



妊娠したら



妊娠がわかったら

問 こども家庭センター ☎2991-1820

妊娠おめでとうございます。新しい家族を迎える準備をしましょう。



妊娠届出・母子健康手帳

- ➡ **受付窓口** こども家庭センター（所沢市保健センター内）
- ➡ **予約時間** 平日9:00～16:30（祝日・年末年始を除く）

持ち物、予約方法等については市ホームページをご確認ください。



市HP



予約サイト



妊婦健康診査

妊婦健診は、妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するために行うものです。

妊娠中は、妊娠の経過に伴って、心とからだも変化していきます。医師や助産師などの専門家のアドバイスを受けて、積極的に健康管理に取り組み、安心して妊娠期間中を過ごしましょう。

また、もともと健康な方であっても、妊娠中はさまざまな病気になるリスクがあります。早期に発見し、適切な治療を行うことが大切です。ご自分の健康や体力を過信せず、適切に妊婦健診を活用してください。

健診費用に関する助成制度については、P17をご参照ください。

妊娠したら

ベビーカーマークを知っていますか？

ベビーカーマークは、ベビーカーを安心・安全に使用するためのマークです。

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



ベビーカー使用禁止マーク

ベビーカーの使用を禁止する場所や設備（エスカレーター等）を表しています。

出典：国土交通省

妊婦支援給付金

妊娠期から出産・子育てまで面談・相談に応じます。併せて、面談を受け支給申請をされた方に妊婦支援給付金を支給します。

詳しくは市ホームページをご覧ください。🔍 [所沢市妊婦支援給付金](#)



助成制度

📍 こども家庭センター ☎ 2991-1817



妊産婦健康診査・新生児聴覚検査助成券

所沢市では、妊産婦健康診査、新生児聴覚検査の費用の一部助成を行っています。妊産婦健康診査・新生児聴覚検査助成券は、妊娠の届出をした際に、母子健康手帳と一緒にお渡ししています。また助成券は、原則、再交付いたしませんので、大切に保管してください。助成券に記載されている内容は必ずお読みください。

埼玉県内・近隣都県の委託医療機関等で使用することができます。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。🔍 [所沢市妊産婦健診](#)

里帰り出産等で受診時に助成券が利用できなかった場合には、「所沢市妊産婦健康診査・新生児聴覚検査助成金交付制度(下記参照)」をご利用ください。

所沢市外へ転出された際には、転出先の自治体で交換が必要です。所沢市発行の助成券をお持ちの上、お手続きください。



妊産婦健康診査・新生児聴覚検査助成金交付制度のご案内(出産後の手続き)

所沢市と委託契約を結んでいない医療機関等で、自費で妊産婦健康診査・新生児聴覚検査を受診した場合に費用の一部を助成するものです。妊産婦健康診査費用及び新生児聴覚検査費用が全額無料となるわけではありません。

申請に必要な書類等

- 未使用の妊産婦健康診査・新生児聴覚検査助成券(所沢市発行のもの)
- 医療機関等が発行した妊産婦健康診査費用及び新生児聴覚検査費用の領収書
- 母子健康手帳 ● 印鑑
- 振込口座が確認できるもの

申請期限

出産した日から起算して1年以内

— 告 白 —

松田母子クリニック
Matsuda Perinatal Clinic

産科 婦人科 小児科

04-2968-6800

所沢市本郷1080-5

東所沢駅より徒歩5分 / 所沢駅より車で15分

立ち会い(帝王切開も)OK
産後サポートステイ
産後相談
予防接種

駐車場 30台

妊娠したら

新生児聴覚検査を受けましょう

新生児聴覚検査費用の一部助成を行っています。

新生児聴覚検査とは生まれて間もない赤ちゃんを対象に行う耳のきこえの検査です。出生後早期(おおむね3日以内)に、赤ちゃんが眠っている間に音を聞かせてその反応を記録する方法で行います。生まれつき聴覚になんらかの障害を持つ赤ちゃんは1000人に1~2人と言われています。きこえの障害を早く見つけ、適切な指導を受けることで、赤ちゃんの能力を十分に発揮させ、ことばの発達を促すことができます。

※実施については出産医療機関にご確認ください。



妊娠中の体調管理

問 健康管理課 ☎2991-1811



妊娠したら

風しん

生まれてくる赤ちゃんのために「風しん予防接種」

妊娠中の女性(とくに妊娠初期の女性)が風しんにかかると、お腹の中の赤ちゃんにも感染して、耳が聞こえにくい、目が見えにくい、生まれつき心臓に病気がある、発達がゆっくりしているなど「先天性風しん症候群」という病気にかかってしまうことがあります。

妊娠中の女性の家族は、風しん予防接種をご検討ください

妊娠中は、風しんの予防接種を受けることができません。ご家族の方で風しんにかかったことがない方や風しんの予防接種を受けていない方、もしくは不明な方は、接種をご検討ください(医療機関へ直接予約)。

- 過去に風しんの予防接種を受けた方でも、医師と相談のうえ、再接種できます。
- はしか(麻しん)も予防できる麻しん風しん混合(MR)ワクチンもあります。



— 広 告 —

新築

リフォーム

埼玉県の優良木材で建築する創業50年の工務店

自然素材を使用した「からだがよるこぶ」住まい

デザイン性の高いマイホーム・リフォームなら
ゆたか建設株式会社 (Yutaka)



詳しくは
ホームページを
ご覧ください



妊娠中のマイナートラブル(不快症状)について

妊娠前期	つわり、だるさ、体のほてり、眠気、便秘など
妊娠中期以降	足のむくみ、こむら返り、腰痛、頻尿、睡眠トラブルなど

「つわり」について

つわりは、約8割の妊婦さんが経験します。症状としては、吐き気・嘔吐、食欲不振、嗜好の変化などがあり、その大部分は、軽症で一時的なものでも中期頃に軽快します。

しかし、一部の方はつわりの症状が悪化する「妊娠悪阻」という病気になることがあり注意が必要です。重症化すると生命に関わることもあります。

「妊娠悪阻」の症状

頻回嘔吐 体重減少(非妊時より5%) : 40kg→2kg減、50kg→2.5kg減、60kg→3kg減 脱水症状(尿量減少、皮膚乾燥、喉の渇きなど)

* つわりの受診の目安 *

食べられない 飲めない 頻回の嘔吐 体重が減ってきた

「便秘」について

便秘を改善することは、スムーズなお産や痔の悪化予防のためにも大切です☆

改善のポイント(食事についてはP22~をご覧ください)

決まった時間にトイレに行く 起床時に水分補給 適度な運動 乳酸菌飲料等の利用

改善しない場合は、医師へ相談してみてください♪

妊娠したら



妊娠中に参加できる教室・サロン

問 こども家庭センター ☎2991-1820



妊婦サロン

- 開催 年間12回
- 内容 助産師によるミニ講話、妊婦体操、妊婦同士の交流
- 対象 所沢市に住民登録のある妊婦

➤ 申込み 広報ところざわ・市ホームページをご覧ください。



市HP

広告



Matsuba Pediatric Clinic

全ての子ども達へ、トータルな内科診療を

まつば小児科

日本小児科学会認定小児科専門医 米沢 龍太

女性医師勤務

授乳室・感染症対応ブース有り



至所沢 新所沢駅

まつば小児科

東口ローランド 交番

セブンイレブン

武蔵野銀行

松葉通り

所沢市松葉町21-2

診療時間 9:00~12:30 / 14:00~17:30

休診日 日曜・祝日 ※水曜・土曜は13時まで

駐輪場・駐車場有り

新所沢駅東口より徒歩4分

☎04-2936-9137






プレママクラス

問 栄養・歯科(健康づくり支援課内) ☎2991-1813



栄養

- 開催 年間6回(予約制・先着20名)
- 内容 妊娠中の食生活について(ランチ付) 離乳食の準備について
- 対象 所沢市に住民登録のある33週までの妊婦(パートナーの参加も可能です)
- 費用 参加費 700円
- 申込 広報ところざわ・市ホームページをご覧ください



歯科

- 開催 年間6回(予約制・先着20名)
- 内容 歯科健診、効果的な歯みがき方法、赤ちゃんのむし歯予防等
- 対象 所沢市に住民登録のある28週までの妊婦(パートナーの参加も可能です)。
- 申込 広報ところざわ・市ホームページをご覧ください



市HP

妊娠したら



両親学級

問 こども家庭センター ☎2991-1820

- 開催 年間12回(予約制、各回先着24組)
- 内容 沐浴実習、妊婦とパートナーで行う妊婦体操等
- 対象 所沢市に住民登録のある概ね33週までの初産婦とそのパートナー(パートナーとの参加が可能な方)



市HP



出産育児一時金

出産した場合、出産時に加入している健康保険組合等から50万円の出産育児一時金が支給されます。出産育児一時金の受け取り方法として、支給申請・受け取りの手続きを医療機関が被保険者に代わって行い、出産費用に充てる「出産育児一時金直接支払制度」が主流になっています。これにより高額の出産費用を事前に準備する必要がなくなります。

※一年以上健康保険組合等の本人資格を有していた方が、資格喪失日から6か月以内に出産される場合は、もともと加入していた健康保険組合等から出産育児一時金が支給される場合がありますので、事前にご確認ください。

※産科医療補償制度未加入の分娩機関での出産、及び妊娠12週(85日)以上22週未満の流産(死産)の場合、海外出産の場合、支給額は48万8,000円となります。

- 申請窓口
 - 直接支払制度を利用する場合
医療機関(出産前に申請します)
 - 直接支払制度を利用できない場合
ご加入の健康保険組合等(出産後に申請します)
- ※直接支払制度を利用した場合でも、出産費用が出産育児一時金の支給額より少ない場合は、健康保険組合等に差額の支給申請が必要な場合があります。

- 問い合わせ
 - 社会保険、共済保険等に加入している場合
勤務先等にお問い合わせください。
 - 国民健康保険に加入している場合
国民健康保険課 ☎2998-9131



市HP





働きながらママになる方向けの主な制度

出産や休業について、早めに勤務先へ相談・報告をしましょう。

医師等から、勤務時間の短縮や作業の制限などの指導を受けた場合には、「母性健康管理指導事項連絡カード」を利用して会社に相談をしてください。連絡カードは妊婦健康診査を受けている機関で記入してもらうことができます。

妊娠から育児期に利用できる主な制度

産前休業	出産予定日の6週間前(双子以上の場合は14週間前)から請求すれば取得できます。
産後休業	出産日の翌日から8週間は、原則就業することができません。
解雇制限	産前・産後休業の期間及びその後30日間の解雇は禁止されています。
育児休業	1歳に満たない子を養育する従業員は、男女を問わず、希望する期間、子どもを養育するために休業することができます。



経済的な支援

市HP(産前産後免除)

出産手当金	産前・産後休業の期間中、健康保険から1日につき、原則として賃金の3分の2相当額が支給されます。
育児休業給付金	一定要件を満たした方が対象で、原則として休業開始前賃金月額67%が支給されます。※育児休業の開始から6か月経過後は50%
社会保険料	申し出により本人負担分及び会社負担分ともに免除されます。年金事務所や健康保険組合等にご確認ください。
雇用保険料	給与の支払いがない場合、負担はありません。
国民年金保険料	国民年金の第1号被保険者は、届け出により産前産後期間の保険料が免除されます。詳しくは市民課 国民年金担当または所沢年金事務所(☎2998-0170)にお問い合わせください。

広 告

「トコロんでんき」で電気代見直しませんか？

子育てサポートプラス

子育て中のご家庭を応援しています！加入から

3年間、毎年2ヵ月分の基本料金が無料!

※詳細は、ところざわ未来電力HPにて！

ところざわ未来電力 3つの特徴

- POINT 1 所沢市出資の電力会社
- POINT 2 電気代を安くお得に！
- POINT 3 カンタン申し込み！



所沢市イメージ
マスコット
トコロん
© 所沢市

ところざわ未来電力

0800-170-6989(フリーダイヤル)

受付時間 9:00~18:00 年末年始を除く

<https://tokorozawa-mirai.co.jp/>

所沢市宮本町二丁目21番4号(所沢市上下水道庁舎内)



「ライオンズでんき」もお申し込み受付中！
埼玉西武ライオンズの支援につながり
さらに電気料金も1%お得に！

電どころざわ未来電力は埼玉西武ライオンズを応援しています



詳しくはこちらから！

埼玉労働局雇用環境・均等部

妊娠・出産等を理由とした解雇や不利益な異動を行うことは法律で禁止され、いわゆるマタハラなどが生じないようにすることも事業主の義務とされています。職場からの不利益な扱い、妊娠・出産・育児についての法律についての相談窓口です。

▶ **受付時間** 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜、祝日、年末年始を除く)
☎048-600-6210



ママと赤ちゃんの食事・栄養(妊娠編)

☎ 栄養(健康づくり支援課内) ☎2991-1813

お腹の赤ちゃんの栄養も必要です。つわりがなくなったら、しっかり主食・主菜・副菜を揃えた食事を心がけましょう。

バランスのよい食事のポイントはいろいろな食材を摂るように心がけることです。

妊娠したら



つわりのとき

無理せず食べられる物を食べるようにしましょう。冷たい物のほうが、おいしが気にならず食べやすいこともあります。

外食やお弁当を利用する時は、塩分やエネルギー過多に注意し、栄養バランスに気をつけましょう。



妊娠中に気をつけたい食事



減塩

妊娠高血圧症を予防するためにも減塩を心がけましょう。

野菜はカリウムを含むので、ナトリウムを排出してくれます。

▶ おいしい薄味のコツ

①天然だしを上手に使う。

- ②食品の香り、薬味・香辛料の風味や酢の酸味を利用する。
- ③油を上手に使ったり、香ばしい風味を利用する。
- ④塩味を効かすのは、1品にする。
※外食やインスタント食品は塩分が多めです。1日6.5gを目指しましょう。
- ⑤ラーメン・うどんなどの麺類は、できるだけつゆを残すようにする。

広告



所沢市私立保育園協会加盟園



あきつやまゆり保育園
きたの第2保育園
桑の実西所沢保育園
小手指向陽保育園
所沢元氣保育園

アンドレア保育園
北野保育園
桑の実本郷保育園
第二所沢元氣保育園
所沢すこやか保育園

泉町保育園
桑の実こども園
向陽保育園
第二なかよしこども園
なかよしこども園

便秘

妊娠するとホルモンの作用で腸の働きが弱くなることや、腸が子宮で圧迫されるために、便秘になりがちです。

規則正しく3食きちんと食べ、甘くない水分をしっかり摂りましょう。

➤ おすすめ食材

根菜類、芋類、海藻、豆類、果物、ヨーグルト、オリーブオイル等

葉酸

お腹の中の赤ちゃんの発育に大きくかわかる栄養素です。妊娠初期における胎児の発育や、その後も貧血予防などに、かかすことができません。また、造血作用を担っています。

➤ 多く含む食材

レバー・納豆・ほうれん草・ブロッコリー

➤ 相性のいいビタミンB12

貝類・牛乳・乳製品

カルシウム

もともと不足しやすい栄養素です。赤ちゃんの丈夫な歯や骨をつくるためにも、積極的に摂りましょう。

スナック菓子や清涼飲料水等の加工食品に多く含まれるリンは、カルシウムの吸収を妨げるので、摂りすぎに注意しましょう。

➤ 多く含む食材

牛乳・桜えび・にぼし

➤ 相性のいいビタミンD

鮭・ちりめんじゃこ・きくらげ・しいたけ

鉄分

妊娠期はさまざまな理由から、多くの方が貧血に悩まされます。不規則な食事時間や食前の水分の摂りすぎは、胃の働きを低下させ、鉄分の吸収が悪くなるので注意しましょう。

➤ 多く含む食材

あさり・ほうれん草・こまつな・レバー
※レバーは週に20～30gまでにしましょう。
(やきとり串、半分程度)

➤ 相性のいいビタミンC

レモン・キウイフルーツ・ピーマン・ブロッコリー・じゃがいも

妊娠期の方を対象にバランスの良い食事の講話と試食ができるプレマクラス栄養コース(P20)を実施しています。

また、管理栄養士が妊娠期の食事のコツや体重の増え方などの相談を受け付けていますので、お気軽にお電話ください。

— 告 告 —

Nicot 新所沢	Nicot 小手指	東所沢たんぽぽ駅前保育園
東所沢たんぽぽこども園	双実こども園	みどり保育園
やまゆり保育園	優々保育園	優々の森保育園
陽明保育園	れんげこども園	わかたけ保育園
わかたけ鳩峯保育園	わかたけ元町保育園	わかたけ保育園
		Nicot 所沢



妊娠時の注意点



感染症

妊娠中は免疫力が低下して感染症にかかりやすくなります。赤ちゃんへの影響も考えて有効な薬が使えないことがあります。妊娠中の薬の使用は自己判断で内服せず必ず主治医に相談しましょう。調整できる範囲で人ごみを避け、手洗い、うがいで予防しましょう。

タバコ

タバコの煙(非加熱式たばこ、加熱式たばこを含む)には数多くの有害物質が含まれています。妊娠中の喫煙は切迫早産、前期破水、常位胎盤早期剥離を起こしやすく、胎児の発育に影響を与えます。自然流産の発生率は約2倍、早産率は1.5倍、低出生体重児となるリスクが約2倍高くなるとも言われています。妊婦さん自身はもちろんのこと、周囲の人も禁煙に努めましょう。喫煙は乳幼児突然死症候群と関連することが知られています。産まれてくる赤ちゃんのためにも、ご自身の健康のためにも禁煙しましょう。

お酒

妊娠中の飲酒は自然流産を引き起こし、胎児の発育(特に脳)に悪影響を与えます。安全量はありません。少量であっても、妊娠中の飲酒はやめましょう。出産後も授乳中は飲酒を控えましょう。



