や洋服がいつも汚れている
- ・ 栄養不足で顔色が悪い
- ・ 家に帰りたがらない（帰宅拒否）

### 保護者の様子

- ・ 小さな子どもを残してよく外出する
- ・ 子どもの登園、登校をさせない
- ・ 十分な食事を与えない
- ・ 地域や隣近所との交流がない
- ・ 保護者の怒鳴り声がある

子どものSOSに気づきましょう。子どもは自分から「助けて」とは言えません。

- 気付いた大人が、子どもを助けてあげましょう。
- 「児童虐待かな」と思ったら、迷わず下記へ連絡してください。
- 連絡したことで守秘義務違反に問われることはありません。また、連絡した人が特定されてしまうような情報は決してもらしません。
- 通報を受けたら、事実関係を調査したうえで、必要に応じて児童相談所が児童を一時保護し、安全を確保します。また、養育に関する支援、指導を行います。

主な相談・連絡先 . . . 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課） TEL 71-0450  
長野県佐久児童相談所 TEL 0267-67-3437  
佐久市岩村田3152-1

### ●土曜・日曜・祝祭日・時間外の相談・連絡先●

- ◆ 児童虐待・児童相談所 全国共通ダイヤル TEL 189（いちはやく）
- ◆ DV 24時間ホットライン TEL 026-219-2413

### 保護者の方へ

大切な子どもを傷つけないためにも、子育ての全てをひとりで抱え込まないで！  
悩みは相談しましょう。



## 5 入園にあたって

子ども子育て支援制度に基づき、保育園などを利用する際、入園の申し込みとは別に、教育・保育の必要性に応じた「支給認定」を受ける必要があります。

以下の3つの区分の認定により、支給認定を受け、施設（幼稚園、保育園、認定こども園、地域型保育）を利用することになります。

1号認定 (教育標準時間認定)	2号認定 (保育認定・満3歳以上)	3号認定 (保育認定・満3歳未満)
満3歳以上で、幼稚園等での教育を希望される場合	満3歳以上で、保育に必要な事由に該当し、保育所等での保育を希望される場合	満3歳未満で、保育に必要な事由に該当し、保育所等での保育を希望される場合
利用先 幼稚園、(認定こども園)	利用先 保育園、(認定こども園、地域型保育)	

※ 新制度に移行しない幼稚園の場合、認定の必要はありません。

問い合わせ先 . . . 保育課 保育係 TEL 64-5903



## 6 子どもの保育

小学校入学前には、保育園や幼稚園に通う子どもがほとんどですが、それぞれの入園条件や受け入れ年齢、形態、サービスなどには違いがあります。

保護者の仕事や家庭の環境、保育の方針なども含めてよく検討し、よりよい環境を選びましょう。

### 保育園ってどんなところ？

保育園は、保護者が働いていたり、病気のために家庭内で保育することができないときに、保護者に代わってお子さんを保育する児童福祉施設です。



### 入園の申し込みができるのは

- ① 東御市に住んでいる児童
- ② 支給認定を受けた児童
- ③ 「入園の条件」に掲げるいずれかの事情により、家庭内で保育できない児童

という、3つの条件をすべて満たす場合です。

#### ◆ 広域入所保育

保護者の勤務地や里帰り出産などで、やむを得ず東御市以外の保育園に入園を希望する場合は、市で入園希望先の市町村と協議をしますので、入園希望月の2か月前までにご相談ください。

