



妊娠  
出産



子育て  
教育



MAP



制度



災害時  
その他

# ★麻績村 子育てガイド

Omi Village Parenting Guide



# はじめに

このたび、村に子どもの声があふれ、誰もが安心して子育てできるまちづくりを進めるため、「麻績村子育てガイド」を作製いたしました。妊娠期から就学期までのさまざまな場面で役立つ情報を一冊にまとめ、子どもと家庭と地域をつなぐツールとして活用していただくことを目的としています。

本ガイドでは、保育・教育・保健・医療・福祉・生活支援といった、行政が提供する制度や相談窓口の案内のほか、地域の相談機関など、地域資源の探し方を分かりやすく整理しましたが、活用いただくなかで、「ここが知りたい」「この制度はどう使うのか」といったご意見も多いかと思います。より使いやすいガイドへと育ててまいりたいと考えていますので、ご意見・ご要望がございましたら、「麻績村子ども家庭センター」へお寄せください。

これからも家庭と地域、学校・事業者が連携し、子どもが健やかに育つ暮らしを守り続けられるよう取り組んでまいります。

# 目次

## 妊娠・出産

- 2 こども家庭センターって、どんなところ？
- 3 妊娠したら
- 4 子育てサポートプラン
- 8 産後ケア事業～赤ちゃんが生まれたり～
- 10 母乳相談等費用助成事業
- 11 赤ちゃん訪問  
民生児童委員による赤ちゃん訪問  
つばめの子育て教室（乳児育児相談・離乳食教室）
- 12 キッズ運動あそび教室  
予防接種、乳幼児健診

## 子育て

- 13 麻績保育園
- 14 ひだまり広場・おみ図書館
- 15 麻績小学校・筑北中学校  
放課後児童クラブ  
放課後子ども教室・おみっこ元気くらぶ  
ショートステイ事業・病後児保育

## MAP

## 16 村内MAP

## 制度

- 18 医療機関、子育て支援サービス・福祉・補助金（手当）等
- 22 相談から福祉・サービス等利用までの大まかな流れ
- 23 障害児福祉制度
- 25 相談窓口・関連事業者連絡先

## 災害時 その他

- 26 災害に備える台風・豪雨への備え
- 30 災害に備える知恵の備え
- 32 妊娠・出産・子育て・教育・障害児福祉に関する支援
- 34 気になることリスト
- 37 子育て支援アプリ



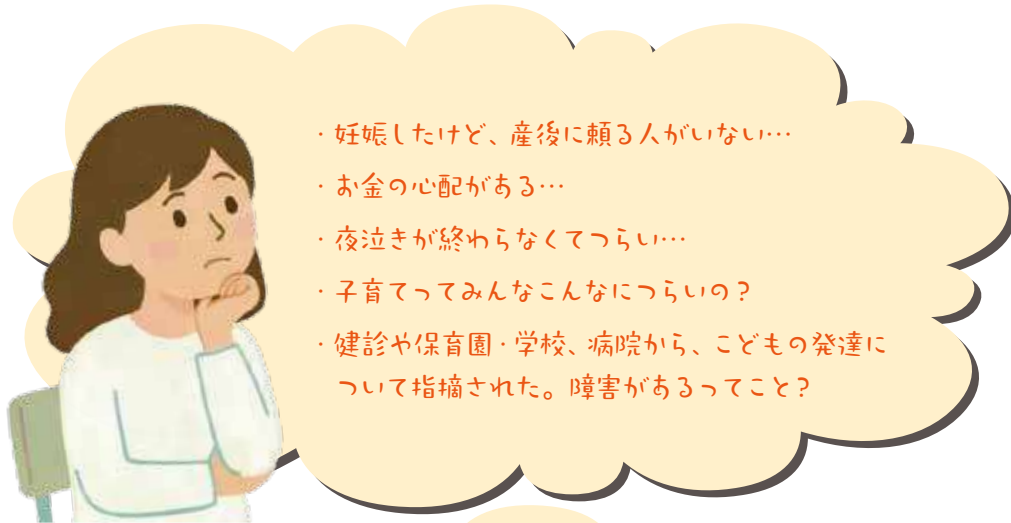
# こども家庭センターって、 どんなところ？

どんな悩み、お話もまずはこども家庭センターへ  
ご相談ください。

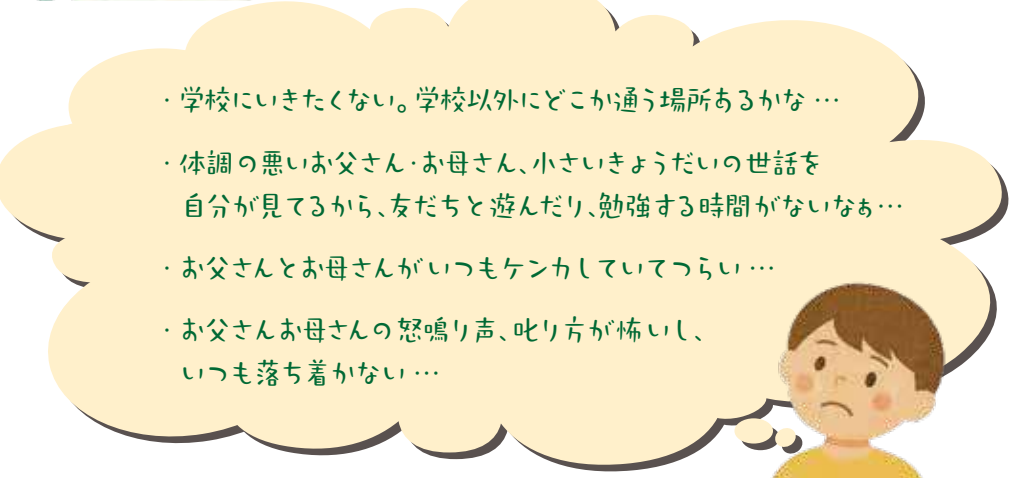
「妊娠・出産」や「子ども・子育て」についての総合相談  
窓口として、子育て支援コーディネーター、保健師がお聞き  
し、一緒に考え、必要な支援・サポートにつないでいきます。



場所 / 地域交流センター内 p16,17 MAP 参照



- ・妊娠したけど、産後に頼る人がいない…
- ・お金の心配がある…
- ・夜泣きが終わらなくてつらい…
- ・子育てってみんなこんなにつらいの？
- ・健診や保育園・学校、病院から、こどもの発達に  
ついて指摘された。障害があるってこと？



- ・学校にいきたくない。学校以外にどこか通う場所あるかな…
- ・体調の悪いお父さん・お母さん、小さいきょうだいの世話を  
自分が見てるから、友だちと遊んだり、勉強する時間がないなあ…
- ・お父さんとお母さんがいつもケンカしてつらい…
- ・お父さんお母さんの怒鳴り声、叱り方が怖いし、  
いつも落ち着かない…

# 妊娠したら

## 母子健康手帳の交付

- 1 妊娠の診断を受けた医療機関から妊娠届出書をもらい、麻績村こども家庭セ  
ンターへ提出してください。
- 2 妊娠届出のときに母子健康手帳を交付します。妊婦健診の記録や、妊娠期の  
健康管理について記載されていますので、常に持ち歩くようにしてください。

## 妊婦健診受診票等の交付

妊婦健診や妊婦歯科健診で使用する受診票を交付します。

## 保健師との面談

妊娠中や出産後（子育て）の支援（制度）の説明をします。また、妊娠について  
の相談ごと・心配ごと等について相談を受けます。

※ 手帳の交付や受診票等の交付には時間がかかりますので、予定に余裕をもってお越しください。  
また、担当者が不在の場合がありますので、届出・申請の際は、事前にお知らせください。

## 両親学級 ～初めてママ、パパになる方へ～

初めての妊娠・出産を迎えるママ・  
パパになる方に、出産後の生活のイ  
メージをもってもらうため、助産師・  
保健師が教室を実施します。

お父さんの妊婦体験や、本当の赤  
ちゃん抱っこ体験などもできます。

※ 参加を希望される方は、こども家庭センター（☎67-4858）までご連絡ください。  
皆様の妊娠・出産・育児を身近にサポートします。ご参加を心よりお待ちしております。

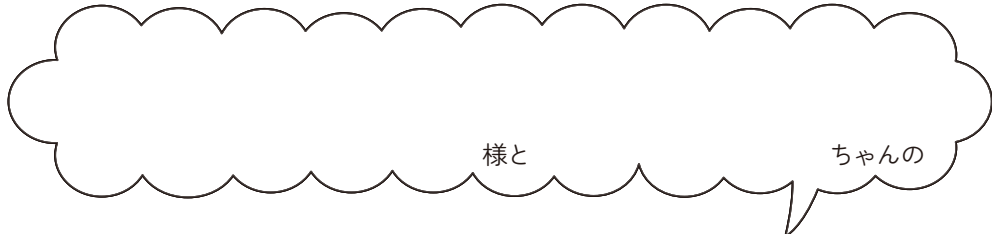
- ・お産の話
- ・赤ちゃんのいる生活について
- ・赤ちゃん抱っこ体験



## 不妊治療費用助成事業

不妊治療に要する医療費の一部を助成しています。（上限20万円/件）

※詳細は、こども家庭センターへお問い合わせください。



# 子育てサポートプラン

## 目標

- 自分の健康に目をむけ、体調を整えながら過ごすことができる
- 子育て支援のサービスを知って、困ったときに利用することができる
- 心配なことを一人で抱えずに、相談したり、サポートを求めることができる



妊娠期から子育て期まで、子育てを応援します!!  
なんでも相談しよう!!

