

目次

子育てガイドブック

	子どもサポートセンター	2
1	妊娠・出産・子育ての支援（0～3歳） ○妊娠～出産～子育て支援サービス ○予防接種 ○赤ちゃんの事故	2
2	各種手当と子育て・子育て支援サービス ○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	12
3	子どもと遊び学ぶ ○子育て支援センター	21
4	子育てサークル ○のびのびっこひろば ○グレープスの会	23
5	働くママ・パパ応援 ○産休、育児休業	24
6	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	26
7	入園にあたって ○支給認定	30
8	子どもの保育 ○保育園、幼稚園 ○保育サービス ○小規模保育所	31
9	親の会	43
10	小学校・中学校・児童館・児童クラブ	44
11	居場所	47
12	図書館	48
13	医療機関一覧表	49

子どもサポートセンター

子どもサポートセンターとは

保健・福祉・子育て・教育の「縦割り」を廃し、すべての妊産婦、子どもと子育て家庭が抱える様々な課題を全体で対応することを目的に、令和4年4月に『こどもサポートセンター』を設置しました。

令和5年4月からはその機能を強化するため、待ちの支援から予防的な関わりによる支援を強化するため、「子ども家庭総合支援拠点（児童福祉）」を、子育て世代包括支援センター（母子保健）を統合し、一体的相談支援機関へと機能強化しました。

対象者

妊産婦および0歳児から18歳までのすべてのこども・家庭を対象にした相談・支援機関です。

1 妊娠・出産・子育て支援（0～3歳）

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推進課保健地域医療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、妊婦歯周病検診受診券、産婦健康診査受診票、新生児聴覚検査受検票、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。



問い合わせ先 …健康推進課 保健地域医療係 TEL 64-8882

子育て支援センター

詳しくは P21 ページ

安心して出産・子育てができるよう、妊娠中から利用することができます。すでに子育て中の先輩ママ・パパやこれからママ・パパになる皆さんとの交流を通じて、赤ちゃん充実した時間を過ごすための準備をしましょう。専任のスタッフによる相談や子育て情報の提供も行っています。

伴走型相談支援

詳しくは P16 ページ

妊婦や乳幼児期の子育て家庭に寄り添い、安心して出産・子育てができるように面談や継続的な情報発信、相談等を行い、必要な支援につなぐ取り組みを実施します。

不安感や孤立感を抱えている場合は、保健師等が寄り添い、様々なニーズに即して効果的な支援サービスにつないでいきます。

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
健康推進課 保健地域医療係 TEL 64-8882

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』を保健地域医療係でお配りします。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。

問い合わせ先

… 健康推進課 保健地域医療係 TEL 64-8882

子育て支援センター

P21 ページ

子育て支援センターは、赤ちゃんから就園前のお子さんご家族が気軽に集える場所です。月～金曜日は9:00～16:00、土曜日は15:00まで開館しています。子育て中のお父さんお母さんたちが相互に交流したり、スタッフに子育ての不安や悩みを相談できます。QRコードから簡単に利用登録ができます！

子育て支援センター・一時預かり（0～2歳）

P16 ページ

就園前のお子さんをもつ保護者が、仕事や通院等で一時的にご家庭でお子さんを保育できない場合や育児疲れ等でリフレッシュが必要な場合、お子さんをお預かりするサービスです。4ヵ月児～2歳までの保育所等を利用していないお子さんであれば、だれでも利用できます。QRコードから簡単に一時預かり利用登録ができます！

子育て短期支援支援（0歳～）

P16 ページ

病気、出産、看護、仕事などでお子さんの養育が難しい場合や育児疲れなどで身体的・精神的に養育が困難になった場合、一定期間、施設や里親さんでお子さんをお預かりするサービスです。

子育て世帯訪問支援（0歳～）

P18 ページ

出産後間もない産婦のいる世帯や家事・育児に対して不安や負担を抱えているご家庭へ訪問支援員が訪問し、家事（調理、掃除、洗濯、買い物など）や育児（送迎や沐浴の介助、授乳、おむつ交換、遊び相手など）の支援を無料で行います

養育支援訪問支援（0歳～）

P18 ページ

子育てに強い不安や孤立感を抱えているなど、養育を支援することが特に必要なご家庭に対して、保健師などの専門職が訪問して育児に関する悩みごとや不安をお聞きしてアドバイスをを行います。

