



おぢやし  
子育て支援  
ガイドブック







近年の少子化や核家族化の進行により、小千谷市においても地域や家庭におけるふれあいが少なくなり、子育てに悩む方々が増えてきています。

このガイドでは、みなさんの子育てをサポートするため、小千谷市が実施している事業や制度だけでなく、子育てに関するさまざまな情報を掲載しておりますので、ぜひご利用いただきお子様の健やかな成長の一助になれば幸いです。

令和6年4月

小千谷市

# もくじ



## 小千谷市ガイド

- 小千谷市ガイドマップ ……………P6

## 妊娠・出産と赤ちゃん

- 赤ちゃんが生まれるまで ……………P8
- 不妊治療に関すること ……………P9
- 赤ちゃんが生まれてから ……………P10
- 予防接種 ……………P14
- 乳幼児健康診査 ……………P14

## 幼児と児童

- 保育園・認定こども園 ……………P16
- わんパーク ……………P22
- 東山里山子育てひろば  
「木のこん」 ……………P22
- 小学校・中学校・  
特別支援学校 ……………P23
- 通級指導教室 ……………P23
- 就学援助制度 ……………P25
- 学童保育 ……………P26



## 仲間づくり情報

- 子育てサークル ……………P27
- ボランティアサークル ……………P28
- 保育ヘルパーサークル ……………P28

## 子育て講座・教室のご案内

- わんパーク ……………P29
- ひと・まち・文化共創拠点  
ホントカ。 ……………P30
- 総合体育館 ……………P30

## ひとり親家庭のために

- 児童扶養手当 ……………P31
- ひとり親家庭などの資格取得・  
スキルアップ支援 ……………P31
- ひとり親家庭などの  
医療費助成 ……………P32
- 母子・父子・寡婦福祉資金の  
貸付 ……………P32
- J R 特定者用定期乗車券  
割引制度 ……………P32
- 除雪援助 ……………P32

# OJIYA CITY

## 障がいのある子どものために

- 手帳 ……………P33
- 手当、共済 ……………P33
- 医療、助成など ……………P34
- 各種障がい福祉サービス ……………P35
- その他の福祉サービス ……………P35
- 障がいについての相談 ……………P36

## 相談窓口案内

- 相談窓口案内について ……………P38
- 相談窓口一覧 ……………P38

## 仕事と育児等、両立支援

- ファミリー・サポート・センター ……P40
- 病児病後児保育室 ……………P42

## 医療機関

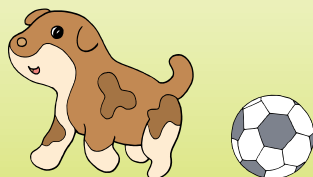
- 休日・平日夜間診療機関 ……P43

## 親子で遊べる施設

- 屋外の遊び場 ……………P44
- 屋内の遊び場 ……………P45

## お役立ち情報

- LINE小千谷市公式アカウント ……P47
- 家事、留守番のお手伝い ……P47
- スポーツ推進委員の派遣 ……P47
- 青少年育成指導委員の派遣 ……P47
- 小千谷市からの緊急情報のお知らせ ……P47
- 安心安全情報メール配信サービス ……P47
- 子育て家庭優待サービスカード ……P47
- A I 救急相談アプリ ……………P47
- 小千谷市子育て応援アプリ「母子モ」 ……P47
- ベビー・ファーストって？ ……P48

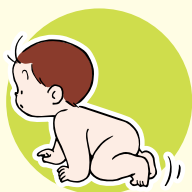




# 子育てマイプラン



	妊娠中	赤ちゃん誕生	生後2~3か月	生後4~5か月頃
手続	妊娠届 …P8 →母子健康手帳交付  出産応援給付金 …P8	出生連絡票提出 出生届 …P10  子ども医療費受給者証 交付申請 …P10  児童手当 …P10	  子育て応援給付金 …P11	
	妊婦健診 …P8 妊婦歯科検診 …P8	先天性代謝異常等検査 …P12 新生児聴覚検査 …P12 産婦健診 …P13 1か月児健康診査 …P15	<b>予 防 接 種</b> 先天性股関節脱臼検診 …P15	4か月児健康診査 …P14
	妊婦訪問 …P8 うぶごえ教室 …P8	産婦・新生児訪問 …P11		
訪問・相談・教室	妊娠子育て電話相談（子育て世代包括支援センター） P38			
	子育てなんでも相談（わんパーク） P29 ※他各種相談窓口 P38～			
	マタニティー講座 P29		すこやか子育て教室（わんパーク） P29	
	子育てサロン P13			
支援	産後ケア P12			
				
	保育園・認定こども園 乳幼児一時預かり（わんパーク） 病児病後児保育室 P42 ファミリーサポートセンター			

小千谷市では安心して出産・育児ができるように、また、お子さまの健やかな成長を支えるためにプランを記しています。市の子育て支援サービスをぜひご利用ください。



生後6～11か月頃	1歳6か月頃	2歳頃	3歳頃
			
<p>6か月児健康診査 …P15 10か月児健康診査 …P14 (ブックスタート …P30)</p>	<p>1歳6か月児健康診査 …P14</p>	<p>2歳児歯科検診 …P14</p>	<p>3歳児健康診査 …P14</p> 
<p>P16～</p>			
<p>P22</p>			
<p>P40～</p>			

# 子育て支援ガイドマップ

## 屋外遊戯施設(児童遊園など)



白山運動公園



ふれあいの里



おぢゃ〜る

### 山本山山頂



### 小千谷市防災公園



### 船岡公園



### 錦鯉の里



### ① 白山運動公園

所 小千谷市山谷  
問 文化スポーツ課(総合体育館内)  
Tel 0258-83-0077

### ② クラインガルテン ふれあいの里

所 小千谷市塩殿(おぢゃクラインガルテン)  
問 にぎわい交流課  
Tel 0258-83-3512

### ③ おぢゃ〜る

所 小千谷市山本  
問 市民の家  
Tel 0258-82-2478



### ④ 小千谷市防災公園

所 小千谷市元中子  
問 防災安全課  
Tel 0258-83-3515

### ⑤ 仲よし児童遊園

所 小千谷市元町  
問 教育・保育課  
Tel 0258-83-3519

### ⑥ 上ノ山児童遊園

所 小千谷市上ノ山2  
問 教育・保育課  
Tel 0258-83-3519







# 妊娠・出産と赤ちゃん

## \*赤ちゃんが生まれるまで\*



### 妊娠届

妊娠届出書を提出された方には、その場で母子健康手帳をお渡しします。

- 持ち物 / 妊娠届出書（産科医療機関、健康・子育て応援課にあります）、マイナンバーが確認できるもの（個人番号カードなど）、本人確認書類（運転免許証、パスポートなど）
- 提出先、問い合わせ / 健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### 妊婦健康診査費用の助成

産科医療機関で妊婦健康診査を受診する際の出産料を妊娠届出時にお渡しします。県外の医療機関で受診された場合、妊婦健康診査の自己負担額を助成します。

- 問い合わせ / 健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### マタニティ面談

妊娠届出時にすべての妊婦さんに安心して妊娠期を過ごしてもらえるよう、保健師が面談いたします。

- 問い合わせ / 健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### 出産応援給付金

妊娠届出後、マタニティ面談を受けていただいた後に給付金を支給します。

- 給付額 / 妊婦 1 人につき 5 万円
- 問い合わせ / 健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### 妊婦訪問

妊娠中を健康にすごし、無事にお産をしていただくため、開業助産師が訪問し、健康状態の確認や不安、悩みなどの相談に応じます。

- 問い合わせ / 健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### うぶごえ教室

出産前の妊婦さんとそのご家族を対象とした教室を開催しています。沐浴見学や栄養指導があります。日時・会場は、市ホームページなどでお知らせします。

- 参加費 / 無料
- 申込み / 申込締切日までに健康・子育て応援課へお申込みください。 ☎ 0258-83-3640

### 妊婦歯科検診

妊娠中にかかりやすい歯周病やむし歯を早期に発見して、母子ともに安全な出産につながるよう、妊娠届出時に妊婦歯科検診受診票を発行します。

- 問い合わせ / 健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### 子育てサロン

詳細は13ページ

### 妊婦・子どもインフルエンザ予防接種費用助成

インフルエンザのまん延防止及び重症化を防止するため、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。※医療機関によって、開始日が異なります。

対象者	インフルエンザ予防接種日に小千谷市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方 (1) 妊婦の方 (2) 生後6か月から小学6年生までの子ども
助成額	接種1回につき1,000円を助成
助成回数	各年度につき (1) 妊婦の方は1回 (2) 生後6か月から小学6年生までの子どもは2回
手続き・問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## 妊産婦医療費助成

妊娠中及び出産後の経済的負担の軽減を図るため、妊産婦の医療費を助成します。

対象者	市内に住所を有する妊産婦の方
助成対象期間	母子健康手帳の交付日から出産した月の翌月末日まで
一部負担金	無し
お持ちいただくもの	妊産婦本人の健康保険証、母子健康手帳
医療機関の窓口で提出するもの	健康保険証 妊産婦医療費受給者証
手続き・問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## \*不妊治療に関すること\*

### 不妊不育治療費助成

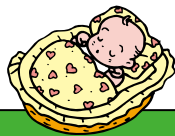
不妊治療または不育治療にかかる経済的な負担を軽減するため、治療の自己負担額に対して助成を行います。

対象者	夫婦の一方で、治療を受けた期間及び助成の申請日において小千谷市に住民登録があり、不妊治療または不育治療を行った方
助成対象治療	医師が認める不妊治療または不育治療（医師が必要と認めた検査費用も含む） 不妊治療：タイミング法、人工授精、体外受精、顕微授精など （男性不妊治療も含む） 不育治療：染色体異常、子宮の治療など、不育の原因に対する治療
助成額	助成対象治療にかかる以下の費用の自己負担額（1年度あたり上限20万円） ・保険診療費 ・保険診療適用外の医療費 ・治療のための処方箋による調剤費
助成回数	1年度あたり2回まで
申請期限	不妊治療または不育治療に要した期間の末日から6か月以内
必要書類	・小千谷市不妊不育治療費助成事業申請書 ・小千谷市不妊不育治療費助成に係る医療機関等証明書 ・健康保険証 ・振込先口座（申請者名義）が確認できるもの
手続き・問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### 子育てお役立ち情報 「決まった時間に食事をする」

- 栄養バランスがよい  
⇒ 成長に必要な栄養がとれます
- 排泄のリズムがつく  
⇒ オムツはずしの時にトイレに誘導しやすく便秘になりにくくなります

# \*赤ちゃんがうまれてから\*



●赤ちゃんが生まれたら次の手続きをしてください。

手続きの内容	お持ちいただくもの
出生届	母子健康手帳 (注意) ・届出紙は、出生した病院などで渡されます。 ・生まれた日を含めて14日以内に手続きしてください。
(出生届の提出時に合わせて手続きできます) 子ども医療費受給者証 交付申請書	扶養者(父または母)の健康保険証、母子健康手帳
一般廃棄物処理手数料 (指定ごみ袋)免除申請書	特にお持ちいただくものはありません。
児童手当 (申請者が公務員以外の場合)	印鑑、児童手当申請者名義の金融機関の通帳、申請者の健康保険証、申請者及び配偶者のマイナンバーが確認できるもの (注意) ・申請者が公務員の場合、勤務先で手続きをしてください。 ・夫婦共働きの場合、家族の生計を維持する程度の高い方が申請者になります。 ※問い合わせ/健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640
国民健康保険に 加入される場合	父または母の国民健康保険証
手続きをするところ	市民生活課 ☎0258-83-3509

