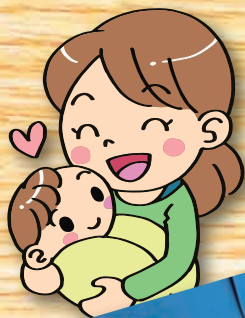


幕別町子育て応援 サポートブック

まくべつの子どもを抱きしめてはぐくむ

まくはぐ



北海道幕別町

家族の思い出ページ

パパママから

へ

* 家族写真を貼ってね *

CONTENTS

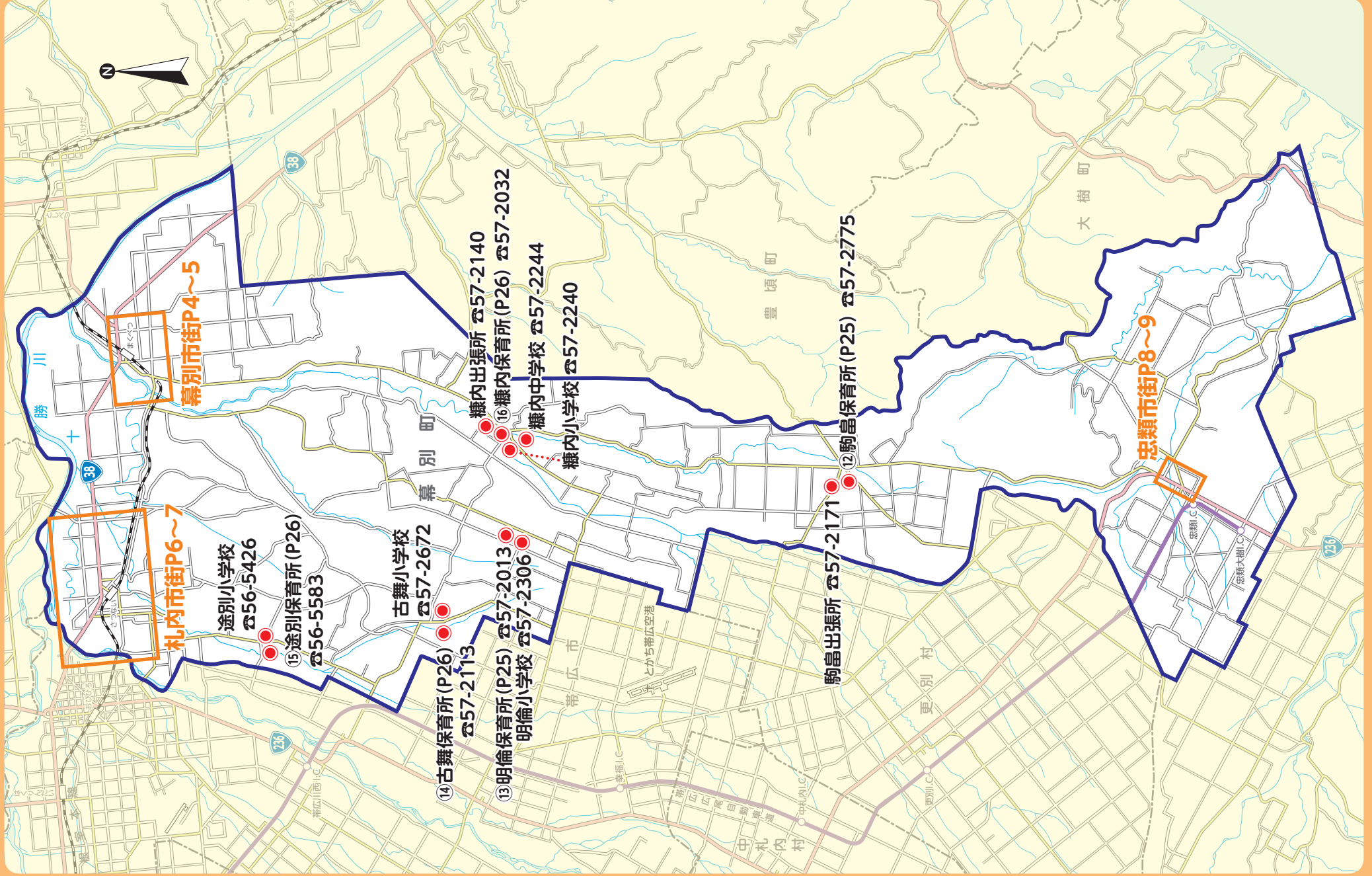
1 幕別町の子育てマップ	2
① 幕別町全体図	2
② 幕別市街	4
③ 札内市街	6
④ 忠類市街	8
2 ライフステージ別 パパ・ママ子育てカレンダー	10
3 子育て世代包括支援センターについて	12
4 妊娠したら	14
① 妊娠届の提出と母子健康手帳の交付	14
② 妊娠中にかかる費用の助成	14
③ 妊娠中のサポート・相談先	15
5 子どもが生まれたら	16
① 出生届の提出	16
② 子育てに関する手当	16
③ 子育てにかかる費用の助成・補助	17
④ 出産後のサポート	18
⑤ 子育てサークル	18
⑥ 乳幼児健診	19
⑦ 子育て支援センターについて	19
⑧ 発達支援センターについて	20
6 子どもを預けたい時	21
① 保育所（園）、幼稚園について	21
② 保育所（園）、幼稚園の紹介	22
③ 一時的に子どもを預けたい時	28
7 小学生になったら	29
① 小学校一覧	29
② 学童保育所について	29
③ 学童保育所一覧	29
8 子どもと一緒におでかけ	30
① おすすめの公園	30
9 もうすぐパパになるあなたへ〈パパの子育て参加〉	33
① ママを笑顔にするための新米パパの心得	33
② パパも料理に挑戦してみよう	34
③ 先輩パパの体験（失敗）談&NG集	34
10 幕別町子どもの権利に関する条例について	35

※このサポートブックに掲載されている内容は、平成30年12月時点のものとなっております。
制度改正等がある場合がありますので、各担当へお問合せの上、ご利用ください。



1 幕別町の子育てマップ

①幕別町全体図



②幕別市街



③ 札内市街



④ 忠類市街



2 ライフステージ別 パパ・ママ子育てカレンダー

妊娠中から子育て期のおおまかな流れを知り、
気持ちに余裕を持って過ごしましょう。

妊娠前の夫婦への支援	妊娠初期		妊娠中期		妊娠後期		出産	
	<p>★不妊治療費用（一般・特定）助成</p> <p>★不育症治療費用助成</p> <p>※所得制限なし</p>	<p>お腹の赤ちゃんの様子</p> <p>ママへのアドバイス</p> <p>パパへのアドバイス</p> <p>支援策</p>	<p>身体の器官が形成される大切な時期です。</p> <p>つわりなどで気持ちや体調が不安定になりやすいので、無理せず過ごしましょう。</p> <p>買い物や調理など率先して家事をしましょう。</p> <p>★母子健康手帳、まはぐの発行 ★妊婦一般健康診査・妊婦超音波検査費用助成 ★どさんこ・子育て特典制度（小学校修了まで）</p>	<p>おなかの中で元気に動き聞こえるようになります。り聞こえていますよ。</p> <p>胎動が感じられます。おはじめるのでマタニティしましょう。</p> <p>これからの生活やお産やに学びましょう。おなかかけてください。</p> <p>妊婦歯科健診助成 ◎パパママ教室 ◎ママカフェ</p>	<p>ます。周りの音がママの声ははっきり聞こえます。</p> <p>なかが大きくなりウエアで楽に過ごしましょう。</p> <p>育児のことを一緒に赤ちゃんに話かけましょう。</p>	<p>お産の準備で頭を下にした状態が定位置となります。</p> <p>胃のつかえがとれて食欲が増します。むくみやすいので薄味の食事がおすすめです。</p> <p>ママが安心できるような話かけましょう。入院中の留守を預かる準備が必要です。</p> <p>◎妊婦訪問</p>	<p>お産の時期は赤ちゃんが決めます。赤ちゃんも体を回転させたりと頑張って生まれます。</p> <p>赤ちゃんに逢える喜びが湧いてきます。陣痛が収まっているときはリラックスを心掛けて。</p> <p>ママに感謝のこぼれかけましょう。赤ちゃんを抱っこするとパパの実感が湧きますね。</p> <p>出産育児一時金 ●妊婦健康診査費用助成 *児童手当 ●子ども医療費助成（中学校修了まで）</p>	