すくすくLINE（0歳～）

「子育てが不安…」「育児につかれた…」「子どもの発達が気になる…」など、子育てに関する悩みや困っていることはありませんか？

そんな時、気軽に相談できるのが「すくすくライン」です。ひとりで抱え込まずにLINEでご相談ください。



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 7 1-0 4 5 0

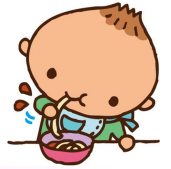
保育（4 か月～）

P31 ページ

出産後まもないお母さんが就労するために、公立保育園、海野保育園、おひさま子ども園では生後4か月から保育を受け入れています。

受け入れ人数には限りがありますので、希望される場合は保育課へご相談ください。

問い合わせ先 …保育課 保育係 TEL 6 4-5 9 0 3



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。

1 0 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

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。

問い合わせ先 …健康推進課 保健地域医療係 TEL 6 4-8 8 8 2

子ども成長と発達のサポート（1 歳 6 か月～）

P19 ページ

お子さん一人ひとりの発達を促すため、発達段階や特性に合わせて、より専門的な支援を提供するサービスです。親子で参加する遊びや教室、子育てに関する相談、児童精神科医による発達の相談のほか、ことばや体の動かし方の相談など、子どもの成長をサポートし発達を促す専門的なサービスを提供します。

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

一時保育（1 歳～）

P38 ページ

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。市内の全ての保育園で一時保育を対応しています。

問い合わせ先 …保育課 保育係 TEL 6 4-5 9 0 3

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。



保育（3 歳～）

P31 ページ

幼児を適切な環境のもとで、健康・安全で安定感をもって活動できるように養護するとともに、その心身を健全に発達させるように教育します。

問い合わせ先 …保育課 保育係 TEL 6 4-5 9 0 3

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 ・ ・ ・ 健康推進課 保健地域医療係 TEL 6 4-8 8 8 2

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、小児用肺炎球菌、BCG、五種混合または四種混合及びヒブ、
麻疹風しん、水痘、日本脳炎

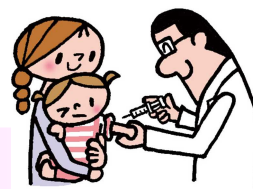
予防接種を受けることができない人

- 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、麻疹、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

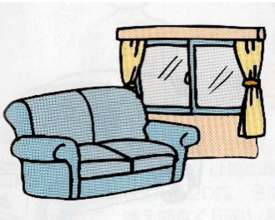
- 入浴は接種当日からできますが、激しい運動は避けて、接種を受けた箇所はこすらず清潔に保ってください。
- 接種後、異常な症状があらわれたときは、かかりつけ医師の診察を受け、予防接種が主な原因と診断されたときは、健康推進課地域医療係 TEL64-8882へ連絡してください。

問い合わせ先 ・ ・ ・ 健康推進課 保健地域医療係 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でと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。 頭を打ったときは・・・ 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日間は様子を注意しましょう。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！

● 子どもの年齢区分

乳児：1歳未満 小児：1歳以上でおよそ16歳未満

● 救命処置

□ 反応を確認し、119番通報とAEDを手配する

肩をやさしくたたきながら、大声で呼びかけて、反応があるかないかを確認めます。乳児にも声をかけながら反応を確認めますが、このとき足の裏をたたいて刺激することも有効です。反応がない場合は、119番通報してAEDを手配します。

□ 普段どおりの呼吸があるかの確認と胸骨圧迫

胸と腹の上がり下がりを見て、普段どおりの呼吸をしているか10秒以内に判断します。普段どおりの呼吸がない場合は、心停止と判断し直ちに胸骨圧迫を開始します。

□ 心肺蘇生とAED

胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせを、救急隊員と交代するまで続けます。人工呼吸に自信がない場合や、人工呼吸を行うことにためらいがある場合には胸骨圧迫だけを続けます。

心肺蘇生を行っている際に、AEDが届いたらすぐに使用を開始します。

□ 気道異物の除去

喉に異物が詰まり窒息と判断した場合には、ただちに119番通報を周りの人に依頼するとともに、小児では背部叩打法と腹部突き上げ法を、乳児に対しては背部叩打法と胸部突き上げ法を異物が取り除けるか、反応がなくなるまで交互に数回繰り返します。救助者が一人の場合には、反応がある間は、119番通報より異物除去法を優先して行います。反応がなくなった場合には、小児、乳児それぞれの心肺蘇生の手順を開始します。