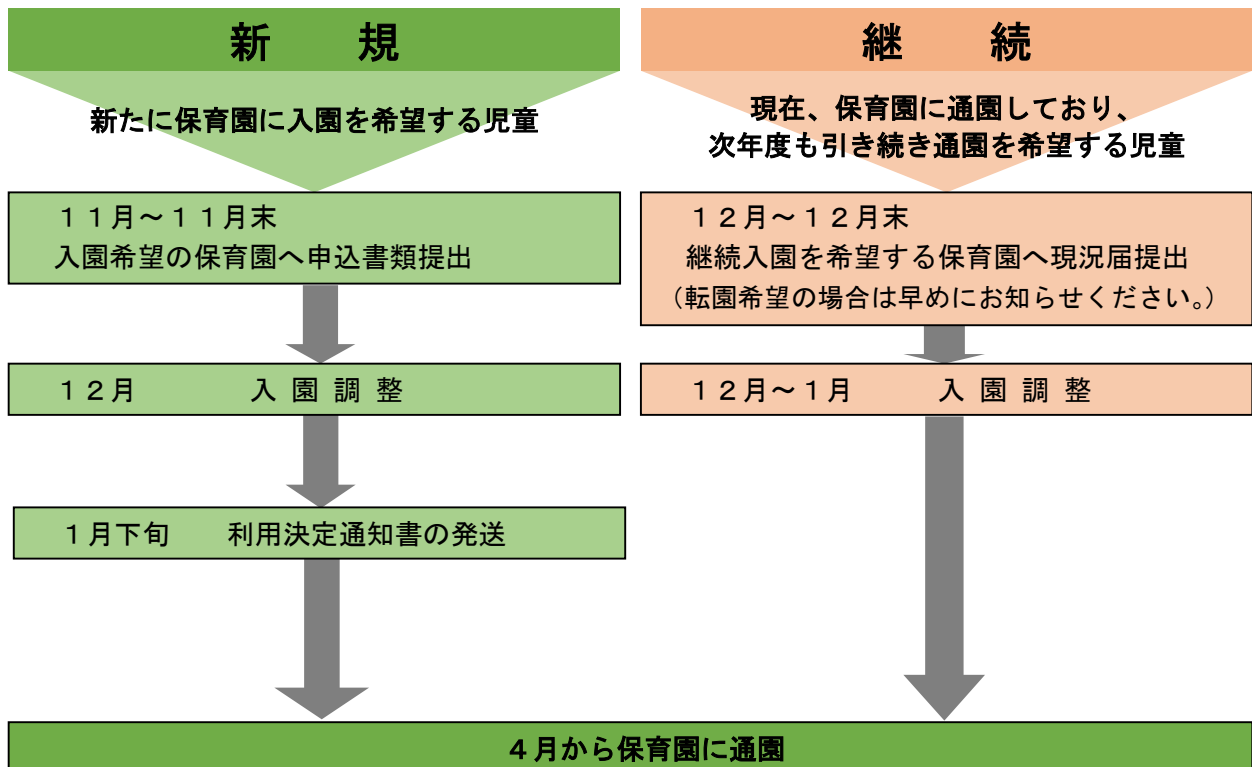
※協議の結果、ご希望に添えられない場合がございます。

## ■ 入園の条件

保育の入園基準
(1) 就労（1ヶ月あたり64時間以上就労することを常態としていること）
(2) 妊娠・出産（出産予定日の前後3ヶ月）
(3) 保護者の疾病、障害
(4) 同居または長期入院等している親族の介護、看護
(5) 災害復旧
(6) 求職活動（起業準備を含む）（入園から3ヶ月間有効）
(7) 就学（職業訓練校等における職業訓練を含む）
(8) 育児休業取得中にすでに保育を利用している子どもがいて <u>継続利用が必要な相当の理由</u> があること
(9) その他上記に類する状態として市長が認める場合

「下の子どもの保育に手がかかるため」「同年齢の友達と遊ばせたい」「集団生活に慣れさせるため」等の理由では入園できません。入所承諾は、保育が必要な度合いの高い方を優先します。

## ■ 入園の手続き



入園希望の保育園または保育係へお問い合わせください。・・・保育係 TEL 64-5903

## ■ 保育料について

保育料は、保護者の市民税額（所得割額）によって算定され、4月から8月までは前年度分、9月から翌年3月までは当年度分の税額で決定します。

また、保護者が非課税の場合、同居している扶養義務者の収入を含めて算定されます。

### ● 令和5年度 保育料（月額）徴収基準額表

市民税	階層	定義（課税状況）		3歳未満児	
				短時間保育	標準時間保育
生保	1	生活保護世帯		0	0
所得割なし	2	非課税世帯	ひとり親世帯等	0	0
	3		2階層を除く世帯	0	0
	4	均等割のみ世帯	ひとり親世帯等	5,500	6,250
	5		4階層を除く世帯	12,000	13,500
所得割額	6	48,600未満	ひとり親世帯等	7,250	8,000
	7		6階層を除く世帯	15,500	17,000
	8	48,600以上	63,000未満	20,000	21,500
	9	63,000以上	79,000未満	21,000	22,500
	10	79,000以上	97,000未満	26,000	27,500
	11	97,000以上	119,000未満	32,000	33,500
	12	119,000以上	144,000未満	35,000	36,500
	13	144,000以上	169,000未満	41,000	42,500
	14	169,000以上	219,000未満	47,000	48,500
	15	219,000以上	265,000未満	53,000	54,500
16	265,000以上	301,000未満	56,000	57,500	
17	301,000以上	397,000未満	60,000	61,500	
18	397,000以上		63,000	64,500	