	0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	6か月	8か月
お子さんの様子	抱っこしてくれる人の笑顔が好きです。	おっぱいやミルクをたくさん飲んでくれます。よく泣くことが、パパママとの絆を作るチャンスです。		が多くなります	あやされるとよく笑います。	離乳食を食べ始めます。	お座りで遊べるようになってきます。
ママへのアドバイス	赤ちゃんと自分の身の回りのことをゆったり行いましょう。	赤ちゃんの泣き声や表情で様子が分かるようになり、ママと足気味になりやすいので、赤ちゃんとゆったりお昼寝するの		しての自信がついてきます。夜間の授乳で寝不足もおすすめです。		離乳食づくりで忙しい気持ちになっていませんか。パパママの食事をアレンジしたり、時にはベビーフードを取り入れてみましょう。	
パパへのアドバイス	ママと赤ちゃんとたくさん話しかけてください。	オムツ替えやお風呂などはパパも得意になってみましょう。時間を作ってあげるのもいいですね。		赤ちゃんをお散歩に連れ出して、ママに一人の		なんでも口に入れる赤ちゃんのために、小さな物や危険な物は片付けましょう。	
支援策	○新生児訪問 おむつ類無料収集 ○産後ケア事業	●産婦健康診査費用助成	予防接種（ヒブ・肺炎球菌、B型肝炎）	予防接種（4種混合）	☆3、4か月児健診	△保育所（園）開始 ☆一時保育、ファミリー・サポート・センター事業開始	☆7、8か月児健診 予防接種（BCG）

	11か月	1歳	1歳6か月	2歳	3歳～4歳	5～6歳	学齢期以降の支援策
お子さんの様子	はいはいや伝い歩きでよく動き回ります。バイバイ・チョウダイなどの身振りができます。手づかみ食べができます。	ワンワンなど意味のある言葉がいくつか話します。		なんでも自分でしてみた気持ちが芽生えます。	役になりきってごっこ遊びを楽しみます。	家族やお友達をおもいやる気持ちが出てきます。	
パパ・ママへのアドバイス	絵本を見せたり、おもちゃを使って、言葉をどんどん聞かせる遊びを取り入れてみましょう。一緒に食卓を囲んで、楽しい食事の時間を持つのは大切です。上下8本の歯が生えたら本格的に歯磨きをしましょう。	公園で走ったり、散歩したり一緒に遊びましょう。お子さんが興味を持っている言葉かけをしたり、うまく伝えられずを代弁してあげるようにしましょう。		一緒に身体を動かして楽しめるとにタイミングよく言葉をお子さんの気持ちに伝えます。	危険なことを制止するときは「だめ」だけでなく「走らないで歩いてね」などと行動をわかりやすく伝えるようにしましょう。	お手伝いを通して役割を果たす楽しさを感じさせましょう。約束やルールを守るように励まして、自信を持っていきましょう。	
支援策	○よちよちサロン	予防接種（麻疹風疹、水痘）	☆1歳6か月児健診	○すくすく相談	☆3歳3、4か月児健診 予防接種（日本脳炎）	☆就学時健診 予防接種（麻疹風疹2期） ●新入学児童生徒学用品費（入学準備金）入学前支給	

詳細はそれぞれ ★：14ページ、◎：15ページ、*：16ページ、●：17ページ、○：18ページ
☆：19ページ、△：21ページに掲載しています

→ 3 子育て世代包括支援センターについて ←

妊娠中から出産、子育て期を安定して過ごすことができるための保健師による総合相談窓口です。

心配事や相談内容により必要なサービスにつなぎ、みんなで子育てを応援します！

妊 娠 期

- 母子健康手帳の発行**は保健師が担当し、すべての妊婦さんの健康相談をします。
- すべての妊婦さんを対象に**妊婦訪問**を行い、妊娠や出産、育児の不安や心配事への支援をします。上の子の育児相談や保育所などの紹介もします。
- パパママ教室**では、管理栄養士や助産師も一緒に、自分らしい妊娠・出産・育児をイメージできるような講座をします。
- 妊婦さんと産婦さんの交流会**ママカフェ**を実施しています。

出 産 直 後

- 新生児訪問**では、赤ちゃんの発育発達と一緒に確認します。ママの産後確認し、サポートします。
- 産後ケア事業**は、育児に不安のある6か月未満のお子さんがいる家庭の方法や沐浴の方法など育児について具体的に伝えます。
- 頼れる家族がいない時は、子育てサービスの紹介などをします。

子 育 て 期

- 幕別・札内・忠類地区にそれぞれ下記のとおり窓口を設けており、**育児相談**ができます。来所相談のほか、電話・メール・家庭訪問も可能です。
- 乳幼児健診**で発育発達を確認し、保護者と一緒にお子さんに合わせた育児の方法を考えます。
- 子育てのイライラ、家族の悩みなど、なんでも相談してください。お話をしながら、一緒に考えましょう。

幕別町子育て世代 包括支援センター

妊娠・出産・育児に関することは、まずはこちらにご相談ください。

相談内容に応じて適切な機関等と連絡を取り、必要な情報やサービス提供、関係機関の紹介などを行うワンストップ窓口が町内3か所にあります。



札内コミュニティプラザ
(保健課保健係、P7 ②)
札内青葉町311-2
☎0155-67-1566



幕別町 役場
(保健課健康推進係、P4 ①)
本町1 30-1
☎0155-5 4-3811



ふれあいセンター福寿
(保健福祉課保健係、P8 ⑤)
忠類白銀町384-10
☎01558-8-2910

相談

支援

連携

産後に手伝ってくれる人がいない

母乳は足りているかな

母子健康手帳を発行してほしい

出産準備はどんな感じ



予防接種の受け方を知りたい

一時的に子どもを預けたい

子育ての悩みを聞いてほしい

- 医療機関
- 子育て支援センター
- 保育所
- 幼稚園
- 発達支援センター
- 行政機関
- ファミリー・サポート・センター事業
- 子育てサークル
- 児童相談所
- 民生委員 など

4 妊娠したら

新しい命が芽生えました。赤ちゃんの誕生が待ち遠しいですね。
妊娠から出産まで、色々な疑問やもしかしたら不安もあるかもしれません。
町では、ママ・パパが安心して出産に臨めるお手伝いをしています。

① 妊娠届の提出と母子健康手帳の交付

妊娠が分かったら妊娠届を提出し、母子健康手帳の交付を受けましょう。母子健康手帳はママの妊娠中の様子や、生まれてきたお子さんの就学前までの様子を記録できる大切な手帳です。母子健康手帳をもらう時に、保健師から妊娠・出産・育児についての話を聞けますよ。

□提出・交付場所（問合せ先）…

- 幕別町役場 保健課（P4 ①）保健課健康推進係
☎0155-54-3811 Eメール kenkou@town.makubetsu.lg.jp
- 札内コミュニティプラザ 健康相談室（P7 ②）保健課保健係
☎0155-67-1566 Eメール 保健課健康推進係と同じ
- ふれあいセンター福寿（P8 ⑤）保健福祉課保健係
☎01558-8-2910 Eメール churuihokenkakari@town.makubetsu.lg.jp



□開設時間…いずれも月曜日～金曜日 8:45～17:30（札内のみ水曜日は19:00まで）

② 妊娠中にかかる費用の助成

事業名	内容	問合せ先
妊婦一般健康診査・超音波検査費用助成	妊婦一般健康診査14回分、超音波検査6回分の補助を行っています。（補助に必要な受診票は母子健康手帳と一緒に交付しますので、受診時に病院へ提出してください）	保健課健康推進係 ☎0155-54-3811
不育症治療費用助成	不育症に関する検査と治療費用を、北海道の助成に上乗せして助成します。（所得制限はありません）	
どさんこ・子育て特典制度	妊娠中の方および小学生までのお子さんが保護者と同伴で協賛店を利用する際に特典カードを提示することで、協賛店の特典が受けられます。（妊娠中の方は母子健康手帳などを確認させていただくことがあります。カードは母子健康手帳交付時にお渡ししています。）北海道および町の協賛店は右のQRコードからご確認ください。	こども課こども支援係 ☎0155-54-6621