愛育班を知っていますか？

所沢市母子愛育班は、地域の人々を対象に「健康づくり」を目標にした住民の主体的な組織活動です。

自分や家族の健康に関心を持ち、さらに地域の健康づくり、ふれあいを願うボランティアグループで、日常生活に根ざした健康づくりを目指した活動をしています。

身近な人への声かけや市への協力などを行っています。

— 広 告 —

安産・初宮・七五三・子授け・厄除のお参りなら

武蔵國三氷川中乃社
延喜式内祈年國幣社



宗教法人 **中氷川神社**

埼玉県所沢市山口 1849

TEL 04 - 2922 - 8888

<https://www.nakahikawa.or.jp>





ママと赤ちゃんの歯と口の健康

問 歯科(健康づくり支援課内) ☎2991-1813

妊娠期の歯の健康状態が、赤ちゃんの発育やむし歯にも影響を与えます。赤ちゃんと自分自身の健康のために今できることから始めましょう。

妊娠中

妊娠中は口の中の環境も変わります

妊娠すると、女性ホルモンの増加、免疫力の低下などから歯周病やむし歯にかかりやすくなります。つわりで十分なブラッシングができない、間食が増えるなどの変化も影響します。

妊娠がわかったら一度は健診を

痛みや異常がなくても歯科健診を受けましょう。産後しばらくは外出しづらくなるので、比較的体調の安定した妊娠中期に必要な歯科治療を済ませるとよいでしょう。

今日からできるセルフケア

- 1日1回はきちんとみがきましょう。
- 歯ブラシは、ヘッドが小さめのものを選びましょう。
- 体調が悪いときはこまめにうがいをしましょう。

赤ちゃんの歯を丈夫にするには

乳歯は妊娠6週目頃、永久歯は妊娠4か月頃にできはじめます。赤ちゃんの丈夫な歯を作るためにも、バランスのよい食事を心がけましょう。

妊娠期の方を対象にプレマクラス歯科コース(P20)を実施し、歯科健診を行っています。

また、幼児期には、2歳児歯科健康教室(申込制)、3歳児フッ化物塗布(P32)を実施しています。詳しくは、広報とこざわ・市ホームページをご覧ください。

出産後

歯の生える時期

乳歯は生後7~8か月頃から生え始め、2歳半~3歳頃、20歯が生えそろういます。歯の生える時期や順序には個人差があります。

赤ちゃんのむし歯予防のポイント

- 砂糖の摂取は控えましょう。
- 毎日仕上げみがきをしましょう。
- フッ化物配合歯磨剤を利用しましょう。利用方法については、歯科医師、歯科衛生士の指導を受けましょう。

赤ちゃんの歯みがき

乳歯が生えてきたら歯みがき開始。ガーゼで拭くことから始め、徐々に歯ブラシに慣れさせるようにします。安全に歯みがきを習慣づけるために、歯ブラシを勝手に持たせないなど、事故に注意しましょう。

妊娠したら



出産したら



出産したら

出生届

問 市民課 ☎2998-9087

お子さんが生まれた日を含めて14日以内に、生まれたお子さんの本籍地、届出人(原則、生まれたお子さんの父または母)の所在地、出生地のうち、いずれかの市区町村役場に届け出てください。

届出に必要なもの

- 出生届(出生された医療機関で受け取れます)
- 母子健康手帳



市HP

出生連絡票

問 こども家庭センター ☎2991-1820

新生儿訪問などの対象になる方を把握するために必要なものです。出生後すみやかにご提出ください。

妊産婦健康診査・新生儿聴覚検査助成券に添付の「出生連絡票」を郵送または電子申請



電子申請はこちら



新生儿妊産婦訪問・

こんにちは赤ちゃん訪問

問 こども家庭センター ☎2991-1820

- ▶ 対象 生後4か月までの赤ちゃんがいるすべての家庭
- ▶ 訪問者 保健師または助産師
- ▶ 内容 体重測定、育児や健康相談、子育て情報の提供
- ▶ 申込み 出生連絡票(はがきまたは電子申請)

※こども家庭センターよりお電話いたします。ご連絡がつかない場合は、お約束なく訪問を行っています。

※里帰り先での訪問を希望される方は、ご相談ください。



市HP

(産前・産後の訪問指導)

広 告

悠久1300年 子孫繁栄の宮



高麗神社

初宮詣・七五三・安産祈願・ランドセル祈願
祈願随時受付：8:30~17:00

※ご予約の必要はありません

埼玉県日高市新堀833 TEL042-989-1403



児童手当

問 こども支援課 ☎2998-9124

お子さん(0歳から18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある子)を養育している方に対して手当を支給します。手当を受けるためには申請(認定請求書の提出)が必要です。申請は誕生日の翌日から15日以内に行ってください。公務員(独立行政法人等勤務者を除く)の方は勤務先に申請してください。

▶申請に必要なもの

- 申請者の健康保険証の内容が確認できるもの(資格確認書等)
- 申請者名義の預金通帳またはキャッシュカード
- 申請者と配偶者のマイナンバーカードまたは通知カード
- 本人確認書類

🌿 手当額

- 3歳未満(第1,2子)…月額15,000円
- 3歳から高校生年代(第1,2子)
……………月額10,000円
- 0歳から高校生年代(第3子以降)
……………月額30,000円

※その他、詳しくは、市ホームページ等をご確認ください。



市HP

子ども医療費助成制度

問 こども支援課 ☎2998-9124

お子さんに対する医療費(高額療養費、付加給付金等を除く)の一部負担金を助成します。あらかじめ登録が必要です。申請は誕生日の翌日から15日以内に行ってください。登録後に「子ども医療費受給者証」を交付します。

※医療機関等の適正受診にご協力ください。

▶対象 0歳から高校生年代まで(18歳に達した日の属する年度の末日)

▶登録に必要なもの

- お子さんの健康保険証の内容が確認できるもの(資格確認書等)
 - 健康保険証の被保険者名義の預金通帳またはキャッシュカード
- ※最新の情報は市ホームページをご覧ください。



市HP

出産したら

広告



所沢駅近くの小児科

りょうきっすクリニック

予約受付

乳幼児健診

健康相談

夜間相談

	月	火	水	木	金	土
午前診療	●	●	●	●	●	●
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
予約診療・乳児健診	●	●	●	×	●	■
14:00~15:30	●	●	●	×	●	×
午後診療	●	●	●	×	●	×
15:30~18:30	●	●	●	×	●	×



所沢市東住吉2-4 2F



所沢駅西口徒歩3分
所沢駅西口入口
西武池袋線
西武東上線
池袋駅
所沢駅
所沢市東住吉郵便局

TEL 04-2924-2525

未熟児養育医療

問 こども家庭センター ☎2991-1817

出生体重2,000g以下、または身体の発育が未熟なままで生まれ、入院を必要とする赤ちゃんに対して、その治療に必要な医療費を公費で負担する制度です。ただし、指定養育医療機関で、主治医が認めた場合に限られます。

▶申請に必要なもの

- 養育医療給付申請書
- 養育医療意見書
- 世帯調書
- 健康保険証または児の資格確認書
- 申請者と配偶者のマイナンバーカードまたは通知カード
- 本人確認書類

助産師のケアに関するご案内

埼玉県の助産師会のご案内をしています。詳しくはホームページをご確認ください。

- 埼玉県助産師会ホームページ



助産師による個別母乳相談

問 こども家庭センター ☎2991-1820

- ▶場所 所沢市保健センター

詳しくは市ホームページをご覧ください。



市HP

産後ケア事業

問 こども家庭センター ☎2991-1820

産後の心身のケアや育児の不安解消のため、病院や助産所などの委託施設において、お母さんの休養のサポート、育児や授乳に関する相談を受ける場合、市が補助を行っています。宿泊や日帰りの形式でサービスを提供しています。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



市HP

— 広 告 —

人生の中で、おっぱいが出る期間は限られています。

その貴重な時間を、お母さんと赤ちゃんで是非楽しんでください。
あなたの生活にあった方法で、じっくり丁寧にサポートします。

●おっぱいマッサージ (約30分~1時間)

- 分泌促進 ●トラブル改善 ●産後の心配 ●卒乳相談
- 育児相談 ●リラクゼーションマッサージ

マッサージ・指導料・税込み 料金 1回：5,000円
(西所沢駅から車で30分以上かかる場合 交通費別途1,000円)

出張専門

高野母乳育児相談室

TEL : 090-3917-1563

〒359-1144 埼玉県所沢市西所沢 1-7-22-210

高野母乳育児相談室 検索

年中無休 (完全予約制)





産後の体と心の健康

出産後はホルモンバランスの変化や睡眠不足などで、疲れが出やすい時期です。産婦の20～40%が、気持ちの揺れが激しくなる「マタニティブルー」になり、10～20%程度が「マタニティブルー」が長期化したり、赤ちゃんに愛着が抱けなくなる「産後うつ」になると言われています。

	産後うつ病(病気)	マタニティブルー(生理的なもの)
発症期間 経過	産後2、3週間から数か月以内 治療が必要	産後数日以内 自然に回復
症状	気分の落ち込み、疲れやすい、不安感やイライラ感、眠れない 集中力や記憶力の低下、情緒不安定など…	
	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: space-between;"> <div style="font-size: 2em;">←</div> <div style="text-align: center;">強く現れる</div> <div style="text-align: center;">→</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: space-between; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">比較的軽い</div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px;"></div> </div>	



赤ちゃんの泣き

- ▶ **泣きの原因** おなかがすいた、おむつが汚れている、暑い、寝ていることに飽きた、理由なく泣く等
- ▶ **対処** 声をかける、あやす、抱っこ、おんぶ、音楽を聞かせる
- ▶ **あやし方のポイント** 頭や体を自分の腕や胸に密着させるようにしましょう。
- ▶ **注意** 赤ちゃんを激しく揺さぶらないでね。激しく揺さぶると、首の筋肉が未発達のため脳に衝撃を受け障害が残ることもあります。



聞きたい、困った時には相談を！

問 こども家庭センター ☎2991-1817(母子保健担当) ☎2991-1820(妊娠・出産担当)

子育て、家事と頑張りすぎていませんか？産後のママは赤ちゃんのお世話に追われ自分のことは後回しになりがちです。我慢せずに育児について聞きたいこと、悩みのある時など早めにこども家庭センターの保健師や助産師にご相談ください。

— 告 告 —



にしとほろざわクリニック

NISHITOKOROZAWA CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～13:00	●	●	/	●	●	●	/
15:00～18:30	●	●	/	●	●	●	/

西武池袋線「西所沢駅」徒歩2分

心療内科
精神科



所沢市西所沢 1-9-18 第二鹿島屋ビル 2階

☎04-2935-7160

※受付終了時間は、診療時間終了の30分前までとなります

出産したら

一人で悩まないで、いろいろな人の力を借りよう

どんなことをしても泣き止まない時期があります。泣き声がつらいと感じたりイライラしたりしたら、安全を確保してすぐに様子を見に行ける範囲で一旦離れ、深呼吸をして冷静になりましょう。泣き止ませようと激しく揺さぶったり、周囲に泣き声が聞こえないように口をふさがないでください。

普段からご近所にも挨拶をして、泣く時期の赤ちゃんがいることを知ってもらいましょう。

子育てや日々の不安などを赤ちゃんにぶつけているかもと感じたときは、一人で悩まずに相談しましょう。こども家庭センターや児童相談所全国共通ダイヤル「189」も利用できます。



ママと赤ちゃんの食事・栄養

問 栄養(健康づくり支援課内) ☎2991-1813

ママが幸せを感じて食べること。それが赤ちゃんの幸せにつながります。

出産したら



もう始まっています。赤ちゃんの食育。

まだ食べる時期ではなくても、家族でおいしく楽しく食べる姿を見せておくことが大切です。

家族との食事の楽しさを身近に感じ、食べる意欲につながります。

所沢市では、食事や栄養、歯の健康に関する様々な教室などを実施しています。詳しくは、市ホームページ等をご覧ください。



市HP



育児は体力勝負！！

体重は半年かけてゆっくり戻しましょう。

ママが元気であるために、まずは1日3食欠かさずに食べましょう。忙しいときは、片手で食べられるおにぎりなど用意しておくといいですね。



— 広 告 —

診療科目

(地域周産期母子医療センター / 地域医療支援病院 / 紹介受診重点医療機関)

内科 / 代謝・内分泌内科 / 呼吸器内科 / 消化器内科 / 循環器内科 / 小児科 / 外科 / 整形外科 / 脳神経外科 / 泌尿器科 / 産婦人科 / 眼科 / 耳鼻咽喉科 / 放射線科 / 病理診断科

診療受付時間

8:30~11:00

休診日

土・日・祝日及び年末年始

当院の
救急輪番日

内科・外科系：毎週月・木

小児科：毎週月・木・金・土・日(夜間)
第2・4・5週日曜日(昼間)



独立行政法人 国立病院機構

西埼玉中央病院

Nishisaitama-chuo National Hospital



04-2948-1111

所沢市若狹 2-1671

産後(授乳期)の食事

バランスのよい食事が大切

母乳は食事の内容により影響されます。母乳がたくさん出るように1日3食+間食で栄養バランスのよい食事を摂りましょう。薄味を心がけることも大切です。

おいしい母乳のために

- 和食中心で主食のごはんをたっぷりと
- 脂っぽいものや甘いものは控えめに
- 水分もしっかりと

しっかり摂りたい食品

- たんぱく質の多い食品
(肉、魚、卵、大豆製品(豆腐等))
- カルシウムの多い食品
(乳製品、小魚、緑黄色野菜、海藻、大豆製品)
- 鉄分の多い食品
(赤身肉、魚、レバー、緑黄色野菜、貝類)

助産師による母乳育児についての相談をお受けしていますので、お気軽に「こども家庭センター(妊娠・出産担当)」へご連絡ください。

産後ママクッキング

- 開催 年6回(予約制・先着24組)
- 内容 母乳や産後に良い食事、離乳食についての講話と調理実習
- 対象 所沢市に住民登録のある生後3~4か月児と母親
- 費用 参加費 700円
- 申込 広報ところざわ・市ホームページをご確認ください。



市HP

離乳食

離乳食は乳汁から固形食を食べられるように経験する時期です。食べる楽しさをお母さんと赤ちゃんのペースで体験していきましょう。いろいろな素材の味になれて味覚を育てましょう。

所沢市では、生後5か月から1歳6か月頃の離乳食のすすめ方が分かるパンフレット「たのしくのびのび離乳食から乳児食」を作成しています。また、市ホームページには「10倍粥の作り方」の動画も掲載していますので、ご覧ください。



市HP





乳幼児健康診査

問 こども家庭センター ☎2991-1817

乳幼児健康診査は、お子さんが順調に育っているかを確認し、お子さんの成長や発達に関することなど子育ての相談ができる場です。アドバイスの内容や気付いた点について、母子健康手帳などにしっかりと記録を残すようにしましょう。

該当健診日の2週間前までにご案内を郵送します。詳しい日程等は、市ホームページでご案内しています。ご案内が届かない場合や所沢市に転入された方は、必ずこども家庭センター(母子保健担当)までご連絡ください。

台風や大雨、大雪等の悪天候の場合は無理せず、健診日程変更のご連絡をください。また、実施に変更が生じる場合は、ところざわほっとメールにてお知らせいたしますのでご登録をお願いいたします。登録方法は健診のご案内をご覧ください。

	形式・場所	受診に際して
4か月児健康診査	個別健診 (市内協力医療機関)	医療機関に事前予約が必要
10か月児健康診査		
1歳6か月児健康診査	集団健診 (保健センター)	通知した日に受診できない場合には日程変更の連絡が必要
3歳児健康診査		
3歳児フッ化物塗布	3歳児健康診査を受診したお子さんに、フッ化物塗布券を発行します。 市内協力歯科医院で利用ができ、費用に関する自己負担はありません。	

集団健診の日程



出産したら

受け方のポイント

- ① 健診のお知らせが届いたら : ② 質問事項を事前に用意
- 詳細を確認し、問診票などの準備をしましょう。 : 日頃感じている疑問や不安を解消する機会にしましょう。
- ③ 集団健診の場合は同じ年齢のお子さんがたくさんいますが比較せず、お子さん自身の成長を大切にしましょう。

— 広 告 —



	受付時間	
	午前	午後
月	8:30~12:00 (診療開始9:00)	13:30~18:00 (診療開始14:00) 14:30~18:30 (診療開始15:00)
火		
水	休 診	
木(第1,第3,第5)	予 約 制	
金	8:30~12:00 (診療開始9:00)	14:30~18:30 (診療開始15:00) 13:30~17:00 (診療開始14:00)
土		



埼玉県所沢市西住吉6-22
TEL 04-2922-3980

URL <https://www.saito-ent.jp>



休診日: 水曜日、第二、第四木曜日、日曜日、祝祭日



予防接種

問 健康管理課 ☎2991-1811

予防接種の役割は、「ワクチン」とよばれる「免疫をつくる種(たね)」を注射したり皮膚につけたりして意図的に体内に病原菌を取り込み、その病気に対する免疫力をつくるものです。適応力の高い乳幼児の時期に予防接種を受けることで、病気にかかる心配を少なくすることができます。予防接種は接種できる月齢になったら、早めに受けることが重要です。

お子さんの体調や周囲の感染症流行状況、スケジュールなどを考慮して早めに接種しましょう。詳しくはかかりつけの医療機関や保健センターなどにご相談ください。



予防接種のポイント



POINT 1 当日はここをチェック！

お子さんの体調はよいか、熱があったり、ふだんと変わった様子はないか確認しましょう。心配なことがあるときは、医師に相談しましょう。

予防接種の種類や対象年齢、回数、間隔を確認して間違いがないかチェックしましょう。複数回接種するワクチンは、原則同じ種類のを接種しましょう。

母子健康手帳と身分証はかならずもっていきましょう。



POINT 2 ワクチンを接種するときのポイント

小さなお子さんが動かないように、しっかりと抱っこしてあげてください。保護者のみなさまがリラックスすると、お子さんも安心します。

注射で泣くお子さんは多いもの。大切な予防接種が苦手にならないように、がんばったことをほめてあげるなど、保護者のみなさまの工夫が必要です。



POINT 3 接種後の注意

接種直後、急な体の変化が起こることがあります。接種後30分くらいは、医療機関のなかでお子さんの様子を見てあげるか、すぐに医師と連絡がとれるようにしてください。

帰宅後もはげしく体を動かすことはせず、接種部位をきれいに保ってあげましょう。

お風呂には入れてもかまいませんが、接種部位をこすらないでください。

— 告 告 —

内科・小児科・リウマチ科・循環器内科・消化器内科・糖尿病内科・呼吸器内科・アレルギー科



ひろせクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
午後3:00～6:30	○	○	○	/	○	/

