

田村市 × 株式会社
サイネックス



オリオンちゃん

田村市

子育て ガイドブック

2023



2023年12月より公開

「わが街事典」電子ブックで 田村市の子育て情報を持ち歩こう

いつでもどこでも知りたい情報を
「わが街事典」アプリでチェック

無料

閲覧に伴う通信料は
ご負担ください



スマートフォン



パソコン



タブレット



「MY本棚」機能で、
お手軽に情報をチェック！

一度読んだ電子ブックは「MY本棚」に保存
されますので、読みたくなったときはすぐに
読むことができます。

ダウンロード方法や
対応端末など
詳しくはこちら➡



iPadアプリ版

iPhoneアプリ版

Androidアプリ版



活用して情報収集!



子育てに関する、あんなことこんなこと

子どものお出かけ案内
P4 ~ 13



子育てカレンダー
P14 ~ 15



医療機関
P29 ~ 30



いざというときに
P48 ~ 55



広告

創業1926年 すべてはお客様の『えがお』のために
あぶくま高原の中心地“たむら”と共に 創業100有余年、健康長寿サポート企業

東羽部

東部自動車合資会社
はばタクシー

船引営業所 ☎0247-82-1137 常葉営業所 ☎0247-77-2129
小野営業所 ☎0247-72-2171 あぶくま洞営業所 ☎0247-78-3167



4 子どもとお出かけ！

- 子どもとお出かけ！スポット編 4
- 子どもとお出かけ！イベント編 10

14 子育てカレンダー

16 おうちの危険箇所チェック

18 手続き・問い合わせ窓口

19 妊娠したら

- 田村市こども家庭センターにこたむ 19
- 子育て支援アプリ
「田村市子育て応援にこたむ」 19
- 妊娠届・母子健康手帳の交付 19
- 妊産婦医療費助成事業 20
- 妊産婦健康診査・
新生児聴覚検査の助成 21
- 妊娠期の相談・訪問 21
- 妊娠期の風しん予防 21

22 お子さんが生まれたとき

- 出生届、各種手続き 22
- 乳幼児及び児童医療費助成制度 23
- 赤ちゃん訪問 24
- 未熟児養育医療制度 24
- 産後ケア事業 24

25 子どもの健康

- 乳幼児健康診査 25
- お子さんのむし歯予防対策 25
- キッズセルフ計測コーナー 26
- 育児相談 26
- 栄養相談 26
- 田村地方 夜間診療所 26
- 福島県こども救急電話相談 26

27 子どもの予防接種

- 定期予防接種 27
- 任意予防接種 28

29 医療機関

- 田村市の身近な病院・医院 29
- 田村市の身近な歯科医院 30

広 告



さとう耳鼻科クリニック

院長 佐藤 勇

	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:00	○	○	○	休診	○	○
午後2:30～ 6:30	○	○	○	休診	○	○

土曜日は午前8時30分～14時まで(最終土曜日は12時まで)

休診日 木曜日・日曜日・祝日
最終土曜日午後

田村市船引町船引字堰田82-18

☎ (0247) 81-1333

31 子どもの育ちに関する相談

- 「すくすく教室」 31
- 子どもの発達相談会 31

32 保育所

- 保育所・こども園 35

36 幼稚園

- 幼児預かり事業 37
- 一時預かり事業 37

38 子育て支援奨励金

39 小学校

- 田村市立小学校一覧表 39
- 放課後児童健全育成事業
（放課後児童クラブ） 40

41 地域の子育て支援

- 田村市ファミリーサポートセンター 41

42 ひとり親家庭等に関する支援

- 児童扶養手当 42
- ひとり親家庭医療費助成 42
- 母子・父子寡婦福祉資金貸付金 42
- ひとり親家庭自立支援給付金 42

43 障がいがある子どもへの支援

- 相談支援 43
- 身体障害者手帳 43
- 療育手帳 43
- 精神障害者保健福祉手帳 43
- 特別児童扶養手当 44
- 障害児福祉手当 44
- 育成医療の給付 44
- その他 44
- 各種サービスについて 44

46 育児・虐待にかかわる相談窓口

- 家庭児童相談員による相談 46

47 転入世帯へのサポート

48 いざというときに

- 防災グッズチェックリスト 48
- 防災情報 50
- 地震対策 53
- 地震への備え 55



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

バスタオルを2回ほど結び、タオルのボールを作ります。お座りしている子どもの胸あたりに投げて、キャッチさせます。子どもにタオルボールを**抱っこ**させ、「つかむ」感覚を覚えさせましょう。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

子どもとお出かけ！

スポット編

おひさまドーム

田村市船引町船引字源次郎120番地3

開館時間 (各クール定員100名)

第1クール 10:00~11:30

第2クール 13:00~14:30

第3クール 15:00~16:30

休館日 木曜日、年末年始

利用対象者 小学生以下のお子さんと保護者

利用料 無料

問 ☎82-2700



● メインドームをはじめ、ボールプールや砂場といった遊具も設置されており、幅広い年齢に楽しんでいただけます。



広告

芝生と木漏れ日のある暮らしを…

造園・緑化・芝生管理

福島県知事許可 第22769号

 有限会社 山 峡 園

代表取締役 橋本直幸

田村市船引町船引字平背戸103
E-mail sankyoue@sage.ocn.ne.jp

TEL.0247-82-2356
FAX.0247-82-4638



子育て支援センター

田村市船引町船引字下川原1番地18

開館時間 9:00~17:00

休館日 日曜日・祝日・年末年始

問 ☎82-1510



- 「ひまわりひろば」、「育児講座」を開催しています。
- ※毎月、市政だよりでお知らせいたしますので参考にお出かけください。

船引児童館

(子育て支援センター内)

開館時間 9:00~17:00

休館日 日曜日・祝日・年末年始

問 ☎82-1510



告 白

福島県知事許可(般)第17927号 総合建設業

有限会社 渡辺組

代表取締役 渡辺堅一

田村市都路町大字岩井沢字松葉G1番地

TEL(0247)75-3095 FAX(0247)75-3366

どーも岩井沢店 田村市都路町岩井沢字平蔵内3-1
TEL(0247)75-3100

渡辺酒店 田村市都路町岩井沢字松葉G7番地
TEL(0247)75-2877



NISHIMUKI

総合建設業 建築・土木

高断熱高気密高耐震の
ゼロエネルギーハウス

(株)西向建設工業

田村市常葉町西向字中76-1

電話 (0247)77-2133

FAX (0247)77-2142

<http://www.nishimukikensetsu.com>

三世代ふれあい交流館

田村市滝根町神俣字町40番地

開館時間 4月～10月 (平日) 8:30～17:00
(土曜) 8:30～12:00
11月～3月 (平日) 9:00～16:30
(土曜) 9:00～12:00

休館日 日、祝日、年末年始

駐車場 有り 10台

問 ☎78-1112



広 告

総合防水工事



有限会社松本防水工業

代表取締役 松本健一

【田村事務所】 【本 社】
田村市船引町大倉字上大倉115番地 双葉郡葛塚村大字葛塚字瀬谷平48番地
TEL:0247-61-6866 TEL:0240-29-2451
FAX:0247-61-6876 FAX:0240-29-2114

E-mail: info@matsubou.co.jp



設計・施工・保守

○電気設備 ○情報通信設備
○消防設備 ○空調設備

有限会社 柳沼電気

代表取締役 柳沼末吉

田村市船引町船引字畑添114-5

TEL 0247-82-0202 FAX 0247-82-5803

大鎧矢ふれあい公園 (都市公園)

田村市船引町
東部台6丁目124番地



さくら児童公園 (都市公園)

田村市船引町
東部台2丁目360番地



館公園(都市公園)

田村市常葉町
常葉字館104番地



はと児童公園(都市公園)

田村市船引町東部台3丁目381番地



なら公園(都市公園)

田村市船引町東部台4丁目316番地



広 告



株式会社 白石モータース
マツダオートザム船引

〒963-4312 福島県田村市船引町船引字城ノ内64
TEL.0247-(82)-5005 FAX:0247(82)0215

冷暖房・空気調和・上下水道
給排水・衛生設備・設計施工

 株式会社 **大和田設備工業**
代表取締役 大和田 一男

田村市船引町船引字大日坊26番地

☎0247-82-0016(代) FAX 0247-82-0244

常葉中央公園 (都市公園)

田村市常葉町
常葉字館1番地9



つつじヶ丘公園 (都市公園)

田村市大越町
下大越字大荷場1番地2



ポケットパーク

田村市大越町
上大越字町100-3



中広土地区 児童公園

田村市滝根町
神俣字河原109



都路みらい公園

田村市都路町
古道字遠下前80番地



片曽根山森林公園

田村市船引町
船引字石田151番地



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、しだいに自分でつばろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



図書館

問 図書館本館 ☎82-1001

本館・各分館
(滝根公民館内・大越行政局内・
都路行政局内・文化の館ときわ内)

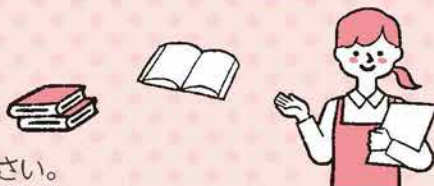
開館時間

- 火曜日～金曜日 10:00～19:00
- 土・日・祝日 10:00～17:00

休館日

- 毎週月曜日(祝祭日を含む)
- 年末年始
- 図書特別整理期間

※休館日の詳細は年間カレンダーをご覧ください。



- 本館・分館 各会場で「おはなし会」を開催しています

※毎月、市政だより
でお知らせしてい
ますので参考にお
出かけください。



広 告

時計・眼鏡・貴金属・写真
カメラ・無線機・補聴器

平沢時計店

ゼンマイ式時計の修理も承っております

田村市常葉町字古御門59-3

☎77-3058

各種自動車販売・修理・钣金塗装
民間車検工場

有限会社 **白岩モーター商会**
代表取締役 白岩 薫

Shiraiwa Motor SK

田村市常葉町常葉字西田30-1 TEL 0247-77-2335(代)

URL: <http://www.valueprogress.co.jp> FAX 0247-77-2336

子どもとお出かけ！

イベント編♡

春

4月

白山比め神社春季例大祭 (船引/白山比め神社)

堂山王子神社春季例大祭 (船引/堂山王子神社)

朴橋のお人形様衣替え (船引/声沢地区)

屋形のお人形様衣替え (船引/声沢地区)

堀越のお人形様衣替え (船引/堀越地区)

桜まつり (船引/大滝根河畔)

小沢の桜まつり (船引/小沢の桜)

安倍文殊堂の稚児行列 (船引/安倍文殊菩薩堂)

鎌倉岳山開き (常葉/鎌倉岳)

5月

あぶくま洞春まつり (滝根/あぶくま洞)

片曾根山山開き (船引/片曾根山山頂)

大滝根山安全祈願祭 (滝根・大越/大滝根山山頂)

高柴山山開き (大越・船引/高柴山山頂)

移ヶ岳山開き (船引/移ヶ岳端峰平)

五十人山山開き (都路/五十人山)



大滝根河畔の桜並木



安倍文殊堂の稚児行列



子どもと遊ぼう

子どもをおなかにまたがせ、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、**おでことおでこでごっつんこ**。親の腹筋の運動にもなります。





6月

あぶくま洞ラベンダー園開園 滝根/あぶくま洞

日山(天王山)山開き 船引/日山山頂

星の村天文台 星まつり 滝根/星の村天文台

7月

ムシムシランドオープン

常葉/ムシムシランド



8月

都路灯まつり 都路/グリーンパーク都路

ときわ盆フェスタ 常葉/常葉行政局前駐車場

鬼の里納涼夏まつり

大越/つつじレインボーロード特設会場

ひまわりフェスティバル



大越/愛宕山つつじ公園

灯籠流しと花火大会 船引/大滝根河畔ほか



あぶくま洞ラベンダー園



ムシムシランドオープン



都路灯まつり



灯籠流しと花火大会



広 告

建築・土木・管工事・設計・施工

KAKEDA

有限会社 **掛田工務店**

代表取締役 掛田 盛

田村市船引町堀越字高森314

TEL 0247-85-2536 FAX 0247-85-2459

コンクリートで未来を創る

街や人を支える生活基盤の礎を創り、より安心で快適な社会の発展に貢献します。



私たちの生活基盤に基づく製品をつくります

KUWACON
株式会社 桑原コンクリート工業

詳しくは
WEBサイトへ



本社・工場 田村市船引町堀越字新田236 TEL 0247-85-2155 FAX 0247-85-2443
生コン事業所 田村市船引町今泉字鳥足371-8 TEL 0247-81-2655 FAX 0247-81-2656

子どもとお出かけ!

