

子育てホッとマップ 12号の主な変更点

(令和6年度～)

名称や問合せ先の変更

- ・こども家庭課が「子育て支援課」(26-8836)と「こども未来課」(22-1363)になりました。
窓口は市役所 1 階です。

子育てへの助成

28～

- ・「出産・子育て応援給付金」のQRコードが追加されました。

いろいろな子育て支援

33～

- ・「子ども家庭総合支援拠点」と「子育て世代包括支援センター」を統合した「こども家庭センター」が設置されました。

詳しくは「白石市 子育て支援サイト」をご覧ください。

しろいし子育てハンドブック



▲ 子育てホッとマップ

子育て ホッとマップ

12号更新版



白石市地域子育て支援センターキャラクター
「あいあい」

子どもと出かける 2

子どもを預けたいとき 14

子どもの健康・医療 22

子育てへの助成 28

いろいろな子育て支援 33

障がいのある子どもの支援 38

市内ガイドマップ 40

子育て豆知識 44

宮城県白石市

子育てホッとマップ もくじ

子どもと出かける

2

地域子育て支援センター・・・2 屋内遊び場・・・5 公園・・・6 学び・お役立ちスポット・・・10
親子の集い・仲間づくり・・・11 しろいし赤ちゃんの駅... 12

子どもを預けたいとき

14

子ども・子育て支援制度... 14 保育園・小規模保育事業所... 15 幼稚園・認定こども園... 17
認可外保育施設・放課後子ども教室... 18 児童館・放課後児童クラブ... 19
しろいしファミリーサポートセンター... 20 一時預かり事業... 21

子どもの健康・医療

22

乳幼児健康診査・相談... 22 予防接種... 23 医療機関リスト... 24
休日・夜間に受診を迷った時... 27

子育てへの助成

28

母子健康手帳別冊による費用助成・妊婦歯科健康診査・未熟児養育医療・・・28
出産育児一時金・誕生祝い金・すくすくベビー券 出産・子育て応援給付金・・・29
児童手当・子ども医療費助成・就学援助制度... 30 小学校入学祝い金・みやぎ子育て支援パスポート・幼児教育・保育の無償化... 31 保育料負担の軽減・子育て支援サービス利用料助成... 32

いろいろな子育て支援

33

通所施設「白石市ひこうせん」・すこやかファイル... 33
子育て支援コーディネーター（利用者支援事業）・こども家庭センター... 34
しろいし子育てアプリ... 35 児童扶養手当・母子・父子家庭医療費助成... 36
様々な支援・相談窓口・子育て応援住宅... 37

障がいのある子どもの支援

38

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳の交付・特別児童扶養手当... 38
障がい児福祉手当... 39

市内ガイドマップ

40

子育て豆知識

44

手づくりおもちゃ... 44 親子ふれあいあそび... 46 おすすめの絵本... 48
リフレーミング... 51 赤ちゃんの防災... 52 大人の料理からの簡単取り分け離乳食... 54

子育てホッとマップ（12号更新版）

白石市では

「安心して子どもを産み育て、心やすらかに暮らせるまち」実現のため積極的に子育て支援に取り組んでいます。

☆「第二期白石市子ども・子育て支援事業計画」

◆基本理念 ＝ 子ども・親・地域みんなが育ちあうまちづくり

子育て世代のニーズを調査し、保育園や幼稚園などの利用や地域の実情に応じた子ども・子育て支援事業を実施するため「白石市子ども・子育て会議」を設置し、保護者や子ども子育て支援の仕事に関係している方たちと話し合い、白石市の特性を踏まえた計画を策定しています。

☆「白石市ベビーファースト活動宣言」

子育て世代が子どもを“産み育てたくなる社会”の醸成を目指し、令和4年12月に「白石市ベビーファースト活動宣言」をしました。

令和5年9月、飲料メーカーと「子育て支援の推進に関する協定」を締結し、収益の一部が子育て支援に寄付される「子育て応援自動販売機」を、公共施設や民間施設に設置しています。



☆「子育てホッとマップ」

お子さまの誕生から小学校就学までの子育て支援に関する情報を1冊にまとめた子育てハンドブック「子育てホッとマップ」を作成しております。子育ての様々な場面で不安や疑問が生じたときなどにお役立てください。

注意事項

- ・住所は白石市を省略し、時間は24時間表記としています。
- ・市外局番がついていない電話番号またはFAX番号の市外局番は、すべて「0224」です。
- ・この冊子で取り上げている白石市内の施設は、一部を除きP40からP43の白石市内ガイドマップと対比してご覧いただけます。
- ・掲載内容は、概ね令和6年4月現在の情報を基に作成しています。最新情報はQR「白石市ホームページ」でご確認ください。

子育て支援サイト ▶



子どもと出かける

●地域子育て支援センター



▲ 子育て支援センター

問：地域子育て支援センター 住所：字本町 27(ふれあいプラザ内)【地図番号 P40C3】

☎ 22-6025 FAX 22-6027 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

子育て中の親子が気軽に集まり、相互交流をしながら、子育ての不安や悩みが相談できる施設です。
また、どなたでも気軽に参加できる子育てサークルや育児講座、お子さんの体重測定なども実施しています。



子どもを遊ばせながらいろいろなお話をしてみませんか。ちょっと外に出て話をするとホっとすることもありますよ。気軽に遊びに来てください。

☆地域子育て支援センターあいあいのねがい

☆親子でワン・ツー・ステップ☆

新しい場所でいろいろな人と出会い、ふれあいながら
“ いっぱいぽ ” 大きくなっていきましょう。



▲ 白石市地域子育て支援センター
キャラクター“ あいあい ”

☆子育て相談

子育ては楽しいけれど、ちょっとしたことで悩んでしまうこともありますよね。そんなときは遠慮なくお声掛けください。子育てに関することならどんなことでも、スタッフがこれまで培ってきた経験や専門知識などを活かして丁寧に対応します。話すことで解決の糸口が見つかったり、心が軽くなったりすることもあります。

地域子育て支援センターでの来所相談だけでなく、電話やメールでの相談も受付しています。



☆年齢別子育てサークル“るーむ”

子育て中の方、和気あいあいとおしゃべりしながら、お子さんの月齢、年齢、発達に合わせた遊びや季節にあわせた遊びを体験しませんか。

るーむ名	対象	活動内容など
にこにこ るーむ	生後2～7か月までの お子さんと保護者	赤ちゃんとのふれあい遊びやわらべうたを中心に楽しく遊びます。 また、遊びながら子育てに関するヒントや情報なども交えて対話するので、ママ同士の交流もでき、安心して過ごしていただけます。 ベビースケールでの体重チェックもできます。
わくわく るーむ	生後8か月～1歳4か月 までのお子さんと保護者	動き回るのが楽しくなってくる時期。 動きたくなる環境をつくりながら、楽しいふれあい遊びやわらべうたを中心に遊びます。手遊びや絵本も紹介します。
らんらん るーむ	1歳5か月～2歳 までのお子さんと保護者	まねっこが好きになってくる時期。 手あそびをしたり、音楽に合わせて体を動かしたり、親子ふれあい遊びも取り入れながらみんなで楽しく遊びます。
さんさん るーむ	2歳1か月～未就園児 のお子さんと保護者	ことばがたくさん出てきて会話が楽しくなってくる時期。 友だちと歌ったり体操したり、簡単な手作りおもちゃを作ったりして遊びます。みんなで簡単なルールのあるわらべうた遊びも取り入れて遊びます。
あいあい デー	生後2か月～未就園児 のお子さんと保護者	月齢や年齢に合わせたおもちゃや運動遊びのコーナーがあります。 たくさんの友だちと出会えるチャンス。子どもを遊ばせながら、ママ同士のおしゃべりや交流もできます。



☆育児講座

お子さんの月齢・年齢に合わせた、産後のママの体をメンテナンスする講座や、親子で楽しく遊べる講座を開催しています。

これまで開催された主なものを紹介します。なお、その年度により内容や対象年齢は変更になることがあります。



ベビーあいあい

赤ちゃんといれあいながら体を動かしたり、セルフコンディショニングをしたりしながら、出産や育児で疲れている産後のママの身体を癒します。生後2か月から7か月までの親子が対象です。



親子運動遊び

歩行ができるようになった1歳～就園前までの親子を対象に、音楽に合わせていろいろな運動遊びが楽しめます。後半の時間はママのストレッチ体操があり、リフレッシュになりますよ。



あかちゃん3B体操

3つの道具を使い、親子で音楽に合わせて優しく体を動かす体操講座です。3か月～11か月までの親子が対象です。



わらべうたあそび

2か月～就園前までの親子を対象に、昔から伝わるわらべうたが楽しめます。お子さんとのスキンシップもできます。



絵画造形教室

2歳～就園前までの親子を対象に、身近な素材や普段あまりふれない珍しい教材などを使って、親子で楽しく造形遊びをします。作ったり描いたり、季節に合わせた活動を計画しています。



●屋内遊び場

☆プレイルームやんちゃっこ【地図番号 P40C3】

問：ふれあいプラザ 住所：字本町 27(ふれあいプラザ内)

☎ 22-6025 FAX 22-6027



▲ やんちゃっこ

室内滑り台、ままごとセットなど楽しい遊具や絵本がたくさんあり、親子で楽しく過ごせます。ママ達のお友達探しにもご利用ください。パパやおじいちゃんおばあちゃんと一緒のお子さんの利用も増えています。

開館日時：ホームページでご確認ください。

対象者：小学校就学前の子どもとその保護者など

- ※ 1 利用する子どもの安全のため、必ず保護者等の同伴をお願いします。
- ※ 2 小学生以上のお子さんが利用する場合は、職員まで声を掛けてください。



☆こじゅうろうキッズランド

問：こじゅうろうキッズランド 住所：福岡長袋字八斗蒔 38-1

開館日時：月～水、金～日(年末年始を除く) 10:00～16:30

※ 木曜日が祝日の場合は開館し、翌平日が休館となります。

☎ 26-8178 FAX 26-8177



▲ 公式ホームページは
こちらから

赤ちゃんから小学生までの年齢に合わせた3つの遊びエリアや絵本コーナーがあります。また、近くには「おもしろいし市場」や「みのりKitchen」などがあり、家族で楽しめます。

対象者	生後6か月から小学生までの子どもとその保護者など
1人1回 当たりの利用料	個人：300円、団体・障がい者：各240円 ※ 生後6か月未満のお子さんは無料です。
パスポート	3,000円(6か月間有効、名前の書いてある本人のみ利用可能)
回数券	3,000円(11回分、どなたでも利用可能)
その他設備等	おむつ交換・授乳室、鍵付きロッカー、室内用ベビーカー、交流・休憩スペース、電子レンジ、(ミルク用お湯の提供、飲食物の持込可能)



●公園

問：都市創造課 住所：大手町1-1(市役所2階) 【地図番号P40C3】

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎22-1325 FAX 22-1329



▲ 公園

★益岡公園 白石城 【地図番号P40B3】

益岡公園は野球場とテニスコートの他、遊具のある4つの公園があります。平成7年に復元した白石城を中心とした丘陵地とその周りを公園化した場所で、市街地が一望でき、桜の开花時には大勢の人々が集まり賑わいます。

白石城の西側にある愛称二の丸公園、広い芝生とコンビネーション遊具がある芝生公園、野球場南側の愛称ひこうき公園、白石高校向かいの愛称赤い公園を紹介します。



愛称“二の丸公園”

