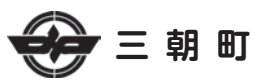


三朝町で子育て
される方へ！
子育て応援
ガイドブック

みささ 子育てスタイル

子育てするなら三朝町で！
Let's raise our children in Misasa



三朝町は子育て家庭を応援しています！

子育て応援ポータルサイト

<http://www.kosodate-misasa.jp>



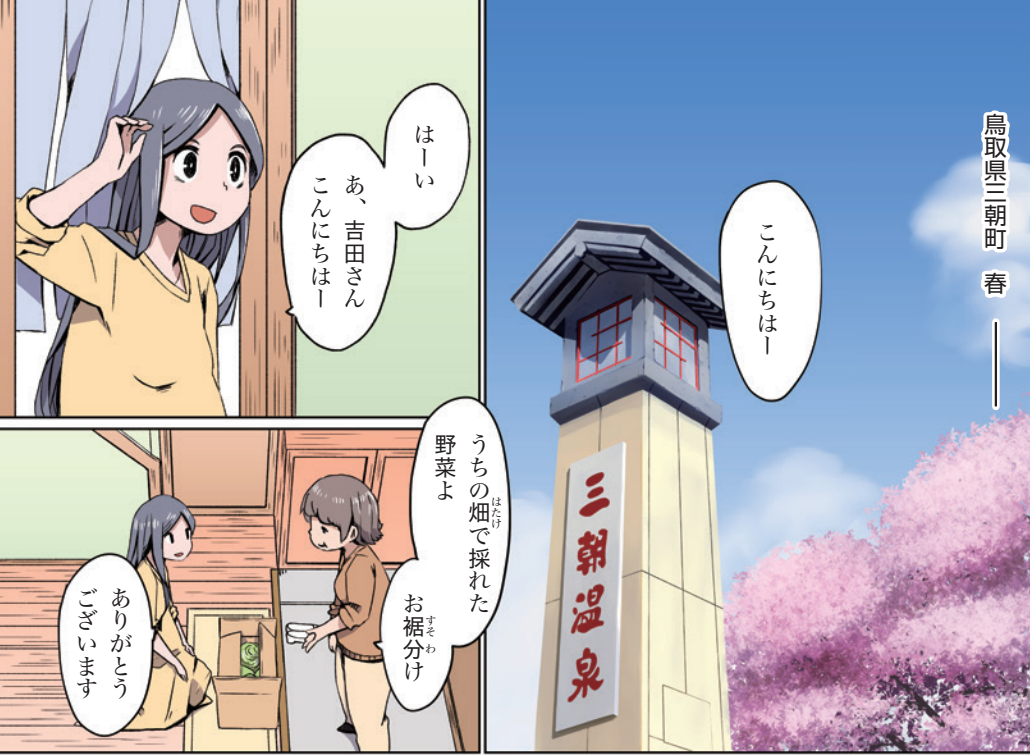
【編集・発行】

鳥取県三朝町 町民課 子ども支援室

〒682-0195 鳥取県東伯郡三朝町大瀬999番地2

TEL:(0858)43-3505/FAX:(0858)43-0647

無断複製・転載を禁じます。 2020年3月発行(改訂)



鳥取県三朝町 春

はい
あ、吉田さん
こんにちはー

こんにちはー

うちの畑で採れた
野菜よ
お裾分け

ありがとうございます
いただきます



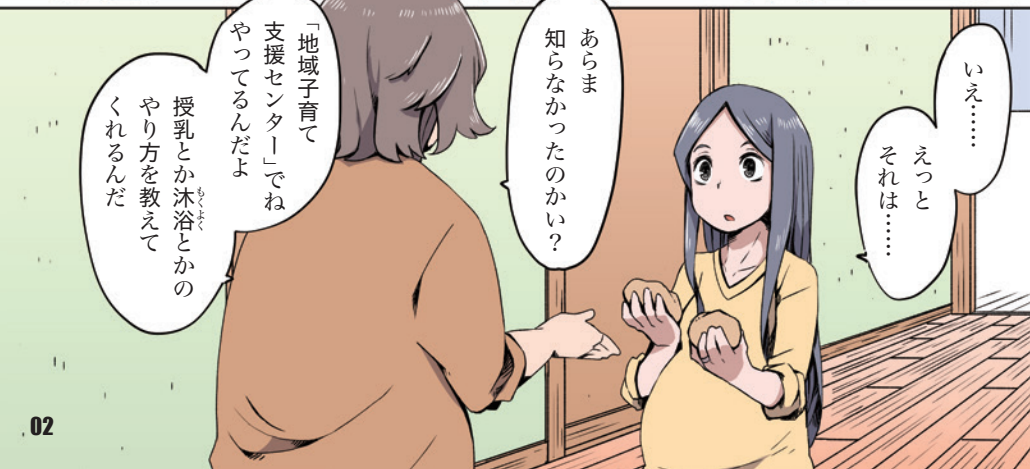
ああ
そういえば
「ウェルカム
Babyクラス」
には行ったかい？

そりゃあ
よかった

ええ
おかげさまで
ばっちりです

体調は
どうだい？

大きなキヤベツ
ですねー



「地域子育て
支援センター」でね
やってるんだよ
授乳とか沐浴とかの
やり方を教えて
くれるんだ

あらま
知らなかったのかい？

いえ……
えっと
それは……

登場人物



野村いずみ
Nomura Izumi

あゆむの妹。よく寝る。名前は、三朝温泉とそこに暮らす人々のように、温かい思いやりが自然と湧き出る優しい子に育って欲しいとの思いから。



野村浩二
Nomura Koji

あゆむの父。温泉めぐりが趣味のサラリーマン。暇があれば温泉に行っている。ゴールド免許。三朝町での仕事が軌道に乗り、残業の日々。



野村美咲
Nomura Misaki

あゆむの母。ガーデニングと映画鑑賞が趣味という「いいところ」のお嬢様風だが若い頃は色々…(略)美容に気を遣っている。怒ると怖い。



野村あゆむ
Nomura Ayumu

野村家長男。ゲームとお菓子好き。運動は苦手。食べても太らないうらやましい体質。妹が生まれて嬉しい反面、両親に甘えづらくなり、少し不満が…？



高原清水
Takahara Kiyomi

あゆむが通う東小学校の「赤ちゃんふれあい会」に参加していたママさん。あゆむと過去の自分をだぶらせる。



橋谷れん
Hashitani Ren

地域子育て支援センターで知り合った美咲のママ友。人懐っこく茶目っ気があり、みのりをよくかかっている。



朝町みのり
Asamachi Minoru

三朝町内に勤務する保健師。子どもが大好きで朗らかだが、子育てに対しては厳しい一面も。人の顔を覚えるのが得意。



河原ロン
Kawahara Ron

あさみの兄。あさみとは対照的に気を遣うタイプで暴走気味な妹の扱いに手を焼いている。わりと神経質で小心中。A型。



河原あさみ
Kawahara Asami

三朝温泉の開湯に関わった白狼の末裔。熱狂的な三朝温泉好きで、その知識量と情熱は時に周りを引かせてしまうほど。

これまでのあらすじ

都市圏に住んでいた野村一家は、休暇を利用して三朝温泉に旅行にきた。道中、行き倒れていた河原あさみとロン兄妹に出会う。兄妹に温泉を案内してもらったうちに打ち解けあった野村一家は翌年、三朝町にイターン。慣れない生活の中、周囲に助けられながら日々を過ごしていた。そんな折、同級生との会話の中で兄弟が欲しいと思いはじめたあゆむは両親に相談するが、様々な事情から我慢するように諭される。ところがある日、美咲の妊娠が発覚。喜びながらも不安を感じていた美咲は、三朝町の子育て支援の存在を知り、出産を決意する……。



地域子育て支援センター

旦那さんやあゆむ君と
行ってらんない



そうらしいん
けど……

あ！
野村さん！

ここに
やってくるの？



お久しぶりですねー！
もう8か月ですか

月日の流れは
早いと……



あ
お忘れです？
無理も
ないですね

母子手帳発行の時に
お会いしました

朝町みりです

体調はおかわり
ないですか？



覚えてて
くれたんですね
一度しかお会い
してないのに

これだけが
取り柄ですか
三朝の生活には
慣れましたか？

ええ
おかげさまで



8か月なんて
あっという間
ですねー

そうですね

あ
「ウェルカム
Babyクラス」は
こちらで？



はい

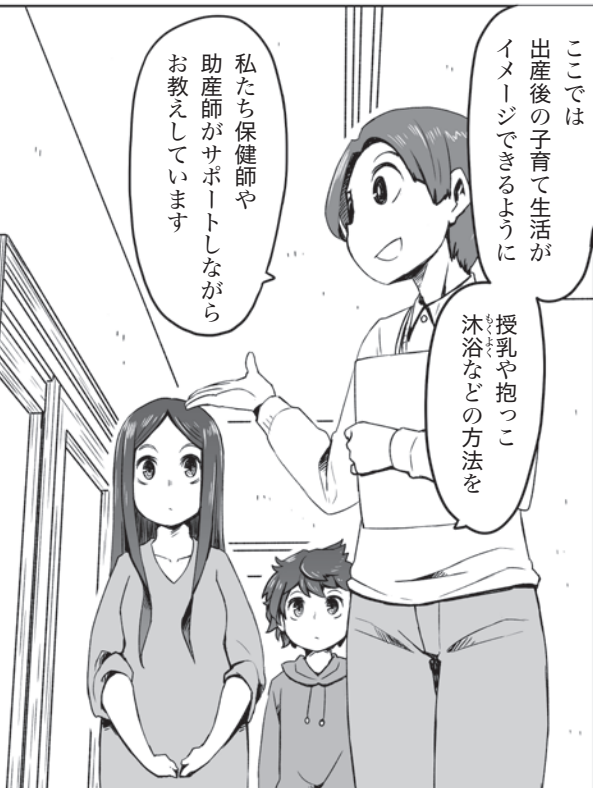
こちらは
初めてですね？

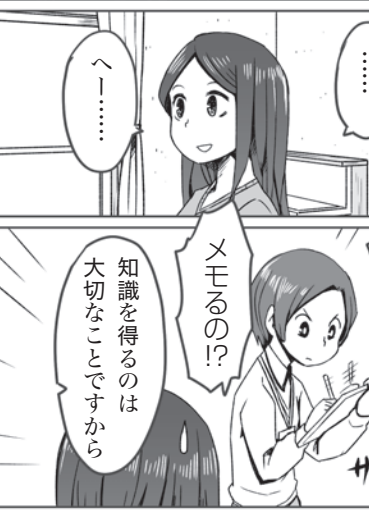
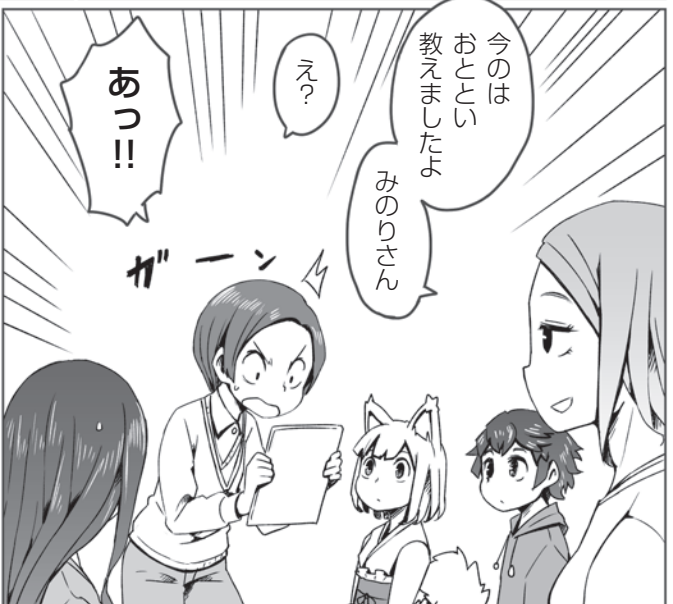
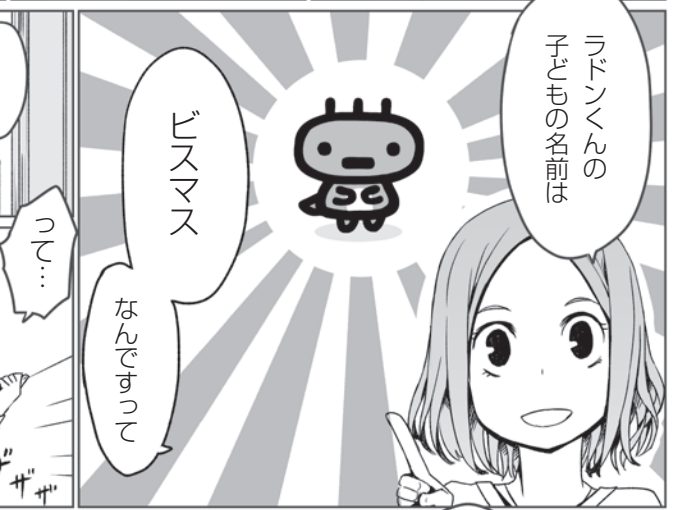
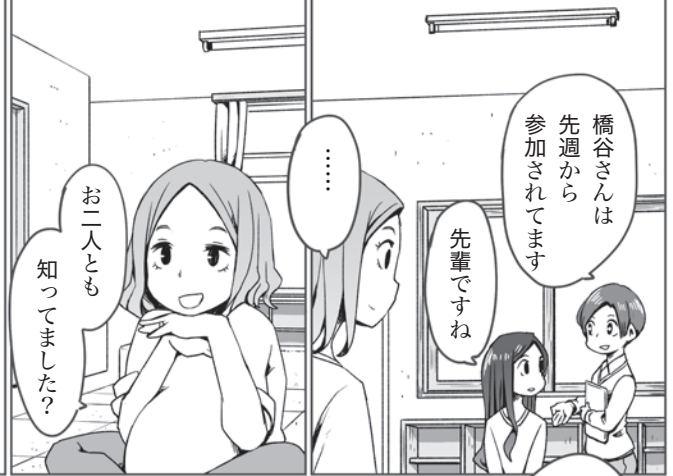
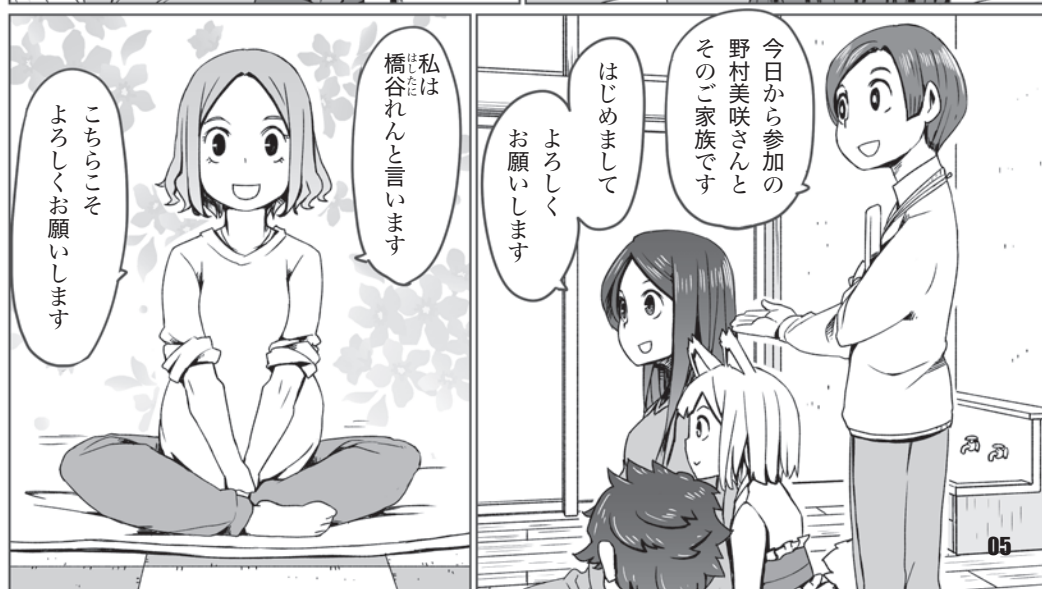
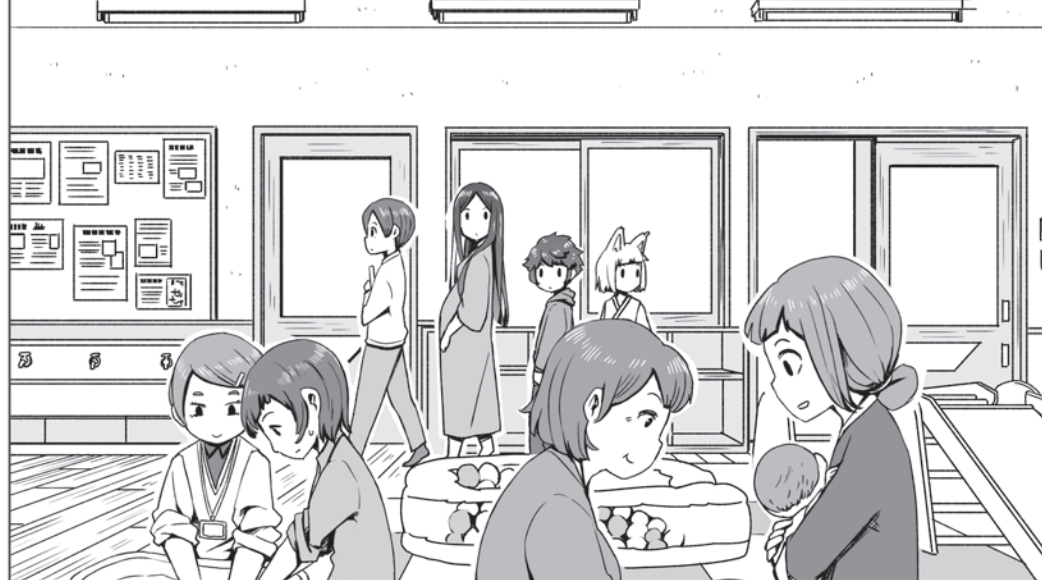
ご案内
いたします