## 子育て支援サービスについて

### ○両親学級

妊娠中の教室です。沐浴実習、助産師による育児・生活の話、村の事業紹介をします。(要電話予約) →P3

### ○育児相談

妊娠から子育て期に関する様々な相談に応じます。相談をご希望の方はこども家庭センターにお問い合わせください。

### ○赤ちゃん訪問

保健師・助産師が家庭訪問をし、お子さんの成長やお母さんの体調等の相談をお受けします。 →P11

### ○産後ケア事業

お母さんと赤ちゃんが心身のケアや育児のサポートを医療機関や助産所で宿泊しながら受けることができます。利用料の8割を村が負担します。上限あり。(要申請) →P8

### ○妊娠中の相談

訪問・面談・電話などにより妊娠中の各種相談に随時応じます。相談をご希望の方はこども家庭センターにお問い合わせください。

### ○母乳相談等費用助成事業

母乳育児相談等にかかる費用の一部を村が負担します →P10

### お子さんを預けたい時など

- 麻績保育園 →P13
- 病後児保育 →P15
- ショートステイ →P15

## 里帰り出産をする方へ



### 妊婦健診・産婦健診・新生児聴覚検査 ・1か月児健診・乳児一般健診

- ・県内で受診する方はそのまま受診票などを使用することができます。
- ・県外で受診する方は費用は自己負担となりますが、後日助成の申請をすることで助成額を受け取ることができます。  
(申請期限) 受診した年度末日まで。申請先は「こども家庭センター」です。

### お子さんの赤ちゃん訪問 ・乳幼児健診等

里帰り先の市町村で訪問や健診等を受けたい場合はこども家庭センターまでお問い合わせください。

### お子さんの予防接種

長野県医師会 HP



- ※筑北地域外の医療機関で接種する場合
- ・県内の場合: 「長野県内定期予防接種相互乗り入れ事業」により地域外でも接種できる医療機関があります。(詳細は長野県医師会 HP をご覧ください)
- ・県外の場合: 事前にこども家庭センターへお問い合わせください。

## 行ってみよう!! 子育て情報を知ろう!!

### お出かけ先

ひだまり広場・おみ図書館

### 急病時

#8000  
休日当番医の  
お知らせページ▶



### 情報

- ・麻績村HP
- ・おみっすくすくナビ (電子母子手帳アプリ)
- ・のびのびトイレ
- ・教えて!ドクター

### 本/冊子

子育てガイドブック  
月間イクジ





# 子育てサポート プラン (妊娠～1歳)



| 時期         | 妊娠初期  |       |        | 妊娠中期  |        |        | 妊娠後期   |        |          |
|------------|---|-------|--------|---|--------|--------|--|--------|----------|
|            | 2か月   | 3か月   | 4か月    | 5か月   | 6か月    | 7か月    | 8か月  | 9か月    | 10か月     |
| 週数         | 4～7週  | 8～11週 | 12～15週 | 16～19週  | 20～23週 | 24～27週 | 28～31週   | 32～35週 | 36～40週以降 |
| 各種手続き      | <input type="checkbox"/> 妊娠届出をし母子健康手帳を受けとる<br><input type="checkbox"/> 各受診票・助成券を受けとる  |       |        | <input type="checkbox"/> ながの子育て家庭優待パスポート  |        |        | <input type="checkbox"/> 出産育児一時金<br>(加入している健康保険または、分娩予定医療機関などで申請)  |        |          |
|            | <input type="checkbox"/> 妊婦健康診査受診票<br><input type="checkbox"/> 妊婦歯科健診受診券<br><input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査受検票<br><input type="checkbox"/> 産婦健康診査受診票<br><input type="checkbox"/> 子育てガイド  |       |        | <input type="checkbox"/> 信州パーキングパーミット制度   |        |        | <input type="checkbox"/> 産前産後の国民健康保険税の軽減申請<br><input type="checkbox"/> 産前産後の国民年金保険料の免除申請<br>(第1号被保険者)  |        |          |
| 子育て支援サービス  | <input type="checkbox"/> 妊婦支援給付金①の申請  |       |        | <input type="checkbox"/> 妊婦届出時の面談<br>マタニティアンケート1回目回答  |        |        | <input type="checkbox"/> マタニティアンケート回答(妊娠8か月頃)<br>必要に応じて面談や電話相談を行います  |        |          |
|            | <input type="checkbox"/> 育児相談(訪問・面談・電話など随時)   |       |        | <input type="checkbox"/> 両親学級   |        |        | <input type="checkbox"/> 産後ケア事業<br><input type="checkbox"/> 母乳相談等助成事業  |        |          |
| 自分や家族ですること | <input type="checkbox"/> お酒・たばこをやめる<br><input type="checkbox"/> 家族や周囲の人に近くで喫煙しないよう配慮してもらう<br><input type="checkbox"/> 里帰り出産をするか相談する<br><input type="checkbox"/> 出産する病院を決めて予約する<br><input type="checkbox"/> 妊娠中の食事や生活について情報収集する<br><input type="checkbox"/> おみっ子すくすくナビ(電子母子手帳アプリ)を登録する |       |        | <input type="checkbox"/> 歯科健診を受ける   |        |        | <input type="checkbox"/> 産後の生活をイメージし、自宅の環境を整える<br><input type="checkbox"/> 上の子の出産時の体制を考える<br><input type="checkbox"/> 入院セットを準備する<br><input type="checkbox"/> 出産時の連絡先リストを作る(産院・タクシー等) |        |          |
|            | <input type="checkbox"/> 妊婦健診を受ける(週数によって受診間隔が変わります。決められた間隔で受診しましょう。)  |       |        | <input type="checkbox"/> 産休について会社に報告し、取得する(産後の働き方の希望も伝える)<br><input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、会社へ申請する<br><input type="checkbox"/> パパの産後育休について検討する |        |        | <input type="checkbox"/> 産後ケア事業<br><input type="checkbox"/> 母乳相談等助成事業  |        |          |
| お仕事の関係     | <input type="checkbox"/> 出産予定日を会社に伝える<br><input type="checkbox"/> 妊娠中の働き方(時間外労働・休日労働・深夜業の制限など)の希望を伝え相談する<br><input type="checkbox"/> 体調が悪いときは、医師や助産師に相談し、「母性健康管理指導事項連絡カード」を勤務先に提出する<br><input type="checkbox"/> 妊婦健診を受けるための時間が必要な場合は会社に申請する   |       |        | <input type="checkbox"/> 産休について会社に報告し、取得する(産後の働き方の希望も伝える)<br><input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、会社へ申請する<br><input type="checkbox"/> パパの産後育休について検討する |        |        | <input type="checkbox"/> 産後ケア事業<br><input type="checkbox"/> 母乳相談等助成事業  |        |          |
|            | <input type="checkbox"/> 産前産後の国民健康保険税の軽減申請<br><input type="checkbox"/> 産前産後の国民年金保険料の免除申請(第1号被保険者)   |       |        | <input type="checkbox"/> 産後ケア事業<br><input type="checkbox"/> 母乳相談等助成事業   |        |        | <input type="checkbox"/> 産後ケア事業<br><input type="checkbox"/> 母乳相談等助成事業  |        |          |