※ 3歳児以上児については、保育料は無料ですが、主食のほか副食費（おかず・おやつ）が原則保護者負担となります。（軽減制度あり）

※ 両親とも市民税が非課税の場合、生計を一にしているその他の扶養義務者（家計の主催者である場合）の方の市民税の額を含めて保育料を算定します。

※ 表中の税額を計算する場合には、次の控除等は適用しません。（控除前の税額によります）

・ 配当控除      ・ 外国税控除額      ・ 住宅取得（特別）控除      ・ 寄附金控除

※ 児童の年齢区分は、年度途中で入園した場合でも令和5年4月1日現在の年齢によります。



## ■ 利用時間について

保育の必要量	定 義	利用可能時間
保育標準時間	両親ともに120時間以上 就労等をしている。	11時間まで
保育短時間	両親ともに64時間以上 就労等をしている。	8時間まで

## ■ 保育料算定の特例

生計を一つにする多子世帯やひとり親世帯等については、保育料の軽減特例があります。

### ひとり親世帯等の特例

ひとり親世帯等で保育料の軽減を希望する方は、添付書類の提出が必要となります。

該 当 者	希望する時の添付書類	軽減時の額、及び割合
児童扶養手当を受給している 母子・父子世帯	・児童扶養手当証書の 写し	8、9階層 →3歳未満児は9,000円 10階層以上→各階層の1/2
<b>在宅障がい児(者)のいる世帯</b> 「在宅障がい児(者)」とは、次のい ずれかに該当する方です。 ・身体障害者手帳の交付を受けた者 ・療育手帳の交付を受けた者 ・精神障害者保健福祉手帳の交付を 受けた者 ・特別児童扶養手当の支給対象児ま たは国民年金の障害基礎年金等の 受給者	・身体障害者手帳の写し ・療育手帳の写し ・精神障害者保健福祉手 帳の写し ・特別児童扶養手当の支 給対象児、国民年金の 障害基礎年金等の受 給者は、それぞれ証明 されたものの写し	8、9階層 →3歳未満児は9,000円 10階層以上→軽減なし (ただし、園児本人が障がい児の場合は、 各階層の1/2)
<b>その他、 市長が特に必要と認めた者</b> (罹災世帯など)	・保育料減免申請書 ・減免対象になることを 証明する書類	世帯状況に応じて決定

保育料の階層が9階層以下の上記のひとり親世帯等の特例に該当する世帯は、生計を一にする上の子どもの年齢にかかわらず、第2子以降は無料になります。

※ 保育料の軽減に該当する世帯であっても **添付書類がない場合、保育料は軽減されません。**  
また、添付書類は年度ごとに必要です。年度途中で軽減を希望した場合は、申請した翌月から軽減となります。

## 多子世帯の特例

東御市では、生計を一にする上の子どもの年齢にかかわらず、第3子以降の保育料等は無料になります。

保育料の階層が8階層以下の世帯は、生計を一にする上の子どもの年齢にかかわらず、第2子の保育料が1/2になります。

## 複数児童入園の特例

保育料の階層が9階層以上の世帯で子どもが2人以上保育所、幼稚園または認定こども園、特別支援学校幼稚部、児童発達支援センター、情緒障害児短期治療施設通所部に入所または放課後等デイサービスを利用している場合は、通所の2人目の保育料が1/2になります。

■ 特別保育が利用できます。

## 乳 児 保 育

出産後まもないお母さんが働くために、生後3ヶ月から受け入れしています。受け入れ可能児童数には限度があります。

生後3ヶ月児から受け入れ	海野保育園
生後4ヶ月児から受け入れ	田中保育園・滋野保育園・柵津保育園 和保育園・北御牧保育園 おひさまこども園

## 障 がい 児 保 育

通園および集団保育が可能な、中度および軽度の障がいのある児童を対象に行う保育サービスです。

問い合わせ先 . . . 保育課 保育係 TEL 64-5903

## 長時間保育（早朝保育・延長保育）

仕事などで、長時間保育を必要な時だけ利用できる短期保育サービスです。

### 公立保育園

早 朝 保 育	
保育認定	保育短時間
時 間	7 : 30 ~ 8 : 00
日 額	60円
上 限 額	600円

※ 1ヶ月に11日以上利用した場合は、上限額となります。

※ 保育認定が保育標準時間の場合、早朝保育の長時間保育料は発生しません。

延 長 保 育							
保育認定	保育短時間						保育標準時間
時 間	16 : 00 ~ 16 : 30	16 : 00 ~ 17 : 00	16 : 00 ~ 17 : 30	16 : 00 ~ 18 : 00	16 : 00 ~ 18 : 30	16 : 00 ~ 19 : 00	18 : 30 ~ 19 : 00
日 額	60円	120円	180円	240円	300円	360円	60円
上 限 額	600円	1,200円	1,800円	2,400円	3,000円	3,600円	600円

※ 1ヶ月に11日以上利用した場合は、上限額となります。

### 海野保育園

早 朝 保 育	
保育認定	保育短時間
時 間	7 : 00 ~ 8 : 00      7 : 30 ~ 8 : 00
日 額	200円      100円

延 長 保 育	
保育認定	保育短時間      保育標準時間
時 間	16 : 00 ~ 19 : 00      18 : 00 ~ 19 : 00
日 額	30分毎 100円の加算      30分毎 150円の加算