授乳や抱っこ
沐浴などの方法を

ここでは
出産後の子育て生活が
イメージできるように
私たち保健師や
助産師がサポートしながら
お教えしています





保健師のついで
子育て支援相談室 ①



親が親になるプロセスとともに寄り添う

鳥取大学 地域学部 地域教育学科 准教授

畑 千鶴乃

出産したら子育てが始まる！ そう思いがちですが、実は妊娠から子育ての準備がすでに始まっています。赤ちゃん

がいる生活ってどんなものなのだろう？ パパはどんなサポートをしてくれたら嬉しい？ など思いは尽きません。そのため三朝町では、みささこども園に併設されている地域子育て支援センターで「ウェルカムBabyクラス」を行っています。そこでは出産を控えたプレママ、プレパパが集うので、赤ちゃんを迎えるうれしさや期待、そして不安も、みんなで交流を図るなかで共有できます。子育てが始

まっても一人ぼっちじゃないよという安心感がそこにあります。

そしていよいよ出産直後から本格的な子育てが始まります。病院にいる間は病院スタッフが常に傍にいてくれるので安心、でも家に帰ったら、誰かがいつも傍にいてくれる訳じゃない……。「何だか不安だな、育てられるかな……。」「そう思うのもごく普通です。でも大丈夫。産後1か月頃を目途に保健師が自宅に来てくれ、赤ちゃんやお母さんの様子を聞いてくれますし、いつでも子育てのこと、お母さんの体調のことなども教えてくれ

ます。3〜4か月健診をスタートに乳幼児健康診査も始まります。プレママ・プレパパの時、ウェルカムBabyクラスに参加した、地域子育て支援センターでは、親子がいつでも心うちと立ち寄りこのできる昼間の居場所を提供しています。子育てに役立つプログラムも満載です。また保育士資格を持つ支援員が常駐していますから、子育て家庭の頼もしい存在です。

実はこれは母子健康手帳が交付された時から、ママ、パパを一人ぼっちにさせない、切れ目のない支援が三朝町にある証なのです。どんなことでも分からない時は、三朝町の保健師・保育士などに聞いてみましょう。子どもの成長と共に、親も親らしく成長していくものです。そしてそのプロセスに寄り添うように、一人ぼっちの子育てとは無縁の切れ目ない支援が三朝町に用意されています。

子育て支援事業の紹介

ウェルカムBabyクラス

待ち遠しい赤ちゃんの誕生。家族みんなで出産を迎えられるよう、出産準備教室を開催しています。パパ、ママだけでなくおじいちゃん、おばあちゃん、ご家族の参加もお待ちしています。

内容

- プレパパママ体験
- お風呂、オムツ、おっぱい
- 理学療法士がお伝えする産後ケア
- e t c .



産後ケア外来

妊娠と出産で頑張ったお母さんの体をリフレッシュ。誰に相談したらいいのかわからない…そんな体の悩みや疑問点を三朝温泉病院の産後ケア外来で、理学療法士に聞いてスッキリしましょう。

こんな症状ありませんか？

- 肩こりに腰痛
- なんだか手も痛い
- 体がだるい感じがする
- 骨盤がずれてる？



子育て支援相談室

みのりさん

いいなー私も赤ちゃん欲しいなあ

あさみにはまだ早いよ

ロンさんとかどうなの？

だめだめ 兄ちゃん彼女いないし

そうなんだ… モテそうなのにね

まさに…！

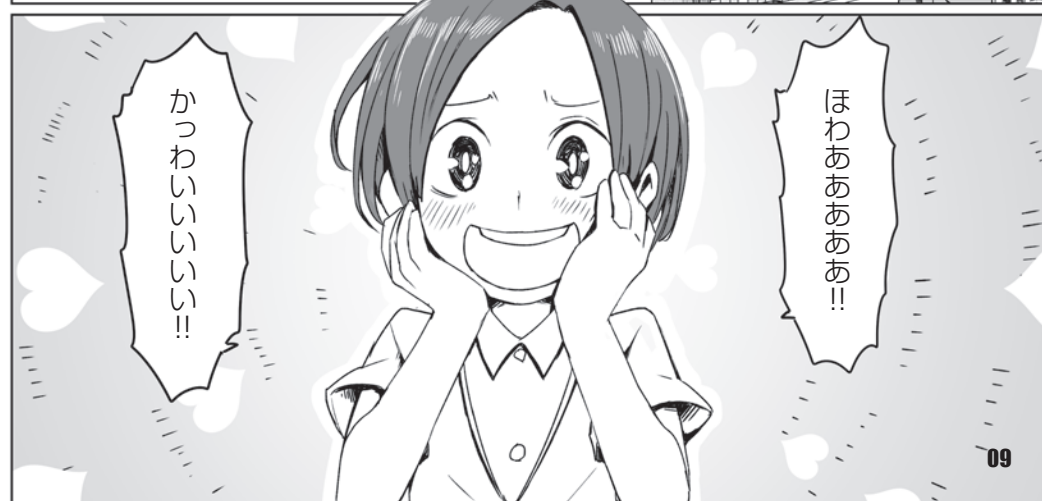
ロンリー

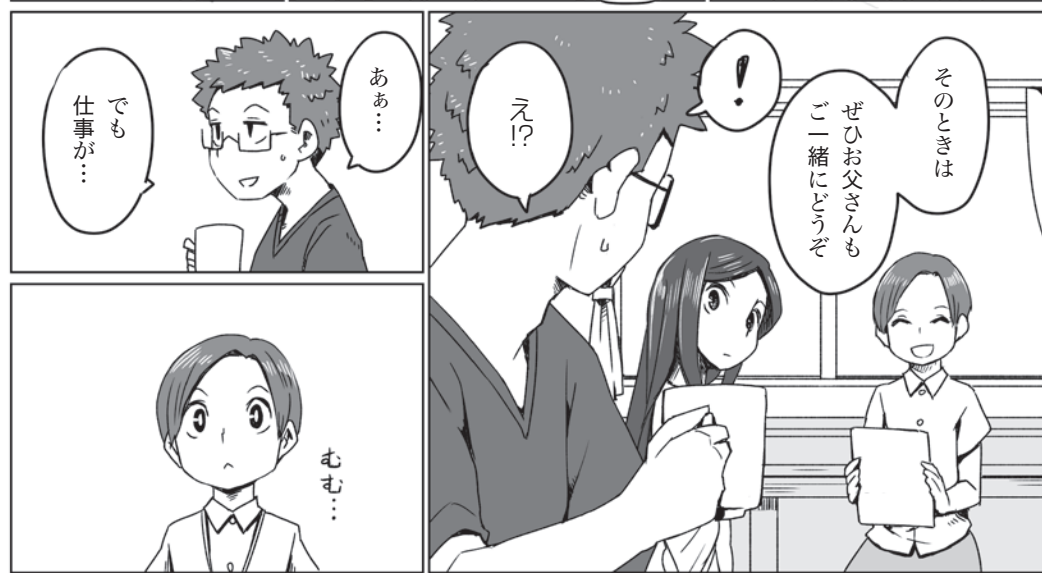
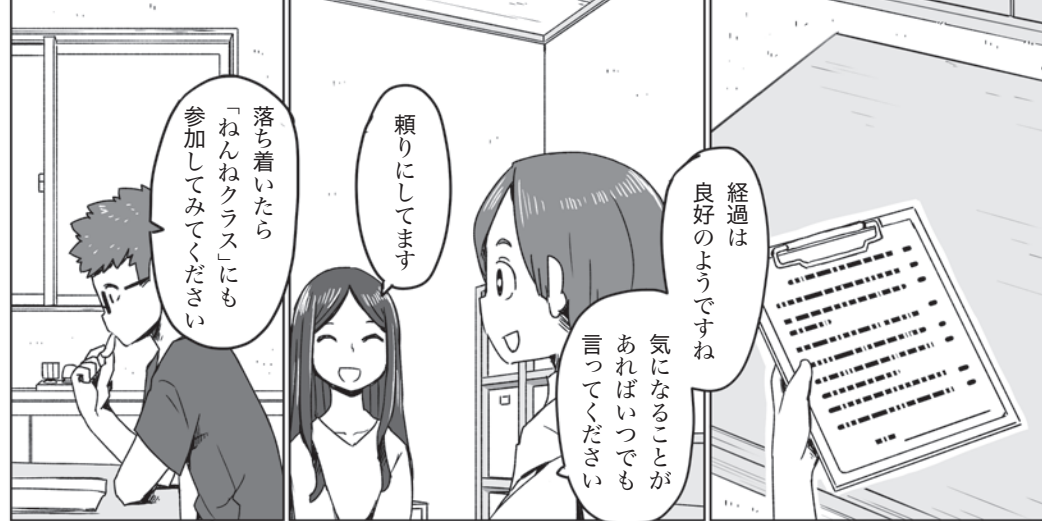
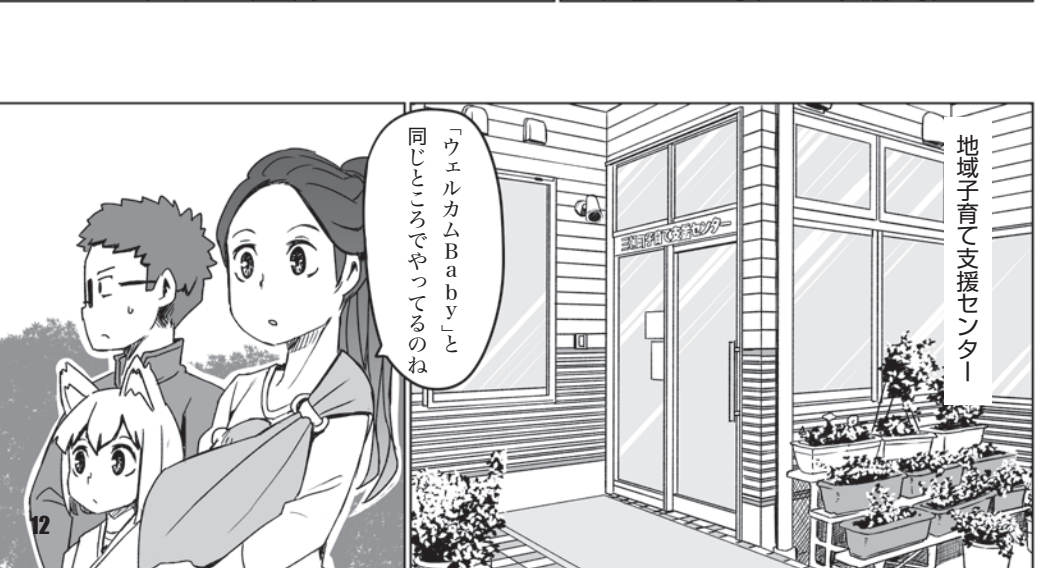
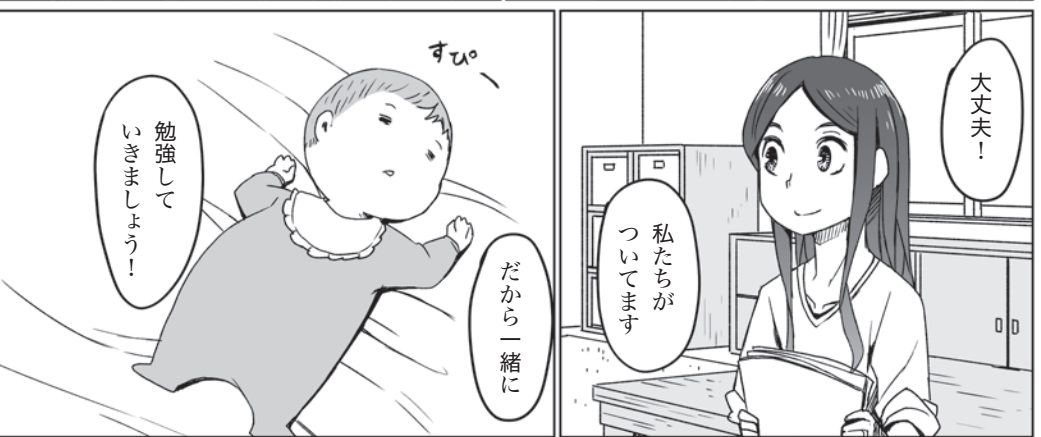
ウルフ、みのりん

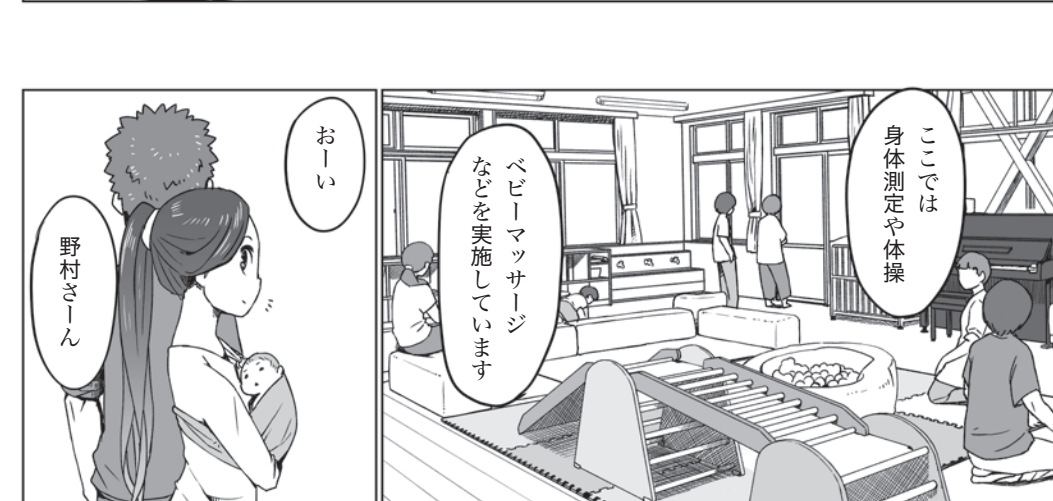
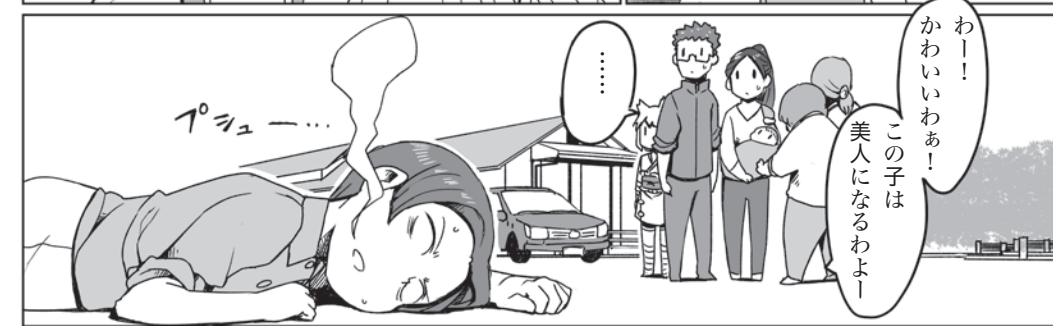
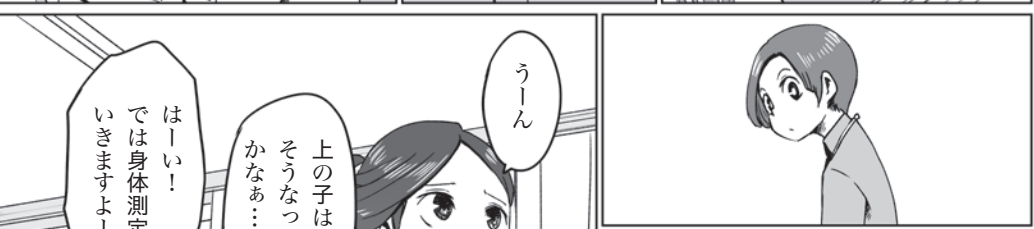
黙ってて