出産

| 生後  |     |       |     |       |         |
|---|-----|-------|-----|-------|---------|
| 0か月   | 1か月 | 2～3か月 | 4か月 | 6～7か月 | 10か月～1歳 |
| <input type="checkbox"/> 出生届<br><input type="checkbox"/> 福祉医療費給付金<br><input type="checkbox"/> 児童手当<br><input type="checkbox"/> 健康保険の加入手続き   |     |       |     |       |         |
| <input type="checkbox"/> 妊婦支援給付金②の申請<br><input type="checkbox"/> 新生児訪問・乳児家庭全戸訪問(生後1～4か月頃)<br><input type="checkbox"/> こんにちは赤ちゃん訪問   |     |       |     |       |         |
| <input type="checkbox"/> 産後ケア事業<br><input type="checkbox"/> 母乳相談等助成事業   |     |       |     |       |         |
| <input type="checkbox"/> 麻績保育園(一時預かり)園解放  |     |       |     |       |         |
| <input type="checkbox"/> 産婦健診(2週間)<br><input type="checkbox"/> 産婦健診(1か月)<br><input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査<br><input type="checkbox"/> 1か月児健診<br><input type="checkbox"/> 乳児一般健康診査<br><input type="checkbox"/> 4か月児健診<br><input type="checkbox"/> 10か月児健診<br><input type="checkbox"/> 育児相談・離乳食教室<br><input type="checkbox"/> 予防接種を受ける |     |       |     |       |         |
| <input type="checkbox"/> 職場復帰の時期を検討する<br><input type="checkbox"/> 保育所の情報を収集し、申し込みをする<br><input type="checkbox"/> 職場復帰に向けて、家事・育児の分担や働き方を話し合う<br><input type="checkbox"/> 夫婦それぞれが職場復帰後の働き方について職場と相談する   |     |       |     |       |         |

○上記説明を受けました。

# 産後ケア事業 ～赤ちゃんが生まれたら～

産後のお母さんとお子さんをサポートします！

産後ケア事業とは出産後、授乳がうまくいかない、育児の手伝いをしてくれる人がいない、お母さんの体の回復に心配があるなど、育児のサポートが必要な方が、病院や助産所で宿泊しながら、授乳指導・育児相談を受け、お母さんと赤ちゃんの新生活を応援する事業です。村がその利用料の一部を負担します。

## 利用できる方

医療を受ける必要がない方で、下記のいずれかに該当すると医師又は助産師が認めた方。

- ・産後の体の回復に不安がある方
- ・育児に不安がある方
- ・休養や栄養管理など生活面で相談を必要とする方

## 利用中に受けられるサポートの内容

- 1 お母さんの健康管理と生活の相談
- 2 乳房の手当
- 3 沐浴や授乳等の育児指導や相談
- 4 お母さんへの食事等の提供

## 利用可能期間

- ・原則6泊7日まで
- ・産後1年以内



## 利用料金

自己負担

村の補助額

利用料金の2割

※利用料金から村の補助金額を差し引いた金額

利用料金の8割

例：1日3万円の施設を1泊2日利用した場合の自己負担1万2千円

- ・利用料金は施設によって異なります。
- ・生活保護世帯、村民税非課税世帯の方は減免があります。
- ・料金以外に費用がかかる場合や、お持ちいただく物があります。

## 利用方法

- ・利用したい施設にご相談の上、麻績村こども家庭センターに申請をしてください。
- ・利用には医師又は助産師の意見を記載した申請書が必要です。

## 利用できる施設（委託機関）

| 施設名    | 所在地              | 電話番号           | 備考          |
|--------|------------------|----------------|-------------|
| 穂高病院   | 安曇野市穂高 4634      | ☎0263-82-2474  | 穂高病院で出産された方 |
| 助産院おりん | 北安曇郡池田町池田 3314-1 | ☎090-9857-5538 |             |

※ 上記以外でご利用を希望される方は、こども家庭センターへご相談ください。

# 母乳相談等費用助成事業



- ・夜泣きが続いてつらい・・・
- ・母乳出てるのかな、飲めてるのかな、体重増えるのかな・・・
- ・おっぱいが痛い・・・
- ・離乳食ってどう進めればいいんだろう、補完食って何？・・・
- ・卒乳っていつ頃？どうやって進めればいいのか？
- ・子育てってみんなこんなにつらいのかな・・・
- ・誰かに相談したい・・・、話を聞いて欲しい・・・

1,000円の助成券を10枚 交付します  
産後2年間（お子さんが2歳になるまで）使えます

## 【母乳相談等利用までの流れ】



利用したい病院・助産院等を決める

麻績村子ども家庭センターへ利用申請

母乳相談等費用助成券の交付を受ける

病院・助産院等で利用  
※利用料を超える助成券の使用はできません  
※産後ケアとの併用はできません

### 【注意事項】

- ・医療保険適用以外の相談に利用できます
- ・村外へ転出した場合は利用できません

# 赤ちゃん訪問

(新生児訪問・乳児家庭全戸訪問)



出産後、保健師（助産師）が家庭訪問し、母子の健康相談等をお受けします。

# 民生児童委員による赤ちゃん訪問

## こんにちは赤ちゃん訪問

生後4か月までの赤ちゃんとそのご家庭が安心して暮らせるよう、民生児童委員さんが訪問し、困り事や不安なことについて気軽に相談できる窓口をご案内するものです。

## 訪問内容

- ・主任児童委員または地区民生委員さんのご挨拶
- ・お誕生祝いのプレゼントのお渡し
- ・子育てに関する不安や悩みを聞き取り、必要な支援やサービスにつながるよう行政への橋渡しをします。

※ご挨拶（訪問）は、玄関先までです。

## 安心して子育てできる地域づくりへ

「私たち民生児童委員は、すべてのお子さまとご家庭が笑顔で過ごせるようサポートいたします。お気軽にご相談ください。」

# つばめの子育て教室

(乳児育児相談・離乳食教室)



月に1回実施している、乳児期の子育てをしている保護者同士の交流、育児教室の場です。



妊娠・出産  
Pregnancy  
& Childbirth

## キッズ運動あそび教室

1歳以降で、保育園や幼稚園等に通っていないお子さんを対象に、月に1回、親子ふれあい遊びやサーキット遊びを中心とした、キッズ運動あそび教室を麻績保育園で開催します。

この教室は、お子さんがさまざまな遊びや体験をする機会を提供し、体や心の成長発達をお手伝いするものです。また、保育士や作業療法士など、専門のスタッフによる子育てのエッセンスを学ぶ座談会や個別相談もお受けします。

## 予防接種

### 定期接種

お子さまの健やかな成長を守るには、予防接種が効果的です。定期接種を受け、感染や重症化を防ぎましょう。新生児訪問時に接種スケジュールをご案内します。

### 任意接種（費用補助事業）

任意接種である、おたふくかぜ、インフルエンザの予防接種費用の一部を補助しています。おたふくかぜは難聴や髄膜炎、子どものインフルエンザはけいれんや脳炎・脳症のリスクがあります。任意接種ですが、積極的に受けましょう。

## 乳幼児健診

お子さんの身長や体重等を測定し、保護者の方と一緒に成長を確認し、育児の中での困りごとなどの相談をお受けします。小児科医や歯科医師、心理士、保健師、栄養士、歯科衛生士等の専門職に子育ての相談ができる機会です。

※村では、4か月児、10か月児、1歳半児、3歳児の健診を実施しています。

その他、乳児期における病院等で実施する1か月児健診、乳児健診に補助券を交付しています。



## 麻績保育園

通常の保育のほか、一時的保育や親子体験保育、園解放等を実施しています。

※ 保育の対象、保育料等の詳細については、「保育園入園のご案内」をご覧ください。



保育園入園のご案内

### 園生活 一日の流れ

| 時間                      | 0・1・2歳児の主な活動   | 3歳以上児の主な活動   |
|-------------------------|--|--|
| 7:30~8:30               | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝の長時間保育</li> <li>登録してあるお子さんと緊急申し込みのお子さん対応</li> </ul>  |  |
| 8:30~9:00               | <ul style="list-style-type: none"> <li>登園</li> <li>元気よく朝のあいさつをします。9時までには登園しましょう</li> <li>朝の視診を受けます</li> <li>あそび</li> <li>好きなあそびを楽しみます</li> </ul> |  |
| 9:30                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>午前のおやつ</li> <li>園庭あそび</li> <li>散歩</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>クラス朝会</li> <li>運動あそび・園庭あそび</li> <li>散歩・集団あそび</li> <li>園全体の活動</li> <li>異年齢活動等</li> </ul> |
| 10:50<br>11:00          | <ul style="list-style-type: none"> <li>昼食準備</li> <li>昼食</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>昼食準備・昼食・歯磨き</li> </ul>  |
| 12:15<br>12:30<br>12:40 | <ul style="list-style-type: none"> <li>絵本読み聞かせ</li> <li>お昼寝</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>絵本読み聞かせ</li> <li>お昼寝</li> </ul>   |
| 14:30<br>15:00          | <ul style="list-style-type: none"> <li>目覚め</li> <li>おやつ</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>目覚め</li> <li>おやつ</li> </ul>   |
| 15:45                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>降園準備</li> <li>好きなあそびを楽しむ</li> <li>絵本読み聞かせ</li> </ul>  |  |
| 16:30                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>降園</li> </ul>   |  |
| 16:30~18:30             | <ul style="list-style-type: none"> <li>夕方長時間保育</li> <li>登録してあるお子さんと緊急申し込みのお子さん対応</li> </ul>  |  |