## 土 曜 保 育

全園で土曜日の希望保育（昼食持参）を受け付けます。（市立保育園は、田中保育園で実施します。）  
利用条件は、保育者（両親とも）が勤務などのため児童を保育する人が誰もいない場合です。

### ◆ 開園時間

	開 園 時 間	保育標準時間	保育短時間
公立保育園	7：30～19：00	7：30～18：30	8：00～16：00
海野保育園	7：00～18：00	7：00～18：00	8：00～16：00

- ※ 保育標準時間と保育短時間の保育時間以外は、平日と同様の長時間保育料が発生します。
- ※ 申し込みは、原則として1週間前の金曜日までに在園している保育園に申し込んでください。
- ※ 冠婚葬祭、病気などで急に利用したい場合は、在園している保育園へ、また当日の場合は、田中保育園（最寄りの保育園）へご相談ください。

- ◆ 昼食は出ませんので、お弁当を持ってきてください。
- ◆ 特別な場合を除き、田中保育園で行います。
- ◆ 海野保育園を利用される場合は、保育園へ直接お問い合わせください。

## 休 日 保 育

保護者の勤務等のため、休日に家庭で保育ができない満1歳以上の園児で、事前に登録を受けている児童を対象に、休日保育（昼食持参）を実施します。

- ※ 申請内容によって、保育料が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。
- ※ 申し込みは原則として利用する日の前月の25日までに在園している保育園に申し込んでください。

### 実施保育園

### 田中保育園

	保育標準時間	保育短時間	延長保育料
保育時間	7：30～18：30	8：00～16：00	保育時間外
3歳以上児	利用時間×200円 上限 2,000円	利用時間×200円 上限 1,500円	延長料金 100円/30分
3歳未満児	利用時間×400円 上限 3,800円	利用時間×400円 上限 2,800円	延長料金 200円/30分

※ 他の平日に休む場合は無料です。

## 一時保育

家庭での保育が一時的に困難な場合、満1歳以上の保育園に通っていない児童について、一時保育を利用することができます。東御市内の全ての保育園で一時保育に対応しています。

### ◆ 保育希望の理由

- 保護者の就労、職業訓練、求職活動により、おおむね1ヶ月10日以内で断続的にお子さんの保育ができない場合
- 保護者の病気やけが、災害、事故、出産、介護、冠婚葬祭、リフレッシュ、その他の理由で、急に一時的にお子さんの保育ができない場合
- 土曜日の緊急の場合は、最寄りの保育園へご相談ください。

◆ 送迎はご家族が責任をもって行ってください。

◆ 病気の場合はお預かりできません。

◆ おむつ、着替え、タオル類、上履きなどの持ち物があります。

### 公立保育園

	一時保育料	延長保育料
保育時間	8:00~16:00	保育時間外
3歳以上児	利用時間×200円 上限 1,500円	延長料金 100円/30分
3歳未満児	利用時間×400円 上限 2,800円	延長料金 200円/30分

### 海野保育園

区分		3歳未満児	3歳以上児
一時保育料 (8時~16時)	一日(4時間超~8時間)	2,800円	1,500円
	半日(4時間以内)	1,600円	1,000円
延長保育料	30分毎	200円	100円

※ 海野保育園では、1歳未満の児童についても対応可能ですので、ご相談ください。

申請先及び問い合わせ先 . . . 希望する保育園 (P31をご覧ください。)



## 病児・病後児保育

### 病児保育

市内の保育園に通園している園児で、発熱、頭痛、腹痛など体に異常がみられ、仕事等の事情により、保護者が看護できないときに、柵津保育園で看護・保育します。

- 利 用 ● 月曜日～金曜日
- 時 間 ● 午前8時30分～午後4時
- 保 育 料 ● 保育認定による時間内は無料、超えた場合は長時間保育の保育料金
- 利用期間 ● 病児・病後児保育合わせて連続で3日間
- 定 員 ● 定員2名

- 事前に登録が必要です。
- 利用の前日までに所属園へ連絡後、電話で柵津保育園に利用可能か確認をお願いします。医師から「通室許可書」を受ける必要があります。（当日でも対応できる場合があります。詳細は柵津保育園までお問い合わせください。）
- 利用時は、直接柵津保育園に来園し、通室許可書を提出してください。
- 当日は、着替え、タオル等、必要な物を持参してください。