○妊娠前のサポートとして、一般不妊治療費用助成や特定不妊治療費用助成も行っています。（いずれも所得制限はありません）詳細は保健課健康推進係（☎0155-54-3811）までお問合せください。

※制度改正等により内容が異なる場合がありますので、詳細は各担当へお問合せください。

マタニティマークをご存知ですか

妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、ママの健康を維持するためにもとても大切な時期ですが、外見からは分かりにくいですね。妊婦であることを周囲に伝え、配慮を受けやすくするために、マタニティマークができました。

キーホルダーやステッカー等色々なグッズがありますので、ママ自身とおなかの赤ちゃんのために、お出かけの際、身に着けてみてはいかがでしょうか。



③ 妊娠中のサポート・相談先

妊娠中の疑問や不安は誰にでもあるものです。様々な制度で妊婦さんとご家族をサポートします。分からないことがあれば、どんどん聞いてみましょう。

事業名	内容	担当（問合せ先）
妊婦訪問	7～8か月を迎える妊婦さんを対象に、保健師が家庭訪問します。不安なこと、聞きたいことがあれば是非この機会に聞いてください。（時期が近づきましたら、保健師より個別にご連絡します）	幕別地区： 保健課健康推進係 ☎0155-54-3811 札内地区： 保健課保健係 ☎0155-67-1566
健康相談	保健師が出産・産後・子育てについての相談に応じます。（相談は来所相談だけでなく、メール・☎でも受付します）相談だけでなく、お子さんの身長・体重の計測も実施していますので、お気軽にお越しください。	忠類地区： 保健福祉課保健係 ☎0155-54-3811 Eメール 幕別・札内地区 kenkou@town.makubetsu.lg.jp
ママカフェ	妊娠中の方から1歳までのお子さんがある産婦さんを対象に、交流会を行っています。妊娠中の過ごし方や育児のヒントとなる助産師の講話もあります。 ※幕別・札内・忠類地区でそれぞれ開催しています。妊婦さんが参加する場合は、申込みが必要になります。	忠類地区 churuihokenkakari@town.makubetsu.lg.jp
パパママ教室	同じ時期にパパ、ママになる方同士の交流を第一に、パパママ教室を実施しています。出産後には同窓会もあります。上のお子さんを連れての参加も大歓迎です。（対象の方には個別にご案内します） ◇内容◇ ◎1 講目 担当：管理栄養士・保健師 ・妊婦の栄養（軽食あり） 気をつけたい食品やバランスのとり方についてお話しします。 ・パパも一緒に 妊婦体験、沐浴やおむつ交換など体験してみませんか？ ◎2 講目 担当：助産師 動きやすい服装で来てください。 ・元気に過ごそう 妊娠中の体の変化やマタニティライフを楽しみ過ごすための工夫など、助産師さんに何でも聞いてみましょう。 ・お産に向けて 心と体（骨盤・おっぱい）の準備や、お産のイメージ作り、腰痛予防（サラシ巻き体験）、運動についてお話しします。 ・パパも一緒に 妊娠中にできること、役割について考えてみましょう。 ◎3 講目 担当：歯科衛生士 歯ブラシを持参してください。 ・親子の歯の健康 歯は健康の要、正しいブラッシングで健康に！ ・赤ちゃんとのふれあい かわいい赤ちゃんを抱っこさせてもらいましょう。先輩ママに、出産について聞いてみましょう。 ◎同窓会 赤ちゃんと一緒に交流会…わが子自慢と妊婦さんへのアドバイスをしてみませんか？	保健課健康推進係 ☎0155-54-3811



5 子どもが生まれたら

待ちに待った赤ちゃんのご対面です。町では安心して子育てができるように、手当の支給や子育て費用の助成・補助を行っています。

① 出生届の提出

お子さんが生まれたら、まず出生届を提出しましょう。

提出先：お子さんの出生地、お子さんの父母の住所地・本籍地のいずれかの市区町村の窓口（町であれば、役場（住民生活課戸籍係）、札内支所、忠類総合支所（地域振興課）で提出できます）

届出期間：お子さんが生まれた日から14日以内 **届出人**：お子さんの父または母

届出に必要なもの：届出書、母子健康手帳、印鑑

※**問合せ先**：住民生活課戸籍係 ☎0155-54-6602

② 子育てに関する手当

事業名・問合せ先	内容	申請に必要なもの
児童手当 子ども課子ども支援係 ☎0155-54-6621	○中学校修了前の児童を養育している方に支給します。 （所得制限があります） 【支給月額】（1人あたり） ・3歳未満 一律 15,000円 ・3歳～小学校修了前 第1子・第2子 10,000円 第3子以降 15,000円 ・中学生 一律 10,000円 ・所得制限世帯 一律 5,000円 ※年3回（2・6・10月）、4か月分ずつ支給します。	健康保険証（保護者） 通帳（保護者） 個人番号の分かるもの （保護者） 印鑑
児童扶養手当 子ども課子ども支援係 ☎0155-54-6621	○父母の離婚等により、父または母と生計を同じくしていない（父または母が行方不明、政令で定められている重度の障害の状態にある場合を含む）児童を監護している父または母や、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。 【支給月額】 ・第1子 10,030円～42,500円 ・第2子 5,020円～10,040円加算 ・第3子以降 3,010円～6,020円加算（1人につき） ※所得制限等の条件があります。 ※手当額は改定されることがあります。 ※年3回（4・8・12月）、4か月分ずつ支給します。 （平成31年11月以降は年6回（奇数月）の振込みに変わります）	世帯全員の住民票 戸籍全部事項証明 個人番号の分かるもの （保護者・お子さん） 通帳（保護者） 印鑑
特別児童扶養手当 福祉課障がい福祉係 ☎0155-54-6612	○心身に障がいのある20歳未満の児童を監護している父母、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。 【支給月額】 ・1級 51,700円 ・2級 34,430円 ※所得制限等の条件があります。 ※手当額は改定されることがあります。	世帯全員の住民票 戸籍全部事項証明 個人番号の分かるもの （保護者・お子さん） 通帳（保護者） 印鑑 医師の診断書 交付されている手帳 （身体・療育・精神）

〈こんな制度もあります〉 チャイルドシートの貸出について

町内にお住まいの方で、チャイルドシートが一時的に必要なときに貸し出しを行っています。

貸出期間：30日以内 **使用料**：無料

貸出窓口：防災環境課交通防犯係（☎0155-54-6601） 札内支所（☎0155-56-2111）

忠類総合支所地域振興課住民生活係（☎01558-8-2111）

*台数に限りがありますので、事前にご予約ください。

※制度改正等により内容が異なる場合がありますので、詳細は各担当へお問合せください。

③ 子育てにかかる費用の助成・補助

事業名・問合せ先	内容	申請に必要なもの
子ども医療費助成 住民生活課国保医療係 ☎0155-54-6602	○中学校修了前までの子どもを対象に、医療費の自己負担額を入院・通院とも全額助成します。 ※所得制限なし。（予防接種等の保険適用外のものについては対象外となります）	健康保険証(子) 印鑑 所得課税証明書 (転入者のみ)
ひとり親家庭等医療費助成 住民生活課国保医療係 ☎0155-54-6602	○ひとり親家庭等で、20歳未満のお子さん（18歳になった年の年度末以降は、親に扶養されているお子さんに限ります）と、その子どもを扶養している親を対象とし、医療費を助成します。（助成内容は所得によって決定します）	健康保険証 (子及び保護者) 印鑑 所得課税証明書 (転入者のみ)
妊婦健康診査費用助成 保健課健康推進係 ☎0155-54-3811	○妊婦健康診査受診にかかった費用のうち、保険適応外の自費負担分について、20,000円を上限に助成します。（母子健康手帳に記載されている受診日分に限りです） ※妊娠中に転入・転出される方は、町に住民票があった期間のみ対象となります。	母子健康手帳 妊婦健康診査受診時の領収書 健康保険証（母） 通帳（母） 印鑑
産婦健康診査費用助成 保健課健康推進係 ☎0155-54-3811	○出産後の産婦健康診査費用（産後2週間健診、産後1か月健診）を、1回につき4,000円を上限とし、2回まで助成します。	母子健康手帳 産婦健康診査受診時の領収書 通帳（母） 印鑑
私立幼稚園就園奨励費補助金 教育委員会学校教育課 ☎0155-54-2006	○お子さんが私立幼稚園（新制度を除く）に通園している方を対象に、幼稚園の入園料および保育料を減免・補助します。 ※所得制限あり。補助限度額は所得や扶養しているお子さんの人数・年齢によって変わります。	保育料等減免措置に関する調査 (各幼稚園を通じて配布します) 課税額が分かる書類 (転入者のみ)
私立幼稚園入園料、保育料補助 教育委員会学校教育課 ☎0155-54-2006	○お子さんが私立幼稚園に通園している方を対象に、幼稚園の入園料および保育料を補助します。 ※上記、幼稚園就園奨励費補助金の対象にならなかった方が対象。所得制限なし。	申請書
新入学児童生徒学用品費入学準備金入学前支給 教育委員会学校教育課 ☎0155-54-2006	○小学校または中学校に入学されるお子さんがいらっしゃる世帯で、経済的に困りの保護者の方に、就学援助の品目のうち「新入学児童生徒学用品費（入学準備金）」を入学前の2月に支給します。※所得制限あり。	申請書 課税額が分かる書類 (転入者のみ)
就学援助 教育委員会学校教育課 ☎0155-54-2006	○小・中学生のお子さんがある世帯を対象に、義務教育の機会均等を図るため、学用品費や給食費等を援助します。 ※所得制限あり。	申請書 課税額が分かる書類 (転入者のみ)
修学旅行費支援助成 教育委員会学校教育課 ☎0155-54-2006	○町内の中学校に在籍する中学校3年生の修学旅行にかかる費用の一部を助成します。	なし（各学校が教育委員会に申請し、保護者には助成後の金額で通知します）

