



糸魚川市 子育てお役立ちブック



—目次—

◇健やかな出産のために・・・1

◇子どもが生まれたら・・・2

◇子どもの健康について・・・3

◇糸魚川市は親子の愛着形成を応援します！
・・・4

◇子育ての基本は
早寝・早起き・おいしい朝ごはん！・・・5

◇子どもの能(脳)力を引き出す子育ての極意・・・6

◇子どもの保育サービス・・・7～8

◇市内の保育園・幼稚園・小学校・・・9～10

◇みんなで一緒に仲間づくり・・・11

◇福祉サービス・・・12

◇子どもとおでかけ・・・13

◇子どもの急な病気のとくに・・・14

◇糸魚川市内の医療機関・・・15～16

◇ご相談はこちらへ・・・17～18

令和7年度 改訂



健やかな出産のために

ときどき…早く赤ちゃんの顔を見たい！
安心してパパ、ママになるには、まず何をしたらいいの？



◆◆妊娠届出書を提出しましょう◆◆

妊娠した時に病院から交付される「妊娠届出書」は、早めに提出してください。届出時に母子健康手帳を交付します。妊娠届出に来庁される前に来庁予約が必要です。詳しくはホームページをご覧ください。

◆◆健康診査を受けましょう◆◆

妊娠中、出産後は定期的に健康診査を受けることが大切です。市独自の制度で、健康診査にかかる費用について助成を行っています。

- ・妊婦健康診査 妊娠届出の際に受診票をお渡しします。助成限度額を上限に、全回数の健康診査を助成します。助成限度額を超えた場合や対象外の健康診査費用は自己負担となります。受診票が利用できない病院（産院）の場合、窓口で申請していただくことで、助成限度額を上限に助成します。
- ・産婦健康診査 産婦健診は、2回まで助成します。（おおむね産後2週間、1か月の健康診査）助成方法は、妊婦健康診査と同様です。

◆◆妊娠中のご相談は…◆◆

妊娠中に不安や悩みなどがあれば、保健師・栄養士にご相談ください。助産師による訪問指導も行っています。不妊不育症治療費助成を行っています。

◆◆パパマママタニティスクール◆◆

講義や沐浴実習等を通して妊娠、出産、育児について学んでいただく教室を開催しています。妊婦さんとそのご家族の方が対象です。詳しくはホームページをご覧ください。

◆◆産前・産後サポート事業◆◆

安心して妊娠・出産・育児ができるよう、妊娠中から出産後の相談や、親同士の仲間づくりを行います。マタニティサロン、デイケアHilo（イロ）、すくすく赤ちゃん広場を開催します。

◆◆産前産後ヘルパー派遣事業◆◆

産前体調不良のため、または産後で家事や育児が困難な家庭に必要なに応じてヘルパーを派遣します。ヘルパー派遣を希望される方は、利用申請書の提出が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆◆妊婦支援給付金（1回目）◆◆

妊娠・出産時の関連用品の購入や、健康診査のための交通費など、出産までにかかる費用の経済的負担軽減のため、国の給付金（5万円）と市独自の支援ポイント（翠ペイ5万ポイント）を給付します。

◆◆妊産婦医療費助成事業◆◆

県内医療機関を受診された場合は、受給者証を提示してください。

県外医療機関を受診した場合や、受給者証を忘れた場合は、医療機関等の領収証などの必要書類を添付して申請することで、助成を受けることができます。

＜申請に必要なもの＞・領収証（明細がわかるもの）・母子健康手帳・申請者名義の預金通帳
◇出産の翌々月末日から6か月以内に申請してください。

◆◆出産時交通費助成事業◆◆

陣痛等で受診が必要な時に産科医療機関まで利用したタクシー乗車費用の一部を助成します。利用を希望される方は、利用申請書の提出が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆◆出産時宿泊費助成事業◆◆

出産の準備のため産科医療機関の近隣の宿泊施設に宿泊した場合の費用の一部を助成します。宿泊施設が発行した領収証などの必要書類を添付して申請することで、助成を受けることができます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

【窓口】 子育て課 子育て支援室 親子健康係、能生・青海事務所 住民係

子どもが生まれたら

さあ生まれてきたら、いろいろな手続きがいっぱい。
かわいい赤ちゃんのためにも、しっかり済ませてくださいね。



◆◆「出生届」を出しましょう◆◆

おさんが生まれた日から14日以内に「出生届」の届けが必要です。

【窓口】市民課 住民係

◆◆児童手当の手続きをしましょう◆◆

高校卒業（満18歳に達する日以後の最初の3月31日）までの児童を養育している方に支給される手当です。
支給は年6回、2月・4月・6月・8月・10月・12月の、各10日が振込み日です。

◆◆子ども医療費助成の手続きをしましょう◆◆

0歳から高校卒業（満18歳に達する日以後の最初の3月31日）までのお子さんにかかる医療費（保険適用分）を全額助成します。

医療機関窓口等へ加入医療保険資格情報が分かる書類と一緒に「子ども医療費受給者証」を提示してください。

< 県外受診や受給者証の提示忘れの場合 >

一度医療機関窓口で、医療費の支払いをお願いします。後日、市窓口で払い戻しの手続きが可能です。

-必要なもの-

- ・領収書（半年以内のもの）・受給者証
- ・お子様の加入医療保険資格情報が分かる書類・受給者名義の預金通帳



◆◆さんさん子育てサポート事業◆◆



事業の協賛店・協賛企業をご利用の際に、市発行の『さんさん子育てカード』を提示していただくと、割引などのサービスを受けられます。

対象者は、市内に住所があり、18歳未満の子どもと同一世帯の保護者（おじいちゃん、おばあちゃんも可）です。

◎申し込み時は、本人確認ができるものをお持ちください。

【窓口】こども課こども支援室 子育て支援係、能生・青海事務所 住民係

◆◆妊婦支援給付金（2回目）◆◆

子育てに必要な用品の購入や育児支援サービスにかかる費用などの経済的負担軽減のため、おさん1人あたりの給付金（5万円）と市独自の支援ポイント（翠ペイ5万ポイント）を給付します。

