

こども・子育てに関する相談窓口

相談窓口・相談機関名	電話・FAX・メールアドレス	所在地	備考
------------	----------------	-----	----

◆子どもの悩みや心配事について

奈良県中央こども家庭相談センター	TEL : 0742-26-3788 FAX : 0742-26-5651	〒630-8306 奈良市紀寺町 833	月～金 9時～17時 (祝日・年末年始を除く) ※ただし、児童虐待に関する通告は休日・夜間にかかわらず24時間受付します。
児童家庭支援センターあすか	TEL : 0744-44-5800	〒633-0053 桜井市谷 480 番地 -3	月～土 9時～17時 ※緊急の場合は、日曜・祝日・夜間についても受付しています。
児童家庭支援センターてんり	TEL : 0743-63-8162	〒632-0018 天理市別所町 715-3	月～金、日 (祝日も開所) 10時～19時

◆救急医療について

子どもと家庭テレホン相談 (県中央こども家庭相談センター)	TEL : 0742-23-4152		月～金 : 9時～20時 土・日・祝日 : 9時～16時 (祝日・年末年始を除く)
小児救急医療電話相談	#8000 (プッシュ回線・携帯電話) TEL : 0742-20-8119 (ダイヤル回線・IP電話)		平 日 : 18時～翌朝8時 土 日 : 13時～翌朝8時 日・祝・年末年始 (12月29日～1月3日) : 8時～翌朝8時

◆救急医療について

奈良県救急安心センター相談ダイヤル	#7119 (プッシュ回線・携帯電話) TEL : 0744-20-0119 (ダイヤル回線・IP電話)		24時間
こども救急医療電話相談	#8000 (プッシュ回線・携帯電話) TEL : 0742-20-8119 (ダイヤル回線・IP電話)		平 日 : 18時～翌朝8時 土 日 : 13時～翌朝8時 日・祝・年末年始 (12月29日～1月3日) : 8時～翌朝8時

◆医療に関する相談について (医療に関する相談を考えている方へ)

郡山保健所 総務課	TEL : 0743-51-0191 FAX : 0743-52-6095	〒639-1041 大和郡山市満願寺町 60-1 郡山総合庁舎内	月～金 (祝日・年末年始を除く) 9時～16時 (12時～13時を除く)
-----------	--	--	--

◆健康相談について

郡山保健所 健康増進課	TEL : 0743-51-0194 FAX : 0743-52-6095	〒639-1041 大和郡山市満願寺町 60-1 郡山総合庁舎内	
-------------	--	--	--

◆不妊相談について

奈良県不妊専門相談センター	TEL : 0744-22-0311	〒634-8502 橿原市内膳町 5-5-8 (奈良県医師会館内)	◎電話相談 毎週金曜日 : 13時～16時 ◎面接相談 (予約制) 第2金曜日 : 13時～16時
---------------	--------------------	---	--

◆女性の悩みや心配事について

奈良県女性センター	TEL : 0742-22-1240	〒630-8216 奈良市東向町 6	◎一般相談 (休館日を除く) 火～金 : 9時30分～18時 土 日 : 9時30分～20時 日・祝 : 9時30分～17時 ◎弁護士相談 : 週3回 (予約制)
-----------	--------------------	-----------------------	---

◆女性の悩みやDV相談について

奈良県中央こども家庭相談センター	TEL : 0742-22-4083	〒630-8306 奈良市紀寺町 833	月～金 ◎面接相談 : 9時～16時 ◎電話相談 : 9時～20時
------------------	--------------------	-------------------------	---

◆働く女性のための相談について

奈良県女性センター	TEL : 0742-27-2302	〒630-8216 奈良市東向町 6	面接相談 (予約制)・電話相談 (休館日・祝日を除く) 火・水・木・土 : 9時30分～17時 (12時30分～13時30分を除く)
-----------	--------------------	-----------------------	---

◆人権相談・犯罪被害者等支援相談について

県人権施策課	TEL : 0742-27-8726 FAX : 0742-27-8721	〒630-8501 奈良市登大路町 30	月～金 8時30分～17時15分
--------	--	-------------------------	---------------------

発行元:大和郡山市 福祉健康づくり部 こども福祉課 〒639-1198 奈良県大和郡山市北郡山町248-4 ☎0743-53-1151

ようこそ赤ちゃん!!

子育ていろいろな情報



大和郡山市

ようこそ赤ちゃん!



大和郡山市長 上田 清

少子化になかなか歯止めがかからないこの時代だからこそ

ようこそ赤ちゃん!と

笑顔で迎えた小さな小さな生命を

力を合わせてしっかりと育てていきたいものですね

そのためには

子育ての智恵や工夫に学んだり

いろいろな情報を集めたりすることがもちろん大切ですが

あわせて

互いに支えあい、助けあい、補いあうことのできる

そんな地域づくりが強く求められているのではないのでしょうか

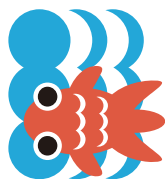
それは

子どもと大人がともに育つことのできる地域でもあります

そんな思いから誕生したこの冊子

一人でも多くの方々にご活用いただくことを

心から願っております



INDEX

マタニティライフ

赤ちゃんが生まれる

まずは病院へ4
ママ・パパクラス6

ようこそ赤ちゃん

赤ちゃんが生まれたら7

やっぱり気になるお金のこと

すべてのお母さんに8

働きながらのマタニティライフ

両立のポイント9
働く女性・男性のための出産、育児に関する制度10
働きながら子育てする場合に利用できる制度11
お父さんだって育児休業がとれます!12

夫婦で子育て

お父さんだってできるんだ!13

ようこそ赤ちゃん

赤ちゃんの健康

赤ちゃんの健康(健診・相談など)15-16

赤ちゃんの食事

.....17-19

のびのび子育て

子育てのお勉強をしたい

子育て教室はじめてえほん20

気軽に集まって話したい!

親子たんたん広場・たんたん三の丸・たんたんついで
たんたん郡高・たんたんかたぎり21
びよびよ絵本ひろば・きんとつと広場22

サークルに入りたい!

.....22

あそびにおいて

.....23-24

みんなで子育て

保育園・認定子ども園に入りたい25-26

幼稚園に入りたい27-29

こどもサポートセンター30-31

児童館・子育て短期支援事業32

学童保育33

児童虐待ってなんだろう










みんなで防ぐ!子どもへの虐待34-35

子育て支援マップ

.....36-37



子育て応援ナビ

	妊娠中	赤ちゃん誕生	生後1か月ごろまで	生後3~4か月	生後6か月ごろ	1歳ごろ	1歳6か月ごろ	3歳ごろ	6歳
赤ちゃんの発達									
届出	母子健康手帳 妊婦健康診査補助券	出生届 乳幼児等医療費の助成・児童手当など							
健診	妊婦健診			4か月児健診	7か月児健診	12か月児育児相談	1歳6か月児健診	3歳児健診	就学時健診
予防接種		予防接種を受けましょう		BCG 1回 ヒブ・小児の肺炎球菌 (接種開始時期により接種回数かわる) ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ B型肝炎 3回 ロタ 1価2回 5価3回	1歳未満 1歳未満 1歳未満	1期初回3回・追加1回 麻疹・風しん 1期1回 水痘(水ぼうそう) 2回	1~2歳未満	2ヵ月~5歳未満 7歳6ヵ月未満 日本脳炎 1期初回2回・追加1回	就学時健診 ※2期DTは11~13歳未満 ※2期は9~13歳未満 麻疹・風しん 小学校就学前の1年間1回
訪問	妊婦家庭訪問	出生れんらくカードを出しましょう	こんにちは赤ちゃん(乳児・産婦家庭訪問)						
教室	ママババクラス 妊婦相談			子育て教室 助産師相談	4ヵ月~7ヵ月未満 育児相談(歯の相談・栄養相談)				
集いの場所				子育て世代包括支援センター(妊娠・出産・子育てに関する総合相談窓口)			地域子育て支援センター 子育てサークル		

※最新の情報は広報紙「つながり」などでご確認ください。

同じ月齢の赤ちゃんに比べて、発達が遅いかも...からだが小さいので心配しています。

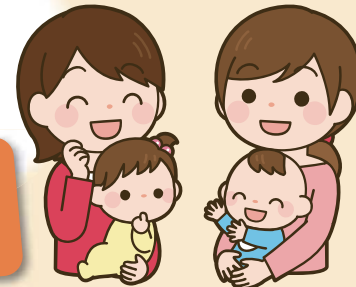


子どもが生まれてからは赤ちゃん中心の生活です。休日は夫に赤ちゃんの世話を頼みたいのに、自分ばかり遊びに行ってしまうのでイライラしています。



ひとりで抱え込まないでください。どんなことでも相談ください。

引越してきたばかりです。近所の子育て仲間を見つけたいのですが。



わからないことはお気軽にお聞きください。いろいろな支援をぜひご利用しましょう。

あなたの子育てが楽しくなるように応援しています

赤ちゃんが生まれる!

妊娠がわかったときは、どんな気持ちでしたか? 赤ちゃんが生まれるまでの大切なマタニティライフ、有意義に過ごしましょう。



まずは病院へ

月経が2週間以上遅れていたら、妊娠かもしれません。
妊娠初期はとても大切な時期。早めに産婦人科で診察を受けましょう。

妊娠中の過ごし方



食生活

妊娠したからといって、2人分の食事を食べる必要はありません。いつもの食事を、ちょっと見直してみましょう。食事は1日3食とりましょう。また、特定の料理や食品に偏らないように気をつけます。それには、上図にあげた「妊婦のための食事バランスガイド」を参考に、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5グループの料理や食品を組み合わせ、それぞれ適量をとりましょう。

- このイラストの料理例を組み合わせるとおよそ2200kcal。非妊娠時・妊娠初期(20~49歳女性)の身体活動レベル「ふつう(Ⅱ)」以上の1日分の適量を示しています。
- 非妊娠時、妊娠初期の1日分を基本とし、妊娠中期、妊娠末期・授乳期の方はそれぞれの枠内の付加量を補うことが必要です。
- 食塩・油脂は料理中に使用されているものであり、「コマ」のイラストとして表現されていませんが、実際の食事選択の場面で表示される際には、食塩相当量や脂質も合わせて情報提供されることが望めます。

歯の健康

むし歯や歯周病などの病気は妊娠中に悪くなりやすいものです。歯みがきなど口の中の清潔を十分に心がけ、つわりの時期が終わったら、歯の検診を受けましょう。また、生まれてくる赤ちゃんの歯の健康を守るには、むし菌を寄せ付けないように心がけることが大切です。むし菌は主な保育者である、お母さんからうつることが多いため、産後も歯の健康に気を配り、離乳食を口移しで与えたり、スプーンを共有したりすることは避けましょう。



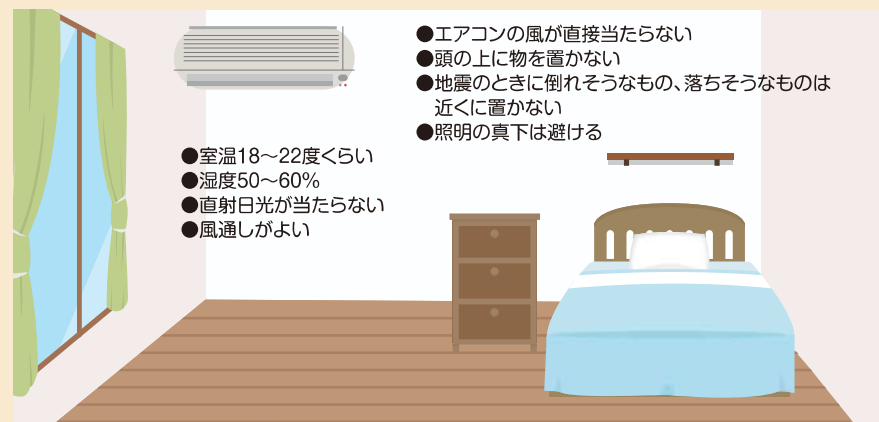
運動

妊娠中の体操やストレッチは、血行をよくして、肩こりや腰痛などの不快な症状を緩和します。筋力の低下を予防して出産をらくにする効果もあります。「ママバヤラス」でも紹介していますので、ぜひ続けましょう。また、手軽にできる運動として、おすすめなのがウォーキングです。背筋を伸ばして正しい姿勢で歩きましょう。体調を見ながら行い、おなか張ってきたら中止しましょう。