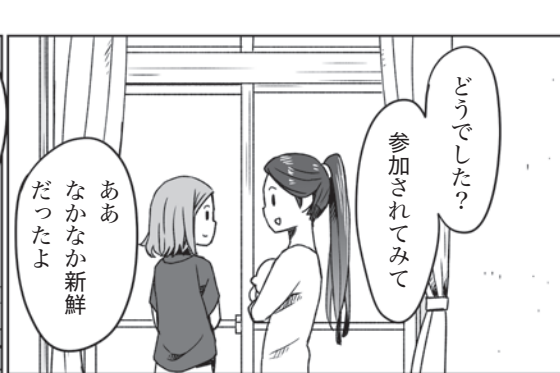
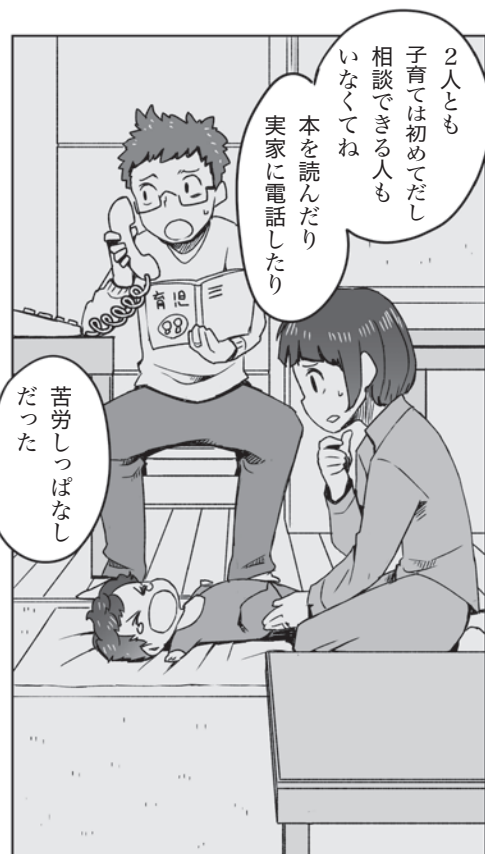
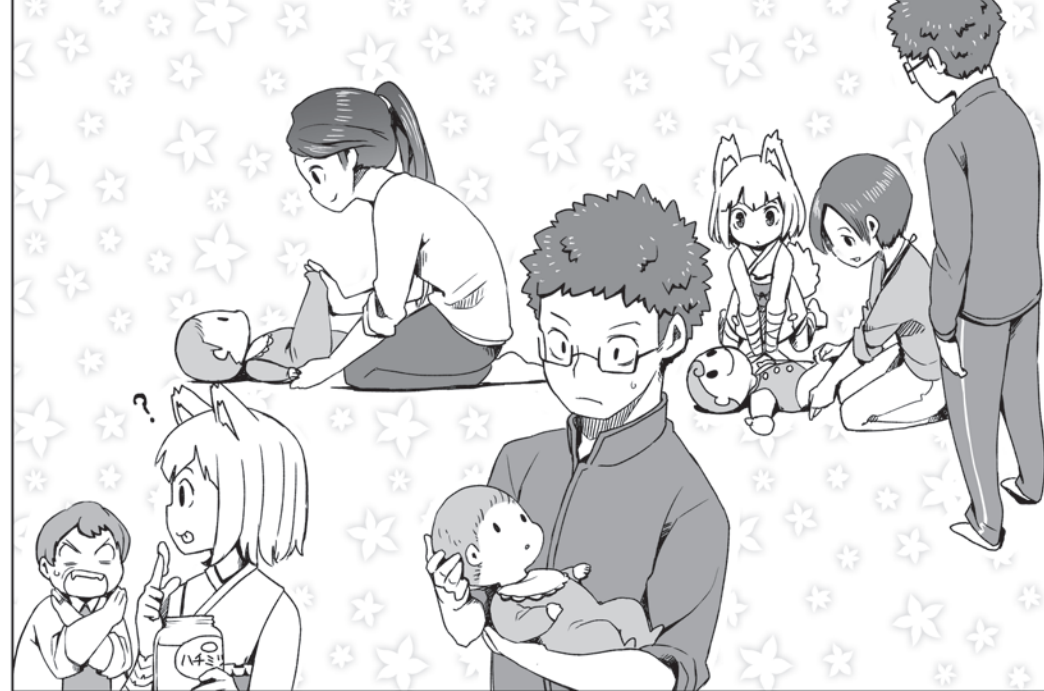
みのりん

黙ってて









保健師のひろ
子育て支援相談室②

いつかは子どもがほしいと思っ
ているあなたへ

赤ちゃんと素敵な

出会いを迎えるために

あなたはこれからどんな人生を送りたいと
考えていますか？

「まだ先の話だけど、いつか結婚する
なら赤ちゃんがほしい」「今のパートナー
といつ結婚するかわからないけど、いつ
かは子どもを産むのかな？」そう思っ
ているあなたに知ってほしいことがあります。
女性に生まれたからこそ、元氣な赤
ちゃんを産みたい、家族を持って幸せに
暮らしたい。そんなあなたの思い描く幸
せな人生を叶えるために、少し自分の身
体と向き合い、正しい知識を学んでみま
せんか？



にんよう
妊孕性という言葉をご存知ですか？

妊孕性とは「妊娠する力」のことで、妊娠・出産には望ましい時期があります。
女性の卵子は生まれた時からあるため、歳をとるとともに卵子が老化して妊娠しにくくなります。
もし、子どもがほしいと思うなら、適した時期に出産することが望ましいですね。
もちろん若いときに産めば、体力はありますが経済的な負担が増えますし、子育てに時間
も縛られます。逆に年齢を重ねれば、経済的には安定しますが、若いときほど分分に時間を使え
なかつたり、体力が持たなかつたり……など色々考えますよね。でも、いざ子どもを授かりたい
と思ったときには、なかなか妊娠できないといったこともよく聞かれます。
あなたがどんな人生を歩みたいのが最も大切ですが、その中で、子どもは何人欲しいのか？
何歳までに社会人として自立する必要があるのか？ 自分なりに「人生設計図」を立ててみま
しょう。そして、パートナーがいる女性は、その「人生設計図」をしっかり話し合ってみてください。
それは目先のことでなく、人生という長い目で考えることができているかがとても大切ですよ。

若年妊娠のリスク

- 妊娠時・新生児期の死亡率が高い。
- 経済的に自立していない。
- 妊娠・出産に対する知識がない。

高齢出産のリスク

- 流産が多い。
- ダウン症等の障がいが高確率で起こる。
- 出産のための体力が不足している。

一般的に妊娠に適した
時期は20～35歳とされ
ています。若すぎる妊
娠や高齢出産は、様々
なリスクが高まります。



参考文献：「あなたの体と心がつもつかる本」 作成：鳥取県中部圏域 思春期の性に係る健康問題ワーキング（2015年11月発行）

子育て支援事業の紹介

ねんねクラス・
離乳食相談

同じ0歳の子どもを持つ親
同士、一緒にお子さんの成長
を感じ、ホッと一息できる場
がねんねクラスです。楽しかっ
たこと、嬉しかったこともほ
ちろん、悩んだり迷ったりし
たときは是非お越しください。

内容

- 身体計測
- 赤ちゃん体操
- 産後体操
- 離乳食相談会



命を大切に
する学習事業
(中学校の取組み)

中学校では、「命の始まり
について」、「人の妊娠と出
産」、「思春期の身体と心」な
どについて専門的知識を学
取組みを行っています。
この学習により、自分の命
や身体について知り、多くの



人に支えられて今の自分がい
ることに感謝し、また、異性
との身体の違いを認め合いな
がら、お互いを認め合い大切
にしあう関係を築くことを学
んでいます。

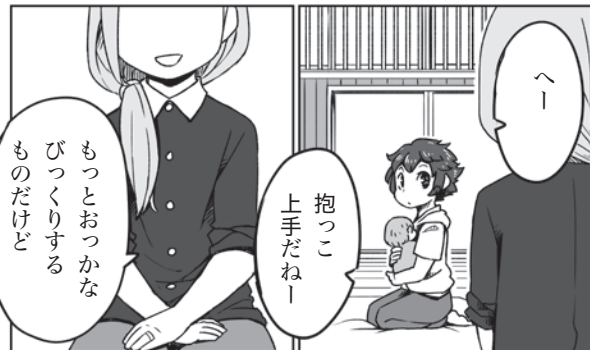


子育て支援
4コマ劇場
思いは声にしよう





それでは「赤ちゃんふれあい会」をはじめます
お母さん方の言うことをよく聞くように



もつとおつかなびつくりするものだけど
抱っこ上手だねー



弟とか妹とかいるのかな？

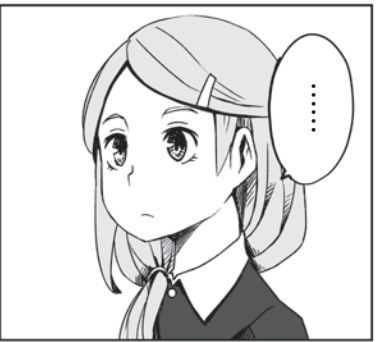
「赤ちゃんふれあい会」参加者
たかはら きよみ
高原 清水



一応じゃないでしょ
家族なんだから



…何が家族だよ
…何が家族だよ
いなくたっていいんだ！
どうせ僕なんか



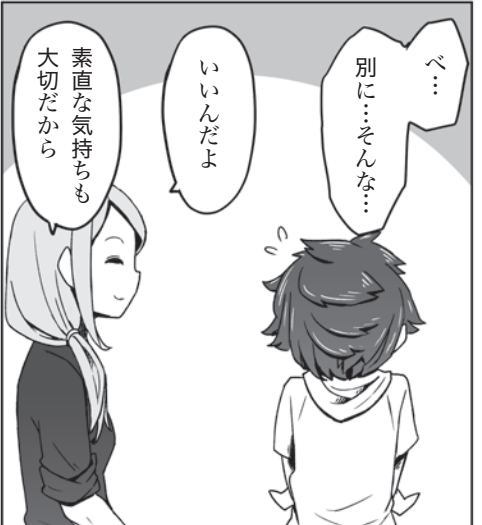
…



お母さんとられてさびしい？

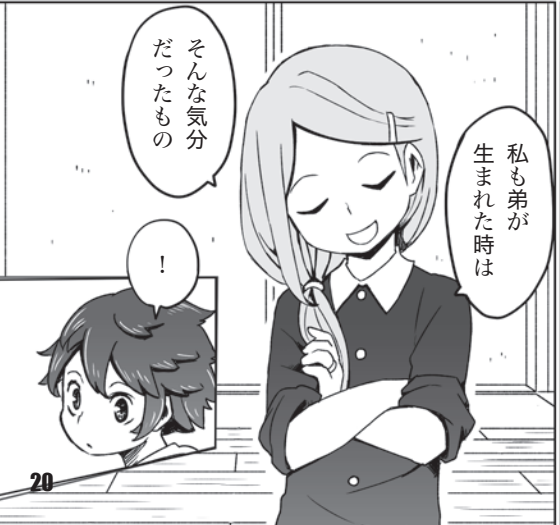


…
妹がいるから…
いちおう…

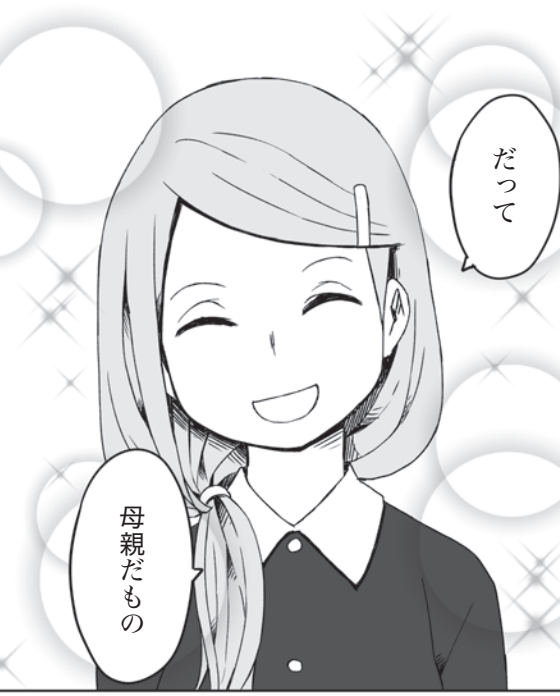


べ…
別に…そんな…
いいんだよ

素直な気持ちも大切だから



私も弟が生まれた時は
そんな気分だったもの
！



だって

母親だもの

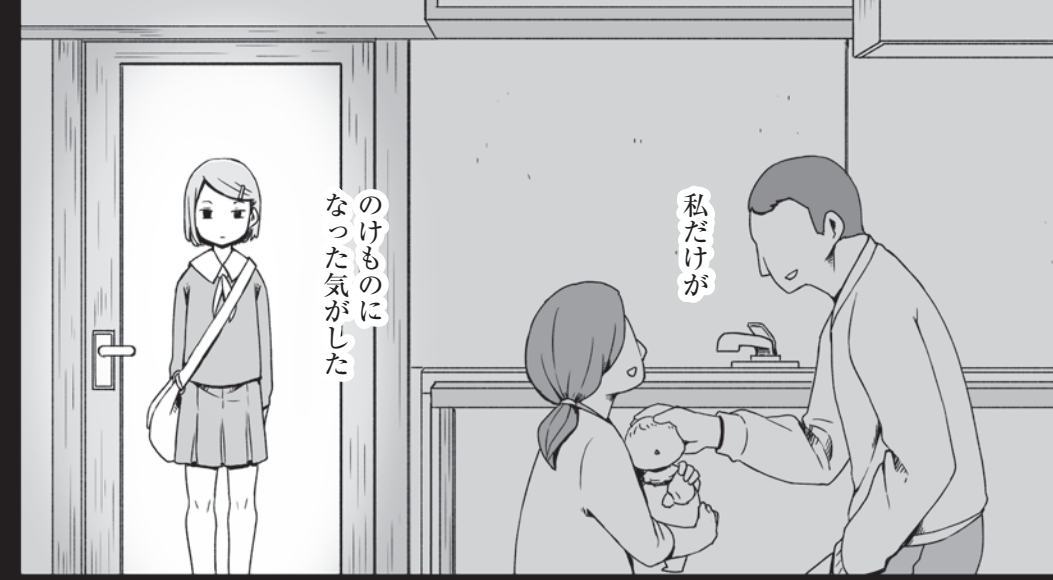


それと
もうひとつ

お母さんは
君のことも
ちやあんと
見てるよ



え？



私だけが

のけものに
なった気がした



支えられてばかり
だった私が

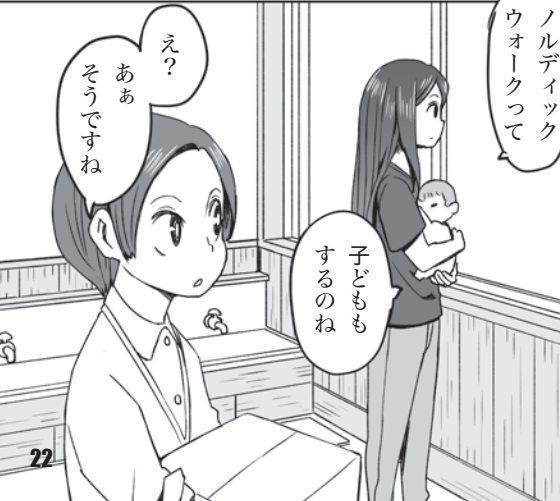
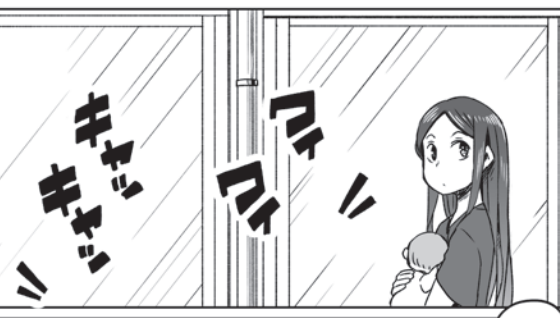
支える側になった
だけだったの