イベント編

秋

子どもとお出かけ!

9月

あぶくま洞秋まつり (滝根/あぶくま洞)

船引町商工祭 (船引/船引駅前広場)

10月

田村富士ロードレース大会

(船引/田村市陸上競技場)

田村市大越町文化祭 (大越/大越公民館、大越ふるさと館)

田村市常葉町文化祭

(常葉/文化の館ときわ、常葉公民館)

子松神社秋季例大祭 (常葉/子松神社)

星の村文化まつり (滝根/滝根体育館、滝根運動場)

田村市船引地区文化祭

(船引/文化センター、公民館)

田村市都路町文化祭 (都路/古道体育館)

にこたむfes. (総合体育館)

11月

大倉の太々神楽 (船引/大倉神社)

新館の太々神楽 (船引/新館神社)

大鎗矢神社秋季例大祭 (船引/大鎗矢神社)

田子屋の三匹獅子舞 (大越/田子屋稲荷神社)

大亀神社例祭 (都路/大亀神社)

入三洞の三匹獅子舞 (大越/入ノ作稲荷神社)

石沢の三匹獅子舞 (船引/石沢鹿島熊野神社)

今泉の三匹獅子舞 (船引/今泉神社)

石森の三匹獅子舞 (船引/石森鹿島神社)

ふれあい三日市 (常葉/常葉行政局前駐車場)

常葉ビートル駅伝大会 (常葉/常葉町内)



あぶくま洞秋まつり



にこたむfes.

広告



建築工事・リフォーム工事・一般土木工事
総合建設業
株式会社 **みなみ建設**
美里建築設計事務所

TEL ▶ 0247-82-2457

FAX ▶ 0247-82-2842

E-mail ▶ info@minami.jp

〒963-4316 福島県田村市船引町芦沢字柏原354



当社HP



12月

あぶくま洞滝根御殿コンサート

滝根/あぶくま洞

光と炎のファンタジー 大越/愛宕山つつじ公園

移イルミネーション 船引/移地区

1月

大鍋矢神社夫婦獅子舞 船引/大鍋矢神社

常葉だるま市 常葉/中町地区

船引だるま市 船引/船引駅前広場



光と炎のファンタジー



あぶくま洞滝根御殿
コンサート



船引だるま市



大鍋矢神社夫婦獅子舞



広告

想いを汲み取った対応で
お客様に確かな喜びをご提供いたします



自然の影響下で常に劣化していく屋根を丁寧に工事



勝山板金工業株式会社

太陽の光をお部屋に
新しいエコ照明システム



スカイライトチューブ
体験会実施中

田村市船引町船引字時ノ宮72番2
☎0247-61-6878

子育てカレンダー



	妊娠中	出生	3～4か月
保健・子育てサービス	妊娠届、母子健康手帳▶P19 妊婦健康診査▶P21 	出生届▶P22 子育て応援券▶P22 保育所▶P32 	4か月児健診▶P25 
	妊産婦医療費助成事業▶P20 妊婦健康診査の助成▶P21	妊産婦健康診査・新生児 聴覚検査の助成▶P21 乳幼児医療費制度▶P23 児童手当▶P22	予防接種▶P27
子育て支援	妊娠期の相談・訪問▶P21 	赤ちゃん訪問▶P24 キッズセルフ計測コーナー▶P26 産後ケア事業▶P24	育児相談▶P26 
	田村市こども家庭センターにこたむ▶P19		



子どもと遊ぼう

赤ちゃんを仰向けに寝かせ、棒状にしたタオルを子どもが手を伸ばして、つかもうとするまで待ちます。タオルの端をつかんだら、少し引っ張ってみます。手を離してしまったら、もう一度チャレンジ。



子育てカレンダー

廣告

田村市 子育てガイドブック



うちの危険箇所チェック

うちの中には、子どもの興味を引く「危険」がたくさんあります。あてはまる場所や物の位置をしっかりと確認して、事故対策を家族で考えておきましょう。

子どもの目線で
見ると危険が
いっぱい!

ベランダ

踏み台があると登って転落の危険
ベランダの柵の幅は大丈夫?

キッチン

刃物でのけが、熱い鍋などでのやけど
2歳くらいになると背伸びすれば届くので
注意が必要

階段

転倒・転落

電気ケトル

転倒時の湯漏れによるやけど
湯気をさわってのやけど
コードをひっぱる・かじる

ビニール袋

窒息の危険、誤飲

アイロン

やけど
コードをひっぱる・かじる

テーブル・イス

テーブルクロスを引っ張って
上の物の落下によるけが
イスからの転倒

おもちゃ

誤飲
小さなおもちゃ
は誤飲の可能性があり危険!

ベビーカーマークを知っていますか?

ベビーカーマークは、ベビーカーを
安心・安全に使用するためのマークです。

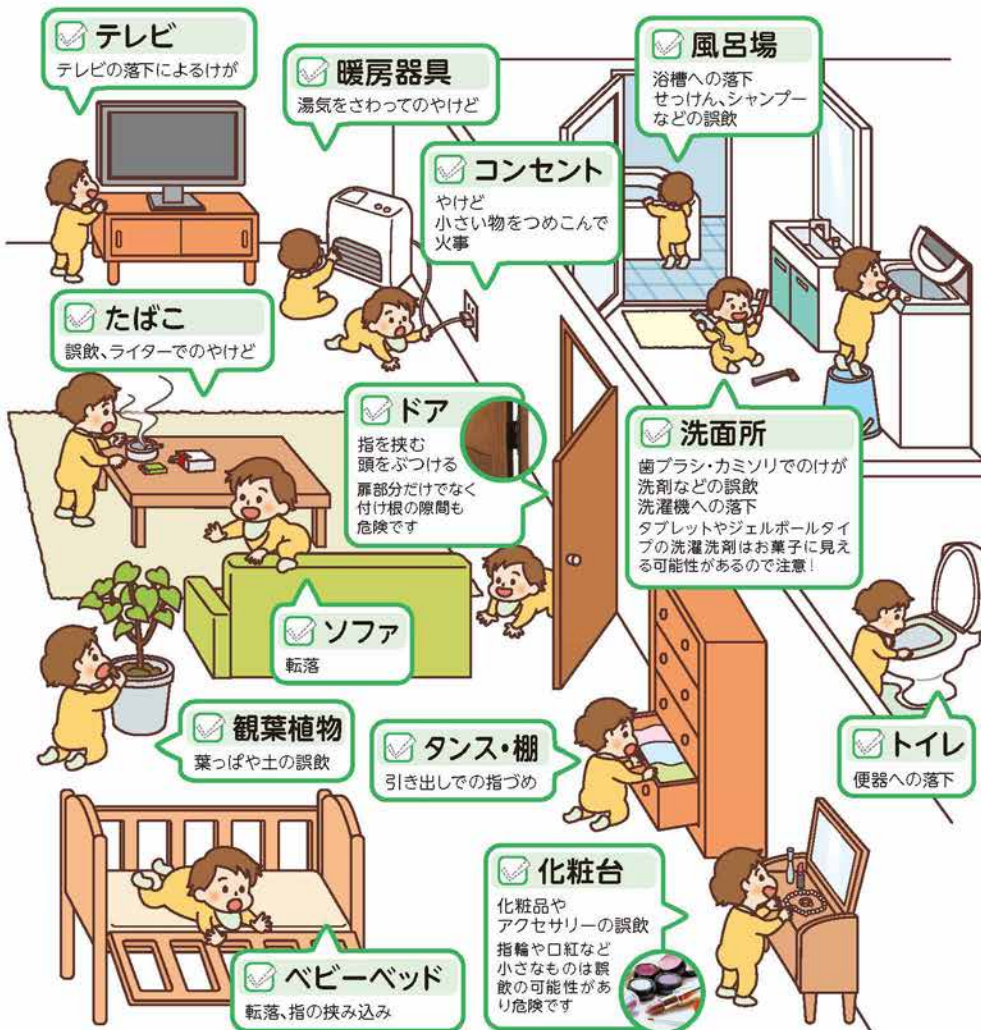
ベビーカーを安心して利用できる場所や設備（エレベーター、鉄道やバスの車両スペース等）を表しています。



ベビーカー使用禁止マーク

ベビーカーの使用を禁止する場所や設備（エスカレーター等）を表しています。





広 告

総 合 建 設 業

福島県知事許可(特-2)17545号



有限
会社

松 崎 工 業

代表取締役 松 崎 隆

〒963-4312

田村市船引町船引字四城内前26-2

TEL (0247)82-3212

FAX (0247)82-5942



手続き・問い合わせ窓口



できごと、用事	手続き	受付窓口	担当部署 (問い合わせ)	関連 ページ
妊娠した時	妊娠届	子育て支援センター	子育て支援センター (母子保健担当) ☎82-1510	P19
子どもが 生まれた時	出生届	市民課	戸籍住民係 ☎82-1112	P22
	健康保険の加入	市民課	国民健康保険加入者: 国保年金係 ☎82-1112 それ以外の方は お勤め先へ	
	出産育児一時金			
	児童手当	こども未来課	こども育成係 ☎82-1000	P22
	子育て応援券	こども未来課	こども育成係 ☎82-1000	P22
	乳幼児及び児童医療費助成制度	こども未来課	こども育成係 ☎82-1000	P23
子どもの生活のこと、食事 乳幼児健診について		子育て支援センター	子育て支援センター (母子保健担当) ☎82-1510	P25～26
子どもの予防接種		こども未来課	子育て応援係 ☎82-1000	P27～28
保育所に入りたい時	申込	こども未来課 各保育所	こども育成係 ☎82-1000	P32～35
幼稚園に入りたい時	申込	こども未来課 通園区域の幼稚園	こども育成係 ☎82-1000	P36～37
小学校への入学について		学校教育課	教育振興係 ☎81-1214	P39