〈こんな制度もあります〉 マイホーム応援事業

新たに住宅を新築・購入する方を対象に、「マイホーム応援事業」を行っています。お子さんのいる家庭のみを対象とした事業ではありませんが、お子さんがいると補助金の金額が上乘せされます。事業の詳細は下記担当までお問合せください。（助成期間に定めがあります）
住民生活課住民生活活動支援係 ☎0155-54-6602

※制度改正等により内容が異なる場合がありますので、詳細は各担当へお問合せください。

④ 出産後のサポート

子育ては色々大変。分からないことも多いのではないのでしょうか。パパママとお子さんをサポートするために、各家庭に訪問してお話を聞いたり、お子さんと一緒に参加できる事業の開催もしています。気になることがあればご連絡をお待ちしています。

事業名等・開催場所	内容	担当(問合せ先)
新生児訪問(各ご家庭)	生後1か月前後に、保健師が各家庭に訪問します。(訪問日は保健師より個別にご案内します) お子さんの体重測定や発達の様子、健診や予防接種などのお話をしながら成長を一緒に確認しましょう。	
産後ケア事業(各ご家庭)	育児に不安のある生後6か月未満のお子さんがいる家庭に助産師が訪問し、授乳の方法や沐浴の方法など育児について具体的に伝えます。 ※自己負担(1回あたり) 町民税課税世帯 500円 左記以外の世帯 0円	保健課健康推進係 ☎0155-54-3811
よちよちサロン(札内コミュニティプラザ)	生後11か月のお子さんを対象に行っています。 自己紹介・親子あそび・手作りおやつを試食・歯や栄養などのお話を行っています。 *この時期のおやつや遊び、歯みがきの仕方を楽しく勉強しましょう。	保健課保健係 ☎0155-67-1566
すくすく相談(子育て支援センター)あおば分室	2歳1か月のお子さんを対象に行っています。 親子遊び・食事・育ちなどについてのお話の時間・育児相談を行っています。 *「イヤ!」と主張することが増えてきて、大変なことも…。2歳の時期を楽しく過ごすお手伝いをします。	保健福祉課保健係 ☎01558-8-2910
パオパオ赤ちゃんサロン(ふれあいセンター福寿)	忠類地区在住の1歳未満児を対象に行っています。 自己紹介・計測・お話の小箱・離乳食の試食などを行っています。 *楽しく交流しましょう。	

生後1歳までのお子さんと保護者は15ページ掲載のママカフェにも引き続き参加できます。(事前申込みは不要です)

⑤ 子育てサークル

子育てサークルは悩み相談、ママ同士の情報交換など楽しい時間が過ごせる場です。町にある子育てサークルを紹介します。



いちご☆キッズ

対象: 0歳～未就学児
活動場所: 札内コミュニティプラザ和室(P7 ②)
開催日: 毎月第2・4月曜日
時間: 10:00～11:30
年会費: 500円/人
*公園あそびや、子育て支援センターの先生が製作や親子あそびのお手伝いに行く日もあります。



赤ちゃんクラブ

対象: 0歳～未就学児
活動場所: 保健福祉センター和室(P5 ④)
開催日: 毎月第1・3木曜日
時間: 10:30～13:30
年会費: なし
*お子さんを遊ばせながらママ同士でおしゃべりを楽しんだり、情報交換をしています。



親子たいそう

対象: 0歳～未就学児
活動場所: 働く婦人の家(P6 ②⑩)
開催日: 毎週木曜日
時間: 10:30～11:30
年会費: 500円(行事のおやつ代などにあてます)
*公園あそび、夏祭り、ハロウィン、クリスマスなどのイベントをみんなで楽しんでいます。
*月1回、子育て支援センターの先生が製作や体を動かす遊びのお手伝いに行っています。



⑥ 乳幼児健診

お子さんの発育状況を確認するために、健診は必ず受診しましょう。時期が近づきましたら、個別にご案内します。

健診	内容	会場
3、4か月児健診	問診・計測・診察・離乳食講習会・育児相談を行っています。 *離乳食や予防接種の受け方の確認をしましょう。	幕別会場: 保健福祉センター 札内会場: 札内コミュニティプラザ 忠類会場: ふれあいセンター福寿
7、8か月児健診	問診・計測・診察・BCG接種・マイファーストブックサポート・離乳食相談・育児相談を行っています。 *動きがさかんになって、成長の早さに驚かされる時期です。素敵なお子育を応援します。	
1歳6か月児健診	問診・計測・診察・歯科健診・歯科相談・栄養相談・育児相談・フッ素塗布を行っています。 *よちよち歩く姿ややりとりができるようになり、かわいらしい時期です。楽しい育児ができるようなお手伝いをします。	
3歳3、4か月児健診	問診・計測・診察・歯科健診・歯科相談・栄養相談・育児相談・フッ素塗布・育ちの相談を行っています。 *お子さんの成長具合を一緒に確認しましょう。	

小学校就学前には、就学時健康診断もあります。こちらも時期が近づいたら個別にご案内をします。

⑦ 子育て支援センターについて

子育て支援センターでは、お子さんを一時的にお預かりしたり、親子のふれあいの場として、センターの開放や親子で参加できる事業を開催しています。

事業名	内容	実施場所(問合せ先)
一時保育	保護者のパート等短期的労働、通院、リフレッシュなどの理由により家庭で保育できないお子さんを、一時的にお預かりします。 対象: 生後6か月(忠類子育て支援センターは満1歳)から就学前の保育所に通っていないお子さん。 利用料金: 1時間あたり300円(給食・間食は別料金) 利用時間: 9:00～17:00(日曜日・祝日を除く) ※週3日、月12日の利用制限があります。 ※利用の前に登録とお子さんとの面談が必要になります。(登録は毎年度必要です)	幕別子育て支援センター ☎0155-26-4467 幕別子育て支援センターまぐべつ分室 ☎0155-54-2552 忠類子育て支援センター ☎01558-8-2659
ファミリー・サポート・センター事業(ファミサポ)	子育てのサポートをしてほしい人(おねがい会員)とサポートができる人(まかせて会員)がそれぞれ会員登録し、おねがい会員がサポートをしてほしい時にセンターがまかせて会員を紹介します。 対象: 生後6か月から小学校修了前のお子さん。 依頼内容: 子どもの預かり、保育所・幼稚園・学校等への送迎(送迎の範囲は町内のみです) 利用時間: 7:00～21:00 利用料金: 一人につき30分あたり 平日…250円、土日祝日…300円 ※送迎にかかる費用やおやつ代は実費を負担していただきます。 ファミリー・サポート・センターでは子育て講習会を行っています。まかせて会員となるための講習ですが、子育ての勉強をしたいという方もたくさん参加しています。無料で受講することができ、託児もありますので、興味のある方は是非ファミリー・サポート・センターへご連絡ください。	幕別子育て支援センター ☎0155-26-4467