所沢市緑町2-14-7 新所沢駅西口徒歩3分 **P**有り

☎04-2920-2111



出産したら

予防接種カレンダー(☆は標準的な接種期間)

0か月 1か月 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 11か月 1歳

不 B型肝炎 3回(27日以上の間隔をあけて2回、さらに1回目から139日以上の間隔をあけて1回)
1歳未満 ☆生後2か月～9か月に至る間

経生 **ロタ** ロタリックス 2回 (27日以上の間隔をあけて2回) 生後6週～生後24週まで ☆遅くとも生後14週6日までに接種開始
ロタテック 3回 (27日以上の間隔をあけて3回) 生後6週～生後32週まで

不 …不活化ワクチン

注生 …注射生ワクチン

経生 …経口生ワクチン

不 小児用肺炎球菌 初回3回(2歳までに27日以上の間隔をあけて3回) 生後2か月～5歳未満 ☆生後2か月～7か月に至る間 ※接種開始年齢により、接種方法や回数異なります。

不 五種混合 初回3回(20～56日までの間隔をあけて3回) 生後2か月～7歳6か月未満 ☆生後2か月～7か月に至る間

注生 BCG 1回 1歳未満 ☆生後5か月～8か月に至る間

(接種したワクチン)

注射生ワクチン
BCG/麻しん風しん混合(MR) / 水痘/おたふくかせ

経口生ワクチン
ロタウイルス

不活化ワクチン
小児用肺炎球菌 / B型肝炎 / 五種混合(百日ぜき・ジフテリア・破傷風・ポリオ・ヒブ) / 日本脳炎 / 二種混合(ジフテリア・破傷風) / HPV / 不活化ポリオ / インフルエンザ

(次のワクチン)

注射生ワクチン

27日以上あける

経口生・不活化ワクチン

間隔の制限なし

間隔の制限なし

注生 麻しん・風しん混合(MR)

注生 水痘

不 日本脳炎 1期初回 2回 (6日～28日までの間隔をあけて2回) 生後6か月～7歳6か月未満 ☆3歳

出産したら

異なる種類のワクチンの接種間隔

※同じ種類のワクチンを複数回受ける場合は、ワクチンごとに決められた間隔を守る必要があります。

広告



きたはたファミリークリニック
KITAHATA Family clinic

内科・外科・小児科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～12:30	○	○	○	○	○	／	○
15:00～18:00	○	○	○	○	／	／	／

皮膚科

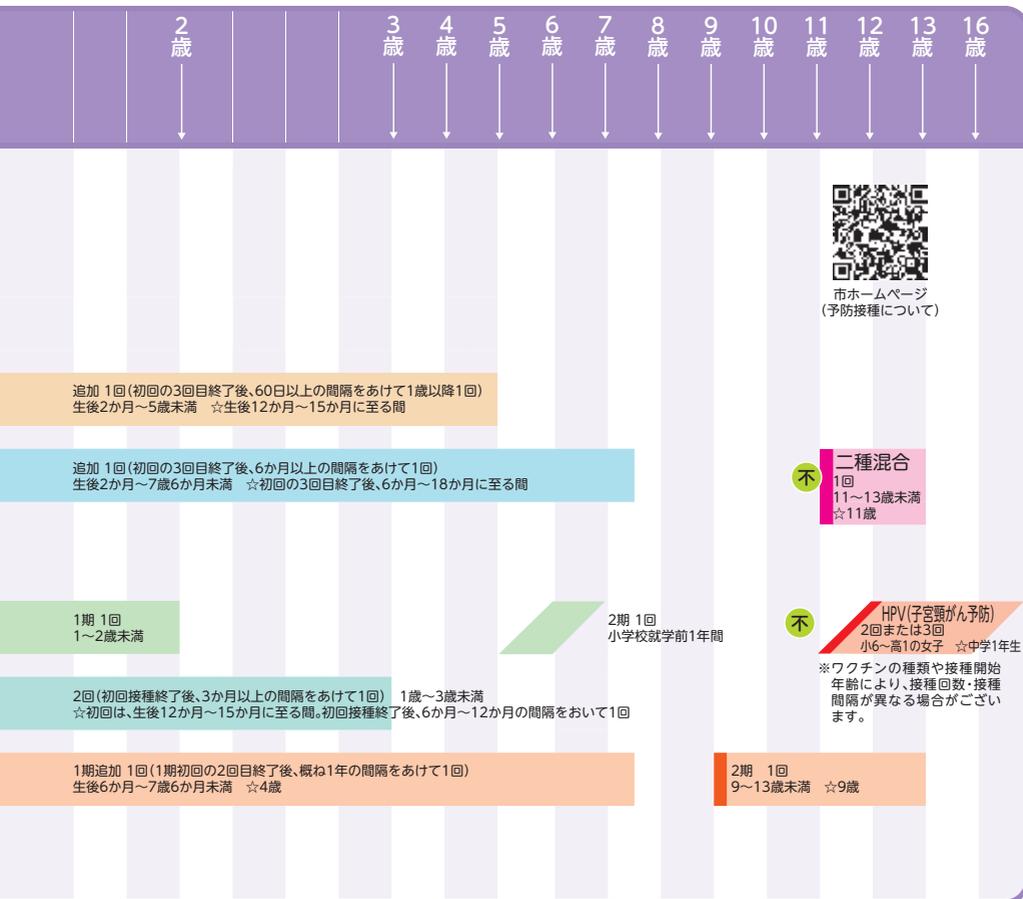
診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～12:30	／	○	△	／	○	／	／

△…水曜日は予約診療優先

所沢市小手指南 4-13-6 ☎ 04-2947-0011

※法改正などにより、接種方法などが変更になる場合があります。

R7.4.1現在



出産したら

— 告 告 —



診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～11:30	●	●	●	●	●	13:30 まで	／	／
14:30～18:30	●	●	●	●	●	／	／	／

健診・予防接種 13:30～14:30 (月～金)

小児科・アレルギー科・内科
電話予約制 (電話朝8:30から)
初診急患の方もお電話下さい
所沢市三ヶ島 4-2286-11
04-2938-7787

預ける・通う



保育園・幼稚園などの利用について

☎ 保育幼稚園課 ☎2998-9126

子ども・子育て支援を総合的に推進することを目的として「子ども・子育て支援新制度」が平成27年4月からスタートしました。新制度に移行している施設については、次のとおり認定や利用手続きを行っていただく必要があります。

①教育・保育施設、地域型保育

受け入れている年齢や利用時間は、施設により異なります。入園にあたっては、事前に見学することをお勧めします。

幼稚園(P42参照)

小学校以降の教育の基礎を作るため、幼児期の教育を行う施設

▶ 対象 ▶ 満3～5歳

▶ 利用時間帯 ▶ 朝～昼すぎ

※利用時間帯の前後や長期休業中に預かり保育を行う園もあります。

※幼稚園には、新制度に移行している園と移行していない園があります。

幼稚園の新制度への移行状況はP42をご覧ください。

認定こども園(P48参照)

幼稚園と保育園の機能や特長を併せ持ち、地域の子育て支援も行う施設

▶ 対象 ▶ 0～5歳

▶ 利用時間帯 ▶ ①朝～昼すぎ(満3～5歳)

②朝～夕(0～5歳)

※①の利用時間帯の前後や長期休業中に預かり保育を行う園もあります。

保育園(P43～46参照)

共働きなど、家庭で保育ができない保護者に代わって保育を行う施設

▶ 対象 ▶ 0～5歳

▶ 利用時間帯 ▶ 朝～夕

地域型保育(P47～48参照)

家庭的な雰囲気の中で保育を行う定員19人以下の小規模な保育施設

▶ 対象 ▶ 0～2歳

▶ 利用時間帯 ▶ 朝～夕

預ける・通う

広 告

YAMAHA
Make Waves

＼1歳のお子様からOK!!／ヤマハミュージックの音楽教室・英語教室
無料体験レッスン・レッスン見学受付中!

ユニスタイル所沢

TEL:04-2923-1343
埼玉県所沢市東町 2-1

※西部池袋線・新宿線 所沢駅西口より徒歩7分



ユニスタイル小手指

TEL:04-2925-7098
埼玉県所沢市上新井 5-79-1

※西部池袋線・小手指駅 / 西武新宿線 新所沢駅より徒歩12分



株式会社ヤマハミュージックジャパン

② 認定区分と利用施設

幼稚園(新制度移行済)や保育園、認定こども園、地域型保育を利用する場合には、認定を受ける必要があります。子どもの年齢や保育の必要性に応じて、1号から3号認定まで3つの区分に認定され、認定区分により利用できる施設や時間が変わります。

- **3歳以上** 教育標準時間認定(1号認定)…幼稚園、認定こども園(利用時間帯 朝～昼すぎ)
- **3歳以上** 保育認定(2号認定)…保育園、認定こども園(利用時間帯が朝～夕)
- **3歳未満** 保育認定(3号認定)…保育園、認定こども園(利用時間帯が朝～夕)、地域型保育

🌱 保育料について

0～2歳児クラスの保育料は、所得や世帯の状況に応じて、年齢や認定区分などにより決まります(詳細は市ホームページをご覧ください)。

また、施設によっては保育料の他に実費徴収(給食費、教材費、通園費など)や特定職員配置費・施設維持費などの徴収が発生する場合があります。

③ [2号・3号認定]を受けるには

保育を必要とする場合、以下の「認定事由」に該当することが必要です。
父母それぞれいずれか一つ必要です。

認定事由の種類と必要条件

認定事由	必要条件
労働	1日実働4時間以上(月16日以上かつ実働64時間以上)の勤務をしていること
出産	出産(予定)日の前1か月から出産後2か月の間であること
保護者の疾病・障害	障害・精神福祉・療育手帳のいずれかの取得、または診断書で保育が必要であることが確認できること
同居親族等の介護・看護	介護・看護に週16時間以上(月16日以上かつ64時間以上)従事していること
災害	地震、風水害、火災等の災害を被り、復旧にあっていること
求職活動	求職活動を行っていること
就学	学校、専修学校、各種学校または職業訓練校等で週16時間以上就学すること(月16日以上かつ64時間以上)
虐待・DV	虐待やDVを受けている(おそれがある)こと
育児休業(在園児のみ)	産前休業以前から労働の認定(事由)に該当しながら同一の施設等を継続利用しており、下の子の育児休業中も継続して同一の施設等の利用を希望する場合
その他	上記に類する状態にあり、市長が認めた場合

また、利用できる時間の上限は、保育を必要とする理由と保護者の就労等の状況により下記の2種類に区分されます。

➤ 保育標準時間

時間外保育	最大11時間 (利用可能時間帯)	時間外保育
-------	---------------------	-------

➤ 保育短時間

時間外保育	最大8時間 (利用可能時間帯)	時間外保育
-------	--------------------	-------

※施設により利用可能時間帯、時間外保育時間が異なります。また、時間外保育料も施設により異なります。



子ども・子育て支援に係る実費徴収助成事業

生活保護受給世帯が、施設型給付を受ける幼稚園、保育園、認定こども園、地域型保育事業などを利用する場合に、日用品・文房具などの購入費、行事参加費、教材費、通園費などの一部を助成します。

また、新制度に移行していない幼稚園を利用する低所得世帯または多子世帯の児童が、園に支払った食材料費のうち、副食材料費の一部を助成します。



幼児教育・保育の無償化について

少子化問題の一因となっている子育て世代への負荷軽減措置の一環として、令和元年に子ども・子育て支援法が改正され、令和元年10月1日から3～5歳児（住民税非課税世帯の場合は0～2歳児も対象）の幼稚園、保育所、認定こども園などの標準的な利用料が無償化されました。



①無償化の対象施設・事業と対象者

下表のA～Eの方が無償化の対象者です。アルファベットは必要な手続（P39参照）を表しています。

無償化対象一覧表

対象施設等 対象者	・認可保育所 ・認定こども園 (保育部分) ・地域型 保育事業	・新制度移行済幼稚園 ・認定こども園 (教育部分)		・新制度未移行幼稚園 ・特別支援学校 (幼稚園部)		・認可外保育施設 (※1)
		教育部分 のみ 無償化	教育部分 + 預かり 保育部分 が無償化	教育部分 のみ 無償化	教育部分 + 預かり 保育部分 が無償化	・一時預かり事業 ・病児・病後児 保育事業 ・ファミリーサポート ・緊急サポート
3～5歳児クラス (※3)	A	B	D (※2)	C	D (※2)	D (※2)
満3歳児	—	B	—	C	—	—
住民税非課税世帯 の0～2歳 児クラス	満3歳	A	B	E (※2)	C	E (※2)
	3歳 未満	A	—	—	—	E (※2)

(※1) 認可外保育施設…一般的な認可外保育施設、事業所内保育所等

(※2) 無償化の対象となるためには、「保育の必要な事由」(P37参照)に該当することが必要となります。

(※3) クラス年齢は、4月1日時点のこどもの年齢になります。

(例) 3歳児クラス…4月1日時点で3歳を迎えているこども

- ◎無償化の対象となる施設等は、事前に市町村が『確認』した施設等になります。所沢市が『確認』した施設等を市ホームページにて公開しておりますので、通っている(通う)施設等が該当するかご確認ください。
- ◎認可保育所、認定こども園(保育部分)、地域型保育事業の施設に在園しているこどもが、認可外保育施設等を利用した場合は、認可保育所等の保育料が無償となるため、認可外保育施設等の利用料は無償化の対象となりません。
- ◎3～5歳児クラスの障害児発達支援も、別途無償となります。(手続き不要)



市HP

②無償化に必要な認定手続き

問 保育幼稚園課 ☎2998-9126

無償化の対象となるためには、必ずサービス利用前に認定手続きをする必要があります。認定を受けていない状態で利用したサービスは無償化の対象とはなりません。P38の「無償化対象一覧表」のアルファベットごとに対応した手続きは下表のとおりです。

必要書類	共通	<input type="checkbox"/> 市外から転入された方は、下記書類の他、父母の課税(非課税)証明書が必要です。
	Aの方	既に教育・保育給付認定を受けているため、新たな認定手続きは不要です。
	Bの方	<input type="checkbox"/> 「教育・保育給付認定申請書兼現況届」[1号認定用]
	Cの方	<input type="checkbox"/> 「施設等利用給付認定申請書兼現況届」
	D・Eの方	<input type="checkbox"/> 「施設等利用給付認定申請書兼現況届」 <input type="checkbox"/> 父の認定事由ごとの必要書類 <input type="checkbox"/> 母の認定事由ごとの必要書類
提出場所	B・C・D・Eの方	利用している(する)施設(事業者)、または保育幼稚園課 ※保育幼稚園課に提出の場合は、施設(事業者)にその旨をお伝えください。 ※課税(非課税)証明書のみ提出の場合は、保育幼稚園課にご提出ください。
提出期限	B・C・D・Eの方	利用している(する)施設(事業者)の定める日 ※原則利用開始月の前月15日まで(土・日曜、祝日の場合はその前営業日)

※「施設等利用給付認定申請書兼現況届」は利用している(する)施設(事業者)または保育幼稚園課で配布しています。なお、市ホームページからダウンロードも可能です。

③保育の必要な事由

P38の「無償化対象一覧表」のD・Eの方が認定を受ける場合、P37の表「認定事由の種類と必要条件」のいずれかの「認定事由」一つに該当することが必要です。保護者一人につき一つ必要です。

③無償化の給付について

利用している(する)施設・事業によって、無償化の内容が異なります。詳細は市ホームページをご覧ください。

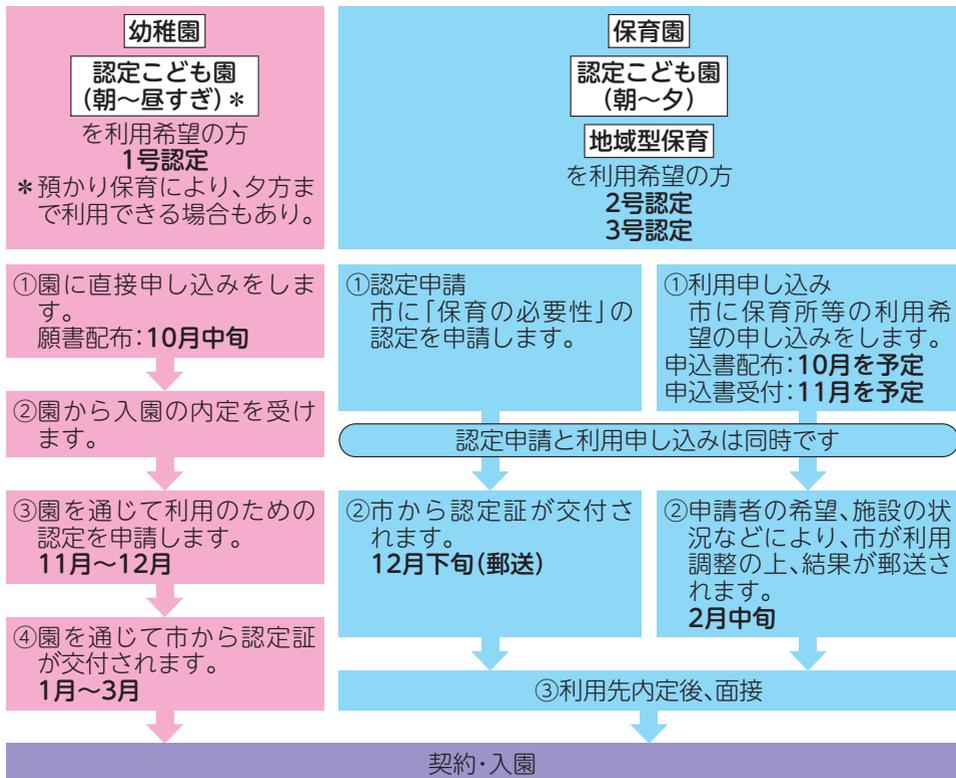


市HP



施設の利用手続きの流れ(4月入園の場合)