赤ちゃんを迎える家の準備

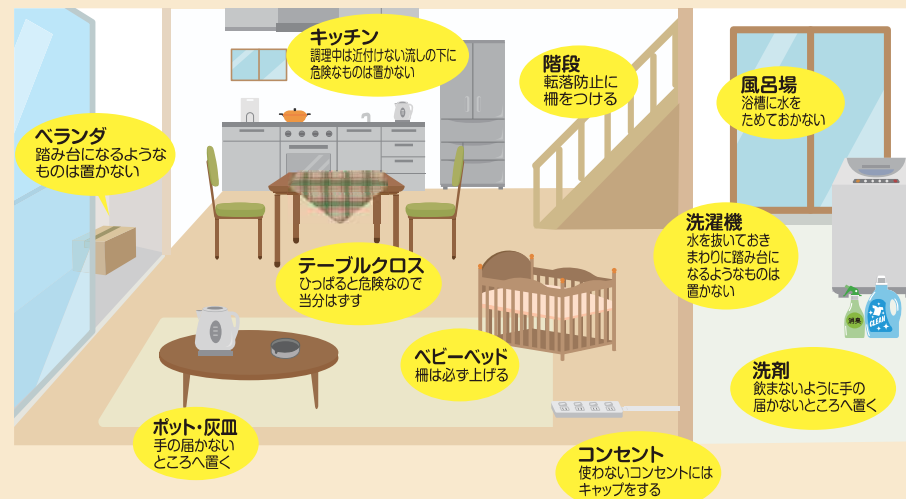
●赤ちゃんの部屋づくり

赤ちゃんを寝かせる場所は、リビングの一部など、つねに大人の目の届く場所にしましょう。ほこりやダニ、カビ対策の大掃除をするなら、出産前に済ませておきましょう。産後もこまめな掃除は大切ですが、赤ちゃんの世話でままならないことも。ちょっとした時間にさっとできるような掃除グッズがあると便利です。



●家庭内の事故を防ごう

赤ちゃんがハイハイからつかまり立ち、一人歩きというように行動できる範囲が広がると、事故が起きる割合も増えてきます。イラストを参考に事故予防に気をつけましょう。また自宅だけでなく、実家などよく行く家にも協力を求めましょう。



ママパクラス【予約制・無料】 妊婦と父親になる人を対象に妊娠・出産について学ぶ教室開催中

〈対象者〉
妊婦と父親になる人(単身での参加・
祖父母、経産婦の参加も可)
2コース あります!

日程や内容などの最新情報は、
大和郡山市のホームページ等でご確認ください。

〈内 容〉
(1)妊娠中の食事の話、妊婦の気がかりQ&Aなど
助産師、管理栄養士、保健師が担当
(2)赤ちゃんのお風呂実習など
助産師、保健師が担当

妊産婦歯の相談【予約制】

〈対象者〉 妊婦
11:00(受付)～ / 13:00(受付)～
※各日定員1人

妊娠中は、つわりのために歯の手入れを怠ったり、食事の回数が増えたりするので、口の中が汚れやすくなっていきます。妊娠中、出産後の歯に関する相談に歯科衛生士が応じます。

※歯科検診ではありません。

～妊娠・出産・子育てに関する総合相談窓口～ **子育て世代包括支援センター**

「赤ちゃんと接したことがなくて心配…」「妊娠中に、これ食べていいの?」「お産が楽になるコツは?」「出産のお金が心配」など、妊娠・出産・子育てでちょっと聞きたいこと、困ったなと思うことなど、子育てコンシェルジュがひとりひとりに応じたアドバイスや必要なサービスをサポートいたします。お気軽にご相談ください。

子育て世代包括支援センター(さんて郡山 内) TEL.58-3333

妊娠中から育児にかかわる準備を

★妊娠、出産を通じて親になる女性とくらべると、男性は親になる実感が乏しいものです。「子育ては母親の仕事」とばかりに、母親に育児をまかせ、父親の理解や協力がなければ、母親の育児不安や負担はかき増えたり、母と子の関係が密着しすぎたものなったりしてしまいます。育児は夫婦で担うもの。まずは二人で話し合っって協力していきましょう。市が行っている「ママパクラス」への参加は話し合うきっかけになるかもしれません。妊娠中は二人が親になるための準備期間ともいえます。

★妊娠した女性(特に妊娠20週頃まで)が風しんにかかると、赤ちゃんに難聴、心疾患、白内障などの障がい「先天性風しん症候群」が出る可能性があります。予防接種を受けていない、または、風しんにかかったことが確定ではない女性は妊娠前に、及び妊婦の周りのかた(妊婦の夫、子ども、そのほかの同居家族等)も風しんにかからないように、予防接種を受けることをご検討ください。



ようこそ!赤ちゃん

赤ちゃんのお誕生おめでとうございます。
この喜びを忘れずに、小さな命をみんなで守っていきましょう。



赤ちゃんが生まれたら

出生届

病院で出産される場合は、出産後、病院で出生届の用紙を受け取ってください。(それ以外の場合は、市民課もしくは各支所で出生届の用紙を受け取ってください)出生届は、生まれた日を含めて14日以内に提出してください。お近くの支所でも手続きできます。□届出人欄は、生まれた子の父または母が署名、押印してください(父または母が来庁できない場合は、代理人が預かり提出することもできます。)

□市役所の開庁時間以外の夜間、休日にも防災センターで提出することができますが、母子健康手帳の出生届済証明書欄への記入手続きがありますので、後日、市役所の開庁時間に、母子健康手帳をお持ちください。

- 届出に必要なもの
- 出生届(出生証明書欄証明済のもの)
- 印鑑 ○母子健康手帳

未熟児養育医療給付

出生児の体重が2,000グラム以下などの未熟児のお子さんで、入院して養育を受ける必要があると医師が認めた場合、指定した医療機関で医療の給付(医療費助成)をします。世帯の所得に応じて負担限度額が定められています。

- 申請に必要なもの
- 申請書 ○意見書 ○世帯調査
- 所得税のわかる書類(源泉徴収票、確定申告書の控えなど)
- 市町村民税の課税状況等が分かる書類(所得税額が0円の時)
- 対象児童の健康保険証
- 印鑑

自立支援医療(育成医療)の給付

18歳未満の身体障害児、又は現存する疾患を放置すると将来に障害を残すと認められる児童で、手術によって改善が認められる方に医療費の給付をします。世帯の所得に応じて負担限度額が定められています。

- 申請に必要なもの
- 自立支援医療費(育成医療)支給認定申請書
- 自立支援医療(育成医療)意見書
- 世帯全員の健康保険証
- 同意書
- 個人番号(マイナンバー)確認書類

小児慢性特定疾患医療費の助成

18歳未満(引き続き治療が必要と認められる場合は20歳未満)の児童が、厚生労働大臣が定める疾患(514疾患が対象)にかかった場合、医療費の助成や日常生活用具の給付をします。世帯の所得に応じて負担限度額が定められています。

- 申請に必要なもの
- 医療受診券交付申請書
- 意見書
- 世帯全員の住民票
- 対象児童の健康保険証
- 生計中心者の所得税額が分かる書類
- 同意書(高額療養費に関する適用区分に関するものです)

特別児童扶養手当

身体、知的または精神に障害のある20歳未満の児童を家庭で養育している方に対して支給します。所得制限がありますので、詳しくは窓口にお問い合わせください。

- 申請に必要なもの
- 印鑑
- 申請者と対象児童の戸籍謄本
- 診断書(身体障害者手帳、療育手帳)
- 申請者名義の預金口座番号

障害児福祉手当

在宅で重度の障害があるため常時介護を必要とする20歳未満の児童に支給します。所得制限があります。詳しくは窓口にお問い合わせください。

- 申請に必要なもの
- 障害児福祉手当認定診断書
- 対象児童名義の預金口座番号
- 印鑑
- 個人番号(マイナンバー)確認書類



やっぱり気になるお金のこと

妊娠・出産にはお金がかかりますが、さまざまな経済的支援を受けることができます。健康保険や市役所から支給される制度についての知識をもっておきましょう。

すべてのお母さんに

● 出産育児一時金支給

大和郡山市国民健康保険の被保険者または被保険者の妻が出産すると、一児につき404,000円(産科医療補償制度の対象となる出産の場合は420,000円)が支給されます[平成30年10月現在]。妊娠4か月(12週/84日)を経過していれば、流産・死産の場合も同額の支給を受けられます。また、多胎児を出産した時は胎児数ごとの支給となります。

※大和郡山市国民健康保険の場合は市役所保険年金課給付係(内線322・323・341)、社会保険など他の健康保険の場合は、各勤務先または各健康保険組合へお問い合わせください。

● 児童手当 子育て課(内線:522)

児童手当を受けられる人

中学校修了までの児童(15歳を超え最初の3月31日までの間にある児童)を養育している人。ただし、一定以上の所得のある人は特例給付として子ども1人につき一律5,000円支給されます。詳しくはお問い合わせください。

請求の方法

出生の日から15日以内に、認定請求書を子育て課の窓口へ提出してください。(公務員の場合は勤務先に提出) 手続きが遅れると、受けられる月の手当が受けられなくなります。なお、認定請求書は子育て課の窓口にあります。

児童手当の月額 (一人あたり)	
3歳未満	15,000円
3歳~小学校修了前	10,000円 <small>ただし、第3子以降は15,000円</small>
中学生	10,000円

請求に必要なもの

- ① 印鑑
- ② 請求者名義の口座のわかるもの
- ③ 年金加入証明書または請求者の健康保険証(国民年金加入者は不要)
- ④ 請求者および配偶者の個人番号カードまたは通知カード+本人確認書類
- ⑤ その他必要に応じて提出いただく書類があります。

● 子ども医療費助成 保険年金課 医療係(内線:327・328)

乳幼児(0歳から就学前まで)を養育される人に、医療保険の自己負担額の一部が助成されます。助成を受けるには、「受給資格証」の交付を受ける必要があります。

赤ちゃんの健康保険証を受け取られてから申請してください。

また、小・中学生の子どもを養育される人にも、医療保険の自己負担額の一部が助成されます。こちらも「受給資格証」の交付を受ける必要があります。詳しくはお問い合わせください。

申請に必要なもの

- ① 印鑑
- ② 乳幼児・子どもの健康保険証
- ③ 乳幼児・子どもを養育している人の口座のわかるもの
- ④ その他必要に応じて提出いただく書類があります。

● 産前産後の国民年金保険料免除 保険年金課 国民年金係(内線:325・326)

出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

対象者は、「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の方です。出産予定日の6か月前から届出可能です。

● 確定申告(医療費) 奈良税務署(☎ 0742-26-1201)

出産や入院での医療費が10万円を超えた場合は、税務署へ確定申告をすれば所得税が払い戻される場合があります。控除額は、1年間に支払った医療費から出産一時金、生命保険の入院給付金などを引き、さらに10万円を差し引いた分が医療費控除の対象額となります。

