

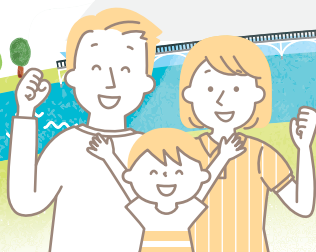


我孫子市

子育てガイドブック

わく²すく²

令和6年



我孫子市 × 株式会社サイネックス

子育て家族の味方!

コスモウォーターで 育児にゆとりを 作りませんか?

いつでもすぐに冷温水が使えるから...

早く、楽に、
ミルクが
作れる

離乳食、
料理の
時短に

ママの
水分補給に

月額費用はお水代と電気代だけ! /

- サーバーレンタル料
- お水の配送料
- 定期メンテナンス不要

0円

コスモウォーターご契約で全員もらえる!

子育て応援キャンペーン

特典

全国の加盟店でご利用いただける
10,000円分のこども商品券



<https://toycard.co.jp/>

さらに!

最新機種
smartプラスNext

WEBお申込みで
初回出荷手数料

通常
2,200円 ▶ **0円**



お申込み・詳細はこちら

※「子育て応援キャンペーン専用HP」からお申込みされた方限定の特典となります。詳しくは左の二次元コードをご確認ください。

子育て家族におすすめ! コスモウォーターが選ばれる 6つのポイント

01 ミルクや離乳食も時短!
6段階の温度調整機能

ミルクづくりに最適な70Cのお湯がすぐに使えて便利! 家事や子育てでもっと楽に。

02 小さなお子さまがいるご家庭でも安心!
チャイルドロックを標準装備

温水、冷水ともにロック付きなので、いたずらや火傷を防止することができます。

03 足元でかんたん!
片手でらくらくボトル交換!

重たい水ボトルを持ち上げなくても、バスケットに入れて片手でスライドするだけ! 足元設置で女性でも安心。

04 赤ちゃんにも安心安全!
品質にこだわった天然水

安全で新鮮な軟水だから妊娠中の方や小さなお子さまにも安心。Wグリーン機能搭載でサーバー内も常に衛生的です。

05 家計に優しい!
ランニングコストNo.1

※2 月額費用は水代と電気代だけ。余分な費用はかかりません。だから、コスモウォーターが最安値。

06 ゴミ捨てもらくらく!
自動で収縮する使い切りボトル

約1/4に縮んで//リサイクル処分!

※1 ママが選ぶ、ウォーターサーバーNo.1(日本マーケティングリサーチ機構調べ 調査概要:2021年12月期_ブランドのイメージ調査) ※2 ランニングコストNo.1(日本マーケティングリサーチ機構調べ 調査概要:2021年11月期_指定領域における競合調査)



お電話からの
お問い合わせ

0120-1132-99
| 受付時間 | 9:00-18:00(土日祝含む)

子育て応援キャンペーンを見た
と伝え下さい

発刊にあたって



我孫子市には、「子育てしやすいまち」を実感できるような、子育て家庭を支援する制度や子どもの健やかな成長を促す取り組みをしています。

また、地域全体で子育てを支えあえる仕組みがあります。それらを利用して、我孫子市で快適な子育てライフを送ってください。

この子育てガイドブック「わく²すく²」は、妊娠期から子育てにわたるまでの育児に関する情報や、市の行政サービスをわかりやすくまとめて紹介しています！

知りたい、聞きたい、行きたいがきっと見つかります。

(右記のコードから電子書籍でもご覧いただけます)



我孫子市の子育て情報を知るには

市ホームページサブサイト あびこで子育て

市のHPのトップページ「ライフイベント」から「妊娠・子育て」をクリックすると「あびこで子育て」サイトに繋がります。子育ての情報が満載！！



LINE 公式アカウント

カテゴリーから「欲しい情報だけ」お届けします。

[受信設定]で欲しい情報を選択できます。

[子育て]に してください。



© 我孫子市 2012



相談窓口

子育てがんばりすぎていませんか？子育てに関する悩みはありませんか？
1人で解決できないことも、2人なら、みんななら、解決できるかもしれません。
地域には、相談できる人や場所があります。

子ども相談課

☎7185-1821

児童相談所
虐待対応ダイヤルいちはやく
☎189(無料)

発達相談

こども発達センター
☎7188-0472千葉県
柏児童相談所

☎7134-4152

乳幼児の
健康・相談、妊婦相談
保健センター
☎7185-1126児童相談所
相談専用ダイヤルいちはやく おなやみを
☎0120-189-783(無料)子育て
コンシェルジュ
保育課
☎7185-1490
子育て支援センター
(アビクオーレ2階)
☎7185-1915

子育て相談

保育士、栄養士、看護師
などによる子育てや
子育てに関する相談
各保育園(P45~47参照)
☎7188-0472

緊急の場合・夜間・休日診療

休日・夜間救急病院

☎7184-0119(消防署)

休日、夜間の病気は、救急病院が診療します。救急病院を利用する場合は、まずは、消防署へご連絡ください。

受け入れ可能な救急病院をお知らせします。

※緊急の場合は迷わず「119」へお電話を！



こども急病電話相談

8000 または☎043-242-9939

受付時間…365日/19時～翌朝午前8時まで
夜間に、急にこどもの具合が悪くなったとき、どうしたらよいか迷うことがありますか。

病院を受診したほうがよいのか、様子を見て大丈夫なのか、看護師が電話でアドバイスします。なお、必要な場合には小児科医に電話を転送します。



我孫子市休日診療所

☎7187-7020(診療時間内のみ)

日曜日、祝日、年末年始に急な病気や歯痛になったときは、我孫子市休日診療所で診療が受けられます。

※発熱症状等ある方は、来院前に必ず電話してください。

湖北台1-12-17(保健センター隣)

診療科目・受付時間…

内科・小児科 9時～11時30分、
13時～16時30分

歯科 9時～11時30分

診療日…日曜日、祝日、
年末年始(12月30日～
1月3日)

こどもの救急ホームページ
(日本小児科学会)

お子さんの症状をホームページ上にチェック入力することで、夜間や休日などの診療時間外に病院を受診すべきかどうかの判断の目安がわかります。(対象年齢：生後1か月から6歳まで)



わく²すく²

- 発刊にあたって…………… 1

相談窓口 **2**

- 相談窓口…………… 2

緊急の場合・夜間・休日診療 **3**

- 緊急の場合・夜間・休日診療…………… 3

あびこの推し！スポット **6**

- あびこの推し！スポット…………… 6

祭り・イベント **10**

- 祭り・イベント…………… 10

子育てカレンダー **12**

- 子育てカレンダー…………… 12

パパを楽しもう！ **14**

- 妊娠中のサポート
妊娠したときからパパは始まる…………… 14
- 夫婦で子育て楽しもう！…………… 16
- すくすく子育てイベント…………… 17

起こりやすい事故 **18**

- 起こりやすい事故…………… 18

子育てファミリーの防災対策 **19**

- 子育てファミリーの防災対策…………… 19

妊娠・出産 **20**

- 妊娠・出産したら…………… 20
- しあわせマタニティ講座…………… 21

赤ちゃんが生まれたら **22**

- 出生届の提出…………… 22
- 出産育児一時金…………… 22
- 国民健康保険税の免除制度…………… 22
- 国民年金保険料の免除制度…………… 23
- 未熟児養育医療給付…………… 23
- 児童手当…………… 23
- 子どもの医療費助成…………… 23
- ライフダイアリー…………… 24
- あかちゃんステーション…………… 24
- 子育て応援！チーパス事業…………… 24

乳幼児の健診・教室 **25**

- 乳幼児の健診・教室…………… 25

予防接種 **27**

- 予防接種…………… 27

親子で出かけよう **28**

- 子育て支援センターに
行ってみよう…………… 28
- 出張相談…………… 28

広告

お客様の笑顔のために
お客様の笑顔の花を咲かせたい

日常のお掃除をサポートする掃除代行サービスだけでなく、
庭のお手入れ、キッチン、浴室、トイレなどの水回りや
ベランダ等の外回りのお掃除も承っております。

はなちゃんが選ばれる

3つの理由

- 1 小さなお子様、お年寄り、敏感な方でも安心。
天然植物エコ洗剤を中心に使用。
- 2 出張費や汚れの状態による追加料金一切なし。
リーズナブルな料金で確かな品質。
- 3 NPO法人日本ハウスクリーニング協会に加盟
ハウスクリーニング士がお伺いいたします。



ハウスクリーニング はなちゃん 我孫子市布佐平和台7-4-7 TEL:04-7105-1919



- ・にこにこ広場…………… 29
- ・すまいる広場…………… 30
- ・かわむらんど…………… 30
- ・ぐるんぱクラブ…………… 30
- 保育園などの地域子育て支援…………… 31
- 幼稚園の未就園児保育・園庭開放 …… 31
- 図書館…………… 32
- 公民館…………… 33
- 子育てサークル・市民団体 …… 34
- 子ども食堂…………… 36
- 我孫子市子ども食堂ネットワーク…………… 36

愛する我が子の発達過程 37

- 愛する我が子の発達過程
～案ずるより育てるが易し～…………… 37

子どもを預けたい 38

- 一時預かり…………… 38
- ファミリーサポートセンター…………… 39
- 休日保育…………… 39
- 病児・病後児保育 …… 40
- 短時間託児[スマイル・ママ] …… 40
- その他の保育施設…………… 41
- 子ども短期入所(ショートステイ)… 41
- 放課後支援…………… 41

幼稚園・保育園・認定こども園 42

- 幼稚園・保育園・認定こども園…………… 42
- 幼児教育・保育の無償化について …… 43
- 施設の申し込み方法…………… 44

- 保育園・幼保連携型認定こども園・
小規模保育事業所一覧…………… 45
- 幼稚園・幼稚園型認定こども園一覧… 48

子どもの発達が気になる 50

- こども発達センター…………… 50
- 児童通所支援…………… 51
- 手当など…………… 51

ひとり親家庭の支援 52

- ひとり親家庭への支援…………… 52

制度・助成・手当 53

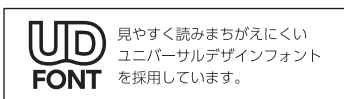
- 軽度・中等度難聴児補聴器
購入費等助成…………… 53
- 小児慢性特定疾病医療費助成制度… 53
- 特定疾病療養者援助金…………… 53
- 住まいの応援…………… 53

市内の医療機関リスト 54

- 医療機関一覧…………… 54
- 歯科医院一覧…………… 58

施設イラストマップ 60

- 施設イラストマップ(西部)…………… 60
- 施設イラストマップ(東部)…………… 63



広告



医療法人社団ふたば会 あんべこどもクリニック

院長 安部 昌宏

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	△	●	●	●	☆
13:30~18:00	●	●	休	●	●	※	休

●診療 △予防接種のみ ※13:30~17:00

☆第1、第3の日曜日は9:00~13:00

印西市竜腹寺350-2

Tel.0476-80-9611



あびこの推し！スポット

水辺の街“あびこ”豊かな自然と水辺に囲まれ、身近な場所で散策や、キャンプ、水のアクティビティが楽しめます。さあ！家族みんなで出かけよう！！

手賀沼公園

市のシンボル手賀沼に面した水辺と緑の公園。遊具や広場、岸辺に加え手こぎボートやスワンボートで水上散歩を楽しめ水鳥を近くに見ることができます。オープンカフェの軽食で、のんびりと手賀沼を眺めながら過ごすことができます。



あびこの推し！スポット



手賀沼公園ミニ鉄道

手賀沼公園内にあるミニ鉄道。新幹線はやぶさや、メルヘン機関車のほか、ドクターイエローに乗車できます。

※運行日時は市のHPで確認してください。



JR東日本商品化許諾済

— 広 告 —

施設利用料のみで

お風呂 プール

トレーニングジム

全て利用できてとってもオトク！

印西市・白井市・栄町に在住、在勤、在学の方	その他の地域に在住の方	各種プール スタジオ教室 開催中！	
大人 高校生以下 420円 210円	大人 高校生以下 520円 260円		

小学校就学前の幼児は無料

3才未満のお子様はベビーバスタイム利用(200円)で水遊び用オムツハンターサービスでプールのご利用ができます！

印西温水センター

印西地区環境整備事業組合 温水センター

☎0476-47-1661

〒270-1352 印西市大塚1丁目3番地
<https://inzaipool.jp/>

お風呂

市民図書館アビスタ本館

手賀沼公園に隣接した生涯学習センターアビスタ内。約5万冊の児童書があり、昔話、学年別おすすめ本などテーマごとのコーナーも充実しています。



手賀沼遊歩道

手賀沼公園から手賀沼に沿って約5kmの遊歩道が続き、四季折々の景色が楽しめます。



手賀沼周遊レンタサイクル

手賀沼を眺めながらサイクリング。貸し出しステーションは、市内3か所、柏市内2か所あり、どのステーションでも返却可能。

※貸出日時等は、市のHPで確認してください。



告 白



市進学院

我孫子市内の教室は
こちらから



まずは
無料体験授業へ!

市進教育グループ 小中高一貫指導

市進学院 市進予備校  *Pensees Frontières*

名門中学・高校受験指導 現役高校生のための予備校 市進の個別指導

市進コールセンター [月~土 10:00~20:30]

0120-80-0877

あびこの推し！スポット



ふれあいキャンプ場

五本松公園に隣接するキャンプ場。身近な場所で気軽に、宿泊キャンプや、デイキャンプが楽しめます。(要予約)

※市のHPをご覧ください。

☎7185-1604



子どものおでかけ、赤ちゃんとの外出時に役立つ持ち物やグッズ

赤ちゃんとお出かける際に必要な持ち物をリストアップしてみました。必要最低限のものを紹介しましたがそれでも大荷物ですね。一人の時や大人だけでの外出と違って、赤ちゃんとのお出かけはいろいろ準備が必要です。

- ・オムツポーチ（紙おむつ・おしり拭き）
- ・ビニール袋
- ・タオル
- ・着替え
- ・ミルクセット（哺乳びん・粉ミルクなど）
- ・授乳ケープ
- ・母子手帳
- ・お気に入りのおもちゃ

季節によってあると便利な持ち物

暑い時期

- ・保冷剤や保冷シート
- ・うちわや扇子
- ・日よけの帽子
- ・日焼け止め

寒い時期

- ・フリースやブランケット
- ・レッグウォーマー
- ・防寒用の帽子

※月齢によっては他に離乳食・おやつ、食食用グッズが必要になります。

赤ちゃんはまだ自分で温度調節が出来ないので、ママが気を付ける必要があります。お出かけの時は暑さ対策や寒さ対策をしっかりと準備してくださいね。

柴崎台中央公園

周囲を住宅に囲まれ、豊富な樹木や大きな遊具が設置されています。休憩施設などがあり大人から小さなお子さんまで楽しめます。



宮ノ森公園

竹内神社につらなる丘陵と谷津を生かし樹木が豊富で、春には桜の絶景が楽しめます。成田線沿いに面して電車の通過も迫力あります。



手賀沼親水広場じゃぶじゃぶ池

夏休み期間中に、お子さんと一緒に水遊び。ベンチやパラソルも設置され、小さなお子さんも遊べます。



鳥の博物館

人と鳥の共存を目指して、鳥類を専門に扱う自然史博物館。手賀沼の鳥や地域の環境から絶滅危惧種の保全まで幅広く展示してます。ジャイアントモアのモニュメントが目印です。