— 広 告 —

法律問題でお困りの方ご相談ください

たむら法律事務所

福島県弁護士会所属 弁護士 橋本 隆亮



業務時間：平日 9:00 ～ 17:30 お気軽にお電話ください

田村市船引町船引字砂子田 79-1

☎0247-61-6910





妊娠したら



田村市こども家庭センターにこたむ

田村市子育て支援センター内に田村市こども家庭センターにこたむを開設しています。

にこたむは妊娠や出産、子育ての様々な相談に応じ、必要なサービスやお手伝いができる機関をご紹介しますなど、みなさんが安心して妊娠・出産・子育てができるようサポートします。

保健師、助産師が関係機関と連携して、みなさんの相談に応じます。相談の秘密は厳守します。一人で悩まず、まずはにこたむへご相談ください。

問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

子育て支援アプリ「田村市子育て応援にこたむ」

予防接種、成長記録、育児情報など、妊娠から出産、育児までフルサポートできる子育て支援アプリです。

田村市の子育て情報がすぐにわかります。

ご家族でも共有してご利用できます。

QRコードから→



問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510
こども未来課 ☎82-1000

母子モ

Q 検索

妊娠届・母子健康手帳の交付

病院で予定日が確定したら、子育て支援センターで妊娠の届出をし、母子健康手帳の交付を受けましょう。

母子健康手帳は、妊娠、出産及び育児に関する、保護者とお子さんの一貫した大切な健康記録です。

問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

広 告

～地域の明日をひらく～

測量・建設コンサルタント、補償コンサルタント

株式会社 郡山測量設計社

代表取締役 野中 春夫

本社

郡山市富田町字十文字54-3

TEL:024-952-5200 / FAX:024-952-5203

田村支店

田村市大越町上大越字曲田原97-3

TEL:0247-79-3456 / FAX:0247-79-3685

会津支店・県南支店・県北支店・須賀川支店・二本松支店



司法書士・行政書士

あおい法務事務所

相 続 手 続

不 動 産 登 記

会 社 法 人 登 記

代 表 司 法 書 士 小池 あおい

0247-61-4122

田村市常葉町常葉字常光寺1-1

妊産婦医療費助成事業

問 こども未来課 こども育成係 ☎82-1000

妊産婦(妊娠4ヶ月の属する月から分娩した日の属する月まで)が要した医療費(保険診療分のみ)を助成します。なお、加入中の健康保険組合から高額療養費や付加給付が支給される場合、それらを除いた額を助成します。

■対象とならないもの

- 定期妊婦健康診査
- 県で実施している妊娠中毒症等療養援護事業や不育症治療費助成事業に該当する場合

- 入院等の食事

- 保険のきかない診療 等

■申請時に必要なもの

- 受給資格登録申請書

(妊娠届時に配布します。必要事項をご記入のうえ、お持ちください)

- 健康保険証

- 預金通帳(社会保険加入の方のみ)

■助成方法

- 社保加入→医療機関で一部自己負担金を支払い、受診した月の翌月以降に「妊産婦医療費助成申請書」へ医療機関から証明をもらい、市役所こども未来課または各行政局市民係へ提出してください。

- 国保加入→医療機関の窓口で受給者証と保険証を提示してください。



妊娠したら

子育て応援パスポート事業(ファミたんカード)

ファミたんカードを協賛店で提示すると、割引やプレゼントなどさまざまなサービスを受けることができます。

- 対象者 妊婦または18歳に達する日以後最初の3月31日までの間にある子どものいる世帯

- 窓口 市役所こども未来課、各行政局市民係

ファミたんカード

Q 検索

「抱きぐせ」、本当にあるの？

結論から言うと、「抱きぐせ」なんてものはありません。

赤ちゃんが抱っこで泣き止んだり、すやすやと眠ったりするのは、赤ちゃんにとって抱っこが心地いいものだからです。乳幼児期にたくさん抱っこし、赤ちゃんとおふれ合うことでその後の赤ちゃんの発達が安定するとも言われています。

抱っこして！と求められるのも今だけ。できる範囲でたくさん抱っこしてあげてください。



🌸 妊産婦健康診査・新生児聴覚検査の助成

問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

母子手帳交付時に、妊婦健康診査等で使用する受診票「母と子の健康のしおり」をお渡しします。

■助成内容

- 妊婦健康診査受診票15回分 ●産後健康診査受診票(産後2週間・1か月)
- 新生児聴覚検査受診票

■注意事項

- 受診票に記載されている項目以外の検査は自己負担になります。
- 県外の医療機関で受診を希望される方は、事前申請が必要です。詳しくは子育て支援センターにお問合せください。
- 転出した場合は、田村市の受診票は使用できませんので、転入先で手続きをしてください。
- 転入した場合は、母子手帳と使用していた受診票をお持ちになり、子育て支援センターで申請手続きをしてください。

妊娠したら

🌸 妊娠期の相談・訪問 問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

妊婦さんが安心して出産を迎えられ、子育てができるよう保健師・助産師がサポートします。

🌸 妊娠期の風しん予防 問 保健課 健康増進係 ☎81-2271

妊娠中の赤ちゃんの先天性風しん症候群の予防を目的として、風しん抗体検査と麻しん・風しんワクチン接種費用の一部を助成しています。

対象者:妊娠を希望する女性(妊娠中の女性は接種することができません)

妊娠を希望している女性の配偶者(婚姻の届出をしていないが事実上婚姻関係と同様の事情にある者を含みます)

検査・ワクチンの種類	助成額
風しん抗体検査	6,740円
麻しん・風しん混合ワクチン接種	10,000円
風しんワクチン接種	5,000円

🌸 フッ素ってなに？

CM や子どもの健診、歯医者などでもよく聞かれる「フッ素」。名前は聞いたことあるけど、どんなものなの？となる方も多いはず。

フッ素は、実はとても身近なもので、人のからだや食べ物にも含まれている安全なものです。歯の質を強くするなど、むし歯の予防に効果があると言われています。

しかし、フッ素が完全にむし歯を予防してくれるわけではありません。毎日の歯みがき、仕上げみがき、正しい食習慣、定期的な歯の健診を続けることが大切です。



お子さんが生まれたとき



出生届、各種手続き

出生届

生まれた日から14日以内に届出をしなければいけません。

- 届出に必要なもの 届出書、母子健康手帳、印鑑
- 窓口 市役所市民課、各行政局市民係、各出張所

子育て応援券

市内の取扱登録店で使用できる子育て応援券(商品券)を出生時と1歳の誕生日にそれぞれ3万円分を支給します。さらに第3子以降のお子さんには、2歳の誕生日に10万円分を支給します。

- 窓口 市役所こども未来課、各行政局市民係

児童手当

- 支給対象 中学校修了前の児童を養育している方

支給額	児童の年齢	児童手当の額
	0～3歳未満	15,000円
	3歳～小学生(第1子・第2子)	10,000円
	(第3子以降)	15,000円
	中学生	10,000円

※児童を養育している方の所得が、
 所得制限限度額以上の場合、特例給付として一律5,000円を支給
 所得上限限度額以上の場合、支給されません。

- 支給時期 6月、10月、2月
- 届出に必要なもの 請求者名義の預金通帳、マイナンバーが分かるもの(請求者・配偶者)
- 窓口 市役所こども未来課、各行政局市民係(公務員の方は勤務先)

— 広 告 —



地域と共に

JA福島さくら



たむら統括センター／田村市船引町船引字南町通160

TEL 0247-82-1212 FAX 0247-82-4464

JAの こども共済「学資応援隊」

お子さまの教育資金を計画的に準備でき、
 万一のときにも備えられます。くわしくは、
 最寄りの支店までお問い合わせ下さい。



乳幼児及び児童医療費助成制度

■ **対象者** 市内に住所を有する0歳から18歳に達する日以後最初の3月31日までの間にある子どもの保護者

■ **助成内容** 保険診療分の一部負担金、入院時の食事代(高額療養費、付加給付は除く)

■ **助成方法**

(1) 社会保険・国民健康保険組合加入者

医療機関等受診時、「健康保険証」と「受給資格証」を提示してください。

● 社保→全国の医療機関等で一部負担金の支払いはありません。

● 国保組合→県内の医療機関等(自己負担額が21,000円未満)で、一部負担金の支払いはありません。

※ただし、上記以外で一部負担金を支払った場合は、「乳幼児及び児童医療費助成申請書」を市役所こども未来課、各行政局市民係、各出張所へ提出していただければ、後日支払った医療費等が助成されます。

(2) 国民健康保険加入者

医療機関等受診時、健康保険証を提示していただければ、全国の医療機関等で一部負担金の支払いはありません。なお、国保加入の方は受給資格証の発行はありません。健康保険証のみで医療費助成を受けることができます。

■ **届出に必要なもの** ①子どもの健康保険証

②保護者(保険の扶養者名義の方)の預金通帳

■ **窓口** 市役所こども未来課、各行政局市民係

お子さんが生まれたとき



広 告



田村市認可小規模保育園

実り保育園

(株)minority

TEL・FAX 0247-82-4839

田村市船引町東部台3丁目304

田村市 実り保育園

Instagram



赤ちゃん訪問 **問** 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

生後2ヵ月前後までに、保健師・助産師がご自宅に伺います。授乳や成長などについての相談、乳幼児健診、予防接種についてご案内します。

未熟児養育医療制度 **問** こども未来課 こども育成係 ☎82-1000

出生体重2,000グラム以下などで、医師が入院して養育することが必要であると認めた乳児(0歳児)を対象として、養育医療指定医療機関に入院した場合、養育に必要な医療費の給付を行います。

世帯の所得状況により自己負担額が決定しますが、市の乳幼児及び児童医療費助成制度にて支払います。

■窓口 市役所こども未来課

産後ケア事業 **問** 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

産後の育児不安や負担を軽減するため、宿泊や日帰り、ママと赤ちゃんのケアや相談などを受けることができる事業です。

■利用できる方 産後1年未満で、家族などから家事、育児などの援助が受けられない、心身の不調や育児不安等がある方

■利用期間 宿泊・日帰りケアあわせて7日まで

■実施場所 市が委託する助産所、医療機関

■自己負担金 宿泊・日帰りケアともに自己負担金があります。

※事前申請が必要になりますので、詳しくは子育て支援センター母子保健担当にお問合せください。

お子さんが生まれたとき

産後の気持ちのコントロール

出産という大仕事を終えたお母さんたち、本当にお疲れ様です。心もからだもゆっくり休めたいけれど、育児や家事に追われて休むこともままならない…なんてお母さんも多いはず。

出産後のからだへの負担は大きく、ホルモンの状態については産前産後特殊な状態です。そのため、気持ちの上がり下がりも激しかったり、何でもないのに涙が出たり、お母さん自身も自分の感情の波に戸惑ってしまうこともめずらしくありません。

こうした産後の気持ちは、お母さん自身もコントロールすることが難しいということを、家族やまわりの人たちに知ってもらうことが大切です。不安なこと、心配なことは一人で悩まず、保健師や助産師、先輩ママやお産した病院など、いろいろな人に相談しましょう。まわりに頼ってもいいんです。最初から自信をもって一人で子育てできる人なんていないんですから。