●手続きをしたときにお渡しするもの

お渡しするもの	備 考
予防接種予診票のつづり	予防接種について詳細を記載してあります。
乳児健康診査受診票	乳児健診を公費負担で受けられます。医療機関で健診を受けるときに提出してください。
先天性股関節脱臼 検診受診票	先天性股関節脱臼の検診を公費負担で受けられます。満2～4か月のときに新潟県厚生連小千谷総合病院整形外科で受診してください。
燃やすごみ用指定袋	小サイズ36袋または中サイズ14袋+小サイズ1袋(1袋10枚入、3年分)
お渡しするところ	市民生活課 ☎0258-83-3509
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

●国民健康保険加入者の出産育児一時金

小千谷市国民健康保険に加入している人が出産したときに支給されます。ただし、以前に加入していた社会保険等から支払われる場合は除きます。出産育児一時金は、原則として、国保から医療機関などに直接支払われます。(直接支払制度) また、出産費用が出産育児一時金の支給額に満たない場合は、申請すればその差額が支給されます。

手続きをするところ	市民生活課
お持ちいただくもの	国民健康保険証、預金通帳など振込み口座のわかるもの、個人番号カード又は通知カード(世帯主及び出産した方)、世帯主及び窓口へ来られる方の本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)
その他	出生届を提出されるときにあわせて手続きをしてください。
問い合わせ	市民生活課 ☎0258-83-3516

## ●子どもの医療費助成

生まれてから高校卒業年齢相当までのお子さんの医療費を助成します。  
※令和5年10月から、一部負担金の自己負担が無償化となりました。

対象	0歳～高校卒業年齢相当まで
一部負担金	無し
手続きをするところ	市民生活課（1歳児未満） ☎0258-83-3509 健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640
お持ちいただくもの	母子健康手帳、扶養者（父または母）の健康保険証
医療機関の窓口で提出するもの	健康保険証、子ども医療費受給者証
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## ●産婦・新生児訪問指導（こんには赤ちゃん事業）

出産後早めに、母子健康手帳の最終ページについている、「出生連絡票」のはがきを健康・子育て応援課に提出してください。開業助産師が訪問して、お母さんと赤ちゃんの健康状態の相談に応じます。

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

## ●小千谷助産師会の活動

有料で赤ちゃんの沐浴、乳房ケア、育児相談などを行っています。

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

## ●児童手当

家庭における生活の安定と子どもの健全な育成などのために、子どもを養育している方に手当を支給します。

対象者	中学校3年生までの子どもを養育している方
手当の額（月額）	▽0～3歳未満／15,000円（一律） ▽3歳～小学校修了前／10,000円（第3子以降15,000円） ▽中学生／10,000円（一律） ※受給者の所得が所得制限限度額以上所得上限限度額未満の場合／5,000円
支給月	毎年2月、6月、10月にそれぞれの前月分までが支給されます。
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

※令和6年4月時点の内容です。

## ●子育て応援給付金

出産後、助産師等による訪問を受けていただいた後に給付金を支給します。

出生届をした翌月に申請書をご自宅へ郵送します。

□給付額／新生児1人につき5万円

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### 子育てお役立ち情報 「赤ちゃんがなかなか泣き止まないとき」

赤ちゃんは言葉が話せないので、おなかがすいた、オムツが濡れた、抱っこしてほしい、暑い、寒いなどを泣くことで伝えてきます。何をしても泣きやまないとき、お母さんやお父さんはイライラしてしまうことがあります。たいていは泣き疲れて眠ってしまうことが多いので、落ち着いた気持ちであやしてあげることが大切です。心配な事があれば健康・子育て応援課にご相談ください。

### ●養育医療（未熟児のために）

出生時の赤ちゃんの体重が2,000g以下、または2,000gを超えていても生活力が弱い場合、指定医療機関の医師が入院養育を必要と認めた時に医療費の助成が受けられます。

所得制限	無し
必要書類	養育医療申請書、意見書、世帯調書、健康保険証、子ども医療費受給者証、マイナンバーが確認できるもの（個人番号カードなど）、本人確認書類（運転免許証など）
手続き・問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### ●先天性代謝異常等検査

生まれて間もない時期にからだの代謝を助ける酵素などの一部に異常がないかどうかを調べるため、かかから少量採血して行う検査です。早期発見して治療を早く開始することで、発症の予防または障がいを防ぐことができるものがあります。

費用負担額	検査料は県が負担しますが、採血などの指導管理料は自己負担となります。
問い合わせ	各医療機関

### ●小児慢性特定疾病医療費助成制度

小児慢性疾病のうち、特定疾病の治療についての医療費の一部又は全部を公費で負担する制度です。

対象者	18歳未満のお子さん（認定後は20歳未満まで延長可）
対象疾病	(1)悪性新生物 (2)慢性腎疾患 (3)慢性呼吸器疾患 (4)慢性心疾患 (5)内分泌疾患 (6)膠原病 (7)糖尿病 (8)先天性代謝異常 (9)血液疾患 (10)免疫疾患 (11)神経・筋疾患 (12)慢性消化器疾患 (13)染色体又は遺伝子に変化を伴う症候群 (14)皮膚疾患群 (15)骨系統疾患 (16)脈管系疾患 成長ホルモン治療 ※対象疾病については、小児慢性特定疾病のポータルサイト「小児慢性特定疾病情報センター（ <a href="http://www.shouman.jp">http://www.shouman.jp</a> ）」で詳しく紹介されています。
その他	疾患群ごとに対象となる疾患名とその状態の程度が決まっていますので、該当するかどうか主治医に確認してください。
問い合わせ	長岡地域振興局 健康福祉環境部 ☎0258-33-4931

### ●新生児聴覚検査

生まれつき難聴や新生児期に発症する聴覚障がいは1,000人に1～2人といわれています。聴覚障がいは早く発見し、早期に適切な療育指導を始めることで言葉の発達の遅れなども防ぐことが可能です。そのため、「新生児聴覚検査」が行われています。生まれて間もない時期に、赤ちゃんが眠っている間に行われる検査です。

助成額	初回検査の自己負担額(上限5,000円)を助成
手続き・問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### ●保健師、助産師の訪問指導

乳幼児のいるご家庭などには、必要に応じて保健師、助産師が訪問して相談・指導を行います。

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### ●産後ケア

出産後の体の回復や育児等に不安をお持ちのお母さんとそのお子さんが、体を休ませたり、授乳指導・育児指導を受けることができます。

	宿泊型	日帰り型	訪問型
対象	産婦、新生児	産婦、4か月未満の乳児	産婦、1歳未満の乳児
自己負担額	1日2,500円(1泊2日で5,000円)	1日1,000円	1回1,000円
実施医療機関/申し込み	厚生連小千谷総合病院産婦人科病棟		開業助産師
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640 厚生連小千谷総合病院 ☎0258-81-1600		

## ●産婦健康診査費用の助成

医療機関で受ける産婦健康診査の受診票をお渡しします。  
 県外の医療機関で受診された場合は、自己負担額を助成します。  
 問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

## ●子育てサロン

妊婦さん、産婦さんと赤ちゃんが集まって、ゆったりと過ごす場です。助産師・保健師へ妊娠・出産・育児についての相談や、赤ちゃんの発育測定ができます。  
 日時・場所／毎月1回 わんパーク（詳細は市ホームページなどでお知らせします。）  
 問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

## ●親子の絆づくりプログラム“赤ちゃんがきた！”（BPプログラム）

初めて赤ちゃんを育てているお母さんのための、親子の絆づくり、仲間づくり、少し先を見通した育児の基礎知識の学習のプログラムです。全4回コースで赤ちゃんと一緒に参加できます。  
 日時・場所／年4回 あすえ〜（詳細はホームページなどでお知らせします）  
 申し込み／事前申し込みが必要です。  
 問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎ 0258-83-3640

### 産後ケア利用者の声



- ・頻回の授乳で眠れず、疲れがたまってきたので宿泊型を利用しました。夜間は赤ちゃんを預かってくれて、ゆっくりと休むことができました。
- ・日帰り型を利用しました。赤ちゃんを預けて休んだり、育児のちょっとしたことも気軽に相談できてよかったし、安心しました。
- ・赤ちゃんが母乳をうまく吸えなかったので、自宅で訪問型を利用しました。授乳の仕方を教えてもらったり、乳房マッサージを受けることができました。赤ちゃんも上手に飲めるようになりました。
- ・退院後の自宅での沐浴が不安でしたが、訪問型を利用して助産師さんから丁寧にアドバイスがもらえたので良かったです。

### 子育てお役立ち情報 「うんちが出ないとき」

綿棒刺激をしたり、赤ちゃんの足を動かして運動してみたりすると排便が促される場合があります。機嫌が悪く母乳やミルクの飲みが悪い場合、おしっこも出ていない場合は小児科を受診しましょう。



## \* 定期予防接種 \*

赤ちゃんの免疫は、生後数か月で自然に失われます。予防接種で免疫をつけ、感染症にかからないよう予防しましょう。

個別接種	市内の委託医療機関で実施します。お子さんが標準的な接種年齢に達すると個人あてにお知らせします。
お持ちいただくもの	母子健康手帳、予防接種予診票（出生届時に「予防接種予診票のつづり」をお渡ししてあります。接種を受ける予診票に必要事項を記入のうえお持ちください。）
注意事項	予防接種は種類によって実施期間が決まっています。お知らせが届いたら適切な時期に接種してください。
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### ● 定期予防接種費用の助成について

上記の予防接種を里帰り等により新潟県外（国内に限る）で受けた時は、接種費用の助成を受けられます。ただし、助成する期間は予防接種を受けた月の月末から6か月以内になります。詳細は健康・子育て応援課にお問い合わせください。

### ※ 妊婦・子どもインフルエンザ予防接種費用助成

インフルエンザのまん延防止及び重症化を防止するため、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。詳しくは8ページをご覧ください。

## \* 乳幼児健康診査 \*

乳幼児期の病気などを早期に発見し、健康を守るための健診を行います。

### ● 集団で受ける健康診査

会場は健康・こどもプラザあすえ～です。

健診の日程や対象者は市のホームページでお知らせします。

種類	対象	内容
4か月児健康診査	4～5か月児	栄養指導、計測、発育・発達確認、診察、個別相談
10か月児健康診査	10～11か月児	栄養指導、計測、発育・発達確認、診察、個別相談 ブックスタート（詳細は30ページ）
1歳6か月児健康診査	1歳6か月～ 1歳7か月児	歯科検診、問診、計測、診察、個別相談
2歳児歯科検診	2歳～2歳1か月児	計測、歯科検診、個別相談、はみがき指導
3歳児健康診査	3歳～3歳1か月児	検尿、屈折検査、歯科検診、計測、問診、診察、個別相談、視聴覚検査

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### 子育てお役立ち情報 「母乳が足りているか心配なとき」

生後1～2か月頃は授乳回数や飲む量はまちまちです。体重が増えて機嫌よく過ごしていれば大丈夫。

母乳の出を良くするには、お母さんが十分な栄養と休養をとることも大切です。

おしっこが出ていない、うんちが出ていない場合、母乳が足りてない可能性がありますので小児科に相談してみましよう。健康・こどもプラザあすえ～で赤ちゃんの体重測定ができます。



## ●医療機関で受ける健診

出生時の手続きの際に無料の受診票をお渡しします。

種類	対象	会場	内容
先天性股関節脱臼検診	2～4か月児	厚生連小千谷総合病院 整形外科	股関節のエコー検査を受けられます。 検診は月1回です。直接病院に予約してください。
6か月児健康診査	6～7か月児	新潟県内の委託医療 機関（小児科）	計測や診察が受けられます。