祭り・イベント

祭り・イベント

8月
月上旬



手賀沼花火大会

水上花火やスターマインといった色とりどりの約1万3500発の花火が湖上を飾ります。毎年18万人以上の観覧者が訪れる我孫子市最大のイベントです。



あびこカップまつり

子どもから大人まであらゆる世代が楽しめる「カップ」をテーマにしたお祭りです。みんなで踊る「河童音頭」は、どの世代にも親しまれています。

8月
下旬

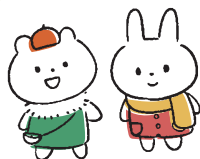


9月
下旬



あびこで子育て応援フェスタ

民間企業との協働主催で子育て家族を応援するためのイベント。ボランティア団体等の体験コーナーや企業の体験ブースなど、家族で一日楽しく過ごせます。



11月
月上旬

ジャパンバードフェスティバル

手賀沼周辺で行われる、鳥をテーマにした日本最大級のイベントです。鳥・自然環境に関する研究・活動の発表、絵画・写真展や、子供工作教室、船上バードウォッチングなど、お子様からご年配の方まで楽しめます。



2月



みんなのスポーツフェス

普段体験できないパラスポーツやニュースポーツをはじめ、子どもの様々な運動能力にアプローチする「子どもの運動教室」など誰でも楽しめる種目が盛沢山！子どもから大人までスポーツを楽しもう！



©我孫子市2012

広告

知事許可 43904号・健康書店会 13003号 我孫子市新木3068

畳 根本タタミ店



のことなら創業135余年の地元安心畳専門店
国土交通大臣認定施工管理技士／厚生労働大臣認定一級畳技能士

肌の敏感な方や小さなお子様がいるご家庭には特におすすめです。

☎04-7188-0121

子育てカレンダー

子育てカレンダー

月齢	妊娠	出産(出生) 0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	
赤ちゃんの様子 ※発達には個人差があります 	運動	手に触れたものをつかむ			首がすわる 見たものに手を出す		寝返りをする	
		社会性		あやすと微笑む 人の顔をじっと見つめる		あやすと笑う		
				指しゃぶりをする 大きな声で反応する				
健康診査・健康相談 	言語	元気な声で泣く					人にむかって声を出す	
					声を出して笑う			
		<ul style="list-style-type: none"> ● 妊婦健康診査 ● 妊婦歯科健康診査 	<ul style="list-style-type: none"> ● 産婦健康診査 ● 乳児健康診査 (1か月児) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 乳児健康診査 (1か月児) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 乳児健康診査 (3~6か月児) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 4か月児相談 (4~5か月児・個別通知) 		
			<ul style="list-style-type: none"> ● 新生児聴覚スクリーニング検査 (生後50日以内) ● 新生児乳児訪問 (退院後~4か月未満) 					

広告

医療法人社団 順邦会

飯島整形外科

整形外科・リハビリテーション科

(公社)日本整形外科学会認定 整形外科専門医 飯島 謙

柏駅西口徒歩2分



国道6号線(水戸街道)
飯島整形外科
セントラル
ウェルネスクラブ柏1F
※駐車場有り(有料)
クレスト
ホテル
高島屋

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
AM9:00~12:30	◎	◎	◎	◎	◎	◎	—
PM3:30~ 7:00	◎	◎	—	◎	◎	—	—

初診の方は、受付時間終了30分前までにご来院ください

TEL 04-7141-3111

http://www.iiijima-seikei.jp/

柏市末広町6-1 セントラルウェルネスクラブ柏1ビル1F

パパを楽しもう!

妊娠中のサポート

妊娠したときからパパは始まる

妊娠初期

妊娠中期

妊娠中は、ママの心身に様々な変化が起こります。特に妊娠初期はつわりによる体調不良や流産に注意が必要な時期です。

胎盤が完成し、比較

2か月

3か月

4か月

5か月

赤ちゃんの様子

◆脳、心臓、肝臓などからだの各臓器が
でき始める



◆性別がわかる
ようになる



◆胎盤が完成し、
骨格がしっかり
する。

ママの様子

◆月経が止まる



◆つわりが続く
◆感情が不安定
になる



◆つわりが少しず
つ楽になる



◆かすかに胎動
を感じる
◆乳房が大きくなり、
母乳を作り出す準備が
進む

パパの心得

♥ママの体調の変化や気持ちの変化に気づいて、どうすれば
楽になるか、話し合ってみましょう。

♥妊婦健診や両親学級と一緒に付き添う時間を作りましょ
う。

♥ママの体調が落

赤ちゃん用品の
♥ママの腰や背中
げましょう。



つわりの時は・・・

- ★気持ちが悪い、食欲がない、吐き気がする、腰痛、眠気、倦怠感、悪寒など、様々な症状が現れます。ママには、「無理をさせない」「睡眠を十分に取らせる」ことが基本です。
- ★間食はつわりを軽くすることにもなるので、好きなものを食べさせてあげてください。

講座などに参加しましょう



- ★パパが妊娠や出産についての情報収集をすると、ママもとても安心し、夫婦で出産や育児について学ぶことができるうえに、不安なことを相談したり、経験談やアドバイスを聞いたりすることができます。また、地域の育児仲間づくりのきっかけにもなります。
- ★ウェルカムベビー学級
※詳しくはP20をご覧ください。

家族みんなで、子育ての楽しさと喜びを再認識して、家族が笑顔でいっぱいになるためのお手伝いと、育児を楽しみながら、ご自身も輝くカッコいいお父さんを応援しています。

妊娠後期

的母体が安定します。

ママのおなかはますます大きくなって、体のバランスが悪くなり、日常の動作もしにくくなります。

6か月	7か月	8か月	9か月	10か月
<ul style="list-style-type: none"> ◆ 指先に爪が生え、眉毛、まつ毛が生える 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 皮下脂肪が少なく、皮膚はしわしわ 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 皮下脂肪がつき、体が丸みを帯びる。 ◆ 聴覚が完成する。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 赤ちゃんらしい顔つきになる。 ◆ 肝機能が充実する。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 皮下脂肪が完全について、胎外生活の準備が完了する。
<ul style="list-style-type: none"> ◆ 胎動をはっきりと感じる ◆ 下腹部が膨らみ目立ってくる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 下腹部までおなかがかぶくらむ ◆ 貧血・腰痛になりやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大きくなった子宮が胃を圧迫し、一度に食べられる量が減る 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 頻尿になる ◆ 時々おなかがはる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 胃の圧迫感が減る ◆ 腰や足の付け根が痛くなる ◆ おなかのひりを頻繁に感じる
<p>ち着いてきたら、二人で散歩をしたり、買い物に出掛けてみましょう。 をマッサージしてリラックスさせてあげましょう。</p>		<ul style="list-style-type: none"> ♥ 重いものを持つなど、ママが大変な動作はパパが手伝ってあげましょう。 ♥ 精神的に不安定になっている、ママのイライラをを許してあげましょう。 		



出産に立ち会う？立ち会わない？

- ★ 立ち会う場合は、出産時にパニックにならないように、出産についての知識を身につけておきましょう。
- ★ 病院によっては事前に出産にあたっての心構えや呼吸法について、勉強する講座を受講しないと立ち会えないこともあります。

もうすぐ生まれるサインはこれ！

- ★ おしるし…血性のおりものが少量見られます。ふつう、このあと1～2日のうちに陣痛が始まります。
- ★ 陣痛…おなか張って腰にも響く状態が、一定の間隔で規則的に起こります。陣痛が10分おきの間隔でおこるようになったら、いよいよ出産間近です。
- ★ 破水…ふつうは子宮口が胎児の頭が通れるくらいに十分に開いたときに破水が起こりますが、その前に破水してしまうことがあります。その他、出血やおなかの痛みが休みなく続くときなど、異常を感じたときはすぐに病院に連絡しましょう。

パパを楽しもう！



夫婦で子育てを楽しもう!



～パパの育児休業取得のすすめ～

仕事も子育ても、どちらも充実させたい! どちらも楽しみたい! どちらも今しかできないことを大切にしたいですね。育児休業や短時間勤務などを上手に活用して、仕事と子育てを両立するために、自分らしい子育て期のワーク・ライフ・バランスを考えてみましょう。

★育児・介護休業法 ポイント

★産後パパ育児(出生時育児休業)

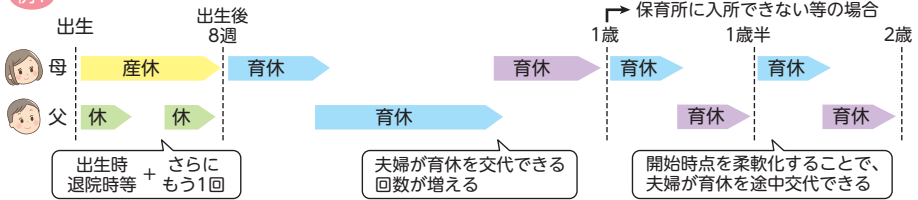
子の出生後8週間以内に4週間まで取得できて、分割して2回取得可能。

★育児休業制度 原則子が1歳(最長2歳)まで取得できて、夫婦とも分割して2回取得可能。

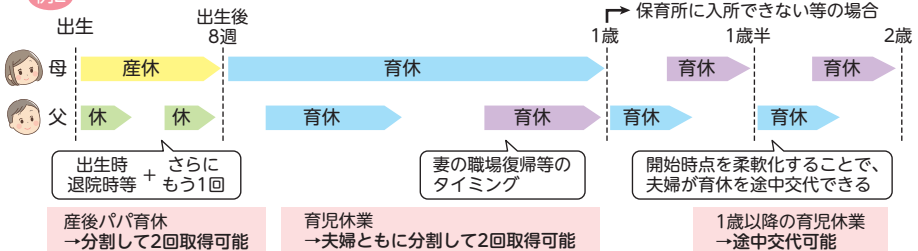
※産後パパ育児も育児休業給付(出生時育児休業給付金)の対象です。育児休業給付については、ハローワークへお問い合わせください。

育児休業取得の例

例1



例2



※1歳以降の育児休業が、他の子についての産前・産後休業、産後パパ育児、介護休業または新たな育児休業の開始により育児休業が終了した場合で、産休等の対象だった子等が死亡等したときは、再度育児休業を取得できます。

パパのタネ ～そしてパパになる～

最初からパパであるパパはいません。

パパ(お父さん)という呼び名は、子どもがくれたあなたへの最初のプレゼント。

子どもが生まれ、パパと呼ばれながら子どもと共にパパへと育っていくのです。子育ては楽しいことがいっぱい。でも我慢もいっぱい。子どものために…いいえそれは自分のためなのかもしれません。

初めはみんな“パパのタネ”ゆっくりでいい。今しかなくかわいいお子さんの姿に触れながら、ひとりひとりの素敵な“パパの花”を咲かせてください。家族の笑顔のために。



パパを楽しもう!

すくすく
子育てイベント!



子育て支援センター、市内公共施設などで、パパとお子さんや、家族みんなで楽しめる親子イベントを行っています。

※詳細は市のホームページ等でご確認ください。



フットサル教室



ファミリー
コンサート



親子ヨガ



家族であそぼう
(子育て支援センター広場)



パパを楽しもう!

親子でふれあい遊び

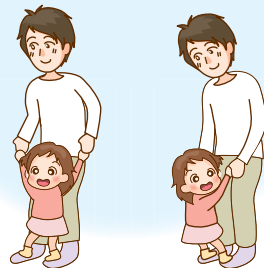
★ひざ上飛行機(8か月頃～)

あおむけに寝た親の両すねに子どもを乗せ、子どもを持ち上げます。慣れてきたら、手を離し、子どもの両手を広げさせ、飛行機の翼のようにし、バランスを取らせましょう。



★ロボット歩き(12か月頃～)

子どもと向かい合って立ち、親の両手親指を握らせます。親の両足の上に子どもの足を乗せ、息を合わせながら歩く遊びです。慣れてきたら反対向きになって行ってみましょう。



起こりやすい事故

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

子どもの目線で
見ると**危険**が
いっぱい！

ベランダ

踏み台があると登って転落の危険
ベランダの柵の幅は大丈夫？

キッチン

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

階段

転倒・転落

ビニール袋

窒息の危険、誤飲

電気ケトル

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

アイロン

やけど
コードをひっぱる・
かじる

テーブル・イス

テーブルクロスを引っ張って
上の物の落下によるけが
イスからの転倒

おもちゃ

誤飲
小さなおもちゃ
は誤飲の可能性があり危険！

窓や出窓からの転落

[注意ポイント]

- 1.窓に補助錠やストッパーをつけて、大きく開かないようにしましょう。
- 2.窓の近くにベッドやソファなど踏み台になるものは置かないようにしましょう。
- 3.網戸に寄りかかると破れて転落するおそれがあるので、窓を開ける幅を制限できない場合は、網戸に寄りかかれないよう柵を設置しましょう。

暖房器具

湯気をさわってのやけど

コンセント

やけど
小さい物をつめこんで
火事

ベビーベッド

転落、指の挟み込み

出典：子どもを事故から守る！
事故防止ハンドブック（消費者庁）



子育てファミリーの防災対策

災害に備え、日頃から準備をしておくことは大変重要です。

いざという時に戸惑うことなく、大切な家族を守るために、災害対策をしておきましょう。

家の中の安全対策

貯金箱や置時計など、大人には考えられないものでも赤ちゃんや幼い子どもにとっては危険です。ベビーベッドの周りや子どもが多く過ごしている部屋を見直し、安全確保をしましょう。

- 寝室や避難経路になる場所に大きな家電製品や家具を置かない。
- 大きな家電製品や家具は転倒防止器具で固定する。
- 収納は重い物を下に、軽いものを上にする。
- 食器や本棚などは中のものが飛び出さないようにロックを付ける。
- ガラスには飛沫防止フィルムを貼って、普段からレースのカーテンを付ける。

家族の避難行動、連絡方法の確認

あびこハザードマップを使って、災害時の避難場所・避難経路を家族で確認しておくことが大切です。

あびこハザードマップ



安否確認には、災害用伝言ダイヤル「171」などのサービスを利用できるように確認しておきましょう。

正確な情報の入手

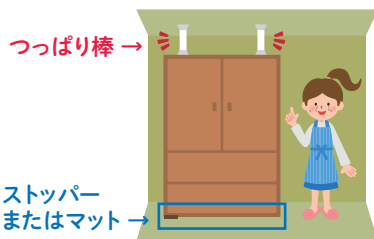
避難には、テレビ・ラジオなどで正確な情報を入手して、周囲の状況を把握し安全なルートで避難しましょう。市役所からの緊急連絡を防災行政無線やLアラート、エリアメール、メール配信、ホームページ、LINE、エックスなど、複数の情報伝達手段を活用してお伝えします。

※防災行政無線の放送内容を携帯電話やパソコンにメールで送信します。QRコードを読み込むか、abiko-reg@kmel.jpに空メールを送信してください。折り返し、登録案内メールが送られてきます。



※防災行政無線の放送内容が聞き取れなかった場合

☎フリーダイヤル0120-031-676




妊娠・出産

妊娠・出産したら

問 健康づくり支援課 母子保健係 ☎7185-1126

妊婦のみなさんが安心して出産を迎えられるよう、妊婦健康診査や教室・相談などさまざまな事業を行っています。事業を活用して新しい家族を迎える準備をしましょう。

事業名	対象	内容	日時	場所
母子健康手帳の交付	妊婦	母子健康手帳の交付 保健師による妊娠・産後の情報等のご案内	最新情報は市のホームページをご覧ください。	
妊婦健康相談	妊婦とその家族	保健師による電話相談・来所相談(来所相談は要予約)	月～金曜日 8時30分～17時	健康づくり支援課(保健センター)
妊婦健康診査	妊婦	14回までの指定された健診項目の費用助成(多胎の場合は5回分追加)	母子健康手帳と同時に受診票(別冊)を交付	契約医療機関等※
妊婦歯科健康診査	妊婦	妊娠中に1回(自己負担有)	母子健康手帳と同時に受診券を交付	市内契約医療機関
ウェルカムベビー学級	妊娠20週以降の妊婦とその家族	妊娠中・産後の生活と歯科・栄養・妊婦体操、育児についてなど	要予約3回1コース 健康づくり支援課にお問い合わせください	健康づくり支援課(保健センター)
妊婦訪問	妊婦	助産師、保健師による家庭訪問	健康づくり支援課にお問い合わせください	各家庭
産婦健康診査	産婦	産後2週間及び産後1か月の指定された健診項目の費用助成	母子健康手帳と同時に交付したピンクの封筒に受診票を同封	契約医療機関等※
新生児聴覚スクリーニング検査	生後50日以内	初めて受けた新生児聴覚スクリーニング検査の費用助成	母子健康手帳と同時に受診票(別冊)を交付	契約医療機関等※