子どもの健康



乳幼児健康診査 問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

市では、3～4か月児、9～10か月児、1歳6か月児、2歳6か月児(歯科)、3歳6か月児を対象に乳幼児健康診査を実施しています。

お子さんの健康状態や成長、発達を確認したり、子育ての悩みや不安等について相談したり、保護者同士が交流できる場となっています。

健診の種類と内容

- 身体計測、内科診察、栄養相談、個別相談、歯科相談(全健診共通)
- 歯科診察・歯のフッ素塗布(幼児健診のみ)
- 視力・聴力検査・尿検査(3歳児健診のみ)
- 4か月・10か月児健診では「母乳・ミルクの量」や「離乳食の進め方」などについての相談ができます。
- 1歳6か月・2歳6か月・3歳児健診には、お子さんとのかわり方や対応などについてお話できる臨床心理士相談があります。

その他

乳幼児健康診査の問診票は、健診該当月の前月に郵送します。

お子さんのむし歯予防対策

問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

- フッ素塗布事業: 1歳6か月から3歳6か月までのお子さんに、幼児健診及び市内歯科医院において、合計5回の歯科健診・保健指導・フッ素塗布を実施します。詳しくは幼児健診会場でご案内します。
- フッ化物洗口事業: 幼稚園・保育所等の4・5歳児、小学生、中学生を対象に、フッ化物洗口剤を水に溶かしたうがい液で、ぶくぶくうがいをします。

広告



毎日飲んで健康家族



酪王牛乳特約店・森永・グリコ
牛乳宅配いたします！

みどり商事株式会社

三春町大字鷹巣字後田80-2

☎(0247)62-2177 FAX(0247)61-1041

🌸 キッズセルフ計測コーナー(平日8:30~17:15)

場所・問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

- お子さんの身長・体重計測ができます。母子手帳、バスタオル、おむつ等をお持ちください。
- 授乳量やお子さんの体重増加等に不安がある方は、成長確認をしながらの相談もできます。なお、相談を希望される際は事前に子育て支援センターにお電話ください。



🌸 育児相談(平日8:30~17:15)

問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

育児に関する相談は、保健師、助産師がお受けします。不在の場合もありますので、来所される際は、事前に子育て支援センターまでお電話ください。

電話・訪問による相談も出来ますので、ご連絡ください。

🌸 栄養相談(平日8:30~17:15)

問 市役所保健課 ☎81-2271

- 赤ちゃんの離乳食や幼児や学童期の食事などに関する相談は、栄養士が市役所でお受けします。
- 不在の場合もありますので、来所される際は、事前に保健課までお電話ください。

🌸 田村地方 夜間診療所

■ 所在地 船引町船引字源次郎 福祉の森公園 地内

■ 電話 ☎81-2233

診療日	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	○	○		

■ 診療時間 19:30~21:00まで ※受付時間:19:00~20:30まで

■ 休診日 土・日曜日、祝祭日、お盆、年末年始

その日の担当医については市政だよりに掲載していますが、変更になる場合もあります。医師によって専門分野が違うため、その日の担当医が対応できるか受診前にご連絡ください。

🌸 福島県こども救急電話相談

夜間、医師や看護師が状況を聞き、対処法を教えてください。

■ 受付時間 毎日、19:00~翌朝8:00

■ 電話番号 短縮ダイヤル ☎#8000 または ☎024-521-3790

🌸 おやつのこと

1歳~1歳6か月頃になると歩き始めるようになり、歩くことが楽しくて元気に動き回る子どもたち。移動範囲が広がることで、興味を持つものもどんどん増えていき、ますます目が離せなくなっていきます。子どものからだは小さいですが、消費するエネルギーは大きいもの。一度の食事ではとり切れないエネルギーを補うために必要なのが、おやつです。

おやつは1日1~2回、時間を決めて食事に影響しないぐらいの量に調整しましょう。おやつあとの歯みがきやうがい忘れずに！しっかり行ってむし歯にならないようにしましょう。





子どもの予防接種



問 こども未来課 子育て応援係 ☎82-1000

子どもの予防接種は、定期予防接種と任意予防接種があります。

定期予防接種

定期予防接種は、対象年齢の範囲であれば無料で接種することができますので、田村市指定の各予防接種予診票を持って、必ず医療機関に予約をしてから接種してください。また、保護者の方は、赤ちゃん訪問などで配布しました「予防接種と子どもの健康」の小冊子をよくお読みください。

予防接種予診票を紛失した方は、母子健康手帳を必ずお持ちのうえ、こども未来課へお越しください。

定期予防接種の種類

- ①四種混合(百日ぜき、ジフテリア、破傷風、ポリオ) ②二種混合(ジフテリア、破傷風)
 ③麻しん風しん混合 ④日本脳炎 ⑤BCG ⑥ヒブワクチン ⑦小児肺炎球菌
 ⑧水痘 ⑨B型肝炎 ⑩子宮頸がん予防 ⑪ロタウイルス

注意事項

福島県立医科大学附属病院や県外の病院での予防接種を希望される場合には、事前の届出が必要です。一旦、費用全額を負担していただき必要書類を持参して市に申請していただくことにより、助成額をお支払いいたします。なお、助成額は本市で定めた上限額の範囲内で助成となります。



子どもの予防接種

広告

東部台 小児科・アレルギー科
こどもクリニック
 院長 佐藤守弘

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	● 9:00~12:00
午後 2:00~ 6:30	●	●	休診	●	●	休診

(受付は診療終了時間20分前まで)

休診日 日曜日・祝日・第1木曜日・第5土曜日・お盆・年末年始
 田村市船引町東部台3-78
☎0247-81-2580
FAX0247-81-2588



任意予防接種

問 こども未来課 子育て応援係 ☎82-1000

任意予防接種は法定外の予防接種ですので、接種する際はかかりつけ医とご相談ください。また、市では下記の任意予防接種費用の助成をしています。

任意予防接種の種類

予防接種の種類	対象者	回数	助成上限額 (1回あたり)	自己負担額
子どもの インフルエンザ	1歳から13歳未満	2回	1回目3,100円 2回目2,000円	助成金額を超える額 (医療機関により自己 負担額が異なります)
	13歳以上 中学3年生までの者	1回		
おたふくかぜ	1歳以上小学校就学前の 者でおたふくかぜに罹患 していない者	1回	4,000円	助成金額を超える額 (医療機関により自己 負担額が異なります)

田村市、三春町、小野町の医療機関で接種する場合は、自己負担分を払うだけで接種できます。

その他の医療機関で接種する場合は、一旦費用全額を負担していただき、その領収書及び、母子健康手帳を持って市に申請していただくことにより助成額をお支払いいたします。
※季節性インフルエンザ接種期間は10月1日から翌年3月31日までとなっています。
(制度が変更になることがありますので、市政だより等で確認してください。)



広 告

空気調和・冷暖房・換気設備・給排水衛生・上下水道工事



有限 石井設備工業
会社

代表取締役 石井正芳

本 社 / 田村市常葉町西向字米粉原41-5

☎(0247)77-3244 ㊟ ㊟(0247)77-3956

船引事業所 / 田村市船引町船引字長作29-1



医療機関



田村市の身近な病院・医院

名称	所在地	電話番号(0247)
秋元医院	船引町船引字畑添4	☎82-1514
遠藤医院	船引町門沢字直道338	☎85-2016
たむら市民病院	船引町船引字南町通111	☎82-1117
かとうの内科クリニック	船引町東部台4-81	☎81-1388
こじま眼科	船引町船引字源次郎125-40	☎81-2333
さとう耳鼻咽喉科クリニック	船引町船引字堰田82-18	☎81-1333
清水医院	船引町船引字馬場60	☎82-3535
田村地方夜間診療所	船引町船引字源次郎68-2	☎81-2233
中央通りクリニックやない	船引町東部台3-108	☎81-2662
東部台こどもクリニック	船引町東部台3-78	☎81-2580
船引クリニック	船引町船引字砂子田42	☎82-0137
まつえ整形外科	船引町船引字源次郎125-31	☎81-1222
青山医院	常葉町常葉字荒町48	☎77-2015
白岩医院	常葉町常葉字内町48	☎77-2036
まつざき内科胃腸科クリニック	大越町下大越字上田55	☎61-7030
さいとう医院大越診療所	大越町下大越字町149-1	☎79-2266
総合南東北病院附属滝根診療所	滝根町神俣字町52	☎78-2442
田村市立都路診療所	都路町古道字寺下50	☎75-2003

医療機関

広告

たむら市民病院
Tamura Municipal Hospital

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 2:00~ 5:00	●	●	●	△	●	△

※ 診療科によって診療時間が異なります。

休診日 木曜日と土曜日の午後・日曜日・祝日・年末年始など

受付時間 AM8:30~11:30・PM1:00~4:30

〒963-4312 田村市船引町船引字南町通111番地

TEL:0247-82-1117(代) FAX:0247-82-1746



まつざき内科胃腸科
Matsuzaki Gastrointestinal and Internal Medicine Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	△
午後2:30~ 6:00	○	○	△	○	○	△	△

※休診 水曜午後 日曜・祝日

△1:00~4:00

田村市大越町下大越字上田55 セブン-イレブン大越町店様隣り

☎0247-61-7030 FAX 0247-61-7031

田村市の身近な歯科医院

名称	所在地	電話番号(0247)
おくあき歯科医院	船引町東部台3-51	☎82-5565
菅野歯科医院	船引町船引字原田35	☎82-5841
さいす歯科	船引町船引字下中田6	☎82-4188
佐藤歯科医院	船引町船引字扇田80	☎82-2121
博多歯科医院	船引町船引字和尚坦13	☎82-1211
箱崎歯科医院	船引町船引字畑添38	☎82-4533
渡辺歯科医院	船引町船引字五升車69-11	☎82-4777
土屋歯科医院	大越町上大越字槻木263-1	☎79-3488
遠藤歯科医院	滝根町神俣字町56	☎78-2017
瀬下歯科医院	滝根町神俣字関場536	☎78-3151
博多歯科クリニック	滝根町神俣字関場11	☎78-2005
都路歯科診療所	都路町古道字寺下50	☎75-2208



— 広 告 —

箱崎歯科医院

院長 箱崎 仁

■診療時間 平日 AM9:00～12:00
PM2:00～ 7:00
土曜 AM9:00～ 1:00

■休 診 日 日曜・祝日
田村市船引町船引字畑添38
TEL 0247-82-4533
FAX 0247-82-4916



子どもの育ちに関する相談



問 子育て支援センター(母子保健担当) ☎82-1510

🌸「すくすく教室」

- 就学前までのお子さんとその保護者を対象に、毎月1回開催しています。
- お子さんについて、「言葉が遅い」「落ち着きがない」「友達とうまく遊べない」などの相談がある方の遊びの教室です。
- 集団での遊びや医師、臨床心理士、言語聴覚士、相談支援アドバイザーなどとの個別相談ができ、お子さんにあった接し方などを一緒に考えていきます。
- 就学に関する相談を教育支援アドバイザーや教育委員会の担当が行います。
- ご希望の方は、事前に子育て支援センターまでお申し込みください。
- 日程 毎月第2木曜日 10:00～11:30(受付:9:30～9:50)
- 会場 子育て支援センター

🌸子どもの発達相談会

- 概ね4歳から18歳までの方と保護者を対象に行う相談会です。
- 「発音が心配」「会話にならない」「落ち着きがない」「友達とうまくかかわれない」などの個別相談を、臨床心理士や言語聴覚士がお受けします。
- お子さんにあった接し方のアドバイスや医療機関の情報提供などを行います。
- ご希望の方は、1週間前までに子育て支援センターまでお申し込みください。
- 日程 第4月曜日 奇数月:言語聴覚士担当
偶数月:臨床心理士担当
午後1時30分～4時30分(1回40分程度)
- 会場 子育て支援センター