◆◆母乳相談費用助成事業◆◆

医療機関の母乳外来受診費用や助産師訪問による母乳相談費用を助成します。

- ・助成額：3,000円（上限）、1回の出産につき3回まで助成します。
- ・助成方法：医療機関等を受診した際は通常通り代金を支払ってください。その後「領収書」「母子健康手帳」「申請者名義の通帳」を持参し、窓口へ申請手続きにおいでください。後日指定口座に振込みます。

◆◆産後ケア事業◆◆

出産後のお母さんが安心して育児ができるように、助産師等の専門職がケアを提供します。

- ・利用方法：1回の出産につき、訪問型（5回まで）・通所型（7回まで）・宿泊型（7日まで）
※申請が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。
- ・利用料金：市ホームページをご覧ください。（オプションや通所型、宿泊型の食事は自己負担です。）

【窓口】こども課こども支援室 親子健康係、能生・青海事務所 住民係



子どもの健康について

子どもの表情を常に見てあげよう！

◆◆新生児聴覚検査費用助成◆◆

新生児期に実施した新生児聴覚検査費用を助成します。

- ・助成額及び助成回数：5,000円（上限）、新生児1人につき1回
- ・助成方法：妊娠届出時にお渡しした「新生児聴覚検査受診票」を委託医療機関に提出することで助成を受けられます。委託医療機関外で検査を受ける場合は市のホームページをご確認ください。

◆◆乳幼児健康診査・フッ化物塗布・予防接種を実施しています◆◆

■ 予防接種【窓口】こども課こども支援室 親子健康係

種別	対象者	実施場所	通知・案内等
ロタウイルス感染症	乳幼児	指定医療機関 (個別接種) ※指定医療機関は個別通知でご案内します。	個別に通知します
B型肝炎			
小児用肺炎球菌			
5種混合			
ヒブ感染症※			
4種混合※			
BCG			
3種混合			
不活化ポリオ			
麻しん、風しん混合(第1期)			
麻しん、風しん混合(第2期)			
水痘			
日本脳炎(1期)			
日本脳炎(2期)	9歳以上13歳未満		
2種混合(2期)	11歳以上13歳未満		
ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん予防)	小学6年生～高校1年生相当の女子		

※5種混合で接種を開始した場合、ヒブ、4種混合の接種は不要です。

■ 乳幼児健診【窓口】こども課こども支援室 親子健康係

種別	対象者	実施場所	通知・案内等
4か月児健康診査	乳幼児	糸魚川保健センター	保健カレンダー及び、おしらせばんをご覧ください。個別の通知はありません。(3歳児健康診査のみ、事前に尿検査の容器等を送付しています。)
10か月児健康診査			
1歳6か月児健康診査(希望者にはフッ化物塗布)			
2歳児歯科健康診査(希望者にはフッ化物塗布)			
3歳児健康診査(希望者にはフッ化物塗布)			



1か月児健診と6か月児健診は、医療機関で行います。乳児一般健康診査受診票を委託医療機関へ提出してください。委託医療機関以外で受診される場合は、1ページの妊産婦健康診査の「委託医療機関以外で受診される場合」を参照してください。

■ フッ化物塗布【窓口】こども課こども支援室 親子健康係

お子さんのむし歯予防のため、フッ化物塗布を実施しています。

対象	満1歳～保育園・幼稚園年少該当年齢まで
実施場所	市内歯科医療機関で実施します。ご希望の方は、事前に歯科医療機関に予約をしてください。 ※1歳6か月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診対象の方は健診会場で受けることができます。
持ち物	申込書、母子健康手帳、料金500円

◆◆子育てについてのご相談は…◆◆

子育て等にかかる不安や悩みをお持ちのかたは、お気軽に保健師・助産師・栄養士等にご相談ください。保健師、助産師等による訪問相談も行っています。

①新生児訪問（出生連絡票の希望者に訪問します。）

②2か月児訪問（出生後2か月頃、保健師または助産師がご自宅を訪問します。）

※どちらも受けなかった場合は、4か月児健診の前に家庭児童相談員が訪問させていただきます



糸魚川市は親子の愛着形成を応援します！

◆◆おっぱいでゆったり子育て◆◆

～糸魚川市では母乳子育てを応援しています～

母乳は…

- 病気にかかりにくくする成分を含む、天然の予防接種の役割があります。
- お母さんと赤ちゃんのふれあいタイムになります。
- 経済的にもとってもお得。
- お母さんが、女性特有の病気にかかるリスクを減らします。

★母乳でもミルクでも抱っこして目を見て飲ませることが大切です。



などいいことがいっぱい！

よくあるおっぱいの心配

①母乳をあげてもすぐに泣いてしまいます。足りていないのでは・・・

母乳はミルクに比べてとても消化がいいので、短時間ですぐまた母乳を欲しがります。母乳の場合授乳間隔30分～1時間ということも珍しくありません。胃袋が成長するに従って、間隔は段々伸びていきます。(3～4時間位)

赤ちゃんは授乳中、ママと目が合えば安心し、脳が育ちます。スマホは置いて、赤ちゃんを見てあげましょう♪

②母乳以外の飲み物は必要ですか？

5～6か月頃までは母乳やミルクのみで十分です。果汁等はいりません。飲ませる場合は、白湯、麦茶にしましょう。果汁、イオン飲料等は肥満の原因になり得ます。

③離乳準備食は必要ですか？

母乳で赤ちゃんは色々な味を体験しています。ミルクを飲んでいる赤ちゃんも離乳食から少しずつ色々な味を体験していくことができます。離乳準備食は必要ありません。



◆◆おんぶのおすすめ◆◆

首がすわったらおんぶを♪

おんぶをすることでこんなにもいいことがありますよ。

☆ 背筋力が強くなります。

おんぶをすると赤ちゃんがお母さん、お父さんの背中をぐいぐい押します。そうすることで、自然とあかちゃんの背筋力がついていきます。

☆ お母さん、お父さんといつも一緒

お母さん、お父さんのぬくもりから、愛されているという気持ちが育まれます。家事をしながらのちょっとした言葉かけは、赤ちゃんの言葉の芽も育てます。

☆ 家事も一緒に

赤ちゃんが泣いてご飯の支度が出来ない時もありますよね。おんぶしながらの家事はいかがでしょうか？ ちょっぴり楽に家事が出来ます。

☆ 災害時にも強い

慣れれば10秒でおぶえます。いざという時大活躍！





子育ての基本は、 早寝・早起き・おいしい朝ごはん!!