※各月の入園までの流れはP43をご覧ください。



預ける・通う

\\ 持続可能な開発目標(SDGs)への貢献 //

「国連持続可能な開発サミット」で「ミレニアム開発目標(MDGs)」（2000年に国連で採択）を受け継ぐ2030年までの新たな目標となる「持続可能な開発目標(SDGs)」が採択されました。

SDGsは、17の目標と169のターゲットで構成されており、主に子どもに関連する項目には、不平等、格差をなくすための目標(目標1 貧困をなくそう、目標3 すべての人に健康と福祉を、目標4 質の高い教育をみんなに、目標5 ジェンダー平等を実現しよう)、すべての子どもを暴力・虐待から守るための目標(目標16 平和と公正をすべての人に)、子どもたちに持続可能な環境を残すための目標(目標11 住み続けられるまちづくりを)などがあります。





私立幼稚園の利用を検討してみませんか？

保育施設各園では、それぞれが保育指針を掲げ、特色ある保育を行っています。私立幼稚園各園でも、それぞれが教育目標を掲げ、特色ある教育を行っています。

私立幼稚園各園では教育時間の前後に預かり保育（一時預かり）を実施していて、保護者の労働などの理由で預けることもできます。「うちは共働きだから、幼稚園には預けられない…」とお考えの方、ご家庭の労働条件に合う幼稚園が見つかるかもしれませんので、私立幼稚園の利用を検討してみたいかをご紹介しますか？



保育幼稚園課では保育施設等の情報冊子を作成し、保育施設および私立幼稚園各園の教育目標や特色、その他PRポイント等を紹介していますので、そちらもぜひご覧ください。

※4月入園は11月上旬頃、その他の時期の入園は随時受付

●私立幼稚園の保育料等の保護者負担は？

令和元年10月1日より、国の施策として幼児教育・保育の無償化が実施され、幼稚園に在園する満3歳から5歳児クラス（小学校就学前）までの児童の保育料の全部または一部が無償となりました。

●保育施設と幼稚園は何が違う？

	保育施設	幼稚園
利用できる保護者	労働（1日4時間以上、月16日以上勤務）等の条件を満たす家庭で保育のできない保護者	どなたでも利用できます。
対象年齢	0歳から小学校就学前（地域型保育事業等一部施設は、0～2歳児クラス）	満3歳～小学校就学前（施設によっては受け入れ年齢が異なる場合があります）
利用時間	夕方までの保育のほか、施設により時間外保育を実施	昼過ぎまでの教育時間のほか、園により教育時間前後や園の長期休業日等（夏休み等）の預かり保育を実施
保護者負担	<p>3～5歳児クラスの全世帯及び0～2歳児クラスの非課税世帯は無償</p> <p>※0～2歳児クラスの課税世帯は、所得に応じて保育料がかかります。 ※時間外保育料、各種実費等は無償化対象外です。</p> <p>※実費のうち副食費については、年収360万円未満相当世帯のこどもと全所得世帯の第三子以降（幼稚園は小学校3年生、保育所は小学校就学前までの範囲でカウント）に該当することも場合は、免除または助成されます。</p>	<p>【新制度移行済幼稚園】 標準的な利用料（教育時間）が無償</p> <p>【新制度未移行幼稚園】 標準的な利用料（教育時間）のうち、月額25,700円まで無償</p> <p>※預かり保育の無償化対象については、入園のしおりをご覧ください。 ※各種実費、その他教育に係る費用等は無償化対象外です。費用の詳細は各園にお問い合わせください。</p>

預ける・通う





幼稚園



私立幼稚園

各園に直接お問い合わせ、お申し込みください。

運営方針や入園手続、保育料、預かり保育の実施などについては、直接各園にお問い合わせください。募集時期については概ね10月中旬です。



私立幼稚園一覧 (地区順)

地区	新制度移行	施設名/幼稚園	所在地	電話番号	開所時間 (預かり保育時間を含む)	預かり保育実施状況【参考】		
						長期休業日保育実施日数 R5年度実績		
						春季・学年末	夏季	冬季
並木	◎	すずらん幼稚園	北原町966-2	2992-9090	7:30~18:30	10日	24日	5日
		マルハ幼稚園	中新井4-15-7	2942-5131	8:00~18:00	4日	11日	2日
所沢		所沢富士幼稚園	元町10-16	2922-2888	8:00~17:30	7日	21日	10日
新所沢		新所沢こひつじ幼稚園	緑町2-19-4	2922-4015	7:00~18:00	11日	25日	6日
		所沢若草幼稚園	緑町3-22-15	2922-5751	8:00~17:30	10日	20日	3日
新所沢東	◎	新所沢富士幼稚園	緑町4-15-32	2922-3856	8:00~17:30	13日	24日	10日
		新所沢幼稚園	美原町2-2929	2942-6038	8:00~17:00	0日	0日	0日
松井	◎	美原幼稚園	美原町3-2958-3	2942-3343	7:30~18:30	13日	25日	9日
		けやき幼稚園	牛沼324-1	2994-9088	8:10~18:00	2日	18日	7日
		慈光幼稚園	下安松487	2937-3603	8:00~18:00	8日	20日	6日
吾妻		所沢第二文化幼稚園	上安松1255-5	2992-6950	7:30~18:30	10日	23日	7日
	◎	所沢第五文化幼稚園	荒幡442-1	2924-7657	7:30~18:30	11日	25日	7日
山口	◎	所沢第三文化幼稚園	山口5350	2924-9943	7:30~18:30	11日	25日	7日
小手指		小手指幼稚園	小手指町2-12-1	2924-9797	8:30~18:00	10日	27日	9日
富岡		ミチル幼稚園	下富1100-2	2942-8445	7:30~18:30	13日	27日	4日
		こでまり幼稚園	狭山ヶ丘1-3015	2948-3125	8:30~18:00	3日	17日	4日
三ヶ島		三ヶ島幼稚園	三ヶ島3-1410	2949-1611	8:00~18:00	9日	20日	6日
		所沢ひまわり幼稚園	三ヶ島4-2282	2949-0426	8:00~18:00	11日	18日	0日

◎…新制度に移行済みの幼稚園です。入園申込みは、直接施設で行います。入園後は、施設を通して支給認定の申請手続きを行ってください。

※長期休業日の期間は各園により異なります。目安は次のとおりです。

○春季・学年末…3月下旬~4月上旬 ○夏季…7月下旬~8月下旬

○冬季…12月下旬~1月上旬



保育園など



保育園

保育園は、保護者の就労や、病気などの理由で、家庭内で児童の保育ができないとき、保護者に代わって日中保育することを目的としています。

保育料は、公立・私立による違いはありません。保護者の所得や在園する子の年齢及び人数等により決定します。詳しくは保育幼稚園課(☎2998-9126)までお問い合わせください。



入園までの流れ



- 入園の可否は、申込み順で決まるわけではありません。
- 2～4月入園分については締切日等が異なります。
- 各保育園の開園時間については、年齢・曜日等によって、表記の開園時間より短い場合があります。希望される方は、必ず事前に各園に確認してください。

保育園一覧

○:実施中 △:一時休止中

地区	保育園名	所在地	電話番号	保育実施年齢	定員	開園時間 月～金 土	一時 預かり (詳しくはP49)	地域子育て 支援センター (詳しくはP80)
並木	ひまわり保育園	中新井435	2942-8774	8週～5歳	90	7:00～19:30 7:00～18:00	○	○
	中新井保育園	中新井3-18-8	2942-8702	1～5歳	90	7:00～20:00 7:00～20:00		
	並木保育園	並木6-1-2	2998-1933	8週～5歳	150	7:00～20:00 7:00～20:00	○	
	松井保育園	下新井1247-2	2992-9022	8週～5歳	90	7:00～20:00 7:00～20:00	○	

預ける・通う

— 広 告 —

あそびつくす ぜいたく



学校法人
太陽学園

所沢ひまわり幼稚園

TEL 04-2949-0426
三ヶ島 4-2282



地区	保育園名	所在地	電話番号	保育実施年齢	定員	開園時間 月～金 土	一時 預かり (詳しくはP49)	地域子育て 支援センター (詳しくはP80)
所沢	所沢すこやか保育園	宮本町1-1-10	2941-6130	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～18:30	○ ※1	
	所沢文化保育園	元町4-3	2926-9797	6か月～2歳	45	7:00～19:30 7:00～18:00		
	わかたけ元町保育園	元町6-13	2940-8135	8週～5歳	90	7:00～19:00 7:30～18:30		
	所沢保育園	元町7-32	2923-6927	1～5歳	160	7:00～20:00 7:00～20:00		
	わかたけ保育園	元町8-24	2903-4088	8週～5歳	80	7:00～19:00 7:30～18:30		
	くすのき台保育園	くすのき台 1-9-3	2998-3838	6か月～5歳	60	7:00～19:30 7:00～18:00		○
	Nicot所沢	くすのき台 1-14-5	2968-4002	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～20:00	○	
	所沢おひさま保育園	くすのき台 2-1-3	2941-6160	6か月～5歳	60	7:00～20:00 7:00～18:00	○	
	第二所沢 おひさま保育園	くすのき台 2-2-6	2000-5000	6か月～5歳	100	7:00～20:00 7:00～18:00	○	
	ところっこ保育園	くすのき台 3-5-5	2998-2760	6か月～5歳	60	7:00～20:00 7:00～20:00		○
新所沢	泉町保育園	泉町1830	2924-9221	6か月～5歳 (4月1日現在)	90	7:30～19:00 7:30～18:30		
	向陽保育園	向陽町2119-1	2924-0994	8週～5歳	120	7:00～19:00 7:00～18:00		
	Nicot新所沢	緑町1-21-10	2925-5553	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～20:00	△ ※2	
	新所沢保育園	緑町3-4-6	2922-4595	8週～5歳	180	7:00～20:00 7:00～20:00	○	○
新所沢東	アンドレア保育園	北所沢町 2066-7	2943-1641	8週～5歳	70	7:00～19:00 7:00～18:00		
	北所沢保育園	美原町 2-2938-3	2942-2828	1～5歳	110	7:00～20:00 7:00～20:00		

預ける・通う

— 広 告 —



新所沢クローバー小児科

西武新宿線「新所沢駅」より徒歩1分

診療時間 月 火 水 木 金 土 日

10:00～13:00 ○ ○ 休 ○ ○ ○ 休

14:00～18:00 ○ ○ 休 ○ ○ ○ 休

※14～15時は、乳幼児健診、予防接種の時間となっております。

休診 水曜、土曜午後、日曜、祝日



所沢市緑町1-1-4 バビル2D

TEL.04-2937-5327



地区	保育園名	所在地	電話番号	保育実施年齢	定員	開園時間 月～金 土	一時 預かり (詳しくはP49)	地域子育て 支援センター (詳しくはP80)
松井	安松保育園	上安松582	2995-0316	1～5歳	100	7:00～20:00 7:00～20:00		
	太陽園	下安松206-16	2944-1841	8週～5歳	60	7:00～19:00 7:00～18:00		○
	西新井保育園	西新井町6-9	2992-3592	8週～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00	○	
	東所沢たんぼぼ 駅前保育園	東所沢和田 2-6-2	2951-0880	8週～2歳	30	7:00～19:00 7:00～18:00		
	東所沢保育園	東所沢和田 3-19-2	2946-3310	8週～5歳	90	7:00～20:00 7:00～18:30	○	
	松郷保育園	松郷92-1	2944-2100	8週～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00		
吾妻	あぎつやまゆり 保育園	北秋津355-12	2927-8800	8週～5歳	100	7:00～20:00 7:00～20:00	○	
	北秋津保育園	北秋津733-10	2993-8694	1～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00		
	吾妻保育園	久米2217	2923-0798	8週～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00		
	わかたけ鳩峯保育園	久米2280	2936-8045	8週～5歳	70	7:00～19:00 7:30～18:30		
山口	山口西保育園	上山口115	2924-1497	1～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00	○	
	桑の実西所沢保育園	山口289-1	2935-3181	8週～5歳	90	7:00～20:00 7:00～18:00	○	
	山口保育園	山口710	2922-8606	8週～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00		
	第二所沢元氣保育園	山口1447-5	2925-8110	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～18:30	○ ※1	
	西所沢保育園	上新井5-5-3	2922-2964	8週～5歳	110	7:00～20:00 7:00～20:00		
小手指	やまゆり保育園	北野1-2-69	2947-4300	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～20:00	○	
	あかねの風保育園	北野2-7-1	2938-6600	8週～5歳	60	7:00～19:00 7:00～18:00	○	○
	あかねの虹保育園	北野3-24-35	2947-9800	8週～5歳	60	7:00～19:00 7:00～18:00	○	
	Nicot小手指	小手指町 1-16-23	2925-3663	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～20:00	△ ※2	
	小手指向陽保育園	小手指町 1-38-10	2940-8711	8週～2歳	30	7:00～19:00 7:00～18:00		
	わかば保育園	小手指町 2-12-10	2924-2298	5か月～5歳	70	7:00～20:00 7:00～18:00	○	
	きたの第2保育園	小手指町 5-13-35	2008-2001	12週～2歳 (4月1日現在)	20	7:00～19:00 7:00～18:00		
	北野保育園	小手指町 5-16-5	2949-3001	5か月～5歳 (4月1日現在)	120	7:00～19:00 7:00～18:00	○	○
	小手指保育園	小手指南 4-15-1	2948-1488	8週～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00		

預ける・通う

地区	保育園名	所在地	電話番号	保育実施年齢	定員	開園時間 月～金 土	一時 預かり (詳しくはP49)	地域子育て 支援センター (詳しくはP80)
富岡	所沢元氣保育園	北岩岡213	2943-7700	8週～5歳	60	7:00～20:00 7:00～18:30	○ ※1	
	富岡保育園	下富654-2	2942-0058	1～5歳	80	7:00～20:00 7:00～20:00		
	陽明保育園	中富1652-1	2943-0077	4か月～5歳	130	7:00～19:00 7:00～18:00	○	○
柳瀬	桑の実本郷保育園	本郷269-1	2946-8717	8週～5歳	60	7:00～19:00 7:00～18:00	○	
	柳瀬保育園	本郷297-1	2944-2392	8週～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00	○	○
三ヶ島	みどり保育園	狭山ヶ丘 1-3003-52	2948-2613	6か月～5歳	90	7:00～19:00 7:00～19:00		
	優々の森保育園	東狭山ヶ丘 4-2659-3	2926-8600	8週～5歳	90	7:00～19:00 7:00～18:00	○ ※1	
	優々保育園	東狭山ヶ丘 4-2686-4	2923-8311	8週～2歳	30	7:00～19:00 7:00～18:00	○ ※1	○
	三ヶ島保育園	三ヶ島 5-1974-4	2948-3489	1～5歳	90	7:00～20:00 7:00～20:00		
	あかね保育園	三ヶ島5-2037	2949-3000	8週～5歳	80	7:00～19:00 7:00～18:00	○	○
	さやまが丘保育園	若狭1-2959-6	2948-5200	1～5歳	120	7:00～20:00 7:00～20:00		

※1 一時預かりにおいて生後12か月に達していないお子さんの利用ができる施設は、所沢すこやか保育園、第二所沢元氣保育園、所沢元氣保育園、優々の森保育園、優々保育園となっております。ただし、預かり開始の月齢については、各施設によって異なりますので直接お問い合わせください。

