



はじめに



「とうみ子育てハンドブック」は、子育てに役立つ施設をはじめ、身近な相談者に代わる相談機関や、各種制度など、子育て応援情報をコンパクトにまとめた情報誌です。

毎日子育てをがんばるお父さん、お母さん、孫育てをがんばるおじいちゃん、おばあちゃん、子育てにたずさわるすべての人へ向けた情報源として、また、子どもと一緒に時間をもっと楽しむためのヒントになることを願っています。

自然豊かな東御市で、子どもたちがのびのびと育ち、子育てにたずさわるみなさんが笑顔で過ごせますように…。

〇———— ご利用にあたって ———〇

「とうみ子育てハンドブック」は令和6年8月現在の情報で作成しております。

なお、最新の情報は東御市子育て応援ポータルサイト「すくすくぽけっと」でご確認いただけます。



— 広 告 —

お子様の記念日は家族揃って
フォトスタジオシャレニーへ!

マタニティ 新生児 お宮参り・百日記念
1歳バースデー 入園入学・卒園卒業 七五三

PHOTO STUDIO
Shaleny®

公式HPはコチラから!▶



シャレニー上田店
☎0120-402-174

長野県上田市常盤城2250-1
【営業時間】10:00~19:00
【定休日】毎週水曜日



とうみ 子育て ハンドブック

INDEX

4 お役立ち情報

- ながの子育て家庭優待パスポート 4
- 子育てカレンダー 6
- 東御市おでかけスポット紹介 8

10 妊娠・出産・子育ての支援

妊娠／誕生／1歳／2歳／3歳／予防接種を受けましょう

16 もしもの時は

防災グッズチェックリスト／おうちの危険箇所チェック

20 各種手当と子育て・子育て支援サービス

児童手当／福祉医療費給付／育成医療費給付／未熟児養育医療給付／小児慢性特定疾病医療費の給付／児童扶養手当／その他の母子父子福祉事業／特別児童扶養手当／家庭介護者慰労給付金／重度心身障害児年金給付／障害児福祉手当／子育て短期支援事業(ショートステイ)／妊婦のための支援給付／一時預かり事業／養育支援訪問事業／子育て世帯訪問支援事業／子どもの成長と発達のサポート事業／見守り支援員派遣制度／5歳児発達相談事業

28 子どもと遊び・学ぶ

子育て支援センター

30 働くママ・パパ応援

産前産後休業を取るときは／産後休業後に復職したときは／育児休業を取るときは／育児休業を取らない場合



子どもと遊ぼう

床に仰向けに寝かせ、両足を持って、前後に行ったり来たり。最初のうちは、子どもの膝を曲げて押しますが、しだいに自分でつぱろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

33 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／子どもの発達相談／母子相談ダイヤル／ひとり親自立支援／入園の相談について／『何でも教育相談』／障がい児福祉サービス等の利用・相談について／児童虐待の防止

37 保育施設

入園にあたって／子どもの保育／入園の条件／入園の手続き／保育料について／利用時間について／保育料算定の特例／特別保育が利用できます。／東御市保育園一覧／認定こども園／小規模保育事業所／保育園の一日

48 小学校・中学校・児童館・児童クラブ

小学校・中学校／児童館・児童クラブ

51 第3の居場所

居場所（第3の居場所～ゆめぽけっと とうみ～）

52 図書館

東御市立図書館のご案内

53 医療機関

市内医療機関／市内助産施設／市内歯科医院／夜間の救急センター・医療相談窓口

UD
FONT

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを
採用しています。



子どもと遊ぼう

子どもをおなかにまがせ、仰向けに寝ます。膝を立てておなかの力を使い起き上がり、**おでことおでことごっつんこ。**親の腹筋の運動にもなります。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」