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## ●1か月児健康診査

令和6年4月1日以降に生まれたお子さんを対象に、1か月児健康診査の費用助成を受けられます。詳しくは健康・子育て応援課にお問い合わせください。

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

### 子育てお役立ち情報 「食べて動いてよく寝よう」

お子さんの健やかな成長発達のためには、朝起きて太陽の光を浴びる、朝食を食べて体温をあげる、15～17時に汗をかいてしっかり動く、夜はテレビやビデオの光を避けて早めに眠ることが大切です。生活リズムを整えることで自律神経の働きが良くなり、学力や体力の向上、心の安定につながります。



### 子育てお役立ち情報 「きちんと睡眠をとる」

- ぐっすり眠ると成長ホルモンが盛んに出て、成長が促されます。
- ぐっすり眠ると抗利尿ホルモンが出て尿が濃縮され、夜間の尿の回数が減り、おねしょをしなくなります。

# 幼児と児童

## \*保育園・認定こども園\*

### 認可保育園

□問い合わせ／教育・保育課 ☎0258-83-3519 または各保育園

#### ●入園できる年齢

0歳～小学校就学前です。0歳児は入園時で生後4か月以上の乳児からお預かりします。

#### ●保育時間

通常の保育時間は、午前8時～午後4時（土曜日は正午）までです。

#### ●早朝・延長保育

仕事の都合などで通常の保育時間外も保育を希望する場合は、次のとおり保育時間を延長して保育できますので、ご相談ください。

▽早朝保育 月曜日から土曜日 午前7時15分から

▽延長保育 月曜日から金曜日 午後7時まで

土曜日 午後1時まで（南保育園のみ午後6時まで）

▽料金

区 分		月曜日～金曜日	土曜日
延長保育	保育短時間	午後4時～7時 30分当たり150円	午後4時～6時 30分当たり150円 (南保育園のみ)

#### ●給食費、行事食費

毎月保育料のほかに、3歳以上児は5,800円(主食費1,000円、行事食費300円、副食費4,500円)、3歳未満児は300円(行事食費)が必要になります。

ただし、3歳以上児の副食費は、所得や第何子かにより免除となる場合があります。

#### ●一時保育

保護者の仕事などで断続的に家庭における保育が困難となる場合や保護者の疾病、入院、看護等のため緊急一時的に家庭での保育が困難となる場合、通常の保育に支障のない範囲で保育園でお預かりします。利用料は1日当たり次のとおりです。

年 齢	保育料	給食費	合 計
3歳未満児	1,150円	360円	1,510円
3歳以上児	950円	257円	1,207円



## ●市立の認可保育園

保育園名	住 所	電話番号 (FAX兼用)
西保育園	土川2丁目1番3号	☎0258-82-2726
東保育園	東栄2丁目1番17号	☎0258-82-2789
南保育園	船岡2丁目4番15号	☎0258-82-2690
吉谷保育園	西吉谷甲553番地 (滝谷)	☎0258-82-3169
北保育園	城内2丁目15番3号	☎0258-82-1742
片貝保育園	片貝町5033番地1 (町裏)	☎0258-84-2027
岩沢保育園	岩沢764番地1 (桂)	☎0258-86-2090
すみれ保育園	千谷甲1787番地 (千谷)	☎0258-82-1136
わかば保育園	桜町4689番地 (桜町上)	☎0258-82-3392

## ●子ども・子育てなんでも相談

保育園では、子ども・子育てなんでも相談を行っています。

「ちゃんと大きくなっているかな?」「離乳食って何か月から?」など、ひとりで悩んでいませんか? まずは、保育園にお電話ください。楽しくゆったりした気持ちで子育てできるように、一緒に考えていきましょう。詳しくは、各園にお問い合わせください。

## ●未入園児お招き会

保育園では、未入園児お招き会を開催しています。お子さんと一緒に、楽しく過ごしませんか? 日程等は、市ホームページをご覧ください。各園にお問い合わせください。

## 私立幼保連携型認定こども園

□問い合わせ/各認定こども園

幼保連携型認定こども園は、教育・保育を一体的に行う施設で、幼稚園と保育園の両方の機能を併せ持った施設です。小学校就学前の子どもの健やかな成長を願い、教育・保育・養護・子育て支援を一体的に提供します。

## ●入園できる年齢

0歳～小学校就学前です。0歳児は入園時で生後4か月以上の乳児からお預かりします。

## ●保育時間

認定区分や保護者の勤務時間などの状況に応じて、次の開園時間の範囲で決定します。

▽平日 午前7時30分～午後7時

▽土曜日 午前7時30分～午後6時

## ●送迎

送迎用のバスが各園にあります。詳細は各園にお問い合わせください。

## ●市内の私立幼保連携型認定こども園

認定こども園名	住 所	電話番号
小千谷幼稚園	平成2丁目3番35号	☎0258-82-7625 (FAX0258-89-8232)
つくし幼稚園	平成1丁目5番20号	☎0258-82-7213 (FAX0258-82-7216)
ひばり認定こども園	蕨生乙914番地4 (元中子)	☎0258-82-6110 (FAX0258-86-6856)

## ●地域子育て支援相談室

認定こども園では、未入園の子どもと保護者の交流や子育て相談ができる場を設けています。開催日や時間等は各園にお問い合わせください。

- ・小千谷幼稚園「にこにこルーム」
- ・つくし幼稚園「つばみひろば」
- ・ひばり認定こども園「ひばりパーク」

## 保育料など

### ●幼児教育・保育の無償化

#### 【対象】

- ・3歳～5歳児の全ての子
- ・0歳～2歳児の市民税非課税世帯の子

#### 【手続き】

対象の子が保育園・認定こども園に入園している場合、無償化のための手続きは不要です。

#### 対象の子が

- ・保育の必要な子どもで、認定こども園（幼稚園部）の預かり保育を利用する場合
- ・保育の必要な子どもで、保育園や認定こども園などに入園していないが、認可外保育施設、一時預かり、ファミリー・サポート・センターなどを利用する場合
- ・新制度に移行していない幼稚園を利用する場合



利用料の無償化のためには、「施設等利用給付認定」の申請手続きが必要です。

□お問い合わせ／教育・保育課 ☎0258-83-3519

### ●保育料

基本は父母の市町村民税の合算額（4月～8月分は前年度、9月分からは当該年度）により、右表の階層区分を決定し、父母の就労状況等によって認定される保育必要量（保育標準時間、保育短時間）により決定します。

(注)

1. 住宅借入金等特別控除などの税額控除を受けている場合でも、保育料は控除前の税額により算定します。
2. 父母ともに市町村民税が非課税であり、かつ、父母や子どもが祖父母等の市町村民税額の決定において扶養親族となっている場合は、祖父母等も算定に含めます。

▽ 2・3号認定

● 3歳以上児（年少～年長クラス）の保育料（月額） 0円

給食費は、実費徴収となります。ただし、「年収360万円未満相当世帯の子」と「第3子以降の子（※）」は、副食分の給食費が免除となります。

※同一世帯で、保育園、認定こども園等に3人以上入園している場合、3人目以降が免除対象となります。

● 令和5年度 3歳未満児の保育料（※国の制度改正により変更になる場合があります。）

階層区分		保育料（月額）	
		保育標準時間	保育短時間
A階層	生活保護世帯	0円	0円
B階層	市町村民税非課税世帯	0円	0円
	ひとり親世帯等	0円	0円
C階層	所得割課税額48,600円未満	13,000円 (6,500円)	12,700円 (6,350円)
	ひとり親世帯等	4,500円 (0円)	4,400円 (0円)
D1階層	所得割課税額57,700円未満	21,000円 (10,500円)	20,600円 (10,300円)
	ひとり親世帯等	4,500円 (0円)	4,400円 (0円)
D2階層	所得割課税額77,101円未満	21,000円 (10,500円)	20,600円 (10,300円)
	ひとり親世帯等	4,500円 (0円)	4,400円 (0円)
D3階層	所得割課税額97,000円未満	21,000円 (10,500円)	20,600円 (10,300円)
E階層	所得割課税額169,000円未満	34,000円 (17,000円)	33,400円 (16,700円)
F階層	所得割課税額301,000円未満	42,500円 (21,250円)	41,700円 (20,850円)
G階層	所得割課税額397,000円未満	47,000円 (23,500円)	46,200円 (23,100円)
H階層	所得割課税額397,000円以上	61,000円 (30,500円)	59,900円 (29,950円)

（注）

1. 同一世帯の児童が保育園、認定こども園等に2人以上入園している場合の保育料は、2人目は（ ）内の額を適用し、3人目以降は無料とします。
2. 「ひとり親世帯等」とは、母子世帯、父子世帯及び障がい児（者）のいる世帯をいいます。
3. ひとり親世帯等のうちC～D2階層の世帯、ひとり親世帯等以外の世帯のうちB～D1階層の世帯については、児童の年齢に関わらず、生計を一にしている児童のうち最も年長の児童から順に数えて、2人目は（ ）内の額を適用し、3人目以降は無料とします。

▽ 1号認定 保育料（月額） 0円

給食費は、実費徴収となります。ただし、「年収360万円未満相当世帯の子」と「第3子以降の子（※）」は、副食分の給食費が免除となります。

※小学校3年生以下の範囲で長子からカウントし、在園している児童が3人目以降であれば免除対象となります。

●保育料よくある質問Q&A

Q1. 入園後、確定申告により市町村民税額が変わりましたが、どうすればいいですか？

年度の途中で市町村民税額が変わった世帯は、保育料が変更になる場合がありますので、申告書の控を各園か教育・保育課へ提出してください。

Q2. 保護者が離婚した場合、保育料は変わりますか？

保護者の離婚など世帯構成が変わった場合は、養育者の課税状況で算定しますので、保育料が変更になる可能性があります。各園か教育・保育課へご連絡ください。

保育料の変更があれば、離婚日の翌月から適用されます。

●通園費補助金

片道2キロメートル以上の通園または片道2キロメートル未満で、往復とも公共交通機関を利用して通園する園児の保護者に対して、距離によって小千谷市から通園費の一部を補助します。

**教育・保育給付認定**

保育園、認定こども園の利用を希望される場合は、教育・保育の必要性に応じた教育・保育給付認定を受けていただく必要があります。また、保育園などの利用にあたっては、保育を必要とする事由に該当する必要があります。

●3つの認定区分

区 分	内 容
1号認定	満3歳以上で、認定こども園（幼稚園部）の利用を希望する場合
2号認定	満3歳以上児で、保育を必要とする事由に該当し、保育園・認定こども園（保育園部）の利用を希望する場合
3号認定	満3歳未満児で、保育を必要とする事由に該当し、保育園・認定こども園（保育園部）の利用を希望する場合

●保育を必要とする事由（次のいずれかに該当することが必要です）

(1)就労 (2)妊娠・出産 (3)保護者の疾病、障がい (4)災害復旧 (5)求職活動 (6)同居または長期入院などを行っている親族の介護、看護 (7)就学 (8)虐待やDVのおそれがあること (9)育児休業取得中に、すでに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

●保育の必要量（就労を理由とする利用の場合、次のいずれかに区分されます）

区 分	内 容
保育標準時間	フルタイム就労を想定した利用時間（最長11時間）
保育短時間	パートタイム就労を想定した利用時間（最長8時間）

※「保育短時間」利用が可能となる保護者の就労時間の下限は1か月あたり64時間です。

## ● 定員を超えたときの優先度

(1)ひとり親家庭 (2)生活保護世帯 (3)生計中心者の失業 (4)虐待やDVのおそれがある場合 (5)お子さんに障がいがある場合 (6)育児休業明け (7)兄弟姉妹が同じ保育園などの利用を希望する場合 (8)小規模保育事業などの卒園児童