食事は子どもにとって楽しみであり、体をつくっていくうえでも大切です。
生活リズムを整えて、1日3食おいしく食べましょう。

早寝早起きおいしい朝ごはん応援隊

◆◆赤ちゃんの頃から早寝・早起きを◆◆

乳幼児期は、脳の発達に大切な時期です。昼間に目を覚ましてよく体を動かすことで、脳の機能が発達します。生後4か月くらいまでに、昼間に起きて夜に寝るといった覚醒・睡眠のリズムを親が作っていくことが大切です。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・＜早寝・早起きのコツ＞・・・・・・・・・・・・・・・・・・

- ①朝、日光で部屋を明るくする
- ②1日3食、食べる
- ③昼間たっぷり体を動かす
- ④昼寝は午後3時には切り上げる
- ⑤寝る前には絵本を読み聞かせるなど「寝かしつけ」をする
- ⑥早寝から始めるより、まず早起きから始める（起きてから15時間後に眠くなります。）

◆◆子どもの食事◆◆

●おいしい朝ごはん！元気に1日を過ごすためにも欠かせません

＜朝食の役割＞

- ・昼食までの活動を支えるエネルギー源になります。
- ・脳の働きを活発にし、集中力・記憶力をよくします。
- ・肥満を予防します。
- ・体に朝が来たことを教え、体内時計をリセットし、体のリズムをつくります。

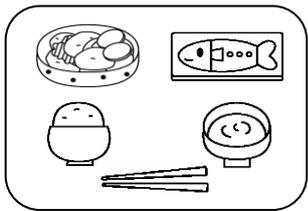
☆忙しい朝の時間ですが、前日に下ごしらえするなど工夫をし、朝ごはんをしっかりと食べさせましょう。

●おにぎりやパンのみの朝食では不足する栄養素があります

- ・糸魚川市では、おいしい朝ごはん＝おかずがつく朝ごはんをおすすめしています。

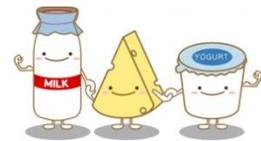
おかず（副菜）

野菜・海藻
きのこを
使った料理



おかず（主菜）

肉・魚・卵・大豆製品
を使った料理



ごはん（主食）

ご飯・パン等

おかず（副菜）

1日のうちで牛乳・乳製品・
果物も食べましょう。



起きてからすぐには食べられ
ません。朝食を食べる30分
前には起きて、体を目覚めさ
せてから食べましょう。



●食事は家族そろっての楽しい時間に!!家族のコミュニケーションをとる貴重な時間です!!

- ・テレビを見ながらの食事は避けましょう。
- ・こぼした、汚したと小言を言ったり、無理に食べさせようとしないようにしましょう。
- ・食事は楽しいもの、おいしいものといった気持ちにさせましょう。
- ・おやつを食べ過ぎに気をつけ、食事をおいしく食べられるように、体を動かしたり、あそばせたりしましょう。



子どもの能(脳)力を引き出す子育ての極意

◆◆2歳までは、テレビ・動画・スマートフォンなどを長時間見せないで◆◆

●テレビ・動画・スマートフォンなどを長時間見ていると

- ・電子メディアを見ている間は、脳はいつも興奮状態。
- ・言葉の発達が遅れることがあります。他人の感情を読み取ることが苦手になる場合があります。
- ・脳は3歳までに60%が出来上がります。「キレやすい」など脳の発育に悪影響を与える危険性があります。
- ・体を動かさなくなるので、運動不足から「生活習慣病」になる危険性もあります。

◆◆3歳までの関わりで特に大切なこと◆◆

- ・十分な親子関係を築く大切な時期。親に甘えることができた“安心感”が「自立しよう」という意欲のもとになります。
- ・子どもが言葉を発する前から、言葉をかけましょう。保護者の語りかけを子どもは待っています。
- ・言葉やスキンシップで肯定し、認めましょう。

で・き・る・こ・と・か・ら メディア糸魚川ルール

- 糸魚川市では「9歳までは、ゲーム機・スマートフォンは持たせない」を合言葉に、外遊びやふれあい遊びを推進しています。
- 授乳中や子どもの前で、ゲーム機、スマホはかまわない。(ママは自分よりスマホが大切なんだと誤解します)
- 一日のゲーム、テレビ合計時間は2時間以内がおすすめ。

◆◆子どもはほめて伸ばす◆◆

●子どもは、保護者に注目してもらいたい(見て!見て!),認めてもらいたい、ほめてもらいたがっています。ほめられると意欲のもとになります。

- ・子どもの良い行動(望ましい行動、増やしたい行動)は、すぐに認めてほめましょう。
- ・困る行動、してほしくない行動には、注目や反応はしない。注目、反応することでそれらの行動が増えることがあります。感情的にならない、大きな声で怒鳴ったり、暴力(体罰)はしない。替わりにしてほしい行動を教えて待ちましょう。困る行動が止んだら、すぐにほめましょう。
- ・危険な行動は、きっぱり禁止し、良い行動を教え、危険行動が止んだらすぐにほめましょう。

◆◆空想の世界より実体験 子どもの社会性を伸ばそう◆◆

●テレビゲーム等の空想の世界の1人遊びにより、実体験に乏しく友だちとの関わりがもてない子どもや自分の気持ちを言葉にすることが苦手な子どもが増えています。

- ・子どもは体験の中から言葉や人との関わりを学びます。
- ・「危ないからさせない」ではなく、危ない経験こそ生きていく上で必要です。
- ・小さいうちから、いろいろな体験をさせて、子どもと今日あったことを話しましょう。

●子どもを客観的に見てみよう。思わぬ発見があります。

- ・集団の中で子どもがどういう存在であり、どういった行動をとるか等を客観的に見てみましょう。
- ・いつも同じ仲間だけでなく、様々な機会を利用して積極的に友達を作りましょう