小さい子ども向けのシーソーやすべり台、ブランコなどがあります。

所在地

益岡町112-1【地図番号P40B3】

主な施設・遊具

ブランコ、すべり台、シーソー、なかよしシップ

駐車場

駐車場なし

※ 城下広場駐車場 77台をご利用ください。



▲ なかよしシップ

白石西児童公園（愛称“ひこうき公園”）

中央にある飛行機型うんていが印象的な公園で、トンネルもあります。



▲ ひこうき型うんてい

所在地

益岡町65【地図番号P40B3】

主な施設・遊具

ひこうき型うんてい、コンビネーション遊具、山型うんてい、トンネル、ブランコ、すべり台、シーソー、ベンチ、水飲み場

駐車場

駐車場なし

※ 益岡公園駐車場(テニスコート側) 77台をご利用ください。

愛称“赤い公園”⁹⁹

ライオンマークのタワーが目印。6mのロングスライダーや幼児向けのゆらゆら揺れるスイング遊具などもあります。

所在地

八幡町 202-6【地図番号 P40B3】

主な施設・遊具

コンビネーション遊具、
スプリング遊具、水飲み場、
トイレ（幼児用便器あり）

駐車場

益岡公園駐車場（テニスコート側）77 台



▲ コンビネーション遊具

愛称“芝生広場”⁹⁹



芝生広場とすべり台、ボルダリングなどを組み合わせた遊具や、機関車をイメージした遊具があります。ゆるい傾斜のある広い芝生は、走り回って転んでも安心です。

所在地

益岡町 81-1【地図番号 P40B3】

主な施設・遊具

コンビネーション遊具

駐車場

駐車場なし

※ 益岡公園駐車場（野球場側）49 台をご利用ください。

▲ コンビネーション遊具

☆つくし公園

遊具の高さが低く抑えられていて、3～4歳児ぐらいの小さい子どもが安心して遊べる公園です。

所在地

田町一丁目 107【地図番号 P40C4】

主な施設・遊具

コンビネーション遊具、スプリング
遊具、赤ちゃん用ブランコ、すべり
台、砂場、トイレ（おむつ交換台あ
り）、水飲み場、ベンチ、あずまや

駐車場

42 台



▲ コンビネーション遊具（機関車）

☆白石川緑地公園 【地図番号 P40B3】

白石川の河川敷に広がる公園です。公園内には丸い池があり夏には水遊びができます。同じ敷地内に陸上競技場、野球場などがあり、春には堤防沿いの桜並木がとてもきれいです。四季折々の花が咲き、自然に触れることができる公園です。

所在地

字中河原

主な施設・遊具

親水広場、陸上競技場、カバのオブジェ、野球場、トイレ

駐車場

30 台



☆スパッシュランドパーク～冒険と遊びの苑地～

春に芝桜がきれいなスパッシュランドパークの一部にあり、冒険遊具や長いすべり台を中心とした広場です。

所在地

小原字小日向 40-1

主な施設・遊具

冒険遊具、回廊遊具、トイレ（おむつ交換台、幼児用便器あり）

駐車場

第 2 駐車場 30 台



▲ 冒険遊具

☆材木岩公園



大きな石を組み合わせて造られた噴水で水遊びができる公園です。3 月下旬から 11 月までは、すぐ側に売店や農家レストランなどが営業しています。

所在地

小原字上台 27-3

主な施設・遊具

噴水、親水路、パーゴラ（ツタなどのつるを絡ませるため格子に組んだ棚）、トイレ（水洗、おむつ交換台あり、障害者用含む）

駐車場

95 台

☆街の身近な公園

公園名	所在地	主な施設・遊具						地図 番号
		ブラン コ	す べ り 台	砂 場	鉄 棒	シー ソー	その他	
幸公園	字幸 12	○	○	○	○	—		P40C1
延命寺公園	字不澄ヶ池 61-2	○	○	○	○	○	なかよしシップ、トイレ	P40C2
中央公園	字本町 61-1	○	○	○	○	○	太鼓橋、グローブジャ ングル、なかよしシッ プ、水飲み場、トイレ	P40C3
東町第2公園	東町二丁目 4-4	○	○	○	—	—	トンネル	P41D4
寿山公園	寿山 60-135	○	○	○	—	○	うんてい、トンネル、 水飲み場	P41D3
寿山第2公園	寿山 12-3	○	○	—	—	—		P41E3
寿山第3公園	寿山 28-14	—	○	○	—	—		P41E3
緑が丘幼児遊園	緑が丘二丁目 1-5	○	○	○	—	○		P41F3
緑が丘第1公園	緑が丘一丁目 1-206	○	○	—	○	—	ジャンボすべり台、水飲み場	P41F4
鷹巣第3公園	鷹巣西一丁目 13-1	○	○	—	—	—	スプリング遊具、健康器具	P41E4
鷹巣第6公園	鷹巣東三丁目 18-1	○	○	—	—	—	スプリング遊具	P41F4
旭町第2公園	旭町四丁目 6	○	○	—	○	—	ジャングルジム	P41E5
松ヶ丘第2公園	松ヶ丘二丁目 3-13	○	○	—	○	—		—
観音崎公園	郡山字観音崎 174	○	○	—	—	—	水飲み場	P41E2
萩ヶ丘公園	郡山字鍋石山 2-10	○	—	○	—	○	うんてい、平均台、ジ ャングルジム	P41F2
郡山幼児遊園	郡山字雨ヶ作 15-1	○	○	—	○	—		P41E3
越河平公園	越河平字西ノ瀬戸 29	○	○	—	—	—		—
城南幼児遊園	城南一丁目 61 の一部	—	○	○	○	—	ロープトンネル、宇宙船	P40B5
城南第1公園	城南二丁目 1-18	○	○	○	○	—	ジャングルジム	P40B5
城南第2公園	城南二丁目 9-15	○	○	—	—	—	グローブジャングル	P40B5
城南第3公園	上久保 102-20	○	—	—	—	—	ジャングルジム、ロー プウェー	P40B5
権現公園	大平森合字権現 42	○	○	○	—	○		—
越田前公園	白川津田字越田前 126-9	○	○	○	○	—	なかよしシップ、チェ ーンネットクライム	—
堂形公園	福岡蔵本字堂形 150	○	○	○	—	—	ジャングルジム、回転イス	P40A3
岩崎幼児遊園	福岡長袋字岩崎 2 の一部	○	—	○	○	—	木製複合遊具	—
陣場が丘第1公園	福岡長袋字陣場が丘 15-4	○	○	—	○	—	平均台	—
陣場が丘第2公園	福岡長袋字陣場が丘 3-3	○	○	—	○	—		P40B1
久保公園	福岡長袋字久保 3-9	○	○	○	○	—		—
永坂公園	福岡長袋字永坂 1-2、4-8	○	○	○	—	—		—

※ 上記公園に駐車場はありません。

●学び・お役立ちスポット



☆図書館・情報センターアテネ(絵本コーナー)【地図番号 P40C2】

▲ 図書館

図書館 1 階の子ども読書室には、児童書、童話などがあります。情報センターアテネ 2 階には、7,000 冊を超える絵本、大型絵本、紙しばいなどがある絵本コーナーがあり、小さいお子さんも安心して本を読むことができます。

どちらも貸し出しを行っており、借りる場合には「利用者カード」が必要です。利用者カードを作る際には、運転免許証、保険証など住所、氏名、生年月日が確認できるものをお持ちください。

	図書館	アテネ(絵本コーナー)
住所	字亘理町 37-1	字亘理町 37-3
電話・FAX	☎26-3004 FAX 26-3505	
開館日時	火・金・土・日・祝日 9:00～17:00 水・木(祝日でないとき) 9:00～19:00	火～日・祝日 9:00～17:00

「おはなしひろば」

情報センターアテネ 2 階の絵本コーナーでは、毎月読みきかせボランティアの皆さんが、絵本や紙しばいを読んでくれる「おはなしひろば」を開いています。0 歳からどなたでも参加できますので、ぜひお越しください。

「電子図書館」

パソコンやスマートフォン、タブレット端末などから簡単に電子書籍を借りることができるサービスで、ご利用には図書館利用者カードが必要です。利用者の皆様に満足していただけるよう、多くのジャンルの電子書籍を用意しています。



▲ 電子図書館

☆みやぎ蔵王白石スキー場

住所：福岡八宮字不忘山

開館日時：冬期間(12 月中旬～3 月下旬)の 8:30～16:30 (休業日なし)

※ 営業期間は、その年の積雪量により変動します。

※ 上記期間以外は登山などで利用される方向けにセンターハウスを開放していますが、営業時間などは利用前にお問い合わせください。

☎ 24-8111 FAX 24-8267

E-mail: info@nposki.com



▲ 公式ホームページは
こちらから

センターハウス前のキッズパークは、ソリ遊び・雪遊びに最適なエリアで、親子で雪と楽しく遊べます。

また、スキーシーズン以外も、登山や野草探しなど、四季を通じて楽しめます。



●親子の集い・仲間づくり

親子で参加できる交流事業を紹介します。

保育園や幼稚園などに入っていない子どもたちの遊び場です。同年代の友だちと一緒に遊べるよい機会です。

☆事業内容

事業名	事業内容	活動場所 ・連絡先	対象者	利用 日時
なかよしひろば	就園前の親子の遊びと交流	第二幼稚園【地図番号 P4 2C4】 ☎2 5 -6326	就園前の 親子	年5回位 開催
めだかのひろば	運動遊びやリトミックなどの コース別親子広場 ※ 毎年4月に入会申込、定員制	ひかり幼稚園【地図番号 P4 2C3】 ☎2 6 -3390	0～4 歳 児までの 親子	毎月 1 回開催
子育て応援 ハッピータイム	色々な遊びの体験と参加者 同士の交流で子育てを学び ましょう	中央公民館【地図番号 P4 2D2】 ☎生涯学習課 22-1343	就学前の 親子、ま たは親	年1 0回

●交流の場

☆「こども食堂」さんまの Wa

連絡先 080-1814-1875

開催日、場所については、お問い合わせください。



さんまとは... 「時間」遊ぶ時間・「空間」遊ぶ場所・「仲間」遊ぶ仲間の3つの間

Waとは ... 「和」「話」「輪」の3つのWa

さんまの Wa は非営利共益的活動を行っています。毎月 1 回程度、地域の公民館等で「子ども食堂」を開催し、創作料理の提供と皆さんに気軽に立ち寄っていただける楽しい交流の場を提供しています。

配食 パントリー

地域の野菜を使った
お弁当
(数量限定)

あそびの場

伝承あそび
ゲーム
玩具作り
(アクセサリー
紙とんぼ等)

リサイクル

学童用品
リサイクル品
展示しています！
ご自由にお持ち帰り
いただけます
(消毒、クリーニング済)

大人も子どもも無料で自由に参加できます。

●しろいし赤ちゃんの駅

問：子育て支援課 住所：大手町1-1(市役所1階)【地図番号 P40C3】

☎26-8836 FAX 22-1316

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲ 赤ちゃんの駅

赤ちゃんを連れた家族が、外出中に授乳やおむつ替えなどで気軽に立ち寄ることができる施設を紹介します。



▲ この標示が目印です



▲ おむつ交換場所を利用している様子

おむつ交換場所

- ・ 専用の部屋や、間仕切り、またはカーテンなどで仕切られた場所
- ・ ベビーベッドやおむつ交換台などの設備が備え付けられている場所もあります。ご利用の際は、お子さんから目を離したり、のせたまま放置したりしないでください。

授乳場所

- ・ ママが人目を気にせず授乳できる専用の部屋や外部からの視界を遮ることができる場所
- ・ 飲用可能な水を沸かし、70℃以上の温度を保ったお湯の提供が可能な場所もあります。