でも



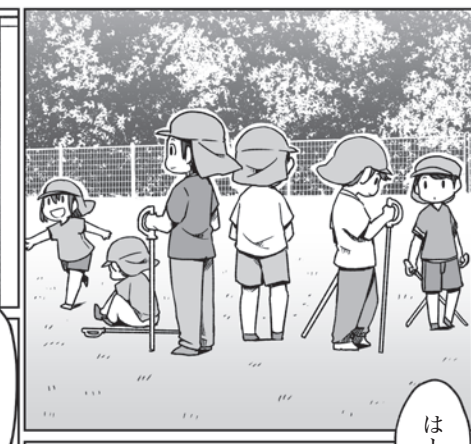
それは違ってた



ノルディック
ウォークって

子どもも
するのね

え？
ああ
そうですね



はい
それじゃあ
出発します！



だから君も
お母さんを
支えてあげてね

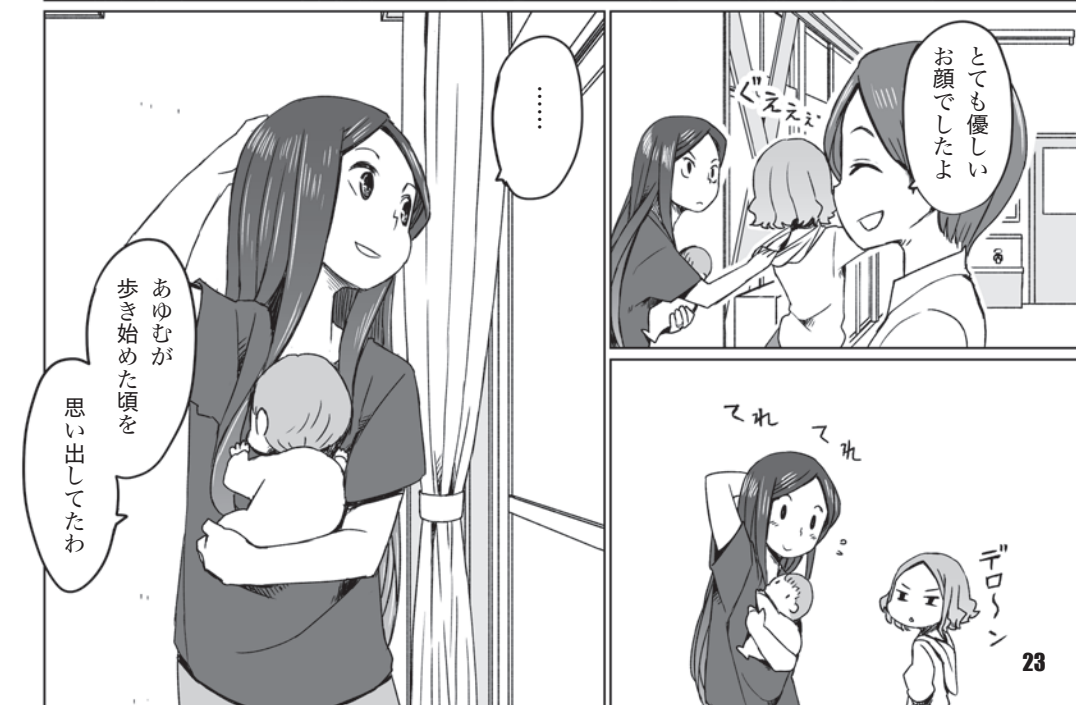
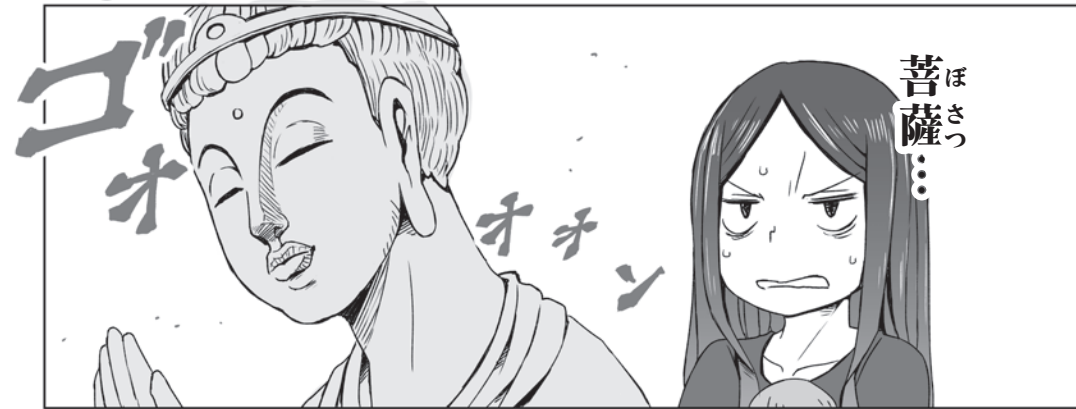
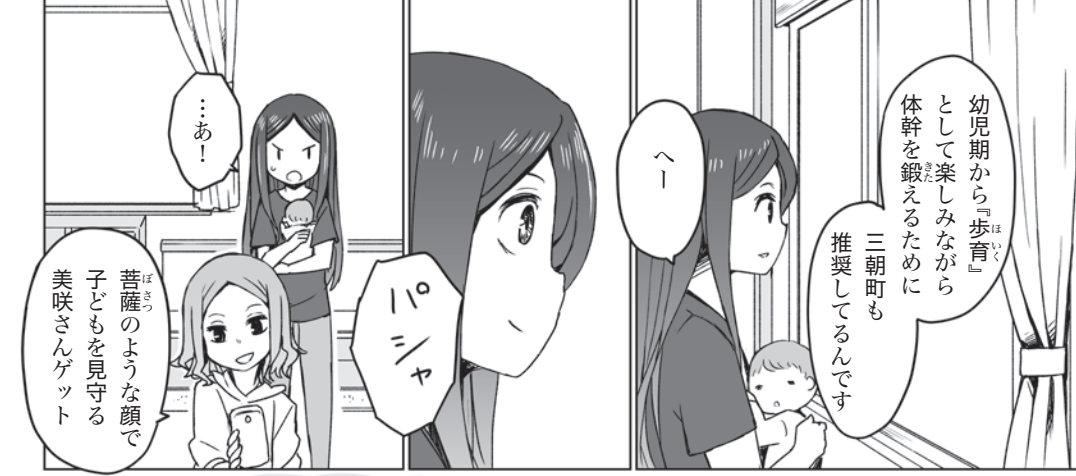
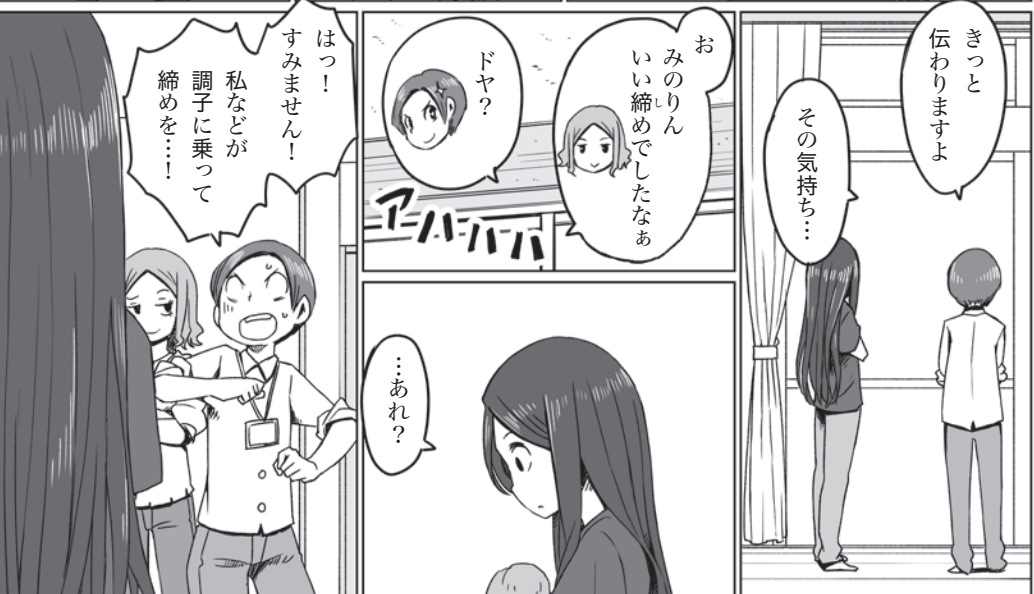
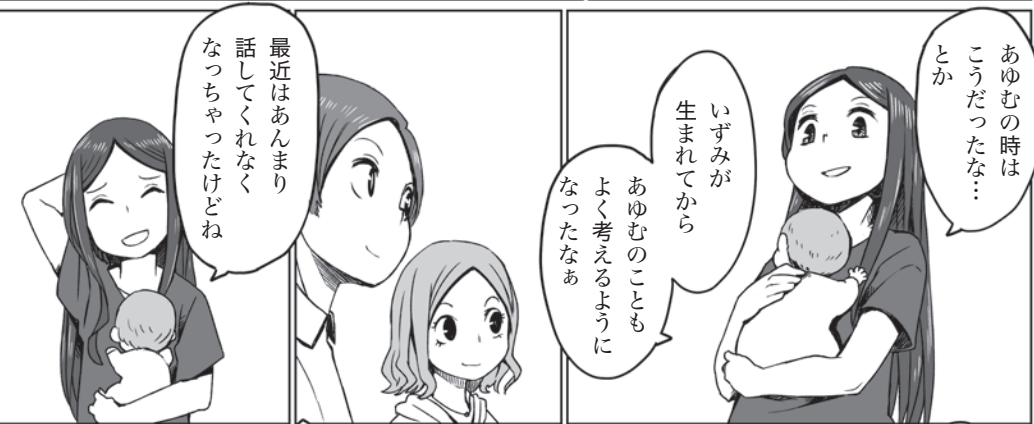
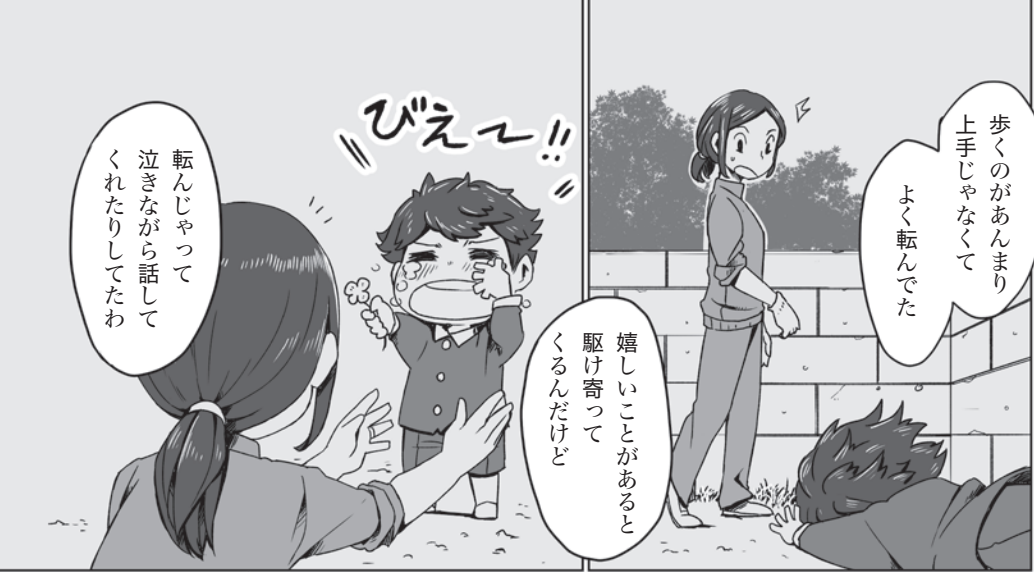
……うん

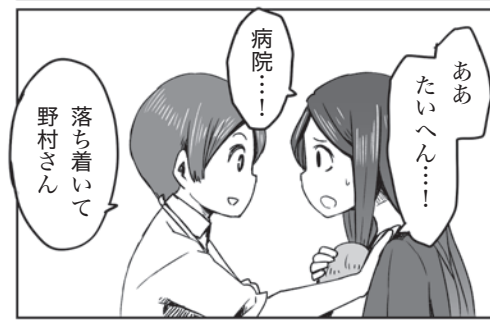
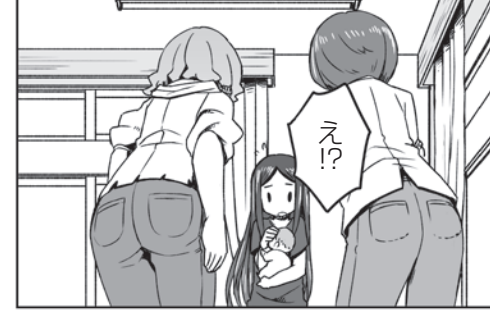
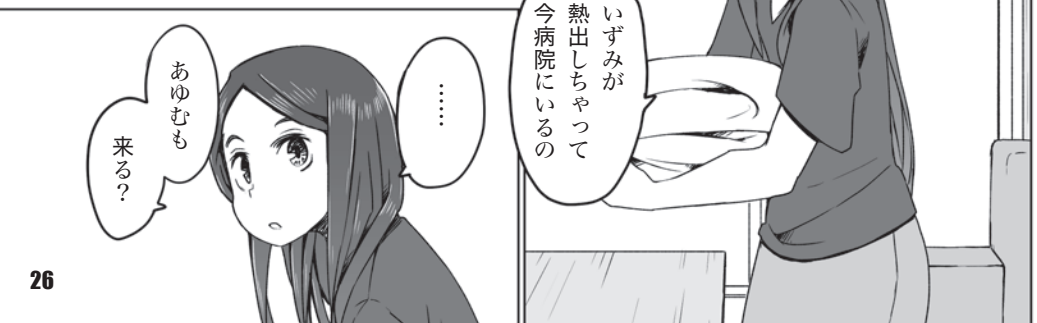
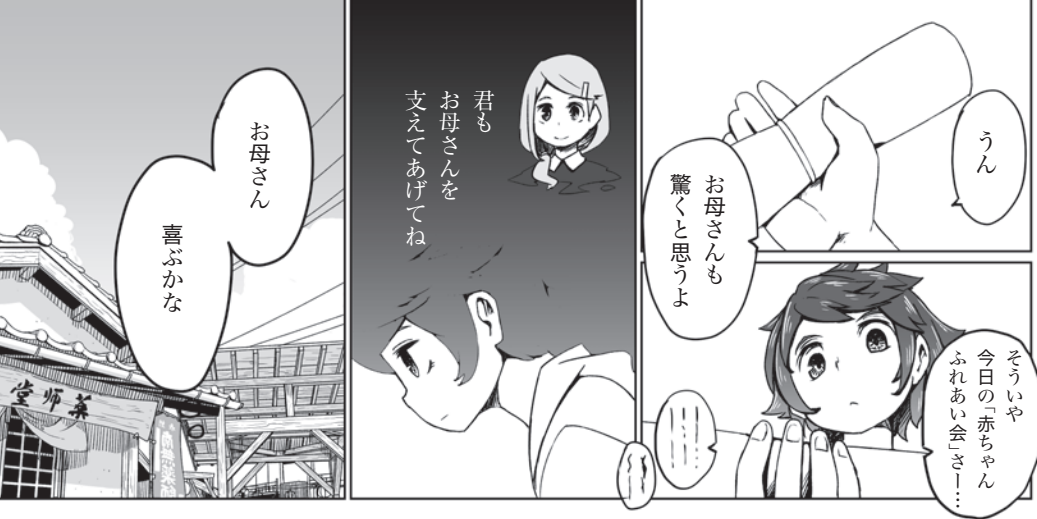


だから家族があつて
友達があつて
地域があつて

みんなで
支え合うんだよ

命ってすごく重くて
ひとりじゃ
支えきれないのね







私だけが
のけものに
なった気がした



行かない

ドクン



ガ
チャ

カ
シヤン



それじゃあ
留守番お願いね
お父さんには
連絡したけど
遅くなるかもって

じゃあ
行ってきます

何かあったら
連絡するのよ

そう...