※ お昼寝実施期間：0歳児～4歳児クラスは、通年実施します。5歳児クラスは、11月下旬頃まで実施します。  
※ 詳細は麻績保育園（☎0263-67-2143）へお問い合わせください。



## ひだまり広場 (地域子育て支援拠点事業)

p16,17 MAP 参照



0歳から未就園の親子が気軽に利用できる育児交流の場として開放しています。お好きな時間に遊びに来てください。

保育士、子育て支援コーディネーター、保健師がいつでも、育児相談をお受けします。体重計測の希望等もお気軽にお声がけください。子育てしている皆さんの仲間づくりや子どもたちの健やかな成長を支援しています。

**日時** 毎週月曜日 から 金曜日 (祝休日を除く) **場所** 地域交流センター1階 プレイルーム  
午前9時から午後4時まで **TEL** 0263-67-4858

## おみ図書館

p16,17 MAP 参照



「みんなで育てる図書館」がキャッチフレーズの地域の図書館と学校図書館が一緒になった珍しい図書館です。



麻績村 HP  
「おみ図書館」



## 令和6年度から小・中学校の給食無償化

### 麻績村立 麻績小学校



全校児童が一堂に会しての「ランチルーム給食」を始めとした、特色ある活動をしています。 p16,17 MAP 参照

### 麻績村立 筑北中学校



「ふるさと学習」で郷土への愛着と地域の歴史・伝統・文化への敬意を深めています。 p16,17 MAP 参照

## 放課後児童クラブ

p16,17 MAP 参照

両親が共働き等で、放課後等留守になる家庭の児童をお預かりしています。また、小学校の隣の文化財登録の歴史ある建物を利用しています。



## 放課後子ども教室・おみっこ元気くらぶ

小学校の放課後、休日等を利用し、地域の方とかわりながら、遊びやスポーツ、制作、表現など様々な活動に取り組みます。

## ショートステイ事業 (子育て短期入所生活支援事業)

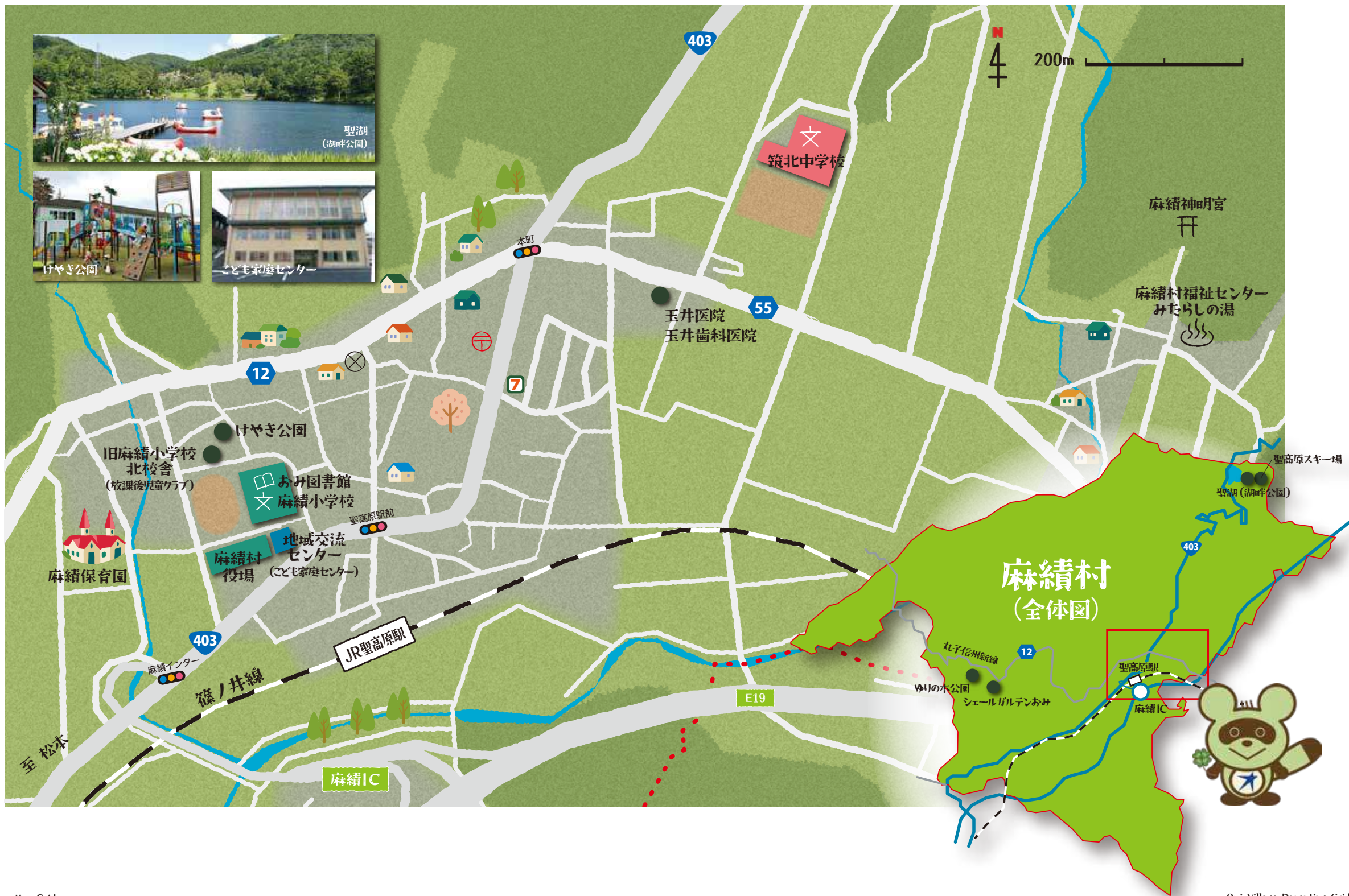
保護者の方が病気等の理由で、一時的に家庭での養育が難しくなった時に、乳児院や児童園等でお子さんをお預かり(宿泊型)します。



## 病後児保育

病気からの回復過程にあり、医師から登園許可が出ているお子さんの一時的な預かり事業です。詳細については、こども家庭センターへお問い合わせください。

# 村内MAP (中心部拡大図)



- 妊娠  
出産
- 子育て  
教育
- MAP
- 制度
- 災害時  
その他



## 筑北地域 医療機関

| 施設名                              | 診療科目        | 住所              | 電話番号          |
|----------------------------------|-------------|-----------------|---------------|
| 玉井医院 <small>p16,17 MAP</small>   | 内科、小児科、消化器科 | 麻績村麻 4156 番地 1  | ☎0263-67-2231 |
| 鳥羽医院                             | 内科、小児科      | 筑北村坂北 4525 番地 1 | ☎0263-66-2435 |
| 松林医院                             | 内科、外科、整形外科  | 筑北村西条 3868 番地 1 | ☎0263-66-2008 |
| 玉井歯科医院 <small>p16,17 MAP</small> | 歯科          | 麻績村麻 4157 番地 1  | ☎0263-67-1182 |