申請先及び問い合わせ先 ・ ・ ・ 柵津保育園 TEL 63-6816  
保育課 保育係 TEL 64-5903

### 病後児保育

市内の保育園に通園している園児で、病気の回復期で集団生活が困難な状態にあるお子さんを海野保育園で看護・保育します。

- 利 用 ● 月曜日～金曜日
- 時 間 ● 午前8時30分～午後4時
- 保 育 料 ● 保育認定による時間内は無料、超えた場合は長時間保育の保育料金
- 利用期間 ● 病児・病後児保育合わせて連続で3日間
- 定 員 ● 定員2名

- 事前に登録が必要です。
- 利用の前日までに所属園へ連絡後、電話で海野保育園に利用可能か確認をお願いします。利用時に医師の「通室許可書」を付けて海野保育園へ直接来園してください。
- 当日は、着替え、タオル等、必要な物を持参してください。

申請先及び問い合わせ先 ・ ・ ・ 海野保育園 TEL 62-2800  
保育課 保育係 TEL 64-5903

## 5歳児発達相談事業

年度内に満5歳になる児童を対象に、5歳児発達相談事業を実施しています。

- 目的 ● 事業をとおして、お子さんの発達に関することや育児に関すること等をご家族と共有し、就学後もお子さん一人ひとりにあった関わりが受けられるように準備をしていきます。
- 内容 ● 家庭では、相談票の記入と簡易発達検査等を実施し、園では保護者面談、集団活動の観察等を行い、希望者には個別発達相談等を実施します。教育委員会や小学校と連携し、スムーズな就学へとつなげていきます。

問い合わせ先

各保育園、子どもサポートセンター（子ども家庭支援課）

TEL 71-0450

## 東御市保育園一覧

名 称	定員	電話番号	所在地	特別保育事業							
				早朝	延長	一時	乳児	障がい	土曜	休日	
市立	田中保育園	170	62-1602	田中 459-2	7:30~	~19:00	○	○	○	田中保育園	田中保育園
	滋野保育園	140	63-6468	滋野乙 2023-1	7:30~	~19:00	○	○	○		
	柵津保育園	140	63-6816	柵津 1262	7:30~	~19:00	○	○	○		
	和 保 育 園	150	63-6815	和 8017-2	7:30~	~19:00	○	○	○		
	北御牧保育園	120	67-2093	大日向 102	7:30~	~19:00	○	○	○		
私立	社会福祉法人海野保育園	90	62-2800	本海野 575	7:00~	~19:00	○	○	○	○	



## ■ 認定こども園

	名 称	定員	所 在 地	電話番号
私立	学校法人くるみ学園 幼稚園型認定こども園 くるみ幼稚園	75	県 326 番地 5	75-6113

## ■ 小規模保育所

	名 称	定員	所 在 地	電話番号
NPO法人 おもいやり 乙女平	第1 おひさまこども園	12	滋野 735-107	75-0725
	第2 おひさまこども園	12	滋野 736-135	
	第3 おひさまこども園	12	滋野 736 - 128	

- 生後2ヶ月以上～3歳未満児の通常保育のほか、長時間保育、3歳未満の一時預かり保育を実施しています。
- 開園時間は、午前8時～午後7時です。

問い合わせ先

・・・ 保育課 保育係 TEL 64-5903



## ■ 東御市保育園一覽



田中保育園



滋野保育園



和保育園



北御牧保育園



柵津保育園



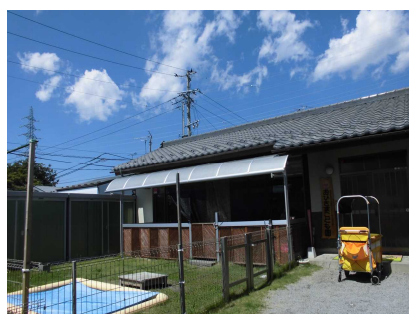
海野保育園

## ■ 認定こども園



くるみ幼稚園

## ■ 小規模保育所



第1おひさまこども園



第2おひさまこども園



第3おひさまこども園

# 保育園の一日 (月～金) 平均的な時間です。

## 3歳以上児

おはようございます



8:30～11:00  
あそびの時間



11:30  
お昼ごはん



15:00  
おやつ



13:30  
お昼寝



帰りの用意

さようなら、  
またあした



## 3歳未満児

おはようございます



9:00  
午前のおやつ



10:00  
あそびの時間



11:15  
お昼ごはん



さようなら、  
またあした



帰りの用意



15:00  
午後のおやつ



13:00  
お昼寝



## 子育て支援センター

就学前のお子さんとお父さん・お母さんが自由に来館し、子ども同士・親同士のふれあい、交流の場、学習の場、子育て支援ボランティアさんの活動の場として活用いただけます。随時、子育て相談・情報提供も行っています。