ん?

おお
あゆむ
ただいま



鍵が開いた...
お母さん?
あさみ?

トス



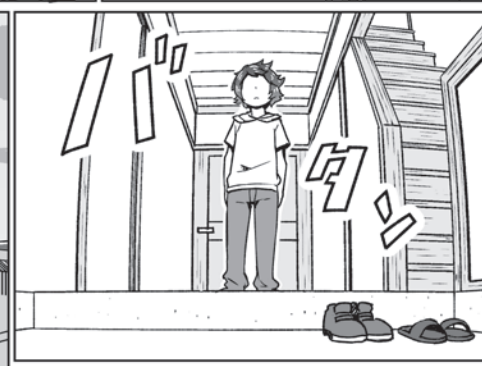
誰...!?

ガ

チャ



どうせ僕なんか...



ガ
ク

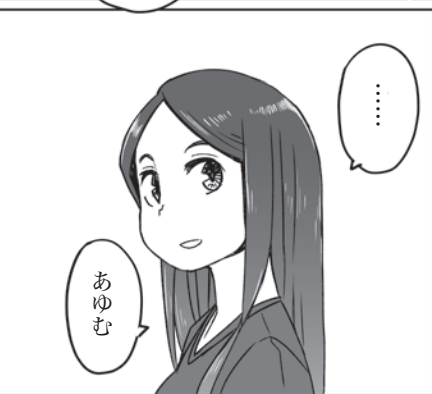
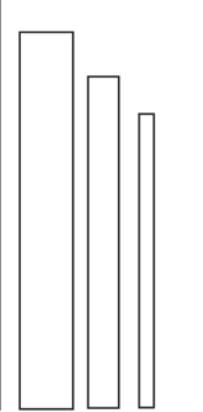


ギュ

くし

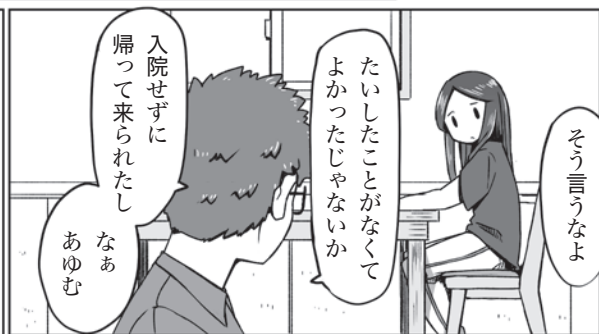


なにも2人して
来なくても
よかったのに…



……

あゆむ



そう言うなよ

たいしたことがなくて
よかったじゃないか

入院せずに
帰って来られたし
なあ
あゆむ

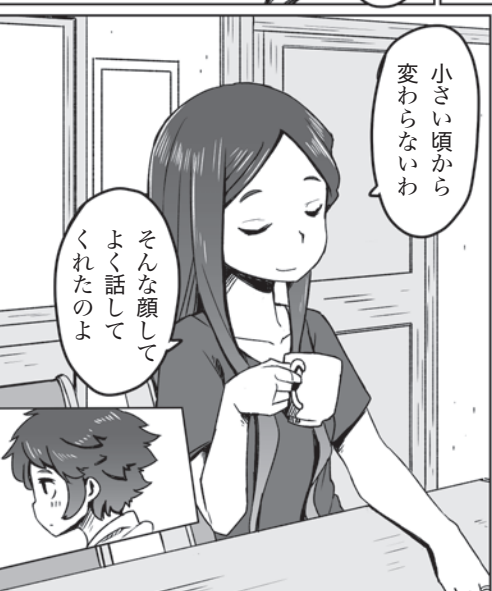


…うん

そうだね

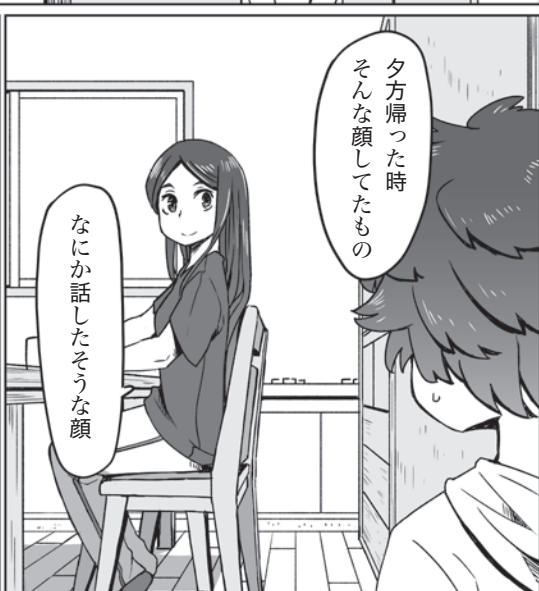
今日
何かあった？

!



小さい頃から
変わらないわ

そんな顔して
よく話して
くれたのよ



夕方帰った時
そんな顔してたもの

なにか話したそうな顔



帰らせて
もらったんだ

同僚に無理言って

あゆむひとりじゃ
心配だろう



お父さん…

仕事は？

んー？



あゆむへ
簡単なおはんで
ごめんね

母より



じゃあ
飯食ったら
病院行くか

…うん！



さて
炒飯くらいなら
作れるかな…

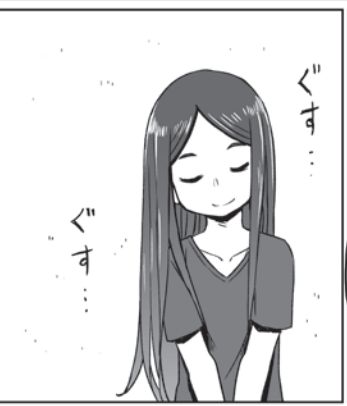
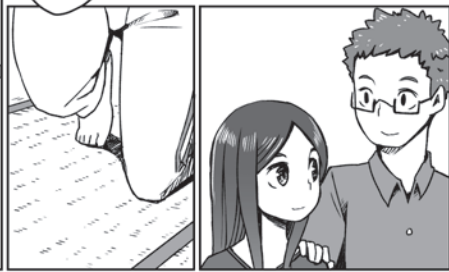
ん？

あ



……

お母さんは
休んでてよ



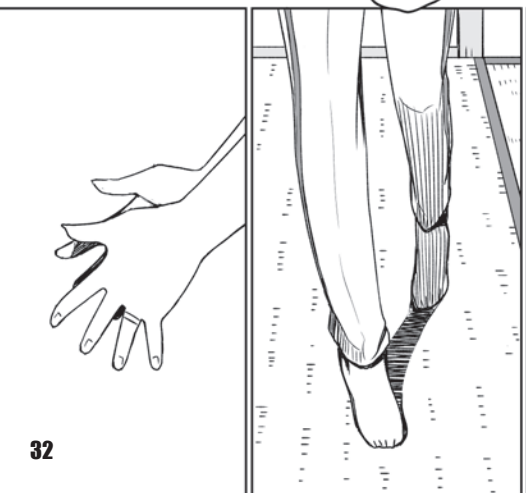
ぐす…

ぐす…

僕…
自分のことしか
考えてなかった

……

……ごめんさぎら



お母さんは
僕のこと……

ちゃんと
考えてくれたのに……



なあに？
聞かせて

まだ話したい
ことがありそうね

すごいじゃ
ないか
将来は
作家か？

ほおー
入選かー

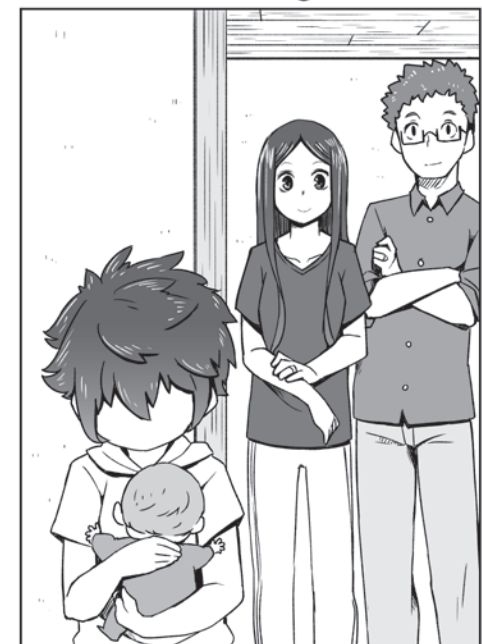


そりゃあ
母親だもの

生まれた時から
ずっと見てるのよ？
すぐにわかるわよ

……
なんで……

わかるの……？



おっと
いずみが
起きたか

んあー！
んあー！

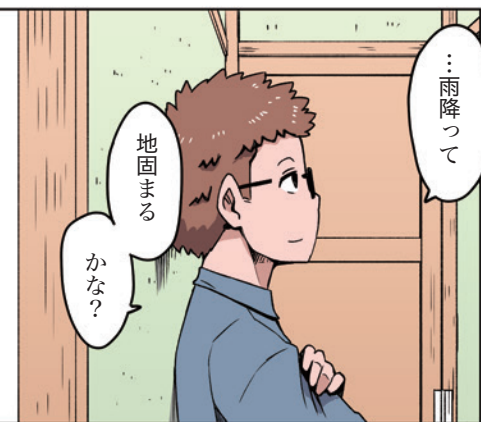
はいはい
いま……

僕が行く！



2人とも

私の大切な子どもよ



…雨降って

地固まる

かな？



…よし

明日は
みんな



うわああん！

よかった…

ほんとに
よかったよお



ひえーん

やれやれ



ささのよ

子どものことを
考えない親なんて
いないわ

みささ 子育てスタイル

子育てするなら三朝町で！

Let's raise our children in Misasa



温泉に行こう

もくじ INDEX

笑顔いっぱい 子育て支援のまち宣言	37
成長カレンダー	39
いずみちゃんのある1日	41
三朝町事業紹介	
妊娠編	43
産後・子育て編	45
健診・予防接種編	47
こども園・保育園編	49
子育て支援情報編	51
経済支援・手当編	53
健全育成支援編	57
障がい児への支援編	59
みささ町子育て支援マップ	61



★身近な相談相手がほしい!

★子育て情報が知りたい!

子育て家庭と支援者とのネットワークを強化します!

- 子育て応援ポータルサイトの運用
- 保健師や子育て支援員などの悩み相談
- 地域子育て支援センターでのママ友交流

★仕事と子育てを両立したい!

★子育てをサポートしてほしい!

働きながら子育てできる環境づくりを推進しています!

- 各園での特色ある保育の実施
- ファミリー・サポート・センターの援助活動
- 幼児期からの英語教育・食育の推進

目指すべき まちの姿

子どもが育つ環境の充実

切れ目のない子育て支援

地域ぐるみの子育て支援

母子の健康管理に関する支援

★経済的負担を 軽くしてほしい!

子育て家庭への経済的支援を行っています!

- 保育料は第2子以降を無償化
- 妊産婦・乳幼児健診費の助成
- 家庭で乳幼児の保育を行う世帯への経済的支援を実施

★安心して妊娠・出産したい!

妊娠期から保健師などの支援者がサポートします!

- 妊娠期からの母子支援
(ウエルカムBabyクラス・赤ちゃん訪問)
- 乳幼児相談
(ねんねクラス・離乳食相談)

笑顔いっぱい 子育て支援のまち宣言

子どもの
笑顔は
みささの宝

子どもの笑顔でいっぱいのまちは、家庭や学校、地域や大人達、みんなが元気で活気があるまちであるという証しです。

子どもの笑顔は「未来の宝」であり、三朝町を支えてこられた先人の方々とともに「三朝町の宝」です。未来を担っていく子どもたちが元気いっぱい、笑顔で暮らせるまちこそが、三朝町が目指すまちの姿であると考えます。

子育て世代が安心して妊娠、出産、育児ができ、子どもたちが元気で伸び伸びと暮らすことができるよう、町や地域が一丸となって子育て環境を整え、「子育てするなら三朝町で」と言われるまちづくりを進め、町民みなさんの笑顔があふれる元気いっぱいの三朝町を目指します。

子ども・子育て支援新制度の施行を機に、子どもたちの明るい未来を応援するため、三朝町を「笑顔いっぱい子育て支援のまち」とすることを宣言します。

平成27年7月

子育てするなら三朝町で!

三朝町では、「子育てするなら三朝町で」と言われるまちづくりを目指し、子どもの笑顔が溢れ、子育てに喜びを実感できるよう、家庭、地域、学校、行政が手を携え、地域全体で子育て支援を推進します。

成長カレンダー



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 12か月 1歳頃 2歳頃 3歳頃

健診・育児教室等

赤ちゃん訪問

3～4か月健診

6か月健診

9～10か月健診

1歳半健診

3歳児健診

離乳食講習会

1歳すくすく相談

2歳ののび教室

ねねクラス 2回/月

(詳しくはP18をご覧ください)

あそびの教室 1回/月

心と身体の成長

新しい世界に慣れる

- お母さんのお腹から離れて新しい環境に慣れるのが精一杯。まだ昼夜の区別がなく、飲む、寝る、泣くが基本的な生活です。

表情・動きが豊かになる

- 首が座る。
- あやすと笑ったり、喃語なんごを話すようになります。
- 音のする方向を向いたり、物を目で追ったりするようになります。

コミュニケーション・動きが活発になる

- 動きが活発になり、寝返りができるようになります。
- 人の区別がつくようになり、人見知りが始まります。
- 離乳食開始(5か月頃～)

ハイハイ・ことばの発達が豊かになる

- お座りができるようになったり、欲しいものに手を伸ばそうとします。
- 好き嫌いの感情が豊かになり、大きな声で泣くこともあります。

- ハイハイ、つかまり立ち、伝い歩きなど、成長が著しい時期。
- バイバイ、こんにちはなど行動の真似をするようになります。
- 1歳頃を目途に離乳食から幼児食へ徐々に移行しましょう。

好奇心旺盛

自己主張いっぱい

おしゃべり上手、でも甘えん坊

絆を深める
ワンポイント

- 赤ちゃんの目を見て授乳しましょう。
- 抱き癖を心配する必要はありません。泣いている時はしっかり抱っこして安心させてあげましょう。

- 話しかけてもらうのが大好き。赤ちゃんが声を出したら、それに応えてあげましょう。
- 天気の良い日にはお外へのお散歩もオススメです。

- 座れるようになると赤ちゃんなり、興味が広がります。方向を一緒に注目してみよう。
- TV・スマホなど大人がみてもありますが、やっぱり人と関わるに子守りをさせないで。

んの視線の位置も高く赤ちゃんの視線、指さすしょう。

いるものに関心を持ち事が一番。TVやスマホ

- この時期の赤ちゃんはめまぐるしく成長します。昨日まで届かなかった所に手が届くようになったり、できなかったことができるようになったり。子どもの「できた!」「見て!」の笑顔と一緒に喜びましょう。

- 歩く～走るができるようになる時期です。身体をたっぷり動かしたい時期。お父さん、さらに活躍の時期です。

遊び

歌でゆらゆら

赤ちゃんを抱っこして童謡や子守り歌を歌いながら、身体を優しく揺らします。



ガラガラ遊び

カラフルなガラガラや、音の出るぬいぐるみを見せてあげましょう。



くすぐり遊び

優しくしたり、大げさにしてくすぐりしてみましょう。歌に合わせても楽しいですよ。
例) 一本ばしこちょこちょ♪



音で遊ぼう

両手に持ったも箱を叩いて遊ぶに変身しますふれあい遊びもお気に入りの一見つかるかもしせんね。



ダイナミックな遊び

大人のひざが滑り台になったり、ガタガタ揺れるバスにもなります。



あそびで学ぶ

大人にとってはハラハラドキドキする遊びも増えてくるでしょう。でも子どもは真剣です。子どもの興味を思いっきり応援してあげましょう。危険な時には、そっと手を差し伸べ、子どもがくじけた時には「よく頑張ったね」と声をかけ、優しく抱きしめてあげましょう。さっと次の遊びに向かう勇気が湧いてきますよ。



いずみ ちゃんの ある1日

大事なのは赤ちゃん中心の生活リズム。お子さんが生まれてくることをイメージしてご家庭の生活スタイルにあう子育てを考えてみましょう。



16 寝ている間に夕食準備・そうじ洗濯物のとり入れ

17 あゆむ帰宅

18 パパ帰宅 兄と遊ぶ

12 地域子育て支援センターから帰宅

11 地域子育て支援センターへ

10 朝食の片付け洗濯をする

8 朝食 パパ出勤 あゆむ学校へ

夕食の片付け

19 パパが沐浴させる

夕食

あゆむ就寝

21

22

23

24

1

2

3

4

5

6

7

あゆむ起床 パパ起床

ママ起床、朝食準備



生後1か月半～2か月ごろの赤ちゃんは、自らの感情を育み、周りの生活に馴染もうと精一杯頑張っている時期です。同時に、1日に5時間以上泣く日もあり、お母さん、お父さんが疲れてくる時期もこのころです。ここでは、赤ちゃんの一日の生活の例を紹介します。

絵本で豊かな子育てライフを!