## 各種 子育て支援サービス・福祉・補助金(手当)等

| 事業・制度       | 内容   | 相談・受付窓口                    |
|-------------|--|----------------------------|
| にんしん SOS なの | 思いがけない妊娠に悩む方に、無料・匿名で、24 時間 365 日、相談に応じます。<br>☎ 0120-68-1192<br>ninsinsos@keiroen.or.jp | にんしん SOS なの<br>県児童相談・養育支援室 |
| 不妊治療費用助成事業  | 20 万円を上限として、1 年度内に要した治療費用（自己負担分）の 1 / 2 の助成が受けられます。                                    | こども家庭センター                  |
| 妊婦健診        | 妊婦健診・各種検査について、14 回分、総額約 12 万円分の補助が受けられます。  | こども家庭センター                  |

| 事業・制度           | 内容   | 相談・受付窓口                  |
|-----------------|--|--------------------------|
| 妊婦歯科健診費用補助      | 4,000 円を上限として、妊婦歯科健診に要した費用（自己負担分）の補助が受けられます。   | こども家庭センター                |
| 妊婦支援給付金         | 妊娠・出産に関する経済的な不安の解消と、安心して子育てができる環境づくりを支援するため、妊娠の届出時に 5 万円、子の数の届出時に子の数に 5 万円を乗じた額を支給します。 | こども家庭センター                |
| 養育医療制度          | 身体の発育が未熟なままで生まれ、入院を必要とする方に対し、その治療に必要な医療費の一部を公費で負担する制度です。                               | 出産病院<br>こども家庭センター<br>住民課 |
| 出産育児一時金         | 出産時の、入院・分娩等費用として、加入保険から 50 万円の給付が受けられます。   | 加入保険者<br>住民課             |
| 産婦健診            | 産婦健診（産後 2 週目と 4 週目）について、総額 10,000 円分の補助が受けられます。  | こども家庭センター                |
| 産後ケア            | 出産後、病院や助産所で宿泊しながら、授乳指導・育児相談等を受ける場合、その費用の 8 割（上限あり）を村が負担する制度です。                         | こども家庭センター                |
| 母乳相談等費用助成       | 出産後、病院や助産所で、授乳指導や育児相談を受ける場合、その費用について、総額 1 万円の補助を受けることができます。                            | こども家庭センター                |
| 信州パーキング・パーミット制度 | 公共施設や店舗など様々な施設に設置されている優先スペースへの駐車に関し、障がいのある方や妊産婦の方（子が 2 歳になるまで）などに県内共通の「利用証」を交付する制度です。  | 住民課<br>こども家庭センター         |
| なの子育て家庭優待パスポート  | 18 歳以下の子どもが 1 人以上いる家庭と妊婦さんのいる家庭に、買い物などの際に割引などを受けられる提示型カードを交付する制度です。                    | 住民課<br>こども家庭センター         |

妊娠・出産に関する支援

妊娠・出産に関する支援





子育て・教育に関する支援

| 事業・制度            | 内容  | 相談・受付窓口                   |
|------------------|---|---------------------------|
| 新生児聴覚検査費用補助      | 出産時に、お子さんの先天性難聴の有無を検査する費用について、6千円を上限に補助します。   | こども家庭センター                 |
| 出産祝い金            | 出産に際し、<br>●第1子：5万円<br>●第2子：5万円<br>●第3子以後：10万円を支給します。                                      | 住民課                       |
| 育児支援金            | 各児について、<br>●第1子：各年1万円<br>●第2子：各年5万円<br>●第3子以後：各年10万円を3歳に達するまでの3年間支給します。                   | 住民課                       |
| 乳児一般健康診査受診票（補助券） | 乳児期にかかりつけ医等でお子さんの健康状態を診てもらうための受診票を交付します。  | こども家庭センター                 |
| 1か月児健康診査受診票（補助券） | 主に出産病院で、1か月児の健康状態を診てもらうための受診票を交付します。  | こども家庭センター                 |
| 就学前健診            | 医師診察、聴力・視力検査、歯科健診等を実施します。   | 教育委員会                     |
| 各種予防接種           | 定期接種、任意接種の予防接種について、接種費用の全部または一部を村が負担・補助します。   | こども家庭センター                 |
| 児童発達支援           | 主に未就学の、障害のあるお子さんあるいはその可能性のあるお子さんに対し、個々の状況に応じた発達支援を行い、また、その家族に対する支援を行います。                  | 住民課<br>こども家庭センター<br>相談事業所 |
| 放課後等デイサービス       | コミュニケーションに課題を抱える、小学生から高校生までを対象に、発達過程や特性、個々の状況を理解した上で、個別支援計画に沿った発達支援を行い、またその家族に対する支援を行います。 | 住民課<br>こども家庭センター<br>相談事業所 |
| 児童発達支援施設等通園交通費補助 | 児童発達支援や放課後等デイサービス等に通うお子さんの家庭に対し、通園・通所にかかる交通費を補助します。                                       | 住民課<br>こども家庭センター          |

| 事業・制度                   | 内容   | 相談・受付窓口                             |
|-------------------------|--|-------------------------------------|
| 精神保健相談                  | 精神科医による、子どものこころ、精神発達、不登校、ひきこもり等の相談をお受けします。   | こども家庭センター<br>保健センター                 |
| 不登校／ひきこもり等相談（子ども若者総合相談） | ニートやひきこもり等社会生活を営む上で困難を抱える子ども・若者を支援するために県が実施する事業です。   | 中信子ども・若者総合相談センター<br>（子ども・若者サポートネット） |
| 就学援助費用助成                | 小学生・中学生を養育するご家庭で、経済的に困りご家庭に、学用品費などの援助をおこなっています。  | 教育委員会                               |
| 遠距離通学補助制度               | 小・中学生の遠距離通学で村営バスを利用する場合、バス料金を無料にしています。   | 教育委員会                               |
| 私立高等学校通学生徒助成金           | 私立高校へ通学する生徒に対し、年間2万円／人を補助します。  | 教育委員会                               |
| 高校等通学支援補助金              | JRを利用して高校等に通学される生徒の保護者の方に対し、通学にかかる費用、年間にかかる通学定期代6ヶ月相当分を補助します。  | 教育委員会                               |
| 地域未来塾                   | 信州大学の学生ボランティアさんによる学習支援   | 教育委員会                               |
| 児童手当等                   | 高校卒業までの児童を養育している方に、下記手当（月額）を支給します。<br>・3歳未満・・・15,000円<br>・3歳以上・・・10,000円<br>（第3子以降は30,000円）  | 住民課                                 |
| 児童扶養手当                  | 父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない児童（18歳未満）が育成される家庭（ひとり親）に手当が支給されます。   | 住民課                                 |
| 福祉医療費給付金                | 18歳（高校3年生）までの方の医療（入院・通院）の窓口負担（保険診療における自己負担額）が無料です。満18歳に達する日以後の最初の3月31日以降は、障害者手帳をお持ちの場合や、障害基礎年金の受給者である場合などには窓口負担が500円となります。（窓口で保険適用の負担割合をお支払いいただき、後日その金額から1医療機関あたり500円を差し引いた額を支給します。） | 住民課                                 |

子育て・教育に関する支援





# 相談から福祉・サービス等の利用までの大まかな流れ

## ① 相一談

「こども」や「子育て」にかかわる相談は、まずは総合相談窓口として、「こども家庭センター」(☎0263-67-4858)がお受けします。必要なサービスや福祉を一緒に考えます。(必要なサービスや福祉が明らかな場合は、p23以降の表の「相談・受付窓口」へ直接ご相談ください。)

## ② 窓口案内・申請手続き等

各サービス・福祉の担当窓口をご案内します。窓口では、各サービス・福祉利用(申請)のために必要な生活状況や身体状況等をお聞きし、必要書類・持ち物等についてご案内します。

## ③ サービス利用計画作成事業所選択

障害児福祉制度(サービス)をご利用になる場合は、「利用計画」※が必要になります。利用計画作成等の支援をする専門の事業所を選んでいただき、申請される方、事業所、村担当者等でケア会議をし、その内容をもとに、サービス利用の手続きを進めます。

## ③ サービス補助金等の受給

※利用計画とは・・・福祉サービスを利用する際は、ご本人やご家族の意向・家庭の状況等を踏まえ、どのようなサービスがどの程度必要かを表した「サービス等利用計画・障害児支援利用計画」が必要となります。利用計画の作成は、専門の事業所の支援が必要です。利用計画作成にはご本人・ご家族の料金等の自己負担はありません。