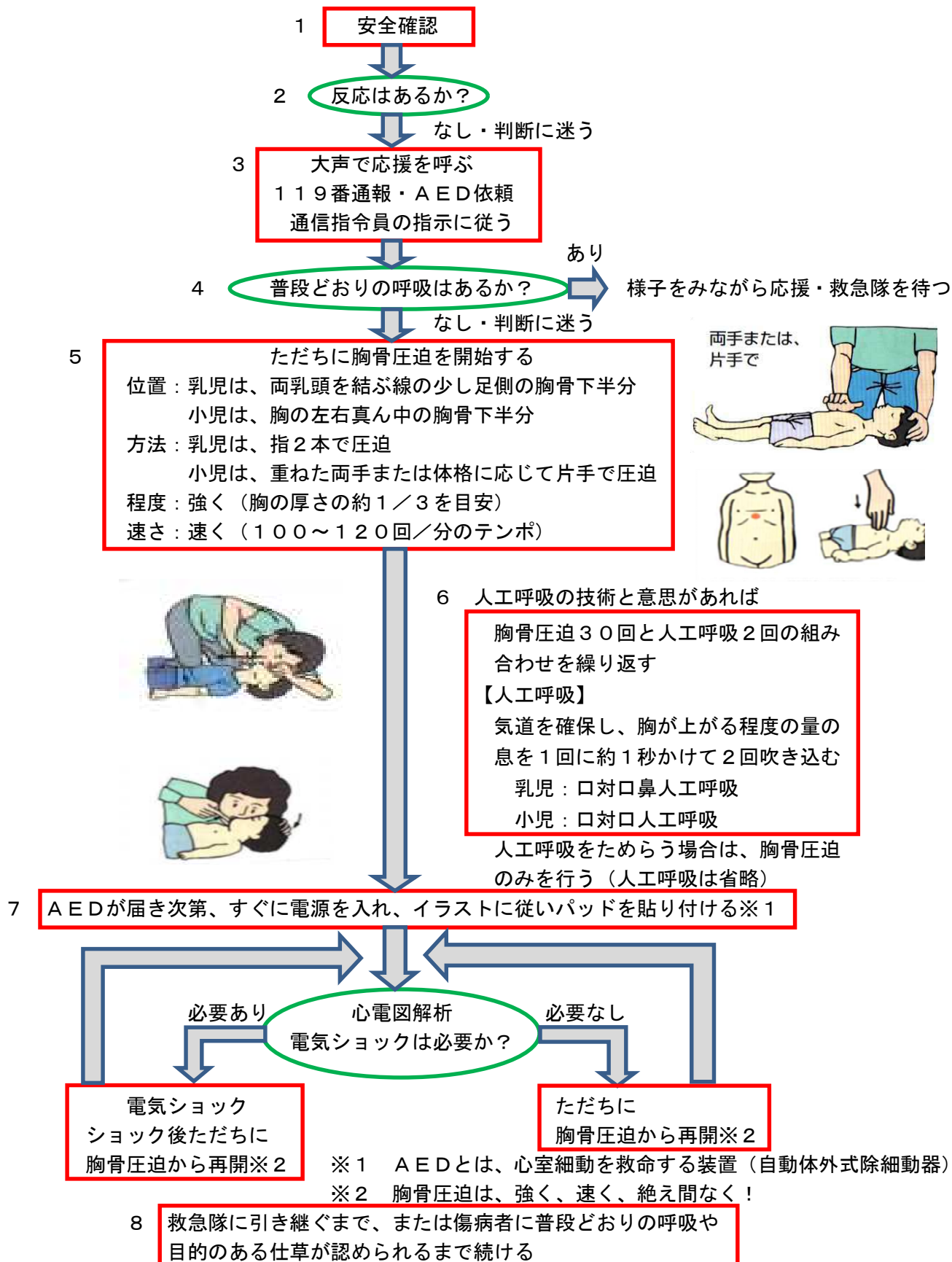
【小児の場合】 ※ 乳児には、腹部突き上げ法を行ってはいけません。

- ・ 背部叩打法：手のひらの付け根で、肩甲骨の間を力強く数回連続して叩きます。
- ・ 腹部突き上げ法：後ろからウエスト付近に両手を回し、片手で握りこぶしをつくり、その親指側をへそより少し上に当て、その手をもう一方の手で握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。