※2 Nicot新所沢、Nicot小手指は、一時預かりを一時的に休止しています。再開については、市ホームページをご確認ください。

— 広 告 —



Columbia International School

インターナショナルスクールの環境が
そのまま幼稚部クラスに
まともりました

- 幼小中高一貫
- 幼児教育・保育無償化対象の認可外保育施設
- 送迎バス（所沢駅、東所沢駅、その他）
- 放課後預かりオプション（ASC）あり

所沢市松郷 153
☎ 04-2946-1911
✉ admissions@columbia-ca.co.jp

Be a Good Student, Be a Smart Student, Be a Happy Student

ホームページ
QRコード

地域型保育

家庭的な雰囲気の中で保育を行う、定員19人以下の小規模な保育施設です。入園までの流れや保育料は保育園と同様です。

地域型保育一覧

地区	事業 類型	施設名	所在地	電話番号	保育実施 年齢	定員	開所時間 月～金	開所時間 土
所沢	B	保育室 エンジェルキッズ	北有楽町22-13 航空公園アートビル1F	2926-8053	2か月～2歳	15	8:00～19:00	休み
	A	ひまわりルーム	寿町11-11 メジトモ1F	2936-7657	8週～2歳	19	7:30～19:00	7:30～19:00
	A	LONLON保育園	寿町27-7 コンセルタワフ新沢1F	2936-8215	6か月～2歳	19	7:00～19:00	7:30～18:30
	A	かめさん保育園	星の宮1-2-8 ビュラ21	2928-8697	6か月～2歳	12	7:00～18:00	7:00～18:00
	A	よつば陽明保育園	御幸町13-4 シンセカンドビル102	2937-5241	4か月～2歳	19	7:00～18:30	7:00～18:00
	A	きたの保育室西所沢	西所沢1-15-3	2008-2396	5か月～2歳 (4月1日現在)	16	7:30～18:30	休み
	A	第二にじのいろ保育園	北有楽町7-6 ツインビレッジ1F	2935-3320	5か月～2歳	19	7:30～19:00	7:30～18:30
新所沢 新所沢東	A	にじのいろ保育園	緑町2-3-11 ハイ・クリーネ103	2939-7229	5か月～2歳	19	7:30～19:00	7:30～18:30
	A	保育ルーム・ピーカープー	緑町4-3-15 レジエ1F	2926-8258	6か月～2歳	18	7:30～18:30	休み
	A	じよんのび保育園	北所沢町2245-21	2936-6036	4か月～2歳	12	7:30～18:30	休み
	A	るりあん保育園	美原町1-2923-2 パークサイドハイム1F	2968-8608	8か月～2歳	19	7:30～18:30	休み
松井	B	保育ルーム スマイルキッズ	上安松1262-1	2907-3435	6か月～2歳	12	7:30～18:30	休み
	A	れんげほしのこ 保育室	東所沢和田1-3-5 ホウエイパレス1F	2946-5461	6か月～2歳	19	7:30～19:00	休み
	A	あおぞら陽明保育園	東所沢和田2-18-12 関根ハイム1F	2946-3853	4か月～2歳	11	7:00～19:00	7:00～18:00
	A	グルールほいくえん	東所沢和田1-24-3	2969-0331	8か月～2歳	19	7:30～18:30	休み
	A	みつばち保育園	上安松281-1	2968-5255	8週～2歳	12	7:30～19:00	7:30～18:30
吾妻 山口	A	さくらんぼ保育室	南住吉1-14 アムハード所沢1F	2928-4778	8週～2歳	15	7:30～19:00	7:30～18:30
	A	どんぐりほいくしつ	山口2808-16	2924-0786	8か月～2歳	9	7:30～18:30	休み
小手指	A	なでしこ保育室	上新井3-28-9	2921-7811	8か月～2歳	8	7:30～19:00	休み
	B	ぶんぶん保育室	上新井3-64-9	2946-7568	6か月～2歳	18	7:30～19:00	休み
	B	ちびっ子の森 保育園	小手指町1-18-4 パークサイド 小手指B館202	2937-5125	6か月～2歳	19	7:30～19:00	休み
	B	チャイルドケアセンター こくま	小手指町1-39-2	2939-5051	3か月～2歳	15	7:30～19:00	休み
	A	れおん保育室	小手指町4-19-8 キングスヴィレッジ107	2948-8779	6か月～2歳	19	7:30～19:00	休み
	A	ベビーランド保育園	小手指南3-37-4	080-4150-0194	2か月～2歳	19	7:30～18:30	7:30～18:30
	A	ベビーランド 遊育保育園	小手指町1-11-10	080-7156-5075	2か月～2歳	12	7:30～18:30	7:30～18:30
柳瀬	A	パルンナーサリーズ 保育室	東所沢1-13-13 メゾーネアスカ101	2936-9950	6か月～2歳	12	7:30～18:30	休み

地区	事業 類型	施設名	所在地	電話番号	保育実施 年齢	定員	開所時間 月～金	開所時間 土	一時 預かり
並木	保	くれよん保育園 所沢防衛医大	並木3-2	2941-2725	1歳～2歳	15	7:30～20:00	7:30～20:00	○
	A	なごみ陽明保育園	若松町 1092-15	2946-7049	6か月～2歳	12	7:00～18:00	7:00～18:00	

- ➔ **事業類型** A型 全員が保育士
 B型 1/2以上が保育士(保育士以外は必要な研修を実施)
 保 保育所型事業所内保育事業:職員配置や面積等の基準は認可保育園と同様
 ※くれよん保育園 所沢防衛医大は、15名の定員の他に防衛医大の従業員用に32名の定員が設定されています。

認定こども園

幼稚園と保育園の機能や特長を併せ持ち、地域の子育て支援も行う施設です。
 ※施設の利用手続きの流れは、P40～をご覧ください。

認定こども園一覧

地区	区分	施設名	所在地	電話番号	保育実施 年齢	定員	保育時間 月～金 土	一時 預かり (詳しくはP49)	地域子育て 支援センター (詳しくはP80)
所沢	幼保	幼保連携型認定こども園 所沢中央文化幼稚園	宮本町 2-22-15	2922-7343	6か月～5歳	380	7:00～19:30 7:00～18:00		
	幼	幼稚園型認定こども園 所沢文化幼稚園	星の宮 1-2-25	2922-2739	満3歳～5歳	270	7:00～19:30 7:00～18:00		
松井	保	れんげこども園	牛沼658-1	2944-0138	8週～5歳	154	7:00～19:00 7:00～18:00		○
小手指	幼保	幼保連携型認定こども園 所沢第六文化幼稚園	北野1-1-22	2948-1311	6か月～5歳	280	7:00～19:30 7:00～18:00		
富岡	幼保	双実こども園	北岩岡 480-3	2942-7047	6か月～5歳	131	7:00～19:00 7:00～18:00	○	
柳瀬	幼保	東所沢たんぽぽ こども園	亀ヶ谷 172-1	2946-5200	8週～5歳	95	7:00～19:00 7:00～18:00		
三ヶ島	幼保	なかよしこども園	三ヶ島 3-1476-1	2968-5851	8週～5歳	125	7:00～19:00 7:00～18:00	○	○
	幼保	第二なかよし こども園	若狭 4-2479-21	2938-5166	8週～5歳	82	7:00～19:00 7:00～18:00	○	○
	幼保	桑の実こども園	東狭山ヶ丘 6-2823-12	2922-0033	8週～5歳	63	7:00～19:00 7:00～18:00		○

一時預かり

各園に直接お問い合わせ、お申し込みください。

病気・出産・冠婚葬祭等の緊急時や保護者の就労等、家庭での保育が一時的に困難な児童を保育園等でお預かりします。実施施設は、P43～48をご確認ください。実施園は変更になることもあります。詳しくは市ホームページ(Q:一時預かり)をご確認ください。

※新制度に移行した幼稚園における一時預かり(主に園児を対象とした預かり保育)もあります。(詳細はP42)

- **利用できる期間** 就労の場合: 週3日程度、6か月ごとに要更新
緊急時(病気や出産など): 最長1か月間程度
私的理由: 月2日
育児休業取得中の場合: 月4日以内



- **利用できる児童** 所沢市内に住所がある児童。ただし、原則認可保育園・幼稚園等に在園している児童は利用できません。

- **利用年齢** 集団での保育が可能な児童。詳しくは各園にお問い合わせください(※1)。なお、生後12か月に達していないお子さんが利用できる施設はP46をご確認ください。

- **利用時間** 月～金曜: 午前8時30分～午後5時
土曜: 午前8時30分～午後0時30分

- **利用料金** 各園によって異なります。詳しくは各園にお問い合わせください。
※市民税非課税世帯等には軽減制度があります。詳しくはこども支援課(☎2998-9124)までお問い合わせください。

- **利用方法** 各園に直接お申込みください。
利用までの流れは以下のとおりです。

- ① 電話等で利用予定の保育園に空き状況を確認する。
↓
- ② 利用予定の保育園で面接を行う。
↓
- ③ 受け入れ可能となった場合は、提出書類、持ち物等の説明を受け、利用日までに準備する。
↓
- ④ 利用開始

※1 原則先着順ですので、利用できない場合もあります。また、事故防止のために各園で事前面談が必要です。

— 広 告 —



Bunka
みて、ふれて、感動体験

学校法人 所沢文化幼稚園

所在地: 所沢市星の宮 1-2-25

連絡先: TEL 04-2922-7321

FAX 04-2923-8000



病児・病後児保育

施設に直接お問い合わせ、お申し込みください。

小学校3年生までの児童を対象に、病気または病気の回復期にあり集団保育が困難で、かつ、保護者が勤務、傷病などのやむを得ない理由で、家庭で保育ができない期間、実施施設で一時的に保育を行います。

※あらかじめ各施設にて利用登録をお願いします。

➤ **利用料金** 1人日額2,000円、飲食物費実費
市民税非課税世帯等には軽減制度があります。

➤ **利用時間**
月～金曜 午前8時～午後6時／土曜 午前8時～午後2時30分
※日曜、祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。



市HP

実施施設

病児・病後児保育一覧

地区	事業区分	名称	所在地	電話番号
所沢	病児・病後児保育	瀬戸病院 病児保育「もりもり保育室」	金山町8-6	2922-1200
柳瀬	病児・病後児保育	桑の実本郷保育園 病児保育室「ぞうぐみ」	本郷269-1	2946-8717
三ヶ島	病後児保育	ケアステーション所沢 病後児保育室「マミールーム」	東狭山ヶ丘 6-2823-12	080-4053-5662
並木	病児・病後児保育	くれよん保育園 所沢防衛医大 病児室「ぶどうぐみ」	並木3-2	2941-2725

預ける・通う

所沢市ファミリー・サポート・センター

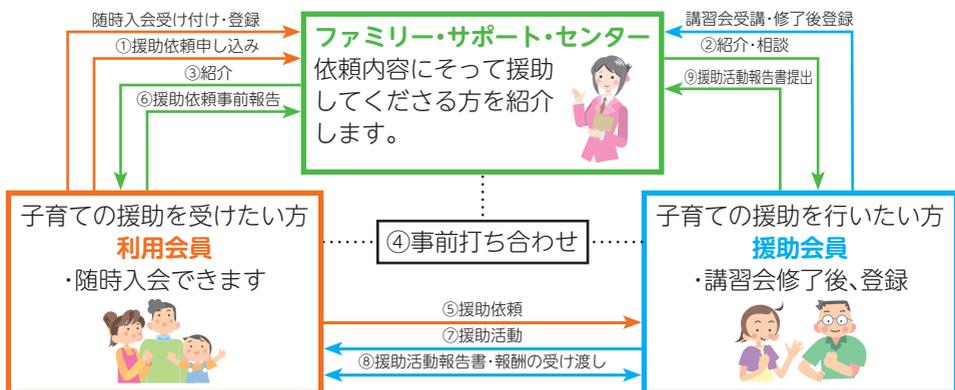
問 ☎2921-0070

小学校卒業までのお子さんの子育ての援助を受けたい方(利用会員)に、子育ての援助を行いたい方(援助会員)を紹介しています。あらかじめ会員登録(無料)が必要です。



市HP

入会・援助活動の流れ



- **活動内容** 保育施設等への送迎、お子さんの一時預かり、沐浴の援助 など
- **報酬** 平日 午前7時～午後7時 1時間700円 それ以外の時間帯 1時間800円
土・日曜、祝日、年末年始 終日 1時間800円
- **登録の申し込み・問い合わせ** 所沢市ファミリー・サポート・センター
※利用会員登録の際には、本人確認書類(免許証、マイナンバーカード等)をご持参ください。
※センターへの来所が難しい方はご相談ください。
- **住所** 〒359-1111 所沢市緑町1-6 プラザシティ新所沢けやき通り18号棟101号室
※提携駐車場あり
- **受付時間** 月～金曜(※祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時

緊急サポートセンター **問** 緊急サポートセンター埼玉 ☎048-297-2903

前日、当日の急な依頼による預かりや送迎、病児・病後児の預かり、宿泊を伴う預かり、緊急時の送迎等を行う、サポート会員を紹介します。ご利用の際には入会登録(無料)が必要です。登録はホームページからできます。
<https://byoujijhoiku.blog.shinobi.jp/> サポート会員も随時募集しています。

- **報酬** 基本時間 午前8時～午後8時 1時間1,000円
基本時間外 1時間1,200円
宿泊 午後6時～翌午前9時の間 1泊10,000円
- **受付時間** 午前7時～午後8時
(土・日曜、祝日可。※年末年始12月29日～1月3日を除く)
- **対象児童** 0～12歳(小学校6年生まで)



携帯サイト

ひとり親家庭等への利用費の助成について **問** こども支援課 ☎2998-9124

所沢市ファミリー・サポート・センターまたは緊急サポートセンターの利用費の一部を助成します。

- **対象者** 市内在住の利用会員で、利用日現在において、児童扶養手当受給者またはひとり親家庭等医療費受給者の方等
- **助成対象費用** 援助活動にかかる報酬
※交通費、食事代などの実費負担やキャンセル料は対象外です。
- **助成額** 助成対象費用の半額
(助成上限額:子ども1人当たり 月額1万5千円)
- **申請方法** 利用費を一度全額援助会員(サポート会員)に支払い、申請書に援助活動報告書の原本を添付して、こども支援課に提出



市HP

子育て短期支援事業 **問** こども家庭センター ☎2991-1824

保護者の疾病、入院、出産、看護、育児疲れ等により、18歳未満の児童の養育が一時的に困難になった際に、子育てサポーター宅等に児童を預け、一定期間(原則7日以内)養育を行う事業です。詳しくは、お問い合わせください。

子育て世帯ホームヘルプ事業 **問** こども家庭センター ☎2991-1824

家事・子育てなどに対して不安や負担を抱える子育て家庭、妊産婦、ヤングケアラー等がいる家庭へ訪問支援員が訪問し、家事等の支援を行う事業です。



小・中学校



新入学について

問 学校教育課 ☎2998-9238

市立小・中学校の入学事務は、住民登録に基づき教育委員会で行っていますので、保護者の方に手続きをしていただく必要はありません。



入学通知について

下記の時期に入学通知書を送付し、入学式の日程などをお知らせします。

小学校→入学年度の前年度9月中旬頃

中学校→入学年度の前年度1月中旬頃

※入学通知書を送付する基準日以後に転入した方にも定期的に住民登録を確認し、入学通知書を送付します。

※国立または私立の小・中学校へ入学する場合には、教育委員会へ届出が必要になりますので、お問い合わせください。



転校手続きについて



市外から転入・市内転居する(学校の通学区域が変わる)場合

問 学校教育課 ☎2998-9238

住民登録の異動の手続きを市民課または各まちづくりセンター(小手指まちづくりセンター分館、並木まちづくりセンターを除く)で行った後、学校教育課(市役所6階、まちづくりセンターの場合は同窓口)で、転入学の手続きを行います。転入学手続きの際、今まで通学していた学校から渡された転校の書類が必要となります。



市外へ転出する場合

問 学校教育課 ☎2998-9238

教育委員会で、保護者の方に行っていただく手続きはありません。住民登録の異動(転出)の届出を市民課または各まちづくりセンター(小手指まちづくりセンター分館、並木まちづくりセンターを除く)で行ってください。また、通学していた市内の学校から転校の書類を受け取ってください。転出先の転学手続きについては、転出先市区町村の教育委員会へお問い合わせください。



指定校変更、区域外就学について

問 学校教育課 ☎2998-9238

市立小・中学校は住所で就学する学校(指定校)が決まっていますが、「所沢市区域外就学・指定校変更承認基準」に該当することにより、指定校以外の学校に就学させたいという希望がある方は、ご相談ください。承認基準は、市ホームページをご覧ください。



市HP

家庭教育学級とは、こどもたちの健やかな成長のために、保護者などが家庭での教育や子育てについての学習を自ら企画し自主的に学ぶ場です。また、学級生相互の交流により子育て等の情報を交換する機会にもなっています。所沢市では、市内の全小中学校校区に開設されています。



市HP

小学校一覧

地区	学校名	所在地	電話番号
並木	若松小学校	下新井1231-2	2992-3322
	伸栄小学校	中新井1-93-1	2942-7202
	美原小学校	並木5-1	2995-5123
	並木小学校	並木6-2	2995-2983
	中央小学校	並木8-4	2995-5631
所沢	明峰小学校	北有楽町26-20	2922-7591
	所沢小学校	元町7-37	2922-0281
新所沢	清進小学校	けやき台1-38-1	2924-0637
	北小学校	緑町1-10-33	2922-3404
松井	牛沼小学校	牛沼21	2995-3151
	松井小学校	上安松895	2992-2782
	安松小学校	下安松755-1	2944-5210
	和田小学校	東所沢和田1-39	2945-6605
吾妻	北秋津小学校	北秋津623	2993-2393
	南小学校	南住吉18-29	2922-3039
山口	荒幡小学校	荒幡615	2924-5002
	泉小学校	山口657	2924-7653
	山口小学校	山口1550	2922-3234
小手指	上新井小学校	上新井5-36-7	2923-3397
	北野小学校	北野2-4-1	2948-6012
	椿峰小学校	小手指南5-20-1	2948-6601
	小手指小学校	小手指元町2-29-2	2948-2215
	西富小学校	岩岡町676-1	2922-3316
富岡	北中小学校	北中1-250	2923-5804
	富岡小学校	下富647-5	2942-0304
	中富小学校	中富1004-1	2942-0008
柳瀬	柳瀬小学校	坂之下964	2944-0742
	東所沢小学校	東所沢2-26-1	2945-5431
三ヶ島	宮前小学校	東狭山ヶ丘6-2777-1	2926-8667
	三ヶ島小学校	三ヶ島5-791-4	2948-2729
	若狭小学校	若狭1-2946	2948-3148
	林小学校	和ヶ原3-95-8	2948-9741

中学校一覧

地区	学校名	所在地	電話番号
並木	美原中学校	並木5-2	2995-5111
	中央中学校	並木6-3	2995-2795
新所沢	所沢中学校	けやき台2-44-1	2922-4138
	向陽中学校	向陽町2124	2923-7201
松井	東中学校	牛沼605-1	2992-3115
	安松中学校	東所沢和田2-19	2944-7100
吾妻	南陵中学校	久米1470	2922-3038
山口	上山口中学校	上山口72	2928-0300
	山口中学校	山口1345	2922-3238
小手指	北野中学校	北野2-4-10	2948-6004
	小手指中学校	小手指元町3-28-11	2948-2224
富岡	富岡中学校	神米金404	2942-0312
柳瀬	柳瀬中学校	坂之下960	2944-2395
三ヶ島	狭山ヶ丘中学校	東狭山ヶ丘5-893	2924-8167
	三ヶ島中学校	三ヶ島3-1407-1	2948-0668