子どもの保育サービス

困った時は、いろんなサービスを利用しよう！



◆◆保育サービス◆◆

一時保育

※実施保育所は、10～11 ページ〔保育園一覧表〕の一時保育欄に「○」がある保育園です。

病気、出産、冠婚葬祭、育児疲れ等の理由により保育できないときに利用できるサービスです。

- 対象…月齢4か月から小学校入学前までの乳幼児
- 保育期間…月～金曜日 8：00～16：00
- 利用回数…週3日（私的理由による利用は週1日）以内

✿その他やむを得ない理由があるときは、保育園またはこども課へご相談ください。

休日保育

土曜・日曜・祝日に、就労等の理由により家庭で保育できないときに利用できるサービスです。

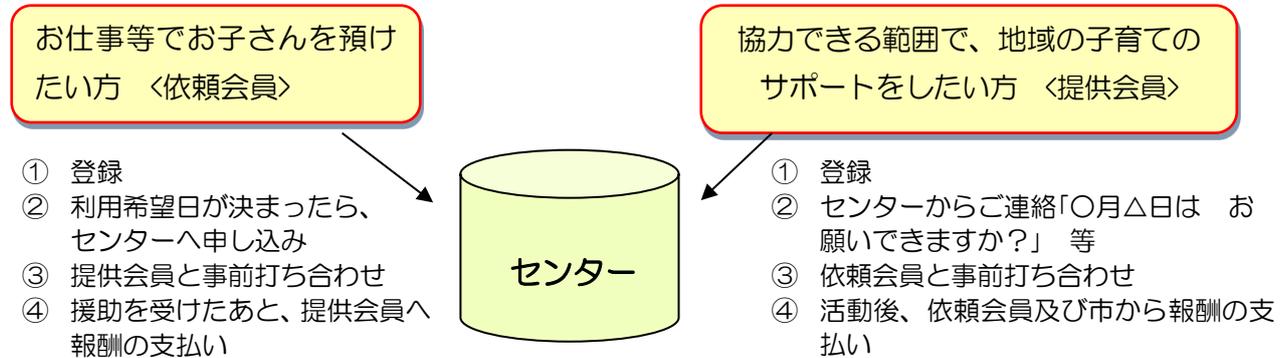
- 対象…市内の保育園・幼稚園へ通園している児童
- 時間…9：00～18：00（時間外は応相談）
- 保育施設…ヴィラオレッタキッズランド（ひまわり保育園内） ☎025-550-1588

【窓口】 こども課こども支援室 子育て支援係

◆◆ファミリーサポートセンター事業◆◆

保育園児・小学生の子どもの送り迎え、預かりや、保護者の病気・急な用事の子どもの預かりなど、育児の援助を受けたいときに提供会員により協力していただくものです。

提供会員には活動時間に応じた報酬が支払われます。



提供会員（子育てのお手伝いをしてくださる方）を募集しています。

◎募集要件

- ・市内在住の子どもの好きな方
- ・自宅での子どもの預かりが可能な方
- ・年齢 20 歳以上の方
- ・資格、経験は不問です。

◎申込方法

入会申込書に必要事項を記入の上、こども課に提出願ひます。

【窓口】

こども課こども支援室 子育て支援係
025-552-1511（代）
子育て支援センター 025-552-0882

◆◆病児・病後児保育◆◆

病気又は病気の回復期で、集団又は家庭で保育ができない児童を一時的に預かる事業です。

◎対象児童	市内に住所を有する生後2か月から小学校6年生までの児童で、病気又は病気の回復期にあつて、当面の症状の急変が認められず、保護者の勤務等の都合により、集団又は家庭での保育が困難であり、病児又は病後児保育室の利用が可能であると医師が認めた児童
◎実施施設	<ul style="list-style-type: none"> ・病児保育室シオ 糸魚川市南押上 1 丁目 16 番 3 号 ・病後児保育室マグノリア 糸魚川市南押上 1 丁目 16 番 28 号 ☎ 025-556-6222
◎利用定員	各室 1 日あたり 5 人
◎利用日時	月曜日から土曜日まで（祝日、年末年始は除く） 月曜日から金曜日 午前 8 時 00 分から午後 5 時 30 分まで 土曜日 午前 8 時 00 分から午後 0 時 30 分まで 
◎利用料金	1 人あたり 1 日につき 500 円 ※利用月の翌月に納入通知書をお送りしますので、市内金融機関でお支払いください。 ※生活保護世帯は無料です。
◎利用方法	①事前登録 病児・病後児保育事業登録申請書をこども課、能生事務所、青海事務所、病児・病後児保育室のいずれかに提出してください。 ②受診 かかりつけ医の診察を受け、医師連絡票を作成してもらいます。 ③予約 原則、利用希望日の前日 8：00～17：30（月曜日利用の場合は金曜日の 17：30）までに病児又は病後児保育室に予約をしてください。 予約をキャンセルする場合も 8：00～17：30 までに連絡をしてください。 ただし、利用当日のキャンセルについては、8：00～8：30 までに必ず連絡してください。 ④利用当日 必要な持ち物をご持参ください。当日のお子さんの様子をお聞きし、医師が状態を確認してから利用開始となります。
◎持ち物 ※すべての持ち物に名前を記入してください。	①医師連絡票 ②利用申込書 ③与薬依頼書 ④加入医療保険資格情報が分かる書類 ⑤子ども医療費受給者証 ⑥母子健康手帳 ⑦医師から処方された薬（1 回分ずつ記名） ⑧薬剤情報提供書又はお薬手帳 ⑨お弁当、おやつ、飲み物 ⑩着替え（2～3 組程度） ⑪紙おむつ、おしり拭き ⑫大きめのビニール袋 ⑬粉ミルク ⑭哺乳瓶 ⑮食事用エプロン・スタイ ⑯タオル類 ⑰保育園、幼稚園の連絡帳 ⑱お気に入りのおもちゃ、DVD など ※食物アレルギーのお子さんは、食物アレルギー診断書をお持ちください。 ※お弁当、おやつ、その他持ち物で不足した物は『有料』で提供することができます。
◎注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・お迎えの時間は守ってください。 ・利用定員に達している時又はお子さんの症状により利用できない場合があります。
◎その他	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園等に通っている間に具合が悪くなった場合の送迎対応もあります。 ・必要書類は、こども課、能生事務所、青海事務所、糸魚川こどもクリニックにあります。市役所又は糸魚川こどもクリニックのホームページからダウンロードできます。