## ④ 受給者証の発行

## ⑤ 利用するサービス事業者との契約

## ⑥ 福祉サービス利用開始

# 障害児福祉制度

| 事業・制度           | 内容  | 相談・受付窓口        |
|-----------------|---|----------------|
| 障害者手帳           | 何らかの障害によって自立が困難な方や日常生活に支援を必要とする方に対し、手帳を交付します。「障害者手帳」と呼ばれるものには、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の3つの種類があります。手帳の種類により異なりますが、医療費負担の軽減、税控除、公共交通機関の料金の割引、NHK受信料の減免等が受けられます。 | 住民課            |
| 障害児福祉手当         | 精神又は身体に重度の障害を有するため、日常生活において常時の介護を必要とする状態にある在宅の20歳未満の方に手当が支給されます。(所得制限あり)  | 住民課            |
| 難病医療費助成制度       | 対象疾病について一定程度以上重症である方か、医療費総額が一定以上かかっている方について、医療費の一部を公費負担とする制度です。   | 保健福祉事務所        |
| 小児慢性特定疾病医療費助成制度 | 20歳に満たない子どもの病気のうち、厚生労働大臣が認めた病気の方の医療費の一部を公費負担とする制度です。  | 保健福祉事務所        |
| 自立支援医療制度        | 心身の障害を除去・軽減するための医療について、医療費の自己負担額を軽減する公費負担医療制度で、精神通院医療、更生医療、育成医療の3つがあります。  | 住民課            |
| 麻績村地域生活支援事業     | 障害をお持ちの方が、地域で自立した日常生活・社会生活を送るため、様々な事業・サービスを受けられるよう受給者証を発行します。<br>※対象は、各事業・サービスで異なります  | 住民課<br>相談支援事業所 |





制度 Programs

| 事業・制度                | 内容   | 相談・受付窓口                                       |
|----------------------|--|---|
| 麻績村心身障害児(者)タイムケア事業   | 在宅の重度心身障害、知的障害、重度身体障害のお子さんとその家族が、一時的に介護を受けられるサービスです。   | 住民課   |
| 麻績村障がい者にやさしい住宅改良促進事業 | 身体障害者手帳をお持ちの方が、居住環境の改善を図るため、住宅の改良等をした際に、要した費用について補助します。  | 住民課   |
| 特別児童扶養手当             | 20歳未満で精神又は身体に障害のあるお子さんを家庭で監護、養育している方に、支給される手当です。(所得制限あり)   | 住民課   |
| 就労系障害福祉サービス          | 障害をお持ちの方で、就労や生産活動に意欲のある方に、就労の機会の提供及び生産活動の機会の提供を目的として、就労移行支援、就労継続支援A型・B型、就労定着支援、就労選択支援の5種類の支援を行います。 | 住民課<br>相談事業所                                  |
| 医療的ケア児に関する支援         | 在宅重度心身障がい児者訪問歯科検診事業(県)や、保育園、小中学校等、保育・教育の場での必要な医療的ケアの提供についての相談をお受けします。                              | 長野県医療的ケア児等支援センター<br>教育委員会<br>住民課<br>こども家庭センター |
| 信州パーキング・パーミット制度      | 公共施設や店舗など様々な施設に設置されている優先スペースへの駐車に関し、障がいのある方や妊産婦の方(子が2歳になるまで)などに県内共通の「利用証」を交付する制度です。                | 住民課<br>こども家庭センター                              |
| 産科医療補償制度             | 分娩に関連して発症した重度脳性麻痺児とその家族に対し、経済的な補償をする制度です。  | 出産病院  |
| 産科医療特別給付金制度          | 産科医療補償制度の個別審査で補償を受けられなかったお子さんが申請できます。  | 出産病院  |

## 相談窓口・関連事業者連絡先

|                                | 名称               | 住所                             | 電話番号                       | 相談内容                     |
|--------------------------------|------------------|--------------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 麻績村                            | こども家庭センター        | 麻績村麻 3836                      | 0263-67-4858               | こども、子育て全般に関すること / 総合相談窓口 |
|                                | 住民課              | 麻績村麻 3837                      | 0263-67-4854               | 福祉制度に関すること               |
|                                | 保健センター           |                                | 0263-67-4856               | 医療・保健に関すること              |
|                                | 教育委員会            | 麻績村麻 3836                      | 0263-67-4858               | 保育、教育に関すること              |
|                                | 麻績保育園            | 麻績村麻 1252                      | 0263-67-2143               |                          |
|                                | 麻績小学校            | 麻績村麻 3863                      | 0263-67-2021               |                          |
|                                | 筑北中学校            | 麻績村麻 4631                      | 0263-67-2032               |                          |
| 麻績村社会福祉協議会                     | 麻績村麻 2787        | 0263-67-3099                   | 福祉サービスに関すること               |                          |
| 長野県                            | 松本保健福祉事務所        | 松本市大字島立 1020                   | 0263-40-1950               | 難病、小児慢性特定疾病医療制度に関すること    |
|                                | 長野県医療的ケア児等支援センター | 松本市旭町 2丁目11-30<br>長野県松本旭町庁舎内2階 | 0263-37-2057               | 医療的ケアの必要なお子さんに関すること      |
|                                | 障がい者支援課          | 長野市大字南長野字幅下 692-2              | 026-235-7103               | 障がい児(者)支援の制度等に関すること      |
|                                | こども・家庭課          |                                | 026-235-7095               | こども、子育て支援の制度等に関すること      |
|                                | 次世代サポート課         |                                | 026-235-7207               |                          |
|                                | 児童相談・養育支援室       |                                | 026-235-7099               |                          |
|                                | 子ども支援センター        |                                | 026-235-7099               |                          |
| 松本児童相談所                        | 松本市波田 9686       | 0263-91-3370                   | 子ども、子育てに関すること              |                          |
| 中信子ども・若者サポートネット                | 塩尻市広丘原新田 282-2   | 0263-50-5810                   | 不登校、ひきこもり等に関すること           |                          |
| キノネアク相談所                       | 筑北村西条 3846       | 0263-66-3036                   | サービス支援計画、その他福祉サービス全般に関すること |                          |
| 障がい者自立支援センターちくほっくる(筑北村社会福祉協議会) | 筑北村西条 3508       | 0263-66-0150                   |                            |                          |
| まいさぼ東筑                         | 松本市石芝 4-2-2      | 0263-88-0180                   | 経済的(家計)な相談に関すること           |                          |



# 備

災害に備える

## 台風・豪雨への備え

### 防災グッズを準備する時の注意点

#### ●親子にとって絶対に必要なもの5つをまずマーカーで色付け

役立つものは災害の種類や人によって違います。  
一般的な持ち物はチェックリストなどを参考に、自分に必要なものをチェック。

マーカーした  
リストの品は  
いつも持ち歩こう



#### ●荷物を持たずにすむ方法を検討

荷物の準備より素早く避難した方がいい場合も。  
親戚宅など一事前に避難用グッズを置いてもらう、  
遠方のホテル等一現地調達など事前に検討しましょう。



#### ●災害時に入手しにくいものを意識して最初に準備

- 特別な薬など 自分の子にとって特に必要になるもの
- モバイルバッテリー スマホを充電場所に置いたままにするのは心配
- ホイッスル 危険を知らせるため 濡れても使えるように球が入っていないもの
- ヘッドランプ 乳幼児連れは両手を空けて作業したいので
- 携帯トイレ トイレが汚れると衛生状態が保てないため
- 車の給油 いつも半分になったら入れておいて
- 保存袋・ラップ
- 水 ●電気の備蓄 など



#### ●災害時に初めて使うものは乳児に注意が必要な場合も

できるだけ使い慣れているもので準備

- アルミブランケット含むブランケット・柔らかい布 窒息のリスクがあります。
- 電池類 交換や使用時、誤飲のリスクがあります。特に注意しましょう。

窒息 誤飲



- ハザードマップの入手・ダウンロード
- 母子手帳のコピーまたは写真を撮る
- 地域の避難所/避難場所等の情報を確認
- 安否確認の方法を確認
- アプリのダウンロード・事前登録
- 災害時の行動予定(マイタイムライン)を作っておく



ハザードマップ  
ポータルサイト



Yahoo!  
防災速報  
(アプリ)



教えて!ドクター  
(アプリ)



Yahoo!  
天気  
(アプリ)

### 母子手帳のコピー・写真を撮っておく

このページをコピーまたは写真に撮っておこう!