児童館生活クラブ・児童クラブ



児童館生活クラブ・児童クラブ

児童館生活クラブ・児童クラブは、保護者の就労等により昼間家庭が留守になる児童が、放課後や夏休み等に安心して過ごすことができる場です。

全32小学校区に、児童館で行われる児童館生活クラブを11クラブ、小学校の敷地内や隣接地などで行われる児童クラブを45クラブ、合計56クラブで実施しています。



▶ **対象児童** 小学校1年生～6年生

▶ **開設時間** 平日 放課後～午後6時30分

土曜、学校休業日 午前8時～午後6時30分

(緊急的な対応として各クラブ、延長保育を実施しています。延長時間に応じて別途保育料がかかります。)

▶ **利用料** 月額10,000円(同一クラブに兄弟で入所する場合、2人目以降5,000円)

(別途、おやつ代等がかかります。)

詳細につきましては、各クラブへ直接お問い合わせください。

児童館生活クラブ一覧

地区	名称	所在地	電話番号
並木	さくら児童館生活クラブ	並木8-3	2998-5912
所沢	ひばり児童館生活クラブ	北有楽町26-21	2926-8669
新所沢	みどり児童館(本館)生活クラブ	緑町1-8-3	2928-8414
	みどり児童館(別館)生活クラブ	緑町3-16-7	2928-8826
松井	まつば児童館生活クラブ	上安松952-2	2995-0995
吾妻	つばめ児童館生活クラブ	久米783-1	2922-0410
山口	つばき児童館生活クラブ	山口5057	2923-6155
小手指	こばと児童館生活クラブ	小手指町1-28-3	2924-3065
柳瀬	やなぎ児童館生活クラブ	東所沢4-16-4	2944-8819
三ヶ島	すみれ児童館生活クラブ	若狭1-2966-5	2949-3826
	わかば児童館生活クラブ	和ヶ原3-266-2	2948-3222

児童クラブ一覧

地区	名称	所在地	電話番号
並木	伸栄児童クラブ	中新井1-784-1	2942-4101
	美原児童クラブ	並木5-1	2995-2656
	第二美原児童クラブ	並木5-1	2993-6235
	並木児童クラブ	並木6-2	2995-6010
	中央児童クラブ	並木8-1-6-112	2995-0971
	若松児童クラブ	下新井1231-2	2992-0341
	明峰児童クラブ	北有楽町26-20	2922-0413
所沢	第二所沢児童クラブ	星の宮1-6-12	2921-6181
	所沢児童クラブ	元町7-37	2922-7389
	KIRACCO(きらっこ)所沢	星の宮1-1-10	2936-8050
	ひまわり	寿町10-8	2968-5355
新所沢東	わくわくクラブ	美原町3-2971-5	2990-8066
	KIRACCO(きらっこ)美原	松葉町11-1マルハビルB1	2941-6701
松井	牛沼児童クラブ	牛沼21	2994-8800
	松井児童クラブ	上安松407-2	2998-4949
	安松児童クラブ	下安松839-2	2944-5761
	和田児童クラブ	東所沢和田1-39	2944-9823
	サクラタウン児童クラブ	東所沢和田3-31-3	2945-1822
	安松いろえんぴつクラブ	下安松753-8	2997-9824
吾妻	荒幡児童クラブ	荒幡514-1	2924-4803
	北秋津児童クラブ	北秋津623	2995-1945
	ひだまりみなみ	南住吉10-20	2937-6377
	北秋津ゴロニャンクラブ	くすのき台2-20-6	2994-2116

地区	名称	所在地	電話番号
山口	泉児童クラブ	山口657	2925-4444
	山口児童クラブ	山口1981-1	2926-4787
	ASHITA∞キッズ所沢泉小前	山口647-4	2922-6955
小手指	第二上新井児童クラブ	上新井5-36-13	2968-6120
	北野児童クラブ	北野2-4-1	2947-4439
	YMCAキッズクラブ	小手指町1-39-11	2939-5051
	椿峰児童クラブ	小手指南5-20-1	2949-0627
	小手指児童クラブ	小手指元町2-28-8	2948-1321
	KIRACCO(きらっこ)小手指	小手指元町3-16-10	2941-2884
	KIRACCO(きらっこ) Ami(あみー)	小手指町4-4-5-101	2936-9123
	上新井すぎのこクラブ	上新井5-45-45	2925-3175
	KIRACCO(きらっこ) Sunny(さー)	小手指南3-12-6	2937-5509
	富岡	西富児童クラブ	岩岡町715-2
富岡児童クラブ		下富647-5	2943-2788
中富小児童クラブ		中富1004-1	2942-7801
柳瀬	KIRACCO(きらっこ)	東所沢2-16-11 BSビル1階	2937-4099
	東所沢柳瀬児童クラブ	東所沢2-29-5	2944-4032
	第二東所沢柳瀬児童クラブ	東所沢2-33-9	2945-4450
三ヶ島	宮前児童クラブ	東狭山ヶ丘6-2792	2926-8327
	三ヶ島児童クラブ	三ヶ島3-1416-9	2948-7578
	若狭児童クラブ	若狭4-2496-5	2948-2547
	林児童クラブ	和ヶ原3-99-5	2949-1923

— 広 告 —

キャリアとはハンゴでなく**ジャングルジム**のようなものである

中学受験専門塾



ジャングルジム
Jungle gym

- ・少人数制クラス指導
- ・個別指導

埼玉県所沢市松葉町 16-14
岩永ビル 2F～4F (受付 2F)

中堅校から最難関まで対応

TEL 04-2935-3983



各種相談



相談したい



こども家庭センターでの個別相談

妊娠・出産・子育てに関する様々な問題、悩みや心配ごとについての相談を受け付けています。

➔ 受付時間

午前8時30分～午後5時15分
(土・日曜、祝日、年末年始の閉庁日を除く)

➔ 相談方法

電話相談・窓口相談

※窓口相談の場合は、事前にご連絡ください。

妊娠期から出産・子育てに関する相談

問 妊娠・出産担当 ☎2991-1820

妊娠・出産・授乳や子育てに関する様々な相談に保健師や助産師が対応し、情報提供や関係機関との連携などを行い、子育てに関わる方を支援します。



こどもの成長や発達に関する相談

問 母子保健担当 ☎2991-1817

乳幼児期のお子さんの成長や発達に関する悩みや、保護者自身の心配事の相談に保健師が対応します。

こどもや家庭に関する様々な相談

問 こども相談担当 ☎2991-1824

b9911824@city.tokorozawa.lg.jp

こどもの成長の過程で起きる様々な問題や悩みについて相談を受け付けています。お子さん本人の相談にも対応しています。

食事や栄養、歯の健康に関すること

問 栄養・歯科担当(健康づくり支援課内)

☎2991-1813

妊娠から子育て期の食事や栄養、離乳食に関する相談や、虫歯予防等に関する相談に栄養士や歯科衛生士が対応します。

各種相談

広告

ひとりひとりのカラーを大事に。
発達の遅れが気になる未就学のお子さま向け幼児教室

児童発達支援事業所
habii **ハビー所沢教室**

☎ **04-2936-6971** (9時45分～17時00分 年末年始除く)

埼玉県所沢市御幸町6-2 所沢 KFビル2階
西武各線「所沢」駅(西口) 徒歩8分

✉ info@habii.jp



近隣の**川崎市・志木市・ふじみ野市**にも
児童発達支援事業所・放課後等デイサービスが
あります。お気軽にお問い合わせください!

乳幼児健康相談

問 こども家庭センター ☎2991-1817

身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士などによる相談を行っています。また、個別の栄養相談と歯科相談も実施しています。

➤ **場 所** 所沢市保健センター
(上安松1224-1)

➤ **対 象** 乳幼児とその保護者

➤ **持 ち 物** 母子健康手帳
(歯科相談は歯ブラシも)

➤ **申し込み** 予約が必要です。

地域子育て支援センター

各支援センターで、保育士や子育て支援員が子育てについての相談を受け付けています。(P80参照)

健やか輝き支援室相談窓口

問 学校教育課 ☎2998-9238
教育臨床研究エリア ☎2993-2816

市内在住の小・中学校に在籍する児童生徒及び保護者並びに市内小・中学校の教職員を対象にいじめ、非行問題行動、怠学・非行による不登校、就学等様々な相談や支援を行います。

場 所

所沢市役所6階学校教育課
所沢市生涯学習推進センター
教育臨床研究エリア内(並木6-4-1)

受付時間

午前8時30分～午後5時15分
(教育臨床研究エリアは午前9時～午後4時)
(土・日曜、祝日、年末年始の閉庁日を除く)

➤ **相談方法** 電話相談・窓口相談

教育センター教育相談室

問 電話相談(大人用) ☎2924-3333
電話相談(子ども用) ☎2924-3334

学校や友人関係、不登校など、お子さんに関する幅広い悩みに対応します。

➤ **場 所** 教育センター 教育相談室

➤ **受付時間** 午前9時～午後5時
(土・日曜、祝日、年末年始を除く)

対 象

- 18歳までの子どもとその保護者
 - 幼児(年長児の小学校入学に関する相談)
- ※面接相談は予約制となっております。

広 告

Service introduction

 児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援	 生活介護	 就労継続支援	 相談支援
<p>未就学児・小中高生へ必要な調査を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 自己肯定感を高め「出来た」が増える支援を行います。 ● 医療ケアのあるお子様の受け入れを行います。 ● 困難のある事に挑戦し、失敗しても振り返りながら再挑戦出来る心を育みます。 	<p>自然体で関われる場所</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 自分の好きなことや得意なことに挑戦し安心して過ごせるように全力でサポートしていきます。 	<p>より高い人生を歩む</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 自分が行っている活動が自信できるように「働く環境を考え」無難なく参加出来るよう支援します。 	<p>福祉サービスの相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ご関係者に寄り添い、お子様の成長に合わせて相談員が福祉サービスについて、ご相談をお受けいたします。

将来の姿を思い浮かべながら
未就学児・小中高生・就労まで繋がる支援

詳しくは、ホームページ
Instagramをご覧ください


株式会社メルフィス
TEL : 04-2950-3012

詳しくはこちらから




MELPHIS, INC. ホームページ

埼玉県の電話相談窓口 子どもスマイルネット

☎048-822-7007

子育ての悩みやしつけ、いじめや体罰など、子どもに関わるあらゆる悩みについての相談を受け付けています。

▶ **受付時間** 午前10時30分～午後6時
(祝日、年末年始を除く)

小・中学校の相談室

各学校の相談室までご相談ください

市内各小・中学校に設置している「相談室」で心のふれあい相談員やスクールカウンセラーが児童生徒および保護者の相談に応じます。

いじめホットライン・ いじめ相談メール

☎ 健やか輝き支援室 ☎2998-9099
(相談専用)

アドレス:sukoyaka@city.tokorozawa.lg.jp
(相談専用)

専門スタッフ(心理士、警察OB、学校長OB等)が、いじめに関する様々な問題解決のお手伝いをします。

就学相談

☎ 教育臨床研究エリア ☎2993-2817

障害のある子どものために、より適切な学びの場について、保護者とともに相談していきます。

女性の生き方に関する相談

☎ 男女共同参画推進センターふらっと ☎2921-2220

男女共同参画を推進するための拠点施設です。男女共同参画に関する企画や講座、女性の様々な悩みごとの解決のための相談事業を実施しています。

▶ **電話相談** 月・水・金・土曜、第2・4火曜
午前10時～午後4時
☎2921-2333(1回60分以内)

▶ **面接相談(予約制)(保育可)**

- 何でも聞きます相談(1回60分以内)
水曜:午前10時～午後4時
- カウンセリング(1回50分)
第1・3・4火曜:午前10時～午後4時
第2火曜:午後2時～午後8時
第4金曜:午前10時～午後4時

ひとり親家庭等からの相談

☎ こども支援課 ☎2998-9124

母子・父子自立支援員が、ひとり親家庭や寡婦の方の様々な相談に応じ、生活に必要な技術・資格の取得、求職活動などの情報提供や支援をしています。また、離婚に向けての相談もお受けしています。

▶ **相談日** 平日(年末年始を除く)

▶ **受付時間** 午前9時～午後5時

▶ **相談方法** 電話相談・窓口相談

※窓口相談の場合は事前にご連絡ください。

児童虐待に関する相談

☎ こども家庭センター(こども相談担当) ☎2991-1824

所沢児童相談所 ☎2992-4152

児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189 通話無料24時間365日対応

児童相談所相談専用ダイヤル

☎0120-189-783

児童虐待に関する相談・通告をこども家庭センターこども相談担当及び児童相談所で受け付けています。連絡した人の秘密は守られます。匿名でもかまいません。



所沢市子どもと福祉の未来館

問 (代表) ☎2922-2116



「子どもと福祉の未来館」は、地域福祉の中心的な役割を担う拠点施設として、「福祉の相談窓口」や世代間交流広場、多目的室・体育館などを設置しています。

※「子どもと福祉の未来館」2階の「子ども支援センター」については、P10～11をご参照ください。



➔ 場所 所沢市泉町1861番地の1

➔ 利用日

➔ 開館時間 午前8時30分～午後9時

日～土曜(年末年始を除く)

市HP



福祉の相談窓口

問 ☎2941-6366 ☎2923-4780

福祉に関する様々な相談に対して、一元的な対応やコーディネートを行います。

➔ 利用日 月～金曜(祝日、年末年始を除く)

➔ 開館時間 午前9時～午後6時



市HP

生活自立相談

福祉に関する様々な課題を抱える相談者に対して、関係機関との調整を行いながら、自立に向けた支援を行います。

障害者相談

障害者やその家族などの様々な相談に応じ、相談支援事業所などの関係機関と連携しながら、必要な情報の提供や助言、福祉サービス利用の支援を行います。

所沢市成年後見センター

☎04-2929-1711 FAX04-2923-4780

判断能力に不安のある方やその家族に対し、成年後見制度を中心とした権利擁護に関する相談から支援まで一体的に対応します。

障害者就労相談

障害者の就労へ向けての相談や一般就労を促進するための支援を行い、障害者の職業のおよび社会的自立の促進を図ります。

➔ 利用日 月～金(祝日、年末年始を除く)

➔ 開館時間 午前9時～午後6時

コミュニケーション支援

手話通訳、要約筆記の派遣を行います。また、各種養成講習会(手話・点訳・音訳等)も開催しています。

各種相談

貸出施設のご案内

問 ☎2922-2116

地域福祉の推進に資する活動を行う団体等に対して、活動場所として施設の一部を貸し出します。

➔ 貸出施設

多目的室(1・2・3・4号)、ボランティア活動室(1・2号)、体育館、サウンドテーブルテニス室

➔ 利用時間 午前9時～午後9時

市HP





子育て応援



赤ちゃんの駅

所沢市では、乳幼児を抱える保護者のみなさまが安心して外出できるよう、市内公共施設のうち、授乳やおむつ替えのスペースの提供が可能な保育園、まちづくりセンター、児童館等の施設を、「赤ちゃんの駅」として設置しています。

埼玉県でも県内の公共施設や民間施設にて同事業を実施しており、施設入口付近にそれぞれ案内表示を設置しています。

外出時の授乳やおむつ替えの際には、ぜひお立ち寄りください。下のステッカーやフラッグが目印です。

「赤ちゃんの駅」の設置施設につきましては、市や埼玉県のホームページでご案内しています。

「埼玉県赤ちゃんの駅(ステッカー)(一例)」



「所沢市赤ちゃんの駅(フラッグ)」



市HP



就学にかかる支援



就学援助

問 教育総務課 ☎2998-9232

所得や世帯状況に応じ、小・中学校の学用品の購入費、修学旅行費等の援助を行っています。

対象

- ① 世帯全員の所得合計が基準額未満のご家庭
- ② 失業などにより、学用品の購入等にお困りの方



市HP



特別支援教育就学奨励費

問 教育総務課 ☎2998-9232

所得や世帯状況に応じ、特別支援学級等に在籍する児童・生徒の学用品の購入費、修学旅行費等の援助を行っています。

対象

市内小・中学校の特別支援学級等に在籍する児童・生徒を養育する保護者



市HP



入学準備金貸付制度

問 こども支援課 ☎2998-9124

高等学校・高等専門学校・大学等に入学される学生の保護者で、入学に要する費用の支出が困難な方に対し、入学に伴う準備金の貸し付けを行っています。

※世帯の所得によっては、貸付できないことがあります。

▶ 受付期間 9月中旬～10月中旬(1月に追加募集を行う場合があります)

※広報ところざわ、市ホームページ等でお知らせします。



市HP

育英奨学金・遺児奨学金

問 こども支援課 ☎2998-9124

高等学校等に在学し経済的理由により修学困難な生徒に対し育英奨学金(定員あり)を、また不慮の災難等により保護者を失い、経済的理由により修学困難な生徒に対し遺児奨学金を支給します。



市HP

➔ 支給額 月額5,000円

➔ 受付期間 毎年3月(定員に空きがある場合は年度途中でも申請が可能です。)
※広報ところざわ、市ホームページ等でお知らせします。

ひとり親家庭等への支援

児童扶養手当

問 こども支援課 ☎2998-9124

離婚や死別などによって父または母がいない家庭でお子さんを養育している方や、父または母が一定の障害の状態にある家庭でお子さんを養育している方に手当を支給します(所得制限あり)。



市HP

➔ 支給対象期間

児童が18歳に達する年度の年度末(3月31日)まで(児童に一定の障害のある場合は20歳未満まで)

ひとり親家庭等医療費助成制度

問 こども支援課 ☎2998-9124

離婚や死別などによって父または母がいない家庭や、父または母が一定の障害の状態にある家庭の父、母または養育者、および児童に対し、医療費(高額療養費、付加給付金等を除く)の一部負担金を助成します(所得制限あり)。

※医療機関等を受診する際は、適正な受診にご協力ください。

➔ 助成対象期間

児童が18歳に達する年度の年度末(3月31日)まで(児童に一定の障害のある場合は20歳未満まで)