事業名	内容	実施場所（問合せ先）
子育て相談	すべての子育て支援センターで、子育てに関する様々な相談を電話・面接などで受けています。	幕別子育て支援センター ☎0155-26-4467 幕別子育て支援センター あおば分室 ☎0155-56-3811 幕別子育て支援センター まくべつ分室 ☎0155-54-2552 忠類子育て支援センター ☎01558-8-2659
センター開放	親子が遊べる場の提供や、親同士の交流・情報交換の場の提供を目的として、センターを開放しています。	幕別子育て支援センター あおば分室 ☎0155-56-3811 忠類子育て支援センター ☎01558-8-2659
あそびの広場	幕別地区・札内地区の保育所の遊戯室で親子が自由に遊び、子育て情報の交換をすることができます。	
子育て講座 親子あそび	子育てに関する講演会や座談会、手づくり講習会などを行ったり、親子で楽しめるあそびや、季節・行事に合わせた制作などを毎月企画しています。	幕別子育て支援センター あおば分室 ☎0155-56-3811
ファミリーデー	年3回、家族みんなで参加できるミニ運動会やおもちつき等の行事を開催しています。地域の方や様々な世代の方もお招きして、楽しく交流しています。	
ぱぱとあそぼう	年3回、おもちゃ作りやクッキング等、パパとお子さんで参加する行事を企画しています。お子さんとの時間を作れるだけでなく、パパ同士の交流もできますよ。	

※事業については、子育て支援センター通信に日程や内容を掲載しています。通信は、各子育て支援センターや各保育所（園）等で配布のほか、町ホームページにも掲載しています。

⑧ 発達支援センターについて

発達支援センターでは、こころや身体、ことばの発達に心配のあるお子さんを対象に、保護者や関係機関と一緒に、地域で生活するための適切な支援の方法を考え、サポートしています。

事業名	内容	問合せ先
発達相談	お子さんの発達についての相談を受けています。 対象：0歳から18歳のお子さん 相談方法：電話・来所（要予約） 受付時間：月曜日～金曜日 8：45～17：30	幕別町発達支援センター （保健福祉センター内、P5④） ☎0155-54-6533
発達支援	お子さんの状況に合わせた支援（個別療育・グループ療育）を行います。 対象：0歳～6歳、一部学齢期 利用日：月曜日～金曜日 9：00～17：00	

※その他、発達検査、健診時の相談、講演会なども行っています。詳しくはお問合せください。

どこに相談していいのか分からない困り事は…

お子さんに気持ちが伝わらず疲れてしまうことや、どうしていいか分からなくなり不安になることは誰にでもあることです。話を聞いてくれる人がそばにいればいいけど、そうじゃない時だってありますよね。そんな時にはひとりで抱え込まずに相談してください。誰かにSOSを出すことで、きっと解決策が見つかりますよ。

○児童相談所：☎189（全国共通）

○こども課こども支援係 ☎0155-54-6621（平日8：45～17：30）

6 子どもを預けたい時

① 保育所（園）、幼稚園について

○保育所（園）

保育所は、保護者が働いていたり病気等であるためにお子さんを家庭で保育できない時に保護者に代わって保育をする場所です。

町には、認可保育所が5か所（幕別地区1か所、札内地区4か所）、へき地保育所が6か所（幕別地区農村部5か所、忠類地区1か所）あります。（詳細は次ページ以降の「保育所（園）・幼稚園の紹介」をご覧ください）

対象：生後6か月（忠類保育所は満1歳、その他のへき地保育所は満2歳）から小学校就学前の、保育を必要とするお子さん。

※保育を必要とするとは、保護者が以下の状態にある場合です

- ・就労している
- ・病気である
- ・妊娠中あるいは産後間もない（産後の入所期間は3か月です）
- ・学校または職業訓練校に在学している場合 等

保育料：入所するお子さんの4月1日現在の年齢と、保護者の前年度もしくは前々年度の課税状況に応じて決まります。

○幼稚園

幼稚園は、学校教育法に基づく教育施設です。同年代のお子さんや先生との生活から、社会性・協調性・思いやりを養うことができます。

町には、公立幼稚園が1か所（幕別地区）、私立幼稚園が1か所（札内地区）あります。

対象：3歳から小学校就学前のお子さん。

保育料：公立・私立で異なりますのでお問合せください。

申込方法

○保育所（園）

年度当初（4月）からの入所の場合、前年11月に申込受付を行います（申込時期が近づきましたら、詳細を町ホームページ・広報誌に掲載しますので、ご確認ください）。入所申込書を第一希望の保育所へ提出します。

※新たに保育所に入所されるお子さんや前年度と違う保育所に入所されるお子さんは、入所前に面接を行います。

※申込状況によって、第一希望の保育所に入れられない場合もあります。その時には、別途担当より連絡します。

入所が決まった方へは、2月頃入所決定通知を送付します。その後、3月に入所説明会を行い、4月から入所となります。

※入所から1週間程度は、ならし（午前）保育になります。

※随時入所の受付も行っていますので、希望の方はこども課保育係（☎0155-54-6621）へお問合せください。

※随時入所を希望する場合、受付は入所開始希望日の1ヶ月前からとなります。（それ以前からの予約はできません）

○へき地保育所

各保育所の運営委員会で、毎年12月～2月頃取りまとめを行っています。

○幼稚園（公立）

年度当初（4月）からの入園の場合、前年11月上旬に願書を幼稚園へ提出します。

12月上旬に面接を行い、入園が決まった方へは後日、入園決定通知を送付します。

2月上旬に一日体験入園・説明会を行い、4月から入園となります。

※入園から1ヶ月は午前保育になります。

※随時入園の受付も行っています。

※不明な点は教育委員会（☎0155-54-2006）へお問合せください。（私立幼稚園については希望する幼稚園へ直接お問合せください）

② 保育所（園）、幼稚園の紹介

幕別中央保育所 〈公立〉

施設の概要

所在地	〒089-0605 寿町2番地5 (P4 ⑥)
定員	90名
電話番号	☎0155-54-2552
保育時間	7:30 ~ 18:30

外観写真



特徴



- 公共施設や商店街も近く、さまざまなイベントに参加し、和太鼓や踊りなどを披露します。
- 野菜の栽培、収穫、調理までの一連の過程から食に対する興味や意欲を培っています。

保護者からの声



- 地域の行事に参加させていただく機会が多く、家族で見に行けるので楽しみです。
- 保育所から汽車が見られたり、お散歩で自然に触れ合うところが近くにあって子どもが喜んでいます。

札幌さかえ保育所 〈公立〉

施設の概要

所在地	〒089-0537 札幌北栄町23番地1 (P6 ⑦)
定員	120名
電話番号	☎0155-25-9011
保育時間	7:30 ~ 18:30

外観写真



特徴



- 食を通して豊かな心と体を育むために、子どもが野菜栽培・調理・米とぎなどの体験をしています。
- 健康な体作りのため、乳児から外気に触れる機会を多く取り入れています。

保護者からの声



- 保育所施設内に子育て支援センターが併設されており、子どもが集団保育に移行しやすいです。
- 保育士さんに、子育ての悩みを聞いていただけるのでとても心強いです。
- 七夕祭りなど親子参加の行事があり楽しみです。

札幌北保育所 〈公立〉

施設の概要

所在地	〒089-0533 札幌新北町75番地1 (P6 ⑧)
定員	90名
電話番号	☎0155-56-2049
保育時間	7:30 ~ 18:30

外観写真



特徴



- 公園、小学校、牧場、温泉など環境資源に恵まれ、保育に取り入れています。
- さまざまな行事の中で、異年齢活動を取り組んでいます。

保護者からの声



- 外遊びや散歩が活発で子どもが喜んでいきます。
- 行事や参観日で子どもの成長が見られて嬉しいです。

社会福祉法人 池田光寿会 札幌南保育園 〈私立〉

施設の概要

所在地	〒089-0552 札幌あかしゃ町56番地73 (P6 ⑨)
定員	120名
電話番号	☎0155-56-3326
保育時間	7:30 ~ 19:00

外観写真



特徴



- 裸足でしっかりと床を踏みしめて、足の指を強く蹴ることにより、体の安定感を得られるようになります。
- 室内の温水プールで、全園児が小さいクラスと大きいクラスに分かれて、のびのび楽しんで遊べます。