子どもの育ちに関する相談

🌸卒乳はいつがいいの？🌸

卒乳はこの時期に！と一概には言えません。親子の数だけ、卒乳の時期も違います。お母さんが「もしかして今がやめ時？」と思った時が卒乳の時期でいいと思います。

授乳回数や量は、子どもの成長とともに自然と減っていきますし、歩くようになれば、運動量も増え、おっぱいも忘れて遊ぶようなことも多々あります。そうなってくれば卒乳しやすい時期といえます。

また、寝る前の授乳や哺乳瓶の使用は、むし歯のリスクを高めます。寝ている間は、だ液が少なくなり口をきれいにする作用が低くなるからです。そのため、むし歯予防の観点からは1歳～1歳6か月ごろを目安に卒乳ができるとよいでしょう。





保育所



問 こども未来課 こども育成係 ☎82-1000

保護者が、仕事などの事情でお子さんの保育を必要とする場合に、保護者に代わって保育するところです。

- 対象児童 0歳(満6か月以上)～5歳
田村市に住所のある世帯で、保育を必要とする世帯の児童
- 保育時間 月～土曜日 7:30～18:30
- 延長保育 月～金曜日 18:30～19:00

保育所申し込み手続き

申込書はこども未来課、各行政局市民係、または各保育所へ提出してください。

- ①子どものための教育・保育給付支給認定申請書
- ②保育所入所申込書
- ③就労証明書
- ④6か月以内の健診結果が分かる書類(母子手帳の写し等)
※年度当初入所児童で、母子手帳で確認できない場合は、集団検診を受診
※随時入所児童で、母子手帳で確認できない場合は、個別に病院で受診
(東部台こどもクリニック、または秋元医院のどちらか)
- ⑤個人番号提供書
※保護者のマイナンバー確認書類、窓口に来られた方の本人確認書類
- ⑥保護者の税情報のわかる書類…前年度課税証明書
※特例法での入所などにより田村市に住所がない場合

保育料

- ①3～5歳児 無料(田村市に住所のある児童が保育所を利用する場合)
- ②0～2歳児 保護者の前年度の課税状況を確認し算定する。

広 告



園児募集

—少人数でアットホームな雰囲気—

小規模ならではの工夫が沢山あります。

大切なお子さんお預かりいたします(6ヶ月～)
随時見学できます。まずは、お気軽にご連絡を…

田村市船引町船引字石田10-3
(船引郵便局より徒歩1分)

TEL(0247)82-5562 こころにゆとり
株ひまわり

支給認定とは…

幼稚園や保育所、認定こども園、地域型保育を利用する際に支給認定を受ける必要があります。

支給認定には、子どもの年齢や保育の必要性に応じて、1号認定から3号認定まで3つの区分があり、認定区分によって利用できる施設や時間が変わります。

また、認定状況に変更がある場合、届出を提出していただく必要があります。

		幼稚園	保育所	認定こども園		地域型保育
				朝～昼すぎ	朝～夕	
満3歳以上	1号認定 教育認定	○		○		
	2号認定 保育認定		○		○	
満3歳未満	3号認定 保育認定		○		○	○

■ 保育を必要とする事由

- 就労
- 妊娠・出産
- 保護者の疾病・障害
- 同居、または長期入院等している親族の介護・看護
- 災害復旧
- 求職活動(起業準備を含む)
- 就学(職業訓練校等における職業訓練を含む)
- 虐待やDVのおそれがあること
- 育児休業取得中に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要な場合

■ 保育の必要量

保護者の就労時間により利用時間が「保育標準時間」と「保育短時間」に区分されます。

	7:30		18:30	19:00
保育標準時間	最大11時間利用可能			延長保育
	8:00		16:00	19:00
保育短時間	最大8時間利用可能			延長保育

保育所

むし歯予防のポイント

おやつはあげたいけどむし歯になったらイヤ！ここでは子どもがむし歯にならないためのポイントを3つ紹介します。

まず1つめは、おやつの時間や回数を決めること。頻繁におやつを食べたり、だらだら食べ・だらだら飲みをしたりしないようにしましょう。

2つめは、お菓子を目のつくところに置かないこと。おやつが見えると食べなくなるのは大人も子どもも一緒です。見えないところ・手の届かないところにおやつをしまうなど、家庭で環境を整えることが大切です。

3つめは、糖質を多く含む食べ物・飲み物や、歯につきやすいお菓子は控えることに。アメ、アイス、チョコ、キャラメル、スナック菓子などは歯の表面や溝に長く残るので、むし歯になりやすく、注意が必要です。

■ 保育を必要とする事由に変更がある場合

利用している保育施設が市の窓口へ必ず「教育・保育給付認定変更認定申請書」を提出してください。保育を必要とする事由の変更に伴い、支給認定や保育料に変更がある場合があります。

例)退職した場合、転職した場合、妊娠・出産した場合など

■ 世帯状況に変更がある場合

ご家庭の状況の変更に伴い、支給認定や保育料に変更がある場合があります。

世帯員の転出や保護者の変更(離婚や死亡による)がある場合、速やかに「教育・保育給付認定変更認定申請書」を提出してください。

一時保育

保護者の育児に伴う負担感の解消を図るため等、保護者の私的理由により一時的に保育所に入所させることができます。

■ 対象児童 市内に住所を有し、保育所等を利用していない就学前の児童(1歳未満を除く)

■ 実施保育所 市内公立保育所、認定こども園わかくさ、星の森保育園

■ 保育期間 原則月に7日以内

■ 保育時間 通常保育時間内

■ 保育料 1,000/日

※利用者が多い場合や施設の行事等の理由により希望日に添えない場合があります。

病児・病後児保育事業

保護者が就労しているなどにより、児童が病気の際に自宅での保育が困難な場合に一時的に児童を保育する事業です。

■ 実施場所 星の森保育園(病児・病後児保育室)

■ 対象児童 生後6ヵ月～就学前の児童

■ 利用日 土日祝・年末年始を除く保育園開園日

■ 利用時間 午前8時30分～午後5時30分まで

■ 利用料金 1日2,000円(食事・おやつの提供はありませんのでご持参ください。)

■ 利用方法 事前に利用登録申請が必要です。利用前日の午前9時～午後3時までに保育園へ電話連絡し空き状況の確認と指定医の受診が必要です。

— 広 告 —

おもいっきりあそぶ

しっかりたべる

ぐっすりねむる



どんぐり保育園

園児募集中

園長 佐久間 早代子

●0歳児～2歳児

●定員19名

※当園は船引クリニックと連携しておりますので、急な発熱・万が一の怪我等にも迅速に対応し、処置を行います。保護者の皆様が安心してお子さんをお預けできる環境を整えています。

田村市船引町船引字砂子田 198 TEL81-2561 FAX81-2570

URL <http://funehiki.clinic>

医療法人 健山会

給食費の助成

保護者の経済的負担軽減を図るため、教育・保育施設等を利用する満3歳(当該年度の4月1日時点において3歳に達している児童)の児童の給食の提供に要する費用(給食費)を月額4,800円を上限に助成しています。なお、給食費の助成は対象施設等の代理受領となりますので、基本的には保護者の方が申請をする必要はありません。

保育所・こども園

■ 公立

施設名	住所	入所定員	電話(0247)	対象園児
滝根保育所	滝根町神俣字閑場145	60人	☎78-2011	0～3歳児
大越こども園	大越町上大越字水神宮167-1	60人	☎68-3555	
都路こども園	都路町古道字遠下前80	30人	☎75-3121	
常葉保育所	常葉町常葉字館1-9	90人	☎77-2153	

■ 私立

施設種類	施設名	住所	入所定員	電話(0247)	対象園児
幼保連携型	認定こども園 わかくさ	船引町船引字平館66	300人	☎82-4111	0～5歳児
保育所	星の森保育園	船引町船引字屋頭清水285	150人	☎61-5581	

■ 特定地域型

施設種類	施設名	住所	入所定員	電話(0247)	対象園児
事業所内保育	どんぐり保育園	船引町船引字砂子田198	19人	☎81-2561	0～2歳児
小規模保育	たんぼぼ保育園	船引町船引字時ノ宮59-1	18人	☎82-0411	
小規模保育	ひまわり保育園	船引町船引字石田10-3	19人	☎82-5562	
小規模保育	実り保育園	船引町東部台3丁目304	10人	☎82-4839	

保育所

広 告

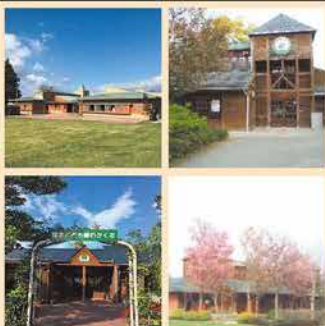


学校法人 若草学園

認定こども園 わかくさ

ナースリー プレスクール

田村市船引町船引字平館 66
TEL 0247-82-4111
URL <http://www.wakakusa.ac.jp/>





幼稚園



問 こども未来課 こども育成係 ☎82-1000

生まれてからそのほとんどを家庭で過ごしてきた子どもたちが、はじめて出会う学校、それが幼稚園です。

友だちや先生と楽しく遊ぶ中で、豊かな心やものごとに関わっていかうとする意欲、生活に必要な習慣や態度などを育てます。

申し込み手続き

- 毎年10月～11月頃に新年度の入園児を募集しています。詳しくは、市政だより、または田村市ホームページをご覧ください。
- 期日までに入園申込書をこども未来課、または各幼稚園に提出してください。また、年度途中でも入園の受付は行っていますので、こども未来課、または各幼稚園まで、ご連絡をお願いします。

保育料

- 保育料は無料です。ただし、教材費、用品代等がかかります。

■ 公立

施設名	住所	電話番号(0247)	対象園児	預かり
滝根幼稚園	滝根町神俣字弥五郎内28	☎78-3636	4～5歳児	○
大越こども園	大越町上大越字水神宮167-1	☎68-3555		○
都路こども園	都路町古道字遠下前80	☎75-3121		○
常葉幼稚園	常葉町西向字屋形94	☎77-2096		○
船引南幼稚園	船引町堀越字丸森2	☎85-2008		○

■ 私立

施設名	電話番号(0247)	対象園児	預かり
認定こども園わかさ	☎82-4111	3～5歳児	○



🌸 幼児預かり事業

教育時間終了後、家庭での保育が困難な幼児を対象に預かり保育を実施しています。

- 実施場所 滝根幼稚園
大越こども園
都路こども園
常葉幼稚園
船引南幼稚園
- 利用時間 平日 教育時間終了後～19:00
土曜日・長期休暇 7:30～18:30
- 保育料 無料
市外の幼児は3,000円／月(8月は5,000円)

🌸 一時預かり事業

- 実施場所 認定こども園わかくさ
- 利用時間 平日 教育時間終了後～18:30
- 保育料 400円／日



🌸 おしゃぶりの使い方 🌸

泣いている赤ちゃんの気持ちを落ち着かせたいときなどにおしゃぶりを使っているご家庭も多いはず。子どもの口にくわえさせるだけなので、手軽に子どもの気持ちを落ち着かせることができるのがおしゃぶりのいいところです。しかし、長時間・長期間使うことでのデメリットもあります。