※妊婦健康診査・産婦健康診査・新生児聴覚スクリーニング検査は、契約医療機関等で受診することができます。里帰り出産などで県外の医療機関等を受診する場合は事前に健康づくり支援課にお問い合わせください。

— 広 告 —



産婦人科・麻酔科 みらいウィメンズクリニック

日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医・麻酔科標榜医 院長 荻原弘光

当院かかりつけの方は緊急時にも24時間対応

	月	火	水	木	金	土	日	祝日
9:00～13:00	●	●	●	●	●	●	休	○
14:30～18:00	●	●	●	●	●	○	診	○

受付開始は診療開始時間の30分前、受付終了は診療終了時間の1時間前までです。○土曜日の午後は14:00～17:00 ○祝日は不定期診察お問い合わせ下さい。

千葉県印西市原4-2-2 tel 0476-40-1200

初診からインターネット予約も可能 [みらいウィメンズクリニック](#) 検査



産・すくすく子育て応援金

- ★出産応援金 1度の妊娠につき5万円の給付
 - ★すくすく子育て応援金 児童1人につき5万円の給付
- ※事業の最新情報については、市のホームページをご覧ください。



産後ケア事業

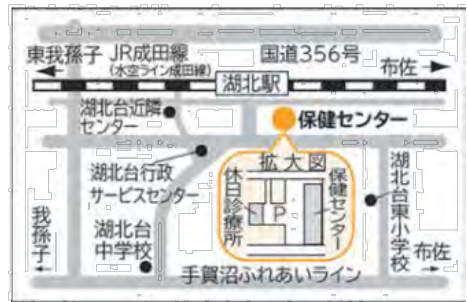
出産後に、育児支援を希望する家族に対して産後ケア施設への宿泊や通所にて、母子への心身のケアや育児のサポートを行い産後の生活を支援します。
 ※最新情報については、市のホームページをご覧ください。

ママヘルプサービス事業

出産後に、家族からの十分な家事・育児などの援助が受けられず、育児不安がある方に、ママヘルパーを派遣し家事支援を行い産後の生活を支援します。
 ※最新情報については、市のホームページをご覧ください。

保健センターの案内

保健センター地図
 湖北台1-12-16



妊娠・出産

しあわせマタニティ講座

問 保育課 子育て支援センター ☎7185-1915

赤ちゃんを感じながら楽しいマタニティライフを過ごせるように、お腹の中の赤ちゃんの成長や赤ちゃんの神秘、ご自身や家族でできる妊娠中のストレッチなどを紹介します。

講師の先生に、妊娠中や出産への相談もできます。

※詳しい内容はホームページをご覧ください

●場所 にこにこ広場(アビィクオーレ2階)



広告



医療法人社団 寿幸会

かんの産婦人科クリニック

KANNO OBSTETRICS AND GYNECOLOGY CLINIC

診療時間

休診日：水曜日、土曜日、日曜日午後、祝日

	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	○	—	○	○	○	○
午後 3:00~6:00 (最終受付 5:30)	○	☆	—	○	○	—	—

☆予防接種のみ

妊娠から出産までの間妊婦さんや赤ちゃんが安心して過ごせるようお手伝いいたします。



当院は完全予約制です。診察 分娩 教室 入院 託児所
 妊婦健診は、毎回助産師による面談と診察、その後医師による診察を行っております。腹式呼吸法を応用したリーブ(RIEB)法での自然分娩を目指しています。また、希望者には硬膜外麻酔による無痛分娩を行っております。
 (無痛分娩は、自由診療です。10万円~15万円(程度))

藤代駅下車徒歩9分 駐車場あり

〒300-1512

茨城県取手市藤代 1076 予約制

☎0297-83-0321

かんの産婦人科

検索

https://www.kanno-sanfujinka.com/



赤ちゃんが生まれたら

出生届の提出

問 市民課 戸籍係 ☎7185-1111(内線320・361)

生まれた日を含めて14日以内(国外で出生したときは3か月以内。なお、この期間内に、出生届とともに国籍留保届をしないと日本国籍を失う場合がありますので、注意してください。)

●届出するところ

子の出生地、本籍地または届出人の所在地のうちいずれかの市区町村役場。

我孫子市に届出をする場合は、市役所市民課または各行政サービスセンターの窓口。

※我孫子行政サービスセンターの夜間及び土曜日は、一部取り扱いできない業務があります。

※閉庁時は市役所本庁舎守衛室で出生届をお預かりし、翌開庁日に内容を審査します。

●届出人 子の父または母

●必要書類など

- 出生届と出生証明書(一枚にした用紙が、病院や市区町村役場にありますが)

※子の名に使える文字は、常用漢字、人名用漢字、ひらがな、カタカナに限りです。

- 母子健康手帳

- 我孫子市の児童手当、子ども医療費助成の申請に必要な書類が揃っている場合、出生届と一緒に窓口でお預かりします(守衛室ではお預かりできません)。

※児童手当、子ども医療費助成制度についてはP23をご覧ください。

出産育児一時金

問 国保年金課 給付係 ☎7185-1111(内線625)

健康保険や国民健康保険などの被保険者またはその被扶養者が出産したとき、出産にかかるときの経済的負担を軽くするため、一定の金額が支給される制度です。

直接支払制度	出産育児一時金の請求と受け取りを、妊婦などに代わって医療機関などが行う制度です。出産育児一時金が医療機関などへ直接支給されるため、退院時に窓口で出産費用を全額支払う必要がなくなります。
受取代理制度	妊婦などが、加入する健康保険などにその受け取りを委任することにより、医療機関などへ直接出産育児一時金が支給される制度です。

国民健康保険税の免除制度(産前産後免除)

問 国保年金課 保険税係 ☎7185-1111(内線930)

我孫子市国民健康保険に加入の方で、出産前後の一定期間における国民健康保険税の所得割額及び均等割額が免除される制度です。免除期間は、出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間)です。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の分娩をいいます。死産・流産・早産・人工妊娠中絶された方も対象になります。

国民年金保険料の免除制度(産前産後免除)

問 国保年金課 年金係 ☎7185-1111(内線911)

国民年金第1号被保険者が出産を行った際に、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除される制度です。免除期間は、出産予定日又は、出産日が属する月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間)です。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の分娩をいいます。死産・流産・早産・人工妊娠中絶された方も対象になります。

未熟児養育医療給付

問 子ども支援課 手当係 ☎7185-1111(内線852)

身体発育が未熟なまま出生した赤ちゃんで、指定医療機関が未熟児かつ入院治療が必要と認めた場合、医療費の助成が受けられます。所得に応じて自己負担があります。

児童手当

問 子ども支援課 手当係 ☎7185-1111(内線347)

我孫子市に住民登録があり、0歳から中学校修了までの児童を養育している方(児童が施設に入所している場合は施設の設置者など)に支給します。(所得制限あり)申請した翌月から支給されますので、出生届を出した時に申請してください。

支払時期は、毎年6月・10月・2月です。

令和6年10月分の手当から制度改正となり、高校生相当年齢の児童まで対象が拡大するとともに、所得制限が撤廃され、支払が2か月に1回(偶数月)に変わります。

※詳しくは、市のHPに掲載。



赤ちゃんが生まれたら

子どもの医療費助成

問 子ども支援課 手当係 ☎7185-1111(内線852)

0歳から高校修了までを対象として、県内の医療機関で受診する場合、保険証と医療費助成受給券を提示すると、通院1回・入院1日300円(一部無料)で受診ができます。県外の医療機関で受診した場合は、後日子ども支援課で手続きをしてください。「医療費助成受給券」の発行には申請が必要です。(出生・転入日から1か月以内)

— 広 告 —

この街が輝く原動力となる

子育て応援積金 取扱中!



東京ベイ信用金庫 我孫子支店

我孫子市本町 3-9-10 TEL 04-7182-2151

TOKYO BAY SHINKIN

ライフダイアリー

問 こども発達センター ☎7188-0472

市内在住の0歳～18歳頃までの子どもと保護者を対象に、子育て支援ファイル「ライフダイアリー」を配布しています。お子さんが成長していく様子を記録したり、お子さんの大切な情報をつづたり、保育・教育機関や病院などでもらった大切な記録をとじこむことができます。

●配布場所

子ども相談課・こども発達センター・子ども支援課・保育課・にこにこ広場・保健センター・市民課戸籍担当・各行政サービスセンター・教育相談センター

あかちゃんステーション

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

外出先で気軽に授乳やおむつ替えができるスペースです。設置施設・店舗はホームページをご覧ください。



市役所の本庁舎1階市民ホールには「個室型授乳室」を設置しています。

子育て応援！チーパス事業

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

千葉県内の協賛店「チーパスの店」で電子版「チーパス」又は、カードを提示することで、お店独自の優待サービスが受けられます。

対象世帯

18歳未満までの子ども、または妊娠中の方がいるご家庭

協賛店・サービスの検索方法

最新情報は「チーパス・スマイル」で検索できます。
電子版「チーパス」
<https://chi-pass-smile.pref.chiba.lg.jp/>



電子版「チーパス」は、スマートフォンから「チーパス・スマイル」で利用登録することで使用できます。

利用登録については、保育課、にこにこ広場、すまいる広場でご案内することもできます。母子健康手帳配付時にもご案内しています。

- ・「チーパス」は、全国の都道府県で利用できます。



乳幼児の健診・教室



☎ 健康づくり支援課 母子保健係 ☎7185-1126

下記についてはホームページをご確認ください。

事業名/対象	内容
新生児・産婦訪問 (新生児・乳児・産婦)	助産師、保健師による家庭訪問 出産後すみやかに出生通知書を投函するか電話でご連絡ください。(低出生体重児も含む)
育児相談(乳幼児)	体重測定、育児相談、栄養相談、歯科相談
乳児健康診査 ※1 (1か月児、3～6か月児、9～11か月児)	内科健診、身体計測、保健指導など
4か月児相談 (個別通知) (4～5か月児)	身体計測、離乳食のはじめ方、歯と口腔の話、育児相談
1歳6か月児健康診査 (個別通知) (1歳6～7か月児)	集団健診:身体計測、歯科医診察、歯みがき相談、育児相談、栄養相談、心理相談 個別健診:医師診察 ※2
2歳8か月児歯科健康診査 (個別通知) (2歳8か月児)	歯科医診察、歯みがき相談(希望者にフッ化物塗布)、育児相談、栄養相談
3歳児健康診査 (個別通知) (3歳6～7か月児)	集団健診:身体計測、歯科医診察、歯みがき相談(希望者にフッ化物塗布)、視力検査、育児相談、栄養相談、心理相談 個別健診:医師診察、尿検査 ※2
5歳児健康診査 (個別通知) (5歳児)	歯科医診察、歯みがき相談(希望者にフッ化物塗布)、就学に向けてのお話、育児・心理相談、栄養相談
親っこ歯科健康診査	5歳児健康診査時、希望する保護者の口腔内診査を行う
離乳食教室 (個別通知) (4～6か月の乳児を持つ保護者)	大人の食事を利用した離乳食の作り方・お口の発達に合わせた離乳食の進め方の話
後期離乳食教室 (個別通知) (8～9か月の乳児を持つ保護者)	離乳食後期～完了期に向けての食事の話、歯のお手入れ方法
フッ素洗口事業	むし歯予防を目的に、事業を希望する保育園・幼稚園・認定こども園、年中児～年長児(希望者)に対し、フッ素洗口液でのぶくぶくうがいを行う

※1 受診方法については、市のホームページをご確認ください。

※2 医師診察の受診票は集団健診でお渡しします。

— 広 告 —



医療法人社団 貴周会

五井歯科医院

院長 五井周

歯科・小児歯科・歯科口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30～12:30	●	●	●	／	●	●	／
14:00～18:00	●	●	●	／	●	●	／

我孫子市中峠台4-7

TEL. 04-7188-5634

<http://www.goi-dc.jp/>



新患・急患随時受付

P有 ■ 休診日 木曜・日曜・祝日

乳幼児の健診・教室

フッ素洗口を知っていますか？

フッ素洗口は、むし歯予防に効果のあるフッ素溶液でぶくぶくうがいをする方法です。現在、市では我孫子市歯科医師会協力のもと、市内保育園・幼稚園・認定こども園の希望する園に対して、フッ素洗口事業を行っています。フッ素の利用方法には、フッ素洗口のほか、歯科医院で行われているフッ化物歯面塗布、セルフケアでフッ素入りの歯みがき剤を使用するなど、さまざまな方法があります。フッ素を上手に使用し、むし歯を予防しましょう。

お子さんの歯の状態を確認しましょう

将来のお子さんの歯とお口の健康を守るには、小さいうちから、歯みがきの習慣やおやつを食べ方、かかりつけの小児歯科で定期健診を受ける習慣など、歯の健康を守る習慣を身につけることが大切です。保健センターでは、各種健診時に歯科健診と歯みがき相談を実施しています。

- 1歳6か月児健康診査
- 2歳8か月児歯科健康診査
- 3歳児健康診査
- 5歳児健康診査



乳幼児期から望ましい食習慣を！

子どもの頃からの望ましい食習慣は、将来の健康的な生活リズムや食生活の基礎になります。保健センターでは、離乳食教室や各種幼児健診時の栄養相談で、望ましい食習慣を身につけるためのポイントをお伝えしています。

要申込

- 離乳食教室
- 後期離乳食教室

希望者のみ

幼児健診時栄養相談

- 1歳6か月児健康診査
- 2歳8か月児歯科健康診査
- 3歳児健康診査
- 5歳児健康診査



広 告

歯科・小児歯科・歯科口腔外科

勝田歯科医院

院長 勝田吉美

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9:00~12:00	●	●	●	/	●	●	/
午後2:00~7:00	●	●	●	/	●	●	/

●は小児歯科です 休診日：木曜・日曜・祝日

我孫子市東我孫子2-23-1 **P有り**

☎04-7183-0088

天王台 こども・おとしよりクリニック

小児科、アレルギー科、内科

(予防接種・乳児健診・育児相談・心理発達相談・夜尿相談)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~12:00	●	●	●	●	●	●	/
15:30~18:00	●	●	●	●	●	15:30 17:00	/

※予防接種、健診(要予約) 14:00~15:30
休診日 日曜・祝日・水曜日不定休

我孫子市天王台3-22-10 TEL04-7182-5071
<https://www.tennoudai-kodomo.com>



予防接種

予防接種

問 健康づくり支援課 予防接種係 ☎7185-1634

予防接種は、子どもに病気への抵抗力(免疫)をつけるために行っています。予防接種を受けて感染症に対する抵抗力をつけましょう。接種の際は「母子健康手帳」と市から送付される予診票を持参してください。ノートにつづられていない予診票については個別で送付します。