市HP

高等職業訓練促進給付金

問 こども支援課 ☎2998-9124

ひとり親家庭の父または母が、看護師や歯科衛生師などの資格を取得するために養成機関で6か月以上のカリキュラムを修業する必要がある場合に支給します(一定の条件あり)。

※申請には、事前にこども支援課へ相談していただく必要があります。

※支給の可否は審査の上で決定いたします。



市HP

自立支援教育訓練給付金

問 こども支援課 ☎2998-9124

ひとり親家庭の父または母が、就職に必要な技能を身に付けるための講座を受講する場合に、受講費用の一部を受講修了後に支給します(一定の条件あり)。

※申請には、事前にこども支援課へ相談していただく必要があります。

※支給の可否は審査の上で決定いたします。



市HP

ひとり親家庭等ファミリー・サポート・センター利用費助成

問 ども支援課 ☎2998-9124

P51をご参照ください。

自立支援プログラム策定

問 ども支援課 ☎2998-9124

ひとり親家庭の父または母の自立の支援をするため、ハローワークと連携し就職に向けたサポートを行います。離婚前の方からの相談も可能です。

※申請には、事前にども支援課へ相談していただく必要があります。



市HP

就職に関する支援等の窓口

- ハローワーク所沢
☎2992-8609
- ハローワーク所沢マザーズコーナー
☎2993-5334

母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付制度

問 西部福祉事務所 ☎049-283-6780

20歳未満の子を扶養しているひとり親家庭の父または母、父母のいない20歳未満の子、寡婦に対し、経済的な自立や、扶養している子の福祉増進のために必要な資金を埼玉県がお貸ししています。

➤ 貸付資金の一例 就学支度資金・修学資金(無利子)

➤ 問い合わせ先 埼玉県西部福祉事務所
(☎049-283-6780)

➤ 申請受付 ども支援課
(☎2998-9124)

西部母子・父子福祉センター

問 ☎049-283-7991

専門のスタッフが、母子及び父子並びに寡婦福祉資金に関することをはじめ、様々な相談に応じています。

➤ 場所 〒350-0212 坂戸市石井2327-1
西部福祉事務所内

JR定期乗車券割引制度

問 ども支援課 ☎2998-9124

児童扶養手当受給者またはその世帯員がJRの定期乗車券を購入する場合、3割引になります。学生割引が利用できる場合はそちらを優先してください。

➤ 手続に必要なもの

- 写真(縦4cm×横3cm、6か月以内に撮影したもの)
- 児童扶養手当証書
- 印鑑

住宅に関する窓口

- 公営(市営・県営)住宅入居抽選時の優遇
…住宅政策課 ☎2998-9216
埼玉県住宅供給公社 川越支所(管理代行)
☎049-227-6418(市営)
☎049-227-6408(県営)
- あんしん賃貸住まいサポート店
…埼玉県住まい安心支援ネットワーク
(事務局 ☎048-829-2865)のホームページをご覧ください。



市HP



障害のあるお子さんへの支援



身体障害者手帳

問 障害福祉課 ☎2998-9116 ㊟2998-1147

国が定める身体障害の基準に該当すると認定された方に交付される手帳です。障害の種類や程度により1級から6級まで区分されており、各種の福祉サービス利用や、等級に応じた税制の優遇措置等の対象となります。



▶判定機関 埼玉県総合リハビリテーションセンター

市HP



療育手帳

問 こども福祉課 ☎2998-9223

県が定める知的障害の基準に該当すると判定された方に交付される手帳です。障害の程度により㊟(最重度)、A(重度)、B(中度)、C(軽度)に区分されており、各種の福祉サービス利用や、等級に応じた税制の優遇措置等の対象となります。

▶判定機関 所沢児童相談所



精神障害者保健福祉手帳

問 こころの健康支援室 ☎2991-1812

精神障害のため長期にわたり日常生活または社会生活への制約がある方を対象とした手帳です。障害の程度により1級～3級まで区分されており、各種の福祉サービス利用や、等級に応じた税制の優遇措置等の対象となります。



市HP



重度心身障害福祉手当

問 障害福祉課 ☎2998-9116

市では下記の重度障害者を対象に手当を支給しています。

- ▶対象者
 - 身体障害者手帳1級、2級の方
 - 療育手帳㊟、A、Bの方
 - 精神障害者保健福祉手帳1級、2級の方
 - 障害程度が障害児福祉手当の支給要件に該当する方



市HP

※施設に入所している場合には対象外となります。また、障害児福祉手当を受給中の場合(超重症心身障害児を除く)やお子さん本人の住民税が課税されている場合は支給されません。詳しくはお問い合わせください。

— 広 告 —



地域のかかりつけ医をめざして

日本小児歯科学会認定小児歯科専門医 医院長 柴瀬賢一

診療科目 小児歯科・歯科・矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:00	●	●	●	△	●	●	/
14:30～18:30	●	●	●	△	●	●	/

※月曜・木曜・土曜は17:00まで

※木曜はHPでご確認ください

休診日 日曜・祝日

TEL.04-2968-4447

所沢市若岡町 279-1



当医院では、やさしく丁寧な診療を心掛けており、小さなお子さんはもちろん、皆さんが安心して診療に臨んでいただけるよう努めております。





障害児福祉手当

問 障害福祉課 ☎2998-9116

20歳未満で身体障害者手帳1級の一部または2級の一部の方、療育手帳Ⓐ相当の方、精神障害者保健福祉手帳1級程度で常時特別な介護が必要な方、重度の内部障害、血液疾患などで日常生活が極度に制限される方に手当を支給します。

➤支給額 月額16,100円

※所得制限があります。また、お子さんが障害による公的年金を受けられる場合や施設に入所している場合には対象外となります。



市HP



重度心身障害児等医療費助成制度

問 障害福祉課 ☎2998-9116

心身に障害のある方に医療費(高額療養費、附加給付金を除く)の一部負担金を助成します。

➤対象 身体障害者手帳1級～3級の方、療育手帳Ⓐ・A・Bの方
精神障害者保健福祉手帳1級の方 ※所得制限があります。



市HP



育成医療

問 こども福祉課 ☎2998-9223

身体に障害等のある児童で、手術等により確実な治療効果が期待できる方が、指定医療機関で医療を受ける場合に給付が受けられる制度です。

➤自己負担額 原則として医療費の1割負担があります。ただし、負担が大きくなり過ぎないよう、所得等に応じて月額上限額が設定されます。

➤給付対象 対象となる障害や疾病等の詳細については、お問い合わせください。



特別児童扶養手当

問 こども福祉課 ☎2998-9223

療育手帳Ⓐ・A・B、おおむね身体障害者手帳1級～3級・4級の一部、または精神疾患、内科的疾患などでこれらと同程度の状態にある20歳未満のお子さんを育てている方に手当を支給します。

➤支給額 1級(おおむね身体障害者手帳1級・2級の一部、療育手帳Ⓐ・A月額56,800円)
2級(おおむね身体障害者手帳3級・4級の一部、療育手帳B 月額37,830円)

※所得制限があります。また、お子さんが障害による公的年金を受けられる場合や施設に入所している場合には対象外となります。

— 広 告 —

**私たちは、すべての子どもたちが健やかに成長し、
その家族が幸せに過ごせる社会づくりに貢献します。**

○相談支援事業所木子里ハート
○放課後等デイサービス木子里テラス
住所：所沢市山口5277-2
TEL：04-2941-3054
EMAIL：kikkori@gakudousya.com
HP：「ところざわ きっこり」検索

○放課後等デイサービス木子里
住所：所沢市小手指町4-9-19-202
TEL：04-2946-9022
○放課後等デイサービス木子里LAGOM
住所：所沢市山口673-3-201-202
TEL：04-2941-5531



所沢市内に3ヶ所ある放課後等デイサービスでは、あそびと生活を通して障がいをもつ子どもたちの社会性を育てています。併設する相談支援事業所をはじめ、関係諸機関との連携を大切に、ご家族の思いを受けとめながら自立をサポートしていきます。



障害福祉サービス

問 こども福祉課 ☎2998-9223

身体及び知的、精神に障害(発達障害を含む)のある方などの在宅生活の支援のための様々な福祉サービスを行っています。

※サービスの利用には、所得に応じて自己負担が発生します。

▶ **サービス内容** ホームヘルプサービス・行動援護・同行援護・短期入所・移動支援・日中一時支援・生活サポート など

※この他にも各種支援制度があります。詳細についてはお問い合わせください。



障害児通所支援(障害児発達支援)

問 こども福祉課 ☎2998-9223

日常生活における基本的な動作の指導、知識技能の付与及び集団生活への適応訓練を実施することを目的として、通所による支援を行います。

※サービスの利用には、所得に応じて自己負担が発生します。

※満3歳になって初めての4月1日から就学前まで無償です。



●表記 児発:児童発達支援(未就学児対象) デ:放課後等デイサービス(学齢児対象)

地区	施設名称	対象	所在地	電話番号
並木	スペクトラムライフ	児発・デ	並木3-1-10-102	2968-5684
	トーマス・ジュニア所沢教室	デ	北有楽町24-10、1F	2946-9826
所沢	「きらり」所沢校	児発・デ	北有楽町22-12、1F	2941-6048
	ハッピー所沢教室	児発	御幸町6-2、2F	2936-6971
	noin	児発・デ	金山町14-12、2F	2941-3172
	こどもの木	児発・デ	西所沢1-14-4-101	2001-5176
	コペルプラス所沢教室	児発	くすのき台3-4-2、3F	2941-3974
	トラストLEO	児発・デ	星の宮2-2-6 1階	2903-7007
新所沢	所沢市子ども支援センター(発達支援)	児発	泉町1861-1	2922-2118
	楽っ子クラブ	デ	榎町11-5	2968-3838
	マイスペ児童デイサービス新所沢	デ	緑町1-1-10-102	070-7594-4415
	てとて	デ	緑町2-7-11、4F	2935-4505
	オハナピース新所沢	児発・デ	けやき台2-30-12	2937-6122
新所沢東	あすみるくらぶ	デ	美原町3-2971-4、1F	2937-3812
	LITALICOジュニア新所沢教室	児発・デ	松葉町11-1、3F	2997-6688
松井	ハッピーテラス新所沢教室	デ	松葉町4-25、1F	2927-6587
	ハッピーテラス東所沢教室	デ	東所沢和田1-18-5-105	2941-2145

— 広 告 —

(株)がくどう舎 障害者就労継続支援B型事業所

木子里 LYKKE(きっこりりゅっけ)

みなさんの『働く』を応援します。人と人、人と食、人とものがつながらる幸せを感じていただける空間を一緒にプロデュースしていきましょう!

*見学・体験随時受け付けます

住所: 所沢市山口 673-3-101・203

TEL: 04-2935-7040



HP

インスタグラム



@KIKKORI_LYKKE

地区	施設名称	対象	所在地	電話番号
吾妻	マイスペ児童デイサービス	デ	北秋津778-43、1F	070-7594-4414
	たち	デ	北秋津708-84、1F	2996-1200
	たちえーる	デ	北秋津511-21	2936-9860
	LITALICOジュニア所沢教室	児発・デ	くすのき台3-18-10、6F	2991-6211
	あおいくじら	デ	くすのき台3-16-12、半B1F	2941-2529
	しろいくじら	デ	くすのき台3-16-12、1F	2936-6360
山口	あすみるくらぶ ぐすのき台	デ	くすのき台3-15-8、1F	2968-3057
	木子里テラス	デ	山口5277-2	2941-3054
	ひまわり	デ	山口5294、2F	2930-6968
	ウィズ・ユー・下山口	児発・デ	山口5168	2937-4034
	木子里LAGOM	デ	山口673-3-201・202	2941-5531
	木子里(さっこり)	デ	小手指町4-9-19-202	2946-9022
小手指	ひなたぼっこハウス	デ	上新井1-13-1、1F	090-2145-4073
	ネクストエール所沢 上新井教室	児発・デ	上新井4-18-5-101	04-2941-3247
	所沢市立松原学園	児発	中富1535-1	2990-3488
	所沢市立かしの木学園	児発	中富1535-3	2942-4024
富岡	キッズルームらぼーる所沢 中富ルーム	デ	中富1739-32	2968-6346
	かもみーる ところざわ	デ	中富1592-1	2937-3710
	すまいる東所沢	デ	城527-1、1F	2935-4908
	つばさ学童クラブ	デ	南永井619-7 所沢おおぞら特別支援学校内	2946-9404
柳瀬	Lino(リノ)	デ	東所沢1-17-20、1F	2001-4769
	きなこ	児発・デ	東所沢3-6-17	2008-2437
	Moi! 東所沢駅前教室	児発・デ	東所沢5-4-2-101	2936-9878
三ヶ島	ねっこぼっこの家	児発・デ	東狭山ヶ丘1-66-10-103	2968-3493
	桑の実すまいるSTATION	デ	東狭山ヶ丘6-2823-12	090-7245-1808
	ほめてこ 狭山ヶ丘教室	児発・デ	東狭山ヶ丘1-27-9、1F	2990-8647
	スタディサポートMJ所沢	デ	和ヶ原1-37-3-201	2937-5432
	キッズルームらぼーる所沢 狭山ヶ丘ルーム	デ	狭山ヶ丘1-3003-19	2935-3405



指定障害児相談支援事業所

☎ こども福祉課 ☎ 2998-9223

障害福祉サービス等の利用相談、利用計画作成等を行っています。

市内事業所

地区	名称	所在地	電話番号
並木	さぼっと	下新井987-1	2992-7888
	相談支援事業所 Sonik	並木3-1-8-106	2935-7883
所沢	相談支援事業所 あるこ	喜多町13-8-101	080-3177-3439
	インクルード相談支援センター所沢	喜多町16-7、2F	2946-7255
	かえで相談支援	御幸町7-13-707	090-4189-8045
新所沢	ところざわ障がい者相談支援センター	泉町1861-1	2929-1705
	相談支援事業所 こみゅーと	緑町4-1-12	2008-3244
	LS所沢	緑町2-7-16、2F	2937-6477
新所沢東	相談支援事業 あすみるとーく	美原町3-2971-4	2936-6766
松井	相談みらい図	東所沢和田2-23-5-103	2968-7724
吾妻	相談支援事業所 結・ゆい	北秋津725-4-101	2006-7401
	相談支援事業所 mono	東住吉14-22-101	2936-8766

地区	名称	所在地	電話番号
山口	木子里ハート	山口5277-2	2941-3654
三ヶ島	障害者生活支援センター 所沢しあわせの里	東狭山ヶ丘5-916-3	2921-5566
	相談支援センター 優愛所沢	和ヶ原1-37-3-201	2937-5433
	相談支援事業所 のあ	西狭山ヶ丘1-2486-4	2938-2231
	mint	若狭3-2569-28	2935-7396
	たちばな総合相談	和ヶ原2-136-33-103	2997-9037
柳瀬	相談支援センターすだち	南永井867-1 所沢総合食品地方卸売市場内	2945-1038



病気のあるお子さんへの支援・もしものときに……



小児慢性特定疾病医療費助成制度

こどもの慢性疾患のうち、国が指定した疾病（小児慢性特定疾病）の診療にかかる費用等を県が負担しています。

➤ 申請先

- 新規申請・継続申請 他
狭山保健所 ☎04-2941-6557
- 新規申請
保健医療課 ☎2998-9385



難病患者見舞金

問 障害福祉課 ☎2998-9116

埼玉県から「小児慢性特定疾病医療受給者証」「指定難病医療受給者証」「特定(指定)疾患医療受給者証」の交付を受けている方に、25,000円の見舞金を支給しています。(生涯1回限り)



市HP

※障害児福祉手当または所沢市重度心身障害福祉手当を受給中の方は対象外となります。



小児救命講習会(普通救命講習Ⅲ)

問 埼玉西部消防局救急課 ☎2929-9123

埼玉西部消防局では、こどものケガや病気(心肺停止状態を含む)等の応急手当を学べる、小児救命講習会(普通救命講習Ⅲ)を開催しています。

➤ 対象 所沢市、飯能市、狭山市、入間市、日高市に在住、在勤、在学中で中学生以上の方

➤ 実施日 個人(4人以下)での申し込みは、広報ところざわ、消防局ホームページでお知らせしています。

団体(5人以上)での申し込みは、最寄りの消防署または分署で随時受付けています。

➤ 講習時間 3時間

➤ 問合わせ先

所沢中央消防署(けやき台1-13-11)	☎2929-9125
所沢中央消防署三ヶ島分署(北野3-23-2)	☎2949-1190
所沢中央消防署山口分署(山口182-2)	☎2925-1190
所沢東消防署(上安松974-1)	☎2998-1190
所沢東消防署富岡分署(神米金256-4)	☎2942-4960
所沢東消防署柳瀬分署(東所沢4-12-2)	☎2944-1190

➤ 内容 小児・乳児・新生児に対する心肺蘇生法/AEDの使い方/大出血時の止血法



消防組合HP



不妊症・不育症について

不妊とは妊娠を望んでいるにもかかわらず、1年程度妊娠しない状態のことです。実際に不妊症の検査や治療を受けたことがある夫婦は、6組に1組います。また、妊娠をしても、流産や死産を繰り返す場合には、不育症と診断されることもあります。およそ2組に1組が男性にも原因があるため、夫婦二人で検査を行うことが原則です。ただし、不妊症は複数の原因が絡んでおり、検査をしても原因が特定できないことも多くあります。男女ともに、年齢を重ねると妊娠率は低下するため、早めに専門医へ相談することが大切です。



助成事業

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

所沢市不妊検査費等助成事業

申請窓口	こども家庭センター ☎2991-1817
対象者	検査開始時点で、妻年齢が43歳未満の夫婦
対象検査	「ご夫婦二人で受けた不妊検査」または「不育症検査」 ※検査開始日から1年以内 申請期限は検査が終了した日の属する年度内