【乳児の場合】

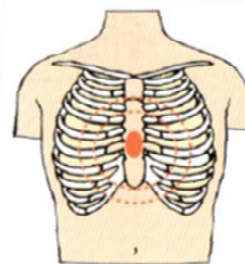
- ・ 背部叩打法：乳児の場合は、救助者の片腕の上に乳児をうつぶせに乗せ、片方の手で乳児のあごをしっかりと持ち、頭側が低くなるような姿勢にし、もう一方の手のひらの付け根で、背部を力強く数回連続して叩きます。
- ・ 胸部突き上げ法：救助者の片腕の上に乳児の背中を乗せ、手のひら全体で乳児の後頭部をしっかりと支えながら、頭側が低くなるよう仰向けにし、もう一方の手の指2本で、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安とする胸骨の下半分を力強く数回連続して圧迫します。(乳児の胸骨圧迫と同じ要領)

乳児・小児の救命処置の流れ（心肺蘇生とAEDの使用）〔観察 処置〕

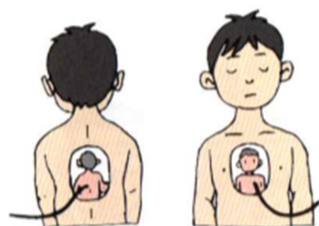


胸骨圧迫

- ・ 胸の左右真ん中にある胸骨の下半分に片方の手のひらの付け根を置き、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。
- ・ 乳児の場合は、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安とした胸骨の下半分を指2本で「強く、早く、絶え間なく」圧迫します。



★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（通常モード）を使用します。
- ・ 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。
- ・ 小学生以上（就学児）には、未就学児用パッド（未就学時モード）を使用しないでください。

※JRC 蘇生ガイドライン 2020 において、パッドの名称が「小児用」→「未就学児用」、「成人用」→「小学生～大人用」と改訂されました。現在は移行期のため、古い名称のものが残っていますので、利用の誤りがないように留意してください。

- * 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。
- * **119番通報**は、慌てず、ハッキリと救急車を要請し、通信指令員による応急手当の口頭指導に従ってください。また、この際、電話のスピーカー機能を活用しましょう。
- * 医療機関一覧表はP 42～P 43をご覧ください。
- * 日曜当番医は毎月発行される「市報とうみ」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

各種手当と支援サービス

※金額は令和6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。
(※所得制限があります。)

給 付 内 容

対 象 児 童 の 区 分		月 額 (児 童 一 人 に 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 詳細は、市 HP でご確認ください。

申 請 書 類

児童手当・特例給付認定請求、請求者の健康保険証、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1～4級(但し4級は該当症例のみ対象) 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、対象児童の健康保険証、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

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 健康推進課 保健地域医療係 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 6 年 4 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	45,500 円～10,740 円	（所得による）
	児童 2 人目	10,750 円～5,380 円	の加算（所得による）
	児童 3 人目以降	6,450 円～3,230 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 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早めにご相談ください。

申請先及び問い合わせ先 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 55,350円
2級 月額 36,860円
年3回（4月、8月、12月）支給

申請書類 認定請求書、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 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、20,000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 15,690円(令和6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 福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884

子育て短期支援事業（ショートステイ）

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

18歳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、あるいは乳児院等をご紹介します。



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 71-0450

伴走型相談支援事業及び出産・子育て応援給付金の一体的実施事業

妊娠期から出産・子育てまで一貫して身近で相談に応じ、様々なニーズに即した必要な支援につながります。

対象者

すべての妊産婦と子どもが対象です。

※ 妊娠届出時より妊婦や特に0歳から2歳の低年齢期の子育て家庭に寄り添い、出産・育児等の見通しを立てるための面談や継続的な情報発信等を行います。

事業概要

妊娠届出時（5万円相当）・出生届出時（5万円相当）の経済的支援に加え、妊娠届出時、妊婦訪問、赤ちゃん訪問時に面談を行ない、ニーズに応じた支援につなげていくものです。

申請先及び問い合わせ先 健康推進課 保健地域医療係 TEL 64-8882

一時預かり事業

保護者の病気、冠婚葬祭、就労、就学等、出産、看護等で一時的に家庭でのお子さんの保育が困難となる場合や保護者の育児負担の軽減、リフレッシュ等でお子さんをお預かりする事業です。