おしゃぶりの使用が続くと、歯並びやかみ合わせに影響が出たり、子どもが言葉を発する機会の減少につながります。また、お父さん・お母さんなどからの声かけや、子どもをあやす機会も減ってしまいます。

そのため、おしゃぶりはなるべく使用せず、使用する場合は、常用するのではなく、使うタイミングを決めるようにしましょう。



←おしゃぶりを長期間使用した子どもの口
(上下の前歯にすき間ができています。)





子育て支援奨励金



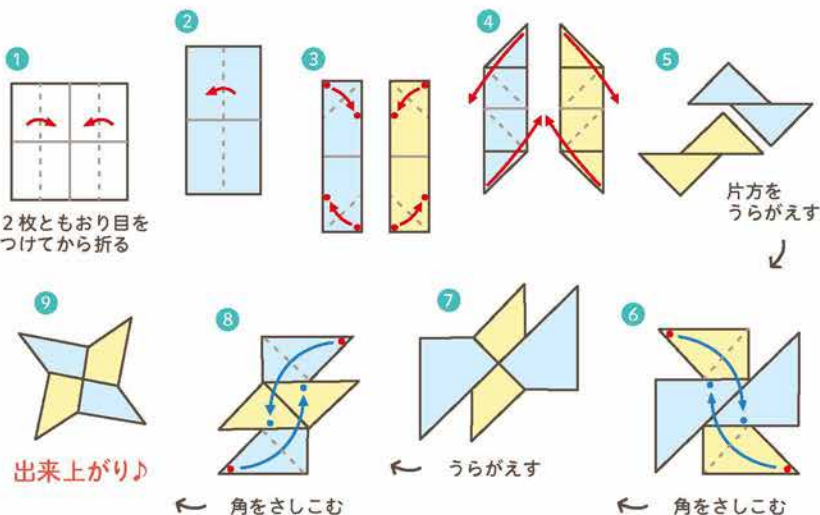
保育所・託児所・幼稚園等を利用せず、児童を在宅で養育する保護者に対し支給します。

- 対象年齢 3月31日現在満3～5歳児
- 支給額 1人当たり月額5,000円
- 支給時期 8月、12月、4月に支給
- 申請に必要なもの 印鑑、申請者名義の通帳



おり紙であそぼう

しゅりけんにチャレンジ





小学校



問 学校教育課 教育振興係 ☎81-1214

いよいよ小学校へ入学です。田村市内には7校の小学校があります。通学区域ごとに指定された小学校へ入学します。

時期	実施事項	備考
10月～11月	就学時健康診断	教育委員会より日時、場所を通知します。
1月～2月	入学の通知	教育委員会より入学する学校を通知します。
1月～2月	入学説明会	入学する学校長より案内があります。
4月6日	入学式	入学する学校長より案内があります。

(曜日により変更があります)

田村市立小学校一覧表

学校名	電話番号 (0247)	FAX番号 (0247)	郵便番号	住 所
滝根小学校	☎78-2014	☎78-2308	963-3602	滝根町神俣字弥五郎内28
大越小学校	☎79-2244	☎79-2301	963-4111	大越町上大越字元池70
都路小学校	☎75-2004	☎75-2229	963-4701	都路町古道字北町24
常葉小学校	☎77-2038	☎77-2084	963-4602	常葉町常葉字上野130
船引南小学校	☎85-2008	☎76-1790	963-4204	船引町堀越字丸森2
船引小学校	☎82-0044	☎81-1786	963-4312	船引町船引字南元町1
美山小学校	☎82-1019	☎81-1602	963-4433	船引町北鹿又字後和田30

小学校

廣 告

見学・体験随時受付中！

武道で育む心と体

 **NPO 法人**

極真カラテ門馬道場

〈門馬智幸師範〉

〔活動場所〕田村市総合体育館ほか
田村市船引町船引字遠表400

☎0248-63-7005

詳細はホームページまで。 <https://www.kyokushin-monma.com>

3歳からの武道教育!!

放課後児童健全育成事業(放課後児童クラブ)

問 こども未来課 こども育成係 ☎82-1000

保護者が就労等により、昼間家庭で面倒を見ることができない小学生を対象に放課後における適切な遊びや、生活の場を提供します。

■ **対象児童** 田村市内の小学校に通う1～6年生
(申し込みが利用定員を上回った場合には低学年の児童を優先させていただきます)

■ **利用時間** 平日 学校放課後～19:00
土曜日・長期休暇 7:30～18:30
※日曜日・祝日・お盆・年末年始は休業日

■ **利用料** 無料
市外の児童は3,000円/月(8月は5,000円)
※おやつ代は実費

■ **申請窓口** 利用したい施設、こども未来課、または各行政局市民係へ「田村市放課後児童健全育成事業利用申込書」と保護者の「就労証明書」を提出してください。

■ **実施場所**

三世代ふれあい交流館	定員 40人
大越行政局	定員 50人
都路こども園	定員 30人
常葉児童生活センター	定員 70人
たむら学童センター	定員 80人
認定こども園わかくさ	定員280人
船引南幼稚園	定員 40人
美山小学校	定員 70人



「そろって本当？」 子育ての疑問

Q & A

Q 利き手は直した方がいい？

A 使いやすい手を使わせてあげて！

以前は様々な物が右手用に作られていたため、右手への矯正が一般的でしたが、最近では左手用の製品も充実しており、不便も無くなってきています。無理な矯正は子どもの負担となるため、使いやすい手を使わせてあげてください。





地域の子育て支援



田村市ファミリーサポートセンター

☎ ファミリーサポートセンター(子育て支援センター内) ☎82-1510

センター開所時間:8:30~17:00

センター休所日:土曜日、日曜日、祝日、年末年始

ファミリーサポートって？

地域で子育てを応援する、会員制の相互援助活動で、ボランティア事業です。

子育ての援助を受けたい人と、援助を行いたい人が会員となり、育児について助け合います。

援助を受けたい人は「お願い会員」としてサービスを受け、援助を行いたい人は「預かり会員」として保育サービスを提供します。

援助活動が終了したら、お願い会員は決められた報酬を預かり会員へ支払います。

利用するには？

会員登録が必要です。

- **お願い会員** 市内在住で6か月～小学生までの子どもがいる方
- **預かり会員** 市内在住で、自宅等で子どもを預かれる方でセンター指定の講習会を修了した心身ともに健康な方(年齢、性別、資格は問いません)

● 援助活動時間 6:00～21:00の間で活動します

● 報酬等金額(子ども一人／1時間)

月曜日～金曜日	7:00～19:00	500円
	上記以外の時間	600円
土・日・祝日	7:00～19:00	600円
	上記以外の時間	700円
送迎等で自家用車を利用した場合		100円／1回
※二人目以降は半額		

ベビーカーマークを知っていますか？

ベビーカーマークは、ベビーカーを安心・安全に使用するためのマークです。

ベビーカーを安心して利用できる場所や設備(エレベーター、鉄道やバスの車両スペース等)を表しています。



ベビーカー使用禁止マーク

ベビーカーの使用を禁止する場所や設備(エスカレーター等)を表しています。

出典：国土交通省



ひとり親家庭等に関する支援



児童扶養手当

問 こども未来課 こども育成係 ☎82-1000

母子家庭(または父子家庭)の児童(18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある児童)や、一定の障がいのある父親(または母親)をもつ児童を監護している母(または父)・父母に代わってその児童を養育している人に支給されます。

ただし、本人または扶養義務者の方の所得が限度額を超えた場合は支給されません。

区分	全部支給される者	一部支給される者
児童1人のとき	44,140円	10,410円～44,130円
児童2人目の加算額	10,420円	5,210円～10,410円
児童3人目以降の加算額(1人につき)	6,250円	3,130円～ 6,240円

(令和5年4月現在)

※上記金額は月額の手当額です。手当額は経済の状況によって見直される場合があります。

ひとり親家庭医療費助成

母子家庭、父子家庭等の経済的負担を軽減するため、医療費の一部を助成します。

ただし、所得制限等により該当しない場合があります。

- 内容 該当者が医療機関の窓口で支払った医療費(各種医療保険適用による自己負担分)について同一受診月ごとに1つの世帯の自己負担額を合算して1,000円を超えた場合、その1,000円を超えた金額を助成します。

※高額療養費、付加給付等が支給される場合はそれらを除いた金額

母子・父子寡婦福祉資金貸付金

経済的な自立や就学などに必要な資金を貸し付ける事業を行っております。貸し付けの種類は、就学支度資金、修学資金など12種類あります。

貸付を希望される場合は、事前にお電話にてお問い合わせください。

ひとり親家庭自立支援給付金

母子家庭の母、または、父子家庭の父の主体的な能力開発の取組みを支援し、利用者が資格取得や適職への就職に結びつくよう、自立の促進を図る給付金です。

給付金については事前相談が必要となります。



障がいがある子どもへの支援



相談支援

問 社会福祉課 障害福祉係 ☎81-2273

障がいや発達に心配のあるお子さんやその家族、関係者の皆さんからの相談を受け付けています。どんなことで困っているのか、それを解決するためにはどんな方法があるのか、相談を受けながら一緒に考え改善の方法が見つけれられるようにサポートしています。

名称	住所
田村地方基幹相談支援センター	船引町北鹿又字沼ノ下121-190 ☎0247-61-5056
たむら地方児童発達支援センター	船引町北鹿又字沼ノ下121-190 ☎0247-73-8056
田村市指定相談支援事業所 (田村市社会福祉協議会)	田村市大越町上大越字古川97 ☎0247-68-3777
相談支援田村事業所	田村市船引町北鹿又字沼ノ下121-190 ☎0247-61-5071

身体障害者手帳

身体障害者手帳は、身体(肢体、視覚、聴覚、心臓、腎臓、肝臓など)に一定以上の障がいがある方に対して交付されます。障がいの状況に応じて、障がい程度の重い順に1級から6級に区分されます。

療育手帳

療育手帳は、発達期(おおむね18歳まで)に知的機能に障がいがある方に対して交付されます。障がい程度の重い順に「A」と「B」に区分されます。

精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳は、精神(統合失調症、てんかん、発達障害など)に障がいのある方に交付されます。障がい程度の重い順に1級から3級に区分されます。手帳の有効期間は手帳交付日から2年間です。

手帳の有無、等級や種類によって受けられる支援やサービス内容が異なりますので、詳しくは社会福祉課までお問い合わせください。



🌸 特別児童扶養手当

身体または精神に中度または重度の障がいがある20歳未満の児童を監護している父もしくは母、または父母に代わって児童を養育している方に支給されます。

ただし、以下の場合には支給されません。

- 1 手当を受けようとする人、対象となる児童が日本に住所がない場合
- 2 児童が肢体不自由児施設や知的障害児施設などの施設に入所している場合
- 3 児童が障がいを理由として厚生年金などの公的年金を受けることができる場合

手当額	1級	児童1人につき 53,700円
	2級	児童1人につき 35,760円
支給時期	4月、8月、11月	

(令和5年4月現在)

🌸 障害児福祉手当

20歳未満の在宅で生活されている方のうち、精神または身体に重度の障がいがあり、日常生活において常時介護を要する状態にある方に支給されます。

受給要件は以下のとおりです。

- 1 対象となる方が施設に入所していないこと
- 2 障がいのある方本人、配偶者、扶養義務者の前年の所得が基準額を超えていないこと
- 3 対象となる方が障がいを理由とする年金を受給していないこと