※注1...10万円または、所得金額の5%のどちらか少ない額。

控除額の計算式

$$\text{医療費控除額 (最高200万円)} = \text{支払った医療費} - \text{保険金などで補填される金額} - 10\text{万円 (所得金額が200万円未満の人は所得金額の5\%)} - \text{※注1}$$

※医療費として認められるもの...定期健診の費用、分娩費、入院費など

働きながらのマタニティライフ

妊娠がわかったとき、仕事のことも気になります。働く女性の妊娠、出産を応援してくれる制度と両立のポイントを紹介します。



両立のポイント

妊娠、出産は女性だけのものではありません。パートナーと一緒に今後のことを考えましょう。これまで通りに、仕事も家事もがんばらず、妊娠中の10か月を乗りきるためには、パートナーの支えが必要です。

● 職場への報告は早めに

妊娠中は、つわりなど体調によって早退や遅刻をしたり、診察のために休暇を取ることもあります。こんなとき、職場の理解を得ておけば、仕事を続けやすくなります。



● 大きな関門、つわりを乗りきる

妊娠がわかったころから4か月ごろまで続く人もいます。朝夕の通勤時間に気分が悪くなる人が多いようです。空腹時に吐き気が強くなる人が多いので、食べられるものを食べるよう自己防衛が必要です。



● ラッシュアワーを避ける

時差通勤を許可されていない場合は、ラッシュを避けて朝早く出社します。マタニティマークも利用しましょう。



● 職場で注意すること

つらいときは許可を得て、短時間休憩をとることも必要です。休憩時間は脚を上げて足のむくみをとる工夫を。妊娠中は、下半身の冷えも厳禁です。

● 流産・早産に注意が必要

安定期に入るまでは要注意です。むくみ、出血、腹痛などがあつたら、素人判断はせず、すぐに医師の診察を受けます。無理をして仕事を続けると、流産や早産を引き起こす原因にもなります。



● 復帰後の生活設計は妊娠中に

法律で定められていますが、産前産後休暇や育児休業をどれくらい取れるかは職場や仕事の事情によっても変わってきます。出産の状況や体調で変更する可能性もありますが、出産後の復帰予定は、妊娠中に立てて報告しておきます。妊娠中から出産後の生活設計をふたりで立てましょう。

働く女性・男性のための出産、育児に関する制度

●産前・産後の健康管理

・妊産婦(妊娠中、出産後1年を経過しない女性)は、事業主に申し出るにより、次の保健指導または健康診査を受けるために必要な時間を確保することができます。

- 妊婦23週までは4週に1回
- 妊婦24週から妊婦35週までは2週に1回
- 妊婦36週以降出産までは1週に1回

ただし、医師や助産師の指示でこれを上回ることもあります。

・妊産婦が医師などの指導を受けた場合には、その指導事項を守ることができるよう、事業主は、勤務時間の変更、勤務の軽減など必要な指導を講じなければなりません。これら指導には、妊娠中の通勤緩和、休憩に関する措置、つわりや切迫流産・早産の症状などに対応する措置が含まれます。

(「母性健康管理指導事項連絡カード」の活用を。)

母性健康管理指導事項連絡カード

「母性健康管理指導事項連絡カード」は、妊娠中の女性が健康に安心して仕事を続け、出産できるよう、事業主に産婦人科医の指導を的確に伝えるために作成されたものです。カードには妊娠中に起こりやすい切迫流産、妊娠中毒症などの病名と標準の措置が書かれており、医師から該当する症状に対する指導事項を記してもらい、事業主に提出します。このカードの記入してもらい、女性労働者側からは、「職場で申し出を活用により、女性労働者側からは、「職場で申し出をしやすくなった」、また受け取った事業主側からは「負担の大きい作業からの配置転換などの措置がわかりやすくなった」という声が聞かれます。病院、診療所、または母子健康手帳に添付されていない場合は、厚生労働省のホームページからダウンロードできます。

●産前・産後・育児期の労働

・妊産婦は、事業主に請求することにより、時間外労働、休日労働、深夜労働(午後10時から午前5時までの間の労働)が免除されます。

・妊産婦は、重量物を取り扱う業務など、一定の悪影響を与える業務への就業が制限されています。

・妊娠中は、事業主に請求することにより、他の軽易な業務に変わることができます。

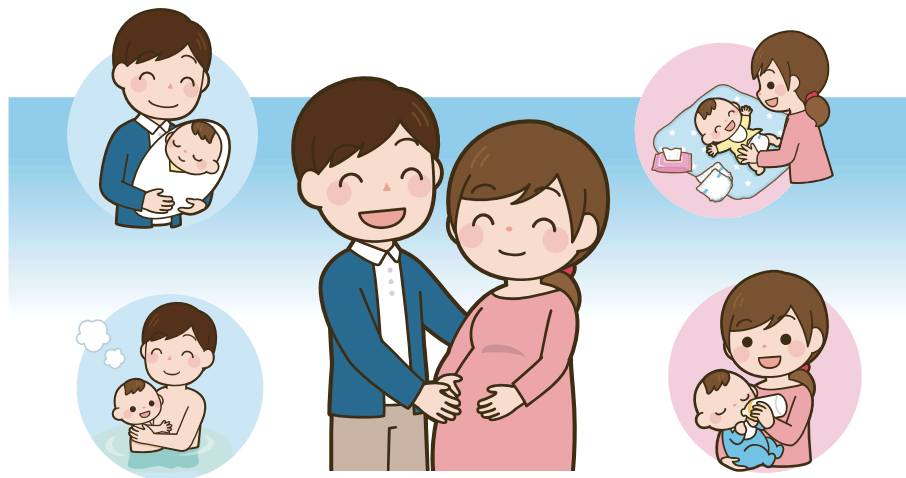
・1歳未満の子を育てる女性は、事業主に請求することにより、1日2回、少なくとも各30分の育児時間とすることができます。

●産前・産後の休業

・産前6週間(多胎妊娠の場合は14週間)は、事業主に請求することにより、休業することができます。

・産後8週間は、事業主は、その者を就業させることができません。ただし、産後6週経過後に医師が支障がないと認めた業務については、本人の請求により就業させることができます。

※お問い合わせは厚生労働省 奈良労働局雇用均等室へ(出産手当金については社会保険事務所へ)



働きながら子育てする場合に利用できる制度

●育児休業制度

・子が1歳に達するまでの間(保育所に入所できないなどの場合には子が1歳6ヵ月に達するまでの間)は、事業主に申し出るにより、父親、母親のいずれも育児休業を取ることができます。一定の条件を満たした期間雇用者も休業できます。

・ババ・ママ育休プラスは、父母ともに育児休業を取得する場合は取得可能期間が延長され、子が1歳2ヵ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。

・育児休業の申出は、育児休業申出書を事業主に提出して行います(事業主が適当と認める場合には、FAXや電子メールなどでも申出が可能です。)労働者からの育児休業申出に対して、事業主は休業開始予定日や休業終了予定日などを労働者に通知(書面、FAX、電子メールなどにより行う)することになっています。

●短時間勤務制度

・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6時間)を設けなければなりません。

●所定外労働の免除制度など

・3歳未満の子を養育する男女労働者は、事業の正常な運営を妨げる場合を除き、事業主に請求することにより所定外労働が免除されます。

・小学校入学までの子を養育する男女労働者は、事業の正常な運営を妨げる場合を除き、事業主に請求することにより、深夜業(午後10時から午前5時までの間の労働)が免除されます。また、1年につき150時間、1ヵ月につき24時間を超える時間労働が免除されます。

●子の看護休暇

・小学校入学までの子を養育する男女労働者は、1年につき子が1人なら5日、子が2人以上なら10日まで、病気やけがをした子の看護、予防接種、健康診断のために休暇を取ることができます。



お父さんだって育児休業がとれます!

育児休業は、男性、女性を問わず、子どもが1歳になるまでの希望する期間、取ることができる休業です。

うちの会社に、育児休業制度なんてあるのかな…?

育児休業は、法律に基づき労働者が請求できる権利です。仮にお勤め先に規定がない場合でも、申出をすれば休業することができます。

育児休業が取りたいなんて言ったら、会社を辞めさせられるかも…?

育児休業を理由とした解雇その他不利益な取扱いは法律で禁止されています。このような問題でお困りの場合は、厚生労働省 奈良労働局雇用均等室までご相談ください。

妻が専業主婦なんですけど…?

妻が専業主婦である場合、労使協定により労働者本人からの育児休業申請を拒める制度がありました。改正によりこれが廃止され、すべての父親が必要に応じて育児休業を取得できるようになりました。

仕事が忙しく、とても育児休業を取れるような状況ではないというお父さん!子どもが生まれたら、まずは、5日間から始めてみませんか!

子どもとの良い関係づくりの第1歩として、年次有給休暇や各企業が独自に設けている配偶者出産休暇を活用して、出産時の入院の付き添い等から育児を始めてみませんか!

育児・介護休業法についてのお問い合わせは
厚生労働省 奈良労働局 雇用均等室 (電話 0742-32-0210)
 育児・介護休業法に関する厚生労働省ホームページは
<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/koyou/ryouritu/index.html>



マタニティ
ライフ

夫婦で子育て

育児の楽しさや大変さは、かかわってみなければわからないもの。ふたりで協力して育てていきましょう。



お父さんだってできるんだ!

●お母さんをねぎらって

生まれてしばらくは、赤ちゃんの睡眠のリズムが定まらず、夜も何度もおむつや授乳のために起きなくてはなりません。お母さんは睡眠不足になり、ヘトヘトです。週末などは赤ちゃんの世話を引き受けて、お母さんをゆっくり眠らせてあげましょう。

●家事も育児も…男の出番

ゴミ出し、食事の後片付け、風呂洗い…。時間がないというお父さんにもできることはいろいろあります。

●なるべく早く帰宅する

お母さんは、昼間赤ちゃんとおふたりきりで密室に近い状態におかれています。育児は24時間休みなし。お父さんが少しでも早く帰宅してお母さんの話相手になってあげれば、お母さんの育児不安や心のもやもやが薄らいで気持ちが落ち着くはずですよ。早く帰れない場合でも、電話をして様子を聞いたり、メールを入れてあげたりしたいですね。

●お母さんに育児休業の時間を

たまには、お母さんを赤ちゃんから解放してあげましょう。お母さんも戸外の空気を吸ってリフレッシュすることが大切です。ショッピングに行ったり。お友達と会っておしゃべりしたり、映画を観たり…。

●夜泣きの頼もしい助っ人に

どうしたら泣き止むの?夜泣きが続いていたら、ときには外へ連れ出して。

●ふたりで育てる

お父さんが子育てにかかわることは、赤ちゃんの心の発達に大きな影響を与えますし、お父さん自身も成長していきます。

「お父さんの育児参加」といわれますが、育児や家事はときどき参加して、お手伝い感覚とするのではなく、新しく生まれてきた家族をふたりで育てていきましょう。

●育児を積極的にする男性名づけて「イクメン」です

イクメンは、子育てを楽しみ自分自身も成長する男のこと。妻が専業主婦であろうと仕事を持っていようと、親として育児への関わりは非常に大切なこと。

相談窓口

相談内容	相談日時	相談機関・電話番号
女性の自立のため、女性が抱える様々な問題、夫やパートナーからの暴力について	月～金 9:00～20:00	県中央子ども家庭相談センター 女性相談課 配偶者暴力相談支援センター ☎0742-22-4083
女性のあらゆる問題や悩みの相談 ※弁護士相談も可能	火～金 9:30～18:00 土 9:30～20:00 日 祝 9:30～17:00 (休館日、月曜日を除く)	県女性センター ☎0742-22-1240
女性の人権に関する様々な相談	月～金 8:30～17:15	奈良地方務局 女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