## よくある質問Q&A

### Q1. 入園の申し込みはどのようにすればいいですか？

来年度から新規に入園（途中入園を含む）を希望、または、来年度4月から保育園の変更を希望する児童の入園については、毎年市の広報誌「広報おぢや」（10月号）と市ホームページで申込時期をお知らせしています。各保育園または教育・保育課にある入園申込書に必要な書類を添えて、各保育園または教育・保育課へ提出してください。4月から引き続き同じ保育園への入園を希望する児童には、保育園を通してご案内します。

また、私立幼保連携型認定こども園の申し込みも「広報おぢや」（10月号）でお知らせしますので、各園へお申し込みください。

（注）4月以降に4か月以上になる乳児、産休や育休後に途中入園を希望する児童についても、「広報おぢや」（10月号）でお知らせする申込時期に申し込みをしてください。出産前でも申し込みできます。この申込時期に申し込みをされない場合は、途中入園を希望しても定員などの関係でお断りすることがあります。

### Q2. 予約申し込みをしなかったのですが、途中入園できますか？

予約申し込みをした児童がまず優先となりますので、保育園に空きがないと入園できません。

小千谷市においても、共働き世帯や核家族世帯が増えており、地区によっては希望する保育園以外の園に入園してもらおう場合もあります。特に3歳未満児は定員以上の申し込みがあり、急な年度途中の入園申し込みはお待ちいただくか、お断りさせていただく場合もあります。

来年度の入園申し込みは、必ず「広報おぢや」（10月号）、または市ホームページを確認いただき予約申し込みをお願いします。

### Q3. 祖父母と同居していますが、入園できますか？

保護者が保育を必要とする事由に該当していれば入園できます。

保育を必要とする事由には、就労、妊娠・出産などがあります。

### Q4. 現在求職活動中ですが、入園できますか？

求職活動を事由に入園する場合の入園期間は、最長で3か月になります。

この期間中に就労が決定しない場合は、原則退園していただくことになります。なお、求職活動で一時的に子ども（生後4か月～小学校就学前）を預けたいときは、保育園の一時保育（P16）やわんパーク（☎0258-81-7564）の一時預かり（P22）をご利用ください。

※保育園では1日（給食あり）、わんパークでは最大4時間預けることができます。



## \*わんパーク\*

□問い合わせ／わんパーク

☎0258-81-7564 FAX 0258-82-8964

わんパークは、親子のふれあいや交流の場として、子育ての相談や情報を提供し、子育てのお手伝いをするところです。

□場 所／城内4丁目1番38号 健康こどもプラザ あすえ〜内

□開設日／年末・年始（12月29日～1月3日）を除き毎日オープンしています。

乳幼児健診実施日は、正午までご利用いただけます。

（乳幼児一時預かりは利用できます。）

□利用時間／午前9時～午後5時

### ●子育て相談

（月曜日～金曜日、午前9時～午後4時30分）

育児で気になること、心配なことを相談できます。電話相談もできます。助産師、歯科衛生士、栄養士などの相談も随時行っています。

### ●ふれあいタイム

（月曜日～金曜日（水曜日・イベント開催時除く）、午前10時45分～11時）

手遊びや体操をしたり、紙芝居や絵本の読み聞かせをします。

### ●乳幼児一時預かり

通院、買い物や会議などで、一時的にお子さんを預けたい時にご利用ください。

対象児	生後4か月～小学校就学前の子ども
利用時間	月曜日～金曜日（平日のみ）午前9時～午後4時30分
利用料金	1人あたり1時間300円（1日の利用につき、4時間まで）
その他	利用日の前日までに予約が必要です。（予約受付は平日の開館時間のみ。）

### ●プレイ教室

心身に発達上の心配があるお子さんに、いろいろな遊びやふれあいを通して生活の体験を広げ、その成長や発達のお手伝いをします。

内 容	親子で自由遊び・集団遊び・サーキット体操など
開催日	毎週1回程度 午前9時～午前11時
問い合わせ 申込み	わんパーク ☎0258-81-7564 家庭児童相談室（健康・子育て応援課） ☎0258-83-3640

## \*里山子育てひろば「木のこん」\*

□問い合わせ／木のこん（東山住民センター内）

☎0258-89-8071 FAX 0258-59-2003 URL：<https://shu10223.wixsite.com/kinocon>

東山里山子育てひろば「木のこん」は、東山地域の特色を生かし、山あそび、水あそび、雪あそびなど自然を通じた様々な体験、多世代交流ができる施設です。

「自然の中でのびのび遊び、人生の根っこを育てる」をモットーに子ども達の「やってみたい」を大切にしています。

室内施設は、授乳コーナー、図書ルーム、フリールーム、おもちゃルームがあります。

□場 所／大字南荷頃2666番地1

□利用対象／主に小学校就学前のお子さんとその保護者、または興味のある方。

団体での利用も可能です。詳細はお問い合わせください。

□開設日時／毎週火・水・木曜日、毎月第1・3・5土曜日、第2・4日曜日 午前10時～午後3時

### ●木のこんカフェ 毎週木曜日、隔週火曜日（第1・3・5）、午前10時～正午

お茶を飲みながらのおしゃべりともみほぐしマッサージでリラックスできます。

### ●講座 毎月1回以上（詳細はお問い合わせください。）



# \*小学校・中学校・特別支援学校\*

## ●市内の小学校

学校名	住所	電話番号
小千谷小学校	土川1丁目5番52号	☎0258-83-2042
東小千谷小学校	旭町7番6号	☎0258-83-2361
吉谷小学校	西吉谷甲216番地	☎0258-82-4416
千田小学校	千谷甲1231番地	☎0258-82-2508
和泉小学校	高梨町580番地	☎0258-82-2786
東山小学校	小栗山2357番地	☎0258-59-3155
南小学校	真人町丁678番地	☎0258-86-2710
片貝小学校	片貝町8643番地	☎0258-84-2025

## ●市内の中学校

学校名	住所	電話番号
小千谷中学校	城内4丁目3番26号	☎0258-82-2297
東小千谷中学校	東栄3丁目6番14号	☎0258-82-2472
千田中学校	千谷甲1617番地	☎0258-82-2784
南中学校	真人町丁678番地	☎0258-86-3009
片貝中学校	片貝町8787番地2	☎0258-84-2030

## ●市内の特別支援学校

学校名	住所	電話番号
総合支援学校	塩殿甲2144番地	☎0258-82-1878

知的障がいや、知的障がいのある肢体不自由な子どもたちが、専門の職員による適切な教育と支援によって自立し、社会参加できる力を養い育てるための教育を行います。

# \*通級指導教室\*

## ●言語障がい通級指導教室

うまく言えないことばがある、ことばの数がなかなか増えない、ことばが滑らかに出ないなど、ご心配のときは早めにご相談ください。なお、就学前のお子さんの相談にも応じております。

□問い合わせ

〈小学校〉小千谷小学校 ☎0258-83-2388 (直通)

## ●発達障がい通級指導教室

LD (学習障がい)、ADHD (注意欠陥多動性障がい)、ASD (自閉症スペクトラム障がい) 等の発達障がいなどによって、周囲とのかわりなどが苦手なお子さんが通級します。

コミュニケーション能力の育成や場に応じた行動の習得などを旨とし、個別指導やグループ指導を行います。

□問い合わせ

〈小学校〉小千谷小学校 ☎0258-83-2388 (直通)

東小千谷小学校 ☎0258-83-2361 (代表)

千田小学校 ☎0258-82-2508 (代表)

片貝小学校 ☎0258-84-2025 (代表)

〈中学校〉小千谷中学校 ☎0258-82-2297 (代表)

## 適応指導教室

名 称	マイルーム
設置の目的	小千谷市の小・中学校の児童生徒のうち、学校生活に適応できない児童生徒に対して、一定期間学習への適応指導、集団生活への適応指導、体験活動などを計画的に実施し、心の安定、生活全般の立て直しと自立を図りながら集団への適応力を高めて学校生活に復帰していけるよう援助します。
設置場所	小千谷市土川1丁目5番53号 小千谷市教育センター内「マイルーム」 ☎0258-82-6750
入級受け入れ児童生徒数	10名程度
開設日および開設時間	月曜日～金曜日の午前9時30分～午後3時00分
休業日	日曜日、祝日および小・中学校の長期休業 (夏休み、冬休み、春休み)
指導体制	室長、適応指導教室指導員2名

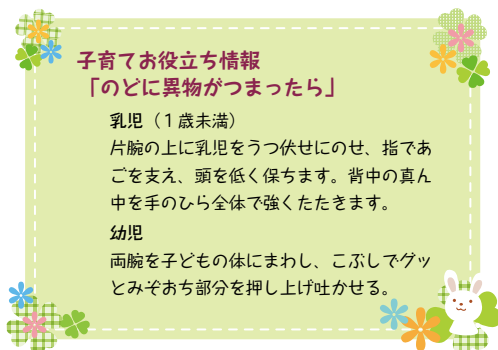
### 子育てお役立ち情報 「のどに異物がつまったら」

乳児（1歳未満）

片腕の上に乳児をうつ伏せにのせ、指であごを支え、頭を低く保ちます。背中の中の真ん中を手のひら全体で強くたたきます。

幼児

両腕を子どもの体にまわし、こぶしでグッとみぞおち部分を押し上げ吐かせる。



# \*就学援助制度\*

□問い合わせ／教育・保育課 ☎0258-83-3519

<p>援助対象費用</p>	<p>▽定額支給：学用品費、通学用品費、新入学学用品費、体育実技用具費、オンライン学習通信費、日本スポーツ振興センター共済掛金          ▽実費支給：修学旅行費、校外活動費、学校給食費、生徒会費、PTA会費、法令に定められた病気にかかる医療費（結膜炎、中耳炎、虫歯の治療などが対象）          ※新入学学用品費は入学前に支給を行います。</p>
<p>対象者</p>	<p>1．生活保護を受けている世帯          2．生活保護を受けていないが、これに準ずる程度に生活が困難と認められる次のような世帯（前年度または今年度の状況です）          ▽生活保護が停止または廃止されたが、依然として生活が困難な世帯          ▽児童扶養手当の支給を受けている世帯          ▽世帯全員が市民税非課税          ▽所得が市の定める基準以下の世帯などで、援助を希望する保護者</p>
<p>申込受付期間</p>	<p>毎年4月1日から4月末日まで（4月1日の認定となります）          ※上記の受付期間を過ぎても、随時受け付けますが、認定は申請書を受理した日の翌月1日からとなります。          ※小学校入学前の新入学学用品費申請は1月末日まで（2月1日の認定となります）</p>
<p>申込先</p>	<p>お子さんの在学する学校または小千谷市教育委員会教育・保育課</p>



幼児と児童



# \*学童保育\*

□問い合わせ

- 中子の森元気っ子クラブ ☎0258-82-0880 (健康倶楽部中子の森)
- みんなのいえ ☎080-8729-4113 (開設時間内のみ)
- それ以外のクラブ ☎0258-83-2340 (小千谷市社会福祉協議会(サンラックおぢや内))

学童保育(放課後児童健全育成事業)は、小学校に就学している児童であって、保護者が仕事などで昼間家庭にいないため、放課後や夏休みなどの長期休業期間に保護者に代わって児童に適切な遊びや生活の場を与えるものです。