不妊治療・不育症・プレコンセプションケア(思春期の健康)に関する県の相談窓口

※詳しくは県ホームページをご覧ください。



埼玉県不妊専門相談センター

☎049-228-3732

※祝・休日、年末年始除く

専門医による、不妊に関する検査や治療などの医学的な相談(面接相談・予約制)

面談場所	埼玉医科大学総合医療センター内(川越市)
問合せ時間	月～金曜 午後3時～午後4時



プレコンセプションケア相談センター 埼玉 ぶれたま(助産師による電話相談)

☎048-799-3613

※祝・休日、年末年始除く

助産師による、不妊・不育症・妊娠に関する電話相談

相談日時	月・金曜	午前10時～午後3時
	第1～4土曜	午前11時～午後3時
		午後4時～午後7時



埼玉県不妊症・不育症等

ピアサポートセンター「ふわり」

経験者による、不妊・不育症等に関する相談(通話・面接相談、おしゃべり会)



子育て世代の健康診査

問 国民健康保険課 ☎2998-9131

一年に一度、大切なご家族のために健康診査を受けましょう！



所沢市国民健康保険にご加入の方(30歳以上)

生活習慣病予防に着眼した、血液検査や尿検査など基本的な健診です。約10,000円の検査が、自己負担額800円で受診できます。詳細は、国民健康保険課までお問い合わせください。

- 30～39歳の方※…国民健康保険税を滞納していない方が対象です。国民健康保険課へお電話いただくか、市ホームページの電子申請からお申し込みください。資格確認後に、受診券や医療機関一覧表をお送りします。
※令和7年度は、令和8年3月31日時点の年齢の方

- 40～74歳の方…年1回受診券をお送りしていますので、ご確認ください。



市HP(30～39歳の方)



市HP(40～74歳の方)



社会保険等にご加入の方

ご加入中の健康保険組合等へお問い合わせください。



パパ・ママ応援ショップ優待カード

18歳に達して次の3月31日を迎えるまでのお子さんがある世帯や妊娠中の方がいる世帯に対して配布しているカード(紙またはLINE版)を提示することにより、埼玉県内の協賛店で、商品の割引やポイントの優遇などのサービスが受けられます。



LINE版の使用方法

- ① スマートフォンに「LINE」アプリをダウンロードし、
- ② アカウント名【埼玉県庁】を友だち追加する。
- ③ 【埼玉県庁】のトーク画面から「魅力情報」→「パパ・ママ応援ショップ優待カード」をタップする。
- ④ 利用者情報を入力する。



県公式LINE



カードの配布場所

スマートフォンを持っていないなどの事情により、紙の優待カードが必要な場合は、所沢市役所(こども政策課、こども支援課)、市内各まちづくりセンター、市民課所沢駅サービスコーナー、市民課狭山ヶ丘サービスコーナー(狭山ヶ丘コミュニティセンター内)、市民課小手指サービスコーナー(小手指まちづくりセンター分館内)、こども家庭センター ※受け取りの際には、対象のお子さんの年齢がわかる公的書類をご持参ください。



協賛店について

パパ・ママ応援ショップ協賛店舗は埼玉県のホームページでご覧になれます。



県HP

こどもの救急



病気のときの対応方法

こどもが病気でつらそうなときは、症状をしっかりと把握してあわてずに対応しましょう。すぐに治療が必要な場合は、休日急患診療所または救急医療機関を利用してください(P73~74)。

重篤な症状がなく落ち着いている場合は、こどもの様子を見つつ診療時間になったらかかりつけ医に診てもらいましょう。

※下記の対応方法は、生後1か月から6歳くらいまでのこどもを想定していますが、あくまでもひとつの目安であるということを理解したうえでご活用ください。



38.0℃以上の発熱

こどもの様子

- 元気がなくぐったりしている
- オシッコがでない
- よく眠れずウトウトしている
- 水分を摂るのをいやがる など



注意点と対処法

- 生後3か月未満または症状が1つ以上該当する⇒**休日急患診療所、救急医療機関へ**
- 該当する症状はない⇒様子を見つつ、かかりつけ医へ

家での対応

- 熱の出始めはあたたかめに、熱が出きったら涼しくする。
- 暑そうなら涼しく、寒そうならあたたかくする。
- 水分(乳幼児用イオン水など)をこまめに飲む。
- 汗をかいていたら、汗を拭いて着替える。
- 頭や脇の下をいやがらない程度に冷やす。
- 元気そうなら、解熱剤の使用は控える。



ひんぱんに吐く

こどもの様子

- 生後3か月未満で授乳のたびに勢いよく嘔吐を繰り返す
- お腹がはっていて、ぐったりしている
- 血液(赤色、褐色)や胆汁(緑色)を吐いた
- 元気が活気がなく気持ちが悪そうに吐く
- 何度もげりをしていて、ぐったりしている
- オシッコがでない
- くちびるが乾いて、ぐったりしている
- ウトウトしていても、ちょっとした刺激に過敏に反応する
- 血液の混じったウンチがでる



注意点と対処法

- 症状が1つ以上該当する⇒**休日急患診療所、救急医療機関へ**
- 該当する症状はない⇒様子を見つつ、かかりつけ医へ

家での対応

- 嘔吐から30~60分程度経ったら、乳幼児用イオン水などを少しずつこまめに飲ませる。
- 寝ているときは、体や頭を横に向けるようにする。

げり

こどもの様子

生後3か月未満

- 元気がなく、ぐったりしている
- 3時間以上、オシッコがでない
- 嘔吐がある
- 38℃以上の熱がある
- くちびるや口の中が乾燥している
- 血液の混じったウンチがでる
- 不機嫌が持続する

生後3か月～6歳

- 元気がなく、ぐったりしている
- オシッコがでない、色の濃いオシッコをする
- ひどくお腹を痛がる
- よく眠れずに、ウトウトしている
- 水分を摂るのをいやがる
- 目がくぼんでいる
- くちびるや口の中が乾燥している
- 血液の混じったウンチがでる
- 不機嫌が持続する

注意点と対処法

- 症状が1つ以上該当する⇒休日急患診療所、救急医療機関へ
- 該当する症状はない⇒様子を見つつ、かかりつけ医へ

家での対応

- げりがひどいときは、食べ物よりはまず水分を摂る。
- 家庭内感染を防ぐために、排泄物の始末をした後は手の消毒をする。

けいれん・ふるえ

けいれんは、全身が突っ張ったり手足がガクガクと震えたりします。

こどもの様子

- けいれんが止まっても意識がはっきりしない(目が合わない。ママやパパが分からないなど)
- くちびるが紫色で呼吸が弱い
- けいれんが5分以上続く
- 繰り返しかけいれんが起きる
- ひとつでも該当した場合⇒「119」救急車を呼ぶ
- どれも該当しない場合は下記もチェック
- はじめてのけいれん
- 生後6か月未満
- 6歳以上
- けいれん時に体温が38℃以下であった
- けいれんに左右差がある
- 嘔吐、おもらしを伴う
- 最近(1か月以内に)頭をぶつけたことがある
- 症状が1つ以上該当する⇒休日急患診療所、救急医療機関へ
- 該当する症状はない⇒様子を見つつ、かかりつけ医へ



注意点

下記に該当する場合は、かかりつけ医の指示に従いましょう

- すでに診断がついており、今までに何度か起こったことがあるけいれん発作(てんかん)。
- けいれんかどうか分からない。
- 左右対称のけいれんが数分でおさまり、けいれんの後に短時間で意識が回復し、その後いつもと変わらない。

家での対応

- 顔を横向けにして、衣類をゆるめる。
- 体を揺すったり、叩いたりしない。
- 口の中に指や物を入れてはいけない。

出典元: 埼玉県HP「子どもの救急ミニガイドブック」

休日急患当番医

所沢市医師会では、在宅当番医による休日の急患診察を行っています。
担当医については、広報ところざわ、市ホームページでお知らせして
います。



また、右記の二次元コードからもご覧いただけます。

➤ 診察日・時間 日曜、祝日、年末年始 午前9時～午後5時

市民医療センターの小児急患診療 問 市民医療センター ☎2992-1151

乳幼児から中学生まで(0歳から15歳)の小児を対象に、内科的急性疾患の一次診療(初
期診療)を実施しています。薬の処方は1日分から2日分です。検査は原則として実施して
いません。ただし、小児科日曜日・休日急患診療(昼間)については、必要に応じてインフル
エンザ等の迅速検査を実施しています。

小児科日曜日・休日急患診療

※休診する場合があります。

➤ 診療日 広報ところざわ、市ホームページでお知らせしています。

➤ 受付時間 午前10時～午前11時30分、午後2時～午後4時30分

小児夜間急患診療

※休診する場合があります。

➤ 受付時間 月曜～金曜…午後7時30分～午後10時15分
土・日曜、祝日、年末年始…午後6時～午後8時45分

小児深夜帯急患診療

※緊急の場合のみご利用ください ※来院前に電話でご連絡ください。

➤ 受付時間 毎週火曜・水曜・金曜・土曜・日曜…小児夜間急患診療終了後～翌日午前7時

— 広 告 —



医療法人社団 雄飛会

平岡眼科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	—	●	●
15:00～18:00	●	—	●	—	●	—

休診：日曜・祝日・木曜・火曜午後・土曜午後

TEL.04-2922-1126 所沢市東町 11-1-207
グラススタワー所沢 2F P有り



病院案内(自動音声ガイダンス)

消防局では、受診可能なお近くの医療機関を自動音声でご案内(365日24時間)しています。救急車を呼ぶほどではない怪我や病気の時、診察可能な病院がわからない場合にご利用ください。お近くの医療機関が見つからないときは、埼玉県救急医療機関案内をご利用ください。

▶ **電話番号** 埼玉西部消防局病院案内 ☎050-1808-8872
埼玉県救急医療機関案内(歯科・精神科を除く) ☎048-824-4199

全国版救急受診ガイド「Q助」

急な病気やけがをして「自分で病院に行ったほうがいいのか?」「救急車を呼んだ方がいいのか?」などと迷ったとき、判断の一助になることを目的としたサービスです。

24時間、いつでも、どこでもパソコンやスマートフォンの画面を操作して、該当する症状の質問に答えるだけで、すばやく簡単に緊急度を確認することができます。



★ ★ 子どもの急な病気に困ったら ★ ★ 小児救急電話相談

受診した方が良いのか、様子を見ても大丈夫なのか看護師が電話でアドバイスします。

プッシュ回線の固定電話・携帯電話からは、局番なしの **#8000** 24時間受付
ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話、PHSの方は電話 : **048-833-7911**

小児救急電話相談(#8000)事業とは…

- ★ 小さなお子さんをお持ちの保護者が、休日・夜間の急な子どもの病気にどう対処したらよいのか、病院の診察を受けたほうがいいのかなど判断に迷った時に、看護師への電話による相談ができるものです。
- ★ この事業は全国同一の短縮番号#8000をプッシュすることにより、各都道府県が実施する相談窓口につながり、看護師等からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

※都道府県によっては、相談時間等が異なりますので、ご注意ください。

休日・夜間に子どもの急な病気が発生した時…

#8000をプッシュ!
(埼玉県の相談窓口へ自動転送)

看護師による電話対応

※**育児相談はできません。相談は医療行為ではなく、判断の参考**にさせていただくものです。

— 広 告 —

所沢耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~13:00	○	○	○	×	○	※	×
15:00~18:00	○	○	○	×	○		×

※第1・第3・第5土曜日は休診

所沢市久米550-7

tel.04-2995-5716



災害や事故に備えて



災害に備えて

ここで紹介するのは、災害対策の一例です。各家庭に合わせて、災害に備えましょう。



家族との連絡方法

緊急時の連絡方法について事前に家族や親族と話し合っておきましょう。

家族がそろっていない時に災害が発生することがあります。被災状況によっては安否確認等の連絡が取りづらくなることも考えられます。

主な連絡手段として「災害用伝言ダイヤル(171)」「災害用伝言板」等があります。

災害用伝言ダイヤル「171」

大災害に際し、被災地との通話が困難になった場合、災害用伝言ダイヤルが提供されています。



171をダイヤルした後
ガイダンスに従ってください。



防災ガイド・避難所マップ

市では、「防災ガイド・避難所マップ」を作成し、防災についての周知啓発を行っています。カタログポケット(無料アプリ)でダウンロードすると、自動で読み上げてくれる機能や、英語・中国語などへの翻訳も可能で、いつでもどこでも誰でも確認できます。また、所沢市ホームページでも「防災ガイド・避難所マップ」を閲覧できます。



災害情報等の取得

ところざわほっとメールにて、気象情報や避難に関する情報を、携帯電話・スマートフォンやパソコンにメール配信をします。災害への備えとして登録しておきましょう。



市HP



子どもを守る防災グッズチェックリスト

大人の防災グッズにプラスしよう！

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



災害後自宅で過ごすための非常用備蓄にプラス

- 飲料水7日分(1人1日3リットル、粉ミルク用も)
- こどもの食料7日分(月齢に合った好きな物)
- ミルク(粉・液体)7日分
- おむつ&おしりふき7日分



ベビーフードはそのまま食べられる瓶や容器入りが便利

★こどもの成長に応じて、下着やおむつを見直しましょう。また、こどもの成長に応じて、必要となる離乳食や幼児食がわかります。確認を行い、用意しておきましょう。

災害や事故に備えて

自宅から避難！非常持ち出し品にプラス

- 防災頭巾・ヘルメット
- レインコート
- マスクや軍手
- 衣料品3日分(特に下着)
- おむつ3日分
- おしりふき
(ウェットティッシュ)
- ミルク(粉・液体)3日分
- 哺乳瓶(使い捨てタイプ)

着て行く



個包装の物が便利！

- こどもの食料3日分
(月齢に合った好きな物)
- 離乳食スプーン
- 食品用ラップ
(スプーンや皿に巻けば汚さず使える)
- 紙コップ&ストロー
- 軽くて小さいおもちゃ
- ゴミ袋



「使える備え」にしよう！こどもの防災グッズのそろえ方のコツ！

買い置きを備蓄に！ 「ローリングストック」を活用！

最初多めに買って置き、普段どおりに使ったら買い足すという「ローリングストック方式」を活用すれば、年齢に合わせて変化していく非常食や消耗品(おむつなど)の管理がしやすくなります。



こどもの食べられるものを用意しよう！

防災用のお菓子やパン、フルーツの缶詰などこどもが食べ慣れたもののほかに、アレルギーがある場合は、少し多めにアレルギー対応食を用意しましょう。



持ち出し品は持ち出せる重さに！

持ち出し品は最小限に、用途が併用できるものを活用しましょう。こどもを抱っこした状態で一緒に持てる重さか確認してみてください。



避難生活の不安をやわらげよう！

その子ならではの日常に必要なものがあれば用意を。また発熱材やカセットコンロ&ガスボンベを用意しておく、温かいものを食べることができます。





うちの危険箇所チェック

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

ベランダ
・踏み台があると登って転落の危険
ベランダの柵の幅は大丈夫？

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

階段
転倒、転落

電気ケトル
・転落時の湯漏れや湯気をさわったのやけど
・コードをひっぱる・かじる

コンセント
・やけど
・小さい物をつめこんで火事

テーブル・イス
・テーブルクロスを引っ張って上の物の落下によるけが
・イスからの転落

ビニール袋
・窒息の危険、誤飲

おもちゃ
・誤飲
小さなおもちゃは誤飲の危険あり

アイロン
・やけど
・コードをひっぱる・かじる



体罰によらない子育てを広げよう！

「しつけ」と称した体罰は法律で禁止されました。

こんなことしてませんか？

- ▶ 注意しても言うこと聞かないので、叩いた。
- ▶ いたづらをしたので、外に閉め出した。
- ▶ 宿題をしなないので、夕食を与えなかった。
- ▶ 何かにつけてきょうだいと比べる。
- ▶ 冗談で「生まなければよかった」という。



全て体罰です！

体罰がこどもの成長・発達に悪影響を与えることは、科学的にも明らかになっています。



体罰によらない子育てのポイントを紹介します!! ▶▶▶▶▶

災害や事故に備えて



屋外の事故から子どもを守るために

家の外では、事故から子どもを守るために、大人が危険を予測し、気を付けることが大切です。下記のようなことに気を付けましょう。

道路、駐車場

- 周りに車がないか常に気を配る
- 道路を歩くときは必ず手をつなぐ
- 駐車場を遊び場にしないようにする
- こどもに車道側を歩かせない



乗り物

- こどもを自転車やベビーカーに乗せたまま目を離さない
 - 電車の乗り降りの際は手をつなぐ
 - 車に乗るときはチャイルドシートに座らせる
- ※6歳未満のこどもは、チャイルドシートの着用を義務付けられています。



公園

- こどもが遊んでいるところから目を離さず、すぐにかげつけられる場所にいる
- 砂場で遊んだ後はよく手を洗う
- 噴水や池で遊ぶときは、水の深さを確かめる
- 首の周りにひもやフードのついた服は避け、動きやすい服装で遊ばせる



お店

- エスカレーターの乗り降りは、掛け声をかけてタイミングを教える
- 移動するときは必ず手をつなぐ
- こどもに迷子札を持たせておく



こどもの居場所など



すべてのこどもの成長を見守り支えるため、市内では様々な取り組みが行われています。

こどもの居場所・子ども食堂

地域における身近な居場所として、地域サロンや子ども食堂があります。また、こどもの居場所への寄付やボランティアについては、所沢市社会福祉協議会へご連絡ください。

連絡先 所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課
 ☎2925-0041 FAX 2925-3419
 アドレス 0041m@toko-shakyo.or.jp



所沢市社会福祉協議会HP

フードドライブ

所沢市上下水道局では、NPO法人フードバンクネット西埼玉へ、お預かりした食料を提供しています。※お預かりした食料の保管は行っておりません。

受付日 毎月第3日曜日(祝日の場合は実施いたしません)
受付時間 午前11時30分～午後3時
受付場所 上下水道局庁舎1階ロビー



所沢市HP