【ご利用時のお願い】

- ◆ 使用済みのおむつやおしりふきなどのゴミは、施設に専用のゴミ箱がない場合必ず持ち帰ってください。
- ◆ ミルクや替えおむつの提供は行っていません。

☆赤ちゃんの駅登録施設（おむつ交換や授乳が可能な施設）

おむつ交換 ◎ は男女利用可能な施設 ○ は女性のみ利用可能な施設

授乳 ◎ は授乳場所の利用が可能でミルク用お湯の提供可能な施設

○ は授乳場所としてのみ可能な施設

☆ は授乳場所としては利用できないが、ミルク用お湯の提供可能な施設

－ は授乳場所の利用、ミルク用お湯の提供はない施設

施設名	おむつ 交換	授乳	施設名	おむつ 交換	授乳
ヤマザワ 白石北店	◎	◎	総合福祉センター	◎	◎
ヨークベニマル 白石店	◎	－	ふれあいプラザ	◎	☆
やすらぎの湯ゆっぽ	◎	☆	ホワイトキューブ	◎	◎
ダイユーエイト 白石店	◎	○	白石市役所	◎	－
ドコモショップ 白石店	◎	－	城下広場	◎	－
ガスト 白石店	○	－	みやぎ蔵王 白石スキー場	○	◎
ダイハツ白石	◎	◎	セラビ白石	◎	◎
日産プリンス宮城 白石店	○	－	白石モーター中町店	◎	☆
マクドナルド 4 号線白石店	○	☆	つくし公園	○	－
仙台平塚宮城白石店	○	☆	益岡公園（野球場側駐車場）	◎	－
白石蔵王駅	○	－	益岡公園（本丸広場内）	◎	－
政寿司	◎	◎	フレスコキクチ白石店	◎	◎
グリーンパーク不忘	◎	◎	弥治郎こけし村	◎	－
Honda Cars 宮城白石店	◎	◎	こじゅうろうキッズランド	◎	◎
農林振興センター	◎	◎	おもしろいし市場	◎	◎
図書館	○	－	みのりキッチン	◎	☆
情報センター（アテネ）	◎	○	健康センター	◎	◎
あしたば白石	◎	－			

子どもを預けたいとき



●子ども・子育て支援制度

▲子ども・子育て支援制度

ご家庭の状況に応じた保育園や幼稚園などの利用、地域子育て支援センターや放課後児童クラブの充実など、地域の実情に応じた子育て支援施策に計画的に取り組んでいます。

★地域の実情に応じた子ども・子育て支援事業

事業名	事業概要	問い合わせ先
地域子育て支援拠点事業 (地域子育て支援センター)	子育て中の親子が気軽に集まって相互交流ができ、子育ての不安や悩みを相談できる場所。育児講座なども実施 詳細はP2～P4	子育て支援課 26-8836
ファミリーサポートセンター事業	子育ての援助を受けたい方と子育ての援助に協力できる方が会員となり、お互いの希望を調整し、助け合いながら有償で子育ての応援をする事業 詳細はP20～P21	ファミリー・サポート・センター 25-5488
利用者支援事業 (子育て支援コーディネーター)	子育て家庭などのニーズに寄り添って、保育園や幼稚園などの施設や、地域の子育て支援事業などから、それぞれに合った支援を利用できるような情報の提供や相談・援助など 詳細はP34	子育て支援課 26-8836
延長保育事業	保育園などで認定を受けた保育時間を超える	こども未来課 22-1363
放課後児童健全育成事業	就労などにより放課後等に保護者が家庭にいない小学生が、児童館や学校の空きスペースなどで、年間を通して放課後や土曜、夏・冬・春休みなど学校の長期休暇に友達と一緒に遊んだり、楽しく生活したりする場所（登録制） 詳細はP19	こども未来課 22-1363
公立幼稚園の預かり保育事業	保護者が就労や病気、学校行事への参加等により一時的に保育を必要とする市内公立幼稚園に在籍する園児の預かり 詳細はP17	こども未来課 22-1363
一時預かり事業	保護者の方の入院や学校行事への参加などにより一時的に保育を必要とするお子さんの預かり 詳細はP21	こども未来課 22-1363

●保育園・小規模保育事業所



問：こども未来課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1363 FAX 22-1316

▲市内保育施設の概要

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

保育園、小規模保育事業所は、保護者が仕事、病気などの理由で、昼間家庭で保育が受けられないお子さんを保護者に代わって保育をする場所です。友達と一緒に集団生活を送ります。

対象者	市内に住所がある就学前のお子さんをもつ保護者のうち、共働きや病気などで、昼間家庭で保育ができない方
保育時間	保護者の就労時間などの事由に応じて、利用する保育園の開所時間の範囲内で利用可能時間は次の2つに区分 ・保育標準時間：1日最大11時間 ・保育短時間：1日最大8時間
保育料・副食費	保護者の方などの市民税所得割額によって異なる ・3～5歳児は保育料無料。別途副食費(月額4,500円) ※保護者の年収やきょうだいで保育園を利用する場合は副食費の免除あり。 ・0～2歳児は市民税非課税世帯のみ保育料無料。 ※きょうだいで保育園を利用する場合などは保育料負担軽減あり。詳細はP31
給食	・給食は各園で調理 ・0～2歳児は完全給食。3～5歳児はおかずのみ提供、ご飯は持参。 ・アレルギーのあるお子さんにはできる限り対応。要相談
申請に必要なもの	1 教育・保育給付認定申請書兼利用希望申込書 2 申込補助票 3 父、母及び70歳未満で同居している祖父母等の就業証明書 ※保育を必要とする事由が就労以外の方はお問い合わせ。 4 印鑑(朱肉を使用するもの)
申請時期	1 4月1日からの利用を希望する場合は、前年の11月ごろに受付開始 2 年度途中で利用を希望する場合、利用希望日の3か月前から受付開始
申請受付	こども未来課



★保育園・小規模保育事業所

公 私	園名、電話番号、住所	認定 区分 (※3)	開所時間		定員 (人)	利用可 能 年(月) 齡
			保育時間(※1)	延長保育(※2)		
私 立	白石はるかぜ保育園 ☎26-9330 東町三丁目 1-1	標準	7:00～18:00	18:00～19:00	90	生後2か月 ～ 5歳児
		短	8:30～16:30	7:00～ 8:30 16:30～18:00		
	認可保育所あそびの森 ☎26-6102 大川町 1-8	標準	7:00～18:00	18:00～19:00	90	生後6か月 ～ 5歳児
		短	8:30～16:30	7:00～ 8:30 16:30～18:00		
	白石みのり保育園 ☎26-8074福岡深谷字青木3 1	標準	7:00～18:00	18:00～19:00	90	生後2か月 ～ 5歳児
		短	8:30～16:30	7:00～ 8:30 16:30～18:00		
	小規模認可保育所 カラースしろいし園 ☎26-8090 字東小路 112-2	標準	7:30～18:30	18:30～19:00	12	生後2か月 ～ 2歳児
		短	8:00～16:00	7:30～ 8:00 16:00～16:30		
公 立	南保育園 ☎26-2915 福岡長袋字岩崎 40-8	標準	7:30～18:30	18:30～19:00	90	生後6か月 ～ 5歳児
		短	8:30～16:30	7:30～ 8:30 16:30～18:30		
	北保育園 ☎26-3318 福岡長袋字岩崎 40-8	標準	7:30～18:30	18:30～19:00	60	1歳児 ～ 5歳児
		短	8:30～16:30	7:30～ 8:30 16:30～18:30		
	越河保育園 ☎28-2233 越河五賀字南原 2-6	標準	7:30～18:00	—	30	
		短	8:30～16:30	7:30～ 8:30 16:30～18:00		
	白川保育園 ☎27-2945 白川津田字大淵 1-3	標準	7:30～18:00	—	40	
		短	8:30～16:30	7:30～ 8:30 16:30～18:00		
	大鷹沢保育園 ☎24-5740 大鷹沢三沢字竹ノ中 1-1	標準	7:30～18:00	—	50	
		短	8:30～16:30	7:30～ 8:30 16:30～18:00		

※1 上表の保育時間は月～金までのものです。

土曜保育は、公立保育園の場合、南保育園に集約して、白石はるかぜ保育園、認可保育所あそびの森、白石みのり保育園、カラースしろいし園はそれぞれの園で行います。

※2 保育時間前後の延長保育は、お子さん1人当たり1時間100円の延長保育料が掛かります。

※3 認定区分の「標準」は保育標準時間認定、「短」は保育短時間認定



●幼稚園



問：こども未来課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号P40C3】

▲公立幼稚園

☎22-1342 FAX 22-1345 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

幼稚園は、将来の教育の基礎を養い育て、お子さんが心豊かにたくましく成長するための場所です。

園名 電話番号 住所	白石市第二幼稚園 南町二丁目2-1 ☎25-6326 【地図番号P40C4】
定員	140人
対象者	市内に住所がある3～5歳児のお子さんをもつ保護者(4月1日時点)
保育時間	月～金の8:30～13:30 ※祝日、夏・冬・春休みなどを除く
預かり保育 ※1	月～金の13:30～18:00(長期休業日 8:30～18:00) 有料
入園費用	入園料無料(園服、帽子、新学期用品などの保育用品約17,000円)
保育料	無料(教材費や保護者会費などが別に掛かります)
昼食	弁当持参か給食のどちらかを選べます。 牛乳あり(保護者負担)
入園受付	10月下旬から11月上旬(直接第二幼稚園に申請)※随時入園可能
送迎バス	なし

※1 在籍する園児の保護者が就労や病気、学校行事への参加等により一時的に保育を必要とする場合に利用できます。(年末年始など実施しない日があります)また、保育が必要であるとの認定を受けた方は、無料(上限あり)となる場合があります。

●認定こども園



問：こども未来課 住所：大手町1-1(市役所1階)

▲ひかり幼稚園

☎22-1363 FAX 22-1316 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

認定こども園は、幼稚園と保育園の両方の機能を併せ持つ施設です。

施設名称 電話番号・住所	学校法人風間学園 認定こども園ひかり幼稚園 ☎26-3390 字沢目 21-1 【地図番号P40C3】		
定員	1号認定：60人、2号・3号認定：90人		
利用対象	生後6か月～5歳児		
開所時間 (※1・2)	1号 認定	8:00～13:30 ※夏・冬・春休みなどを除く。 (預かり保育：8:00～13:30を超える利用、夏・冬・春休みなど)	
	2・3号 認定	標準時間	7:30～18:00
		短時間	8:30～16:30 (延長保育：7:30～8:30、16:30～18:00)
保育料・給食費	認定区分や世帯状況などによって異なるため、詳しくは直接園にお問い合わせください。(保育料以外に保育用品代などが別に掛かります)		
給食	完全給食制(食物アレルギー配慮)		
送迎バス	あり 有料 (0～1歳児は利用不可)		

※1 上記の保育時間は月～金までのものです。保育時間に日曜、祝日、年末年始は含まれません。

※2 保育時間前後などの「預かり保育・延長保育」は、利用状況に応じた金額が掛かります。

●認可外保育施設

問：こども未来課 住所：大手町1-1(市役所1階)【地図番号P40C3】

☎22-1363 FAX 22-1316 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

乳児または幼児の保育を目的とする認可保育所以外で、1年に1回以上宮城県の立入調査を受けている保育施設です。詳しい内容は認可外保育施設に直接お問い合わせください。

施設名称、 住所、電話番号	ベビーホームひまわり ☎25-5693 鷹巣西三丁目4-18【地図番号P40E4】
利用対象	生後2か月～4歳児
保育時間(※1)	月～金 8:00～18:00 第1、第3、第5土曜 8:00～12:00
入園料	3,000円
保育料(※2)	月額39,000円 ※時間利用の場合1時間500円
給食	お弁当持参(ご飯、おかず)

※1 保育時間に祝日、年末年始は含まれません。上記保育料以外に写真代などの実費を負担いただく場合があります。

※2 保育が必要であるとの認定を受けた方のうち、3～5歳児は保育料が月額37,000円まで無料。0～2歳児は市民税非課税世帯のみ月額42,000円まで無料となる場合があります。

●放課後子ども教室



問：生涯学習課 住所：字寺屋敷前25-6(中央公民館)【地図番号P41D2】

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎22-1343、26-2453 FAX 24-5377

▲放課後子ども教室

小学校の余裕教室などを活用して、地域の方々にご協力いただき、子ども達が学習やスポーツ、文化芸術活動、地域住民との交流活動などを行う場所です。

対象者	事業を実施している小学校に通学する登録児童	
活動日時	週1回ぐらい、放課後から2時間程度(おおむね14:00～16:00)	
実施校	越河小学校区放課後子ども教室	問：☎28-2101(越河公民館内)
	白石第一小学校区放課後子ども教室 【地図番号P40C2】	問：☎22-1343(中央公民館内)
	白石第二小学校区放課後子ども教室 【地図番号P41D4】	問：☎25-2701(斎川公民館内)
活動内容	学校の教室や体育館などで、主に工作や軽スポーツ、宿題などをして過ごします。 なお、教室によって活動内容や時間は異なります。 ※白石第二小学校区放課後子ども教室では、年数回、斎川地区で伝統行事の体験プログラムを実施予定	
利用料	無料	