## 東部子育て支援センター

住所 ▶ 県 282 番地 2 (東御市役所 隣り) TEL 64-5814



すくすくひろば

## 北御牧子育て支援センター

住所 ▶ 大日向 338 番地 1 (北御牧公民館 隣り) TEL 67-3676



みまき未来館

- 開館時間● 東部子育て支援センター 午前9時～午後4時  
北御牧子育て支援センター 午前9時～午後2時30分

- 休館日● 東部子育て支援センター 日曜日、祝祭日、12/28～1/4  
北御牧子育て支援センター 土曜日、日曜日、祝祭日、12/28～1/4

※ この他に、都合により臨時休館することがあります。

■ いろいろな事業を企画し、皆さんをお待ちしています。

東部子育て支援センター ○育児座談会 ○すくすく相談

○はじめての赤ちゃんひろば ○あそびのひろば ○1歳のおたんじょうかい

北御牧子育て支援センター ○ふれあいひろば ○0歳児のママひろば ○わんぱくビクス 等

■ 子育て支援ボランティアグループ『すくすくママ～ず』が「東部子育て支援センター」で楽しい催しを行います。

○絵本の読み聞かせ

○リズムあそび



## ■ 『おもちゃドクター』

ボランティアのおもちゃドクターが壊れたおもちゃを修理します。

東部子育て支援センター・・・ 4月、6月、8月、10月、12月、2月 (年6回)

北御牧子育て支援センター・・・ 5月、7月、9月、11月、1月、3月 (年6回)

## ■ 『ぼけっとひろば』

お子さんと保護者の皆さんが自然体でふれあい、親子遊びや情報交換、育児相談などをして交流します。

滋野・和（コミュニティーセンター）、祢津公民館、北御牧子育て支援センターで、午前10時～午前11時まで行います。

東部子育て支援センターでは、午前10時30分～午前11時30分まで行います。

## ■ こうえんひろば、たんけんひろば

自然の中でエネルギーをたくさん浴びながら、戸外で親子一緒に探検（散策）しましょう。

自然活動体験 等

※ 詳しくは、市報とうみ お知らせ版「子育てインフォメーション」欄に毎月の行事を掲載します。

**問い合わせ先**・・・ 東部子育て支援センター TEL 64-5814  
ポータルサイト（すくすくぼけっと）もご覧ください  
<http://tomi-sukusuku.jp>

## 8

## 子育てサークル

## のびのびっこ

(田中・滋野・柵津・和)

## 北御牧 外あそびの会

(北御牧)

就園前の親子が所属する子育て自主サークルです。地区毎にいろいろな活動を楽しみ、育児情報の交換などをして、親同士・子ども同士の交流など、地域の方とのつながりを深めていきます。

- 開 催 ● 月1～2回で、就園前ならいつでも入会できます。
- 会 場 ● 各地区の公民館や子育て支援センター等を利用して活動しています。
- 内 容 ● ■季節の行事、外遊び、ぽけっとひろばで一緒に活動をしています。  
■消防署およびハローアニマルの見学や、いちご狩りなど地域の施設へ出掛けます。

※ 詳しい内容は、子育て応援ポータルサイト「すくすくぽけっと」・市報とうみお知らせ版「子育てインフォメーション」欄に掲載してあります。

## グレースの会

多胎児を持つ（妊娠中を含む）保護者の自主サークルで、親子の交流を図っています。

すくすくひろばで年数回開催し、多胎児ならではの育児の悩みを相談したり、情報交換や育児用品の交換等をして活動しています。

問い合わせ先 …… 東部子育て支援センター TEL 64-5814



## 9

## 親の会

## ぴかそ・はこべの会

障がい児の親の会「はこべの会」と、発達障がい児の親の会「ぴかそくらぶ」を、特別な支援が必要なお子さんであるという視点から、同時開催しています。

情報交換や発達や育児等について、学びあうなどの活動をしています。

会員制となりますのでお問い合わせ下さい。



問い合わせ先 …… 子どもサポートセンター（子ども家庭支援課） TEL 71-0450

## 入学・転校 手続き

## 入 学

## 《就学時健康診断》

小学校へ入学する前年の10月～11月に健康診断を行います。実施の際は保護者宛に通知します。

## 《入学説明会》

入学する前年の秋から冬にかけて、各学校の主催で、入学準備等の説明会があります。

## 《入学通知書》

入学する児童・生徒の保護者に対して、入学する年の1月末日までに市教育委員会から入学すべき学校及び入学期日を記載した入学通知書を送付します。

## 転 校

(事前に在学学校にご連絡、ご相談ください。)