保護者からの声



- 保育園に毎日登園することを楽しみにしていて、色々な体験を取り入れていただき、親としてはとても嬉しいです。
- 日常の保育の様子や行事を玄関のホワイトボードに書かれていてとても良いと感じます。

社会福祉法人 温真会
札内青葉保育園 〈私立〉

施設の概要

所在地 〒089-0541
 札内青葉町310番地36
 (P7 ⑩)

定員 90名

電話番号 ☎0155-56-4131

保育時間 7:30 ~ 19:00

外観写真



特徴



- 就学に向けて、キッズイングリッシュ、キッズスポーツ、キッズサイエンスなどを実施しています。
- 夏のお泊り会を通してぐっとたくましくなります。
- 病後児保育室「ひだまり」を設置しています。

保護者からの声



- さまざまな経験（おやつ作り、園庭でのランチ、季節ごとの行事）をさせていただき、満足しています。

へき地保育所について

先に紹介した5つの保育所（園）の他に、忠類地区に1か所、農村部に5か所のへき地保育所があります。

忠類保育所 〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-1701
 忠類白銀町
 402番地1 (P8 ⑪)

定員 70名

電話番号 ☎01558-8-2658

保育時間 7:30 ~ 18:30

入所対象 満1歳以上



幕別地区農村部
 保育所の概要

定員 30名

保育時間 夏季(3月~11月)
 8:00 ~ 17:00
 冬季(12月~2月)
 8:30 ~ 16:30

入所対象 満2歳以上

駒島保育所 〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-0783
 字駒島514番地71 (P3 ⑫)

電話番号 ☎0155-57-2775



明倫保育所 〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-0787
 字明倫38番地13 (P2 ⑬)

電話番号 ☎0155-57-2013



古舞保育所〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-0576
字古舞639番地2 (P2 ⑭)

電話番号 ☎0155-57-2113



途別保育所〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-0573
字途別231番地2 (P2 ⑮)

電話番号 ☎0155-56-5583



糠内保育所〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-0786
字糠内252番地4 (P2 ⑯)

電話番号 ☎0155-57-2032



わかば幼稚園〈公立〉

施設の概要

所在地 〒089-0604
錦町98番地 (P4 ⑰)

定員 130名

電話番号 ☎0155-54-4223

保育時間 8:45～13:45
(月・火・木・金)
8:45～11:30(水)

外観写真



特徴



- 自然豊かな広い園庭や周囲の環境を生かし、園児たちは伸び伸びと遊んでいます。
- 異年齢活動を充実させ、思いやりや憧れをはぐくまれるよう取り組んでいます。

保護者からの声



- 子どもをしっかり見てくれて、安心して通わせています。

十勝龍谷学園 幕別幼稚園〈私立〉

施設の概要

所在地 〒089-0532
札内豊町9番地1 (P6 ⑱)

定員 210名

電話番号 ☎0155-56-3335

保育時間 8:30～14:00

外観写真



特徴



- 毎日の仏様の礼拝や季節の行事を通して宗教的情操を養い、思いやり・やさしさ・命の尊重など豊かな心を育んでいます。
- 自然とのふれあい、なかまの日、英語で遊ぼう、体験学習などのびのび元気に毎日過ごしています。

保護者からの声



- 園児は明るく活気にあふれ、行事も盛りだくさんです。
- 運動会は広いグラウンド、発表会は百年記念ホールで見応えいっぱいです。

③ 一時的に子どもを預けたい時

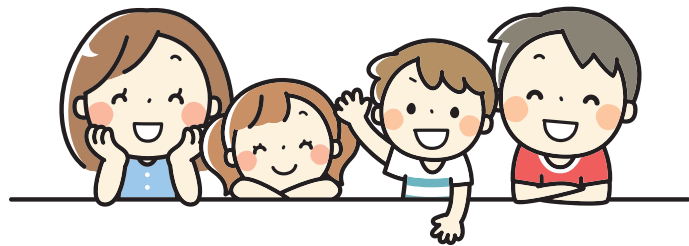
急な用事や病気・仕事等でお子さんを一時的にみれない場合や、
病気・怪我の回復期にあるお子さんを預けたい時には、下記の事業があります。

事業名	内容	実施場所(問合せ先)
子育て短期支援事業	<p>保護者の病気・出産・育児疲れ・冠婚葬祭・就労等の理由で一時的にお子さんをみることができない時に、帯広市にある児童養護施設で、お子さんをお預かりします。</p> <p>対象：1歳から18歳までのお子さん。</p> <p>利用期間：1回につき、原則7日以内(宿泊を伴う利用も可)</p> <p>利用料金：生活保護世帯 0円 (1日あたり) 非課税世帯 2歳未満のお子さん 880円 2歳以上のお子さん 850円 課税世帯 2歳未満のお子さん 4,300円 2歳以上のお子さん 2,350円</p> <p>※利用する場合、事前に申請書の提出が必要となります。 ※お子さんが感染性疾患や入院を要する状態にある場合は利用できません。</p>	<p>子ども課 子ども支援係 ☎0155-54-6621</p>
病後児保育事業	<p>病み上がり等、病気や怪我の回復期にあり、医療機関による入院加療の必要はないが、集団保育が困難なお子さんを、専用の保育室でその子の生活リズムや体調に合わせて、看護師等の専門スタッフの保育により、ゆったりと過ごすことで無理なく体力の回復を図ります。</p> <p>対象：認可保育所に入所しているお子さん。</p> <p>利用方法：利用の前日までに実施保育園へ連絡し、予約してください。その後、かかりつけ医に「病後児保育利用連絡書」を記入してもらい、利用日に「幕別町病後児保育利用申請書」、「病後児保育「ひだまり」利用連絡票」と一緒に保育園へ提出してください。(必要書類は各認可保育所に備えてあります)</p> <p>利用料金：無料</p> <p>※「幕別町病後児保育利用連絡書」の発行には、診療情報提供料が発生する場合があります。</p>	<p>札内青葉保育園 (実施保育園) ☎0155-56-4131 子ども課保育係 ☎0155-54-6621</p>

※一時的な預かりについては、18ページ掲載の一時保育やファミリー・サポート・センター事業もあります。

オレンジリボン運動をご存知ですか

オレンジリボン運動は、「子ども虐待のない社会の実現」を目指す市民運動です。オレンジリボンはそのシンボルマークであり、子ども虐待防止に賛同される方がそれぞれ胸にオレンジリボンを着けて、子ども虐待防止の活動に参加しています。



7 小学生になったら

① 小学校一覧

学校名	所在地	電話番号
幕別小学校	緑町26番地1	☎0155-54-2424
糠内小学校	字糠内272番地	☎0155-57-2240
古舞小学校	字古舞694番地	☎0155-57-2672
明倫小学校	字明倫38番地13	☎0155-57-2306
白人小学校	札内青葉町185番地1	☎0155-56-2004
途別小学校	字途別222番地1	☎0155-56-5426
札内南小学校	札内文京町29番地1	☎0155-56-2314
札内北小学校	札内北町117番地1	☎0155-56-5051
忠類小学校	忠類白銀町426番地	☎01558-8-2209

② 学童保育所について

学童保育所は、保護者の就労や病気等により放課後や学校の長期休業期間に家庭で保育ができないお子さんを保育する場所です。

対象：小学1年生から6年生までのお子さん。

開所日：月曜日～土曜日(祝日、年末年始、3月末日を除く)

※土曜日は児童館として開放しています(8:00～17:00)

保育時間：月曜日～金曜日：下校時～17:00

(延長許可を受けている場合は下校時～18:30)

土曜日、長期休業期間、学校振替休業日：8:00～17:00

保育料：4,500円(月額) ※月の途中に入退所した場合、その月の保育料は、日割りにより算定した額とします。

申込先：子ども課保育係(☎0155-54-6621)、保健福祉課福祉係(☎01558-8-2910)

※年度当初からの入所申込は毎年11月頃受け付けていますが、それ以外の時期でも随時、受付しています。

③ 学童保育所一覧

施設名	住所・電話
はぐるま学童保育所	新町139番地3(幕別南コミュニティセンター内、P5②) ☎0155-54-2028
あすなる学童保育所	札内青葉町185番地12(白人小北側、子育て支援センターあおば分室併設、P7②) ☎0155-56-6650
つくし学童保育所	札内文京町28番地8(札内南コミュニティセンター内、P6②) ☎0155-56-3917
やまびこ学童保育所	札内桜町132番地1(札内北コミュニティセンター内、P6②) ☎0155-25-5223
ちゅうるい学童保育所	忠類白銀町384番地10(ふれあいセンター福寿内、P8②) ☎01558-8-2910

—— 8 子どもと一緒に出かけ ——

自宅でお子さんと遊ぶのもいいですが、
天気の良い日には、お子さんと一緒にお出かけしてみたいか。

お出かけの前に準備したいもの

- * 紙おむつ・おしり拭き * 着替え
- * ビニール袋（使用済みおむつを入れたり、
汚れた服を入れたり、何かと便利です）
- * タオル * ウエットティッシュ
- * ミルクセットや水分補給用の飲み物
- * 母子健康手帳 * 健康保険証
- * お気に入りのおもちゃ

こんなものも があると便利!!