●児童館・放課後児童クラブ

問：こども未来課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎22-1363 FAX 22-1316



▲ 児童館

★児童館

子ども達が自由に利用できる遊び場(自由来館... 無料)

クラブ名、住所、電話番号	対象者	利用日・利用時間
第一児童館 字亘理町 37-1【地図番号 P40C2】 ☎25-7070	市内に住所がある 18歳未満の方 (就学前の子どもは 保護者の同伴をお願いし ます)	月～土(祝日、年末年始を除く)
第二児童館 字白石沖 6-3【地図番号 P41D4】 ☎25-3875		9:30～16:30

★放課後児童クラブ

就労などにより放課後等に保護者が家庭にいない小学生が、放課後や土曜、夏・冬・春休みなど学校の長期休暇に楽しく生活する場所(登録制... 有料)



▲ 放課後児童クラブ

クラブ名、住所、電話番号	利用時間			登録受付 時期
	授業日	土曜	夏・冬・春休み など	
第一児童館放課後児童クラブ 字亘理町 37-1【地図番号 P40C2】 ☎25-7070	授業終了後 ～ 18:30	8:30～18:00	8:00～18:30	12月 中旬ごろ
白石第一小学校放課後児童クラブ 字半沢屋敷前 2-2【地図番号 40C2】 ☎25-7388				
第二児童館放課後児童クラブ 字白石沖 6-3【地図番号 41D4】 ☎25-3875				
大平放課後児童クラブ 大平森合字権現山 1 ☎25-2338(事務局：大平公民館)	授業終了後 ～ 18:00	8:30～18:00	8:00～18:00	2月ごろ
福岡放課後児童クラブ 福岡蔵本字陣場 1【地図番号 P40B1】 ☎25-2249(事務局：福岡公民館)	授業終了後～ 18:00	8:30～18:00	8:30～18:00	
深谷放課後児童クラブ 福岡深谷字松田 23 ☎24-4540(事務局：深谷公民館)	授業終了後～ 18:00	8:30～18:00	8:30～18:00	

●しろいしファミリー・サポート・センター

問：ファミリーサポートセンター

住所：字本町 27(ふれあいプラザ内) 【地図番号 P40C3】

☎・ **FAX** 25-5488 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)9:00～17:00



▲ ファミサポ

子育ての援助を受けたい方と子育ての援助に協力できる方が会員になり、お互いの希望を調整して、助け合いながら有償で子育ての応援をする会員組織です。

お兄ちゃんの授業
参観、下の子が飽
きちゃう

病院へ行きたいけど
子どもはどうしよう

残業で保育園のお迎
えが間に合わない

あなたの子育て応援します

子どもが大好き、
子育ての経験を活
かしたいな

対象者	依頼会員	子育てのお手伝いをしてほしい方 市内に住所または勤務地がある概ね生後6か月から小学校6年生までの お子さんがいる方
	提供会員	子どもの預かりや送迎ができる方 市内に住所がある方で、資格、年齢、性別は問いません。
	両方会員	依頼会員と提供会員の両方を兼ねる方
利用方法	1 ファミリーサポートセンターで会員登録 2 援助依頼申し込み 3 依頼内容に合わせた提供会員の紹介 4 事前打ち合わせ 5 援助活動 6 利用料金の授受 (報酬の受け取り、報告書の作成) 入会から活動までの流れ <pre> graph TD A[依頼会員] --> C[入会申し込み] B[提供会員] --> C C --> D[会員証発行(会員登録)] D --> E[提供会員の紹介] D --> F[依頼会員の紹介] E --> G[事前打ち合わせ] F --> G G --> H[援助活動開始] </pre> 事前打ち合わせは、事務的な打ち合わせとともに お互いを理解し、子どもと提供会員が親しくなり、 信頼関係を築く目的でおこないます。	
活動内容	子どもの預かり、送迎など	
援助活動 の時間	原則は 7:00～19:00 まで ただし提供会員と依頼会員の合意がある場合は、この時間以外でも援助活動を行うこ とができますが、宿泊は行っていません。	
利用料金	・ 1 時間当たり 1 人 500 円(1 時間未満の場合も 1 時間として計算) ※ 1 時間を超えると 30 分毎に 1 時間当たりの料金の半額を加算 ・ きょうだいで利用の場合：2 人目は 1 時間当たり 1 人 250 円 ・ キャンセル料：前日まで無料、当日または連絡がない場合は基本料金の半額×依頼時間 ※ 1 この他におやつ代や交通費などの実費が必要な場合もあります。 ※ 2 入会金、年会費はありません。	

ファミリーサポートセンターでは、会員同士の交流の場としての事業や子育てに関する講習会、講演会などを企画しています。

☆交流事業

ファミリーサポートセンターの会員同士や、子育て支援に興味のある方などの交流の場として、秋祭りやクリスマス会などを開催しています。



▲ ふれあい遊びの様子



▲ クリスマス会の様子

☆講習会・講演会

普通救命、子どもに多い事故、お子さんの食事の進め方、子どもの発達に応じた遊び、手作りおもちゃなど、子育て中の方や子どもを預かる方にとって参考となる講習会を開催しています。

会員登録をしていない方でも参加できます。託児も用意しておりますので、ぜひお越しください。

●一時預かり事業

問：南保育園 住所：南町一丁目 7-20 【地図番号 P40B4】
☎26-2915 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲ 一時預かり

保護者の方の入院や通院、学校行事への参加、また、育児疲れによる負担軽減などにより一時的に保育を必要とするときにお子さんをお預かりします。事前登録が必要です。

対象者	白石市に住所がある生後6か月から就学前のお子さんを持つ保護者の方。(ただし、お子さんが白石市にお住まいの親族と一時的に同居している場合、お子さんの住所が白石市以外でも利用できる場合があります)
保育時間	月～金 8:30～16:30 ※ 祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く
実施場所、住所	南保育園(保育室は3階) 南町一丁目 7-20
定員	1日当たり8人
子ども1人当たりの利用料金(日額)	・1日利用(4時間以上) 1,200円 ・半日利用(4時間未満) 700円 ※ 何れも昼食を伴う場合は350円加算
保険	特別保育事業賠償責任保険に加入しています。
食事・おやつ	・利用時間に昼食やおやつの時間が含まれる場合はあり(有料) ・ミルクは、普段飲んでいるミルクとほ乳瓶(2本以上)をお持ちください。 ・アレルギーのあるお子さんは、できる限り対応。(要相談)
利用までの流れ	事前登録などが必要です。利用希望の方は南保育園にお問い合わせください。

※ 保育が必要であるとの認定を受けた方のうち、3～5歳児は利用料金が月額37,000円まで無料。0～2歳児は市民税非課税世帯のみ月額42,000円まで無料となる場合があります。

子どもの健康・医療



●乳幼児健康診査・相談

▲ 乳幼児健診・相談

問：健康推進課 住所：大手町1-1 (健康センター1 階) 【地図番号 P40C3】

☎ 2-1362 FAX 22-1320 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

お子さんの発育・栄養状態の確認、病気の有無・早期発見、予防接種の時期や種類などを確認し、健康増進を図ります。

☆年齢・月齢ごとの主な健診・相談内容

健診などの種類	対象月齢・年齢	実施場所	主な健診内容
産婦・新生児訪問	新生児～1 か月児と産婦	自宅もしくは里帰り先	お子さん：体重計測、健康状態の確認 お母さん：健康状態の確認、母乳や育児に関する相談、予防接種・健診の受け方など
2 か月児健康診査	2 か月児	指定医療機関(事前予約必要)	身長・体重計測、内科診察、相談など
4 か月児健康診査	3～4 か月児	健康センター	問診、身長・体重計測、内科診察、個別相談など
6 か月児育児相談	5～6 か月児	健康センター	問診、身長・体重計測、離乳食の話、離乳食の試食、絵本の読み聞かせ・プレゼント、個別相談など
8～9 か月児健康診査	8～9 か月児	指定医療機関(事前予約必要)	身長・体重計測、内科診察、相談など
1 歳 6 か月児健康診査	1 歳 6～7 か月児	健康センター	問診、身長・体重計測、内科診察、歯科診察、はみがきの指導、個別相談など
2 歳 6 か月児親子歯科健康診査	2 歳 5～6 か月児	健康センター	問診、身長・体重計測、親子歯科診察、はみがきの指導、フッ素塗布(健診受診者で、保護者が希望したお子さん)、個別相談など
3 歳 6 か月児健康診査	3 歳 5～6 か月児	健康センター	問診、身長・体重計測、尿検査、目の検査、耳の検査、内科診察、歯科診察、受診者の写真撮影など
妊婦さんと赤ちゃんのサロン	妊婦 新生児～3 か月児と産婦	健康センター	出産準備、産前・産後の過ごし方、育児・発育に関する個別相談など ※ 母子健康手帳をお持ちください
乳幼児相談	小学校入学前までの乳幼児と保護者	健康センター	身長・体重計測、育児・発育・発達・栄養に関する個別相談など ※ 母子健康手帳をお持ちください

★健診・相談時の主な持ち物について

1. 乳幼児健康診査問診票
2. 母子健康手帳
3. バスタオル
4. 2 か月児健康診査、8～9 か月児健康診査は母子健康手帳別冊に付いている無料券

●予防接種

問：健康推進課 住所：大手町1-1 (健康センター1 階) 【地図番号 P40C3】

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎ 22-1362 FAX 22-1320



▲ 予防接種

～感染症からお子さんを守るため、予防接種を受けましょう～

赤ちゃんがお母さんからもらった病気に対する免疫（抵抗力）は、赤ちゃんの成長とともに自然に失われていき、いろいろな感染症にかかりやすくなってきます。

予防接種は、感染症の発病を予防したり症状を軽くしたりする方法です。

★白石市で実施している予防接種

ワクチン	
ロタウイルス（1 価ロタリックス）	不活化ポリオ（急性肺白髄炎）
ロタウイルス（5 価ロタテック）	BCG（結核）
B 型肝炎ワクチン（B 型肝炎）	麻しん風しん混合
ヒブワクチン（ヒブ感染症）	水痘ワクチン（水痘）
小児用肺炎球菌ワクチン（小児の肺炎球菌感染症）	日本脳炎
4 種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ）	2 種混合（ジフテリア・破傷風）
3 種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風）	子宮頸がん予防（HPV）ワクチン

★予防接種を受ける場合の注意事項

- 1 お子さんの体調が良いときに予防接種を受けましょう。
- 2 予防接種手帳の説明をよく読んでから、予防接種を受けましょう。
- 3 予防接種手帳に綴られている「委託書」「予診票」は保護者が記入し、母子健康手帳と一緒に持参しましょう。
- 4 安全に予防接種を受けるため、お子さんの健康状態をよく知っている人が同伴しましょう。
- 5 接種後はお子さんの状態をよく観察し、普段と様子が大きく異なるときには、医師に相談しましょう。

★任意予防接種

国立感染症研究所ホームページの「予防接種スケジュール」を参考にしてください。

国立感染症研究所 予防接種スケジュール

検索

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/schedule.html>



▲ 公式ホームページ
はこちらから

●医療機関リスト



▲ 医療機関

お子さんの発熱やけがなどで医療機関を受診する際にお役立てください。
また、病気の治療だけでなく、予防接種や乳幼児健診などで受診する場合も
ご利用ください。

診療日時、診療時間、日曜、祝日、年末年始などの休日当番医は広報しろいしや白石市ホームページでご覧ください。

☆総合病院

医療機関名、住所、電話番号	診療科目	地図 番号
公立刈田総合病院 福岡蔵本字下原沖 36 ☎25-2145	※ 直接お問い合わせください。	P42 A1
医療法人浄仁会大泉記念病院 福岡深谷字一本松 5-1 ☎22-2111	内科・胃腸内科・呼吸器内科・循環器内科・糖尿病内科・神経 内科・外科・整形外科・脳神経外科・心臓血管外科・婦人科	P43 F1