詳細及び、最新情報については市のホームページもしくは広報あびこでご確認ください。

※「予診票」は、出生届または転入届提出後1か月後に送付する予防接種ノートにつづられています。ノートにつづられていない予診票については、個別で送付します。

※市独自で任意の予防接種費用の一部助成を行っています。

乳幼児期に受けたい予防接種一覧

※法律の改正などにより実施内容が変更されることがあります。令和5年9月作成

予防接種名	予防する病気	接種回数(接種間隔)	対象年齢(標準的な接種時期)
不 小児用肺炎球菌	肺炎球菌による中耳炎、細菌性髄膜炎、肺炎など	初回 3回(27日以上の間隔をあけて3回) 追加 1回 (初回の3回目終了後、60日以上の間隔をあけて1回)	生後2か月～5歳未満(生後2か月～7か月に至る間) 生後2か月～5歳未満 (生後12か月～15か月に至る間)
不 B型肝炎	B型肝炎	3回(27日以上の間隔をあけて2回接種し、1回目の接種から139日以上あけて3回目)	1歳未満(生後2か月～9か月に至る間)
生 ロタウイルス	ロタウイルス	27日以上の間隔をあける 初回接種は出生14週6日後までが望ましい	2回 出生6週0日後から出生24週0日後まで (生後2か月～出生24週0日後まで) 3回 出生6週0日後から出生32週0日後まで (生後2か月～出生32週0日後まで)
不 5種混合	ジフテリア 百日せき 破傷風 ポリオ Hib(ヒブ)	初回 3回 (20日～56日までの間隔をあけて3回) 追加 1回 (1期初回の3回目終了後、6か月以上の間隔をあけて1回)	生後2か月～7歳6か月未満 (生後2か月～12か月に至る間) 生後2か月～7歳6か月未満 (1期初回の3回目終了後、12か月～18か月に至る間)
生 BCG	結核	1回	1歳未満(生後5か月～8か月に達するまでの間)
生 麻しん・風しん混合(MR)	麻しん(はしか) 風しん	1期 1回 2期 1回	1歳～2歳未満 小学校就学前の1年間(年長クラス)
生 水痘	水痘	初回 1回 追加 1回 (初回接種終了後、3か月以上の間隔をあけて1回)	1歳～3歳未満(生後12か月～15か月に至る間) 1歳～3歳未満 (初回接種終了後6か月～12か月に至る間)
不 日本脳炎	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) 1期追加 1回 (1期初回の2回目終了後、6か月以上の間隔をあけて1回)	生後6か月～7歳6か月未満(3歳) 生後6か月～7歳6か月未満(4歳)

※1 接種を生後2か月から7か月未満に開始した場合の表です。この期間に接種を開始しない場合は回数などが異なります。

※2 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人は特例が設けられ、20歳になるまでに全4回の内不足した回数分を接種できます。

— 広 告 —



キッズスペース

小児科 すずきこどもクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸
14:00～17:30	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸

[予防接種・乳児健診] 14:00～16:00 予約制

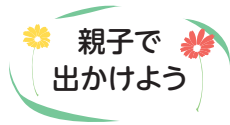
[休診] 土曜午後・水曜・日曜・祝日

我孫子市布佐1876

ご予約 TEL. 04-7189-6780

お問い合わせ 駐車場 8 台 有 り ま す

予防接種



子育て支援センターに 行ってみよう



我孫子市子育て支援センターとは
～妊婦から就学前の子どもと保護者が利用できる場～

保育課 子育て支援センター
☎7185-1915

保護者と子どもが
安心して遊べる場

お友達の和を
広げる場

子育て、子育ての
楽しさを発見できる場

子育ての悩みや
不安を相談できる場

季節の行事や講習会、子育てに関する相談会、出張広場など様々な活動を行っています。

すまいる広場
(家族であそぼう)



にこにこ広場
(サーキット)



ぐるんぱクラブ
(利用者の交流)



出張広場
るんるんパーク



毎月地域の公園に出向きます

かわむらんど
(おたのしみタイム)



親子で出かけよう

出張相談

各子育て支援センターに出向きます。
お子さんを遊ばせながらフロアでのお話も、落ち着いた相談室でのお話もできます。

子ども子育て相談

心理相談員が育児の悩みやお子さんの発達についての相談をお受けします。
少しでも気になる事がある時は、ひとりで悩まず、気軽にご相談ください。
※実施日は各施設のおたよりで確認してください。

子育てコンシェルジュによる相談

保育園や幼稚園、保育サービス等に関する利用や制度についての情報や担当を案内します。

- ★かわむらんど 第2火曜日
- ★ぐるんぱクラブ 第3金曜日
- ★すまいる広場 第4木曜日



我孫子市子育て支援センター にこにこ広場・情報コーナー

市内で一番広い施設で、商業施設内にあることから、利便性の良い広場。
 広いフロアではのびのびと遊ぶことができ、昼食時には親子でランチも楽しめます。
 ハイハイまでの赤ちゃん専用の日や、ベビーやキッズ向けなど遊び別のコーナーが充実しています。

出張広場「にこにこハウス」

みなさんの家の近くに広場がやってきます!!
 子育てでコンシェルジュも同行します。

短時間託児「スマイル・ママ」

スマイル・ママ(市共催)のスタッフが広場で託児します。
 ※詳しくはP40

📍 本町3-2-1アビクオーレ2階(イトーヨーカドー我孫子南口店) ☎04-7185-8882



情報コーナー(にこにこ広場に隣接) ☎7185-1915

子育て情報や、保育園・幼稚園等の情報、地域の団体などのイベントの紹介など子育て支援を発信しています。
 子育てでコンシェルジュが常駐して、幼稚園や保育園などの子育てに関する利用や制度についての相談や担当窓口を案内します。



- ◆情報コーナー 10時から17時30分
- ◆子育てコンシェルジュ 10時から16時30分
- ※月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く) ※不在の場合もありますので電話でご確認ください。



広 告

親子で出かけよう

我孫子あやめ法律事務所

出張可・土日受付可

あなたのお悩み、お気軽にご相談ください。
 解決に向かってお力になります。

離・婚・夫婦問題・相続
 成年後見・借金問題・交通事故
 不動産・労働・一般民事

弁護士 寺山 竜介(千葉県弁護士会所属)
 我孫子市本町 2-6-12 サンシティ 305

TEL 04-7128-8247

我孫子あやめ 検索

ABBY HALL

アビイホール

最大350席の多目的ホール施設

★コンサート・発表会・ショー ★展示・販売 ★企画展
 ★その他…(英会話教室・祝賀会・説明会・式典…etc.)

本町3-2-1 アビクオーレ3F
 我孫子駅徒歩60秒

お問い合わせ・お申し込みは

TEL.04-7183-3730

http://www.abbycuore.com



湖北台保育園子育て支援センター すまいる広場

湖北台保育園の中にある広場です。明るく開放的な部屋には、年齢にあったいろいろなおもちゃがあります。ランチタイムや赤ちゃんだけの利用日もあり、アットホームな雰囲気の中、親子でゆったり過ごすことができます。

保育園の広い園庭で自由に遊ぶ、園児と交流しながら行事に参加したり、夏にはテラスで水遊びをしたりもできます。いつでも専門職に相談でき、離乳食や給食を試食しながら栄養士と話ができる「食の相談会」(不定期)など、保育園の機能を生かした活動をしています。

★すまいるタイム:毎日 手遊び、絵本、ダンス、ふれあい遊びなどを楽しむ時間

★ベビータ임:赤ちゃんだけのお楽しみタイム

★家族であそぼう:毎月第1、第3土曜日 家族で楽しむイベントや講習会

★こほくこタイム:毎月1回 保育園児との遊びタイム・看護師による身体測定

📍湖北台3-1-15 ☎04-7185-2196



川村学園女子大学附属保育園子育て支援センター かわむらんど

川村学園女子大学附属保育園の中にある施設です。広い駐車場完備、思い切り体を動かして遊べる園庭があり、夏には水遊びも楽しめます。室内には家庭でも作ってみたいと思える手作りおもちゃも充実。誕生会や身体測定などの通常イベントの他、季節に合わせたワークショップも親子で楽しめます。

★ふたごちゃん・みつごちゃんタイム…ふたご以上の乳幼児と保護者、妊娠中の方の交流会

★おひさまタイム…子どもの発育等で気になる保護者・多国籍の方などの交流会

★ハイハイまでの赤ちゃんの日

★ラブリデー

(月2回土曜日 親子で参加するイベント)

📍下ヶ戸997-2 ☎04-7183-5995



布佐宝保育園子育て支援センター ぐるんぱクラブ

布佐宝保育園併設の遊びの広場です。コンセプトは「もうひとつの実家」いつ来てもほっとできる、温かい雰囲気のお家です。スタッフと一緒に泣いて笑って、元気になって帰ってください。

★地域の助産師さんとお話しよう…

地域の助産師に子育ての悩みを話してみませんか。

★ママのための骨盤体操

★食のおはなし会…離乳食のおはなしなど、保育園の栄養士が担当します。

★Babyのお部屋…つたい歩きまでのお子さん。

★Colorfulぐるんぱday…

月に1度、テーマを決めて遊びます。よちよち歩き以上のお子さん。

📍布佐2318 ☎04-7189-2799



保育園などの地域子育て支援

📍 保育課 保育係 ☎7185-1490



園庭開放

お友達が欲しい！園庭でもいっしょに身体を動かして遊ばせたい！子育てに不安や悩みがある…そんな時は園に遊びにきてみませんか？園庭を開放しています。一緒にいろいろな経験をしましょう。保育士や栄養士、看護師に相談できる園もあります。お気軽にお問い合わせください。



マイ保育園ひろば

お近くの保育施設に「マイ保育園登録」をすることで「かかりつけ園」として、保育士や栄養士、看護師等への子育て相談、身体測定、園児との交流や季節行事への参加などができます。保育園で一緒に遊び、楽しい時間をすごしながら、子どもの育ちを知ったり、小さな疑問や悩みを気軽に聞いたり話したりすることが出来ます。



施設名	☎
寿	7182-9552
つくし野	7184-8822
根戸	7182-5572
聖華みどり	7182-1059

施設名	☎
東あびこ聖華	7183-3165
柏鳳	7188-3338
恵愛こども園	7188-7771
天王台ななほ	7186-7740

幼稚園の未就園児保育・園庭開放

📍 保育課 子育て係 ☎7185-1490

親子同士が交流でき、地域のお友達づくりの場として「未就園児保育」や「親子教室」、「園庭開放」、「子育て相談」など地域の子育て支援を行っています。たくさんのお友達や先生と一緒に遊ぶなかで、集団生活の第一歩になったり、幼稚園の様子を知ったりすることができます。



子育てイベントレポート

子育て支援センターで実施している楽しい活動や行事、施設の様子をブログで紹介しています。



子育てイベントカレンダー

子育て関連の催し物等を開催日ごとにご案内しています。



親子で出かけよう

図書館

すぐれた絵本やお話を用意しています。本の世界でのさまざまな体験は子どもたちの豊かな心を育むでしょう。

📍 我孫子市民図書館 アビスタ本館 ☎7184-1110



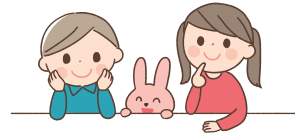
アビスタ本館	若松26の4(アビスタ内)	☎7184-1110
湖北台分館	湖北台9の3の6	☎7187-3055
布佐分館	新々田109の1	☎7189-1311

	開催場所	開催日
親子で楽しむおはなし会 (3歳までの乳幼児と保護者対象) 絵本の読み聞かせと手遊び	アビスタ本館	毎月第2、第4木曜日 10時40分～11時 予約制
	布佐分館	毎月第2木曜日 10時40分～11時 予約不要
おはなし会 (4歳から9歳くらいまでの子対象) 絵本の読み聞かせと素話 (※素話…昔話などの語り)	アビスタ本館	毎月第4土曜日 15時～15時30分 予約不要
	布佐分館	毎月第1、第4日曜日 11時～11時30分 予約不要
そよかぜおはなしタイム 絵本の読み聞かせ	移動図書館青山台ステーション (柴崎台北公園) 移動図書館川村保育園ステーション (川村学園女子大学附属保育園)	広報あびこ、図書館HPをご覧ください。 予約不要

親子で出かけよう

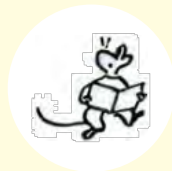


移動図書館そよかぜ号「うなぎちゃん」のイラストが目印です。巡回場所や日程は各図書館にお尋ねください。



「読み聞かせ」を楽しもう!

図書館には「読み聞かせ」におすすめの本がたくさんそろっています。また、図書館職員が選んだおすすめの本のリストもありますので、子どもにどんな本を読んだらいいのか悩んだときには、ぜひ図書館職員へご相談ください。



のびのび親子学級

2、3歳の子どもと保護者のための学級です。リトミック、外遊び、工作、運動会など各専門の講師による学習です。学級での活動を通して、交流を深め、子育ての輪を広げる場として実施しています。

《参加方法》広報あびこ・市のHPに掲載



Babyのびのび親子学級

生後1～5か月くらいの赤ちゃんと保護者のための学級です。同じ時期に生まれた赤ちゃんを持つ保護者同士、子育てのこと、産後の心や体のこと、ふれあい遊びなど、仲間と一緒に学ぶ場として実施しています。

《参加方法》広報あびこ・市のHPに掲載



のびのび親子学級



Babyのびのび親子学級

親子でふれあい遊び

★崖のぼり(2歳頃～)

子どもと向かい合って、親指を握らせ、上から包むように支えます。太もも、お腹、胸の順に登らせる遊びです。バランスを取りながら登ることで、バランス感覚を養い、腕、脚、体幹のすべての筋肉をしっかり刺激する、とてもよい運動となります。(慣れるまでは、親が正座や片膝立ちの状態から始めても構いません。)



親子で遊んだり、仲間と子育ての悩みなどを話し合ったりして、親子もリフレッシュしませんか。子育て中の皆さんが参加・利用できる活動を紹介します。サークルにはさまざまな集まりの形があります。気軽にご参加ください。

社会福祉協議会・まちづくり協議会の子育てサロン

イベント参加型サークルです。非会員制の参加型サロンです。1回ごとの参加が可能です。

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
とおんきごう	我孫子南地区 社会福祉協議会 7185-5117	我孫子南近隣センター 毎月第4木曜日 10時30分～11時30分	リズム遊びや、読み聞かせ、ゲーム等の遊びをしながら、子ども同士のふれあいや、親同士の情報交換の場作り。
どんぐりランド	我孫子南 まちづくり協議会 7181-1011	我孫子南近隣センター 毎月第3木曜日 10時～11時30分	幼児親子の体験と友達づくり。 おもちゃのある遊び場。歌、知育遊び、読み聞かせなど。
子育てサロン「わ」	我孫子北地区 社会福祉協議会 7165-3434	我孫子北近隣センター 並木本館 毎月第3火曜日 10時～11時30分	子育て中の保護者・幼児が、みんなの「和」・「輪」・「笑い」の中で、ゆったり・楽しく過ごす場。自己紹介、手遊び、月替わり企画・おもちゃ遊び・お誕生日おめでとう。
のびっ子クラブ	天王台地区 社会福祉協議会 7183-9009	近隣センターこもれび 毎月第3月曜日 10時～11時30分	季節ごとの行事を取り入れて、自由遊び、手遊び、親子体操、紙芝居など。親同士、子ども達の交流の場。
おやっこルーム	湖北・新木地区 社会福祉協議会 7187-2551	新木近隣センター 第2木曜日 10時～11時30分	子育て中のママ達の出会いの場。楽しくおしゃべりしたり、おはなし会、音楽あそび、保健師による育児相談のほか、季節を感じながら親子で遊べる場を作っています。
ごっこひろば	民生委員児童委員 協議会児童部会 7184-1539	アピスタ他 年6回日曜日 10時～11時30分	さまざまなおもちゃでの遊び、読み聞かせ等を楽しみながら、親同士、子ども同士が交流。地域の話や育児相談もお気軽にどうぞ。