赤ちゃんは絵本をひらいて優しく語りかけられるのが大好き。絵本を通して赤ちゃんと一緒に「こころのふれあうひととき」をお過ごしください。あなたの子育てライフを絵本で豊かにしませんか。『どんな絵本をえらんだらいいのかな?』そんな時は、ぜひ図書館へ! 司書さんが一緒に考えてくれますよ! みささ図書館へ足を運んで気軽に尋ねてください。

絵本の読み聞かせのいいところ!

- ★ うれしい・楽しい気持ちに共感できる!
- ★ 子どもの成長が感じられる!
- ★ 子どもの興味がわかる!
- ★ 子育ての思い出ができる! などなど

ブックスタート・ブックセカンド

三朝町では、赤ちゃんの「言葉と心」を育むため、6か月健診時に絵本を2冊プレゼントしています。また、1歳の誕生日を迎えるお子さんへ民生児童委員がご家庭を訪問し、絵本を2冊プレゼントする取組みを行っています。

子どもが産まれたら...

かかりつけ医を持ちましょう

急な病気だけでなく、健診や予防接種など医療機関を利用することが増えます。何でも相談できる医師がいると安心です。

医療機関の上手なかかり方

- 早めの受診を心がけましょう
- 医療機関のはしご受診はやめましょう
- 気軽に聴ける医療機関を選びましょう
- 定期健診は必ず受けましょう
- 受診の際は保険証等を忘れずに

とっとり子ども救急ダイヤル

休日・夜間にお子さんの急な病気やけが等で、すぐ受診すべきか困ったときに、相談できるサービスです。

電話番号 #8000 (ダイヤル回線・IP電話の場合 03-5276-9137)

利用時間 平日 午後7時～翌日午前8時
土・日・祝 午前8時～翌日午前8時
年末年始

妊 娠 編



あるあるカルタ 妊娠編

妊娠するってこんなこと！

妊娠初期

赤ちゃんの健康も考えながら、食事や休息など身体への配慮が必要な時期ですが、特に働く妊婦さんにとって仕事のペースを変えることが難しい時期でもあります。「疲れやすい」「お腹が痛い」「イライラして精神的に不安定になる」など身体のサインに耳を傾けて。

妊娠中期

「安定期」に入り、赤ちゃんの動きが活発になります。母になる気持ちが一層強くなる時期ですね。この時期こそ自分の食事内容のバランス、生活リズムを見直すチャンス！

妊娠後期

出産に向けて心と身体の準備を整える時期です。特に出産に向けて身体が大きく変化します。運動と休養のバランスのとれた生活を送りましょう。町、病院で実施している出産準備教室にも積極的に参加し、妊婦さん同士の交流を図ることもオススメです。



出産前は「子育ては任せる」と言っていた旦那様が、産まれてみればオムツ替えもお風呂も寝かしつけもしてくれます♥

き 期待はずれ
いい意味で♥
こんなイクメンになるとは！

な 何か月？
妊婦さんは
人気者

え 永遠に
さよならできない
このお腹

お腹が目立つようになってから、いろんな人に声をかけられるようになりました。皆さんが笑顔で声をかけてくれるので嬉しいですし、ちょっとぶり人気者になった気分になっちゃいます(笑)。

あなたは

どんなパパになる？

10年後、20年後、あなたはわが子とどんな関係でいたいですか？

一緒に遊ぶ、お風呂に入る、お酒を飲み交わす、「パパ大好き」って言われたい…。

わが子にとって最高のパパは、きっとママにとっても最高の夫になるはず…。

「子育てには関心があるけど、仕事が忙しくて……」
「パパへの道も一歩から」
「できることから始めてみませんか？」

イクメンとは……

- 1 積極的に子育てに参加する
- 2 子育てを楽しむ
- 3 子育てを通じて自分も成長しようとする

こんなパパのことです！

こんな気持ちで「一緒に子育てをしてくれる女性」は嬉しいし、心強いね！



ママたちの声 『パパへの注文5か条』

1、子育てをする
お風呂、うんちのオムツ替え、寝かしつけ、夜泣きの対応など。

2、自分の事は自分でする
早起き、衣類の始末、食後の片付けなど。

3、パパと子どもだけで過ごす時間をつくる
子どもと公園に出かけるなど、時にはママ1人の時間をつくりましょう。

4、夫婦のコミュニケーションの時間を持つ
話を聞いて、一緒に考えて、時にはねぎらいのことばをかけて。パパが一番身近な理解者になると嬉しいですね。

5、休日は家族で出かけた
できれば平日もなるべく早く帰ってきてほしいですね。
わが子にママへのぎゅっとした「思いやり」がイクメンへの道だね。



1児のパパ (29歳)

仕事で忙しく、平日も休日子どもと接する時間はごくわずか。妻からは「期待してないよ(笑)」と理解してもらっているようなないような…。でも久しぶりだから感じられるわが子の成長や新しい発見もあります。子どもの成長を絶えず気にすること、妻にはねぎらいの言葉をかけることを心掛けています。

2児のパパ (35歳)

仕事で帰りが遅い時は妻が一人で2人の子どものお風呂に入れています。普段、帰れるときは私が上の子、妻が下の子をお風呂に入れますが、休日など時間がある時は、妻が一人でゆっくりお風呂に入る時間をつくるようにしています。

ちょっと息
あなたのリラックスできる時間はどうなっていますか？
おいしいものを食べる？ 大きな声を出す？ 友達とおしゃべり？
自分がりラックスできる方法を知っておくことは、妊娠中の不安定な心の変化、これから始まる子育てにきつと役に立つはずですよ。
呼吸法やアロマ、散歩、読書など気軽に始めてみられてはいかがでしょうか。

保健師さんのホンネ本音

先輩イクメンの声



産後・子育て編

妊娠中から産後まで お母さんの体をサポート!

妊娠・出産でお母さんの体は大きく変化します。三朝町では、お母さんが健康で元気にゆったりと育児ができるよう、妊娠中から理学療法士とともにサポートします。

1. ウェルカムBabyクラス：子育て支援センター

妊娠中、産後に起こる体の変化やストレッチの方法、抱っこの仕方などを学びます。

2. 産後ケア外来：三朝温泉病院

妊娠と出産で頑張ったお母さんの体…。三朝温泉病院の産後ケア外来でリフレッシュ★
整形外科診察と理学療法士による個別健診です。

3. ねんねクラス

月に1回、理学療法士にお越しいただき産後体操などを実施。個別の相談や、抱っこ・おんぶ紐の調整も行います。

4. 6か月健診：文化ホール

育児にも慣れてきた、産後6か月後のお母さんの体、赤ちゃんも大きくなり、お母さんの体にも変化が。理学療法士が再度個別で体をチェックします。
育児に疲れた体の悩みを解決します。



暴れる子を抱っこするといろいろな所に力が入ってしまい「私も泣きたい!!」と思う事がある。可愛いわが子よ、眠いなら素直に寝ておくれ～(T.T)

ふと横を見るとキラキラと熱い視線で遊ぼうアピール(笑)をするわが子。時計を見ると午前4時。さっき起きたのは午前2時…。もう少し寝ようよ～(笑)

あ 遊ぶようよ!
抱っこして♡

リクエストに添えて起きる
午前4時 2時間まで

いなバウアー
反り返って泣きじゃくる

し 新発見!
子どもに教わる
こともある



支援事業紹介

無料 お問い合わせ 健康福祉課

ウェルカムBabyクラス

妊婦さんや家族を対象に、育児技術の習得や仲間づくりを目的に開催しています。

対象者 妊婦・その家族等

場所 地域子育て支援センター

赤ちゃん訪問事業

赤ちゃんの生後1か月を目途に保健師が訪問し、身体計測や育児相談に応じます。

対象者 生後1か月頃の母子

場所 自宅に訪問

産後ケア外来

整形外科医の診察、理学療法士によるケア、保健指導など、産後のお母さんの体の状態を丁寧にチェックします。(自己負担1,000円)

対象者 概ね産後3か月の母親

場所 三朝温泉病院

ねんねクラス

育児相談・身体計測・離乳食相談・三朝温泉病院理学療法士による産後ケアのほか、子育ての情報交換・仲間づくりの場です。(2回/月)

対象者 満1歳までの親子

場所 地域子育て支援センター

離乳食講習会

栄養士と一緒に離乳食の調理実習の後、試食します。育児相談・身体計測もあります。(1回/2か月)

対象者 生後4か月〜5か月の親子

場所 町総合文化ホール

あそびの教室

手遊びや運動あそび、順番を待つことの練習などを楽しめます。(1回/月)

対象者 1歳半健診受診以降の未就園児

場所 町総合文化ホール

1歳すくすく相談

身体計測・育児相談のほか、歯科衛生士による歯科指導もあります。(1回/3か月)

対象者 1歳の親子

場所 地域子育て支援センター

2歳のびのび教室

身体計測・育児相談・栄養指導・絵本の読み聞かせをしています。(1回/4か月)

対象者 2歳の親子

場所 町総合文化ホール



知って得する

子どものフットケア

三朝町では3歳児健診・5歳児健診でフットケアトレーナーによる子どもの足計測と靴の選び方等のアドバイスを行っています。お子さんの足の特徴を正しく知る良い機会ですよ。

靴の正しい履き方

- ①テープをはがして
- ②靴を履く
- ③かかとをトントン
- ④テープをギュ〜



ちょっと一息

保健師さんのホンネ本音

産後のお母さんは、ホルモンバランスが崩れがち。些細な事で涙が出たり、イライラしたり。子どもの成長に喜びを感じる一方、自分の身体と心がコントロールできない中で正解のない子育てに不安になったり心配したりしがちです。そんな時に大事なのが、パートナーをはじめとする家族の存在です。誰かに「頼れる」「任せられる」という事は大きな支えになります。家族に「甘える」「甘えられる」存在になることが大切です。



健診・予防接種編

なぜ健診・予防接種を受けるの？

感染症予防に
欠かせない
『予防接種』

予防接種(ワクチン)は、かかると重症になったり、重い後遺症が出ることも多い感染症に對して行うものです。「ワクチンデビュー」は2か月から」とされているとおり、生後すぐからのワクチン接種により赤ちゃんの感染症を防ぐ事ができます。赤ちゃんが胎盤を通

してお母さんからもらった免疫により、防げる感染症もあります。が、時間の経過とともにお母さんからの免疫だけでは太刀打ちできなくなり。予防接種の対象となる感染症は、赤ちゃんがかかる

と重症化したり、まれに重い後遺症が残ったり、最悪の場合は死に至ることもある怖い病気です。赤ちゃんや子どもの健全な成長のために予防接種は欠かせないもの。その意味や内容をよく理解して、積極的に受けましょう。

予防接種には「接種の望ましい時期」がありますので、適切な時期に接種することを心がけましょう。

予防接種の受け方については保健師による産後の「赤ちゃん訪問」で詳しくお伝えします。



栄養士さんからの

ワンポイントアドバイス

子どもの食事、大丈夫ですか？

「落ち着いて食べない」、「食べムラがある」、「好き嫌いが多い」など幼児期の食事の困りごとは様々。まず振り返ってほしいことは、食事の時間にお腹が空いているかどうか。3歳児と大人の胃では約4倍も大きさが違うので、おやつとの時間と量、牛乳、ジュースやお茶の摂りすぎが、お腹の空かない原因に。また、身体を使った遊びで生活リズムを整えることも大切です。

大人と子どもの胃の大きさの違い

その差約4倍！

大人
1,500ml
コップ
約7.5杯分

子ども
(3歳児の場合)
350ml
コップ
約1.5杯分

子どもはジュース1杯ほどでお腹が満腹に！

支援事業紹介



乳幼児健康診査(集団健診)

- 6か月健診(1回/3か月)
対象者 5か月〜7か月児
- 1歳半健診(4回/年)
対象者 1歳半〜2歳児
- 3歳児健診(4回/年)
対象者 3歳〜4歳児
- 5歳児健診(3回/年)
対象者 5歳児



乳幼児健康診査(個別健診)

- 3〜4か月健診
対象者 3か月〜4か月児
- 9〜10か月健診
対象者 9か月〜10か月児



定期予防接種

- ヒブワクチン
●細菌性髄膜炎などの感染症の重症化予防
肺炎球菌ワクチン
●細菌性髄膜炎などの感染症の重症化予防
- B型肝炎・B型肝炎の予防
対象者 生後2か月〜1歳未満
- BCG・結核の予防
対象者 生後3か月〜1歳未満
- 4種混合ワクチン
●ジフテリア、百日せき、破傷風、ポリオの予防
- 2種混合ワクチン
●ジフテリア、破傷風の予防
- MRワクチン・麻疹、風しんの予防
対象者 I期：満1歳〜2歳未満
II期：保育園長児
- 水痘・水ぼうそうの予防
対象者 1歳以上〜3歳未満
- 日本脳炎・日本脳炎の予防
対象者 I期：生後6か月〜7歳半未満
II期：9歳〜13歳未満
- 子宮頸がんワクチン
●HPVによる子宮頸がんの発症予防
対象者 中学校1年生から高校1年生の女子



無料

お問い合わせ

健康福祉課

インフルエンザ助成事業

インフルエンザ予防接種費用を助成します。
(助成額：費用の1/2。上限額：1500円/回。接種費が1500円に満たない場合は接種費が上限。0歳〜就学前2回/年、小・中学生1回/年)

対象者 生後6か月〜小学校就学前のお子さん
小・中学生
場所 医療機関

おたふくかぜ予防接種費用助成

おたふくかぜ予防接種費用を助成します。
(助成額：費用の1/2。上限額3千円)

ロタウイルスワクチン 予防接種費用助成

ロタウイルスワクチン予防接種費用を助成します。(助成額：費用の1/2。2回接種上限6500円/回、3回接種上限4000円/回)

対象者 2回接種：生後6週〜24週まで
3回接種：生後6週〜32週まで
場所 医療機関

食育編

栄養士さんの
ホンネ
本音

食育のスタートっていつでしょう？
赤ちゃんがお母さんにしっかりと抱かれ、見つめ合いながらお乳やミルクを飲む頃から、赤ちゃんは安心や愛情を感じています。そして離乳食は、ぜひ手作りでおいしいねって声をかけながら。単に栄養素だけでなく、ゆつたりとした食事環境の中で、心の栄養補給の時間にしてほしいですね。

こども園・保育園編

こども園・保育園って どんなところ？

TALK&TALK — 野村家の場合 —

保育園デビュー！
その準備と心得

育児休暇が終わり、職場復帰が迫ってくる
と、お子さんが保育園デビューする日も近づいてきますね。でも、いざ子どもを預けるとなると何を準備して、どんな集団生活をさせるのかなどお悩みのご家庭も多いのでは？
野村家を例に、三朝町のこども園・保育園を見てみましょう。