月額	15,220円
支給時期	5月、8月、11月、2月

(令和5年4月現在)

🌸 育成医療の給付

18歳未満の児童で、対象となる疾患等により将来において障がいを残すおそれがあり、確実に治療効果を期待できる場合、その医療費の一部が給付されます。

🌸 その他

補装具費の支給	身体機能を補助するため、車いすや補聴器などの交付と修理を行います。
日常生活用具の支給	日常生活を容易にするため、ストマ用装具(排泄支援用具)などを給付します。

🌸 各種サービスについて

■ サービスの利用ができる対象者

※下記のいずれかに該当する方はサービスの利用ができます。

- 障害者手帳を所持している
- 特別児童扶養手当を受給している
- 障がいがあることが分かる診断書もしくは障がいが想定され支援の必要性がわかる医師の意見書等がある

■ サービスの種類

① 障害児通所支援(市内で提供していないサービスもあります。)

計画支援	障害児支援利用援助	障害児通所支援の申請に必要な障害児支援利用計画を作成し、サービス事業者等との連絡調整を行います。
	継続障害児支援利用援助	支給決定されたサービスの利用状況の検証を行い、サービス事業者等との連絡調整を行います。
発達支援	児童発達支援	未就学の障がいのあるお子さんに日常生活における基本的な動作の指導、集団生活へ適応するための支援等を行います。
	放課後等デイサービス	就学中の障がいのあるお子さんに生活能力向上に必要な訓練や社会との交流促進等の支援を行います。
	医療型児童発達支援	肢体不自由児に児童発達支援や治療を行います。
訪問支援	保育所等訪問支援	保育所等を訪問し、集団生活へ適応するための専門的な支援等を行います。
	居宅訪問型児童発達支援	重度の障がいがあり外出することが著しく困難なお子さんの居宅を訪問し、生活能力の向上に必要な訓練等の支援を行います。

② 日中一時支援

障がいのあるお子さんに対し、日中における活動の場を提供することにより、家族の就労支援及び一時的な負担軽減を図ります。

③ 短期入所

障がいのあるお子さんを持つ家族が、急用等のため、児童を一定期間預けることが必要な場合、利用することができます。

■ 利用できる事業所

名称	提供サービス
たむら地方児童発達支援センター 田村市船引町北鹿又字沼ノ下121-190 ☎0247-73-8056	児童発達支援／放課後デイサービス／ 保育所等訪問支援
のびっこらんど田村 田村市船引町船引字中島22 ☎0247-73-8253	児童発達支援／放課後等デイサービス
のびっこらんど美山 田村市船引町北鹿又字沼ノ下150-97 ☎0247-61-5151	児童発達支援／放課後等デイサービス
ひかり田村教室 田村市船引町船引字北町通48-1 ☎0247-61-5540	放課後等デイサービス
みらくる 田村市船引町東部台2丁目285 ☎0247-82-2909	日中一時支援
はるはる笑心たむら 田村市船引町船引字大日坊35 ☎0247-61-6281	日中一時支援
田村市指定相談支援事業所 田村市大越町上大越字古川97 ☎0247-68-3777	障害児支援利用援助／継続障害児支援利用援助
相談支援田村事業所 田村市船引町北鹿又字沼ノ下121-190 ☎0247-61-5071	障害児支援利用援助／継続障害児支援利用援助





育児・虐待にかかわる相談窓口



問 こども未来課 子育て応援係
子育て支援センター

☎82-1000
☎82-1510

家庭児童相談員による相談

家庭児童相談員が専門的立場から、児童の養育や家庭問題等に関する相談に応じ、アドバイスをします。また、内容によりさらに専門の相談機関の紹介もしております。

児童に関する相談がありましたら、自分ひとりで悩まないでお気軽にご相談ください。

- **利用方法** 電話、面接により相談に応じます。
- **相談内容** 児童虐待、家庭内での子どもの養育に関する事、子どもの障害に関する事など
- **相談日時** 月～金曜日(祝祭日、年末年始を除く)8:30～17:15

児童虐待とは？

親または親に代わる養育者などが子どもに対して、からだや心を傷つけたり適切な保護や養育を行わないことなどによって、子どもの健やかな成長・発達を損なう行為をいいます。

■ 虐待の種類

● 身体的虐待

身体に傷を負わせたり、生命に危険を及ぼすような行為をいいます。

● 性的虐待

子どもにわいせつな行為をすること、させる行為をいいます。

● ネグレクト(養育の怠慢・拒否)

適切な食事を与えない、汚れた衣類を着続けさせる、家に閉じ込める、病気になっても医者に見せないなど養育に関する不適切な関わりや怠慢、無関心をいいます。

● 心理的虐待

言葉による「おどし」、無視、拒否的な態度のほか、家庭内での配偶者に対する暴力など、子どもの心を著しく傷つける行為をいいます。

児童虐待など緊急の場合は、24時間(夜間・休日含む)対応している児童相談所虐待対応ダイヤル「189」(通話料無料・匿名でも大丈夫です)へご相談ください。





転入世帯へのサポート



問 企画調整課 ☎61-7615

市では、5年以上田村市に居住する意思を持って転入する子育て世帯へ向けてさまざまな補助事業を行っています。対象となる子育て世帯は15歳以下の子どもを持つ世帯となります。

子育て世代住宅支援補助金

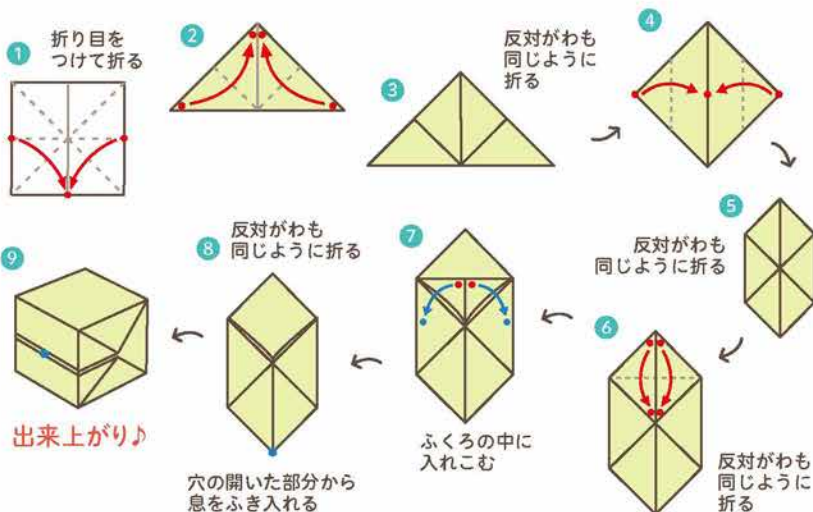
対象となる子育て世帯が転入後3年以内に住宅を新築した場合、100万円を補助します。

子ども応援事業実家改修補助金

対象となる子育て世帯が、空き家バンク物件をリフォームした場合、子ども1人あたり10万円を支給します。

おり紙であそぼう

紙風船にチャレンジ





いざというときに



＼大人の防災グッズに **プラス** しよう！／

防災グッズチェックリスト

いざという時のために、備えておきたい防災グッズ。大人の防災グッズにプラスして、こども用の防災グッズも見直し、備えておきましょう。

緊急避難！

おさんぽバッグに **プラス**

- ☒ 母子健康手帳
- ☒ 止血パッド (キャラメル・あめなどカ
ロリーの高いものを少し)
- ☒ 笛 (万が一閉じ込め
られた時に)
- ☒ お菓子 (キャラメル・あめなどカ
ロリーの高いものを少し)
- ☒ 抱っこ紐 (ベビーカーの時も持ち歩
くと、避難時に便利！)



常にバッグに
入れておき、
誰でもすぐに
わかり使える
ように！

抱っこ紐は鞆
に入る軽量タ
イプや、ウエ
ストに収納す
るタイプが持
歩きに便利！

自宅から避難！

非常持ち出し品に **プラス**

- ☒ 防災頭巾・ヘルメット
- ☒ レインコート
- ☒ マスクや軍手
- ☒ 衣料品3日分 (特に下着)
- ☒ オムツ3日分
- ☒ おしりふき (ウェットティッシュ)
- ☒ 粉ミルク3日分
- ☒ 哺乳瓶 (使い捨てタイプ)
- ☒ こどもの食料3日分 (月齢に合っ
た好きな物)
- ☒ 離乳食スプーン
- ☒ 食品用ラップ (スプーンや皿に巻け
ば汚さず使える)
- ☒ 紙コップ&ストロー
- ☒ 軽くて小さいおもちゃ

着て行く



個包装の
物が便利！

おり紙



こんな時の対処法

① 頭を強く打った！

意識がない場合は頭を高くして寝かせ、耳や鼻から血などの液体
が出ている場合は出ている方を下にして寝かせます。

その後すぐに救急車を呼びましょう。

※他にも、吐く・顔色が悪い・普段はかかかないびきをかくなど、
異変が見られる場合はすぐに病院へ連れて行きましょう。



災害から身を守るために

近年、集中豪雨、大型台風、竜巻など、予測できない自然災害が発生しており、災害時には、様々な情報がテレビやラジオ等のメディアから報道されています。

災害が発生し避難の必要が生じた場合に備え、予め避難経路や避難所等について確認する必要があります。

また、避難所まで距離がある場合や危険区域等を通過しなければならない場所もあるため、各地区の集会所等を一時的に避難所として利用するなど災害に備えた地域ぐるみの活動が重要となります。

避難時の心得

- ラジオテレビ等で最新の気象情報、災害情報を入手しましょう。
- 子どもと一緒に避難することは、持出品の確認などに時間がかかるため早めに行動しましょう。
- 避難するときの荷物は必要最低限にし、2人以上での避難を心掛けましょう。
- 徒歩で避難しましょう。車を使っての避難には、危険を伴うことがあります。
- 洪水による水の流れは、場所によって相当速いことが予想されます。避難時には、水の流れの速さにも十分注意しましょう。
- 市役所および行政局などから避難の呼びかけがなくても、洪水やがけ崩れなどの危険を感じた場合には、声をかけ合って自主的に避難しましょう。
- 避難する余裕がなければ、建物の高所に移るなど生命を守る行動をとりましょう。



こんな時の対処法

② 胸やお腹を強く打った！

静かに寝かせて、様子を見ます。

打ち身やあざが出来た場合、冷たくしたタオルで患部を冷やしてあげましょう。

※ 顔色が悪い・吐くなどの異変が見られる場合、救急車を呼ぶか、すぐに病院へ連れて行きましょう。



防災行政無線電話自動応答システム

防災行政無線電話自動応答システムとは、下記電話番号に連絡することで、再度防災無線放送の内容を聞くことができるシステムです。防災無線放送を聞き逃した際や、風雨のため聞き取りづらい場合などにご活用ください。