子育てサークル・市民団体 自由参加型サークル

1回ごとの参加が可能です。

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
英語絵本の会 [Merry CATs]	柳澤 朗子 090- 2723-5661	天王台北近隣センター:和室 月1回月曜日 10時～11時	英語の絵本の読み聞かせ、英語の歌や手遊びを通じて、英語に親しんでもらう。
我孫子 おもちゃ図書館 [かっぱの家]	池上 和子 7182-7413	第1・第3月曜日 13時～15時 こども発達センター	ハンディキャップのある子、ない子のふれあいの場の提供をしています。おもちゃの貸し出し製作修理受付もしています。

NPO こどもすぱーす柏	高橋 久枝	080-3738-8451	アミュゼ柏、パレット柏他	子ども達に生の舞台鑑賞の機会と、異年齢での遊びを提供。親子・家族で感動や楽しさを共有することは、子どもの心を育み、目には見えない財産となります。会員になって活動することもできます。
スマイル・ママ	深津 祥子	090-5315-6580	はこにご広場 毎月第4月曜日 10時～12時30分・ 13時～15時30分	ママが笑顔になれるよう、子育て支援の一環として短時間保育をする。
子育て応援プロジェクト [Happy-Nest]	深津 祥子	090-5315-6580	柴崎台3の6の25 ヴェイル天王台C2階	子育てに関する団体の活動の場所作り。予約制。
あびこママ体操		abikomama taisou@ yahoo.co.jp	天王台北近隣セン ター、こもれび	ママのリフレッシュ、友達作り、そして健康増進(腰痛・肩こり・むくみなどの予防解消)
ママパパ BOUSAIライフ		kashiwa. bousai.life@ gmail.com	当面の間、オンライン 開催	台風や大雨、地震災害等から命を守る・つなぐため「日常生活にちょっと防災」をコンセプトに、子育て世帯や子育てを応援する方が互いにつながり、共に考えて行動していくことを目的とする。

子育てサークル・市民団体 仲間作り・会員制サークル

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
(社)ガールスカウト 千葉県第45団	松尾 奈緒美 090-2748-1179	市内公共施設(アピスタ、近隣センター他) 土曜日・日曜日(月・2・3回)	「自己開発、人との交わり、自然とともに」の3つを柱としています。いろいろな活動を通して、たくさんを感じ、考え、学び、ひとりひとりの力をつけていくことを目指しています。子ども達は3歳ごとの異年齢の部門で活動します。保護者も交流を持つことができます。
青空共同保育 『どんぐり』	嶋谷 佳苗 090-4962-0306 (青木)	あけぼの山公園とその 周辺地域	「空の下はぜんぶ遊び場、学びの場」を合言葉に、探検や畑作業などを通して、自主的体験を大事に活動しています。季節ごとの行事など親子で楽しんでいます。

子育てサークル・市民団体 出前型お楽しみサークル

依頼を受けて出向き読み聞かせや、おはなし会などを披露します。

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
おはなしさんぼみち	海老原 純子 7188-7419	依頼があった場所	絵本・紙芝居・素語り・パネルシアター・エプロンシアター・影絵・人形劇などの公演を行います。
保育園おはなし会	西村 篤子 090-8103-4608	市内保育園毎月1回	子ども達に、絵本の読み聞かせや、素語りをする。
あびこ素語りの会	西村 篤子 090-8103-4608	市内学童保育室・夏休み等	子ども達に、お話の楽しさを体験してもらおう。

「子ども食堂」は、子どもがひとりでも入ることができる食堂で、近年、全国に広がってきた取り組みです。地域の住民や企業、団体等がボランティアで運営していて、我孫子市内に9カ所開設されています。誰でも無料や低額で食事をすることができ、子どもだけでも、親子でも食事を楽しむことができます。

名前	場所	開催日時	参加費	連絡先
あびこ 子ども食堂	けやきプラザ11階 手賀沼のうなぎちゃん家 我孫子市本町3の1の2	月1回	無料(参加要件あり)	Abiko community Trunk 電話:090-2326-4510 (西廣まで) abiko.act@gmail.com
こほく 子ども食堂	けやき社会センター 我孫子市都部新田37の2	毎月第3木曜日 17時30分～18時30分	子ども(高校生まで) 無料 大人300円	けやき社会センター 電話:04-7187-1944 kohoku.kodomo@gmail.com
子ども食堂 わごころ	我孫子市柴崎台2の8の10 坂入ビル1階	休止中		コミュニティカフェ わごころ 電話:04-7181-0556 wagokoro2010@yahoo.co.jp
ふさ 子ども食堂	ふさ復興会館 我孫子市都13	毎月第2水曜日 17時～19時30分	子ども(中学生まで) 無料 大人300円	ふさ子ども食堂 電話:090-1451-3365 (武者小路まで)
子ども食堂 どんぐり	我孫子市根戸357	毎週第3木曜日 16時30分～18時30分	1人100円 未就学児無料 高齢者、どなたでも歓迎	子ども食堂 どんぐり(望月まで) 電話:04-7182-0232
一粒の麦	我孫子市都部83の1	毎月第3金曜日 17時～19時	大人・子ども 1食200円 お弁当	一粒の麦(木田まで) 電話:090-2747-6432 an.kidayo@gmail.com
子ども食堂 かぜ	我孫子ビレジ・ショッピング センター2階 我孫子市つくし野3の22の 2の201	毎月第4土曜日 11時～12時30分	子ども(高校生以下) 200円 大人400円	Cafeかぜ 電話:04-7199-7355
蔵食堂	我孫子市柴崎	毎月第3金曜日 17時～19時	無料	で・と・り・あ 電話:04-7185-5233
パークサイド 食堂マナ	我孫子市湖北台4-7-23 パークサイドチャペル	毎月第3土曜日 12時～14時	幼児～高校生、 75歳～は無料 他300円	で・と・り・あ 電話:04-7185-5233

実施状況につきましては、各子ども食堂にお問い合わせください。

我孫子市子ども食堂ネットワーク

📍 我孫子市子ども食堂ネットワーク事務局
我孫子市社会福祉協議会
ボランティア市民活動相談窓口 で・と・り・あ ☎7185-5233

子ども食堂運営者と我孫子市、我孫子市社会福祉協議会、そして民間企業等が協力し、我孫子市子ども食堂ネットワークが発足しました。

子どもの「食」を通じて、子どもたちや、子どもたちを取り巻く地域住民が繋がり、地域の子どものたちにとって安心・安全な居場所となるようサポートしています。

子ども食堂へ食材の寄付や寄付金、ボランティア活動を希望する方の受付を行っています。



0歳

夜泣きは夫婦で乗り切るべし！

つらい夜泣きの時期を乗り越えるには夫婦の協力が不可欠です。夜泣きの抱っこを代わったり、ママの昼寝の時間を確保してあげるなど、自分にできるサポートを試みましょう。

1歳

食べない大人はいない！

好き嫌い・ばっかり食べ・あそび食べ…。この時期の食事の悩みは尽きません。何より大切なことは、食事が楽しいと感じること。無理強いせず「いつか食べるようになるだろう」と、大らかな気持ちで見守りましょう。

2歳

子の「イヤイヤ期」は親のイライラ期！？

自分のこだわりが親に理解されないことがイヤイヤの引き金に。無理に抑えつけず、気持ちが落ち着くのを待ち、まずは子どもの思いを聞いてみましょう。自我が芽生えるイヤイヤ期は成長の過程ととらえ、大人も上手に気分転換をしながら子どもに寄り添っていけるといいですね。

3歳

「なぜ」「どうして」とことん付き合うべし！

知的興味や関心が高まるこの時期。質問攻めで正直面倒に思うことがあるでしょう。しかし、子どものより良い成長には好奇心の芽生えを伸ばしていくことが重要です。

4歳

想像力から生まれる悪気のない嘘！？

想像力が豊かになることで、子ども自身の世界を作り上げ事実のように話をすることがあります。その時の子どもからすれば全く悪気のない嘘なのです。想像の世界を一緒に楽しんじゃいましょう。

5歳

みんなちがってみんないい！

就学に向け、他の子と比べてしまうことも多くなる頃。でも、得意分野は人それぞれ。悪いところに目がいきがちですが、良いところを見てあげましょう。





子どもを預けたい

一時預かり

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

幼稚園・保育園・認定こども園などを利用していない家庭において、保護者の就労や疾病、出産、育児リフレッシュなどにより保育が必要な場合に、一時的にお子さんの保育を行います。市内の保育園などで実施しています。

※利用形態により、利用日数の限度があります。



保育料	年齢区分	一日預かり	半日預かり	延長預かり
		8時30分～16時30分	8時30分～12時30分 または 12時30分～16時30分 土曜日のみ8時30分～12時	7時～8時30分または 16時30分～19時 土曜日のみ12時～17時
	3歳未満児	2,700円	1,350円	250円/30分
	3歳以上児	1,200円	600円	150円/30分

- ・年齢区分は、利用する日の属する年度の4月1日現在となります。
- ・昼食代・おやつ代・キャンセル料その他は、各保育園にお問い合わせください。
- ・アレルギーがあり給食対応が難しい児童については、お弁当持参となります。
- ・生活保護世帯…減免制度あり(延長預かり・食事代・おやつ代を除く)

【対象児童】

我孫子市に住民登録のある満6か月以上就学前の児童(保育園・幼稚園・認定こども園等に在籍していない児童)

※受け入れ月齢は保育園により異なります。

【利用方法】

- ①希望の保育園へ直接、空き状況・利用条件等をご確認ください。
- ②利用日の予約と面接の予約をしてください。
- ③利用日の3日前までに、面接及び手続きをしてください。
- ④キャンセルする場合は給食・保育準備の都合上前日13時までにご連絡ください。(やむを得ない場合のみ当日午前9時までにご連絡)

【休日】日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)

※申し込みと問い合わせは各保育園で、平日(月～金曜日)9時～16時に受け付けています。

【実施園】

つくし野保育園	6か月～	7184-8822
恵愛こども園	6か月～	7188-7771
柏鳳保育園	7か月～	7188-3338
川村学園女子大学附属保育園	6か月～	7183-5995
アンジェリカ保育園	8か月～	7181-8500
ぼけっとランドあびこ保育園	6か月～	7184-5700
禮和保育園	6か月～	7189-0879
天王台なほ保育園	6か月～	7186-7740
ミルキーホーム天王台園	1歳～	7181-0011

ファミリーサポートセンター

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

子育ての手助けをしてほしい人と、子育てのお手伝いができる人の会員組織です。

ファミリーサポートセンターがそれぞれの希望により会員同士をご紹介します。

会員になるには、事前に入会説明が必要になります。

問 ファミリーサポートセンター ☎7186-4161

こんなときに、ご利用ください。

- 幼稚園、保育園等、学童保育、習い事の送迎
- 就労や学校行事、冠婚葬祭などでの保育
- 幼稚園、保育園等、学童保育開始時間前及び終了時間後の預かり
- 障害児の送迎や保育など。お気軽にご相談ください。



	子どもの対象年齢	活動可能時間	利用料金・報酬(子ども1人あたり・1時間につき※交通費・食事代などは実費)
通常の援助	生後6か月～18歳	6時～22時	月～金曜日 700円
			土・日曜、祝日、年末年始 900円
病児・病後児の援助	1歳～18歳	7時～20時(平日のみ)	月～金曜日 1,000円

休日保育

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

休日(日曜日、祝日、年末年始)に保護者が仕事などのため、家庭で児童の保育ができない場合に、保護者に代わりファミリーサポートセンターの提供会員が保育します。

【対象者】

次のいずれにも該当する方

①我孫子市に住民登録がある生後6か月から小学生までの子どもの保護者等である。

②我孫子市ファミリーサポートセンター事業の利用会員である。

※我孫子市ファミリーサポートセンターへの入会手続き・事前打ち合わせ・提供会員との顔合わせなどが必要になります。ファミリーサポートセンター ☎7186-4161

③休日に児童を保育することができる者がいない保護者等である。

④対象となる児童が、保育施設等の施設に在籍又は、事業を利用していること。

※お引き受けできる提供会員がない場合、やむを得ずお断りすることがあります。

※就労により休日保育を利用する児童の保護者は、月曜日から土曜日までの間において、原則として、1週につき1日、保育を利用しない日を定めて家庭での保育に努めてください。

【申し込み】

事前にファミリーサポートセンターに利用の承諾を受け、利用希望日の2か月前の属する月の1日から3開庁日前までに保育課にお申し込みください。

区分	3歳未満児	3歳以上児	小学生	生活保護世帯
利用料(1人あたり)	2,500円	1,500円	2,000円	無料

※保育時間 7時～17時まで(この時間の前後は、別途料金(1時間900円)がかかります。)



子どもを預けたい

病児・病後児保育

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

保護者の就労などにより、家庭での保育や、保育施設などにおける集団保育が困難な病児または、病後児を一時的にお預かりしています。
利用は、市民、または我孫子市内に在勤・在学している方、もしくはお子さんご本人が我孫子市内に通園・通学している方がご利用いただけます。



※病児……病気回復期に至らないが当面の症状の急変は認められないお子さん
※病後児……病気回復期にあるお子さん

区分	市民	市民以外
利用料:4時間以内 (1人あたり)	2,000円	3,000円
延長1時間ごと	300円	550円

※利用には、施設の予約後、医療機関を受診し利用連絡票に記入してもらう必要があります。

病後児保育施設 こどもデイルームみらい	布佐834の176 (平和台病院併設)	7189-1785	生後57日～小学生
病児・病後児保育施設 たんぼぼルーム	我孫子1855の1 (名戸ヶ谷あびこ病院7階)	7157-2265	生後6か月～小学生

短時間託児[スマイル・ママ] 問 保育課 子育て支援センター ☎7185-1915

家庭で育児をしているママ！いつもがんばっているママが笑顔になれるように、月に1回「スマイル・ママ」(市共催)のスタッフが、にこにこ広場でお子さんをお預かりします。

- 対象 市内在住、生後6か月からの未就学児(病児・病後児保育はしません)
- 料金 1時間500円(兄弟利用時割引あり)以降30分毎に250円 保険料一家庭100円
- 主催 「スマイル・ママ」(市民活動団体)・我孫子市

申・問 要申込・にこにこ広場 ☎7185-8882

子どもを預けたい



その他の保育施設

問 保育課 子育て係 ☎7185-1490

ベビーホテル	あびこフレンズ保育園	本町3-3-8 アビコパークビル2F	7138-5661
ベビーホテル	親子ルーム「バンビーノ」	柴崎台3-6-25 ヴェイルC-2F	090-5315-6580 (深津)
(企)事業所内	羽くくむ保育園	高野山451-2	7157-2055

※羽くくむ保育園の定員には、従業員以外でも地域住民の方で保育を必要とする家庭のお子さんを預かるための「地域枠」があります。

子ども短期入所(ショートステイ)

問 子ども相談課 ☎7185-1821

保護者が、病気や事故、育児疲れなどで一時的に子どもの養育が困難になったとき、子どもを施設に預けることができるサービスです。利用については、事前に申請が必要です。

- **利用できる児童** 満1歳から18歳未満の児童
- **利用できる期間** 1回あたり、連続して6泊7日以内
- **利用できる施設** 児童養護施設「晴香園(はるかえん)」
- **場所** 松戸市根木内145番地
- **申請先** 子ども相談課