赤ちゃんによくあるトラブル

生後6ヵ月を過ぎるころから、お母さんからもらった免疫が自然に減っていき、熱を出したり体調が悪くなったりすることが多くなります。子どもは病気をしながら育っていくといいも悪いほど。病気になることで免疫を得て、だんだんと丈夫な身体に育っていきます。急な発熱などでも、あわてず冷静に病状を確認してから、すぐに病院を受診すべきか判断しましょう。(連絡先 P33を参考) 普段から赤ちゃんの様子をよく見ていれば、緊急時の判断もつきやすいでしょう。

●熱が出た

こんなときはすぐに受診

- ひどく機嫌が悪い
- ぐったりしている
- けいれんが続いたなど



ホームケア

安静にして、汗でぬれた衣服はこまめに替えます。嫌がらなければ、氷枕や市販の解熱シートで頭を冷やしてもいいでしょう。熱が高いときは、脱水症状を防ぐために湯冷ましなど水分の補給を忘れずに。

●吐いた

こんなときはすぐに受診

- ひどく機嫌が悪い
- 高熱がある
- おしっこ量が少ない
- 唇が乾いている
- ぐったりしている など



ホームケア

吐いたものがのどにつまらないよう、顔を横に向けさせます。食事は無理にとらせる必要はありません。水分は少しずつ様子を見ながら与えましょう。

●異物を飲み込んだ

こんなときはすぐに救急車

- 意識がない
- けいれんを起こしている
- トイレ洗剤や除光液、灯油、ガソリン、シンナー、たばこなどを飲んだ



ホームケア

おやみに口の中に手を入れて異物を探さないでください。

★判断に迷ったら問い合わせを！

中毒 110番 ☎072-727-2499
(一般専用電話)

●下痢をした

こんなときはすぐに受診

- 便に赤い血または赤黒い血がまじる
- 唇が乾いてきた
- 様子をみているとおしっこの量が少なくなってきた
- ぐったりしてきた など



ホームケア

おむつは汚れたらすぐに替え、おしりを清潔にしておきます。湯冷ましを与えて脱水症状を防ぎましょう。

●やけどをした

こんなときはすぐに受診

- 広範囲(手のひら以上の範囲)のやけど
- 目や顔のやけど
- 500円玉より大きい水ぶくれができた



ホームケア

流水で十分に冷やします。患部はガーゼでおおい、清潔に保ちましょう。

●頭を打った

こんなときはすぐに受診

- 意識がなく青ざめている
- 耳や鼻から出血、嘔吐やけいれんがある など



ホームケア

すぐに大声で泣き出した場合やこぶができたがほかに異常が見られてない場合、意識がはっきりしている場合は、安静にして様子を見てください。あとから症状が出ることもあるので、しばらくは注意しましょう。

ようこそ
赤ちゃん

赤ちゃんの健康(健診・相談など)

各市町村によって、健診時期や実施方法等が異なりますので、転出された場合は、お住まいの市町村の保健センター等にお問い合わせください。

出生れんらくカードは出されましたか?

赤ちゃんが生まれたら1ヵ月頃までに、母子健康手帳にはさまれている「出生れんらくカード」を保健センターに送ってください(送付用の封筒をご利用ください・窓口持参でも可)。後日、保健師又は助産師から連絡します。さんて郡山のホームページからの送信や、市役所保険年金課、子育て支援課のポストへ投函もご利用ください。

こんにちは赤ちゃん訪問

生後2ヵ月ごろまでの赤ちゃんがいる、すべてのご家庭を訪問して、子育て支援に関する情報を保健師や助産師などがお届けします。

電話相談・乳児産婦訪問

赤ちゃんとの生活はいかがですか?夜泣きや母乳など、心配なことなどあれば、まずはお電話ください。希望者には家庭訪問します。

☆対象:生後すぐから(第2子・第3子…も可)

☆助産師・保健師・管理栄養士が相談に応じます。

乳幼児健康診査と育児相談

- 4ヵ月…健康診査(市内指定医療機関)
- 1歳6ヵ月…健康診査(保健センター)
- 7ヵ月…健康診査(市内指定医療機関)
- 3歳児(3歳6ヵ月ごろ)…健康診査(保健センター)
- 12ヵ月…育児相談(保健センター)

※12ヵ月児育児相談、1歳6ヵ月児健康診査は広報「つながり」健康カレンダーの対象日をご覧の上、直接お越しください。(予約不要です)

※3歳児健康診査(3歳6ヵ月に実施)については診査前に個人に通知します。

助産師相談

妊娠中のこと、産後の心や身体のこと、母乳育児について、その他子育てのこと何でも助産師に相談しませんか。(予約が必要・日程はお問い合わせください。)

☆場所:さんて郡山

☆対象:市内在住の妊婦さん、おおむね出産後1年の産婦さんとその赤ちゃん

☆持ち物:母子健康手帳・バスタオル(妊婦は不要)

乳幼児・産婦 歯の相談

子どもの歯や歯みがきのごで気になることはありませんか。気軽にご相談ください。(予約が必要です。日程はお問い合わせください。)

☆対象:就学前の子ども・産婦

☆場所:保健センター「さんて郡山」

☆受付時間:11時または13時 ※各日定員1人 ※歯科検診ではありません。

☆内容:歯科衛生士による個別相談(1人15分程度) 染め出しによるブラッシング指導など

☆持ち物:母子健康手帳・日頃使っている歯ブラシ

予約・お問い合わせ:大和郡山市保健センター「さんて郡山」 TEL58-3333 FAX58-3330

こころの体温計

～「気づく」・「つながる」・「支えるいのち」～

こころの体温計

気軽に自己確認できる、こころのチェックシステムです。身体の体温を計るようにちょっと疲れていると感じたら、こころの体温を計りましょう！



アクセスしてね

大和郡山市 こころの体温計 検索

大和郡山市のホームページからもアクセスできます。

▲ QRコード
こちらから携帯電話・スマートフォンなどからご利用いただけます。



<https://fishbowlindex.jp/yamatokori/>

おとなの健康 (相談・健診)

いきいきと子育てしましょう!!

- 各種がん検診 (胃がん、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん)
- 精神保健福祉相談
眠れない、食欲がない、精神的なことについて精神科医や保健師が相談に応じます。
- 健康相談
生活習慣の見直しについてなど保健師や管理栄養士が相談に応じます。

赤ちゃんの気がかり

気がかりなことがあるなら、まずは赤ちゃんをよく見つめてみましょう。赤ちゃんの行動の中に解決のヒントがあるかもしれません。

泣きやまない

赤ちゃんが泣きやまない、どうして泣いているのかわからず、不安になってしまうもの。でも、赤ちゃんは泣くのが仕事です。おむつが汚れていないか、おなかがすいていないか、痛いところはないか、暑さ・寒さは大丈夫かをチェックして、問題なければ、あまり気にしすぎないことです。



同じ月齢の子より小さい!

生まれたときの体重が少なかったり、もともと小食で小さめの赤ちゃんもいます。小さくてもそのなりに、体重が増えているのであれば問題はありません。

便秘がひどい

うんちが何日かなくても、元気で食欲があるようなら心配いりません。たくさん遊んだり、おなかをマッサージして様子を見ましょう。離乳食の状態に合わせてヨーグルトやプルーンなど腸の動きをよくするものを食べさせるのも効果があります。



なかなか寝付いてくれない

寝かしつけはひと苦労ですね。20～30分ダッコしていないと、安心して寝付けない子もいます。大人が早く寝付いてほしくてイライラしていると、赤ちゃんもそれを敏感に感じ取って、寝付かないこともあるので、リラックス心がけましょう。



赤ちゃんの食事

授乳・離乳の支援ガイドより

● 離乳食はいつはじめるの?

5・6か月ごろになり、これらの様子がみられたら、離乳食をはじめましょう。
①首のすわりがしっかりしている。 ②支えてあげると座ることができる。
③食べ物に興味を示す。 ④スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなる。
赤ちゃんの発達には個人差があるので、赤ちゃんの様子をよく観察しましょう。始めはうまくいかなくても、だんだん上手に食べられるようになります。あせらず、楽しい雰囲気ですすませていきましょう。



● アレルギーが心配な時は?

離乳食を遅らせても食物アレルギーの予防効果はありません。
(湿疹など) 気になる症状があるときは、医師に相談してから始めましょう。

● 離乳の開始前に、果汁は必要なの?

栄養面では特に必要ありません。離乳前の赤ちゃんにとって、最適な栄養源は母乳や育児用ミルクです。離乳前に乳汁以外の果汁などを飲ませると、母乳や育児用ミルクを飲む量が減り、必要なエネルギーや栄養素が不足することもあります。

● 成長の目安

母子健康手帳の成長曲線のグラフに体重・身長を記入して、成長曲線のカーブにそって伸びていれば大丈夫です。

● 調理方法と与えてよい食品のめやす

	1回食		2回食		3回食	
	5か月	6か月	7か月	8か月	9～11か月	12～18か月
主食になるもの	米・パン	全がゆをなめらかにすりつぶす (5倍がゆ) (米:1 水:5)	全がゆ (5倍がゆ) (米:1 水:5)	軟飯	フレンチトースト トースト ごはん	ごはん・おにぎり
	めん類	うどん	マカロニ・スパゲッティ	軟らかくゆでて細かく刻む	短く切つてやわらかく煮	
	いも	じゃがいも・さつまいも うらごし	さといも	つぶし煮	長芋 やわらかく煮 あらつぶし ふかし芋	コロケ
副菜になるもの	野菜	うらごし すりつぶし おろし煮	きざみ煮・やわらかく煮	おしつぶし	やわらかく煮 一口大	ゆで野菜
	果物	すりおろし	つぶす	うす切り	そのままで	
	海藻		わかめ くたくた煮	もみのり (味なし)	ひしき	とろろ昆布
主菜になるもの	卵	卵黄 (固ゆで)	全卵 茶碗蒸し		オムレツ	いり卵 卵焼き
	大豆・大豆製品	豆腐 すりつぶす	きな粉	納豆 刻んで加熱	高野豆腐 すりおろし煮	大豆 煮つぶし
	乳製品		プレーンヨーグルト	ホワイトソース (牛乳や育児用ミルクを使用)	チーズ	グラタン
	魚	白身魚 すり流し汁	赤身魚	あんかけ、水煮缶、煮魚、皮と骨を取り除き、細くつぶす	青皮(背)魚 焼き魚	ムニエル
	肉	スープ	鶏ささ身	鶏ひき肉	牛・豚の赤身 ひとくち	牛・豚の赤身 ひとくち
油脂類			バター	マヨネーズ(少量) ・ ごま		

〔注意点〕★季節の新鮮な材料を使いましょう。
● こんなものは避けましょう!
● 添加物の多い加工品・インスタント食品。
● 甘味の強い食品。
● 重篤なアレルギーをおこしやすいもの。
● 消化が比較的むずかしいもの。

● 刺激物や塩分の多いもの。 ● コーヒー・紅茶・濃い緑茶・からし・しょう油 ● はちみつ・黒砂糖。
● ボツリヌス菌が混入している可能性があり、乳児ボツリヌス症を発症するおそれがあります。1歳までは避けましょう。

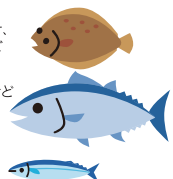
〔コップ粥の作り方〕
水75ml
米15ml(大きじ1)