## ●開設日

月曜～土曜(日曜、祝日、年末年始を除く)  
 ※中子の森元気っ子クラブは、月曜～土曜(日曜、年末年始を除く)

## ●実施期間

平日 . . . . . 下校時～午後6時30分(西小千谷学童クラブそよかぜ・西小千谷学童クラブさくらは午後7時まで)  
 土曜日、長期休業(夏・冬・春休み)、代休日 . . . . . 午前8時～午後6時30分(西小千谷学童クラブそよかぜ・西小千谷学童クラブさくらは午後7時まで)  
 ※中子の森元気っ子クラブは、午前7時30分～午後6時30分

## ●実施クラブ・実施場所

▽年間を通して活動しているクラブ

クラブ名	地区	実施場所
西小千谷学童クラブそよかぜ	小千谷小学校区	小千谷小学校内
西小千谷学童クラブさくら	小千谷小学校区	
西小千谷学童クラブおひさま	小千谷小学校区	
西小千谷学童クラブあおぞら	小千谷小学校区	市民会館内
東小千谷学童クラブにこにこカービィ	東小千谷小学校区	勤労青少年ホーム内
中子の森元気っ子クラブ	東小千谷小学校区	健康倶楽部中子の森
みんなのいえ	東小千谷小学校区	木津地内
片貝学童クラブなかよしキッズ	片貝小学校区	片貝小学校内
千田学童クラブわんぱくキッズ	千田小学校区	千谷センター内
和泉小学校学童クラブいずみキッズ	和泉小学校区	高梨集落開発センター内
南部学童クラブよつばキッズ	南小学校区	克雪管理センター内

▽長期休業期間のみ活動しているクラブ

クラブ名	地区	実施場所
吉谷小学校学童クラブよっしーキッズ	吉谷小学校区	吉谷トレーニングセンター



# 仲間づくり情報

## \*子育てサークル\*

子育てをしていくうえで誰でも悩みや不安があるものです。そんな時、同じ悩みや不安を持った仲間同士で気軽に話し合えば、「こころ」が軽くなるのではないのでしょうか。

小千谷市では、事業の一環として、子育てサークル登録制度を行っています。登録された団体は、おもな活動場所として市民会館などの公共施設を使用する場合、使用料が無料となるほか、家庭教育をテーマに講演会や話し合い学習などを開催する際には講師謝礼の補助を受けることもできます（家庭教育地域交流振興事業）。

サークルの登録申請は随時募集しています。気軽にご相談ください。

対象 / 小学校就学前の子育てをしている人で組織する団体

問い合わせ先 / 健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

家庭教育地域交流振興事業については文化スポーツ課 ☎0258-82-9111

### サークル紹介（令和5年度登録団体）

#### ●片貝花火っ子キッズ

活動日	毎週火曜日（祝日を除く） 午前10時～11時30分
会場	5月～10月：忍字亭、11月～4月：片貝総合センター
内容	自由あそび、親子のふれあい遊び、情報交換
対象	0歳～就学前までの子どもの子育てをしている方
会費	なし（活動内容により、材料費など実費徴収）

#### ●勇気づけ子育て

活動日	不定期
会場	市内公共施設など
内容	勇気づけ子育て等の勉強会、講座、座談会など
対象	0歳～就学前までの子どもの子育てをしている方
会費	なし（活動内容により、材料費など実費徴収）

#### ●子どもラウンジ みなみ

活動日	毎月1回程度
会場	市内公共施設など
内容	からだ遊び、歌、保護者の交流など
対象	0歳～就学前までの子どもの子育てをしている方
会費	なし（活動内容により、材料費など実費徴収）

# \*ボランティアサークル\*

## ●ゴリラサークル

活動日	毎月第1金曜日 午前9時30分～正午
会場	市民会館・サンラックおぢや
内容	子どもとの交流、おもちゃづくり、クリスマスコンサートの開催など
会費	1,000円(年間)
問い合わせ	平沢 正子 ☎0258-82-7243

## ●読み語りグループ

活動日	9月以降 毎週土曜日
会場	ホントカ。
内容	子どもたちへの絵本のよみきかせ、紙芝居など
会費	なし
問い合わせ	にぎわい交流課 ☎0258-82-2724



# \*保育ヘルパーサークル\*

## ●太陽サークル

内容	子育て中でも勉強や、社会参加をしたい保護者を応援し、保育のお手伝いをします。
活動日	依頼により随時行います。
定例会	毎月第2月曜日 午前10時～11時30分
会費	500円(年間)
問い合わせ	わんパーク ☎0258-81-7564

# 子育て講座、教室のご案内

## \*わんパーク\*

詳しい期日は、市ホームページ、広報誌「広報おぢや」で随時お知らせします。

※各講演会、講座において必要に応じ、保育ルームを設置します。設置する場合は、広報誌等を通じてお知らせします。

□問い合わせ/わんパーク ☎0258-81-7564

### ●ふれあいタイム

手遊びや体操を通して親子のふれあいを図ります。

期 日	平日 午前10時45分～11時（水曜、イベント時除く）
対 象	小学校就学前のお子さんとその保護者
内 容	手遊び、リズム遊び、パネルシアターなど
申込み	不要

### ●子育てなんでも相談

子育てについての悩みや不安を解消するため、専門家による個別相談を行っています。

期 日	毎月1回程度
対 象	小学生以下のお子さんを持つ保護者
内 容	栄養士、助産師、歯科衛生士などの相談員との個別相談
申込み	事前申込みが必要です。（開催日時は市ホームページ・広報おぢやでお知らせします）

### ●すこやか子育て教室

お子さんの年齢に応じた「子育てのポイント」について学び、情報交換を行いながら仲間作りをしています。

対 象	乳幼児とその保護者
内 容	▽いちごコース：歯科のお話、ふれあいあそびなど ▽ばななコース：リズムあそび、親子運動あそびなど ▽めろんコース：消防署見学、親子運動あそびなど
申込み	事前申込みが必要です。（開催日時は市ホームページ・広報おぢやでお知らせします）

### ●マタニティー講座

ゆったりとした空間で、情報交換を行いながら、仲間作りをしています。

対 象	マタニティーの方
内 容	フォト
申込み	事前申込みが必要です。（開催日時は市ホームページ・広報おぢやでお知らせします）



## \*ひと・まち・文化共創拠点 ホントカ。\*

□問い合わせ／☎0258-82-2724

### ●こどもとしょかんクリスマス★スペシャルおはなし会

多くの子どもたちからホントカ。に足を運んでもらい、本のおもしろさ、楽しさに出会うきっかけ作りをしています。

期 日	クリスマス／12月
場 所	ホントカ。
内 容	大型紙芝居、よみきかせなど

### ●ブックスタート

絵本を通じて親子であたたかいひと時を過ごしていただくための活動です。

10か月の子どもとご家族を対象に、よみきかせの体験と絵本をプレゼントします。

期 日	10か月児健康診査
場 所	健康・こどもプラザ あすえ〜る
内 容	ボランティアによるよみきかせ（希望者のみ） 絵本のプレゼント（1冊）
申込み	不要
その他	10か月児健康診査を受診する予定がない場合でも、ご希望される方はホントカ。までお問い合わせください。

講座、  
教室

## \*総合体育館\*

□問い合わせ／☎0258-83-0077

### ●からだであそぼう！親子運動教室

保護者も一緒にリフレッシュできる「幼児向け運動教室」です。

内 容	幼児期の発達段階に合わせ、バランス運動、リズムあそび、ボールなどの道具を使った遊びで運動刺激を与えます。
その他	詳しい内容は総合体育館におたずねください。

※スポーツイベントや、市内体育施設の情報をX(旧 Twitter)で配信しています。（アカウント名：小千谷市スポーツ情報）



# ひとり親家庭のために

## \*児童扶養手当\*

両親の離婚等により、父または母と生計を同じくしていない児童の健やかな成長のため、生活の安定と自立の促進を目的として支給する手当です。

### ●手当を受けることができる方

児童扶養手当は、次のいずれかに該当する児童を扶養している父または母や父母に代わって養育している方に支給されます。なお、所得制限がありますので詳しくは健康・子育て応援課へお尋ねください。

### ●対象となる児童

1. 父母が離婚した児童
2. 父（母）が死亡した児童
3. 父（母）が重度の障がい有する児童
4. 父（母）の生死が明らかでない児童
5. 父（母）から引き続き1年以上遺棄されている児童
6. 父（母）が引き続き1年以上刑務所などに拘禁されている児童
7. 未婚の女性の子で父がいない児童
8. 棄児などで出生の事情が明らかでない児童
9. 父（母）が裁判所からDV保護命令を受けた児童

注1：上記でいう児童とは、18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童および20歳未満の障がい有する児童をいいます。

### ●支給額（令和6年4月現在）

全部支給	月額 45,500円
一部支給	月額 45,490円～10,740円

注2：上記は対象児童が1人の場合の手当額です。児童が2人の場合は上記金額に上限10,750円の加算、3人目以降はさらに上限6,450円ずつ加算されます。

### ●交付申請に必要な書類

戸籍謄本（申請者及び児童）、年金手帳、マイナンバー確認書類（申請者、児童及び扶養義務者）、印鑑  
※その他に書類が必要になる場合、書類を省略できる場合がありますので窓口にご相談ください。

### ●交付申請・問い合わせ

□問い合わせ／健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## \*ひとり親家庭などの資格取得・スキルアップ支援\*

ひとり親家庭の父または母を対象に、就業に向けた資格取得にかかる費用の一部などを支給しています。支給を受けるには必ず事前相談が必要です。詳しくは健康・子育て応援課までお尋ねください。

### ●高等職業訓練促進費

養成機関で訓練を受けて資格取得を目指す方に、訓練促進費などを3年間（必要な修学期間により4年間）を上限に支給します。

対象資格	看護師、介護福祉士、保育士など
支給額（月額）	▽市民税非課税世帯／100,000円（140,000円） ▽市民税課税世帯／70,500円（110,500円） ※（ ）内は、修学期間の最後の1年間 ※上記のほか、修了時に一時金を支給します。
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## ●自立支援教育訓練給付金

教育訓練講座を受講し修了した場合に、その費用の一部を支給します。

対象講座	雇用保険法による教育訓練給付の指定教育訓練講座 ※医療事務、日商簿記など多数の講座が対象となります。
支給額	本人が支払った受講料などの6割に相当する額 上限200,000円、下限12,001円 ※受講講座により、上限400,000円×修学年数
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## \*ひとり親家庭などの医療費助成\*

18歳以下（一定の障がいがある場合は20歳未満）の児童を養育する、ひとり親家庭の父、母および児童、または両親がいない児童を養育している方と児童に対し、保健の向上と福祉の増進を目的として、医療費を助成しています。利用に際しては受給者証が必要です。交付申請をしてください。なお、所得制限がありますので詳しくは健康・子育て応援課までお尋ねください。

自己負担額	▽医療費／ ・通院 1回530円 （1か月1医療機関4回まで、5回目以降は無料。ただし総合病院については、診療料ごとに別となります） ・入院 1日1,200円 ※0歳から18歳の児童はすべて無料 ▽入院時食事療養費標準負担額／ 無料（標準負担額減額認定証を所持している方に限りです）
必要書類	戸籍謄本、健康保険証、マイナンバー確認書類 ※その他に書類が必要になる場合、書類を省略できる場合がありますので窓口にご相談ください。
交付申請 問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## \*母子・父子・寡婦福祉資金の貸付\*

20歳未満の児童を扶養している母子家庭の母、父子家庭の父及び父母のいない児童、または寡婦の方などの、生活の安定と向上を図るため、新潟県が次の資金を無利子または低利で貸付を行っています。