区分	宿泊(1泊あたり)(※1)	日帰り(※2)	夜間(※3)
生活保護世帯	0円	0円	0円
市民税非課税世帯	1,100円	350円	350円
上記以外の世帯	(2歳未満)5,500円 (2歳以上)2,850円	1,400円	800円

※1 宿泊の費用は午前7時～翌日の午後6時までの間の利用1回あたりです。

※2 日帰りの費用:7時から18時までの間の利用1回あたり。(原則、土日祝日のみの利用)

※3 夜間の費用:18時から22時までの間の利用1回あたり。

放課後支援

問 子ども支援課 放課後対策・青少年係 ☎7185-1111(内線449、447)

学童保育室

市内各小学校に学童保育室があります。家庭の事情などにより、家庭保育が困難な児童の保育を行います。

【申請受付期間】

- * 1日からの入室希望の場合 入室希望月の前月15日まで
- * 16日からの入室希望の場合 入室希望月の当月1日まで
- ※4月1日または4月16日からの通年利用(一年を通しての利用)希望は、前年度の11月中旬頃に一齐受付します。
- ※長期休業中のみ利用(春休み・夏休みに利用したい方)の入室受付期間は、異なります。市のHPをご覧ください。



子どもを預けたい

あびっ子クラブ

小学生を対象に学校施設等を活用して放課後など、子ども達が安心して過ごすことのできる子どもの居場所です。市内全小学校に設置されています。

利用するには登録が必要です。決められた登録期間に登録をしてください。



幼稚園・保育園・認定こども園

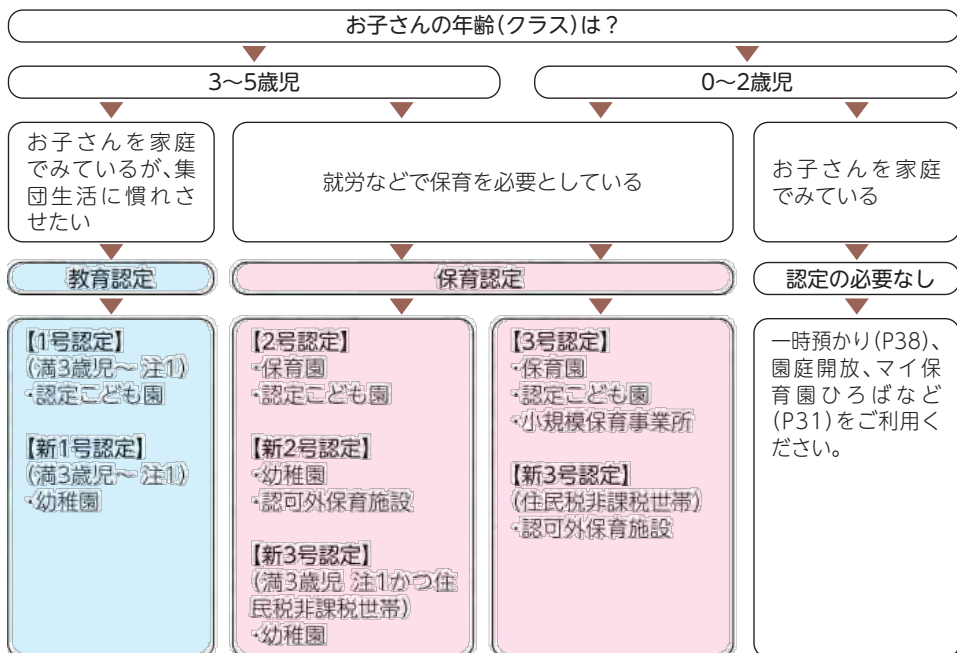
幼稚園・保育園・認定こども園

問 保育課 ☎7185-1490

子どもの教育・保育の場として、幼稚園・保育園・認定こども園などがあります。施設を利用するには、それぞれの認定を受ける必要があります。認定の申請は施設の利用希望申込みと同時に行います。



幼稚園・保育園・認定こども園



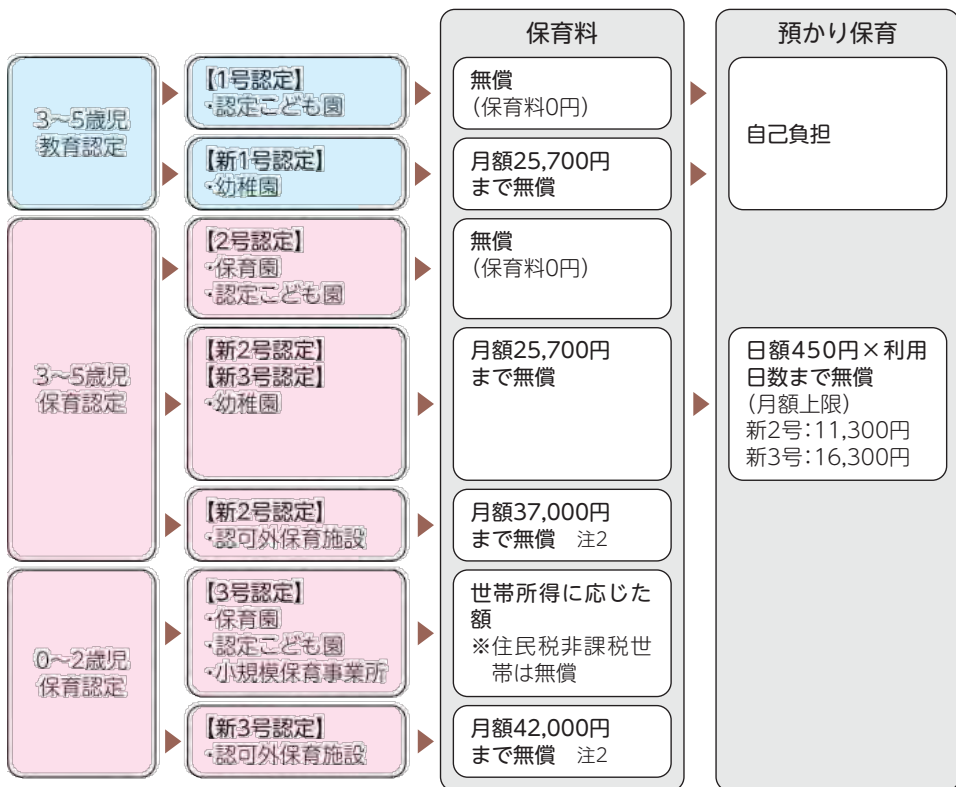
注1 満3歳児とは、3歳になってから最初の3月31日までの子どものことです。

			7:00	10:00	14:00	18:00	19:00
幼稚園	教育認定	新1号	預かり保育	教育時間		預かり保育	
	保育認定	新2号 新3号					
認定こども園	教育認定	1号					
保育園	保育認定	2号 3号	保育時間 ※保育短時間:8時30分～16時30分まで最長8時間 (保育標準時間:上記の時間を超えて最長11時間)				延長保育
小規模保育事業所		3号					
認可外保育施設		新2号 新3号		利用時間			

※時間設定は、あくまで目安です。園により異なります。

幼児教育・保育の無償化について

幼稚園・保育園・認定こども園などを利用する3～5歳児までのお子さんの保育料は原則無償です。(0～2歳児までのお子さんは住民税非課税世帯のみ。)



幼稚園・保育園・認定こども園

注2 認可外保育施設については、都道府県に届け出を行い、国が定める基準を満たしている施設をご利用の場合のみ、利用料が月額上限の範囲内で無償となります。

※3歳～5歳児のお子さんは、就学前の児童発達支援等も無償化となります。(幼稚園・保育園などと併用可。)

※保育料以外の雑費は、無償化対象外(実費負担)です。

— 広 告 —

学校法人 和田学園 認定こども園

わだ幼稚園

生き生きとした、元気あふれる
子どもたちのために
一人ひとりの個性を
大切に育てていきます。

☎04-7189-1608

我孫子市布佐1275

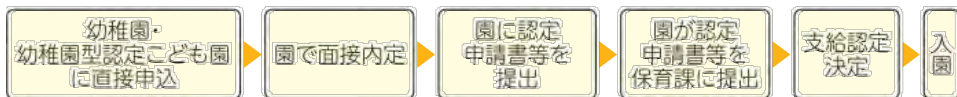




©我孫子市2012

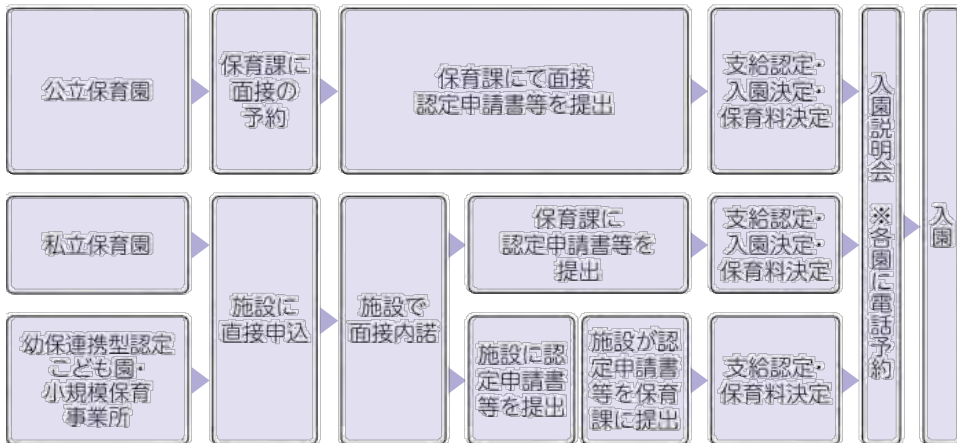
施設の申し込み方法

幼稚園・幼稚園型認定こども園



保育園・幼保連携型認定こども園・小規模保育事業所

5月から3月入園についての流れ



※必要書類の様式は、保育課、各施設にあります。
市のHPからもダウンロードできます。



4月入園について

4月入園を希望される場合は上記の申込方法と異なり、前年の11月に受け付けています。
詳細は、市のホームページをご覧ください。

広告



毎日がたくさんの笑顔であふれている
学校法人 光学園 認定こども園

ひかり幼稚園

我孫子市緑2-3-1

☎04-7185-0415



園名	所在地	電話 市外局番 (04)	入所月齢	産休明け 予約	育休明け 予約	一時預かり	開園時間	駐車場
公立 公立保育園	寿	寿1-13-11	7182-9552	57日～	○	○	7時～19時 土曜日は 18時まで	8台
	湖北台	湖北台3-1-15	7188-2405	57日～	○	○	7時～19時 土曜日は 18時まで	5台
	つくし野	つくし野4-17-2	7184-8822	6ヶ月～		○	7時～19時 土曜日は 18時まで	5台
私立 私立保育園	湖北	中峠1423	7188-1059	9ヶ月～		○	7時～19時 土曜日は 17時まで	10台
	慈紡	湖北台3-13-13	7188-0874	57日～	○	○	7時～19時 土曜日は 17時まで	4台
	双葉	新木野1-2-28	7188-0665	8ヶ月～		○	7時～19時 土曜日は 17時まで	15台
	天王台双葉 (くすの木)	柴崎182-16	7185-0555	8ヶ月～		○	7時～19時 土曜日は 17時まで	18台 (5台)
	川村学園 女子大学附属	下ヶ戸997-2	7183-5995	6ヶ月～		○ 0歳児 のみ	7時～19時 土曜日は 17時まで	50台
	アンジェリカ	我孫子2-8-1	7181-8500	6ヶ月～		○	7時～19時 土曜日は 17時まで	2台

幼稚園・保育園・認定こども園

公立保育園給食レシビ

ジャージャー麺 幼児6人分

【材料】子ども6人分

- ・蒸し中華麺 400g程度
- ・サラダ油 大さじ1
- ・干し椎茸(戻す) 2個
- ・たまねぎ 1/2個程度
- ・豚ひき肉 120g
- ・ゆでたけのこ 90g
- ・みそ 30g(大さじ2程度)
- ・砂糖 大さじ1
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・だし汁 100～120cc
- ・片栗粉 小さじ2(同量の水でとく)
- ・ごま油 少々(仕上げの香りづけ)
- ・グリーンピース 大さじ2程度(飾り)



【作り方】

- ①干し椎茸は水戻しする。グリーンピースは茹でて水に取っておく。椎茸、たまねぎ、ゆでたけのこはみじん切りにする。鍋にサラダ油を熱し、ひき肉を炒める。肉がバラバラになったら、椎茸、たまねぎ、たけのこを炒める。
- ②だし汁(中華スープでも可)を入れて加熱する。
※市販の中華スープを使う場合は調味料を加減する。
- ③みそ、砂糖、しょうゆを入れて調味し、水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げにごま油を垂らす。
- ④別に炒めておいた中華麺を皿に盛り付け、③の肉みそだれをかけ、グリーンピースを飾る。

私立保育園

園名	所在地	電話 市外局番 (04)	入所月齢	産休明け予約	育休明け予約	一時預かり	開園時間	駐車場
つばめ	中峠3047-1	7187-5005	57日～	○	○		7時～19時 土曜日は 17時まで	8台
禮和	布佐1857-10	7189-0879	6ヶ月～		○	○	7時～19時 土曜日は 17時まで	75台
ぽけっと ランドあびこ	我孫子1-19-13	7184-5700	57日～			○	7時～20時 土曜日は 17時まで	/
天王台さくら	柴崎台4-9-7	7197-7093	6ヶ月～				7時～20時 土曜日は 17時まで	
めばえの森	白山2-7-5	7151-2388	8ヶ月～				7時～19時 土曜日は 17時まで	4台
あびこ菜の花	台田2-2-8	7186-7087	6ヶ月～		○		7時～20時	10台
聖華みどり	緑1-6-2	7182-1059	57日～	○	○ 0歳児のみ		7時～20時 土曜日は 18時まで	8台
東あびこ聖華	東我孫子1-9-31	7183-3165	6ヶ月～		○		7時～19時 土曜日は 18時まで	9台
天王台ななほ	柴崎133-2	7186-7740	6ヶ月～		○ 0歳児のみ	○	7時～19時 土曜日は 18時まで	7台 程度
ミルクィホーム 天王台園	柴崎台1-1-47	7181-0011	57日～			○	7時～19時	6台 (園外)
根戸	根戸967-2	7182-5572	6ヶ月～		○		7時～19時 土曜日は 18時まで	4台

公立保育園給食レシピ

ツナとわかめのサラダ 幼児6人分

【材料】

- ・キャベツ大き目の葉 2～3枚(せん切り)
- ・きゅうり 1/2本(半月スライス)
- ・乾燥わかめ 小さじ1(約1g)(戻して刻む)
- ・ツナ 60g(約1/2缶)(汁を切ってほぐす)
- ・ごま油 小さじ1/3
- ・酢 小さじ2
- ・塩 少々
- ・醤油 小さじ1/2
- ・砂糖 小さじ1

【作り方】

- ①キャベツ、きゅうりを食べやすい大きさに切り、さっとゆでて水を切り、冷ましておく。
- ②乾燥わかめは水で戻し、水気を切って刻む。ツナは汁を切ってほぐしておく。
- ③ごま油、酢、塩、醤油、砂糖を合わせてドレッシングを作り、①②と合わせる。