コップに米1:水5を入れ、炊飯器で米を炊くところに入れる。ふつ々に炊くと、ご飯とお粥が同時にできる。

〔魚の種類〕
白身魚: たい、かれい、さけ、たら、ひらめ、など


























赤身魚: まぐろ、かつお、など

青皮魚: さんま、いわし、(背) ふり、など



赤ちゃんの食事

《この表は目安ですので赤ちゃんに合わせて進め方や食品の量を調整しましょう。》

	生後5・6か月頃	7・8か月頃	9か月から11か月頃	12か月から18か月頃																																													
離乳食の回数	開始後の約1ヶ月間1日1回、それ以降1日2回	1日2回	1日3回	1日3回																																													
授乳の目安	食後 + 赤ちゃんが欲しがるだけ 1000~800ml	食後 + (母乳) 赤ちゃんが欲しがるだけ (育児用ミルク) 1日3回程度 800~600ml	食後 + (母乳) 赤ちゃんが欲しがるだけ (育児用ミルク) 1日2回程度 600~400ml	一人一人の離乳の進行および 完了の状態に応じて与える 牛乳や育児用ミルクを400~200ml																																													
離乳食のかたさの目安	ポタージュ状 → ジャム状	豆腐状(舌でつぶせる)	厚焼き卵状(歯ぐきでつぶせる)	ハンバーグ状(歯ぐきでかめる)																																													
食べ方トレーニング	口を閉じてゴックンします ゴックン期 	モグモグして飲み込みます モグモグ期 	頬をふくらましてたりしてカミカミします カミカミ期 	歯がはえてきてもかむ力は まだ未熟です 1歳頃から歯でかむ トレーニングを 始めましょう バクバク期 																																													
与える時間の例	午前6時(乳) → 午前10時(離乳食+乳飲むだけ) 午後2時(乳) → 午後6時(乳) → 午後10時(乳)	午前6時(乳) → 午前10時(離乳食+乳) 午後2時(乳) → 午後6時(離乳食+乳) → 午後10時(乳)	午前6時(乳) → 午前10時(離乳食+乳) 午後2時(離乳食+乳) → 午後6時(離乳食+乳) → 午後10時(乳)	午前7時(朝食) → 午前10時(間食) 午後0時(昼食) → 午後3時(間食) → 午後6時(夕食) <small>※時間を決めて栄養を補う間食 (パン・いも・牛乳など)</small>																																													
一回あたりの目安量	穀類(g)	つぶしがゆ(全がゆをなめらかにつぶしたもの)からはじめます。 すりつぶした野菜なども試してみましょう。 慣れてきたら、つぶした豆腐・白身魚・卵黄などを試してみましょう 例) 離乳食開始の1か月のすすめ方	全がゆ50g 1/2杯 → 80g 2/3杯 	全がゆ90g 2/3杯 → 軟飯80g または ご飯70g 	軟飯90g 2/3杯 → ご飯80g 2/3杯 																																												
	野菜・果物(g)		 20~30 (小さじ4~6)	 30~40 (大さじ2~3弱)	 40~50 (大さじ3~4弱)																																												
	魚(g)		 10~15 (小さじ2~3) やわらかく煮てスプーンやフォークなどで粗くつぶします	 15 (小さじ3) かみやすいように1cm角程度の大きさに切り軟らかく煮ます	 15~20 (小さじ3~4)																																												
	又は肉(g)		 10~15 (小さじ2~3)	 15 (小さじ3)	 15~20 (小さじ3~4)																																												
	又は豆腐(g)		 30~40 (大さじ2~3弱)	 45 (大さじ3)	 50~55 (大さじ3強~4弱)																																												
又は卵(g)		 卵黄1~全卵1/3	 全卵1/2	 全卵1/2~2/3																																													
又は乳製品(g)		 50~70 (大さじ3~5弱)	 80 (大さじ6弱)	 100 (1/2カップ)																																													
ポイント	<table border="1"> <thead> <tr> <th>食品</th> <th>つぶしがゆ</th> <th>野菜</th> <th>豆腐</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1~2日目</td> <td>1さじ</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3~4日目</td> <td>2さじ</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>5~6日目</td> <td>3さじ</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>7~8日目</td> <td></td> <td>1さじ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>9~10日目</td> <td></td> <td></td> <td>1さじ</td> </tr> <tr> <td>11~13日目</td> <td></td> <td>2さじ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>14~16日目</td> <td>4さじ</td> <td></td> <td>1さじ</td> </tr> <tr> <td>17~18日目</td> <td></td> <td>3さじ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>19~20日目</td> <td>5さじ</td> <td></td> <td>2さじ</td> </tr> <tr> <td>21~30日目</td> <td>7さじ</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>(ここでの1さじは小さじ1の分量です) 遅くとも6か月中にははじめてみましょう</p> <p>ゆっくりと1日1品1さじから 機嫌と食欲を見ながら 便も見ながら 慣れ させることが目的です</p>		食品	つぶしがゆ	野菜	豆腐	1~2日目	1さじ			3~4日目	2さじ			5~6日目	3さじ			7~8日目		1さじ		9~10日目			1さじ	11~13日目		2さじ		14~16日目	4さじ		1さじ	17~18日目		3さじ		19~20日目	5さじ		2さじ	21~30日目	7さじ			<p>栄養バランスが大切です</p> <p>主食 + 主菜 + 副菜</p> <p>【大人の食事から取り分け】</p> <p>赤ちゃん + マッシュ + つぶして + だして鶏肉・野菜を煮る + ポトフ・シチュー</p> <p>※7・8か月からは食事のリズムを大切に生活のリズムを整えていきましょう!</p>	<p>献立に変化をつけましょう</p> <p>自分でお食べたべ!</p> <p>コップの練習をはじめましょう</p> <p>手づかみさせたり、スプーンを持たせたりします</p> <p>遊びだしたら、30分で切り上げましょう</p> <p>鉄分</p> <p>こんなものをたくさん与えてね</p> <p>肉・レバー、海藻、緑黄色野菜、レーズンなど</p> <p>まぐろ、かつおなど</p>	<p>離乳食は完了 もう幼児食です</p> <p>食事ではほとんどの栄養を補うようになれば離乳食は完了です。</p> <p>「おやつ=甘いお菓子」ではありません。この時期は胃が小さく、消化吸収が未熟です。食事ととれなかった栄養を補いましょう。</p> <p>おやつのポイント</p> <p>「おやつ=甘いお菓子」ではありません。この時期は胃が小さく、消化吸収が未熟です。食事ととれなかった栄養を補いましょう。</p> <p>遊び食べ、むら食いがある時期です。1回の食事は30分程度できりあげ、次の食事には、お腹がすくようなリズムをつけましょう。18か月を目安に育児用ミルクや母乳を卒業しましょう。</p>
	食品	つぶしがゆ	野菜	豆腐																																													
1~2日目	1さじ																																																
3~4日目	2さじ																																																
5~6日目	3さじ																																																
7~8日目		1さじ																																															
9~10日目			1さじ																																														
11~13日目		2さじ																																															
14~16日目	4さじ		1さじ																																														
17~18日目		3さじ																																															
19~20日目	5さじ		2さじ																																														
21~30日目	7さじ																																																

手づかみ食べが
できるように
細長く切るなど
工夫しましょう

子育てのお勉強をしたい!

はじめから完璧な親などいません。親に必要な情報を提供して、子育てで直面する問題にうまく対応できるように手助けする、親も子も育つ学びの場です。参加しませんか。
※日程は、別紙事業スケジュールをごらんください。

子育て教室【予約制 無料】

対象…生後4～7ヵ月未満の子ども(第1子)と保護者

1. 内 容: 離乳食のお話や、ふれあい遊びなど
2. 場 所: さんて郡山
※詳しい日程などは市ホームページなどでご確認ください。

はじめましてえほん

～図書館では、赤ちゃん絵本を楽しむためのお手伝いをします～

絵本と赤ちゃんとおだやかにゆったりした時間をすごしてみませんか。
外へ出られるようになったらお散歩がてらおこし下さい。
無料、予約不要・図書館特製「おすすめ本リスト」も差し上げます!

1. 開催日時: 平日・祝日 13:45～14:30の間にお越し下さい。(祝日が土・日にあたる場合、7/20～8/31を除く)
2. 開催場所: 市立図書館 2階
3. 内 容: 司書による絵本の楽しみ方、おすすめ絵本、わらべうたなど(1回完結)
4. 対 象: 4ヵ月～の赤ちゃんとその保護者

市立図書館 ☎55-6600

<https://www.yamatokoriyama-library.jp/>

気軽に集まって話したい!

みなさんの子育てを応援する広場です。親と子がふれあい、くつろげる場です。子と子、親と親が出会える場です。ちょっとした子育ての悩みも解決できる場です。ふらっと出かけてみませんか。みんなで子育てを楽しみましょう。

こおりやま子育てステーション親子たんとん広場

みなさんの子育てを応援する広場です。楽しく遊んだり、ほっとくつろいだり、育児について相談したり…。公園感覚で、お好きな時間に、いつでも気軽にどうぞ。

たんとん三の丸

1. 開催日時: 毎週 月・火・木曜日 10:00～15:30
2. 開催場所: 中央公民館(三の丸会館)2階多目的ホール
3. 内 容: 親子がほっこりできる広場・育児相談・栄養相談
親子たんとん三の丸広場 ☎53-3020



たんとんつつい

1. 開催日時: 毎週月～金 10:00～15:30
2. 開催場所: 南井町児童館
3. 内 容: 親子がほっこりできる広場・栄養相談
☎090-5672-6375 児童館 ☎57-2772



たんとんかたぎり

1. 開催日時: 毎週木・金曜日 10:00～15:30
2. 開催場所: 片桐地区公民館 和室
3. 内 容: 親子がほっこりできる広場・栄養相談 ☎080-1507-5563



たんとん郡高

1. 開催日時: 毎週水曜日 10:00～13:30
2. 開催場所: 郡山高校 校友会館 2F
3. 内 容: 高校生と親子が交流できる広場



ととランド

1. 開催日時: 毎週日曜日 10:00～15:00
3. 内 容: 親子がほっこりできる広場、お父さんも大歓迎

こども福祉課(内線526)

気軽に集まって話したい!