貸付の種類	(1)事業開始資金 (2)事業継続資金 (3)就職支度資金 (4)技能習得資金 (5)医療介護資金 (6)生活資金 (7)住宅資金 (8)転宅資金 (9)修学資金 (10)修業資金 (11)就学支度資金 (12)結婚資金
相談窓口	長岡地域振興局 健康福祉環境部 ☎0258-33-4937

## \*JR 特定者用定期乗車券割引制度\*

児童扶養手当の支給を受けている世帯の負担軽減を図るため、世帯員がJRの通勤定期乗車券を購入する際に特別割引（3割程度）が受けられる制度です。

手続	健康・子育て応援課窓口であらかじめ特定資格者証明書と特定者用定期乗車券購入証明書の交付を受け、定期券購入の際JR窓口へ提出してください。
申し込み 問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## \*除雪援助\*

母子家庭（母と義務教育終了前の児童のみの低所得世帯）のうち、自力で除雪できない世帯に対し作業員賃金の一部を援助しています。

問い合わせ	社会福祉協議会 ☎0258-83-2340
-------	-----------------------

# 障がいのある子どものために

障がいの程度などは個人によって差がありますので、各種サービスなどの対象者と思われる方は各問い合せ先にお尋ねください。

## \*手帳\*

### ●身体障害者手帳

身体に障がいのある方に対し、身体障害者手帳が交付されます。

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

### ●療育手帳

知的障がいのある方に対し、療育手帳が交付されます。

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

### ●精神障害者保健福祉手帳

精神に障がいのある方に対し、精神障害者保健福祉手帳が交付されます。

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

## \*手当、共済\*

### ●特別児童扶養手当

対象者	①20歳未満の重度または中度の障がい（内科的疾患を含む）のある児童を家庭で監護している父または母 ②①の児童を父母に代わって養育する方 ※対象となる児童が施設に入所している場合は受給できません。
支給額（月額）	1級55,350円 2級36,860円 ※障がいの程度により級が異なります。
問い合わせ	福祉課 ☎0258-83-3517

### ●障害児福祉手当

対象者	家庭で生活している20歳未満の方で、精神または身体に著しい重度の障がいがあり、日常生活において常時介護を必要とする方 ※対象となる児童が施設に入所している場合は受給できません。
支給額（月額）	15,690円
問い合わせ	福祉課 ☎0258-83-3517

### ●心身障害者扶養共済

障がいのある方を扶養している保護者が毎月一定の掛金を納める事により、保護者が亡くなった場合などに、残された心身障がい者に終身一定額の年金を支給する制度です。

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

## \*医療、助成など\*

### ●重度心身障がい者医療費助成（県障）

重度心身障がい者にかかる医療費、入院時食事療養費標準負担額（標準負担額減額認定証所持者に限る。）及び訪問看護療養費を助成します。

対象者	療育手帳「A」、身体障害者手帳1級～3級または精神障害者保健福祉手帳1級を持っている方（所得制限があります。）
自己負担	▽医療費／ ・外来1回530円 （1か月1医療機関につき4回まで、5回目以降は無料） ・入院1日1,200円 ▽入院時食事療養費標準負担額／無料 （ただし、標準負担額減額認定証を所持している方に限る） ▽訪問看護療養費／1日250円 ※0歳から18歳の児童はすべて無料。
問い合わせ	福祉課 ☎0258-83-3517

### ●自立支援医療（育成医療）

身体障がい児の日常生活能力の回復向上を図るため、その障がいを除去または軽減、再発を予防することを目的として、必要な医療の給付を行います。

対象者	身体に障がいがあるか、またはその障がいを残すと認められる18歳未満の児童
問い合わせ	福祉課 ☎0258-83-3517

### ●自立支援医療（精神通院）

精神疾患の外来通院にかかる医療費の自己負担を軽減し、治療が継続できることを目的として医療費の給付を行います。

対象者	精神疾患で通院による治療を継続する必要がある児（てんかんを含む）
問い合わせ	福祉課 ☎0258-83-3517

### ●精神障がい者医療費助成制度

精神疾患の早期治療と社会復帰の促進を図るために精神科入院医療費の一部を助成します。

対象者	精神障がいによる精神科の入院であり、かつ申請時に障がい児の保護者または世帯主が小千谷市の住民である方（生活保護受給者は除く） 医療費を支払った方
支給額（月額）	医療保険各法適用後の自己負担額の1/3の額（1か月6,000円を限度） ※支払ってから6か月以内の申請が必要です。
問い合わせ	福祉課 ☎0258-83-3517

### ●新潟県在宅要介護者等歯科保健推進事業

在宅で介護を要する重度心身障がい児の方で、通院が困難な方のご自宅へ歯科医師、歯科衛生士が訪問し、無料で歯科検診、口腔に関する相談・助言などを行います。

問い合わせ	長岡地域振興局健康福祉環境部 ☎0258-33-4932
-------	------------------------------

## \*各種障がい福祉サービス\*

ホームヘルプサービス、短期入所などの利用を必要とする方は、事前に福祉課で支給などの申請手続きが必要です。

□問い合わせ／福祉課／☎0258-83-3517

## \*その他の福祉サービス\*

### ●駐車禁止除外指定車標章の交付

身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者が同乗している場合、公安委員会が規制した駐車禁止の場所及び時間制限駐車区間に駐車できます。

問い合わせ 小千谷警察署交通課 ☎0258-83-0110

### ●新潟県おもいやり駐車場制度

身体障がい者など（身体に障がいがある方、妊産婦の方など）歩行が困難な方に利用証を交付し、障がい者用駐車スペースに停める際に車内に掲げることで、スペースを適正にご利用いただくための制度です。

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

### ●福祉タクシー利用券の交付

心身障がい者の方が積極的に社会参加できるように、タクシー利用券を交付します。

対象者	1. 身体障害者手帳1～3級を持っている方 2. 療育手帳「A」を持っている方 3. 精神障害者保健福祉手帳1級を持っている方
-----	---

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

### ●交通機関を利用するとき

各旅客鉄道会社の運賃、バスの運賃、国内各航空会社の定期航空路線（国内線）の運賃、タクシーの運賃、各旅客航路の運賃などについて、手帳によっては割引があります。乗車券などの購入方法等については、各交通機関にお問い合わせください。

### ●有料道路を通行するとき

重度障がい児が乗車し、その移動のために介護者が自動車を運転する場合、有料道路の通行料金が割引されます。（営業用自動車は除きます。）

対象者	身体障害者手帳（第1種）または療育手帳「A」を持っている方
-----	-------------------------------

問い合わせ 福祉課 ☎0258-83-3517

### ●税金の軽減

障がいの種別や程度によって税金が軽減されます。詳細については、お尋ねください。

所得税・相続税	小千谷税務署	☎0258-83-2090
---------	--------	---------------

市民税	税務課	☎0258-83-3508
-----	-----	---------------

自動車税	長岡地域振興局県税部	☎0258-38-2510
------	------------	---------------

自動車取得税	（一財）長岡自動車協会	☎0258-22-1134
--------	-------------	---------------

軽自動車税	税務課	☎0258-83-3508
-------	-----	---------------

## ●各種料金などの割引・減免

県立施設入館料 などの減免	県立自然科学館	☎025-283-3331
	県立歴史博物館	☎0258-47-6130
	県立近代美術館	☎0258-28-4111
	県立植物園	☎0250-24-6465
	県立紫雲寺記念公園屋内運動施設	☎0254-41-1126
	県立万代島美術館	☎025-290-6655
市立施設利用料 などの減免	市民プール 総合体育館サブアリーナ グリーンヒル白山体育室	☎0258-83-0077

## \*障がいについての相談\*

### ●市内の相談支援窓口

小千谷市社会福祉協議会	桜町5140	☎0258-81-1010
相談支援事業所ひかり工房	小栗田2722-1	☎0258-86-8011
相談支援センター小千谷さくら	小栗田2400-6	☎0258-81-6400
相談支援センター小千谷さくら 小千谷駅出張所	小千谷駅舎内	☎0258-82-1710
障がい者基幹相談支援センター	小千谷市役所内	☎0258-81-0017

## \*療育についての相談\*

- 長岡地域振興局健康福祉環境部（保健所）療育相談  
 専門医による診察・指導、保健師による相談・指導を受けられます。

対象者	発育や発達に心配のある乳幼児
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640



## ●児童相談所

### ▽療育・教育相談

児童相談所の心理判定員、児童ケースワーカー、必要に応じて医師による専門的な指導を受けられます。

対象者	精神発達上に問題があり専門的指導が必要と認められた在宅の児童 (器質障がい、発達遅滞、情緒障がい、言語障がい、知的障がいなどの児童)
問い合わせ	長岡児童相談所 ☎0258-35-8500

## ●家庭児童相談室

心と身体の発達、障がい児の養育などの相談指導を受けられます。

対象者	18歳未満の発達の遅れのある児童及びその保護者
問い合わせ	健康・子育て応援課 ☎0258-83-3640

## ●発達障がいについての小千谷市近郊の相談・医療機関

相談機関	新潟県発達障がい者支援センター「R I S E (ライズ)」(新潟市) ☎025-266-7033
	中越圏域障害者地域生活支援センター長岡療育園 ☎0258-21-4760
	茨内地域生活支援センター(柏崎市) ☎0257-22-1215
	長岡児童相談所・長岡知的障害者更生相談所 ☎0258-35-8500
医療機関	新潟県はまぐみ小児療育センター(新潟市) ☎025-266-0151
	県立精神医療センター(長岡市) ☎0258-24-3930
	社会福祉法人 長岡福祉協会 長岡療育園 ☎0258-46-6611

障がいのある子どものために

# 相談窓口案内

## \*相談窓口案内について\*

子育ての中で起こるいろいろな問題や悩みごとの解決のために相談窓口があります。ひとりで悩まず、まず電話をしてみてください。きっとあなたの問題解決の糸口が見えてくるはずです。相談はすべて無料で、秘密は堅く守られます。

## \*相談窓口一覧\*

### ●主任児童委員

小千谷市には各地区に厚生労働大臣から委嘱された主任児童委員がいます。主に児童福祉のことについて市民のみなさんの相談にのったり、関係機関とのパイプ役になったりする方々です。みなさんの立場に立って問題をどのようにして解決していくか、適切なアドバイスを行います。みなさんのプライバシーは堅く守られます。

電話 福祉課 ☎0258-83-3517

### ●家庭児童相談室

場所・電話	健康・こどもプラザあすえ～内（城内4丁目） ☎0258-83-3640
時間	月曜日～金曜日／午前8時30分～午後4時20分
対象	18歳未満の児童とその家族
内容	児童虐待などの相談。親子関係や児童の養育に関する悩み、心と身体の発達、障がい児の養育などの相談指導

### ●わんパーク

場所・電話	健康・こどもプラザあすえ～内（城内4丁目） ☎0258-81-7564
時間	月曜日～金曜日／午前9時～午後4時30分
対象	小学校入学前の乳幼児とその保護者
内容	子育てで気になること、心配なことなど

### ●健康・子育て応援課

場所・電話	健康・こどもプラザあすえ～内（城内4丁目） ☎0258-83-3640
時間	月曜日～金曜日／午前8時30分～午後5時15分
対象	限定なし
内容	健康や病気、育児全般

### ●子育て世代包括支援センター（妊娠子育て電話相談）

場所・電話	健康・こどもプラザあすえ～内（城内4丁目） ☎0258-86-5076
時間	月曜日～金曜日／午前8時30分～午後5時15分
対象	妊産婦・乳幼児とその家族
内容	保健師による妊娠期から子育て期における健康や生活相談