園名	所在地	電話 市外局番 (04)	入所月齢	産 休 明 け 予 約	育 休 明 け 予 約	一 時 預 かり	開園時間	駐車場
幼保連携型認定こども園	布佐宝	布佐2318	7189-2799	6ヶ月～		○	7時～19時 土曜日は 17時まで	10台
	恵愛こども園	湖北台8-17-9	7188-7771	6ヶ月～		○ ○	7時～19時 土曜日は 17時まで	13台
	柏鳳	中峠台30-9	7188-3338	7ヶ月～		○ ○	7時～19時 土曜日は 17時まで	14台
	わかくさ こども園	中里463	7188-2026	1歳児～			7時～19時 土曜日は 17時まで	25台
私立 小規模保育事業所	ぴくしーらんど	天王台1-12-21	7126-0013	6ヶ月～			7時～19時 土曜日は17 時まで	/
	連携施設	川村学園女子大学附属保育園、恵愛こども園						
	あびこ若松	若松170-1-1A	7136-1845	6ヶ月～			7時～19時	/
	連携施設	アンジェリカ保育園、ひかり幼稚園						
	我孫子 さくらっ子	寿1-3-27	7170-0208	6ヶ月～			7時～20時 土曜日は 17時まで	1台
連携施設	アンジェリカ保育園・天王台さくら保育園							

食品ロスを減らそう！余ったのりでもう一品

手作り・のりの佃煮

【材料】

- ・板のり 2枚
 - ・水 80cc
 - ・しょうゆ 小さじ1
 - ・上白糖 小さじ1強
 - ・酒 小さじ1
 - ・みりん 小さじ1と1/3
- ※のりは、残り物やキズがある物でも
おいしく出来ます！

【作り方】

- ①板のりを細かくちぎって鍋に入れ、
水を加えてしばらく置く。
- ②①がやわらかくなったら、調味料を
加えて良く混ぜる。
- ③中火でかき混ぜながら煮て、ある程
度水分がなくなったらできあがり。



幼稚園・幼稚園型認定こども園一覧

幼稚園は、義務教育及びその後の教育の基礎を培うものとして、幼児を教育し、幼児の健やかな成長のために適当な環境を与えて、その心身の発達を助長することを目的とする施設です。

幼稚園毎にそれぞれの教育目標や方針をもち、特色のある教育が行われています。

事前連絡のうえ、各幼稚園の様子を直接ご覧になり、お子様にふさわしい幼稚園をお選びください。



未就園児保育・園庭開放

各園では、親子同士が交流でき、地域のお友だちづくりができる場として「未就園児保育」や「親子教室」、「園庭開放」、「子育て相談」など地域の子育て支援を行っています。

たくさんのお友だちや幼稚園の先生と一緒に遊ぶなかで、集団生活の第一歩になったり、幼稚園の様子を知ったりすることができます。

※詳しくは市のHPをご覧ください。



◎幼稚園

幼稚園名	所在地 電話 市外局番 (04)	預かり保育	弁当・給食		未就園 児保育	園庭 開放
			弁当	給食		
めばえ幼稚園	白山2-7-5 7184-1313	7時～19時	おにぎり	火・木		○
			弁当	月・水・金		
二階堂幼稚園	久寺家479-1 7185-1371	7時30分～18時30分	給食	月・火・木・金	○	○
			弁当	水		
布佐台幼稚園	布佐1849 7189-0231	7時30分～19時	給食		○	○

— 広 告 —

瞳キラキラ、笑顔いきいき

認定こども園 (幼稚園型) **湖北台幼稚園**

おともだちのみんな！遊びにおいでよ！

未就園児教室(週1回～2回)専任の教諭が担当します!!

◆随時受け付けております ◆是非遊びにきてください
見学も随時受け付けております!

我孫子市湖北台 8-10-2 ☎04-7188-1001(代)

◎幼稚園型認定こども園

幼稚園型認定こども園は、幼稚園に保育園の機能が追加された施設です。3歳以上の子どもについては、幼稚園利用対象の子ども(1号認定)と、保育園利用対象の子ども(2号認定)が、基本的に同じクラスで教育・保育を受けます。保護者の就労状況が変わっても通い慣れた園を継続して利用できます。

なお、我孫子市内の幼稚園型認定こども園はすべて私立園になりますので、入園の申し込みは直接各園で行っています。

幼稚園型 認定こども園 名	所在地 電話 市外局番 (04)	預かり保育	弁当・給食		未就園 児保育	園庭 開放
			給食	弁当		
ひかり幼稚園	緑2-3-1 7185-0415	7時～19時	給食 月～金	弁当 水・金(希望者)	○	○
湖北台幼稚園	湖北台8-10-2 7188-1001	7時～19時	全給食・週3回 給食・全弁当の選択制		○	○
つくしの幼稚園	つくし野 6-23-10 7184-3200	7時～19時	給食 月・水・金 ※全給食に変更 可能	弁当 火・木 ※全弁当に変更 可能	○	○
わだ幼稚園	布佐1275 7189-1608	7時～19時	月～金 弁当・給食 全給食・全弁当の選択制		○	○
湖北白ばら 幼稚園	中峠村下1-2 7188-2211	7時～19時	自園調理給食 *お弁当の日あり (月1回程度)		○	○

幼稚園・保育園・認定こども園

— 告 告 —

いま、きみの未来がはじまる!

つくしのようちえん

我孫子市つくし野 6-23-10

TEL.04-7184-3200

<https://tukusino-kg.com/>



発達に支援が必要な子どもが利用できる福祉サービス(通所系)

児童発達支援	未就学の児童に対して、施設において日常生活における基本的な動作の指導、集団生活への適応訓練を行うもの。
放課後等 デイサービス	就学している児童に対して、授業の終了後又は夏休みなどの休業日に、施設において生活能力の向上のために必要な訓練、社会との交流の促進などを行うもの。
保育所等訪問支援	発達支援を行う施設の職員が、幼稚園、保育所、学校などに訪問して、集団生活への適応のための専門的な支援などを行うもの。

手当など

特別児童扶養手当

重度または中度の障害があるため、日常生活において介護を必要とする20歳未満の在宅児童(施設入所している児童は除く)を養育している方に支給されます。

障害児福祉手当

20歳未満で、日常生活において常時介護を必要とする重度の障害がある在宅児童(施設入所している児童は除く)に支給されます。

我孫子市福祉手当(心身障害児)

身体障害者手帳3級以上、療育手帳B1以上、精神保健福祉手帳2級以上で18歳未満の障害のある在宅児童(施設入所している児童は除く)に支給されます。ただし、障害児福祉手当受給者は支給されません。

自立支援医療(育成医療)

身体に障害のある18歳未満の児童で比較的短期間の治療(主として手術)で障害が改善される場合、医療費の一部を公費で負担し、自己負担を保険診療分の一割に軽減します。

自立支援医療(精神通院)

精神疾患(てんかんを含む)の治療を受けている児童の場合、外来で保険診療を受けた際、医療費の一部を公費で負担し、自己負担を保険診療分の一割に軽減します。

子どもの発達が気になる

手の発達 ~道具操作の視点で

握り持ち
(手掌内握り)



下持ち
(手掌外握り)



スプーンにすくえる量の目安はスプーンの1/2~2/3位

指で持つ
(手指内握り)



指で持つ
(手指内握り)



ポイント 手の使い方・力のコントロール

大事なこと お子さんの運動面、手先の操作、口の運動などの発達に合わせて食事内容も食具もお皿も提供していく



ひとり親家庭の支援

ひとり親家庭への支援 問 子ども支援課 手当係 ☎7185-1111(内線849・850)

ひとり親家庭等でお子さんを抱えての生活の不安や悩み、ひとり親世帯等が利用できる制度について、専門のスタッフが相談に応じます。お気軽にご相談ください。

🌿 児童扶養手当

18歳に達する日以後最初の3月31日までの児童を養育している母子・父子世帯の母・父や母・父に代わってその児童を養育している方に支給されます。

※所得制限があります。詳細は、ホームページ又は担当課にお問い合わせください。

🌿 ケースワーカー、母子・父子自立支援員による相談

ひとり親家庭等の自立に必要な情報提供、離婚前・離婚後の相談、就労に関する相談に応じています。必要に応じ、専門機関へのご紹介等も行っています。

🌿 ひとり親家庭等医療費助成

母子家庭や父子家庭で、18歳に達する日以後の最初の3月31日までの児童を養育している親と子どもを対象に、保険医療費の自己負担額分を助成しています。

※所得制限があります。利用前に登録申請が必要です。

🌿 ひとり親家庭の支援事業

小学校6年生までの児童を養育しているひとり親、養育者の方でファミリーサポート、一時預かり、「あい・あびこ」の家事支援、病児・病後児保育の各事業を利用した場合、支払った料金の一部を助成します。

※所得制限があります。利用前に登録申請が必要です。

ハローワーク松戸・マザーズコーナー

子育てをしながら就職を目指すママ&パパの仕事探し、就職活動を応援します。ベビーベットや絵本・おもちゃコーナーを設置し、子どもを連れてでも来所しやすくなりました。求人情報の提供・職業相談・職業紹介。保育施設や子育てサービスの情報提供も行っています。担当者制によるきめこまかいサポート(希望者のみ)、スキルアップのための職業訓練の紹介、その他再就職にあたっての気がかりなこと、心配なことなどの相談など

- 開設時間: 月曜日～金曜日 8時30分から17時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
- 場 所: 松戸市松戸1307の1 松戸ビル3階
- 電 話: 047-367-8609(代表)





制度・助成・手当

軽度・中等度難聴児補聴器購入費等助成

☎ 子ども相談課 ☎7185-1111(内線470)

健全な言語及び社会性の発達を支援するために、身体障害者手帳の交付対象とならない軽度または中等度の難聴児の補聴器購入に要する費用の一部を助成します。

小児慢性特定疾病医療費助成制度

☎ 千葉県松戸保健所(松戸健康福祉センター) ☎047-361-2138

長期にわたり療養を必要とする国指定の慢性疾病にかかっている児童等の医療費の一部を助成します。

※疾病ごとに認定基準があります。※所得に応じて自己負担上限額があります。

特定疾病療養者援助金

☎ 障害者支援課 ☎7185-1111

特定医療費(指定難病)受給者証、小児慢性特定疾病医療受給者証、特定疾患医療受給者証のいずれかの交付を千葉県から受け、当該年度の基準日(1月1日)に、受給資格を満たしている方へ援助金を支給します。

※所得制限があります。

※特定医療費(指定難病)受給者証、小児慢性特定疾病医療受給者証、特定疾患医療受給者証の申請及び相談は、千葉県松戸保健所(松戸健康福祉センター)で行います。

住まいの応援

☎ 建築住宅課 住宅政策係 ☎7185-1111(内線601)

若い世代の住宅取得補助

40歳未満の方が令和6年3月31日までに住宅を取得(所有権登記)し、市外からの転入者または、東側地区に住宅を取得した方である場合、住宅取得補助金が受けられます。対象となる方は、住宅取得日から1年以内の申請が必要です。

※要件があります。

住宅リフォーム補助

子育て世帯がリフォーム補助金を利用した場合に、上限額の優遇措置があります。

※要件があります。



市内の医療機関リスト

市のホームページを基に作成しています
令和6年1月現在

医療機関一覧

最新の情報は市のHPをご覧ください。



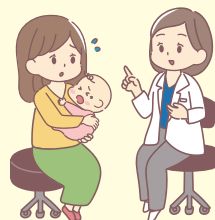
凡例 診療科目				
内…内科	耳…耳鼻咽喉科	乳…乳腺外科	気…気管食道科	放…放射線科
外…外科	脳…脳神経外科	整…整形外科	呼…呼吸器科	小歯…小児歯科
小…小児科	胃…胃腸科	眼…眼科	麻…麻酔科	小外…小児外科
形…形成外科	肛…肛門科	泌…泌尿器科	皮…皮膚科	腎…腎臓内科
婦…婦人科	神…神経科	精…精神科	ア…アレルギー科	糖…糖尿病内科
循…循環器科	消…消化器科	リ…リハビリ科	ペ…ペインクリニック科	
産…産科	心…心療内科	リウ…リウマチ科	疼…疼痛緩和科	

◎我孫子地区

病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
一瀬医院	つくし野6-1-7	7185-2321	水・日曜日・祝日	内・外・消
竹田内科医院	つくし野6-5-1	7185-0225	木・日曜日・祝日	内・循
東葛辻仲病院	根戸946-1	7184-9000	日曜日・祝日	大腸・消・肛・内・泌・外
根戸クリニック	根戸1747-6	7190-5705	水・日曜日・祝日・土(午後)	内・循
船戸内科医院	船戸2-1-10	7181-2300	日曜日・祝日・水・土(午後)	内・呼・循
増野医院	白山1-15-14	7181-8566	火・祝日・日曜日	内
石橋クリニック	本町1-3-8	7181-7711	水・日曜日・祝日・土(午後)	内・外・小外・消・呼
心のクリニックあびこ	本町1-1-2(2階)	7186-7767	月・金曜日・祝日	心・精
おおた医院	本町2-2-1-201	7126-0331	木・日曜日・祝日	内・小
池内皮膚科クリニック	本町2-2-10(2階)	7184-3525	木・日曜日・祝日	皮


かかりつけ医ってなあに？

小さな子どもは自分でうまく症状を伝えられません。かかりつけ医なら、その子の体質や発育、発達などをふまえ、よりの確な診察ができます。また、予防接種や発育発達等、病気以外の相談もしやすいです。大きな病院での検査や治療や専門医の診察が必要な場合は、適切な医療機関を紹介してくれます。かかりつけ医と信頼関係を築くために、疑問に思ったことは率直に質問しましょう。



病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
中山クリニック	本町2-2-17	7185-1048	木・日曜日・祝日・土(午後)	内・循
東葛クリニック我孫子	本町2-3-8(4・5階)	7183-5891	日曜日	人工透析・内
新田医院	本町2-4-15(3階)	7186-3387	水・日曜日・祝日	内・耳
友田クリニック	本町2-4-15(4階)	7165-3411	水・日曜日・祝日・金土(午後)	眼・精・心
くらさわクリニック	本町2-6-19	7185-3535	水・木・土(午後)・日曜日・祝日	内・外・リ
いとう内科循環器科	我孫子1-1-22(3階)	7181-3226	日曜日・祝日・水土(午後)	内・循
我孫子おがわ眼科	我孫子1-1-22(5階)	7199-2127	水・日曜日・祝日・土(午後)	眼
あびこ小児科	我孫子1-10-20(3階)	7181-7260	祝日・木曜日・日(午後)	小・ア
速藤クリニック	我孫子1-13-6(1階)	7184-0232	水・日曜日・祝日・土(午後)	内・小
速藤レディースクリニック	我孫子1-13-6(2階)	7199-8702	水・日曜日・祝日・土(午後)	産・婦
こやの皮フ科	我孫子1-17-20	7181-7811	祝日・水曜日・土日(午後)	皮・美容皮膚
わたなべファミリークリニック	我孫子2-3-2(1階)	7183-1132	木土(午後)・日曜日・祝日	内・ア
よつぱクリニック	我孫子4-1-7(1階)	7157-1117	日曜日・祝日・土(午後)	内・循・呼・リ
あびこクリニック	我孫子4-3-25	7184-0321	祝日・日(午後)	産・内・小・歯・小歯・乳
すがもり整形外科医院	我孫子4-8-20	7185-2222	日曜日・祝日・土(午後)	整
アピコ外科整形外科病院	我孫子4-22-22	7184-7321	木・日曜日・祝日	外・皮・整・脳・リウ・リ
ほしの脳神経クリニック	我孫子4-43-17	7182-7171	日曜日・祝日・水(午後)・第1・4土曜日	脳・内・リ・神
天龍堂クリニック	緑1-6-11	7182-0150	日曜日・祝日・土(午後)・第2・4土曜日	内・外・循
並木七丁目診療所	並木7-1-32	7184-8176	祝日・火曜日・日(午後)	内・小・形・腎・糖
貫井医院	並木8-17-4	7184-5555	日曜日・祝日	内・小・胃