糸魚川市内の保育園・幼稚園・小学校

◆◆保育料の軽減◆◆ -保護者の経済的負担を軽減しています-

- ・3歳以上のお子さんの保育料は、無料です。
- ・市内の市立・私立保育園の入園児童の保護者に対しての保育料は、国の定めた基準より軽減した金額となっています。
- ・18歳未満のお子さんが3人以上いる世帯には、第3子以降の保育料の無料化を実施しています。

◆◆保育園◆◆

	園名	対象年齢	保育時間(平日)	保育時間(土曜日)	一時保育	障害児	送迎バス
市立保育園	大和川保育園 大和川 978 ☎552-3142	4か月児～	8:00～16:00 <延長> 7:30～18:30	8:00～11:30 <延長なし>	×	○	×
	西海保育園 水保 1843 ☎552-0712				×	○	×
	糸魚川東保育園 東寺町 2-4-2 ☎550-1525				×	○	×
	中央保育園 横町 2-7-20 ☎552-0783				○	○	×
	やまのい保育園 上刈 1-14-1 ☎552-1325				×	○	×
	大野保育園 大野 1980-1 ☎552-7500				×	○	×
	寺地保育園 寺地 150-1 ☎562-2032	4か月児～ 2歳児	○	○	×		
私立保育園	筒石保育園 筒石 369-2 ☎567-2546	3か月児～	8:00～16:00 <延長>7:30～19:00	8:00～12:00 <延長は応相談>	×	○	×
	いずみ保育園 能生 1170-30 ☎566-2184	4か月児～	8:00～16:00 <延長>7:30～18:30	8:00～12:00 <延長は応相談>	×	○	×
	木浦保育園 木浦 3780 ☎566-3001	4か月児～	8:00～16:00 <延長>7:20～19:00	8:00～12:00 <延長は応相談>	×	○	×
	はやかわ保育園 上覚 33 ☎555-4004	4か月児～	8:00～16:30 <延長>7:40～18:30	8:00～12:00 <延長なし>	○	○	○
	いくみ保育園 田伏 1208 ☎555-4344	3か月児～	8:00～16:00 <延長>7:30～18:30	8:00～12:00 <延長なし>	○	○	×
へき地	根知保育園(休園) 山口 120-2			—			

◆◆幼稚園(市立)◆◆

園名	対象年齢	保育時間(平日)	保育時間(土曜日)	一時保育	障害児	送迎バス
田沢幼稚園 田海 13-2 ☎562-2002	3歳児～	8:00～16:00 (16:00～18:30)	8:30～11:30	×	○	○
青海幼稚園 青海 675 ☎562-2019	3歳児～	★注	<延長なし>	×	○	○

★注) はいくる 田沢、青海幼稚園の閉園後に保護者のお迎えまで園児をお預かりします。(田沢・青海幼稚園児限定)
詳細はお問い合わせください。

【窓口】 こども課こども支援室 子育て支援係

◆◆認定こども園（私立）◆◆

園名	認定	対象年齢	保育時間(平日)	保育時間(土曜日)	一時保育	障害児	送迎バス
糸魚川カトリック 天使幼稚園 中央 2-1-40 ☎552-1216	1号	3歳児～	8:30～14:30 ＜延長＞ 8:00～18:00	8:00～11:30 (預かり保育) ＜延長なし＞	×	○	○
	2・3号	1歳児～	8:00～16:00 ＜延長＞ 7:30～18:30				
糸魚川幼稚園 寺町 1-7-12 ☎552-4119	1号	3歳児～	9:00～15:00 ＜延長＞ 8:00～18:00	8:00～11:15 (月1回) ＜延長なし＞	×	○	○
	2・3号	1歳児～	8:00～16:00 ＜延長＞ 8:00～18:00				
能生保育園 能生 6856-7 ☎566-4743	1号	3歳児～	8:00～15:00 ＜延長＞ 7:30～18:30	8:00～12:00 ＜延長は応相談＞	○	○	○
	2・3号	産休明け～	8:00～16:00 ＜延長＞ 7:30～18:30				
おひさま保育園 小見 890-3 ☎566-2705	1号	3歳児～	8:00～15:00 ＜延長＞ 7:30～18:30	8:00～12:00 ＜延長は応相談＞	○	○	○
	2・3号	産休明け～	8:00～16:00 ＜延長＞ 7:30～18:30				

★詳細は各園にお問い合わせください

◆◆地域型保育事業所（私立）◆◆

園名	対象年齢	保育時間(平日)	保育時間(土曜日)	一時保育	障害児	送迎バス
ひまわり保育園 寺島 3-2-40 ☎550-1588	産休明け～ 2歳児	8:00～16:00 ＜延長＞ 7:30～18:30	8:00～16:00 ＜延長は応相談＞	○	○	×

◆◆小学校◆◆

小 学 校					
磯部小学校	☎567-2200	大和川小学校	☎552-3115	根知小学校	☎558-2100
能生小学校	☎566-2026	西海小学校	☎552-3811	田沢小学校	☎562-2215
南能生小学校	☎568-2011	糸魚川東小学校	☎552-2700	青海小学校	☎562-2027
中能生小学校	☎566-2702	糸魚川小学校	☎552-0042	ひすいの里総合学校	☎553-1731
下早川小学校	☎555-2107	大野小学校	☎552-0095		