☆病院・診療所など

医療機関名、住所、電話番号	診療科目	地図 番号
柿崎小児科 沢端町 1-37 ☎25-2210	小児科	P42 C3
加藤小児科内科医院 大手町 3-13 ☎26-2653	小児科・内科	P42 C3
塚本内科消化器科 城南一丁目 2-29 ☎26-1026	小児科・内科・心療内科・精神科・呼吸器科・消化器科・循環 器科	P42 B5
つつみ内科外科こどもクリニック 字清水小路 6-3 ☎25-1181	小児科・内科・外科・糖尿病内科	R42 C2
こまつ外科内科クリニック 城南二丁目 2-6 ☎22-2115	小児外科・内科・外科・皮膚科・こう門科	P42 B4
内方医院 蔵王町宮字町 3 2 ☎3 2 -2101	小児科・内科・消化器科・循環器科	—
恒心会 佐藤医院 蔵王町宮字町 3 6 ☎3 2 -2002	小児科・内科・呼吸器科・消化器科・循環器科・皮膚科	—
七ヶ宿町国民健康保険診療所 七ヶ宿町字関 1 8 3 ☎3 7 -2002	小児科・内科・外科	—
海上内科医院 字長町 56-1 ☎25-1501	内科・内科（呼吸器、循環器、消化器、糖尿病、代謝）	P42 C2
梅津内科医院 字銚子ヶ森 10-13 ☎24-3571	内科・消化器科	P43 D4

医療機関名、住所、電話番号	診療科目	地図 番号
医療法人社団えんどうクリニック 字兎作 40-1 ☎26-3888	内科・循環器科・外科	P43 D3
かんのリズムハートクリニック 鷹巣東三丁目 8-3 ☎26-6330	内科・循環器内科・呼吸器内科・糖尿病内科	P43 F4
たかはし内科クリニック 城北町 4-11 ☎22-2535	内科・呼吸器科・消化器科・循環器科	P42 C2
引地クリニック 鷹巣東一丁目 5-2 ☎26-2823	内科・皮膚科・泌尿器科・脳神経内科	P43 E4
水野内科クリニック 沢端町 3-43 ☎25-2736	内科・呼吸器科・消化器科・循環器科	P42 C2
蔵王町国民健康保険蔵王病院 蔵王町大字円田字和田 130 ☎33-2260	内科・外科	—
おおはし整形外科 南町一丁目 3-3 ☎22-2888	整形外科・リハビリテーション科	P42 C3
橋本整形外科医院 旭町二丁目 9-1 ☎25-1616	リウマチ科・整形外科・リハビリテーション科	P43 E5
浅野眼科医院 字柳町 61 ☎24-4603	眼科	P43 D4
大手町おおはし眼科 城北町 4-41 ☎24-3161	眼科	P42 B2
おおぬまクリニック 字延命寺北 1-6 ☎24-2333	耳鼻咽喉科・気管食道科	P42 C2
白石今野医院 郡山字虎子沢山 1-3 ☎25-2822	内科・心療内科・精神科・神経科	—
精神科病院仙南サナトリウム十 大鷹沢三沢字中山 74-10 ☎26-3101	心療内科・精神科・神経内科	—



★ 歯科

医療機関名、住所、電話番号	診療科目	地図番号
小野歯科医院 東町一丁目 1-10 ☎25-8007	歯科・小児歯科	P43 D4
清原歯科医院 字銚子ヶ森 10-39 ☎25-1030	歯科・矯正歯科・小児歯科・歯科口腔外科	P43 D3
けんじ歯科クリニック 西益岡町 1-8 ☎25-9933	歯科・小児歯科	P42 B2
千木良デンタルクリニック 沢端町 1-28 ☎26-1131	歯科・矯正歯科・小児歯科・歯科口腔外科	P42 C3
ひかり歯科医院 字東大畑 134-5 ☎22-2112	歯科・矯正歯科・小児歯科・歯科口腔外科	P43 D2
亘理歯科医院 字亘理町 35-1 ☎26-2563	歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科	P42 C2
チェルトの森歯科診療所 蔵王町大字円田字中田 74-1 ☎22-7122	歯科・小児歯科	—
医療法人社団真壁歯科医院 蔵王町宮字井戸井前 42 ☎32-3122	歯科・矯正歯科・小児歯科	—
村上歯科医院 蔵王町大字円田字西浦上 2-2 ☎33-4125	歯科・小児歯科	—
かおる歯科医院 鷹巣東一丁目 5-16 ☎24-3777	歯科	P43 E4
ごとう歯科医院 字堂場前 128 ☎24-2020	歯科	P43 D2
高橋歯科医院 字柳町 4 ☎26-3543	歯科	P42 C3
富岡歯科医院 字本町 73 ☎24-4362	歯科	P42 C3
広瀬歯科医院 西益岡町 10-1 ☎26-1871	歯科	P43 B3
谷津歯科医院 字延命寺北 16-2 ☎26-3254	歯科・矯正歯科	P42 C2
吉村歯科医院 八幡町 12-21 ☎26-2118	歯科	P42 B4
七ヶ宿町国民健康保険診療所 七ヶ宿町字関 183 ☎37-2002	歯科	—

●休日・夜間に受診を迷った時

☆宮城県こども夜間安心コール

夜間にお子さんの具合が急に悪くなり、すぐに受診させた方が良いのか、様子を見ても大丈夫なのか迷った時、経験豊富な看護師が電話相談をお受けします。

受付時間	19:00～翌朝8:00
相談電話番号	プッシュ回線の固定電話、携帯電話の場合：#8000 プッシュ回線以外の固定電話・PHSの場合：☎022-212-9390

※ 医療機関を受診される際は、広報しろいしなどでご案内する休日当番医もご利用いただけます。

☆ホームページによる案内

診療時間外などに医療機関を受診するかどうかの判断の目安としてご活用ください。

みやぎけん こどもの救急ガイドブック	こどもの救急ホームページ
https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/iryou/s_houni04-2.html 	http://kodomo-aq.jp/ 



子育てへの助成

●母子健康手帳別冊による費用助成



▲母子健診検査費用助成

問：健康推進課 住所：大手町1-1 (健康センター1 階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

妊婦さんや赤ちゃんの健やかな成長を応援するために、健診等の費用を助成します。母子健康手帳交付時にお渡しする「母子健康手帳別冊」にそれぞれの受診券（助成券）が入っています。

健診・検査	妊婦健康診査	14 回分の助成。多胎妊娠の方は7回分を追加交付。
	産婦健康診査	産後2週間頃と産後1 か月頃の2回分の助成。
	新生児聴覚検査	初回検査を助成。
	乳児健康診査	2か月児、8～9か月児の健診の無料券。
対象者	市内に住所がある妊産婦・乳児	

※受診票は、使用時期や金額などに一部制限があり、規定外の検査は自己負担が必要となります。県内の医療機関で受診する場合と助産所または県外の医療機関で受診する場合とで助成や申請の方法が異なります。

●妊婦歯科健康診査

問：健康推進課 住所：大手町1-1 (健康センター1 階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

むし歯や歯周病が悪化しやすくなる妊娠中に、指定歯科医院にて無料で歯科健康診査を受けられます。母子健康手帳の交付の際に受診票を交付します。市内に住所がある妊婦が対象です。

●未熟児養育医療

問：健康推進課 住所：大手町1-1 (健康センター1 階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲未熟児療育医療

身体の発育が未熟な状況で生まれ、指定医療機関での入院が必要な赤ちゃんに対し、1 歳まで医療費の一部を助成する制度です。（世帯の所得税額などに応じた自己負担あり）

対象者	出生直後に次のいずれかに該当するお子さん	
	1	出生時体重が 2,000g 以下で医師が入院療育を必要と認めたお子さん
	2	生活力が特に薄弱で医師が入院療育を必要と認めた場合

●出産育児一時金

問：健康推進課 住所：大手町1-1(健康センター1階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

国民健康保険や社会保険に入っている方、もしくはその保険に入っている家族が出産した時の経済的負担を軽減し、安心して子どもを産むことができるよう設けられた制度です。

※白石市から支給されるのは国民健康保険に加入している方です。国民健康保険以外の方は勤務先の健康保険組合などにお問い合わせください。

対象者	白石市の国民健康保険加入者のうち、妊娠4か月(85日)以上で出産した方 ※1年以上勤務先の健康保険などに加入していた方が、国民健康保険加入後6か月以内に出産したときは、勤務先の健康保険組合等から支給されます。
-----	---

※出産育児一時金の直接支払制度を利用した場合は、医療機関等が被保険者に代わって申請と受取りを直接保険者(白石市国保)と行います。

※このほか「出産・子育て応援給付金」があります。支給額など詳しい最新の情報は、窓口やホームページ等でご確認ください。



▲出産育児一時金



▲出産・子育て応援給付金

●誕生祝い金・すくすくベビー券

問：子育て支援課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎26-8836 FAX 22-1316



誕生祝い金 ▲
すくすくベビー券

子育ての経済的負担軽減のため、出産された保護者に誕生祝い金とすくすくベビー券を贈呈します。

対象者	市内に住所がある父または母で、生まれた子どもが白石市に住民登録した方	
贈呈額	子どもの順位	誕生祝い金・すくすくベビー券
	第1子または第2子	デジタルギフト 20,000円
	第3子以降(※1)	デジタルギフト 30,000円

※1 第3子以降：18歳の誕生日後最初の3月31日までの養育している子どものうち3番目

●児童手当

問：子育て支援課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎26-8836 FAX 22-1316



▲児童手当

お子さんの健やかな成長のために、中学生までのお子さんを育てている方に児童手当を支給します。

対象者	市内に住所がある、15歳の誕生日後最初の3月31日までの子どもを養育している方	
支給額	3歳未満の子ども	子ども1人当たり月額 15,000 円
	3歳以上小学校修了前の子ども	子ども1人当たり月額 10,000 円 (第3子以降は 15,000 円)
	中学生の子ども	子ども1人当たり月額 10,000 円
	児童を養育している方の所得制限限度額以上、所得上限限度額未満の場合は、特例給付として月額一律に 5,000 円を支給します。 第3子以降とは、18歳の誕生日後最初の3月31日までの養育している子どものうち、3番目以降をいいます。	
支給時期	原則、6月、10月、2月に、それぞれの前月までの4か月分を支給	

●子ども医療費助成

問：健康推進課 住所：大手町1-1(健康センター1階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲子ども医療費助成

子育て家庭の経済的な負担軽減のため、お子さんが健康保険を使って病院などにかかったとき、医療費の自己負担分を助成する制度です。

対象者	市内に住所がある15歳の誕生日後最初の3月31日までのお子さん(所得制限なし)
注意点	宮城県外で受診された場合は、一度医療機関で負担していただき、その後健康センターで手続きしてください。

●就学援助制度

問：学校管理課 住所：大手町1-1(市役所4階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1342 FAX 22-1345

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲就学援助制度

経済的な理由から、お子さんが小学校へ入学するに当たって必要な学用品を購入することが難しい方のために、市が新入学用品費を入学前年度に援助する制度です。

対象者	市内に住所があり、お子さんが翌年度に公立の小学校に入学する予定の方 ※小学校に入学する年の4月1日より前に市外へ転出する見込みの方は対象外
支給時期	小学校に入学する年の2月末頃に支給

●小学校入学祝い金



問：子育て支援課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

☎26-8836 FAX 22-1316

▲小学校入学祝い金

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

将来を担う白石市の子どもが健やかに成長することを願い、多子世帯への経済的負担を軽減するため保護者に贈呈します。

対象者	1 18歳未満の子どもを3人以上監護する保護者のうち、第3子以降の子が小学校に入学する年の5月1日に白石市に住民登録がある方(所得制限なし) 2 児童福祉法第6条の4に規定する里親のうち、療育している子が小学校に入学する年の5月1日に白石市に住民登録がある方(所得制限なし)
贈呈額	デジタルギフト 30,000 円分