市外に転出する場合は、在学している学校から転校に必要な書類を受け取り、住所異動後、新住所地の教育委員会で手続きを行ってください。

市内で転居する場合は、就学指定校が変更する場合がありますので、教育委員会に連絡して手続きを行ってください。

## 就学援助制度

経済的理由により就学が困難と認められる児童生徒の保護者に対し、学用品費や給食費等を援助する制度です。詳細については、就学している学校へご相談ください。

## 東御市立 小・中学校一覧

	名 称	所 在 地	電話番号
小 学 校	東御市立田中小学校	東御市県 71 番地 2	62-0001
	東御市立滋野小学校	東御市滋野乙 2966 番地 3	62-0404
	東御市立祢津小学校	東御市祢津 1009 番地	62-0254
	東御市立和小学校	東御市海善寺 1244 番地 1	62-0204
	東御市立北御牧小学校	東御市大日向 623 番地	67-2029
中 学 校	東御市立東部中学校	東御市常田 300 番地 2	62-0145
	東御市立北御牧中学校	東御市下之城 947 番地	67-2013
中間教室	東御市ふれあい教室	東御市県 108 番地	63-1170

問い合わせ先 …… 教育課 学校教育係 TEL 64-5879

## 児童館

児童が健全な遊びを通して健康を増進し、情操を豊かにすることを目的に、5小学校区すべてに児童館を設けています。

名 称	所 在 地	電話番号
田 中 児 童 館	県 109 番地	6 3 - 5 9 6 8
滋 野 児 童 館	滋野乙 507 番地 7	6 4 - 0 0 2 1
柵 津 児 童 館	柵津 917 番地 4	6 2 - 5 1 7 1
和 児 童 館	和 7999 番地 3	6 4 - 3 7 0 4
北 御 牧 児 童 館	大日向 338 番地 1	6 7 - 3 6 7 6

●開館時間● 月曜日～金曜日・・・午後1時30分～午後5時30分

土曜日・小学校の休校日・・・午前9時～午後5時30分

●休館日● 日曜日、祝祭日、年末年始、お盆。

この他に都合により臨時休館することがあります。

●利用者● 市内に住所を有する3歳以上18歳未満の者

※上記以外の時間で、地区行事等による利用もできますが、詳細については下記へお問い合わせください。

問い合わせ先・・・教育課 学校施設・青少年教育係 TEL 64-5906



田中児童館



滋野児童館



柵津児童館



和児童館



北御牧児童館

## ■ 児童クラブ

保護者の就労等により、保育に欠ける児童に対し、保護者に替わり安全な遊び場や生活の場を提供し、基本的な生活習慣を身につけると同時に、さまざまな活動を通じて自主性や協調性を養い、児童の健全育成を図るために放課後児童クラブを設けています。

また、利用にあたっては利用料がかかります。

	名 称	所 在 地	電話番号
市 立	田中児童クラブ	県 71 番地 2 (田中小学校内)	6 2 - 5 3 0 0
	滋野児童クラブ	滋野乙 2966 番地 3 (滋野小学校内)	6 2 - 3 3 9 9
	柵津児童クラブ	柵津 1009 番地 (柵津小学校内)	6 2 - 0 2 9 1
	和 児 童 ク ラ ブ	和 7999 番地 3 (和児童館内)	6 4 - 3 7 0 4
	北御牧児童クラブ	大日向 337 番地	6 7 - 3 6 7 6
私立	おひさま児童クラブ	柵津 1023 番地 1	5 5 - 7 9 1 9

- 開室時間● 月曜日～金曜日・・・・・・・・・・放課後～午後7時  
土曜日・小学校の休校日・・・・・・・・午前7時30分～午後7時
- 休 室 日● 日曜日、祝祭日、年末年始、お盆。  
この他に都合により臨時休室することがあります。
- 対象児童● 小学校1年生から6年生の通所が認められた児童。

※おひさま児童クラブの開室時間及び休室日は上記の限りではありません。

問い合わせ先 ・ ・ ・ 教育課 学校施設・青少年教育係 TEL 64-5906



ことばは心の栄養です。本を読むこと、本を読んであげるとは、子どもの心を育みます。大切な幼児期の読書を図書館ではサポートします。

## 東御市立図書館のご案内

- 所在地 ● 東御市県281番地2
- 開館時間 ● 火曜日～金曜日・・・午前9時～午後6時30分  
土曜日・日曜日・祝日・・・午前9時～午後5時
- 休館日 ● 月曜日（月曜日が祝日・休日の場合は開館し、次の平日が休館となります。）  
毎月最終金曜日（祝日の場合は他の日）、年末年始、特別整理期間

### 利用案内

- ◇ 一人10冊まで（うち雑誌は5冊まで）、21日間借りることができます。
- ◇ 本を借りるには利用者カードが必要です。（初回は無料、再発行は300円）  
氏名、住所、生年月日が確認できるもの（免許証、保険証など）をお持ちください。
- ◇ 移動図書館車、上田地域の図書館（上田市・長和町・坂城町・青木村）でも図書館の予約、貸出、返却をすることができます。