### ●教育センター（教育相談）

場所・電話	土川1丁目 ☎0258-82-6750
時間	月曜日～金曜日／午前9時40分～午後4時30分
対象	市内小・中学生およびその保護者、学校関係者
内容	不登校やいじめ、しつけや子育て、親子関係など子どもに関する悩みに対して、 ①教育センターでの面談 ②相談員が家庭に向いての訪問相談 ③相談員が学校に向いての訪問相談



●市内保育園・認定こども園

場所・電話	場所・電話については保育園および認定こども園一覧(P17)参照 時間については各園の開園時間中
対象	小学校入学前の乳幼児とその保護者
内容	子育てで気になること、 心配なことなど

●青少年育成センター

場所・電話	土川1丁目 ☎0258-82-6771
時間	月曜日～金曜日/午後1時～午後4時
対象	小・中・高校生など青少年で悩んでいる 方とその保護者
内容	いじめ、不登校、非行、思春期の悩みや 不安、小・中学生の親子関係の悩みや不安

●長岡児童相談所・長岡知的障害者更生相談所

場所・電話	長岡市 ☎0258-35-8500
時間	月曜日～金曜日/午前8時30分～午後5時15分
対象	18歳未満の児童についてどなたでも
内容	子育て、虐待、不登校、非行、施設への入所、里親のことなど子どもに関する相談全般

●DV相談ナビ #8008(はれれば)

専用ダイヤル「#8008(はれれば)」に電話すると、最寄りの相談機関の窓口につながります。  
※通信料がかかります。

●DV相談プラス

- ・電話での相談 ☎0120-279-889 (24時間対応)
- ・チャット、メールでの相談 DV相談プラスのホームページからアクセス  
(チャット相談は正午から午後10時、メールは24時間対応)

●児童虐待相談

「児童虐待」が社会的に大きな問題となっており、子どものこころと体に大きな影響を与えています。近年、児童虐待の相談件数は急増しており、表面に現れないケースも多くあると言われていています。「児童虐待」には、身体的虐待・性的虐待のほか、食事を与えない・世話をしないなどのネグレクト、面前DV・言葉による脅しや無視・兄弟間の差別的扱いなどの心理的虐待もあります。地域の子どもたちを守るために、児童虐待で悩みを抱えていたり、誰かに相談したい時、あるいは自分の周りに「虐待を受けたと思われる子ども」がいる時などはご連絡ください。

健康・子育て応援課	☎0258-83-3640
長岡児童相談所	☎0258-35-8500

※「189(いちはやく)」にかけるとお近くの児童相談所につながります。

# 仕事と育児等、両立支援

## \*ファミリー・サポート・センター\*

□問い合わせ/小千谷市ファミリー・サポート・センター

(健康・こどもプラザ あすえ～「わんパーク」内) ☎0258-81-7587

ファミリー・サポート・センターは、育児の援助を依頼したい人(依頼会員)と育児の援助を提供したい人(提供会員)が会員として登録し、地域の子育てを支援する相互援助の会員組織です。活動は、あくまでも急な子どもへの対応・手不足を補うための援助ですから短期間での補助的な活動になります。

### ●具体的な援助内容

1. 保育園、認定こども園の開始時間まで子どもを預かること。
2. 保育園、認定こども園の保育終了後、子どもを預かること。
3. 保育園、認定こども園までの送り迎えを行うこと。
4. 小学校の放課後、または学童保育の終了後、子どもを預かること。
5. その他、突発的に子どもを預かること。
6. 習い事への送迎。

※このほかにも、センターで認める範囲内でいろいろな活動が行われます。

注1) 子どもを預かる場合は、原則として提供会員のご家庭で行います。但し、子どもが病気回復期の場合などは依頼会員の了解を得て、依頼会員宅で行うこともあります。

注2) 援助活動は、早朝、夜間にわたることもあります。子どもの宿泊は行いません。

### ●病後児預かり

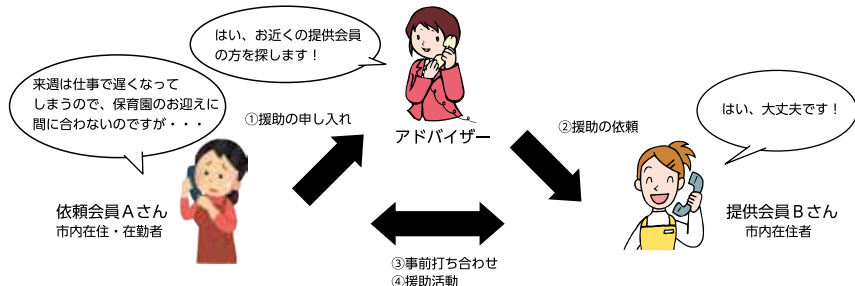
病気の回復期(安静が必要な時期は過ぎたが、集団の中での生活はまだ無理な状態)で、保育園や小学校に通わせられない期間において、医師の診断に基づき、子どもを預かっていただける方を紹介します。

#### 対象要件

- ・小千谷市にお住まい、またはお勤めの方、生後4ヶ月～おおむね12歳までのお子さんがある方
- ・病気の回復期にあり市内の医療機関から「医師連絡票」の発行を受けたお子さん
- ・ファミリー・サポート・センターで依頼会員の登録をし、事前に説明会を受けた方

### ●活動の流れ

- ①依頼会員はセンター事務局 ☎81-7587 に電話します。
- ②センター事務局のアドバイザーは、依頼内容を顔合わせ済みの提供会員に連絡します。
- ③活動できる提供会員は、依頼会員と事前打ち合わせしてから活動します。
- ④提供会員は活動が終わったら報告を書き、依頼会員の確認をもらいます。依頼会員は、決められた報酬を提供会員に支払います。



顔合わせとは……あらかじめ依頼会員の依頼内容に合わせることで、できそうな提供会員と会っておくことにより、子どもの不安を減らし、スムーズな活動ができます。ただし緊急時の活動依頼の場合には顔合わせが事前にできない場合があります。顔合わせにはアドバイザーも立ち会います。

事前打ち合わせ…毎回活動前に子どもの様子(平熱や食事、睡眠時間など)や依頼内容について、センターが指定する打ち合わせ用紙をもとに会員間とアドバイザーとで話し合うことです。

## ●利用料金

### ○通常預かり (一人につき)

月曜日～金曜日	☆依頼会員の支払額	☆提供会員の受取額
▽午前7時～午後7時	1時間あたり500円	700円
▽早朝、夜間、土・日曜日、休日	1時間あたり600円	800円

※差額の200円は小千谷市が負担します。

### ○病後児預かり (一人につき)

月曜日～金曜日	☆依頼会員の支払額	☆提供会員の受取額
▽午前7時～午後7時	1時間あたり300円	800円
▽早朝、夜間、土・日曜日、休日	1時間あたり400円	900円

※差額の500円は小千谷市が負担します。

## ●提供会員養成講座

登録制の有償ボランティア (特別な資格は不要) として子どもを預かるための基礎知識を身につけていただくため、講習会を開催します。

期 日	年2回
対 象	小千谷市内在住の健康な方で、子育てに関心をお持ちの方、お手伝いをして下さる方
内 容	提供会員になるには、小児科医・保育士・救急救命士などを講師にした講習会を受講いただいた後、アドバイザーによる家庭訪問・面接を受けていただきます。
申込み	事前申込みが必要です。詳細は広報おぢやに掲載します。

※提供会員養成講座は年2回開催します。(例年6・10月) 時期になると広報とホームページでお知らせします。詳細についてはお問い合わせください。

## 提供会員の声

- 土日・祝日の預かり 二人の姉妹(小2・5歳児)の預かりをして5年目になります。二人ともN宅・H宅での預かりですが、公園・地域のイベント等一緒に出かけています。お弁当を食べ、お昼寝をちよっぴり。おやつも食べて一日を過ごします。
- 学校から学童保育への送迎 週2回、車での送迎ですが、車の中での会話や、体調の話をしてリラックスして過せるよう、リセットタイムにしています。

## ●依頼会員募集のお知らせ

依頼会員を募集しています。市内在住か、在勤の方で子育て中の方ならどなたでも依頼会員になることができます。(随時受付中) 依頼会員になるには一時間程度の説明を受けていただきます。詳しくは、ファミリー・サポート・センターへお尋ねください。

- 小学生の学校～習い事への送迎 月に2～3回お願いしています。  
一緒に歩きながら学校でのこと、習い事の楽しみなことを話しながら送ってもらい、とても楽しみにしている様子です。  
普段歩かないので、とても楽しみにしているようで助かります。

## \*病児病後児保育室\*

「子どもがかぜをひいて、保育園・認定こども園・学校に通わせることができない。でも、どうしても仕事が休めない…。」という時に、病児病後児保育室でお子さんをお預かりし、子育てと仕事の両立を応援します。

- 問い合わせ／病児病後児保育室  
(健康・子どもプラザ あすえ～内) ☎0258-86-5078 FAX 0258-86-8790  
□場所／城内4丁目1番38号

### ●病児病後児保育とは

病気やケガ、またはその回復期にあり、集団生活ができないときに、保護者が安心して就労できるよう、看護師・保育士等がいる専用施設で一時的に保育を行います。

### ●開設日及び開設時間

月曜日～金曜日 午前8時～午後6時(土・日・祝日及び年末年始はお休みです。)

### ●利用定員 6人

### ●対象児童

- ①～③の全ての条件に該当する児童  
①市内に住所を有する、または保護者が市内で勤務している生後4か月～小学校3年生の児童  
②保護者の就労等の理由により、家庭で保育を行うことが困難な児童  
③病気やケガ(当面急変のおそれはないが回復していない状態)、またはその回復期にあり、集団生活が困難であるため、保育室の利用について医師の同意を得ている児童

### ●利用料金 1人1日 500円

### ●利用方法

- ①事前に「病児病後児保育利用登録届出書」を提出してください。  
②医療機関を受診し、医師から「医師連絡票」を受けとってください。  
③利用前日までに電話で予約をしてください。予約受付時間 午前8時～午後5時。  
④利用当日は、医師連絡票・病児病後児保育利用申請書・お子さんの様子連絡票・保育に必要な物をご持参のうえ、病児病後児保育室までお越しください。

# 医療機関

## \*休日・平日夜間診療機関\*

### ●平日、土曜夜間の急患診療

平日、土曜夜間の子ども救急外来を行っています。利用されるときは「健康保険証」、医療費助成の「受給者証」を必ずお持ちください。(小児科医が勤務しています)

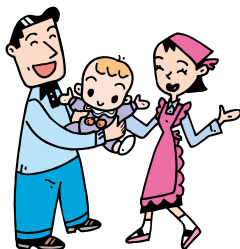
名称	所在地	電話番号	受付時間
中越こども急患センター	長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ内	☎0258-86-5099	月曜日～土曜日 午後6時45分～午後9時30分 ※日曜・祝休日は休診となります。
休日・夜間急患診療所	長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ内	☎0258-37-1199	日曜・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
休日急患歯科診療所	長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ内	☎0258-33-9644	日曜・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