●みやぎ子育て支援パスポート



問：宮城県子育て社会推進課

住所：仙台市青葉区本町三丁目8-1(宮城県庁7階)

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

☎022-211-2528 FAX 022-211-2591

▲ 公式ホームページ
はこちらから

宮城県の子育て中の家庭の方が、「みやぎっこ応援の店」に登録したお店や企業で買い物などをした時に、登録店が設定したサービスを受けることができる県の事業です。みやぎ子育て支援パスポートサイトから登録をしてお使いください。登録店は、県ホームページで紹介しています。

●幼児教育・保育の無償化



子育ての経済負担を軽減するため、幼稚園、保育園、認可外保育施設に通うお子さんの保育料や幼稚園の預かり保育、一時預かり事業、ファミリーサポートセンターなどの利用料が無料(※1)になります。

▲ 幼児教育・保育の無償化

★サービス種別・年齢別の無償化の内容

教育・保育 サービス等の種類	保育の 必要性 (※2)	無償化の対象児童・内容	
		0～2歳児(4月1日時点)	3～5歳児(4月1日時点)
保育園、 認可外保育施設等	必要	市民税非課税世帯のみ 保育料・利用料無料(上限 42,000 円)	保育料・利用料無料 (上限 37,000 円)
幼稚園	不要	—	保育料無料 (入園料を含めて月額 25,700 円まで)
幼稚園の預かり保育	必要	—	保育料無料(原則上限 450 円×日数)
障がい児の発達支援	不要	利用料無料	

※1 給食、行事、送迎などの費用は無料になりません。

※2 共働きなどの理由により、保育園などの施設での保育が必要であるとの認定を受けること。

●保育料負担の軽減

問：こども未来課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1363 FAX 22-1316



▲市内保育施設の概要

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

子育て家庭の経済的負担を軽減することにより、子どもを産み育て、心やすらかに暮らせるまちづくりを推進するため、保育園に通うお子さんの保育料負担を軽減します。

★負担軽減の種類と概要

番号	負担軽減の種類	対象者、負担軽減の内容
1	第3子以降 保育料無料化	対象者：市内に住所があり、保育園などを利用する子どもを養育している方 のうち、小学校3年生以下のお子さんが3人以上である場合 ※所得制限あり 負担軽減の内容： 1 市内認可保育園に入所している場合：保育料を免除(小学校就学前の子ども のみで3人以上となる場合は申請不要) 2 市内私立認可外保育施設に入所している場合：支払った保育料を年2回に分けて助成 3 市内小規模認可保育園に入所している場合：子ども家庭課にご相談ください。
2	きょうだいで 保育園を利用 する場合	対象者：きょうだいで保育園などを利用する子どもを養育している方 ※所 得制限なし 負担軽減の内容：2人目の保育料が半額
3	2人以上お子 さんがいる世 帯の保育料負 担軽減	対象者：市内に住所があり、保育園を利用する子どもを養育している方 のうち年収約360万円未満で、園児より年長で就職前のきょうだいがいる世帯 負担軽減の内容：第2子は半額、第3子以降保育料免除
4	ひとり親世帯 等の保育料負 担軽減	対象者：市内に住所があり、保育園を利用する子どもを養育している方 のうち、年収約360万円未満のひとり親世帯など 負担軽減の内容：保育料が基準よりさらに軽減

●子育て支援サービス利用料助成

一時預かり事業やファミリー・サポート・センター事業等を利用している
子育て世帯の経済的負担軽減のため、サービス利用料を助成します。



▲子育て支援サービス
利用料助成

★利用料助成の内容

サービス等の種類	対象	助成金額
一時預かり事業(南保育園)	・一時預かりは未就 園児対象。ファミサ ポは、小学生まで。 ※白石市在住で市税 に未納がない方	お子さん一人当たり 年間最大 15,000 円 ※幼児教育・保育の無償化が優先され るため対象外となる場合があります。
ファミリー・サポート・センター事業		
幼稚園の一時預かり事業		
産後ケア事業		

いろいろな子育て支援

●通所施設「白石市ひこうせん」



▲ひこうせん

問：白石市ひこうせん 住所：字本町 27(ふれあいプラザ内) 【地図番号 P40C3】

☎・ FAX 25-2172 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)9:00～17:00

お子さんの発達が心配な方を対象に、日常生活の指導、集団生活への適応訓練、社会との交流などの活動をする施設です。歩行が遅い、言葉がなかなか出てこない、友達とうまく遊べないなど、お子さんの発達でお悩みのある方は、一人で悩まずお気軽にひこうせんのドアを叩いてください。児童発達支援と放課後等デイサービスの利用には申請・認定が必要です。

★事業内容

事業名	事業内容	対象者	利用日時
児童発達支援	保護者と一緒に通所し、小集団の活動を通した日常生活や集団生活の基礎作り。交流保育や保育士との関わりによる療育支援	発達に不安や心配のある未就学児とその親	月～金 9:00～12:30
放課後等 デイサービス	授業の終了後や夏休みなどの長期休暇中に行う生活能力向上に必要な訓練、社会との交流の促進など	発達に心配のある小学生	月～金 14:00～17:00
おひさまひろば	子どもの発達に関する相談、親子遊び	発達に不安や心配のある親子	日時は広報しろいしなどでお知らせ

※1 児童発達支援、放課後等デイサービスの利用日時は、祝日・年末年始を除く。

※2 利用時間はお子さんの状況に応じます。

●すこやかファイル

問：学校管理課 住所：大手町 1-1(市役所4階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1342 FAX 22-1345 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

視覚・聴覚・知的・言語・情緒などの障がいや肢体不自由等お子さんの発達が気になるときに、お子さんのプロフィールや療育・教育機関などで受けた支援内容を記録するものです。関係機関に提示することで乳幼児期、学童期、青年・成人期に一貫した支援を受けることができます。

★成長段階別問い合わせ先

	問い合わせ先	電話・FAX
小学校就学前	健康推進課	☎22-1362 FAX 22-1320
小中学(高校)生	青少年相談センター(学校管理課内)	☎22-1342 FAX 22-1345
中学校卒業後	福祉課	☎22-1400 FAX 26-2699

●子育て支援コーディネーター（利用者支援事業）

問：子育て支援課 住所：大手町1-1（市役所1階）【地図番号P40C3】

☎26-8836 FAX 22-1316

受付日時：月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15



赤ちゃんはかわいいけれど毎日の子育ては、なかなか大変ですね。
心配事や悩み事はありませんか？個別の事情に寄り添い、相談内容に応じた
子育て支援施設・関係機関などの紹介をします。

▲コーディネーター

- ・保育園、幼稚園のことが知りたいな
- ・子どもを預けるところはあるかしら・・・
- ・まだ、歩かない、おしゃべりをしないから気になるわ
- ・離乳食がすすまないのが心配・・・
- ・最近子育てがしんどいな



こんなとき

気軽に声をかけてください！

- ・子どもと遊べる施設や一時預かり施設、幼稚園、保育園の紹介をします。
- ・お子さんの育ちで気になることがあれば、専門の方を紹介します。
- ・一人で悩まず、どんなことでもお話を聞かせてください。一緒に考えましょう。

●こども家庭センター

★母子相談

問：こども家庭センター（健康推進課） 住所：大手町1-1（健康センター1階）【地図番号P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320 受付日時：月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15

分娩施設や小児科などの医療機関や、地域子育て支援センターなどの関係機関と連携しながら、
妊娠期から子育て期まで相談支援を行う窓口です。妊娠中や産後の不安、お子さんの言葉のおくれ
や、発達に関する不安などお気軽にご相談ください。

★家庭児童相談

問：こども家庭センター（子育て支援課） 住所：大手町1-1（市役所1階）【地図番号P40C3】

☎26-8836 FAX 22-1316 受付日時：月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15

家庭や子どもに関する悩みは、誰かに話すことで、解決の糸口が見つかるかもしれません。
お子さんの子育てを負担に感じていたり、不安に思うようなとき、早めにご相談ください。

家庭児童相談が必要と思われる例

日頃のストレスを
子どもに当てて
しまう

自分の子どもを
かわいいた
と思えない

しつけとして
子どもに苦痛を
与えてしまう

子育てを
放棄したい

★虐待の原因

日頃のストレスや子育ての悩みなどでイライラすると、子どもに冷たく接してしまい、自分の感情をコントロールできなくなる場合があります。これは、熱心に子育てをしている方にも起こりうることです。

★子どもへの虐待の種類

身体的虐待	ネグレクト	心理的虐待	性的虐待
殴る、蹴る、叩く、物を投げつける、激しく揺さぶるなど	食事を与えない、ひどく不潔にする、家や車に閉じこめるなど	言葉による脅し、無視、きょうだい間の差別、夫婦喧嘩を見せるなど	子どもへの性的行為、わいせつなものを見せるなど

★しつけと体罰の違い

一般的に「しつけ」とは、子どもがきちんとした生活習慣や人と関わる能力、感情や意思を伝える能力などを身に着け、自立していくための道筋を教えていくことです。しかし、子どもが耐え難い苦痛を感じることであれば「体罰」となります。暴言・暴力を伴う「しつけ」は存在しません。

●「しろいし子育て応援アプリ by 母子モ」

問：健康推進課 住所：大手町1-1 (健康センター1 階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

予防接種や成長記録の管理や、市の子育て情報を受け取ることができる無料のアプリです。



＼ 母子モ(ボンモ)で検索！ ／

母子モ

検索

or

こちらを
読み取り



●児童扶養手当

問：子育て支援課 住所：大手町1-1(市役所1階) 【地図番号 P40C3】

☎26-8836 FAX 22-1316

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲児童扶養手当

ひとり親家庭などの子育てと生活の安定、自立に役立てていただくよう支給されます。

対象者	原則として、市内に住所がある父または母が 18 歳の誕生日後最初の3月 31 日までの子どもを監護・養育し、その子どもと生計を同じくしている方のうち、次のいずれかに該当する場合（所得制限あり） 1 父母が婚姻を解消した 2 父または母が死亡した 3 父または母が一定程度の障がいの状態にある 4 父または母の生死が明らかでない 5 父または母と 1 年以上連絡などがとれず、養育を放棄されている 6 父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた 7 父または母が 1 年以上拘禁されている 8 未婚の父または母の子
支給時期	原則、5月、7月、9月、11月、1月、3月に、それぞれの前月分までの手当を支給 例) 11月の支給日には、9～10月分を支給します。

●母子・父子家庭医療費助成

問：健康推進課 住所：大手町1-1(健康センター1階) 【地図番号 P40C3】

☎22-1362 FAX 22-1320

受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15



▲母子・父子家庭
医療費助成

母子家庭の母または父子家庭の父で、18歳の年度末までの子どもを養育している方とその家庭の子ども、両親のいない子どもに対し医療費を助成する制度です。

対象者	市内に住所があり、各種健康保険に加入している次の方（所得制限あり） 1 子どもを養育している母子家庭の母または父子家庭の父 2 母子または父子家庭の子ども 3 父母のいない子ども ※1 この制度の対象となる子どもは、18歳の誕生日後最初の3月31日まで ※2 子ども医療費や心身障害者医療費の助成を受けている方は助成対象外
助成額	入院：自己負担額が 2,000 円を超えた分 通院：自己負担額が 1,000 円を超えた分 ※1 上記基準は、医療機関・薬局毎の 1 か月当たりの額 ※2 健康診断、予防接種、差額室料、液剤の容器代など健康保険対象外の自己負担分や入院時の食事療養費などは助成対象外 ※3 ご加入の健康保険から附加給付や高額療養費が支給される場合は、その金額を控除した金額を助成