#### ●出産の状態 ●乳児身体発育曲線 ●予防接種の記録

母子手帳は避難時に持ち出せればベストですが緊急時にはできない場合も多くあります。  
上の3項目を **コピーまたは写真に撮っておく** といざという時便利です。  
てんかんなどの慢性疾患がある場合はお薬手帳もコピーか写真を。



### 避難とは「難」を「避」けること(土砂災害・浸水害の場合)

避難所以外にも避難先の選択肢があります。  
災害があったら、必ず避難所や避難場所に行かなければならないわけではありません。

#### 1 避難所や避難場所以外で安全を確保できる場所

- 自宅
  - 親戚宅・知人宅
  - ホテル・旅館
- ・ハザードマップで、避難が必要か確認
  - ・親戚宅など事前に約束しているとスムーズ
  - ・宿泊費用について補助がある自治体もあります



#### 2 行政が指定した避難場所・避難所・母子避難所

自治体によっては学校だけではなく、  
子育て支援施設や保育系の大学などの母子避難所にすぐ行ける場合があります。

避難場所…災害の危険からまずは逃げる場所

避難所…避難生活を送る場所

このふたつは場所が違う場合があります。

Yahoo!防災速報アプリ→防災手帳→  
避難場所リスト→避難場所を探すでも探せます

#### ✓屋内安全確保 浸水害で以下の条件がそろえば浸水する場所でも可能

- 1 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない
- 2 浸水深より居室は高い
- 3 水が引くまで我慢でき、備えが十分

! 豪雨時の屋外避難は危険です。車の移動も控えましょう。

出典 内閣府防災情報 「避難行動判定フロー」を確認しましょう

! 膝下の水位でも、流れが速ければ大人でも流されます。

出典 国土交通省 水害に関するワンポイント

豪雨時の  
屋外避難は  
危険!



出典：佐久医師会「教えて!ドクタープロジェクト」

# 備

## 災害に備える

# 台風・豪雨への備え

### 安否確認の方法を決めておく

安否確認の方法を複数 作っておきましょう。  
災害時にはスマホや携帯が使えなくなる可能性があるため、**災害別の待ち合わせ場所と待ち合わせ時間も決めておく** といいたいでしょう。  
また、施設の方が安全な場所であれば、**その場にとどまる方が安全な場合もありますので**、有事の際の送迎については事前に園や学校と話し合っておくことも大切です。



### ● 家族との連絡手段

- 使い慣れた SNS
- Google パersonファイnder 災害時に名前で見つけられます
- 災害伝言板(web171) 伝言の登録や確認ができます
- 位置共有アプリの利用 など

### ● 預け先に子どもがいる場合

- 学校との連絡 個別に連絡を取ると先生たちが連絡に追われ逆に子どもが危険になることも事前に災害時の連絡方法の確認を
- 通学・通園の道 危険になる場合、保護者の判断で休みにしても、休み扱いにしない地域もあります。豪雨災害では無理をしないことも大切。
- お迎え 連絡がないと迎えに行きたくなりますが、豪雨時の移動が危険な場合もあります。園が安全な場所であれば、任せて待てるよう事前に防災体制の確認を。

### ● スマホが使えない場合

スマホが使えなくなる場合もあるので、事前に災害別の待ち合わせ場所・時間を決めておくこと。

### ハザードマップ 国や自治体の最新のものをDL・印刷しておく

#### ● ハザードマップは紙または災害前にダウンロード

住んでいる地域のハザードマップは、紙または自治体 HP から入手できます。  
災害時、自治体のホームページは **アクセスが集中して繋がらない場合** があります。  
**災害前にダウンロード、または印刷** をしておきましょう。  
ただし、ハザードマップに色がついていなくても安全を意味しません。  
(最新情報になっていない、用水路のリスクが入っていないなどのため)



### 災害時の情報収集 有用な情報源をチェック

津波・高潮・浸水・土砂災害リスクを一度でチェック可能

#### 災害前の情報源

- 気象庁 [キキクル] Yahoo防災速報アプリでも反映
- 国土交通省 [川の防災情報] Yahoo天気アプリでも反映
- Yahoo!天気アプリ [河川水位情報] メニュー→河川水位
- 国土地理院 [重ねるハザードマップ]
- 自治体情報 [マイタイムライン]

#### 局地的な情報

- SNS 自治体が発信している場合は事前に登録
- コミュニティFM 開いているコンビニなど地域情報に強い
- 防災無線 各家庭に機械がある場合は電池をチェック
- Yahoo!防災速報 (アプリ) マップ欄のコメントで地域情報がわかる

#### 災害後の情報入手

- ラジオ・テレビの情報・新聞
- 自治体など公的HP 給水場所や入浴施設、充電場所、支援物資の配布などの情報、警察や男女共同参画局情報も防犯や子育て情報が得られる
- 子育て支援センター・医師会・助産師会・弁護士会のHPやSNS 子育てに必要な情報や、支援金の情報など



### 避難のタイミングを知る 出典：内閣府「防災情報のページ」

状況が急変することもあり警戒レベルは 1 から順番で発表されるとは限りません。  
自分の避難のタイミングを決めておきましょう。  
(マイタイムライン)



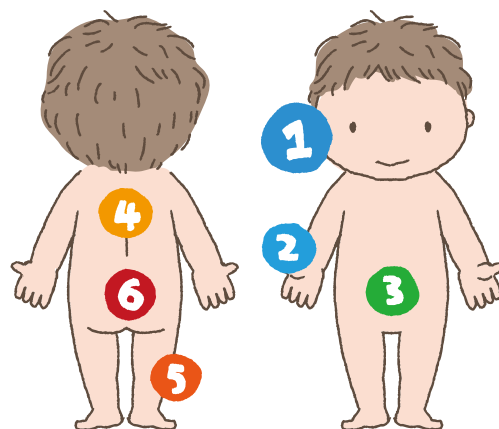
※出典 国土交通省 水害に関するウェブサイト

出典：佐久医師会「教えて!ドクタープロジェクト」

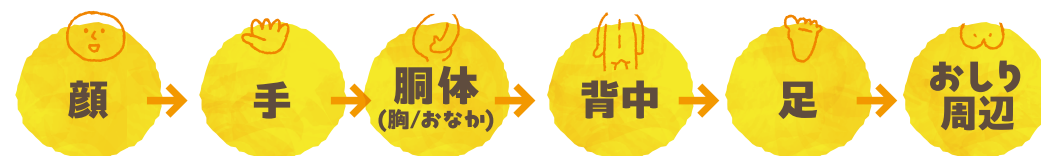
# 備 災害に備える 知恵の備え

## 少量のお湯で 皮膚をきれいにする方法<sup>1)</sup>

お湯で絞ったタオルで汚れを取った後、乾いたタオルで水分を取り除きます。石けんは手で泡立て、石けん分が残らないようにぬれタオルで何回か拭きます。タオルがなければティッシュペーパーで代用。陰部は不潔になりやすいので、お湯に余裕があれば部分的に洗い流します。タオルに余裕があれば、最後に乾いたタオルでもう一度拭きます。



## 体を拭く順番



## おむつかぶれを防ぐ方法<sup>1)</sup>

災害時はおむつをこまめに替えられなかったり、沐浴できないので赤ちゃんのおむつかぶれが起きやすいです。できるだけ乾燥させ、濡れた状態でおむつをしないことがポイントです！

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
| <p><b>1 拭く</b></p> <p>ティッシュや使い捨ての布を濡らしてうんちを拭き取る</p> | <p><b>2 お湯で洗う</b></p> <p>ペットボトルに入れたお湯(なければ人肌に温めた水)でお尻を洗う</p> | <p><b>3 石けん+お湯 (1日1回でOK)</b></p> <p>1日1回は最初に石けん水で、次にお湯で洗い流す(1日1回で十分)</p> | <p><b>4 乾燥</b></p> <p>よく乾かす</p> <p>乾いた布で水分を取りのぞき、乾燥させてからおむつを当てる</p> |
|---|--|--|---|

## 寒さから身を守る

### 1 空気の層を作る

呼吸の妨げにならないように注意しながら衣服やタオル、ショールなどを何枚か重ねて空気の層を作る

### 2 冷気を遮る

レインコートやラップで冷気を遮る

### 3 床に段ボールや新聞紙を敷く

### 4 段ボール箱に新聞紙やタオルを敷いて赤ちゃんを寝かす

### 5 手足のマッサージも効果的



## 水の備え

生活する上で水は欠かせません。最近では「災害に備えてお風呂に水をためる」よう指導されていることも多いです。しかし、お子さんのいる家庭では、お風呂に水をためることは溺水のリスクがあることを知っておいてください。

### 1 ペットボトルに水道水を詰めておく等の対応を。

「浴槽の貯水」の代わりに、ペットボトルやタンクに水を詰めておきましょう。

### 2 こどものおしりふきをたくさん備蓄

「おしりふき」は、災害時に体を拭いたり、身の回りの汚れ落としに使えたりマルチに活躍する便利グッズです。

### 3 アウトドア用グッズを活用

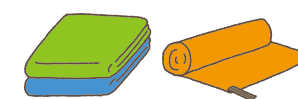
石けんがなくても体拭きに使え極細繊維のタオル等、アウトドアグッズは防災用品としても活用できます。ただし、使い方にコツがあることも多いので注意。



トイレにもたくさん使う水



おしりふきは色々な場面に使える!