- * 虫よけスプレー
- * 絆創膏・消毒液
- * ひざかけ
- * レジャーシート
- * 抱っこひも

① おすすめの公園

町内にあるたくさんの公園の中から、おすすめの公園を写真つきでご紹介します。

幕別地区 明野ヶ丘公園・明野ヶ丘スキー場 (P5)

- ・展望施設「ピラ・リ」は洞窟のような作りで
子ども達の冒険心をくすぐること間違いなし!
- ・芝生広場やマウンテンバイク
コースがあります。
- ・夏はパークゴルフ、冬はスキー
やそり滑りと四季を通して
楽しめる公園です。



幕別地区 運動公園 (P4)



- ・野球場や陸上競技場をはじめ、サッカーコート、
テニスコート、ソフトボール場、アーチェリーコート
等があります。
- ・滑り台やブランコのある公園
もあります。
- ・近くにはパークゴルフ場も
あります。



札幌地区 札幌西公園 (P6)



- ・センサーを触ると霧が出る親水広場や
砂場のある遊具広場があります。
- ・公園の中心には広い芝生
広場がありますよ。
- ・トイレにはチャイルド
シートやベビーシート
を完備しています。



札幌地区 若草南公園 (P6)



- ・住宅街の中に位置し、近
くにはスーパーもあって
利便性がよい公園です。
- ・広い公園内には、芝生広
場、築山、噴水、遊具、
バスケットゴール等が
あります。



札幌地区 札幌北公園 (P6)



- ・町で初めて造った親
水公園です。
- ・水遊びができる遊水
路や芝生広場、コン
ビネーション遊具が
あります。
- ・時々、リスが登場し
ますよ!!



札幌地区 いなほ公園 (P6)



- ・200メートルの遊水路があり、小さな噴水も設置しています。
- ・水路の浅いところは小さい子でも遊べます。
- ・長いローラー滑り台は傾斜が緩やか。
- ・広い芝生でボール遊びをしてもよし！お弁当を食べるのもよし！



忠類地区 ナウマン公園 (P8)

- ・全長40mのローラー滑り台やネットトランポリンなどの大型遊具、親水滑り台があります。
- ・忠類ICを降りてすぐというアクセスの良さと、温泉やキャンプ場が隣接しているのも特徴です。



忠類地区 白銀台スキー場 (P9)



- ・初級・中級コース、上級コースだけではなく、初心者用スペースやそりコースもあり、小さな子どもと一緒に楽しめます。



— 9 もうすぐパパになるあなたへ〈パパの子育て参加〉 —

子育てを楽しみましょう

「もうすぐパパになる」とわかった時のお気持ちは、いかがでしたか？喜びと期待はもちろんのこと、反面、とまどいや不安な気持ち、家族が増えることへの責任の重大さなど、さまざまな思いがめぐったことでしょう。パパとママは人生の、そして子育てのかけがえのないパートナーです。二人で話し合い、力をあわせて子育てを楽しみましょう！

ふたりで育てる新しい小さな生命

赤ちゃんがママのおなかで育つ40週間は、夫婦がパパとママに成長するために必要な準備期間になります。この貴重な時間に大切なママと妊娠中や産後のこと、新しく生まれてくる赤ちゃんとの生活のこと、そして今後の人生について十分話し合ってください！ママになるために頑張る妻に、労わりと感謝の気持ちを持って接しましょう。ふたりで創った大切な小さな生命は、ふたりで大きく育てましょう。

① ママを笑顔にするための新米パパの心得

◆心得1 「感謝の気持ちは言葉や行動で表す！」

心の中で思っている、感謝の気持ちや愛情は、言葉と態度で表現しないと伝わりません。普段言えない「ありがとう」や「いつもお疲れ様」の言葉をかけて、子どもに愛を与えるママの愛情タンクを満たしてあげましょう。

◆心得2 「妻の話はアドバイスよりも聞くことが大事！」

子育ての喜びや悩み、今日の出来事や、今の気分をとにかく聞いて欲しいんです。もしかしたら、オチはないかもしれませんが、でも、そこは突っ込まず、最後まで聞いてあげましょう。それだけでママの心はずっと楽になりますよ。

◆心得3 「ママにも1人になる時間を！」

育児中は、赤ちゃんと四六時中一緒にいて心もからだもヘトヘトです。たまにでもいいから、ママに1人の時間をプレゼントしてあげましょう。できるだけ早く帰宅して、お子さんと一緒にお風呂に入ったり、家にいる時には率先してオムツ替えや抱っこをしたり、積極的に子どもとスキンシップを取りましょう。お休みの日にはお子さんとおでかけしたり、家でパパとお子さんがお留守番して、ママが1人でおでかけする時間を作るのもいいですね。ママの負担が減るだけではなく、子どももパパと一緒にいられて喜んでますよ。

◆心得4 「記念日を大切に！」

普段忙しいママのために、特別な日をお祝いしましょう。誕生日や結婚記念日などのイベントごとに、サプライズをプレゼントして、日ごろの苦勞を労い、感謝しましょう。たまには花のプレゼントも素敵ですよ！お子さんと協力して企画してもいいですね。

◎他にもこんなことを意識してみてください

妊娠中から、お子さんのいる生活をママと一緒にイメージしましょう。15ページ掲載のパパママ教室等、パパが参加できる事業にママと一緒に参加してみたいかがでしょうか。

妊娠・出産でママの体調は大きく変化します。つわりがあったり、だるかったり、食事を作るのも大変です。食事を買ってくるのもいいですが、せっかくなのでパパが料理にチャレンジしてみてもどうでしょうか。また、ママの買い物に付き添って、重たいものを持つてあげるのもいいですね。パパ・ママどちらかだけに負担がかからないよう、家事・育児を二人で分担して、力を合わせて子育てをしましょう。

生まれたお子さんにきょうだいがいる場合、どうしてもママは生まれたお子さんにかかりきりになってしまいます。そんな時こそパパの出番。上のお子さんと遊んだり話したり、たくさん時間を作ってあげてください。

◎パパの育児休業について

育児休業は、ママだけではなくパパも法律上認められている制度です。就業規則に記載がなくても、法に定められた要件を満たせば取得できます。

② パパも料理に挑戦してみよう

冷蔵庫の中にある食材でちゃちゃっとパパ、ママ、赤ちゃんのごはんが作れたら、「さすがパパ」と喜ばれること間違いなし!! パパも料理にチャレンジしてみよう。

豚肉と玉ねぎとしめじで 十勝名物 豚丼



材 料

パパ・ママ・子ども2人分

ごはん……………人数分
豚薄切り肉……………200g
玉ねぎ……………1/2ケ
しめじ……………1/2パック
油……………大さじ1

【調味料】合わせておきましょうゆ……………大さじ2
酒……………大さじ1
砂糖……………大さじ1
みりん……………大さじ1

作 り 方

- ①玉ねぎはうすく切り、しめじはほぐす。
豚肉は食べやすい大きさに切る。
強火だとこげる!
- ②フライパンに油を入れて、火をつけ**中火**にする。
玉ねぎとしめじをしんなりするまで炒め、お皿にあける。
- ③豚肉を広げながら入れ、両面さっと焼く。②の玉ねぎ・しめじと調味料を加え、ハシでかきまぜたり、ひっくり返したり、フライパンをゆすったりしながら、豚肉に火が通るまで炒める。全体に味がつき、**汁がとろ〜ととなったら**火を止める。
汁を少し残す!
- ④深いお皿や丼にごはんをよそって、
具をのせ、汁をかける。焼きのりを指でちぎってのせてもうまい!