浩二：いずみも今年で3歳だね。そろそろ集団生活に慣れさせた方がいいんじゃない？

美咲：そうね。三朝町にはこども園と保育園があるけど、どう違うのかな？

ラドン：こども園は、就労等の有無に関わらず、3歳から幼児教育を受けることができるのよ。また、保育園では特別な保育に取り組んでいるのよ。

美咲：へえ。でも、通うとなると保育料は家計の負担になるわねえ……

ラドン：心配なく！国の幼児教育・保育無償化に加えて、三朝町は第2子以降の保育料が無料など、県内でもトップクラスの経済的支援をしている自治体のラッ！

浩二：じゃあ！いずみは第2子だから保育料は無料なの？

ラドン：もちろんラッ！

美咲：すごい！3人目も4人目も無料なのね！……

浩二：!? □×\$¥



みささこども園

賀茂保育園

竹田保育園



歩くことで四季の自然や社会に触れ、五感を開き体で学ぶ直接体験を通じ、心豊かたくたくましい子どもの成長を目指して「歩育」に取り組んでいます。

論語の心地よい言葉の響きに触れながら、楽しくよく学ぶこと、よい友を持つこと、理想とする人の姿など心に触れる論語教室に取り組んでいます。

緑豊かな地域の自然を舞台とした体験保育を取り入れ、四季の表情に出会いながら、生まれた地域を知り、大切に思う心を養う取り組みをしています。

支援事業紹介

みささこども園

就学前の教育・保育を一体化した保育施設と、地域の子育て支援施設が併設された子育て拠点施設です。利用料・所得に応じて費用負担あり

対象者 0歳児(生後57日)から小学校就学前までの児童
お問い合わせ みささこども園

賀茂保育園

指定管理者制度を活用し、論語教室や多様な体験活動など特色ある保育を行っています。利用料・所得に応じて費用負担あり

対象者 0歳児(生後57日)から小学校就学前までの児童
お問い合わせ 賀茂保育園

竹田保育園

豊かな自然に恵まれた環境を活かした里山保育や地域住民の方との交流を通して、心豊かな生活体験を育んでいます。(利用料・所得に応じて費用負担あり)

対象者 0歳児(生後57日)から小学校就学前までの児童
お問い合わせ 竹田保育園

病児保育

病気等の急性期に集団保育が困難になり、保護者の養育が困難な場合に、一時的に保育及び看護するものです。(利用料：1500円/日 ※診察費は別途)

対象者 保育所等に
入所している児童
場所 さくらきり園(厚生病院内)
お問い合わせ きりぎり園・町民課

病後児保育

病気の回復期にある児童が集団保育の困難な期間、一時的に保育及び看護するものです。(利用料：5000円/日)

対象者 保育所等に
入所している児童
場所 すくすく園(野島病院内)
お問い合わせ すくすく園・町民課

休日保育・休日一時預かり

急な事情等により休日に家庭での保育が困難な児童に対して、保育所で児童を預かります。(利用料：休日保育：無料、休日一時預かり：2500円/日)

対象者 保育を必要とする児童
場所 パパール園
お問い合わせ パパール園・町民課

一時預かり保育

保護者が急病や冠婚葬祭などで育児が困難な場合、一時的に保育所において預かります。(利用料：3歳未満児：2千円/日、3歳以上児：1300円/日)

対象者 保育所等に
入所していない児童
場所 みささこども園・賀茂保育園
お問い合わせ みささこども園・賀茂保育園

延長保育

保護者の勤務等で、通常保育(教育時間)以外に保育が必要な児童を預かります。(利用料：2000円〜4000円)

対象者 町内保育所等に
入所している児童
場所 みささこども園・賀茂保育園・竹田保育園
お問い合わせ 町民課



園生活編

保育士さんのホンネ本音

笑顔がいつぱい
あたたかい保育を
三朝町では、子どもの心に添って保育をし、親の心になって就労支援、子育て支援をしていくことを一番に考えています。

子どもは豊かに伸びゆく可能性を秘めています。『今』を最も良く生き、望ましい未来を創り出す力の基礎を培うことが保育です。

一人ひとりに向き合い、保護者の皆さんとの信頼関係の中で、心身の健やかな成長と人格形成の芽生えを大切に育てていくことを心掛けています。

子育て支援情報編



ひとりでお悩んでいませんか？

子育ての悩み
抱え込まずに、まずは相談

子育てに悩みはつきもの。とはいっても子どもの成長や発達など誰に相談してよいのか分からないものもあるかもしれません。

でも、悩んでいるときこそ、心に寄り添ってくれる友達や支援者とお話ができて、悩みが共有できる場所が必要だと思いませんか？

地域子育て支援センターでは、先輩ママや、同じ境遇のママたちと気軽に話ができます。「自分だけじゃない」「そうそう、あの時はねえ……」など共感できることがきつとあると思います。

あなたの心が少しでも軽くなるよう保健師をはじめ、栄養士や経験豊かな子育てサポーターへ悩みを相談してみたいかがでしょうか。

子育てを頑張るお母さんへ!!



すべてを完璧になんてムリですよ。ひとりで悩まないで、家族や仲間に相談して助けてもらいましょう。

子育ては、お母さんの体調管理をまず考えて。たまには、お母さんもストレス発散をしつづけるつもりが、子どもの言動に影響することも忘れずに。

「ありがとう」を忘れずに！
感謝の言葉は癒しの言葉ですよ。

お母さんとの会話を大切に！
子育ては家族でするものです。

お母さんのストレス発散に協力！
たまには子育てから解放してあげましょう。

パートナー & 家族の方へ

子育ての悩みは言いつらいものです。
お母さんの「困ったサイン」を見逃さないで。



支援事業紹介

……無料

産前・産後ヘルパー事業

産前産後に家事などの支援が受けにくい家庭へ、ヘルパーが家事のお手伝いをします。

対象者 産前2か月〜産後4か月
お問い合わせ 健康福祉課

産後母子支援事業

出産後、心身の休養が必要な場合に医療機関で産後のケアを受けることができます。(宿泊型/デイサービス型)

対象者 生後4か月までの母子
場所 打吹公園クリニック
お問い合わせ 健康福祉課

ブックスタート事業

赤ちゃんとお母さんに絵本を手渡し、絵本を通して親子のふれあいを応援します。

対象者 乳児
場所 6か月児健診会場
お問い合わせ みささ図書館

ブックセカンド事業

民生児童委員が1歳の誕生日を迎えるお子さんのいる家庭に絵本をプレゼントします。

対象者 1歳児
お問い合わせ 健康福祉課

お話し読み聞かせ

子どもたちの心にはなしを届け、興味を広げ、読書のきっかけづくりを応援しています。

対象者 乳幼児〜中学生
場所 町内各所で随時
お問い合わせ みささ図書館

ファミリー・サポート・センター事業

保護者が仕事と子育てを両立できるよう、相互会員を組織し、子育ての援助活動を行っています。(利用料:500円/時間)

対象者 生後8週から小学校6年生までのお子さん
お問い合わせ 町民課

子育て支援短期利用事業

保護者が病気、仕事等により、児童の養育が一時的に困難な場合等に、児童養護施設において一定期間養育・保護します。(ショートステイ/ファミリーライクステイ。利用料:世帯の住民税課税状況による)

対象者 18歳未満の方
場所 因伯子ども学園
お問い合わせ 町民課

母子家庭等日常生活支援事業

ひとり親家庭の保護者が自立促進や社会的事由及び疾病等により、一時的に介護、保育等が必要な世帯に家庭生活支援員を派遣します。(利用料:世帯の住民税課税状況による)

子育て・親育ち講座

家庭・地域教育力を上げるため、子育てに関する学習の機会や相談の場を提供しています。(現在、小学校・中学校はPTA、保育園は保護者会の研修会を支援しています。)

対象者 保育園〜中学校の保護者
場所 保育園・小学校・中学校
お問い合わせ 社会教育課

子育てあつぷ講座

「やさしくたくましい三朝の子ども」を育てるために、家庭教育に必要な学習・体験活動の機会を提供します。

対象者 乳幼児の保護者
場所 地域子育て支援センター
お問い合わせ 健康福祉課

動画で見れます!



今回は「アロマセラピー」をご紹介します



児童相談所
全国共通ダイヤル
いち は やく
189

児童相談所をご存知ですか？児童相談所とは、子どもの健やかな成長を考え、問題を解決していく県の専門の相談機関です。

世間では虐待から子どもを守る保護施設だとイメージされがちですが、実は虐待行為だけでなく、子どもの発達や養育、家族の問題など様々な相談を受け、市町村の要保護児童対策担当部局と連携を図りながら、子どもの家庭支援に取り組んでいます。

子育て支援・相談サービスの紹介

- 健康福祉課** ●TEL/0858-43-3520(直通)
母子保健の保健師さんと栄養士さんが相談にのってくれます。
●月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
- 地域子育て支援センター** ●TEL/0858-43-5772
経験豊かな支援員(有資格者)がお待ちしています。ママ友交流もあります。
●月～金曜日 9:00～14:00 (祝日・年末年始を除く)
- ファミリー・サポート・センター** ●TEL/0858-43-5772
保護者が仕事と子育てを両立できるよう、援助活動を行っています。
●月～金曜日 9:00～15:00 (祝日・年末年始を除く)
※15:00以降は町民課 (0858-43-3505)へ

- 児童家庭支援センター「くわの実」** ●TEL/0858-24-6306
専門スタッフや臨床心理士さんが相談にのってくれます。
●月～金曜日 8:30～17:30 (祝日・年末年始を除く)
- 倉吉児童相談所** ●TEL/0858-23-1141
子どもの様々な相談に応じ、専門診断や養育支援を行っています。
●月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
※虐待などの緊急時には24時間対応【児童相談所全国共通ダイヤル:189(いちはやく)】
- 男女共同参画センター「よりん彩」** ●TEL/0858-23-3901
夫婦関係や人間関係などの悩み相談に専任の相談員が対応しています。
●火～日曜日 9:00～17:00 (土・日・祝日相談可能/月・年末年始は休館日)

経済支援・手当編

産前・産後の支援

仕事と子育ての両立に心強い味方！



産前・産後の支援制度を活用しよう

産前・産後の経済的支援というと漠然としてイメージがつかずお困りのご家庭も多いのではないのでしょうか？

ここでは、産前から産後まで受けることのできる助成などの制度について★橋谷家の場合を交えて見ていきます。(左頁参照)

産前・産後休暇の制度について

出産を控えた又は出産後の女性労働者は、事業主に申請すれば休業することができます。

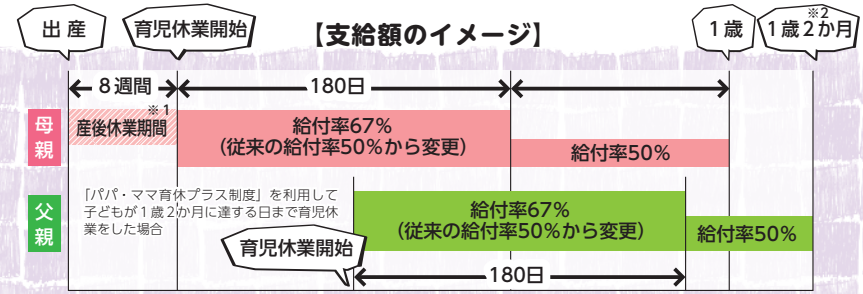
- 産前休業
出産予定日の6週間前(双子以上の場合は14週間前)から請求すれば取得できます。
- 産後休業
出産の翌日から8週間は就業することができません。ただし、産後6週間を経過後に本人が請求し、医師が認めた場合は就業することができます。

出産育児一時金について

出産育児一時金は、被保険者及びその被扶養者が出産された時に保険者に申請されると1児につき42万円が支給されます(産科医療補償制度に加入されていない医療機関等で出産された場合は40.4万円となります)。
※多胎児を出産したときは、胎児数分だけ支給されます。

育休手当制度について

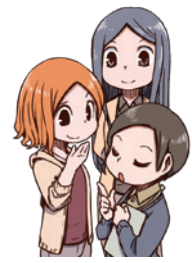
1歳(延長事由に該当する場合は1歳6か月)に満たない子を養育するために育休休業を取得するとき、一定要件に該当する雇用保険の被保険者に対して支給されます。



TALK&TALK

橋谷家の場合

美咲：橋谷さん家は共働きですよな？
れん：うちの会社は、産前産後の休暇制度や一時金や各手当など、女性が働きやすい環境づくりに取り組んでいるから、安心して子育てに集中できるの。
みのり：事業主には、法律で定められた母性健康管理のための措置が義務づけられていますし、最近の企業の風潮として、橋谷さんのような優秀な女性社員が会社を退職してしまうのは「企業の損失」だと捉える会社も増えているんですよ！
れん：あら？みのりん、上手いこと言っわね。
みのり：産前・産後の休暇制度や一時金・手当については右(53ページ)のページがよ。



支援事業紹介

お問い合わせ 健康福祉課

不妊治療費助成

特定不妊治療
特定不妊治療を受けた夫婦に対し、保険適用外の治療費の一部を助成します。(助成額：鳥取県の人工授精助成金の1/2の額。上限5万円/年度で通算2年度まで)
対象者 三朝町に1年以上居住されている夫婦
人工授精
人工授精を受けた夫婦に対し、保険適用外の治療費の一部を助成します。(助成額：鳥取県の人工授精助成金の1/2の額。上限5万円/年度で通算2年度まで)
対象者 三朝町に1年以上居住されている夫婦(鳥取県の人工授精助成金の交付決定を受けた方に限る)

妊婦・産後健康診査費助成

場所 県指定医療機関
対象者 妊産婦
産後・1か月児健診費助成
産後1か月頃に受診した健診費用のうち、保険適用外の費用を助成します。(助成額：保険適用外費用の1/2。産後上限額1500円、1か月児2300円)
※産後健診は、委託医療機関外での受診の場合に限る。

未熟児養育医療

場所 医療機関
対象者 入院治療を必要とする未熟児
入院を必要とする未熟児に対し、治療に必要な医療費の一部を、1歳の誕生日を迎える前日まで助成します。
(世帯の所得に応じて自己負担あり)

妊婦等風しんワクチン助成

ワクチン接種費用を助成します。(助成額：費用の2/3。麻しん風しん混合(MR)ワクチン上限額8千円・風しん単原ワクチン上限額5500円)
対象者
・妊娠を希望する女性のうち風しん抗体価の低いもの
・妊娠している女性(検査で確定診断を受けた風しん既往歴がある者を除く)の配偶者及び同居者
・妊娠を希望する女性・風しん抗体価の低い者に限る。(の同居者であつて、風しん抗体価の低いもの)

経済的支援メニューの活用を！

子育ての経済的支援はどんなものがあるの？手続きはどこに申請すれば良いの？といった声をよく耳にします。子どもの成長とともに、子育てへの経済的負担は増すばかり。不安を抱えるご家庭も多いでしょう。
三朝町では、様々な経済的支援・手当等を活用していただき、経済的負担と心の負担軽減を目指し、サポートしていきますのでお気軽にご相談ください。

お問い合わせ 町民課

それぞれの家庭にあった活用法を見つけよう！

子育てにまつわる経済支援

TALK & TALK

— 野村家の場合 —

「子どもをちゃんと育てたい」ご家族なら誰でも、成長と共に子育てにかかる費用負担に悩む方も多いはず。

そこで、心強い助けになるのが子育てに関する経済支援です。

三朝町の経済支援メニューをしっかりと活用し、元気なみささっ子を育てましょう！

美咲：もうすぐあゆむは中学生だし、いずみは保育園に入園かあ。子どもたちにはいろいろな経験をさせてあげたいわ。

浩：二：そっだね。あゆむの友達も習い事に通ってる子が多いみたいだし……。でも、子育て家庭って何かと出費が多いし、経済的にも負担を感じる部分で成長とともに大きくなる……。