## 行事

### おはなし子ども会

- 日時：毎月第3土曜日 午前10時30分～  
内容：読み聞かせ団体による、紙芝居・読み聞かせ・語り など  
対象：未就学児～小学生

### おはなし会

- 日時：毎月第2金曜日 午前10時30分～  
内容：図書館職員による、読み聞かせ・パネルシアター・手あそび など  
対象：未就園児とその保護者

### えほんのくに

- 日時：不定期 午後4時～  
内容：東御清翔高校生による、読み聞かせ・手あそび など  
対象：未就学児～小学生



問い合わせ先・・・東御市立図書館 TEL 64-5886

## 13

## 医療機関

## ■ 市内医療機関（順不同）

医療機関名	診療科目	電話番号	所在地
荻原眼科医院	眼科	64-3834	県 209-3
酒井医院	皮膚科・内科・小児科	64-3170	田中 800-51
ささき医院	内科・脳神経外科・神経内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科・肛門科	64-3711	本海野 1673-1
信濃病院	精神科・神経内科・内科	64-3366	滋野乙 3297
春原整形外科クリニック	整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科	64-6200	常田 399-1
せき内科クリニック	内科・消化器科・循環器科・小児科・リハビリテーション科	64-7171	本海野 1496-102
東御記念セントラルクリニック	内科・外科・消化器内科・心療内科・小児科・消化器外科・整形外科・皮膚科・リハビリテーション科・肛門外科	62-1231	県 165-1
柵津診療所	内科・循環器科・精神科・心療内科・小児科・皮膚科・整形外科・消化器科・神経科	62-0273	柵津 343-2
長谷川耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科・アレルギー科	62-2006	県 124-3
ほしやま内科	内科・胃腸科・小児科・リハビリテーション科	62-3115	常田 172-1
東御市民病院	内科・小児科・外科・整形外科・眼科・リハビリテーション科・泌尿器科・人工透析・アレルギー科・産婦人科	62-0050	鞍掛 198
東御市立 みまき温泉診療所	内科・外科・整形外科・リハビリテーション科	61-6002	布下 6 - 1

## ■ 市内助産施設

医療機関名	診療科目	電話番号	所在地
しのはら助産院	助産師外来 育児相談等（予約制）	62-2982	滋野乙 2991-13
東御市立 助産所とうみ	助産師外来（完全予約制）	62-0168	鞍掛 198

## ■ 市内歯科医院（順不同）

歯科医院名	電話番号	所在地
大塚歯科医院	62-0074	田中92
片山歯科医院	62-4489	本海野1496-133
くるみ歯科クリニック	64-6400	滋野乙2200-1
小林歯科医院	64-1182	常田898-1
ささき歯科	64-5777	和8406-13
東部歯科	64-2300	滋野乙2309-1
なかにし歯科クリニック	62-6480	田中54-9
南里歯科医院	64-4070	海善寺366-4
柵津診療所	62-0342	柵津343-2
とうみ歯科	67-2277	島川原80-1

## ■ 夜間の救急センター・医療相談窓口

### ● 上田市内科・小児科初期救急センター

夜間に突然、お子さんの具合が悪くなったとき・・・激しい下痢や嘔吐、突発的な発熱、急な腹痛、とまらない咳・・・など。

小児科：TEL 21-2233（15歳以下） 内科：TEL 21-2280（16歳以上）

※ 出掛ける前には必ず電話をしてから受診しましょう。

診療受付時間：午後8時～午後10時30分まで 診療日：毎日（お盆・年末年始を除く）

電話相談時間：午後7時～午後11時まで 休診日：8/14～8/16、12/30～1/3

住所：上田市緑ヶ丘1-27-21

### ● 長野県小児救急電話相談

お子さんの夜間のケガや急病等の際、医療機関を受診すべきかどうかの判断や応急対処の方法について、看護師等が相談に応じます。

相談時間：毎日午後7時から翌朝8時まで

電話番号：#8000

ダイヤル回線・IP電話の場合は0263-34-8000

### ● 休日の歯科救急治療

上田小県歯科医師会「休日歯科救急センター」

診療時間：午前9時～午後3時 電話番号：24-8020 住所：上田市材木町1-3-6

診療日：日曜日、祝日、お盆、12/29～1/3

### 参考【ながの医療情報ネット】

長野県内の医療機関、薬局、助産所、休日夜間急患センター等が検索できます。

ホームページアドレス <https://www.qq.pref.nagano.lg.jp/>

## 子育てガイドブック

○発行／ 令和5年（2023年） 4月

○発行者／東御市 子ども家庭支援課

〒389-0517 東御市県 282 番地 2

Tel.71-0450 Fax63-2022