●様々な支援・相談窓口

※受付日時は、祝日及び年末年始を除きます。

相談の種類・内容	相談・連絡先	受付日時
子育て相談(詳細P2) 保育士が、子育ての不安や悩みなどの相談に応じます。	地域子育て支援センター 住所:字本町 27 (ふれあいプラザ内) ☎22-6025 [FAX] 22-6027	月～金 8:30～17:15
子育て支援制度メール相談 子育て支援制度などの相談を受け付けています。	子育て支援課 ☎26-8836 [FAX] 22-1316 Email :kodomo@city.shiroishi.miyagi.jp	月～金 8:30 ～ 17:15 ※メールは 24 時間
健康・育児相談 保健師・栄養士が相談に応じます。	こども家庭センター（健康推進課） 住所:大手町 1-1 (健康センター1 階) ☎22-1362 [FAX] 22-1320	月～金 8:30～17:15
DV・セクハラ相談 DV、セクハラ、ストーカー、家族関係、生き方、人とのつきあい方に関する相談に応じます。	こども家庭センター（子育て支援課） 住所:大手町 1-1 ☎26-8836 [FAX] 22-1316	月、水、木、金 8:30～16:00 ※予約必要
青少年相談 いじめ、不登校、しつけなどさまざまな悩みについて話を聞き、一緒に考え、解決のための手がかりをアドバイスします。	青少年相談センター 住所：大手町 1-1 (市役所 4 階 学校管理課内) ☎22-1342(内 445)	月、火、木、金 8:30～16:30
	いじめ相談窓口「アイライン」 住所：大手町 1-1 (市役所 4 階 学校管理課内) 電話☎22-1350	月～金 8:30～16:30 ※メールは 24 時間

●子育て応援住宅

「子育て応援住宅」は義務教育修了前のお子さんのいるご家族が安心して暮らせる集合住宅です。入居資格や申請に関することは市のホームページをご覧ください

問：サンウッドハウジング株式会社 白石営業所
住所：福岡長袋字三部山 23 ☎050-3704-1000
受付日時：月～土(祝日、年末年始を除く)9:00～18:00



▲子育て応援住宅

★東大畑住宅の概要

所在地	字東大畑 87	間取り	3DK (和室 6/和室 6/和室 4.5/DK6)
専有面積	53.08 m ²	建築年	1983 年 (昭和 58 年)
建物種別	アパート 5 階建て	構造	鉄筋コンクリート造
敷金	家賃の 1 か月分	駐車場	あり 1,000 円/月 (一部屋：1 台分)
家賃	30, 500 円～	契約保証	入居時に 60%～80%の契約保証料
設備	風呂 (追い焚き機能)、バス・トイレ別、温水洗浄便座、プロパンガス、駐輪場		

※入居可能時期はお問い合わせください。

※子育て応援住宅を退去後、3年以内に市内に住宅を取得し定住した方に、補助金を交付する「子育て応援住宅入居者向け定住促進補助制度」があります。

障がいのある子どもの支援

●身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳の交付

問：福祉課 住所：福岡蔵本字茶園62-1（総合福祉センター内）【地図番号 P40A1】
☎22-1400 FAX 26-2699 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

身体、知能、精神の障害程度に該当すると認定された方が、
様々な福祉サービスを受けるために必要となるものです。



★手帳の種類と概要

▲ 身体障害者手帳・療育手帳

手帳の種類	対象者・等級
身体障害(児)手帳	対象者：視覚、聴覚、音声、言語、肢体、心臓、腎臓、呼吸器またはぼうこう、直腸、小腸の機能、もしくはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に一定以上の障がいがある方 等級：障がいの程度により1級～6級
療育手帳	対象者：知的機能の障がいが発達期（おおむね18歳まで）に現れ、日常生活に支障が生じているため、何らかの特別の援助を必要とする状態にある方 等級：障がいの程度によりA（最重度・重度）またはB（中度・軽度）

●特別児童扶養手当

問：福祉課 住所：福岡蔵本字茶園62-1（総合福祉センター内）【地図番号 P40A1】
☎22-1400 FAX 26-2699 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

精神または身体に障がいのある20歳未満のお子さんを養育している方に、
お子さんの福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。



▲ 特別児童扶養手当

対象者	法令で定められた程度の障がいがある20歳未満のお子さんを家庭で監護・養育している父母または養育している方（所得制限あり） ただし、次のいずれかに該当するときは受給対象外 1 受給者（申請者）や対象となる子どもが日本国内に住所を有しないとき 2 対象となる子どもが児童福祉施設などに入所しているとき（通園している場合は除く。） 3 対象となる子どもが障がいを事由とする年金を受けることができるとき
支給時期	原則、4月、8月、11月に、それぞれの前月分(11月は当月分)までを支給

●障害児福祉手当

問：福祉課 住所：福岡蔵本字茶園62-1（総合福祉センター内）【地図番号P40A1】

☎22-1400 FAX 26-2699 受付日時：月～金(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

精神または身体に重度の障がいがあり、日常生活で常時介護を必要とする20歳未満のお子さんが、障がいによって生じる特別な負担を軽減する手助けのひとつとして支給される手当です。

対象者	20歳未満で次のいずれかに該当する方（所得制限あり） 1 視力の良い方の眼の視力が0.02以下のもの 2 両耳の聴力が補聴器を用いても音声を識別することができない程度のも 3 両上肢の機能に著しい障害を有するもの 4 両上肢の全ての指を欠くもの 5 両下肢の用を全く廃したもの 6 両大腿を二分の一以上失ったもの 7 体幹の機能に座っていることができない程度の障害を有するもの 8 身体の機能の障害又は長期にわたる安静を必要とする症状が前各号と同程度以上と認められる状態であって、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの 9 精神の障害であって、前各号と同程度以上と認められる程度のもの 10 身体の機能の障害もしくは症状又は精神の障害が重複するものであって、その状態が前各号と同程度以上と認められる程度のもの ただし、施設に入所の方または障がいを事由とする年金を受給している方は受給対象外
支給時期	原則、2月、5月、8月、11月に、それぞれの前月分までを支給 例）5月の支給日には、2～4月分を支給します。



▲ 障害児福祉手当



白石市内ガイドマップ(その1)



☆保育園・幼稚園・預かり

① 白石はるかぜ保育園	⑤ ベビーホームひまわり
② 認可保育所あそびの森	⑨ しらいしファミリーサポートセンター
③ 南保育園	⑩ 第一児童館放課後児童クラブ
④ カラズしらいし園	⑪ 第一小学校放課後児童クラブ
⑤ 第一幼稚園(休園)	⑫ 第二児童館放課後児童クラブ
⑥ 第二幼稚園	⑬ 福岡放課後児童クラブ
⑦ 認定こども園ひかり幼稚園	

☆子育て支援施設等

I 白石市役所
II 健康センター
III 地域子育て支援センター
IV 通所施設「白石市ひこうせん」
V 男女共同参画相談支援センター
VI プレイルームやんちゃっこ
VII 図書館・アテネ(絵本コーナー)
VIII 中央公民館
IX 総合福祉センター

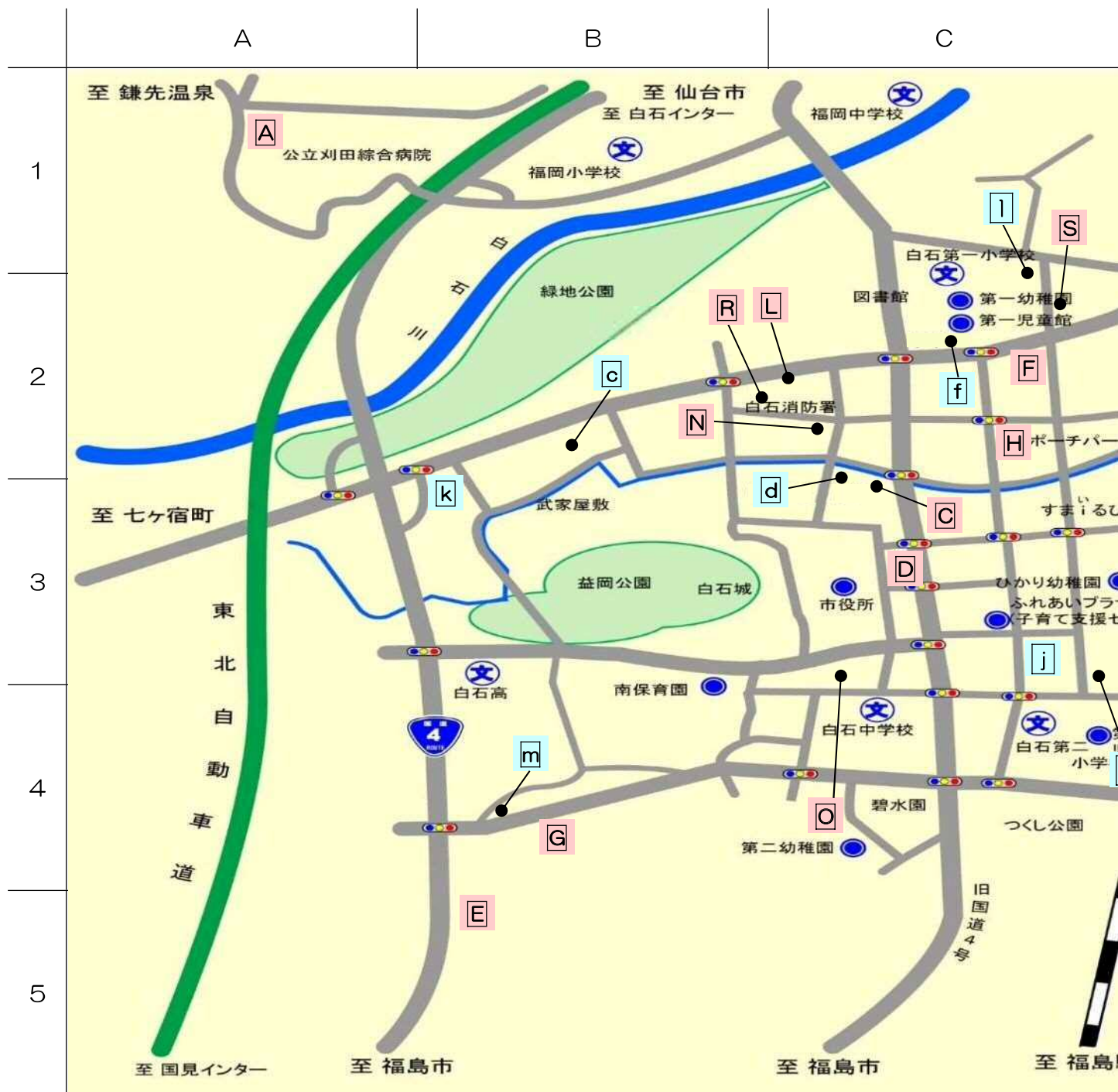
～保育園・幼稚園・預かり、子育て支援施設等、公園編～



★公園

ア愛称 二の丸公園	コ東町第2公園	テ観音崎公園
イ愛称 ひこうき公園	サ寿山公園	ト萩ヶ丘公園
ウ愛称 赤い公園	シ寿山第2公園	ナ郡山幼児遊園
エ愛称 芝生広場	ス寿山第3公園	ニ城南幼児遊園
オつくし公園	セ緑が丘幼児遊園	又城南第1公園
カ白石川緑地公園	ソ緑が丘第1公園	ネ城南第2公園
キ幸公園	タ鷹巣第3公園	ノ城南第3公園
ク延命寺公園	チ鷹巣第6公園	ハ堂形公園
ケ中央公園	ツ旭町第2公園	ヒ陣場が丘第2公園