なお、防災無線の放送時間から24時間を過ぎると、自動的に次の放送に更新されますのでご注意ください。

自動電話応答システム電話番号

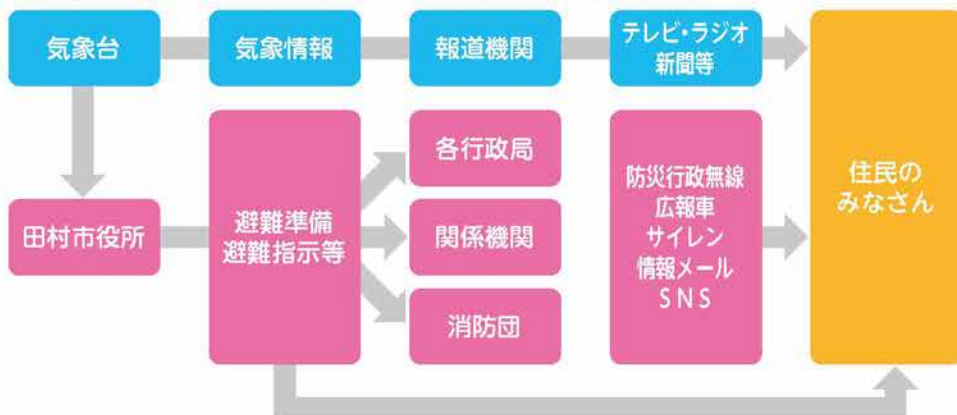
☎82-0200 ☎82-0035

※どちらの番号も同じ内容の放送です。



災害情報の伝達経路

■避難指示等は、下図のように住民のみなさんに伝達されます。



こんな時の対処法 ③ やけどをした！

すぐに患部を流水や氷のうなどで冷やしましょう(20～30分が目安)。

広範囲・全身にわたる場合はすぐに救急へ連絡してください。

衣類は脱がさずそのまま冷やします。

※やけどは医師の診察を受けるまで、薬を一切使用しないでください。



非常時持ち出し品の準備

■ いざというときにすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう



貴重品

印鑑、預金通帳、保険証、免許証(コピー)、現金(公衆電話用の硬貨)など



道具

缶切り、栓抜き、ナイフ、はさみ、割り箸、使い捨て食器、ロープ、ビニール袋、ブルーシート、メモとペンなど



携帯ラジオ

予備電池



非常食品

缶詰、乾パン、ビスケット、チョコレート、ミネラルウォーターなど(火を通さなくても食べられるもの)



照明用具

懐中電灯、ヘッドランプ(できれば1人に1個)、予備電池、ろうそく、ライターなど



救急・衛生用品

消毒液、傷薬、目薬、胃腸薬、鎮痛剤、解熱剤、ばんそうこう、包帯、さし、ティッシュペーパー、生理用品、常用薬、携帯トイレなど



衣類

下着類、セーター、ジャンパー、タオル、防災ずきん、軍手、布シート(おむつ、カーテン代わりに)など



その他

使い捨てカイロ、住所録、めがね、コンタクトレンズ(予備用)、ホイッスルなど

この他二次持ち出し品として長期保存可能な備蓄品を備えておくとい良いでしょう。地震の直後は食品の確保が十分にできません。救助活動が受けられるまでの必需品は各家庭で備えておく必要があります。

被災直後の生活を支えるために、一人あたり最低3日分の食料品や飲料水などを準備しておきましょう。

水は1人あたり1日3リットルが目安です。

避難する際は、上記の「非常時持ち出し品」を納めた「非常用持ち出し袋」があると便利です。リュックやカバンなどにこれらの物を入れ、玄関の近く、寝室、車の中などに置いておけば、いざ避難という際にあわてずに持ち出すことができます。

地震対策

地震について知る

日本は、地震の発生が世界の約1割を占める世界有数の地震国です。

地震とは、地下の岩盤が周囲から押されることによってある面を境としてずれる現象をいいます。この岩盤のずれがおきると地震波が周囲に伝わり、やがて地表に達すると地表が揺れます。

震度とは、ある地点における地震の揺れによる強さをあらわし、マグニチュードとは地震そのものの大きさをあらわします。

緊急連絡先

- 田村市役所 ☎81-2111
(時間外・土日祝日) ☎81-1220(警備員が対応します。)
- 田村市滝根行政局 ☎78-2111
- 田村市大越行政局 ☎79-2111
- 田村市都路行政局 ☎75-2111
- 田村市常葉行政局 ☎77-2111



家具を固定しよう

地震対策でもっとも身近にできるのが家具類の転倒防止です。1995年の阪神・淡路大震災では、家屋の倒壊・家具などの転倒による圧迫死が死亡者全体の約88%でした。室内での居住者被害を防ぎ、安全な避難経路を確保するためにも、家具を固定しておくことが重要です。家庭で知恵を出し合って、安全・安心な暮らしを確保しましょう。

避難経路を確保しよう

地震が発生し、いざ避難という時に、ドアや避難経路をふさがないように、家具の配置を工夫しましょう。部屋の出入口だけでなく玄関、勝手口に大きな家具などがあると、それらが転倒した場合、屋外へ避難できないこともあります。

こんな時の対処法 ④ 鼻血が出た！

血液を飲み込まないように**仰向けにせず**、座らせたまま軽く下を向かせます。その体勢のまま小鼻の上の方をつまみ、5分～10分圧迫します。ティッシュを詰めると鼻の中の血管を傷つけてしまうことがあるので、詰め物をする場合はやわらかい脱脂綿を使いましょう。

※20分以上血が止まらない場合や、出血がひどい場合は病院へ連れて行きましょう。



家具転倒防止の事例

本棚	壁と本棚をベルトで固定
戸棚	扉に金具などを使って開閉防止
サイドボード	柵を使って落下防止
食器棚	L字型金具を使って壁などに固定、食器の下に滑り止めシートを貼り落下防止
ピアノ	①台の下に固定板を敷く ②固定板にピアノ足を金具で固定
タンス	①壁などに金具で固定 ②上下の家具を金具で固定 ③差し木などをタンスの下に入れて転倒防止 ④下地のしっかりした天井との間を固定

家の中の安全対策ポイント

- 家具を固定するときは、柱や壁の下地のある部分などに金具等を取り付ける
- じゅうたんなどのやわらかい床は滑るため、背の高い家具は置かない
- 家具の上部には軽いものを、下部には重いものを収納する
- 寝る場所や出入り口付近には家具を置かない
- ガラス(窓、家具)に飛散防止フィルムを貼る

田村市防災マップの活用

市では、防災マップを作成し、令和2年12月に全戸配布していますので、ご活用ください。防災マップがない場合は、生活安全課までご連絡ください。



地震への備え

地震から身を守るための10か条

1. わが身の安全を確保する

地震が起これば、まず身の安全を確保しましょう。



2. 火の始末をする

揺れがおさまったら、すぐに調理器具や暖房器具など火の始末をしましょう。



3. 出口を確保する

建物が歪んで出口が開かなくなる事があるので、ドアを開けて出口を確保しましょう。



4. 火が出たら消火する

火事を見つけたら、大声で叫んで隣近所に知らせましょう。
協力して、まずは初期消火を行いましょう。



5. あわてて外に飛び出さない

外に出るときは、瓦やガラスなどの落下物に注意して、落ち着いて行動しましょう。



6. 狭い路地や塀際、崖や川べりには近付かない

狭い路地や塀際は、瓦が落ちてきたり塀が倒れてくる危険があります。また、崖や川べりは地盤が緩んで崩れやすくなっている場合があります。近付かないようにしましょう。



7. 山崩れや津波に注意する

山間部や海の近くで地震に遭遇した時は、早めに避難の準備をしましょう。



8. 最小限の荷物を持って、徒歩で避難する

荷物は必要最小限にして、車は使わず徒歩で避難場所や避難所に避難しましょう。



9. 協力して応急救護を行う

お年寄り、体の不自由な人、けが人などに声をかけて、助け合いましょう。



10. 正しい情報を入手する

噂やデマに惑わされず、ラジオなど信頼できる情報をもとに落ち着いて行動しましょう。



田村市 子育て ガイドブック

令和5年11月発行



発行

田村市／株式会社サイネックス



田村市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3
TEL.03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス 福島支店
〒963-8032 福島県郡山市字下亀田31-5
TEL.024-923-0198

※掲載している広告は、令和5年11月現在の情報です。



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。

無断で複写、転載することはお控えください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

屋根・外壁・雨樋工事

太陽光エネルギー工事ならお任せ下さい

屋根からECOライフのご提案

“太陽光”を“グリエイト”する

発電

穴開け不要のキャッチ工法

太陽光発電工事

住宅から産業用までご提案

遮熱

超薄型高遮熱材

リフレクティックス

福島県代理店

遮熱

屋上自然力応用遮熱シート

冷えルーフ

福島県・宮城県 代理店

屋根からエコライフのご提案



株式会社

柳沼板金店

福島県知事許可（特定建設業）第 22549 号

ISO9001 品質認証 ISO14001 環境認証

田村市船引町芦沢字城ノ内43

<https://www.yagiban.jp/>

柳沼板金店

検索



TEL

0247-82-2278

FAX

0247-82-5324

3歳～12歳が一生に一度だけおとずれる『運動神経がのびる黄金期』です 目標を達成し成功を積む『自信』が持てる運動塾



スポーツコース

小学生

子どもからプロアスリートまで幅広く取り入れられているコーディネーショントレーニングをメインに、遊び感覚でもしっかりと脳、神経を刺激します。刺激された脳、神経は発育が促進され、器用な運動能力が鍛えられます。得意、不得意を見極めプログラムを作成し、その子が持つ可能性を最大限引き出します。



体操コース

未就学

小学生

「跳び箱・マット運動・鉄棒」苦手な子が多い3種目。上手に出来るまでしっかりコーチが教えます。もっと上を目指したい子、バク転が出来るようになりたいなど体操競技に特化したコースもあります。



ダンスコース

未就学

小学生

中学生

小学生・中学生を対象にしたダンス教室です。リズムに合わせて体を動かすことでリズム感が養われていきます。様々なスポーツにもリズム感は大事です。更にはバランス・柔軟性・瞬発力なども身に付きます。楽しく踊って運動神経も鍛えましょう。

運動神経を育てる塾 All Performance Sports Club オールパフォーマンススポーツクラブ



〒963-4317 田村市船引町東部台4-281

☎0247-61-7550

ハマダメディカルサポート株式会社

9:00～19:00(定休日 日曜・祝日)



LINE



instagram



facebook

運動神経を育てる塾

検索

<https://www.ap-sports.club>

産後骨盤矯正

(産後3ヶ月～)

頭腰の痛みや身体の不調はありませんか？

身体全体の緊張を取り産後の開いた骨盤や歪みなく
かつ安全に改善できる矯正法です。

産後での骨盤のゆがみは産後四年が経過すると矯正も大変しづらくなります。

骨格が固まってしまう前に矯正をお勧めします。

骨盤のゆがみが原因で体重が減らない、腰痛がある、肩幅増大など色々な原因に繋がっていきます。
骨盤が固まる前に是非実感してみてください。

クイック矯正…骨盤のみにフォーカスした矯正法です。基本的には産後の骨盤矯正と方法は同じですが、こちらは腰痛や神経痛に特化した矯正法です。

接骨・整骨(柔道整復) 訪問マッサージ



浜田接骨院

受付時間

午前 9:00～12:00

午後 14:00～19:00

月

火

水

木

金

土

日

○

○

○

○

○

○

休

○

○

○

○

○

休

休

※第3木曜日は17時までの受付となります

田村市船引町東部台4丁目78

☎0247-82-6776 ☎0120-219-114