— 広 告 —



皮膚科・美容皮膚科

こやの皮フ科

医療法人社団 創健会


日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 院長 古谷野 妙子

診療時間	月	火	水	木	金	土・日
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●
13:00~14:00	予約	予約	/	予約	予約	予約
14:00~16:00	●	●	/	●	●	/

休診日：水曜日・祝日・土日の午後

我孫子市我孫子1-17-20 **TEL 04-7181-7811**

HPはこちら



市内の医療機関リスト

病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
我孫子東邦病院	我孫子1851-1	7182-8166	日曜日・祝日・土(午後)	内・整・泌・循・消・脳・リ・婦・麻・腎・外
名戸ヶ谷あびこ病院	我孫子1855-1	7157-2233	日曜日・祝日・土(午後)	内・小・外・整・形・脳・小外・耳・リ・皮・泌

◎天王台地区

病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
高野山胃腸科内科	高野山285-3	7184-0211	木・日曜日・祝日・土(午後)	内・外・整・胃・肛・リ
柴田眼科	天王台1-1-34	7183-3030	木・日曜日・祝日・土(午後)	眼
亀井耳鼻咽喉科・内科	天王台1-24-4	7186-3351	木・日曜日・祝日・水土(午後)	耳・内
天王台依田内科クリニック	天王台2-2-1	7184-2221	木・日曜日・祝日	内・循
天王台皮膚科クリニック	天王台2-9-5	7185-4112	木・日曜日・祝日・土(午後)	皮
金田整形外科医院	天王台2-10-7(201)	7182-1137	木・日曜日・祝日・火土(午後)	整・リ
天王台こども・おとしよりクリニック	天王台3-22-10	7182-5071	日曜日・祝日・水(月2回)	内・小・ア
ケアナーシングワイズ外科・内科クリニック	天王台4-3-28	7179-0071	日曜日・祝日・水(午後)・土(第2,3,5)	内・外
我孫子聖仁会病院	柴崎1300	7181-1100	日曜日・祝日	内・外・皮・整・リ・婦・泌・循・形・消・呼・眼・脳・透析・放
天王台消化器病院	柴崎台1-18-38	7185-1199	日曜日・祝日・土(午後)	消・外・肛・内・循・胃・気
あびこ耳鼻咽喉科医院	柴崎台1-18-5	7184-5833	日曜日・祝日	耳
せり整形外科	柴崎台1-18-40	7186-0685	木・日曜日・祝日・水土(午後)	整・リ
あびこ診療所	柴崎台2-1-3	7181-7007	日曜日・祝日・水土(午後)	内・神
わくいクリニック	柴崎台2-8-19	7185-0911	水・日曜日・祝日・土(午後)	泌・脳(火曜日のみ)
小倉外科内科	柴崎台3-19-22	7182-0165	木・日曜日・祝日	内・外・整・胃

市内の医療機関リスト

広 告



あびこ耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	×
15:30~19:00	●	●	●	●	●	●	×

駐車場18台あり
 我孫子市柴崎台1-18-5
☎04-7184-5833

小倉外科内科

TEL 04-7182-0165
我孫子市柴崎台3-19-22



内科・消化器内科・外科・整形外科・リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	/	○	/	/
13:30~18:00	○	○	○	/	○	~17:00	/



◎湖北地区

病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
藤田眼科	湖北台1-1-3	7187-5150	水・日曜日・祝日・土(午後)	眼
星野医院	湖北台1-5-7	7188-2248	木・日曜日・祝日・土(午後)	内・小
佐藤内科医院	湖北台3-12-5	7187-1133	木・日曜日・祝日	内・消
湖北台診療所	湖北台7-13-41-101	7188-8768	日曜日・祝日	内・外・小・皮・整
あびこ痛みのクリニック	湖北台8-7-4	7170-2870	水・日曜日・祝日	麻・整・リ・内・疼・外
湖北台四季の道ぐんじクリニック	湖北台8-18-6	7157-3365	日曜日・祝日・水(午後)	内・食・胃
花島内科クリニック	中峠1256-2	7181-5150	木・日曜日・祝日・火土(午後)	内・循・皮

◎新木・布佐地区

病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
平和台病院	布佐834-28	7189-1111	日曜日・祝日	内・呼・循・外・整・形・脳・皮・泌・耳・眼・リ・麻・消・精・乳・糖・救急科・人工透析内科・ペ
成広医院	布佐845-1	7187-4610	日曜日・祝日・木・土(午後)	内・外・胃・肛
すずきこどもクリニック	布佐1876	7189-6780	日曜日・祝日・水曜日・土(午後)	小
ぶさ聖仁会クリニック	布佐2202-5	7189-1100	水・日曜日・祝日	内・形・整・皮
もり整形外科クリニック	布佐2453-1	7181-6333	日曜日・祝日・土(午後)	整・リウ・リ・内
えのもと眼科	布佐3084	7189-2471	木・日曜日・祝日・土(午後)	眼
長田内科胃腸科	布佐1-13-6	7189-3101	木・日曜日・祝日・土(午後)	内・胃

◎助産院 ※助産院は「ちば医療なび(千葉県医情報提供システム)」を基に作成しています。

病院・診療所	住所	電話番号	休診日	診療科目
あびこ助産院	我孫子1854-11	7179-7321	日曜日・祝日	助産院 分娩
あすなる助産院(出張)	柴崎台	090-4377-2558	不定休	産前産後ケア

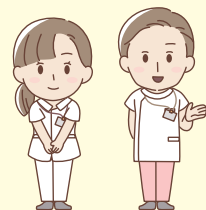
幼児健康診査を受けましょう

1歳6か月児は、自分でできること、やりたいことが増え、成長が楽しい時期です。

3歳児は、からだの成長とともに心の発達が進み、成長が楽しい時期です。

幼児健康診査では、健やかな子どもの成長を促すため、各種診察や保健指導を行っています。

ぜひ、この機会に我孫子市の1歳6か月児・3歳児健康診査を受診しましょう。



歯科医院一覧(小児歯科対応の医院)

市のホームページを基に「ちば医療なび(千葉県医療情報提供サービス)」で小児歯科対応の医院のみの一覧です。

*は市の幼児歯科健診(集団)に協力している医療機関(我孫子市歯科医師会会員)です。

歯科診療所	所在地	電話番号	休診日	備考
泉歯科医院	つくし野4-1-2	7197-1180	祝日・木曜日・第2火曜日	*
立川歯科医院 我孫子診療所	つくし野6-1-15	047-196-7399	訪問診療のみ 日曜日・祝日・月曜日	
福山歯科	つくし野6-4-12	7182-9229	日曜日・祝日・木曜日	*
パール歯科医院	白山2-5-21	7183-3828	祝日・木曜日	
石川歯科医院	白山2-8-31	7182-3258	日曜日・祝日・木曜日	*
我孫子健康歯科・矯正歯科	本町1-1-11(2階)	7184-2310	日曜日・祝日	*
みなと歯科医院	本町2-4-5(2階)	7169-4855	日曜日・祝日・木曜日	*
アライ歯科クリニック	本町2-4-15(2階)	7186-0802	日曜日・祝日・木曜日	*
プライド歯科クリニック	本町2-6-3(1階)	7185-4618	祝日・日曜日(午後)	*
あびこスマイル デンタルクリニック	本町3-2-1 イトーヨーカドー 我孫子南口店2階	7183-8046	年中無休	
根本歯科医院	本町3-9-5	7184-7773	日曜日・祝日・木曜日	*
谷田部歯科クリニック	我孫子1-1-16(2階)	7186-4183	日曜日・祝日・木曜日	*
わかば歯科クリニック	我孫子1-3-7	7157-3115	日曜日・祝日・木曜日	*
きらら歯科	我孫子1-9-18(2階)	7185-6474	火曜日	
いとう歯科クリニック	我孫子1-10-20(3階)	7181-8881	祝日・木曜日	*
我孫子中央歯科室	我孫子1-11-1(3階)	7181-8740	日曜日・祝日・金曜日	
げやき歯科醫院	我孫子2-3-2(2階)	7183-3440	水曜日・祝日	
なかむら歯科	我孫子4-2-12	7185-1235	日曜日・祝日・木曜日	*
かげやま歯科	我孫子4-2-12-307	080-2397-6641	日曜日・祝日・月曜日	*
あびこクリニック	我孫子4-3-25	7184-0675	日曜日(午前)・祝日	
クニイ歯科	我孫子4-11-1 あびこショッピングプラザ内 305	7185-6057	木曜日・日曜日・祝日	
小田川歯科医院	我孫子4-28-5	7184-6480	日曜日・祝日・木曜日	*
我孫子ホワイト歯科	我孫子4-29-26	7184-5677	日曜日・祝日	
関谷歯科医院	緑1-4-9(101)	7183-6233	日曜日・祝日・木曜日	*
いしど歯科クリニック	緑1-11-36 松本ビル1階	7183-8241	月曜日・祝日・日金(午後)	
天龍堂歯科クリニック	緑1-6-11	7184-4180	日曜日・祝日・木曜日	*

— 広 告 —

我孫子駅北口 30 秒 **日曜日も診療** 歯の健康相談・歯科予防指導

いとう歯科クリニック

歯科・小児歯科・矯正歯科 院長 伊藤 賢久

■診療時間 月～土 9:30～13:30

15:00～20:00

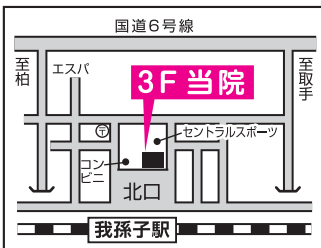
日 9:30～14:00

P 有



我孫子市我孫子1-10-20-3F ☎04-7181-8881

ホームページ <https://www.ito-shika-clinic.jp/>



■休診日 木曜・祝日

歯科診療所	所在地	電話番号	休診日	備考
渡邊歯科医院	寿2-7-5	7184-2260	日曜日・祝日	*
ファミール デンタルクリニック	寿2-25-13	7184-4618	水曜日・祝日	
手賀沼健康歯科・ こども矯正歯科	若松139-7	7183-0135	日曜日・祝日・木曜日	*
たかぎ歯科医院	泉22-1	7185-8814	火曜日・祝日	
高橋歯科クリニック	並木7-3-32	7183-0797	祝日・火曜日	*
小川歯科クリニック	天王台1-4-19	0120-87-5621	日曜日・祝日・木曜日	*
天王台駅前歯科	天王台1-5-1-1階	7165-5006	祝日・火曜日	*
アピコデンタルオフィス	天王台1-5-1-2階	7181-0808	祝日・火曜日	*
エール歯科クリニック	天王台1-24-1-201	7197-7011	日(午後)・祝日・水曜日	*
東アピコ歯科医院	天王台3-1-13	7184-3541	日曜日・祝日・木曜日	*
エルム歯科	天王台4-5-63	7182-8214	日曜日・祝日・水曜日	*
しばざき歯科医院	柴崎台1-7-3-1F	7183-7456	水曜日・日曜日・祝日	*
内藤歯科医院	柴崎台1-14-20 1階店舗A	7184-1523	水曜日・日曜日・祝日	*
イルヤ歯科クリニック	柴崎台2-11-13	7182-8180	日曜日・祝日・木曜日	*
ルアーナデンタルクリニック	柴崎台2-6-26-101	7190-5821	日曜日・祝日・木曜日	*
野口歯科医院	柴崎台3-6-25	7182-9499	木曜日・日曜日・祝日	*
ゆきざき歯科医院	柴崎台5-5-7	7186-2424	日曜日・祝日・火曜日	*
前山歯科医院	青山台2-3-16	7184-4560	日曜日・祝日・木曜日	*
勝田歯科医院	東我孫子2-23-1	7183-0088	日曜日・祝日・木曜日	*
山野井歯科医院	東我孫子2-36-16	7185-9554	日曜日・祝日・木曜日	*
浅海歯科医院	湖北台1-1-2	7187-3300	日曜日・祝日・木曜日	*
尾上歯科医院	湖北台1-5-11	7188-3151	日曜日・祝日・木曜日	*
飯塚歯科医院	湖北台6-10-5	7188-4881	日曜日・祝日・木曜日	*
いずみ歯科	湖北台9-7-8	7188-2122	日曜日・祝日・木曜日	*
五井歯科医院	中峠台4-7	7188-5634	日曜日・祝日・木曜日	*
クリア歯科医院	中峠1271-1	7199-9910	祝日・木曜日・日曜日	*
宮本歯科医院	中峠1853	7188-9601	日曜日・祝日・木曜日	*
戸口歯科医院	中里623-1	7187-6261	月曜日・木曜日・祝日	*
あらざ野歯科クリニック	新木野2-1-57	7187-4182	日曜日・祝日・木曜日	*
ささきファミリー歯科	南新木1-17-1	7187-0148	木曜日・祝日	
平和台歯科	布佐2212-1	7189-4986	日曜日・祝日・木曜日	*
なかむら歯科クリニック	布佐2741-4	7181-6474	日曜日・祝日・木曜日	*
後藤歯科	布佐平和台3-1-1	7189-4310	日曜日・祝日・火・木曜日	*

見つけよう!お口の健康を守るパートナー!

皆さんには歯やお口のことを相談できる「かかりつけ歯科医」はいますか?
むし歯や歯周病には初期の段階では「痛み」はありません!
定期的に歯科健診を受けてむし歯や歯周病がないかなど確認することが非常に重要です。
かかりつけ歯科医や歯科医院にいる歯科衛生士は皆さんのお口の健康を守るパートナーです。
ご家族皆さんで定期的に歯科健診を受けましょう。
市では、20歳以上の市民の方を対象に6024歯科健康診査を行っています。



施設イラストマップ(西部)



施設イラストマップ





施設イラストマップ





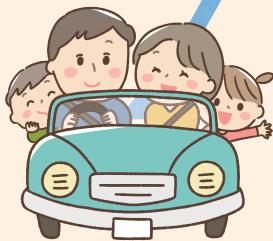
施設イラストマップ



施設イラストマップ(東部)



施設イラストマップ





令和6年4月発行

発行

我孫子市／株式会社サイネックス



我孫子市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス 東京本部

〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3

TEL:03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス 成田支店

〒286-0025 千葉県成田市東町157-14

TEL:0476-23-6140

※掲載している広告は、令和6年2月現在の情報です。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。

UD
FONT

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。

QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

我孫子市 子育てガイドブック

わく²すく²



iPadアプリ版

iPhoneアプリ版

Androidアプリ版



パソコンやあなたのお手持ちの携帯端末でご覧になれます!

無料

閲覧に伴う通信料は
ご負担ください



「わが街事典」電子書籍の特徴

お手持ちの携帯端末にダウンロードすることで、簡単に持ち運びでき、お好きなシーンで活用できます。使いやすいインターフェイスと電子書籍ならではの拡大・縮小機能で、どこでもどなたでもご利用いただけます。

いつでも
持ち歩ける
利便性



ダウンロード方法や対応端末など詳しくはこちら ➡





くぼのやウィメンズホスピタル

女性のライフステージにあわせ
トータルにサポートできる病院を
めざしています



産科



婦人科

- 我孫子駅からのアクセス
- ・電車5分+柏駅から徒歩10分
- ・車20分（駐車場有）

無痛分娩24時間対応
乳児健診・予防接種

婦人科手術
産前産後ケア

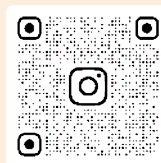
女性検診
院内託児

柏駅南口徒歩10分

〒277-0023
千葉県柏市中央2-2-12
TEL: 04-7164-2230



当院HP



Instagram