とりわけ離乳食 (7~11か月)

豚丼風ぞうすい

- ①豚丼の具を取り出し、表面についた調味料を水で軽く洗い流し、少し味を残す。
豚の脂身は除き、わが子の食べやすい大きさに刻む。
- ②おかゆに加えてまぜる。



「食後の茶わん洗いもやるよ!」の
ひと言でママ大喜び

とりわけ幼児食 (1歳~1歳6か月)

やわらかごはん豚丼

- ①大人のごはんに水を大さじ1~2杯混ぜ、
ラップをして、1~2分レンジで加熱し、5分ほど蒸らす。
- ②豚丼の豚肉は細長く、
キッチンペーパーなどで切り、水を少し加えて薄味にする。
- ③やわらかごはんの上に、豚丼の具をのせる。



③ 先輩パパの体験 (失敗) 談&NG集

子育てには失敗がつきもの。落ち込むこともあるかもしれませんが、失敗から学ぶこともたくさんあるはず。先輩パパの体験談を聞いてみましょう。

〇娘がハイハイをするようになった頃、嫁が用事を足しに出掛けて、娘と二人きりになったとき、抱っこしているうちに娘が寝たので、夫婦のベッドに寝かしました。ベッドも広いので落ちることはないだろうと油断し、つい、うたた寝をしてしまい、その結果、娘はベッドから落下し、鼻血を流して、号泣していました。検査の結果、異常が無かったのですが、娘に申し訳なく、嫁にはこっぴどく怒られ、しばらく落ち込みました…。

〇3歳の息子を湯船に入れたら、お湯が熱かったらしく、熱さにびっくりした拍子にオシッコが…一番風呂だったのに…。

〇妻が食事の支度をするから、1歳の長女の子守をお願いされた。子どもを抱っこしながら、スマホをずっといじっていたら、ふっと顔をあげたら鬼の形相の妻が…。

— 10 幕別町子どもの権利に関する条例について —

町では、平成22年4月に「幕別町子どもの権利に関する条例」を制定しました。

この条例は、「子どもの権利に関する条約」の理念に基づき、子どもにとって大切な権利を明らかにするとともに、子どもを取り巻くすべての人や団体の責務等を定めることで子どもの権利を保障し、子どもの心身の健やかな育ちを社会全体で支援するまちの実現を図ることを目的としています。

この条例で規定している「子どもの権利」

- ① **安心して生きる権利**
安心して生きられることは、子どもが毎日の生活を送るうえで最も基本となる権利です。
 - ◎命が守られ、安全な環境のもとで暮らせること
 - ◎かけがえのない存在として愛情及び理解をもって育まれること
 - ◎健康に配慮されるとともに、適切な医療が受けられること
 - ◎あらゆる虐待、暴力及び犯罪から守られること
 - ◎あらゆる差別及び不当な扱いをうけないこと
- ② **自分らしく生きる権利**
一人ひとりが個人として尊重されることは、自分が自分であることを大切に生きていくために必要な権利です。
 - ◎かけがえのない自分を大切にすること
 - ◎個性や他の者との違いが認められ、人格が尊重されること
 - ◎自分の考えを持ち、表現することができること
 - ◎プライバシー及び名誉が守られること
- ③ **豊かに育つ権利**
成長に必要な様々な経験をしたり、必要な情報を得ることは、豊かに育つために必要な権利です。
 - ◎学び、遊び及び休息することにより、のびのびと育つこと
 - ◎様々な自然、文化、芸術、スポーツ等に触れ親しむこと
 - ◎成長に必要な情報の提供が受けられること
 - ◎年齢及び発達に応じて、適切な支援、助言等が受けられること
- ④ **主体的に参加する権利**
自分に関わることに主体的に参加し、意見を表明することは、子どもが社会性を持ち自立していくために必要な権利です。
 - ◎自分の意見を表明する機会が与えられること
 - ◎表明した意見が、年齢及び発達に応じて、その真意をくまれ、適切な配慮がなされること
 - ◎参加に必要な情報の提供その他必要な支援が受けられること
 - ◎仲間をつくり、仲間と集い、社会に参加すること

子ども達には、自分を大切に、保護者、周りの大人や友達の意見や助言、支援を得ながら成長していく過程にあること、そして特に、自分の権利と同じく他人にも権利があることを伝え、そのことを学ぶ中で将来、社会人となり、保護者となったときに子どもを支援する大人になってほしいと考えています。

「幕別町子どもの権利に関する条例」については、町のホームページにも掲載しています。ホームページには、条例の解説や、啓発用のパンフレット等も掲載しています。

http://www.town.makubetsu.lg.jp/kenkou/kosodate/H250128_kodomonokenri.html

子どもの権利を守るために…子どもの権利を保障する大人の責務

子どもは心身ともに成長する過程にあります。子どもが健やかに育つためには、子どもにとって最善の利益を考慮し、子どもの権利の保障に努めるとともに、大人等はそれぞれの立場でお互いに協力して、子どもの育ちを支えなければなりません。

連携

保護者

- 子どもの養育と発達に関して、最も大切な役割を担っています。子どもの年齢や発達に応じて、適切な指導、助言等の支援を行います。(第9条)
- 子どもの言葉や表情などから子どもの気持ちを受け止め、それに応えていくとともに、子どもと十分に話し合います。(第9条)
- 子どもに対して、虐待や体罰を行ってはいけません。(第9条)

育ち・学ぶ施設（学校など）

- 子どもが主体的に育ち、学ぶことができるよう必要な支援に努めます。(第10条)
- 子どもの虐待、体罰、いじめ等から子どもを守り、関係機関と連携しながら、その防止、相談、救済等に努めます。(第10条)
- 子どもの育ちや学びを支援するに当たり、職員に対して、研修の機会を提供するなどの必要な支援に努めます。(第10条)
- 育ち、学ぶ場での子どもの意見表明や参加の機会を設けるよう努めます。(第17条)

地域住民等

- 地域での子どもとの交流を通して、子どもの健やかな育ちの支援に努めます。(第11条)
- あらゆる虐待や暴力、犯罪から子どもを守るため、安全で安心な地域づくりに努めます。(第11条)
- 子どもの年齢及び発達に応じ、地域活動に主体的に参画できるよう努めます。(第11条)
- 地域での子どもの意見表明や参加の機会を設けるよう努めます。(第17条)

事業者

- 子どもの社会的自立に向けた就労支援、キャリア教育などに配慮するよう努めます。(第12条)
- 仕事と子育ての両立のため、職場の環境づくりや子育て支援の取組みへの従業員の協力等に努めます。(第12条)
- 地域での子どもの意見表明や参加の機会を設けるよう努めます。(第17条)

町

- 子どもに関する施策を実施します。(第13条)
- 保護者、育ち・学ぶ施設、地域住民等及び事業者が、それぞれの責務等を果たすことができるよう、必要な支援に努めます。(第13条)
- 子どもに関する施策を実施するために、必要な財政上の処置を行います。(第13条)
- 町政に関して、子どもの意見表明や参加の機会を設けるよう努めます。(第17条)

子ども達には、自分を大切に、保護者、周りの大人や友達の意見や助言、支援を得ながら成長していく過程にあること、そして特に、自分の権利と同じく他人にも権利があることを伝え、そのことを学ぶ中で将来、社会人となり、保護者となったときに子どもを支援する大人になってほしいと考えています。

また、子どもに権利を認めることは、子どもの権利の濫用（わがままなど）を助長するものではありません。仮に権利の濫用が生じたときは、子どもの最善の利益の観点から、適切な指導や助言を行うという大人の役割が求められます。

子どもの権利に関する条例について、不明な点は下記担当までお問合せください。

担当：こども課こども支援係 ☎0155-54-6621

家族の思い出ページ

から パパママへ

* 家族写真を貼ってね *



○発行日：平成30年12月 ○発行者：幕別町（住民福祉部こども課）
〒089-0692 幕別町本町130番地1 TEL：0155-54-6621