出典：佐久医師会「教えて！ドクタープロジェクト」

# 妊娠・出産・子育て・教育

# 障害児福祉に関する支援

妊娠・出産

子育て・教育

障害児福祉

| 0歳  | 1歳  | 2歳  | 3歳  | 5歳   | 6歳  | 13歳   | 15歳        | 18歳 |
|---|---|---|---|--|---|---|------------|-----|
| <p>不妊治療費用助成</p> <p>妊婦健診</p> <p>妊婦支援給付金①</p> <p>保健師(助産師)面談2回</p> <p>妊婦歯科健診費用補助</p> <p>両親学級</p> <p>にんしんSOS ながの</p> <p>健康相談・精神保健相談</p>   | <p>産婦健診</p> <p>出産育児一時金</p> <p>産後ケア</p> <p>母乳相談等費用助成</p>   |   |   |  |   |   |            |     |
| <p>子育て短期入所支援事業</p> <p>信州パーキング・パーミット</p> <p>ながの子育て家庭優待パスポート</p>  |   |   | <p>子育て短期入所支援事業</p> <p>ながの子育て家庭優待パスポート</p>                               |  |   | <p>子育て短期入所支援事業</p> <p>ながの子育て家庭優待パスポート</p>   |            |     |
|   | <p>一時預かり(保育園)</p> <p>出産祝い金</p> <p>妊婦支援給付金②</p> <p>育児支援金(3歳になるまで)</p> <p>新生児訪問・乳児家庭全戸訪問</p> <p>1か月児・乳児健診受診票(補助券)</p> <p>4か月児健診 10か月児健診</p> | <p>麻績保育園</p> <p>各種予防接種</p> <p>児童発達支援(民間事業者)</p> <p>児童発達支援施設等通園交通費補助</p> <p>つばめの子育て教室</p> <p>キッズ運動あそび教室</p> <p>ひだまり広場</p> <p>発達に関する相談/精神・保健相談/不登校・ひきこもり相談</p> <p>児童手当</p> <p>児童扶養手当</p> <p>福祉医療費給付</p> | <p>麻績保育園</p> <p>各種予防接種</p> <p>児童発達支援(民間事業者)</p> <p>児童発達支援施設等通園交通費補助</p> | <p>就学前健診</p> <p>各種予防接種</p> <p>児童発達支援施設等通園交通費補助</p> | <p>麻績小学校<br/><small>特別支援学級(聖学級・なかよし学級)</small></p> <p>放課後児童クラブ</p> <p>おみっこ元気くらぶ<br/>放課後子ども教室</p> <p>就学援助費用助成</p> <p>遠距離通学補助制度</p> <p>各種予防接種</p> <p>放課後等デイサービス(民間事業者)</p> <p>児童手当</p> <p>児童扶養手当</p> <p>福祉医療費給付</p> | <p>筑北中学校<br/><small>特別支援学級(SUN組1・2)</small></p> <p>地域未来塾<br/><small>(信大ボランティア)</small></p> <p>私立高等学校<br/>通学生徒助成金</p> <p>高校等通学支援補助金</p>  | <p>高校等</p> |     |
| <p>産科医療補償制度申請期間(5歳まで)</p> <p>医療的ケア児に関する支援</p>   |   |   |   |  |   |   |            |     |
|   |   |   |   |  |   | <p>特別支援学校(養護学校・盲学校・ろう学校)</p> <p>就労系障害福祉サービス</p>   |            |     |
| <p>特別児童扶養手当</p> <p>障害者手帳</p> <p>難病医療費助成制度</p> <p>小児慢性特定疾病医療費助成制度</p> <p>自立支援医療制度</p> <p>障害児福祉手当</p> <p>麻績村地域生活支援事業</p> <p>麻績村心身障害児(者)タイムケア事業</p> <p>麻績村障がい者にやさしい住宅改良促進事業</p> <p>信州パーキング・パーミット</p> |   |   |   |  |   | <p>特別児童扶養手当</p> <p>障害者手帳</p> <p>難病医療費助成制度</p> <p>小児慢性特定疾病医療費助成制度</p> <p>自立支援医療制度</p> <p>障害児福祉手当</p> <p>麻績村地域生活支援事業</p> <p>麻績村心身障害児(者)タイムケア事業</p> <p>麻績村障がい者にやさしい住宅改良促進事業</p> <p>信州パーキング・パーミット</p> |            |     |



# 気になることリスト (保護者)

**■ 家事・育児**

- 食事の買い物
- 献立作り
- 料理
- 片付け、そうじ
- 洗濯
- こどものお世話
- 

---

**■ こども**

- 成長や発達の心配
- 病気がある
- 怒りすぎてしまう・手をあげてしまう
- かわいいと思えない
- 生活習慣、生活リズムが身につかない
- うまく一緒に遊べない
- 接し方がわからない
- 園や学校に行かない、ひきこもっている
- 学習面での遅れが気になる
- 友だちと仲良くできない
- 園や学校の持ち物やプリントの準備
- 園や学校や先生とのやりとりがしんどい
- 反抗が強い
- 将来が心配でたまらない
-

**■ 人間関係**

- ママ友・パパ友付き合い
- パートナーとの関係
- 自分の親との関係
- パートナーの親との関係
- 職場の人間関係
- 支援者や病除との関係
- コミュニケーションが苦手
- 介護の負担
- 仕事と育児の両立
- 

---

**■ お金や手続き**

- お金がなくて困っている
- お金を計画的に使えない
- 役所の手続きや書類が苦手
- どんな支援があるか知りたい
- 

---

**■ 自分の調子**

- 眠れない、食欲がない
- なんとなく不調
- 消えてしまいたいと感じる
- 

---

**■ その他**

- 暴力を受けている
- 言いにくいけど相談したいことがある
- 自分の病気によるこどもへの影響が心配
-



引用『ゆるっとこせただて応援ブック』（ぶるすのは）一部改変

**希望すること**

- 保育園・学校以外の行き場所を探したい
- 誰かに相談したい・話したい
- 経済的支援をしてほしい
- こどもと離れる時間がほしい
- 家事や育児を手伝ってほしい
- 家事・育児力を向上したい
- その他 ( )

**一緒に解決を  
目指していくこと**

- 保育園・学校以外のこどもの居場所をつくる
- 児童発達支援や放課後等デイサービス等に通いこどもの成長や発達を促す
- (必要時) こども・保護者が医療機関を受診する
- ショートステイ等を利用して家庭環境を整える
- その他 ( )

今すぐ取り組むこと (短期目標)

年 月 日 ~ 年 月 日まで

保護者がすること

支援者ができること

なりたい将来のすがた (中長期目標)

保護者がすること

支援者ができること

保護者の現在の満足度 0 25 50 75 100

# 気になることリスト (こども)

**■ じぶんのこと**

- からだやこころのこと
- べんきょうやしんろのこと
- 

---

**■ かぞくのこと**

- こわい
- たたかれる
- おこられる
- かぞくのびょうき
- いえのてつだいがおおすぎる
- 

---

**■ ほいくえん・がっこうのこと**

- いきたくない
- せんせいがこわい
- にがてなともだちがいる

しんとい パニック だいじょうぶ たのしい

こまった くるしい いらいら おもしろい

かなしい がまん がんばる すき

なんとかしたい

**いまのきもちはどうかな?**

**きぼうすること**

- ほいくえん、がっこうとはちがういばしょがほしい
- そうだんできるところがほしい
- そのほか ( )

**一緒に解決を  
目指していくこと**

- 保育園・学校以外のこどもの居場所をつくる
- 児童発達支援などに通う
- (必要であれば) こども・保護者を医療機関につなげる
- ショートステイ等を利用して家庭環境を整える
- その他 ( )

今すぐ取り組むこと (短期目標)

年 月 日 ~ 年 月 日まで

保護者がすること

支援者ができること

なりたい将来のすがた (中長期目標)

保護者がすること

支援者ができること

こどもの現在の満足度 0 25 50 75 100

サポートプランの見直し時期 年 月 日

切れ目ない支援のため、関係機関とプラン内容を共有することについて同意します。

(保護者名) 担当: こども家庭センター

(日付) 年 月 日

守谷市提供

妊娠  
出産

子育て  
教育

MAP

制度

災害時  
その他



# 麻績村子育てガイド

令和8年3月発行

麻績村こども家庭センター

〒399-7701 長野県東筑摩郡麻績村麻3836番地

TEL/0263-67-4858