どんな時に利用できるの？

- ★ 非定型的預かり…保護者の就労、職業訓練、就学等により、断続的に家庭での保育が困難となる場合
- ★ 緊急預かり…保護者の疫病、災害、事故、出産、看護、冠婚葬祭により、緊急的に家庭での保育が困難になる場合
- ★ 私的理由による預かり…保護者の育児の負担を軽減するため、非定型・緊急事由に該当せず一時的に保育を必要とする場合

一時預かり利用対象者について

- ① 3ヵ月経過児～就園前のお子さん
- ② 東御市に住所があるお子さん
- ③ 保育園、幼稚園、認定こども園、小規模園、託児所、その他の施設等に通っていないお子さん

利用日・利用時間について

★利用日

東部子育て支援センター …火、水、金

北御牧子育て支援センター…月、木、金

★利用時間

東部・北御牧子育て支援センター…午前9時～正午

午後1時～3時30分



利用料について

3歳未満児…1時間（400円） ※利用料減免制度の適応があります。

※利用には登録が必要となります。

詳細については下記にお問い合わせくださるか、QRコードからも利用登録できます！



申請先及び問い合わせ先

東部子育て支援センター

TEL 64-5814

北御牧子育て支援センター

TEL 67-3676

養育支援訪問事業

養育支援が特に必要であると判断した家庭に対し、保健師・助産師・保育士等がその居宅を訪問し、養育に関する指導、助言等を行う事業です。

対 象 者

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。

例えば、、、

- ★ 若年の妊婦及び妊婦健康診査未受診や望まない妊娠等の妊娠期からの継続的な支援が必要な家庭
- ★ 出産後間もない時期（おおむね 1 年程度）の養育者が、育児ストレス、産後うつ状態、育児ノイローゼ等の問題によって、子育てに対して強い不安や孤立感等を抱える家庭

利用料について

無料です。

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

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

妊産婦さん、0 歳～18 歳までのお子さんのいる子育て家庭であって、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

無料です。

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

子どもの成長と発達をサポート事業

お子さんの「1歳半健診」を“発達障がい”の早期発見の場と捉えて、発達の遅れや偏りを早期に発見するとともに、保護者が前向きな気持ちで子育てできるよう、保護者の迷いにも寄り添いながら支援する事業です。

1. 個別相談事業

子育て全般、お子さんの発達等に関する個別相談です。予約制でゆっくり相談を伺い、必要に応じて発達検査や園・学校等での様子の観察を行い、支援について一緒に考えていきます。

※ 必要に応じて関係機関への紹介や受診等の支援も行います。

★ 対象となる親子

0歳～18歳までのお子さんと保護者が対象です。

★ 利用料金

無料です。

2. 保護者の学びの教室

お子さんの成長に伴う行動に関して、行動分析の側面から予防的な関わり方について学ぶ教室です。

★ 対象となる親子

1歳半～2歳までのお子さんと保護者が対象です。

★ 利用料金

無料です。

3. 少人数グループ教室

1歳半から年少入園前までの親子で活動する少人数プログラムです。親子でのふれあい遊びや体を使った遊び、読み聞かせなどを行います。毎回同じプログラムなので、お子さんへの見通しを持って参加することができます。

★ 対象となる親子

お子さんに言葉のゆっくりさがあったり、元気すぎて落ち着きがない、慣れるのに時間がかかるなどといった心配がある親子が対象です。

★ 利用施設・利用時間

場所：子ども第三の居場所「ゆめぼけっと・とうみ」

時間：9時30分～11時頃まで

★ 利用料金

無料です。

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

見守り支援員派遣制度

子育て支援の研修を修了した「見守り支援員」が、子育て家庭や子どもの居場所へ伺い、子どもやご家庭の困り事を伺ったり、生活や学習の支援を行う制度です。子育て・子育てを地域全体で支えるための仕組みです。

対 象 者

すべての妊産婦と子ども、子育て家庭が対象です。

※ 子どもサポートセンターへの相談はちょっと敷居が高くて…。とためらいがある場合、地域の子育てサポート人材を活用することができます。

見守りサービス

訪問による見守り支援のほか、子どもや保護者の居場所（子育て支援センターや地域の居場所）において生活指導や学習支援などの見守りを行います。

利用料について

無料です。

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

5歳児発達相談事業

年度内に5歳になる全ての児童を対象に行う相談事業です。お子さんの発達状況等について、ご家庭での様子もお聞きしながら、園・家庭・市が連携し、一人ひとりに寄り添いながら、小学校へのスムーズな入学の準備をしていきます。