◆◆放課後児童クラブ室◆◆

就労等で放課後保護者がいない家庭の小学生を対象に学童保育を行っています。

＜料金＞ 月額 6,000 円（10 日未満の利用の場合は、利用日数×600 円）

※8 月のみ月額 8,000 円（10 日未満の利用の場合は、利用日数×800 円）

＜開設時間＞ 平日：14:00～18:00 土曜・長期休業期間：8:00～18:00

※18：30 まで延長利用ができます。（100 円／1 回）

土曜・長期休業期間は 7：30 から早朝利用ができます。（100 円／1 回）



能生	能生小学校内 ☎080-8726-6911	西海	西海小学校内 ☎090-7849-8963	大野	大野小学校内 ☎090-8872-3510
下早川	下早川小学校内 ☎080-1121-7936	糸魚川東	糸魚川東小学校内 ☎025-552-3515	田沢	田沢地区公民館内 ☎090-5435-8571
大和川	大和川小学校内 ☎025-553-2221	糸魚川	糸魚川小学校内 ☎025-553-0369	青海	青海小学校内 ☎090-7835-6076

【窓口】 子育て課 子育て支援室 子育て支援係

♡ みんなで一緒に仲間づくり

◆◆乳幼児を対象にした事業◆◆

事業名	内容	会場	実施時間等	問合せ先
すこやか育児相談 (旧おっぱい相談)	【各種相談】 ●母乳 ●栄養 ●育児 ●身体計測 など	保健センター等	保健カレンダーに掲載	こども課
ハッピー育児会 (要予約) (5~6か月児)	離乳食の話、調理実習 個別相談		年6回 9:45~11:00	
ステップアップ離乳食講座 (要予約)	離乳食の話、調理実習 個別相談		年8回 9:45~11:00	
すくすく赤ちゃん広場 (要予約)	小児科医の話、 子育ての話 など		年6回 (産前・産後サポート事業として実施)	
子育て応援講座	親子遊び、テーマ学習	青海総合福祉会館 ふれあい 他	糸魚川市公式LINE、 ホームページに掲載	糸魚川・青海・ 能生・東部 各子育て支援 センター
子育て支援センター	親子遊び、季節の行 事、保育園や地域の 人との交流、育児相談	糸魚川・青海・能生・東部子育て支援センター 9:00~11:30、13:00~15:30 (月~金) 〔第1土曜日:糸魚川、第2土曜日:東部〕 〔第3土曜日:青海、第4土曜日:能生〕 〔第5土曜日:休室〕 土曜日の開設時間は9:00~11:30		
親子文庫アイアイ	絵本の読み聞かせ、エプ ロンシアター、リズム遊 び、紙芝居など	きらら青海	毎月第2木曜日 10:30~11:30	
かるがも教室 (青海地域)	体を使う遊び、野外 行事、リトミックなど	青海総合福祉会館 ふれあい	毎週火、第2・4金曜日 9:30~11:30	青海子育て 支援センター

◆◆幼児・小学生を対象にした事業◆◆

事業名	内容	会場	実施時間等	問合せ先
児童館活動	こども祭り、季節行事、 伝承遊び	能生児童館	能生地域情報誌に掲載	能生児童館
おはなしランド	絵本の読み聞かせ	能生児童館	第2・4土曜日 10:30~11:00 (変更になる場合があります)	能生図書館
おはなし会	絵本の読み聞かせ、紙芝居	糸魚川 市民図書館	第2土曜日 10:30~11:30 第4土曜日 10:30~11:30	糸魚川図書館
土よう子ども会	絵本の読み聞かせ、民話、紙 芝居、手遊びなど	青海図書館	第2土曜日 10:30~11:00	青海図書館

【問合せ】

糸魚川市教育委員会事務局こども課 ☎025-552-1511 (代)

糸魚川子育て支援センター ☎025-552-0882 糸魚川市民図書館 ☎025-552-6330

東部子育て支援センター ☎025-555-4198 能生図書館 ☎025-566-3334

青海子育て支援センター ☎025-562-1076 青海図書館 ☎025-562-2441

能生子育て支援センター ☎025-566-5582 能生児童館 ☎025-566-5581



福祉サービス

◆◆福祉サービス◆◆

ひとり親家庭福祉制度

ひとり親になった場合、次のような制度があります。

- 児童扶養手当
対象年の所得を所得制限限度額と比較し、手当を支給します。
支給は年6回各11日が振込み日です。
- ひとり親家庭等医療費の助成
子どもの医療費（保険適用分）を全額助成します。また、父又は母、養育者の医療費（保険適用分）を一部助成します。
- 自立支援教育訓練給付金、高等職業訓練促進給付金等
母又は父が教育訓練講座や養成機関で6月以上のカリキュラムを受講する場合に費用の一部を支給します。

【窓口】 こども課こども支援室 子育て支援係、能生・青海事務所 住民係

障害を持つ子どもへの福祉制度

障害がわかった場合、障害の程度により各種制度が利用できます。

- 重度心身障害者医療費助成
医療費、薬剤費の自己負担額を助成します。
- 特別児童扶養手当（年3回支給）
20歳までの子どもを養育している父又は母、養育者に手当を支給します。
- 障害児福祉手当（年4回支給）
20歳までの常時介護が必要な子どもに手当を支給します。

【窓口】 福祉事務所 福祉サービス係、能生・青海事務所 住民係

◆◆子どもの発達が心配な時は◆◆

発達支援センターめだか園

遊びを通してお子さんの発達を支援し、日常生活における基本的な動作の習得や集団生活への適応を促すことを目的とした療育教室を行っています。教室で行う療育プレーでは、待つ力、聞く力、次の活動へと切り替える力、自分でやろうとする力、集団に適応できる力などを養い、心身の発達を促しています。

- 子育て相談 月～金曜日 9:00～16:00
- 療育支援（めだか教室、さくらんぼ教室、たけのこ教室、ひまわり教室）
開催日はお問い合わせください。
- 子どものことばとこころの発達相談
言語聴覚士・臨床心理士による相談会です。開催日はお問い合わせください。
開催日時：木曜日（月1回） 9:00～11:30（予約制）
会場：発達支援センターめだか園
- からだと運動の発達相談
理学療法士による相談会です。開催日はお問い合わせください。
開催日時：木曜日（月1回） 9:00～11:30（予約制）
会場：発達支援センターめだか園