美咲：そうですね。経済的負担を軽減するため、三朝町では様々な支援事業を展開しているのよ！

浩：二：へえ。児童手当は知ってるけど、三朝町独自の経済的支援も充実してるね。でも、手続きとか面倒そうだし、意外と知らない人も多いんじゃない？

美咲：それぞれの家庭環境に応じた支援制



度があるのね。みのり保健師さんに相談しなきゃ！

浩：二：しっかり活用して元気なみささっ子を育てるのよ！

育児支援の諸手当の手続きは大丈夫ですか？

種別	制度概要	対象者	助成内容・条件
児童手当	中学校修了前までのお子さんを養育している方へ手当を給付します。	中学校修了前のお子さんを養育している方。	・0～3歳：15,000円/月 ・3歳～小学生：10,000円/月 （第3子以降は15,000円/月） ・中学生：10,000円/月 ※所得超過世帯一律5,000円/月
児童扶養手当	父母の離婚などでひとり親家庭等になったお子さんに、生活の安定と自立を図る手当です。	ひとり親家庭等で18歳以下のお子さんを養育している方。	助成額はお問い合わせください。なお、所得制限があります。
特別児童扶養手当	在宅の精神または身体に一定の障がいがあるお子さんに手当を支給し、福祉の増進を図ります。	精神・身体に一定の障がいがある20歳未満のお子さんを養育している方。	助成額はお問い合わせください。なお、所得制限があります。

【お問い合わせ】町民課
TEL: 085814313505

支援事業紹介

保育料の軽減

平成27年度より、第2子以降のお子さんの保育料を無償化し、子育て世代の経済的負担を軽減しています。

対象者

保育所等に
入所している児童

お問い合わせ 町民課

特別医療費助成事業

出生から中学校修了までの児童等に対して医療費(保険適用分)の負担上限額を超えた部分を助成します。(負担上限額：通院530円/1日、入院1200円/1日。全額助成：院外薬局)

対象者

出生から18歳到達後最初の
3月31日までのお子さん

お問い合わせ 健康福祉課

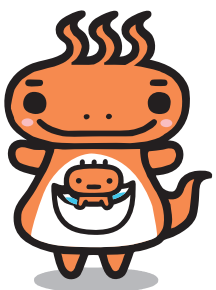
チャイルドシート 購入費補助事業

1歳未満児を養育する保護者に、チャイルドシートの購入費を助成します。(助成額：購入費の1/2。上限額1万円)

対象者

町内在住の1歳未満児を養育する保護者でチャイルドシートを新規に購入された方

お問い合わせ 町民課



ひとり親家庭児童 入学支度金

小中学校に入学する児童のいるひとり親家庭へ給付します。(給付額：2万円/1人)

対象者

所得税非課税で小中学校に
入学する児童のいるひとり親家庭

お問い合わせ 町民課

三朝町すこやか乳幼児 家庭保育応援事業

保育所等を利用せず、家庭で保育を行う世帯(育児休業給付金の非受給家庭)へ補助金を交付します。(給付額：3万円/月)

対象者

0歳～生後57日目から2歳までの乳幼児を家庭で保育する世帯

お問い合わせ 町民課

全国大会等参加費補助事業

中国大会以上のスポーツ・文化大会、コンクールに出場する児童生徒等に対し補助金を交付します。(助成額：費用の1/2。全国大会規模 上限2万円、中国大会規模 上限1万円)

対象者

町内に住所を有する者等

お問い合わせ 社会教育課

遠距離通学費補助事業

遠距離通学の小学生および中学生に係る通学費の一部を助成します。

対象者

通学距離が2km以上ある
小学生・中学生

窓 □ 小学校、中学校

お問い合わせ 教育総務課

高校生等通学費補助事業

高校生等の通学費に係る費用の一部を助成します。

対象者

高校生等

お問い合わせ 教育総務課

三朝町奨学資金貸付制度

経済的理由で学費支弁が困難と認められる高校生を対象に奨学資金貸付を行っています。(貸付額：2万円/月。※貸付利率なし)

対象者

町内在住の高校生

お問い合わせ 教育総務課

準要保護児童生徒援助事業

家庭の経済的な理由により、就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に対して必要な費用の一部を援助します。

対象者

小学生・中学生の保護者

窓 □ 小学校、中学校

お問い合わせ 教育総務課

特別支援教育 就学奨励費補助事業

特別支援学校及び特別支援学級に在籍する児童・生徒の保護者の経済的負担を軽減するため、就学に必要な経費の一部を助成します。

対象者

小学生・中学生の保護者

窓 □ 小学校、中学校

お問い合わせ 教育総務課

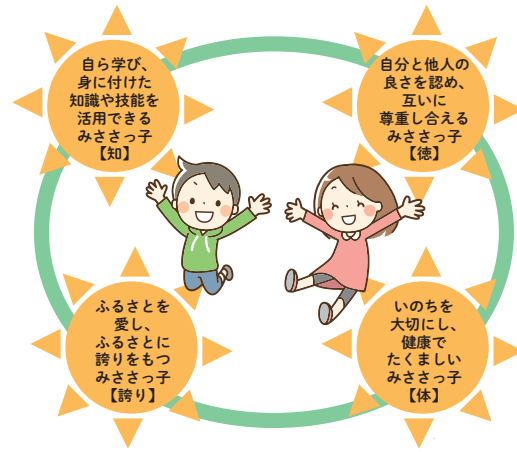
健全育成支援編

『みささっこ』の健やかな成長を目指して

新しい時代を
生き抜く力を
育成するまち

三朝町では、『夢と希望をもちふるさとを愛するやさしくたくましいみささっ子の育成』を基本理念に、幼児期から義務教育まで、保育所・こども園・家庭・学校・行政が一体となって子どもたちを育てていくため、『みささっ子の育成に特化したビジョン』を策定しています。

基本理念
夢と希望をもちふるさとを愛する
やさしくたくましいみささっ子の育成
目指す子ども像



中学生の in フランス & 台湾 海外交流事業

本町では、これからのグローバル社会を生き抜く国際色豊かな『みささ人』を育てるため、時代を担う子どもたちを積極的に海外へ派遣し、相互交流の発展を推進しています。



訪問先

中学生手作り訪仏事業

本町と友好姉妹都市提携をしているラマルー・レ・パン町へ、中学生による訪問団を毎年派遣しています。
フランス/ラマルー・レ・パン町交流（ホームステイ、学校訪問、世界遺産見学など）

台中市石岡区相互交流事業

本町と交流促進協定を締結する台湾台中市石岡区との間で、異なる文化を学びながら多様な環境を理解できる子どもたちを育てるため、中学生の相互派遣を毎年行っています。
台湾/台中市石岡区交流（ホームステイ、授業交流、台中市内体験活動など）

参加費 海外旅行保険代、食事代などは実費 **派遣団員選考** 面接及び作文試験あり

【お問い合わせ先】教育総務課 TEL：0858-43-3510

支援事業紹介

……無料

がん教育・禁煙講演会

がん専門医・禁煙指導医を講師に、小中学校で講演会を開催しています。

場 所 小学校・中学校
お問い合わせ 健康福祉課

食育推進事業（教委）

栄養教諭や町栄養士を中心に、保育所・学校・家庭・地域と連携しながら食の大切さを伝えます。

対象者 園児・小学生・中学生
お問い合わせ 教育総務課

みささする実践交付金

将来の三朝町を担う中高生が取り組む研究活動等に対して助成します。（補助率：4/5。限度額：30万円）

対象者 中学生・高校生
お問い合わせ 企画課

放課後児童クラブ

放課後の家庭保育が困難な小学校6年生までの児童に、遊びと生活の場を提供しています。（利用料：4千円/月、同時利用は2人目半額、長期休暇は加算あり）

対象者 小学生
場 所 三朝西学童クラブ、三朝東学童クラブ、三朝南学童クラブ
お問い合わせ 教育総務課

みささ青空体験塾

地域の方の協力により、子どもたちに町内外の豊かな自然を活用した野外体験活動などを提供しています。※年会費あり（原則毎月第3土曜日）

対象者 小学生
窓 口 NPO法人里山地域研究会
お問い合わせ 社会教育課

三朝町・城陽市文化スポーツ交流事業

本町の姉妹都市である京都府城陽市の小学生と文化・スポーツ交流を行っています。※食費等実費

対象者 小学生
場 所 三朝町・城陽市
お問い合わせ 社会教育課

青少年劇場開催事業（青少年巡回公演）

児童生徒を対象に、優れた芸術を鑑賞する機会を等しく提供し、豊かな情操を培い健全な育成を支えます。

対象者 小学生・中学生
場 所 町総合文化ホールほか
お問い合わせ 社会教育課

心の教室相談員設置

心の教室相談員を配置し、生徒の学校生活の不安や悩み相談を月・水・金に実施しています。

対象者 中学生
場 所 三朝中学校
お問い合わせ 教育総務課・三朝中学校

中部子ども支援センター事業

不登校児童生徒に対して学校生活への復帰支援を行っています。（鳥取県教育委員会が運営する不登校・引きこもりの青少年の学校復帰・社会参加の支援のための教育支援センター「ハートフルスペース」の利用相談にも応じます。）

対象者 小学生・中学生
場 所 中部子ども支援センター
お問い合わせ 教育総務課

小学校
就学前の
あれこれ

6歳になるといよいよ小学校入学ですね。そのために、三朝町では小学校就学前から入学のお手伝いをしています。

就学児健診は、毎年秋頃に実施され、入学前の親子が初めて学校側と接触する場となります。子どもの健康状態や発育に気になることがある場合は、健診時に学校側に伝えましょう。また、2月頃には、体験入学や保護者説明会が開催されますので、入学に向けて十分な事前準備をしておきましょう。



障がい児への支援編

子どもの特性にあった成長を支援

子どもは一人ひとり違います

顔や性格がそれぞれに違うように子どもの特性もそれぞれです。また、「障がい」といっても、身体の機能的なものから、脳の機能や特性によるものなど様々です。



障がいは体質のような個性の一部のようなものであって、苦手なところ、上手くないところ、上手いところは支援するくことによって、上手くいくようにし、得意なところはどんどん伸ばしていく。このように一人ひとり異なる子どもの特性に合わせた支援をすることは、障がいの有無にかかわらず大切なことです。

子どもの様子で気になることがあれば、子どもとの関わり方を工夫したり、生活習慣を見直してください。もし、対応に困ったり悩んだりしたときは身近な支援者（保育士、学校教諭、保健師など）に相談しましょう。



障がい児支援への取り組み

発達障がいのあるお子さんは、コミュニケーションや注意・集中の困難さ、感覚の問題など特有の困難を抱えており、成長段階に寄り添って個別の支援が行われることが必要です。

そのため、障がい児通所支援（児童発達支援・放課後等デイサービスなど）を利用する前に障がい児支援利用計画を作成し、通所支援開始後、一定期間ごとにモニタリングを行う等の支援を行っています。

また、当事者の特性を周囲に理解してもらうための「サポートブック」作成の支援も行っています。

支援事業紹介

お問い合わせ 健康福祉課

障がい児通所支援

児童発達支援

日常生活基本的動作指導、知識技能の付与、集団生活への適応訓練等を行います。（利用料：世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある

小学校就学前のお子さん

場所 各サービス提供事業所

医療型児童発達支援

日常生活基本的動作指導、知識技能の付与、集団生活への適応訓練等および医療的な治療を行います。（利用料：世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある18歳未満の方

場所 各サービス提供事業所

放課後等デイサービス

就学児に対し、生活能力の向上に必要な訓練等を行います。利用料：世帯の住民税課税状況による。

対象者 障がい等のある小学生、18歳未満の方

場所 各サービス提供事業所

保育所等訪問支援

支援員が保育所等を訪問し、集団生活への適応のための専門的な支援を行います。（利用料：世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある18歳未満の方

場所 各サービス提供事業所から対象保育所等

インフルエンザ助成事業

インフルエンザ予防接種費用を助成します。（助成額：費用の1/2。上限額：1500円/回・1回/年）

対象者 16歳～18歳で次の手帳をお持ちのお子さん

- ・身体障害者手帳1・2級
- ・精神障害者手帳1級
- ・療育手帳A

場所 医療機関

自立支援医療（育成医療）

心臓手術等、高額となる医療費を助成します。（負担額：医療費の1割（上限あり）、世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある18歳未満の方

場所 指定医療機関

補装具の給付

身体障がいがある児童の義肢、車いす、補聴器等の購入、修理費用を支給します。（支給額：世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある18歳未満の方

日常生活用具の給付

日常生活の便宜を図るための用具（特殊マット、訓練いす、訓練用ベッド、頭部保護帽、移動・移乗支援用具、人工内耳用電池等）を給付します。（利用料：世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある18歳未満の方

日中一時支援事業

日中における活動の場を確保し、見守り等の支援を行います。利用料：世帯の住民税課税状況による。

対象者 障がい等のある18歳未満の方

場所 各サービス提供事業所

移動支援事業

買い物や余暇活動などの外出に付き添いを行います。（利用料：世帯の住民税課税状況による）

対象者 障がい等のある18歳未満の方

ちょっと一息

ペアレントメンターってなあに？

鳥取県では、発達障がいのある子どもと家族の支援に取り組んでおり、そんなご家族の支援のひとつとしてペアレントメンターの紹介を行っています。

ペアレントメンターとは、主に自閉症や発達障がいのある子どもを持ち、研修を受けた先輩保護者のことです。同じ親としての視点を大切にし、子育ての悩み相談や情報提供、子どもの障がい理解や支援を行います。子どもの発達が気になる方は、ご相談されてみてはいかがでしょうか。



A



みさき町
子育て支援
マップ

B



倉吉・湯梨浜エリア KURAYOSHI & YURIHAMA

- ① きらきら園 (病児保育) Tel.0858-23-3321 倉吉市東昭和町150
- ② すくすく園 (病後児保育) Tel.0858-22-6231 倉吉市瀬崎町2714-1
- ③ パパール園 (休日保育) Tel.0858-26-0211 倉吉市山根425-3
- ④ 鳥取県立厚生病院 Tel.0858-22-8181 倉吉市東昭和町150
- ⑤ 中部休日急患診療所 Tel.0858-22-5780 倉吉市旭田町18
- ⑥ まっぴだ小児科医院 Tel.0858-22-2959 倉吉市新町3丁目1178
- ⑦ 岡本小児科医院 Tel.0858-22-1051 倉吉市昭和町1丁目61
- ⑧ 平本小児科医院 Tel.0858-26-0535 倉吉市山根637-6
- ⑨ こどもクリニックおんだ Tel.0858-47-5181 湯梨浜町田後340-5
- ⑩ アロハこどもクリニック Tel.0858-35-5474 湯梨浜町はわい長瀬549-14
- ⑪ 打吹公園クリニック Tel.0858-22-3790 倉吉市仲ノ町770
- ⑫ あけしまレディースクリニック Tel.0858-22-6311 倉吉市幸町507-18
- ⑬ レディースクリニックひまわり Tel.0858-47-6060 倉吉市南昭和町27-1

- ⑭ 倉吉児童相談所 Tel.0858-23-1141 倉吉市宮川町2丁目36
- ⑮ 鳥取県中部療育園 Tel.0858-22-7191 倉吉市南昭和町15
- ⑯ 「エル」発達障がい者支援センター Tel.0858-22-7208 倉吉市みどり町3564-1
- ⑰ 倉吉東こどもの発達デイサービスセンター Tel.0858-48-1605 倉吉市上井781-1
- ⑱ 児童家庭支援センター「くわの美」 Tel.0858-24-6306 倉吉市山根583-3
- ⑲ 男女共同参画センター「よりん彩」 Tel.0858-23-3901 倉吉市駄経寺町212-5

三朝エリア MISASA

- ① みささこども園 Tel.0858-43-5770 横手37-1
- ② 賀茂保育園 Tel.0858-43-0555 本泉916

- ③ 竹田保育園 Tel.0858-44-2183 穴鴨201-1
- ④ 三朝小学校 Tel.0858-43-0001 大瀬1170-1
- ⑤ 三朝中学校 Tel.0858-43-1397 本泉430
- ⑥ 三朝西学童クラブ Tel.0858-43-0003 本泉510
- ⑦ 三朝東学童クラブ Tel.0858-43-1939 片柴913
- ⑧ 三朝南学童クラブ Tel.0858-44-2535 穴鴨168-1
- ⑨ 地域子育て支援センター Tel.0858-43-5772 横手37-1
- ⑩ ファミリー・サポート・センター Tel.0858-43-5772 横手37-1
- ⑪ 鳥取県中部医師会立三朝温泉病院 Tel.0858-43-1321 山田690
- ⑫ 吉水医院 Tel.0858-43-3232 本泉419-1
- ⑬ 湯川医院 Tel.0858-43-3399 三朝967-1
- ⑭ ヤチグチ歯科医院 Tel.0858-43-2255 大瀬1195-3
- ⑮ ララ歯科クリニック Tel.0858-43-2221 大瀬1076-4