★ 発達相談事業の流れ

① 各種相談票への記入

「5歳児発達相談事業相談票」をもとに、ご家庭でのお子さんの成長の様子を確認します。

② 保育園や幼稚園での発達確認

園における、お子さんの成長の様子を確認します。

③ 相談票の共有

ご家庭、園でのお子さんの成長の様子をもとに、市・教育委員会・学校と共有します。

④ 個別発達相談

情報共有の中で、必要に応じて児童発達の専門相談員が個別に相談にあたります。

⑤ 視力検査

無料で視力検査を行います。

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

子どもと遊び・学ぶ

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することができます。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 282-2 (東御市役所 隣り) TEL 64-5814

- 開館時間● 午前 9時～12時30分
(昼食時間 11時30分～12時30分)
午後 1時～4時
※土曜日 午後3時閉館

- 休館日● 日曜日、祝祭日、12/28～1/4
※都合により臨時休館することがあります。



北御牧子育て支援センター

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

- 開館時間● 午前 9時～12時30分
(昼食時間 11時30分～12時30分)
午後 1時～3時30分

- 休館日● 土曜日、日曜日、祝祭日、12/28～1/4
※都合により臨時休館することがあります。



“子育て支援センター”は、どうやって利用するの？

子育て支援センターの利用にあたっては、QRコードから簡単に利用登録することができます！ お気軽に利用登録して遊びに来てください。



■ 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 ○なかよしひろば
 ○あそびのひろば
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 ○なかよしひろば 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 ・ ・ ・ 5月、8月、10月、1月 （年4回）

北御牧子育て支援センター ・ ・ ・ 6月、11月、3月 （年3回）

■ 『なかよしひろば』

地区毎に分かれていろいろな活動をしながら交流します。

場 所：東部子育て支援センター

時 間：午前10時30分から～午前11時30分

開催月：田中・滋野地区 ・ ・ ・ 4月、6月、8月、10月、12月、2月

 祢津・和 地区 ・ ・ ・ 5月、7月、9月、11月、 1月、3月

場 所：北御牧子育て支援センター

時 間：午前10時～11時

開催月：北御牧地区 ・ ・ ・ 5月、7月、9月、11月、1月、3月

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（すくすくぽけっと）もご覧ください
 <http://tomi-sukusuku.jp>

4 子育てサークル

のびのびっこ

(田中・滋野・柗津・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。地区毎に親子でいろいろな活動を楽しみ、育児の情報交換や親同士・子ども同士の交流をしながら、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 ● 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、なかよし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「すくすくぼけっと」・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、親子で遊びながら交流します。

東部子育て支援センターで年数回開催し、多胎児ならではの育児の悩みの相談や情報交換、育児用品の交換等の活動をしています。

問い合わせ先 ・ ・ ・ 東部子育て支援センター TEL 64-5814



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、事業所によつ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)

6

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 ・ ・ ・ 健康推進課 保健地域医療係 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制度のご案内、養育費等の相談に応じます。

相 談 日：平日 午前8時30分～午後5時15分

問い合わせ先 ・ ・ ・ 福祉課 福祉援護係 TEL 64-8884

入園の相談について

内 容：市内保育園等への入園の相談に応じます。

相 談 日：平日 午前8時30分～午後5時15分



問い合わせ先・・・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」「児童福祉法」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、民法でも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。



7 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、小規模保育事業所）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)
お子さんが <u>満3歳以上</u> で、 教育を希望される場合	お子さんが <u>満3歳以上</u> で、 保育が必要な理由に該当 する場合	お子さんが満3歳未満で、 保育が必要な理由に該当 する場合
利用先 幼稚園、認定こども園	利用先 保育園、認定こども園	利用先 保育園、認定こども園 小規模保育事業所