※日程は、別紙事業スケジュールをごらんください。

ぴよぴよ絵本ひろば

乳幼児(0才~3才ぐらいまで)をもつ親子を対象に、絵本のひろばを開き保育士やボランティアが読み聞かせや手あそびを行います。室内遊具でも楽しく遊べます。親子でゆったりした時間を過ごしてもらうことを目的とします。

新町児童館。南井町児童館で年4回開催

※詳しい日程等は広報「つながり」などでご確認ください。

こども福祉課 ☎内線526



きんとつと広場

楽しく遊ばせよう、保護者の皆さんもいっぱいおしゃべりして、おともだちをつくりましょう。保育士、保健師も一緒に子育てのお手伝いをします。

1. 時間：10:00~11:30

2. 対象：0~5歳児とその保護者

3. 内容：絵本の読み聞かせ、手遊び、ふれあいあそび、育児相談など

こども福祉課 ☎内線526



サークルに入りたい! 問い合わせ:さんて郡山 ☎58-3333

子育て中の親子が地域で交流するきっかけづくりをしています。気軽にたずねてください。

保健センターには、子育て教室を終え同じ位の年齢のお子さんが集まって遊ぶ“子育てサークル”が多数登録されています。

紹介を希望される方は保健センター「さんて郡山」までご連絡ください。

あそびにおいて

地域子育て支援センター 今国府町60-9

(幼保連携型認定こども園 ふたばこども園) ☎59-4141

◆予約は下記のURLから申込んで下さい。

<https://select-type.com/rsv/?id=q375PV7YJm8>

子どもの笑顔は家庭の力♪子育て真っ最中のお父さんお母さん、一緒に遊びませんか?(要・予約)
子育て支援センターふたば保育園は“遊びの広場”を用意して待っています。



子育てパレット・歌いっぱい

歌遊び・エプロンシアター・紙芝居…、いっぱい歌ったり踊ったりして表現する楽しさを体験しましょう。

10時~11時(受付9時45分~)



子育てパレット・花いっぱい

絵を描いたり、空き箱や廃材、自然物などを材料にして色々な製作遊びを楽しみましょう。

子育てパレット・お話いっぱい

絵本・紙芝居の読み聞かせ。(お話の世界を楽しみましょう)



子育てパレット元氣いっぱい

身も心も健康に…。親なら誰しも願うもの。ふれあい体操・ゲーム遊び、タププリ身体を動かして遊びましょう。

子育てパレット大きくなったね

身体計測をしたり誕生日をお祝いしたりして、子ども達の成長をみんなで喜び合いましょ。



子育てリフレッシュ♪

子育て中の親対象。講師の先生を迎え健康体操や写真教室などでリフレッシュしましょう。子どもの健康や食事の講演や実践を通して子育てに役立てましょう。

10時~11時(受付9時45分~)

子育てエンジョイ

家ではなかなか体験できない親子遊びを楽しみましょう。(運動会・お餅つきなど)



親子であそぼ♪ わくわくキッズランド♪

エプロンシアター・人形劇・簡単な製作遊び・楽しい親子遊びを紹介します。(要予約)

【やまと郡山城ホール 於:年間5回】
(9時30分~11時30分)



うきうき広場

園児と一緒に遊びましょう
(9時30分~10時30分)

地域子育て支援センター

子どもを産んでよかった。子育てが楽しい。共に育つ親の仲間がいる。安心してあそび、気軽に相談もできる…地域子育て支援センターは、そんな親子の願いに応えたいと思っています。

●家庭で懸命に子育てをしているお母さんのために

地域子育て支援センターは、入園児童だけでなく、家庭で子育てをしている親とその子どもを支援するための活動を推進しています。核家族化をはじめとした様々な社会環境の変化から孤立しがちなお母さんの育児相談に応じたり、定期的に育児・健康などをテーマとした講演会を開催するなどさまざまな子育て支援を実施しています。ぜひ、お気軽にご利用ください。子育てはたいへんな仕事です。なんでも一人で解決しようとしなくていいのでお気軽にご利用ください。ゆとりのある、のびのびとした子育てができるよう応援しています。

あそびにおいて

地域子育て支援センター（郡山東保育園）
☎53-3344 野垣内町野垣内2-15

わくわく広場

体育遊び

鉄棒やマット・ボールなどを使って
専門講師が2〜3歳児対象に楽しく遊びます。（9時30分〜10時）



ベビー・マッサージ

専門講師が、0・1歳児の親子
対象に、月1回行っていきます。わらべ歌をうたいながらのマッサージ
は、優しい母の手で触ってもらい心地よくなるのが、ぐっすり眠る子
どもが続出です。（10時〜11時）



まり遊び

専門講師と一緒にまりを使って、歌をうたったり
手遊びをしたり、いろんな遊びをしています。（10時〜11時）



おはなしの会（専門講師）、ハローイングリッシュ（専門講師）、
作って遊ぼう、エプロンシアター、園庭開放など、楽しいイベント
をしています。（10時〜11時）



病後児保育事業

病気回復期にある児童の一時的な保育及び
看護をするサービスです。

出席停止期間中、下痢・嘔吐が激しい時、
37.5度以上の発熱がある場合は、お預かり
できません。

★対象児童
市内に居住する生後6ヵ月〜10歳までの児童

★利用できる日時
月〜金の平日（祝祭日、年末年始は除く）
8時30分〜17時

★費用／利用料：2000円 保険料：150円
食費：給食1食（350円） おやつ1食（50
円） 午睡布団レンタル費1回（100円）

一時的保育事業

保護者の方の就労形態の多様化に伴い、一時的に保育が
必要な場合（緊急な事情で、リフレッシュが必要でなど）お預
かりする子育てサービスです。

- ★対象児童
市内に居住する生後3ヵ月〜就学前までの児童
- ★利用できる日時
月〜金の平日（祝祭日、年末年始は除く）8時30分〜17時
- ★費用／利用料：4時間以内（1000円）4〜8時間（2000円）
保険料：150円 食費：給食1食（350円） おやつ1食（50円）
午睡布団レンタル費1回（100円）

地域子育て支援センター（10時〜15時・月〜金 / 開所）

子育てを頑張っているお母さん、お父さん、ちょっとひと息つきついて、わくわく広場に
遊びにきませんか？子育ての悩みを楽しみに変えられるようお手伝いします。仲間も沢
山来ていますよ。お待ちしております。（要予約）

保育園・認定こども園に入りたい

保護者が働いていたり、病気にかかっているなどの理由で、家庭で子ども（小学校就学前の児童）
を保育することができない場合、保護者に代わって保育するための児童福祉施設です。

保育園・認定こども園について

■保育園の種類

子どもを預かる施設のうち、児童福祉法に基づく児童福祉施設としての「認可保育所」と認可保育所でない「認可外保育所」があります。

■認可保育所

児童福祉法に基づき、施設の広さ、保育内容、保育士の数などで一定基準をクリアして認可された保育所です。

□入園基準

児童の保護者のいずれもが次の各号のいずれかに該当し、保育園において児童の保育が必要と認められる場合となります。

- ・ 居宅外で常に仕事（内定含む）または、居宅内で常に家事以外の仕事（自営等）をしている。
- ・ 妊娠中であるか出産後周がない。
- ・ 病気やケガをしている。または、心身に障害がある。
- ・ 病気や心身に障害のある同居の親族（長期間入院等をしている親族を含む）を常に看病・介護している。
- ・ 火災や風水害、地震などにより居宅を失ったり、損壊されたため、その復旧にあたっている。
- ・ 求職活動や起業準備を行っている。
- ・ 常に職業学校や学校に通学している。
- ・ 虐待やDVのおそれがあると認められる。
- ・ 育児休業取得中に、既に市内の保育園を利用している子どもがいて継続利用が必要であること。
- ・ その他、上記に類する状態として市町村が認める場合。

□受付

4月新規入園希望の方 …… 前年11月頃

※5月以降に入園を希望される方は、入園月の前々月の末日が申込期限になります。

※1〜3月までに入園を希望される場合の申込期限が、11月末と早くなっておりますので、十分にご注意ください。

※申込の期間は、変更する場合がありますので必ず事前にお問い合わせ下さい。

□入園申し込みの手続きに必要なもの

- ・ 入所申込書 ・ 勤務状況等証明書 ・ 印鑑 ・ その他市役所から提出を求められる書類があります。

□保育料

- ・ 保育料は前月分（4〜8月）は前年度市町村民税額、後期分（9月〜翌年3月）は当該年度市町村民税額に応じて決定されます。
- ・ また、同一世帯から2人以上の児童が入園している場合、2人目の保育料は半額に、3人目以降は無料となります。
- ・ 当該年度の4月1日現在の児童の満年齢により異なります。
- ・ 保育料は年度によって変更になる場合があります。

保育課（内線524）

保育園名	設置	運営	定員	入所年齢	所在地	TEL	開園時間
平和認定こども園	公立	公営	150	生後6ヶ月〜	美濃庄町533	20-5373	平日（月〜金） 7:30〜19:00 土曜日 7:30〜16:30
小泉保育園	公立	公営	120	生後6ヶ月〜	小泉町1553	53-1618	
池之内保育園	公立	公営	70	生後6ヶ月〜	池之内町223-3	52-3248	
西田中保育園	公立	公営	190	生後6ヶ月〜	西田中町90-5	52-3178	平日 7:00〜19:00 土曜日 7:00〜13:30
郡山保育園	公立	公営	60	生後6ヶ月〜	柳町45-6	52-4058	
新町保育園	公立	公営	50	生後6ヶ月〜	矢田町5512-22	54-1647	平日 7:30〜18:30 土曜日 7:30〜16:00
矢田認定こども園	公立	公営	80	生後6ヶ月〜	矢田山町81-2	53-5715	
治道認定こども園	公立	公営	109	生後6ヶ月〜	横田町254	56-0760	平日 7:00〜19:00 土曜日 7:00〜13:30
幼保連携型認定こども園郡山東こども園	民立	民営	219	産休明け〜	穂穂町3-11	52-5425	
幼保連携型認定こども園郡山東こども園	民立	民営	179	生後3ヶ月〜	野垣内町2-15	53-3344	平日 7:30〜19:00 土曜日 7:30〜18:00
幼保連携型認定こども園昭和こども園	民立	民営	75	生後3ヶ月〜	馬町町331-55	56-0811	
幼保連携型認定こども園いずみこども園	民立	民営	105	産休明け〜	泉原町1-4	53-1400	平日 7:30〜19:00 土曜日 7:00〜17:30
幼保連携型認定こども園やまこども園	民立	民営	135	生後6ヶ月〜	筒井町145-1	56-6680	
幼保連携型認定こども園ふたばこども園	民立	民営	149	生後6ヶ月〜	今国府町60-9	59-4141	平日 7:00〜19:00 土曜日 7:00〜18:00
幼保連携型認定こども園はるかこども園	民立	民営	99	生後6ヶ月〜	冠山町2-33	85-5100	
あすなら保育園	民立	民営	90	産休明け〜	宮堂町160-1	57-3715	平日 7:30〜20:00 土曜日 7:30〜18:30 日祝 5:00〜17:00
幼保連携型認定こども園やまこども園mimi	民立	民営	60	生後6ヶ月〜	高田町280-1	61-5705	
幼保連携型認定こども園カトリック幼稚園	民立	民営	125	1歳児〜	永慶寺町510-1	52-4141	平日 7:30〜18:30 土曜日 7:30〜15:30

※時間帯により、別途延長保育料が必要です。

※認可外の保育施設

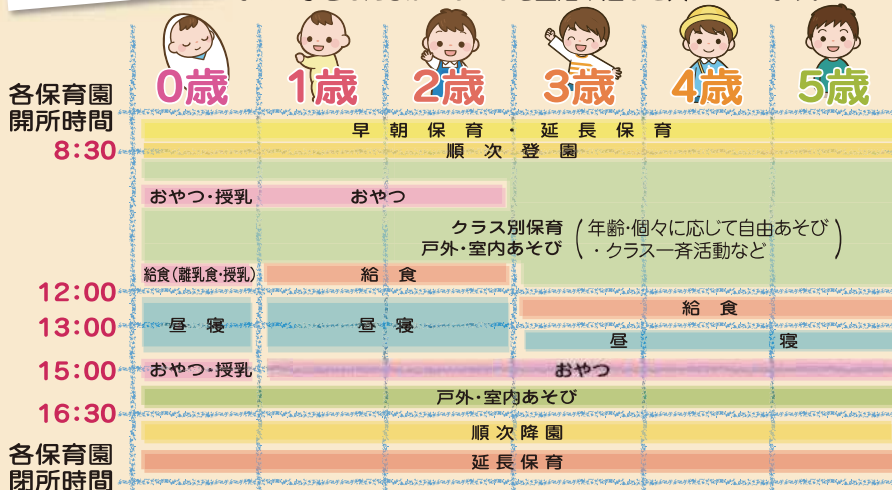
子どもを預かる施設で、認可保育所ではないものを総称して呼んでいるものです。運営や設備などは施設によって異なります。