※年末年始の診療時間は変わることがあります。各連絡先でご確認ください。

### ●夜間の小児救急医療電話相談

夜間に15歳未満のお子さんが急な病気(発熱・嘔吐・下痢など)になった場合、看護師や医師が無料で電話相談をお受けする事業です。

名称	電話番号	相談時間
新潟県小児救急医療 電話相談	☎025-288-2525 または#8000 (プッシュ回線専用)	毎日 午後7時～翌朝午前8時



# 親子で遊べる施設

## \*屋外の遊び場\*

代表的な公園を紹介します。



### ●白山運動公園

- 場所／山谷
- 特徴／80メートルのローラー滑り台、大型コンビネーション遊具などが整備され、高台から望む越後三山は絶景です。



### ●船岡公園

- 場所／稻荷町（船岡山）
- 特徴／市街地に近く景色のよい公園として親しまれています。桜の開花時期になると、ライトアップやボンボリ点灯が行われます。秋には樹木が色づき紅葉狩りを楽しめます。



### ●山本山山頂

- 場所／山本（山本山）
- 特徴／越後三山や新潟平野の眺望を楽しめる景勝地。菜の花・ひまわり・そば畑を観に訪れる人も多く、山頂には、芝生広場や展望台があります。



### ●おぢやクラインガルテン ふれあいの里

- 場所／塩殿（山本山中腹）
- 特徴／広い芝生で思いっきり遊べ、ピクニックに最適です。季節野菜の収穫体験（有料）もできます。冬はスノーシューでのトレッキングを楽しむことができます。



### ●小千谷市防災公園

- 場所／元中子
- 特徴／大きな滑り台をはじめとした遊具や1周500メートルの園路があります。災害が発生した際には、避難活動の拠点として活用できる防災設備を備えています。



### ●仲よし児童遊園

- 場所／元町
- 特徴／子供が楽しく遊べる遊具があります。駐車場がありませんのでご注意ください。



### ●上ノ山児童遊園

- 場所／上ノ山2丁目
- 特徴／子供が楽しく遊べる遊具があります。駐車場がありませんのでご注意ください。

※上ノ山児童遊園は財務省関東財務局より国有地の無償貸付を受けている公園です。



### ●ぼっぼの里公園

- 場所／城内3丁目（城川郵便局脇）
- 特徴／旧魚沼線西小千谷駅跡地です。汽車のオブジェがあり、春先にはヤマザクラが咲き、サザンカ、ハナミズキなど季節の花も綺麗です。（注意）トイレ無し



### ●おぢゃ〜る（芝生広場）

- 場所／山本
- 特徴／市街地から近く、景色の良いキャンプ場、遊び場です。ユニークな遊具を無料で貸出しているほか、スノーピーク製キャンプ用品のレンタルも行っています。キャンプやバーベキュー、冬季はスノートレーンやジャンボすべり台など、一年を通して楽しむことができます。  
（水力発電館内では、JR東日本の水力発電を学ぶことができ、トレインシミュレーターなどのアトラクションもあり、親子で遊ぶことができます。）



### ●東山山子育てひろば 木のこん外フィールド

- 場所／南荷頃（東山住民センター裏）
- 特徴／手作り遊具もありますが、自然のもの全てが遊び相手です。自然いっぱいの中で遊ぶことができます。（注意）トイレ無し（東山住民センター開館時はトイレの利用可）

## \*屋内の遊び場\*

天候が悪くても親子で遊べる場所を紹介します。

### ●わんパーク（健康・こどもプラザ あすえ〜る内）



- 利用時間／午前9時～午後5時
- 休業日／年末年始（12月29日～1月3日）
- 所在地／城内4丁目1番38号
- 対象者／小学生以下の児童
- 特徴／大型遊具、ままごとセット・人形等のおもちゃで遊べるほか、外遊びスペースがあります。



親子で遊べる施設

### ●幼児プレイルーム（総合体育館内）



- 利用時間／午前9時～午後9時30分
- 休館日／毎月第2曜日（その日が休日のときは、翌日）、年末年始（12月29日～1月3日）
- 所在地／桜町4915番地
- 対象者／小学校就学前の乳幼児 ※保護者など責任者が同伴してください。
- 特徴／アンパンマンスライダー、大型コンビマット、ウルトラトレーナーなどが設置されています。



## ●キッズコーナー（総合体育館内）



- 利用時間／午前9時～午後9時30分
- 休館日／毎月第2月曜日（その日が休日のときは、翌日）、  
年末年始（12月29日～1月3日）
- 所在地／桜町4915番地
- 対象者／小学校4年生以下
- 特 徴／ボルダリングウォール、トランポリンなどがあります。

## ●わくわくルーム（市民会館内）



- 利用時間／午前9時～午後8時
- 休館日／年末年始（12月29日～1月3日）
- 所在地／土川1丁目3番3号
- 対象者／小学校就学前の幼児と保護者
- 特 徴／すべり台、トランポリンなどが設置されています。  
多目的トイレには、おもつ交換台、ベビーキーパーがあります。

## ●おちゃ～る（小千谷信濃川水力発電館）



- 利用時間／午前9時～午後6時（11月～3月は午後5時閉館）
- 休館日／年末年始、毎週水曜日（水曜が祝日の場合は、翌日以降直近の平日）
- 所在地／山本
- 対象者／どなたでもご覧いただけます。
- 特 徴／JR東日本が建設した水力発電の仕組みや河川環境などを学ぶことができる施設です。館内には運転士気分が味わえるシミュレーター、○×クイズ、幼児用スライダーなどが設置されています。入館、体験いずれも無料です。

## ●東山里山子育てひろば 木のこん



- 利用時間／火・水・木曜日、毎月1・3・5土曜日、第2・4日曜日  
午前10時～午後3時
- 休館日／お盆、年末年始
- 所在地／大字南荷頃2666番地1（東山住民センター内）
- 対象者／主に小学校就学前のお子さんとその保護者
- 特 徴／授乳コーナー、図書ルーム、フリールーム、おもちゃルームがあります。

## ひと・まち・文化共創拠点 ホントカ。令和6年9月28日オープン。

### ●こどもとしょかん（ホントカ。）

- 子どもたちが物語や知識に触れ、自分たちの世界を開き広げていくための役割を持つ場です。

### ●屋内広場（ホントカ。）



- ネット遊具やすべり台などがあり子どもたちが天候を気にせず、一年中体を動かして遊ぶことができます。

### ●子アンカー（ホントカ。）

- 乳幼児向けの絵本や紙芝居、おもちゃなどがあり、授乳室、オムツ交換台、子ども用トイレなどもあります。



# お役立ち情報

## ●LINE小千谷市公式アカウント

子育て情報をはじめ、小千谷市のタイムリーな情報についてメッセージを配信しています。メッセージを受信するためには、LINEの友だち追加が必要です。

問い合わせ 小千谷市企画政策課 ☎0258-83-3507

小千谷市公式アカウントの友だち追加はこちらから



小千谷市公式LINE

## ●家事・留守番のお手伝い

掃除・洗濯などの家事全般、留守番のお手伝いをします。費用等をご相談ください。

問い合わせ 小千谷市シルバー人材センター ☎0258-82-6550

## ●スポーツ推進委員の派遣

地域の子ども会の行事などで、体操やスポーツの指導を行う指導者を派遣します。費用や詳しい内容はお尋ねください。

問い合わせ 総合体育館 ☎0258-83-0077

## ●青少年育成指導委員の派遣

公民館や地域で手作り教室を開催する際の指導を行う指導者を派遣します。

問い合わせ 市民会館 ☎0258-82-9111

## ●小千谷市からの緊急情報のお知らせ

小千谷市では、災害発生情報などを電子メールなどで配信するサービスを提供しています。凶悪事件発生情報なども配信しますので、ぜひ登録をお願いします。

## ●小千谷市緊急情報メール配信サービス

登録方法	(1)空メールを送信 (送信先:bousai.joyia-city@raidan.ktaiwork.jp 件名、本文:なし)または左記の二次元バーコードを携帯電話のバーコードリーダーで読み込み、空メールを送信してください。 (2)自動で返信されるメールに従って登録してください。
------	--

## ●「Yahoo!防災速報」アプリ

登録方法	(1)左記の二次元バーコードをスマートフォンで読み込み、アプリをインストールしてください。 (2)通知を受け取るための初期設定を画面に従って行ってください。
------	---

※緊急情報について、小千谷市公式LINE・小千谷市広報のX(旧Twitter)でも配信しています。(アカウント名:新潟県小千谷市広報)

## ●安心安全情報メール配信サービス

NPO法人住民安全ネットワークジャパンによる、安全安心情報メール配信サービス「住民あんぜん小千谷・川口」が開設されています。不審者情報なども配信されますので、多くのみなさんの会員登録をお願いします。

申込方法	(1)空メールを送信 (送信先: jm@jmjp.jp 件名: 222 本文: なし) (2)自動で返信されるメールに従って登録してください。
------	--

## ●子育て家庭優待サービスカード「トキっ子くらぶ会員証」

新潟県内にお住まいで、18歳未満のお子さんがいらっしゃる家庭などを対象に全国の協賛店舗でお得なサービスを受けることができる「トキっ子くらぶ会員証」を発行しています。会員登録は無料ですが、申し込みが必要です。

申込・問い合わせ トキっ子クラブ事務局 ☎0258-86-0195

会員登録方法は  
こちらから



## ●AI救急相談アプリ

急な病気やケガのとき、LINEから気軽に救急医療の相談ができます。  
 ・救急車要請や医療機関受診の必要性、対処方法をアドバイスします。  
 ・医療機関や各種電話相談窓口の検索もできます。  
 ・LINEの「友達追加」から検索するか、二次元バーコードを読み取って友達追加してください。



## ●小千谷市子育て応援アプリ「母子モ」

母子手帳アプリ  
ほちや子育て応援アプリ



「母子モ」は小千谷市が提供する子育てアプリです。紙の母子手帳と合わせてお使いいただける母子手帳アプリで、妊娠期から子育て期に役立つ機能がたくさんあります！是非、ご登録ください。左の二次元バーコードを読み取ってダウンロードしてください。

妊娠から出産・育児  
\までをフルサポート！

母子モ

アプリストア  
から  
ダウンロード！

## ●ベビー・ファーストって？

「ベビー・ファースト」は、妊産婦及び乳児連れの保護者の方に対して、思いやりの気持ちをもって地域全体で子育てを応援し、子どもたちを見守り育てましょうという運動の標語です。

### ・運動の優先対象者は

「ベビー・ファースト」運動の優先対象者としては、妊産婦、1歳程度までの乳児連れの保護者としています。

### ・何をしたらいいの？

個人や団体、事業所等各々で考えられることは自発的に実践していただければと考えていますが、次の例を参考に事業所や地域のみなさんに運動を周知しております。

- 事業所などには：障害者優先駐車表示と同様に、マタニティ優先駐車スペースの確保
- 小売店など：料金支払い所などにおける優先場所の確保、休憩スペースの確保、店内放送で周知活動など
- 公共交通機関：優先シートの確保
- 地域のみなさんには：やさしい声かけやあたたかい見守り、受動喫煙の防止など
- その他：対象者の周辺においての喫煙自粛呼び掛け、ドア・出入り口での開閉配慮など

## ●妊産婦さんへ

妊娠が確認され、母子健康手帳の交付を受ける際に「マタニティキーホルダー」をお渡ししています。妊産婦さん自身にご活用していただくことが運動の周知にもつながりますのでぜひご活用ください。



小千谷市ホームページ (<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>) で最新の情報が確認できます。

小千谷市ホームページ → 子育て・教育

Memo



---

---

---

---

---

# 子育て支援ガイドブック 令和6年4月発行

発行

小千谷市 健康・子育て応援課  
(健康・こどもプラザ あすえ〜る内)

〒947-0028 新潟県小千谷市城内 4-1-38  
電話：0258-83-3640

無断で複写、転載することをご遠慮ください。



Ojiya City  
Child care support guidebook