※ 東御市内には幼稚園および3号認定を預かる認定こども園はありません。

問い合わせ先・・・ 保育課 保育係 TEL 64-5903



8 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

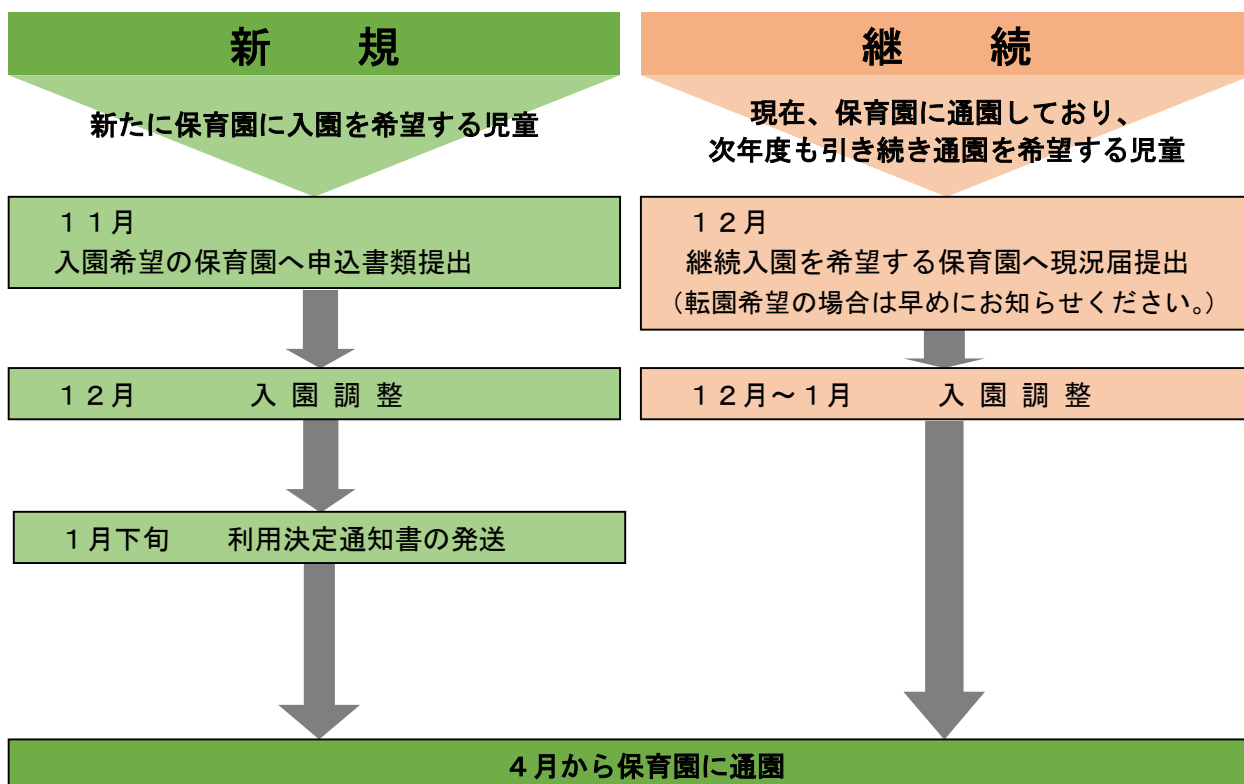
保護者の勤務地や里帰り出産などで、やむを得ず東御市以外の保育園に入園を希望する場合は、市で入園希望先の市町村と協議をしますので、入園希望月の前月15日までに入園申込書類等を提出してください。

※協議の結果、ご希望に添え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カ月あたり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カ月）
(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カ月間有効）
(7) 就学（職業訓練校等における職業訓練を含む）
(8) その他上記に類する状態として市長が認める場合 主な事由 ・「妊娠・出産」の要件ですでに保育を利用しており、産後3カ月経過後も継続して保育の利用を希望する場合 ・出産後、保育施設を利用していない保護者がその子を家で保育するため※ ※令和6年度については、定員の都合により3歳以上児のみ利用可能です。

■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。

● 令和6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	2,750	3,120
	5		4階層を除く世帯	6,000	6,750
所得割額	6	48,600未満	ひとり親世帯等	3,620	4,000
	7		6階層を除く世帯	7,750	8,500
	8	48,600以上	63,000未満	10,000	10,750
	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（家計の主宰者である場合）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6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
在宅障がい児(者)のいる世帯 「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)
その他、 市長が特に必要と認めた者 (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。

保育料軽減事業

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1子の保育料が1／2になります（基準額表の額は軽減後の金額）。また、第2子の保育料が無料になります。

保育料の階層が8階層以上の世帯は、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。

■ 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、公立保育園、海野保育園、おひさま子ども園では生後4カ月から受け入れしています。受け入れができる人数には限度がありますので、希望される方は保育課へご相談ください。