施設名	開所時間	対象年齢	定員	所在地	TEL
みらい保育園	月〜土 7:00〜19:00（日祝は休園）	6ヶ月〜小学4年生	32	九条町361-1	53-2284
あゆみ保育園	全日 7:00〜20:00	6ヶ月〜2歳	9	田中町728	55-0041

※詳細は、直接施設にお問い合わせください。

保育園の1日

保育園は、養護と教育の一体化した保育を行っています。0歳児から就学までの子どもたちがのびのびと生活や遊びを共にしています。

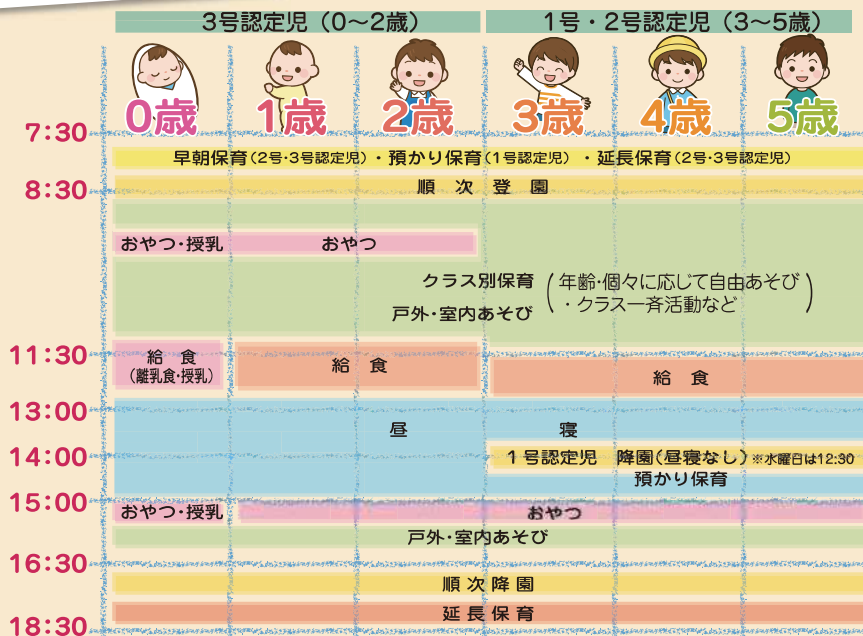


支給認定について

保育所や認定こども園などを利用するには、保護者の方がその保育の必要性に応じて「認定」を受けていただく必要があります。

認定こども園の1日

「幼稚園」と「保育園」の機能が連携し、一体となったものです。
※幼稚園（3～5歳児）は1号認定、保育園（0～5歳児）は2号・3号認定です。



みんな
で
子育て

幼稚園に入りたい

子どもが3～4歳になったら幼稚園の入園時期です。いつ入園させるか子どもの成長発達に合わせて親が選ぶことができます。

※預かり保育は週1回程度、未就園児保育は月1回程度です。

幼稚園について

幼稚園は、学校教育法に基づく施設で、公立と私立があります。

すべての幼稚園では、3年保育を実施しています。また、保育時終了後の預かり保育や在宅親子を対象にした未就園児保育を実施しています。

詳しくはホームページで・・・<http://www.city.yamatokoriyama.nara.jp/>

幼稚園の1日

幼稚園は8:30～14:00（水曜日は～11:40）先生や友達と楽しく活動しています。週4回皆で楽しく弁当をいただきます。

8:30～

いろいろな遊びをする
好きな遊びをみつけ、考えたり、試したり、工夫したり
しながら、先生や友達と一緒に遊びます。



10:00頃

片付けをしてトイレ、
手洗い、うがいをします。



10:30頃～

クラス全体活動
当日のねらいに即した活動を
先生や友達と一緒にします。



【弁当の時間】
先生や友達と一緒に
お弁当をいただきます。

12:00～

14:00

降園準備・降園

【午後の自由遊び】
午前遊びの続きや
絵本を読んだり、
カプラで遊んだりします。

13:00～

幼稚園への入園

対象は、保護者とともに市内に在住している3～5歳の幼児です。転宅などでの随時受付も行っています。詳細は入園希望の幼稚園にお問い合わせください。

学校教育課(内線723)

園名	運営	所在地	TEL	開園時間
郡山南幼稚園	公立	柳町85	52-2479	平日(月・火・木・金) 8:30～14:00 平日(水) 8:30～11:40
筒井幼稚園	公立	丹後庄町177-3	56-6099	
昭和幼稚園	公立	額田部北町555	56-1639	
片桐幼稚園	公立	池ノ内町167	52-0818	
郡山北幼稚園	公立	北郡山町115	53-2808	
片桐西幼稚園	公立	小泉町1658	53-4025	平日(水) 8:30～11:40
郡山西幼稚園	公立	田中町723	53-0725	
矢田南幼稚園	公立	山田町82	52-8635	

幼保連携型認定こども園 カトリック幼稚園	私立	永慶寺町2-12	52-4141	平日 7:30～18:30 土曜日 7:30～15:30
-------------------------	----	----------	---------	---------------------------------

※大和郡山カトリック幼稚園は、直接幼稚園にお問い合わせください。

保育料等について

- 保育料は、前期分(4月～8月)は前年度市町村民税額、後期分(9月～翌年3月)は当該年度市町村民税額に
応じて決定されます。
- 保育料の他に諸費用を徴収しています。
- 入園料はありません。

〇多子世帯の保育料の軽減

◆第1子…全額負担 ◆第2子…半額 ◆第3子以降…無料

幼稚園では、同一世帯において満3歳(年少)から小学校3年までの範囲内に子どもが複数人いる場合、最年長の子どもを第1子、その下の子を第2子、それ以降の子どもを第3子とカウントします。

※ただし、第1子が小学校4年以上になった場合は、第2子の子どもを第1子とカウントします。

未就園児保育

郡山南幼稚園
ようちえんであそぼう
随時

筒井幼稚園
ポピーひろば
ふれあいひろば 随時

昭和幼稚園
親子で遊ぼう
随時

片桐幼稚園
ひよこひろば
随時

郡山北幼稚園
なかよし広場
なかよし元気タイム 随時

片桐西幼稚園
みんなであそぼう
園庭開放 随時

郡山西幼稚園
にこにこひろば
園庭開放 随時

矢田南幼稚園
ふれあい広場
随時

※日程は、各幼稚園に
お問い合わせください。



小学生になる前に

身につけていますか?生活のリズム

子どもの心と体をすくすくと育てるために、規則正しい生活のリズムや習慣を身につけるようにしましょう。小学校入学前にもう一度家族で振り返ってみましょう。

□早起きしていますか?

朝目覚めたら、カーテンを開けて朝の光を浴び、体に「朝だよ」と教えましょう。早起きして、昼間元気に遊んでいれば、自然と早寝ができます。

□朝ごはんを食べていますか?

朝ごはんは1日を元よくスタートさせるスイッチです。朝ごはんを食べずにいると、午前中は脳と体がエネルギー不足になり、ボーッとしたり、集中できなくなったりしてしまいます。

□体を動かして遊んでいますか?

家の中でテレビゲームばかりしていませんか。公園や野外へ出て、思い切り体を動かして遊びましょう。たっぷり体を動かすと、おなががすいて食事をきちんと食べられます。また、早寝にもつながります。

□早めに就寝していますか?

寝ている間に成長ホルモンが分泌されます。十分な睡眠時間を確保してあげたいですね。寝る時間になったら、歯をみがき、部屋を暗くして布団に入るなど、「寝ようね」という雰囲気をつくりましょう。



子どもの安全を考える

毎日の通学、放課後・休日の遊びなど、小学生になると行動範囲はぐっと広がります。親の目の届かないところで事故や事件に巻き込まれないよう、ふだんから危険なことを教えていくようにしましょう。子どもたちにわかるよう、できるだけ具体的に教えることが大切です。

- ・一緒に通学路を歩いて「ここは信号があるからよく見て渡る」「車が多いので特に注意して歩く」など危険な場所を示す。
- ・「知らない人に話しかけられてもついていけない」「つきまとわれたらここへ逃げる」など対処法を教える。
- ・防犯ブザーの使い方を教え、すぐに手の届くところに身につける。



どうする?おけいごと

おけいごとは、早ければよいというものではありません。学びたいという意欲が自然に生まれてくるのは、5歳以降だといわれています。本人のやりたいことが見つかるまでは、無理強いにしないように気をつけましょう。もし、子どもの好きなことがあるならば、親も一緒になって遊びとして楽しみましょう。親の思い込みで子どもの自由な時間や遊び時間を奪わないよう、くれぐれも気をつけてください。



こどもサポートセンター

市民交流館2階(JR郡山東側)駐車場あり
☎ Fax 53-1213 平日 10:00~16:00

運営は、大和郡山市から委託を受けた大和郡山サポートクラブがおこなっています。
見学は、随時OKです。お気軽にお越しください。

どんな時に利用できるの?

- 子ども同伴で外出しにくい時。
 - 保護者の病院や、冠婚葬祭など…
 - 親のリフレッシュ(ショッピングや美容院など…)
 - 保育園、幼稚園の送迎ができない時など…
- ※要望にお応えできない場合もありますので、ご了承ください。

子どもを少しみてほしい!!
そんなあなたの
子育て応援します。



サポートのしくみ

利用会員 (援助を受けたい人)

対象者
市内在住、在勤の方
対象年齢
おおむね4ヶ月
~小学3年生
まずは登録を!

援助を依頼する

事務スタッフ (平日10~16時)

援助の打診

ご依頼を受けてから、サポーターを探します。(サポーターは常駐していません)お預かりは、サポーターとお子様の1対1対応となります

援助会員 (サポーター)

市の養成講座を受講して(実習を含む)サポーター登録。月1回 定例会、勉強会を実施して、スキルアップを図っております。

利用の流れ

①登録 (とりあえず登録だけでもOK)

サポートセンターで登録
(平日 10:00~16:00)

- 保護者の写真(スナップ用)
(4cm×3cm)
初回登録料: 300円

②予約

サポートセンターへ電話
(平日 10:00~16:00)

事務スタッフが、サポーターを探します。

③お預かり当日

依頼時間の少し前に来所。
サポーターとお預かりの打ち合わせ
(事前日に打ち合わせの場合も含む)

持ち物
お子様に必要なもの
食事、飲み物(ミルク)、おやつ、着替え、おむつ等

④精算

サポーターに
利用料金を
お支払いください。



ご利用について

※病児託児はおこなっていません。

時間

市民交流館の開館時間(9:00~21:00)であればいつでも。(土・日・祝も可)

場所

常設託児ルーム(市民交流館2F サポートセンター)
利用会員宅、サポーター宅も可。出張、集団託児等。ご相談ください。

お預かり料金 (子ども1人、1時間あたりの料金)

◇平日 …… 700円~ ◇土・日・祝 …… 800円~

※依頼時間、内容によって料金等変わります。

◎キャンセルの場合

- ・サポートセンターに時間内(10:00~16:00)に、電話(☎53-1213)してください。
- ・時間外は留守番電話へ録音してください。
- ・依頼日前日21時までは、キャンセル料は無料です。
- ・以降のキャンセル料が発生します。

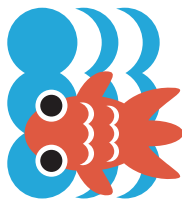
あなたの子育てをサポートします!!