【窓口】 めだか園（やまのい保育園併設） ☎025-552-8322



子どもとおでかけ

市内で遊べる施設をご紹介します。

■糸魚川ジオステーション ジオパル

○ジオパーク観光インフォメーションセンター、キハ52待合室
8:30~19:00

○ジオラマ鉄道模型ステーション

【平日】 10:00~18:00

【土日・祝日】 9:00~18:30

【休館日】 1月1日

(問合せ) 糸魚川市観光協会



☎025-555-7344

■ビーチホールまがたま 1階児童室

自由に利用できます。

9:00~17:00

(問合せ) ビーチホールまがたま

☎025-553-1670

■能生児童館

こま、おはじき、けん玉など伝承遊びや、卓球、なわとび、竹馬など体を使った遊び、
工作などいろいろな遊びを体験できます。また、季節ごとの行事や体験教室など行っています。

【平日】 13:00~17:00

【土日・祝日】 9:30~17:00

※夏休み期間中は平日でも9:30~17:00まで開館

(問合せ) 能生児童館

☎025-566-5581

■子育て支援センター(赤ちゃん、就学前のお子さん対象)

お子さんとのふれあい遊びや育児相談の他、子育てに役立つ講座・健康教室等さまざまな
イベントを行っています。

【平日】 9:00~15:30 ※土曜日開室あり。詳しくはHPをご覧ください。

○糸魚川子育て支援センター(やまのい保育園内)

☎025-552-0882

○糸魚川東部子育て支援センター(はやかわ保育園内)

☎025-555-4198

○青海子育て支援センター(青海総合福祉会館内)

☎025-562-1076

○能生子育て支援センター(能生児童館内)

☎025-566-5582

■ふれあい児童館(小学1年生~3年生対象)

青海地域の名引支館、八久保支館を会場に、子どもが遊んだり、勉強したりする場を提供します。

○名引支館 毎週火曜日 15:00~17:00

○八久保支館 毎週水曜日 15:00~17:00

※両地区とも、祝日にあたる場合はお休み

(問合せ) 青海地区社会福祉協議会

☎025-562-1212

子どもの急な病気のと看に

■夜間・休日に具合が悪くなつたときは…

お子さんの具合が悪くなり、かかりつけ医で診療ができない時は、
糸魚川市消防本部（☎552-0119）で救急医療機関をご確認ください。

【救急車が必要な場合：☎119】

携帯電話からの119番は上越市の消防本部にかかります。

→市町村名を伝えると糸魚川市の消防本部へ転送されます。

■夜間小児救急医療電話相談

夜間にお子さん（15歳未満）の急な病気やケガで困っている方のために、
電話で相談を行っています。

◆TEL 県内のプッシュ回線・携帯電話からは

8000 ダイヤル回線・IP電話・PHSからは **025-288-2525** 母・パパ ニュニコ

◆相談時間 毎日 午後7時から翌朝午前8時まで

◆料金 無料（ただし、通話料はご負担いただきます）

経験豊富な看護師などが医療機関の受診の必要性や、対処方法等について助言します。

※この電話相談は、診療行為、医療行為ではなく、電話での助言により相談者の判断の参考としていただくものです。

◆問合せ 新潟県福祉保健部医務薬事課地域医療班 025-280-5183

■こどもの救急（ウェブサイト）

夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。
パソコンやスマートフォンの検索サイトで「こどもの救急」と入力してください。



このサイトではお子さん（生後1か月～6歳）の症状に合わせた対処方法について紹介しています。このサイトに掲載されている情報は、公益社団法人 日本小児科学会により監修されています。

<お願い> 病院を受診するかどうかの判断は、ご自身でお願いします。

【問合せ】糸魚川市教育委員会事務局こども課

552-1511（代）



糸魚川市内の医療機関

一般診療 医療機関名(五十音順) / 診療科目

病 院

糸魚川総合病院 糸魚川市竹ヶ花 457-1 TEL 552-0280	小児科 産科・婦人科 他診療科目あり	よしだ病院 糸魚川市横町 5-9-12 TEL 553-0711	整形外科 リハビリテーション科
---------------------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------

診 療 所

安藤医院 糸魚川市寺町 1-6-15 TEL 552-8111	内科 消化器内科	なかむらこどもクリニック 糸魚川市横町 2-3-6 TEL 552-1228	小児科
石田眼科糸魚川クリニック 糸魚川市横町 5-6-52 TEL 552-9995	眼科	能生国民健康保険診療所 糸魚川市大沢 401-2 TEL 566-2712	内科 外科
糸魚川こどもクリニック 糸魚川市南押上 1-16-3 TEL 556-6255	小児科	原田医院 糸魚川市横町 3-2-3 TEL 552-1233	内科 消化器内科
梅田クリニック 糸魚川市一の宮 1-1-39 TEL 550-6123	泌尿器科 内科 皮膚科	ひまわり内科 糸魚川市東寺町 1-4-6 TEL 553-1030	内科 胃腸科
さいとう内科クリニック 糸魚川市上刈 4-8-5 TEL 553-1844	内科	ひめかわ美野クリニック 糸魚川市南寺町 2-10-30 TEL 552-9946	脳神経外科 リハビリテーション科
しまだ医院 糸魚川市西谷内 53-5 TEL 555-2622	内科 消化器内科 眼科他	真部外科医院 糸魚川市能生 6905 TEL 566-2028	外科 胃腸科 内科
すすき医院 糸魚川市南押上 3-4-3 TEL 553-1750	外科 内科 胃腸科	メド アグリ クリニックいといがわ (訪問診療所) 糸魚川市本町 12-31 TEL 555-7776	内科
高田西城会糸魚川診療所 糸魚川市南寺町 1-1-6 TEL 552-0768	精神科	山本医院 糸魚川市寺地 232-1 TEL 562-2456	小児科 内科
谷ハートクリニック 糸魚川市大町 2-6-8 TEL 555-7320	内科 循環器内科	わかば内科クリニック 糸魚川市平牛 2124 TEL 555-7878	内科 消化器内科