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カ月に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カ月に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 18 : 00 ~ 18 : 30 150円 18 : 30 ~ 19 : 00 200円

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。

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。

◆ 公立保育園では、特別な場合を除き、田中保育園で行います。

◆ 海野保育園、くるみ幼稚園、おひさまこども園に在園中（または入園希望）の場合は、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20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カ月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歳未満の児童に対し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 (P40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 ● 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。確認後、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、直接柵津保育園に登園し、「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 ● 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。確認後、医師から「通室許可書」を受ける必要があります。
- 利用時は、直接海野保育園に登園し、「通室許可書」を提出してください。

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

■ 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	○	○	○		
	祢 津 保 育 園	140	63-6816	祢津 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 326-5	75-6113

■ 小規模保育事業所

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

問い合わせ先

・・・ 保育課 保育係 TEL 64-5903

■ 東御市保育園一覧



田中保育園



滋野保育園



和保育園



北御牧保育園



柰津保育園



海野保育園

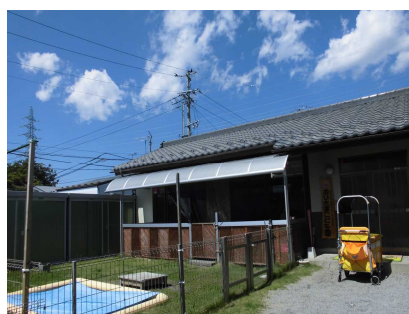
■ 認定こども園



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



さようなら、
またあした



帰りの用意



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



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

問い合わせ先 ・ ・ ・ 教育課 学校教育係 TEL 64-5879

10 児童館・児童クラブ

■ 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	6 3 - 5 9 6 8
滋 野 児 童 館	滋野乙 507-7	6 4 - 0 0 2 1
柵 津 児 童 館	柵津 917-4	6 2 - 5 1 7 1
和 児 童 館	和 7999-3	6 4 - 3 7 0 4
北 御 牧 児 童 館	大日向 338-1	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 71-2（田中小学校内）	6 2 - 5 3 0 0
	滋野児童クラブ	滋野乙 2966-3（滋野小学校内）	6 2 - 3 3 9 9
	祢津児童クラブ	祢津 1009（祢津小学校内）	6 2 - 0 2 9 1
	和 児 童 ク ラ ブ	和 7999-3（和児童館内）	6 4 - 3 7 0 4
	北御牧児童クラブ	大日向 337	6 7 - 3 6 7 6
私 立	おひさま児童クラブ	祢津 1023- 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 3 0 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 学校施設係 TEL 6 4 - 5 9 0 6

11 居場所（第3の居場所～ゆめぽけっと とうみ～）

児童の居場所となる拠点を開設し、児童に生活の場を与えるとともに児童や保護者への相談等を実施します。

様々な困難を抱える子どもたちが、多くの人とつながり・ふれあい、社会や人間性を育み、将来の自立に向けて必要な資質・能力を身につけていくための常設型居場所です。

対 象 者

家庭環境に課題を抱える子どもや学校になじめない小学生

内 容

生活支援や学習支援、食事の提供等

利用時間

午後1時～8時

※利用については、子どもサポートセンターに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

12 図書館

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 281-2
- 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・肛門内科	62-1231	県 165-1
柵津診療所	内科・精神科・心療内科・小児科・皮膚科・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	6 2 - 0 0 7 4	田中 92
片 山 歯 科 医 院	6 2 - 4 4 8 9	本海野 1496-133
くるみ歯科クリニック	6 4 - 6 4 0 0	滋野乙 2200-1
小 林 歯 科 医 院	6 4 - 1 1 8 2	常田 898-1
さ さ き 歯 科	6 4 - 5 7 7 7	和 8406-13
東 部 歯 科	6 4 - 2 3 0 0	滋野乙 2309-1
なかにし歯科クリニック	6 2 - 6 4 8 0	田中 54-9
南 里 歯 科 医 院	6 4 - 4 0 7 0	海善寺 366-4
柵 津 診 療 所	6 2 - 0 2 7 3	柵津 343-2
と う み 歯 科	6 7 - 2 2 7 7	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026-235-1818

● 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 6 年（2024 年） 4 月

○発行者／東御市 子ども家庭支援課

〒389-0517 東御市県 282-2

Tel.71-0450 Fax64-3128