見学・ご相談 お気軽にどうぞ♡

児童館

児童福祉法に基づき、子どもの健全な育成を図るとともに、人権尊重の精神を養うことを目的とした施設です。子どもに健全な遊びを提供し、その健康を増進し、情操を豊かにします。

新町児童館 ☎52-1287 FAX52-1289 矢田町5518-4
 南井町児童館 ☎57-2772 FAX57-2791 小南町160
 開館時間 午前8時30分～午後5時(土曜日は午後1時～5時)
 休館日 日曜日及び祝日、年末年始



子育て短期支援事業

ショートステイ

児童を養育している家庭の保護者が、病氣、育児疲れ、育児不安、看護、冠婚葬祭、転勤、出張、学校の行事など、お子さんの養育が一時的に困難になった場合に利用できます。

トワイライトステイ

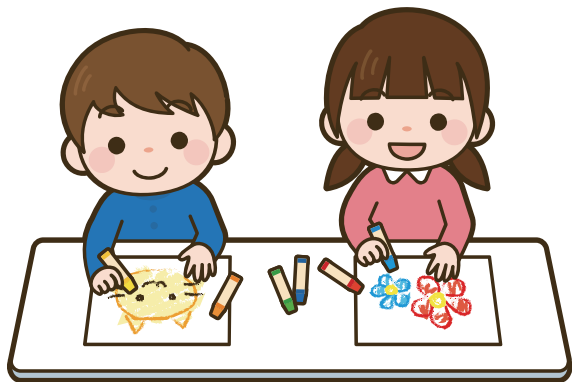
保護者が仕事などで帰宅が恒常的に夜間にわたる場合や休日に不在の場合など、お子さんの養育に困難が生じる場合に利用できます。(利用期間はおおむね6ヶ月までで1日4時間程度)

実施施設

いかるが園(斑鳩町)
 いかるが乳児院(斑鳩町)
 天理養徳院(天理市)
 いこま乳児院(生駒市)
 愛染寮(生駒市)
 飛鳥学院(桜井市)
 に委託しています。

利用方法

利用相談登録、申込は
 子育て支援課(内線526)



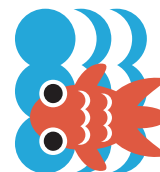
学童保育

みんなで
子育て

近年、核家族化が進み、共働き家庭、ひとり親家庭など学校から帰っても誰もいない、いわゆる留守家庭児童が増えています。こうした子ども達が放課後、安全で健康的な生活を送るために設けられているのが学童保育所です。

放課後児童健全育成事業

現在、大和郡山市には下記の11カ所に学童保育所が設置され、保護者により運営されています。学童保育所の開所時間、利用料等については、直接お問い合わせください。



名称	所在地	TEL	該当校区
片桐西学童保育所	小泉町2186-1 (片桐西小学校南)	55-2607	片桐西
矢田学童保育所	矢田町966-2 (矢田小学校内)	53-5757	矢田
郡山西学童保育所	田中町619-3 (郡山西小学校内)	54-3373	郡山西
郡山北学童保育所	北郡山町121 (郡山北小学校内)	20-4880	郡山北
矢田南学童保育所	山田町167-1 (矢田南小学校内)	53-3040	矢田南
郡山南学童保育所	柳町100 (郡山南小学校内)	54-1153	郡山南
筒井学童保育所	筒井町116-1 (筒井小学校内)	59-2490	筒井
平和学童保育所	美濃庄町268-2 (平和小学校内)	52-8170	平和
昭和学童保育所	額田部北町556-2 (昭和小学校内)	59-2245	昭和
片桐学童保育所	池之内町117 (片桐小学校内)	54-9221	片桐
治道学童保育所	横田町254 (治道小学校内)	56-4820	治道

病氣やけがのときは!

子どもの健康

病気の時はまずかかりつけ医へ! 休日の場合は休日応急診療所へ! 夜間等の場合はこども救急電話相談などを利用してください。

休日応急診療所(さんて郡山内)

〒639-1136 本庄町317-2

☎ 59-2299

【診療科目】内科・小児科

【診療日】日・祝日 12月29日～1月3日

【診療時間】正午～午後9時

こども救急電話相談(電話でアドバイス)

☆急な発熱など子どもの急病時に受診したほうがいいのか? 様子をみて大丈夫なのか?

【電話番号】プッシュ回線・携帯電話から

#8000

ダイヤル回線・IP電話から

☎ 0742-20-8119

【相談日時】平日 18時～翌朝8時

土曜日 13時～翌朝8時

日・祝・年末年始(12/29～1/3) 8時～翌朝8時

【対象者】15歳未満の子ども

奈良県救急安心センター相談ダイヤル(24時間対応)

☆救急車を呼んだほうがいいのかな? 病院に行ったほうがいいのかな?

【電話番号】プッシュ回線・携帯電話から

#7119

ダイヤル回線・IP電話から

☎ 0744-20-0119

大阪中毒110番 ☎072-727-2499

つくば中毒110番 ☎029-852-9999

たばこ専用電話 ☎072-726-9922

中毒110番を利用しましょう

化学物質(たばこ、家庭用品など)、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性の中毒について情報提供・相談を受け付けています。

※異物誤飲(小石・ビー玉など)や食中毒、慢性的中毒や常用量での医薬品の副作用は受け付けていません。

みんなで防ぐ! 子どもへの虐待



平成12年に児童虐待防止法が制定されました。また、平成16年10月より虐待を受けた子どもの早期発見と保護を目的に、虐待を先発した場合に限られていた通告義務を虐待の可能性、恐れがある場合にも対象を拡大する改正児童虐待防止法が施行されました。

児童虐待は、子どもの心と体にかかわる深刻な問題です

虐待を受けた子どもの多くは、身体の発育や知的発達の障害、情緒面での障害や行動面の問題が生じます。

子どもは親の所有物ではありません。保護者が「しつけ」という理由で行っている行為であっても、子どもに著しい苦痛を与えたり、子どもの成長に悪影響を与える場合は、「虐待」にあたります。「しつけ」か「虐待」かの判断は、子どもの視点・立場で考えます。

子どもへの虐待には大きく分けて4つのタイプがあります

身体的虐待

なぐる、ける、戸外に
しめ出すなど暴力を
加えること



性的虐待

子どもへの性的行
為の要求、ポルノグ
ラフティーの被写体
などに強要するなど



ネグレクト(育児放棄・怠慢)

家や車の中に置き去りに
する、食事を与えないなど
親としての養育・看護を怠
る、同居人からの子どもへ
の暴行を放置するなど



心理的虐待

言葉による脅かし、無
視、きょうだいと差別
的な扱いをする、子
どもの前で配偶者に対
して暴力をふるうなど



虐待かな?と思ったらすぐに連絡してください

相談・連絡の窓口

●子育て支援課(8:30~17:15)

☎ 53-1151(内線 526)

●奈良県中央こども家庭相談センター

☎ 0742-26-3788

●児童相談所全国共通ダイヤル

虐待かもと思ったら **いち はや く**
☎ **1 8 9** 番へ

必要な内容

- 子ども・保護者について(名前・年齢・性別・住所)
- 虐待と思われる内容・日時について
- 子どもの状況
- 連絡者の情報

内容について不十分でも、気になることがあれば、
まず相談・連絡ください。

※連絡した人の秘密は守ります。

通告内容が虐待でなくても、通告者は罰せられま
せん。(児童虐待防止法第6条 第1項)

児童虐待に気づくためのポイントは…?

虐待を早く発見するためには、子どもに関わる一人ひとりが、ちょっとしたサインを見逃さないことが大切です。

親が不自然

- 子どものけがに対する親の説明が不自然
- 人との関わりを避ける
- 子どもに合わせようとしていない
- 引越が不自然に多い



子が不自然

- 発育がよくない
- 落ち着きがない
- 乱暴である
- 節度なくベタベタ甘える
- 無表情である
- 衣類が汚れている
- いつも同じ服を着ている
- 遅い時間まで外で遊んでいる



親子関係が不自然

- 親の子どもを見る目が冷たい
- お互い視線を合わせない
- 子どもへの言葉かけが乱暴
- 親の前で子どもが極端に緊張している



大和郡山市要保護児童対策地域協議会

市では地域で子どもへの虐待をなくしていくために、子どもや親に接することが多い関係機関で構成する機関をつくりました。各機関が連携しながら問題解消に取り組んでいます。

関係機関

- 保健センター
- 中央こども家庭相談センター
- 郡山保健所
- 家庭児童相談室
- 人権擁護委員
- 医師会
- 歯科医師会
- 自治連合会
- 消防署
- 市役所
- 保育所
- 小・中学校
- 民生・児童委員
- 警察
- 弁護士 ほか



子育て支援マップ



幼稚園	
施設名	電話
1 郡山南幼稚園	52-2479
2 郡山北幼稚園	53-2808
3 郡山西幼稚園	53-0725
5 筒井幼稚園	56-6099
7 昭和幼稚園	56-1639
8 片桐幼稚園	52-0818
9 片桐西幼稚園	53-4025
10 矢田南幼稚園	52-8635

認定こども園	
11 治道認定こども園	56-0760
12 矢田認定こども園	20-8922
13 平和認定こども園	20-5373
14 幼保連携型認定こども園郡山西こども園	52-5425
15 幼保連携型認定こども園郡山東こども園	53-3344
16 幼保連携型認定こども園昭和こども園	56-0811
17 幼保連携型認定こども園いずみこども園	53-1400
18 幼保連携型認定こども園やまとこども園	56-6680
19 幼保連携型認定こども園ふたばこども園	59-4141
20 幼保連携型認定こども園はくみこども園	85-5100
21 幼保連携型認定こども園やまとこども園mini	61-5705
22 幼保連携型認定こども園大和郡山がっこう幼稚園	52-4141

保育園	
23 小泉保育園	53-1618
24 池之内保育園	52-3248
25 西田保育園	52-3178
26 郡山保育園	52-4058
27 新町保育園	54-1647
28 あすなら保育園	57-3715

許可外保育施設	
29 みらい保育園	53-2284

公園	
53 総合公園	55-1010
54 九条公園	52-1245
55 城址西公園	
56 浄化センター公園	
57 桑里の森公園	
58 的場池公園	
59 外堀緑地	
60 大和民俗公園	53-3171
61 矢田自然公園矢田山遊びの森	53-5819

その他の公共施設	
62 図書館	55-6600
63 やまと郡山城ホール	54-8000
64 市役所	53-1151
65 市民交流館	51-1155
66 社会福祉会館	53-6531
67 郡山健康所	51-0191
68 矢田コミュニティ会館	52-3404

子育て	
施設名	電話
69 地域子育て支援センター(郡山東こども園)	53-3344
70 地域子育て支援センター(郡山西こども園)	53-5425
71 地域子育て支援センター(ふたばこども園)	59-4141
72 さんて郡山(保健センター)	58-3333
73 親子たんとん三の丸広場	53-3020
74 親子たんとんつつい広場	090-5672-6375
75 親子たんとんかたぎり広場	080-1507-5563
76 親子たんとん郡高広場	

学童保育所	
30 郡山北学童保育所	20-4880
31 郡山南学童保育所	54-1153
32 郡山西学童保育所	54-3373
33 矢田学童保育所	53-5757
34 矢田南学童保育所	53-3040
35 筒井学童保育所	59-2490
36 平和学童保育所	52-8170
37 片桐西学童保育所	55-2607
38 昭和学童保育所	59-2245
39 片桐学童保育所	54-9221
40 治道学童保育所	56-4820

児童館	
41 新町児童館	52-1287
42 南井町児童館	57-2772

公民館	
43 中央公民館	53-5350
44 南部公民館	59-1316
45 昭和地区公民館	56-0015
46 片桐地区公民館	52-3001
47 治道地区公民館	56-3085
48 平和地区公民館	52-2346

ふれあいセンター	
49 西田町ふれあいセンター	53-1171
50 新町ふれあいセンター	53-0407
51 南井町ふれあいセンター	59-1108
52 小泉町出雲敷コミュニティセンター	65-2810