歯 科	高島歯科医院 糸魚川市能生 7006 TEL 566-2040	藤浪歯科医院 糸魚川市青海 4608-1 TEL 562-5881
あべ歯科クリニック 糸魚川市新鉄 2-12-14 TEL 552-0214	月岡歯科医院 糸魚川市新鉄 1-3-3 TEL 553-0828	細山歯科医院 糸魚川市寺町 3-5-34 TEL 552-9545
インター歯科 糸魚川市横町 5-5-24 TEL 552-2341	永野歯科・矯正歯科医院 糸魚川市本町 10-1 TEL 552-1259	森歯科医院 糸魚川市田海 5333 TEL 562-2154
倉石歯科医院 糸魚川市東寺町 2-2-63 TEL 550-6155	新田歯科医院 糸魚川市南押上 2-2-20 TEL 552-2131	山岸歯科医院 糸魚川市能生 2318-1 TEL 566-4488
すがはら歯科医院 糸魚川市須沢 2636 TEL 562-1182	早川歯科医院 糸魚川市滝川原 700-1 TEL 555-3433	渡辺歯科医院 糸魚川市須沢 3459 TEL 562-5525

◆◆病気の時のQ&A◆◆

◎時間外に子どもが急に具合が悪くなった時はどうしたら良いの？

①まずは電話で相談をしてください。お子さんの状態（発熱、下痢、嘔吐、機嫌、食欲など）についてお聞きます。その上で受診が直ぐに必要なか、朝まで様子が見られそうかをご家族とご相談させてもらっています。

※平日でも午後の診察をしていない病院もあります。

突然外来に来られる方がいますが、まず電話で相談をしてからにしてください。

◎熱が高いと心配で直ぐに診て欲しいと思うのですが？

①熱があってもお家に解熱剤があって、水分がとれて、休めるようなら、一晩様子を見ても大丈夫な場合が多いです。解熱剤の使い方としては、使用間隔に注意してください。氷枕や保冷剤などで脇の下、頭、股などを冷やしてあげると熱が下がりやすいです。

◎早めに受診したほうが良い状態はどんな時ですか？

①嘔吐を繰り返す場合と血便が出る場合は、早めに相談して頂きたいですね。また、普段の様子と見比べて「これは明らかにおかしい、変だぞ」と思う時は、早めに相談してください。

◎救急で行くと小児科以外の先生が診てくれるのは何だか心配ですが、大丈夫ですか？

①夜間の救急で小児科医が当番にあたるのは、月4回程度です。救急診療マニュアルをつくり他科の医師が対応できるようにしています。どうしても小児科医の判断が必要な場合は、連絡をとりあっていますし、必要な場合は病院に来てもらうこともあります。

今すぐ診て欲しい気持ちもわかるのですが、まずは
かかりつけの医院に電話で相談するのが一番ですね。

ご相談はこちらへ

◆◆ 妊娠や子育てに関する相談 ◆◆

こども課こども支援室（こども家庭センター）

（月～金）8：30～17：15

☎025-552-1511(代)

◆◆ 言葉の問題、障害児の養育相談 ◆◆

■ひすいの里総合学校 （月～金）8：30～16：30

☎025-553-1731

■ことばの教室 こども教育課 （月～金）8：30～17：15

☎025-552-1511(代)

■発達通級指導教室 （月～金）8：30～16：30

・糸魚川小学校内

☎025-552-0042

・糸魚川東小学校内

☎025-552-2700

・大和川小学校内

☎025-552-3115

・能生小学校内

☎025-566-2026

・田沢小学校内

☎025-562-2215

・糸魚川中学校内

☎025-552-1267

■発達支援センターめだか園 （月～金）9：00～16：00

☎025-552-8322

◆◆ 学校教育、いじめ、不登校などの相談 ◆◆

まずは登校している学校の担任または養護教員・クラブ顧問の先生にご相談ください。

■こども教育課 （月～金）8：30～17：15

☎025-552-1511(代)

■糸魚川市適応指導教室（ひすいルーム）（月～金）9：00～14：30

☎025-553-1651

◇いろいろな理由で学校を休んでいる小・中学生のために適応指導教室を開設しています。

■新潟県いじめ相談電話（24時間受付）

☎025-285-1212

◇いじめについて、子どもや保護者からの相談に応じています。

■新潟県立教育センター教育相談 （月～金）9：10～16：00

☎025-263-4737

（月～金）9：00～17：00

☎025-263-9029

■新潟県教育委員会 生徒指導課 いじめ対策室

（月～金）8：30～17：15

☎025-280-5124

◇青少年や保護者の悩みに関して、どこに相談したらよいかわからない場合、適切な相談機関を紹介するなどの支援を行っています。

◆◆18歳までの子どもに関するあらゆる相談◆◆

糸魚川市ファミリーHOTライン

お子さんやご家族に関するいろいろな悩み事や困り事、育児について相談できます。

糸魚川市教育委員会事務局 こども課こども支援室（こども家庭センター）

月～金 8:30～17:15 直通電話☎025-550-1008

家庭訪問にも応じていますので、まずはお電話にてご連絡ください。

◆◆養育上の悩み、児童虐待などの児童福祉相談◆◆

■こども課こども支援室（こども家庭センター）（月～金）8:30～17:15 ☎025-552-1511(代)

■上越児童相談所（月～金）8:30～17:15 ☎025-524-3355

■児童相談所虐待対応ダイヤル（24時間受付、通話料無料）☎189



お住まいの地域の児童相談所につながります。



■親子のための相談 LINE

（月～金）9:00～17:00

詳しくはこちら

■新潟県女性福祉相談所

新潟県子ども・女性電話相談

（毎日）9:00～22:00 ☎025-382-4152

DV・児童虐待相談フリーダイヤル

（毎日）9:00～22:00 ☎0120-26-2928

— 各制度・施設の問い合わせ先 —

糸魚川市役所

〒941-8501

糸魚川市一の宮 1-2-5

☎552-1511（代）

青海事務所

〒949-0392

糸魚川市大字青海 4652-1

☎562-2260（代）

能生事務所

〒949-1352

糸魚川市大字能生 1941-2

☎566-3111（代）

[教育委員会事務局こども課 メールアドレス kodomo@city.itoigawa.lg.jp](mailto:kodomo@city.itoigawa.lg.jp)

編集後記

毎日子育てに追われているお父さん、お母さんたちが、少しでも気持ちを楽しんで子どもと接することができるようにと、この本を作製しました。

どうぞ本誌を手に、この時期を明るく楽しく過ごしてください。

皆さんに「糸魚川で子育てができて良かった」と振り返れる日がきますように。