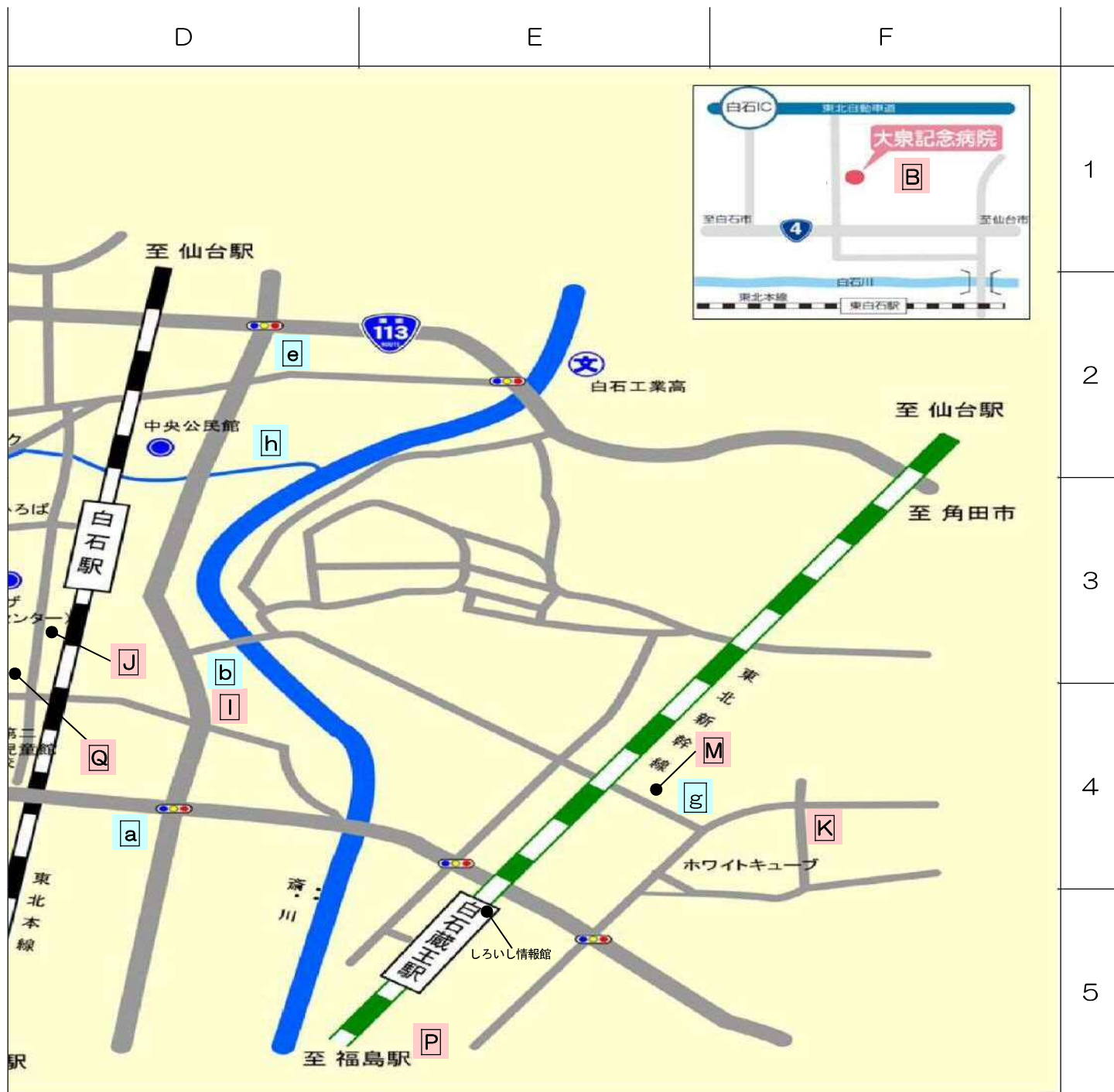
白石市内ガイドマップ(その2)



★病院

A 公立刈田総合病院	H 海上内科医院	N 水野内科クリニック
B 大泉記念病院	I 梅津内科医院	O おおはし整形外科
C 柿崎小児科	J えんどうクリニック	P 橋本整形外科医院
D 加藤小児科内科医院	K かのリズムハートクリニック	Q 浅野眼科医院
E 塚本内科消化器科	L たかはし内科クリニック	R 大手町おおはし眼科
F つつみ内科外科こどもクリニック	M 引地クリニック	S おおぬまクリニック
G こまつ外科内科クリニック		

～病院、歯科編～



★歯科

a 小野歯科医院	h ごとう歯科医院
b 清原歯科医院	i 高橋歯科医院
c けんじ歯科クリニック	j 富岡歯科医院
d 千木良デンタルクリニック	k 広瀬歯科医院
e ひかり歯科医院	l 谷津歯科医院
f 亘理歯科医院	m 吉村歯科医院
g かおる歯科医院	

子育て豆知識

●手づくりおもちゃ

手作りおもちゃは、身近にある物を利用して、何かおもしろい物はないか想像力を高め、工夫しながら作るおもちゃです。

牛乳パックやペットボトルなど、家庭にある物で作れるため、手軽にできます。子どもは親が自分のために作ってくれることが嬉しくてきっと喜んで遊んでくれることでしょう。お子さんと一緒に作るのも楽しいですね！

☆きらきらボトル

ヨーグルトの空容器を利用して作ります。コットンボールやスパンコールなどを入れると、ボトルの中できらきら動いてきれいですよ。赤ちゃんがじっくり見たり、手を伸ばしたくなるおもちゃです。

【材料】 空容器、水、洗濯のり、瞬間接着剤
コットンボール、スパンコール



【作り方】

- ① コットンボールやスパンコールを空容器に入れる。
- ② 洗濯のりと水（7：3～8：2の割合）を①の容器に入れる。
- ③ 容器の液体が漏れないようにキャップの内側に瞬間接着剤を付けてしっかりしめる。

☆スポンジボール

食器洗い用やお風呂用のスポンジを利用して作るボールです。子どもはボールが大好き。スポンジは柔らかいので小さな赤ちゃんが遊ぶのにぴったりです。ふわふわの感触も楽しんでください。

【材料】 スポンジ、輪ゴム

【作り方】

- ① スポンジを1cm角×8cm位に切る
- ② 束ねて真ん中を輪ゴムで止める
- ③ 手を離すとできあがり！



★パクパク人形

牛乳パックを利用して作るおもちゃです。人形の口をパクパクさせてお子さんに話かけて下さい。きっと楽しいおしゃべりがはじまるのではないのでしょうか。

【材料】 1L 牛乳パック1本、色ガムテープ（色画用紙などでも可）のりまたはボンド



【作り方】

- ① 牛乳パックの向かい合った角を縦に底まで切って、写真のように折りたたむ。

- ② 底が口になるように動物や好きなキャラクターの体を貼る。

*色画用紙を使う時は、牛乳パックの折り目に合わせるのがうまくいくポイント！
牛乳パックの向かい合った角を縦に底まで切って、写真のように折りたたむ。



- ③ 体の形に切り取る。

いっしょにあそぼう！

- ④ バランスを見て目や手、足などを貼る。

*目の位置や手の位置によって
オリジナルのかわいらしい
人形になりますよ。

口の所に手を入れてパクパク動かして
お子さんと遊んでください。



●親子ふれあいあそび

わらべうたは、手を握ったり、抱きしめたりするなど親子のふれあいが多く、子どもは親から愛されている実感を持つことができ、親は子どもに対する愛しい気持ちが増すといわれています。また、わらべうたを楽しむ中で「聞く」「話す」といった言葉の土台ができます。

子どもが心地よいと感じるリズムに合わせて、わらべうたで遊びましょう！

いない いない ばあ

『いないいないばあ』は赤ちゃんをあやす基本的な遊びです。赤ちゃんは「ばあ！」で大好きな人の顔が出るのを期待しながら「いない いない」の時間を過ごします。遊びの楽しさがわかると今度は自分でも顔を隠し「いない いない ばあ」をするようになりますよ。

■あそびかた■

- ①「いない いない」と言いながら両手で顔を隠す。
- ②「ばあ」で両手を開き 顔を見せる。

- ☆ お子さんが大きくなってきたら、スカーフやハンカチなどで顔を隠して遊ぶのも楽しいですよ！
おうちの方の顔やお子さんの顔にスカーフやハンカチをかけて、「いないいないばあ」でさっと取って遊ぶと喜ぶですよ。



いちり にり さんり

お子さんの足や手に触れて楽しむ遊びです。足や手にはツボがたくさんあり、くすぐりを交えて遊ぶと、血行がよくなります。お子さんが喜んでいるなら、そのまま「高い 高い」をしても楽しいですね。

■あそびかた■

- ①言葉を唱えながらお子さんの足や手を触る
 - 「いちり」 両足の親指をつかむ
 - 「にり」 足首をつかむ
 - 「さんり」 ひざをつかむ
 - 「しり しり しり」 両側でお尻をくすぐる

 - 「いちり」 両手の親指をつかむ
 - 「にり」 手首をつかむ
 - 「さんり」 ひじをつかむ
 - 「わき わき わき」 両側の脇をくすぐる



高い山 低い山

子どもを膝の上に乗せて、上げたり下げたりして遊ぶあそびです。急に上から下になったり、「どぼん！」と床に落ちたりするスリルが楽しい遊びです。好きなお膝に乗せて遊んでみましょう！

■あそびかた■

- ⑥大人は足を伸ばして座り、膝の上に子どもをまたがらせて座らせる。
- ⑥大人は「たかいやま」で膝を立て、「ひくいやま」で足を伸ばす。これを言葉に合わせ、くり返す。
- ⑥「たにそこに どぼ～ん」は大人が足を開き、足の間に子どもを落とす。

たかいやま ひくいやま
たかいやま ひくいやま
たかいやま ひくいやま
たにそこに どぼ～ん



いっぽんばしこちょこちょ

昔から伝わる、子ども達の大好きなくすぐり遊びです。手の平や、手の甲をこすったり、つねったりの皮膚刺激は脳への刺激にもなります。ぜひ、両方の手をくすぐって楽しんでください。足をくすぐるのも楽しいですよ。

■あそびかた■

- ⑥「いっぽんばし」で手の平を一本指でこする。
- ⑥「こちょこちょ」で手の平を指でくすぐる。
- ⑥「たたいて」「つねって」は手をたたきつねる。
- ⑥「ばんそうこうはって」指で×を手の平に書く。
- ⑥「なでて」で×を書いた所を優しくなでる。
- ⑥「かいだんのぼって」で子どもの手首から脇まで二本の指で登る。
- ⑥「こちょこちょ」で全身をくすぐる。



いっぽんばし こちょこちょ たたいて つねって
ばんそうこうはって なでて
かいだんのぼって こちょこちょこちょ

●おすすめの絵本

ひざに抱っこして絵本を読んであげる... 子どもと絵本との出会いの始まりです。

親から子への語りかけや絵本を読んであげるというふれあいは、人としての力と恵みが増え、親と子の結びつきを深めていくものです。

ご家庭で親と子が寄り添い、互いのぬくもりを感じながら一緒に絵本を楽しみましょう。絵本は親と子が一緒に楽しむものです。



白石市では、ブックスタートとしてお子さんが6か月の頃に絵本をプレゼントします。また、1歳6か月から2歳の頃には、お子さんが主人公の世界に一つしかないオリジナルの絵本をプレゼントします。

ご家庭でお子さんと一緒に絵本の世界を楽しんでください。

0～1歳児



もこもこ 作/谷川俊太郎 絵/元永定正 発行/文研出版

「もこもこ」「ぷうっ」など、子どもが言いたくなるような言葉と目を釘付けにする絵。「もう1回」と何度でもリクエストされる絵本です。

いないいないばあ 文/松谷みよ子 絵/瀬川康男 発行/童心社

いない いらない ばあ。にゃあにゃが、くまちゃんが、ほらね、いないいない... 笑顔がかわいい絵本です。

のせてのせて 文/松谷みよ子 絵/東光寺啓 発行/童心社

ブー、まこちゃんのじどうしゃがはしります。のせてのせて。次々にどうぶつがやってきて、まこちゃんのじどうしゃに乗せてもらいます。

しましまぐるぐる 絵/柏原晃夫 発行/学研

赤ちゃんが生まれながらに反応する『顔』や、反応がよいとされている『しましま』と『ぐるぐる』がいっぱいで色がはっきりしている絵本。泣いている子もこれを見ると泣き止みます。

じゃあじゃあびりびり 作/まついりこ 発行/偕成社

じゃあじゃあ、ガーガーなど身近なものの擬音語を楽しみながらイメージが広がる絵本です。



おべんとうバス 作・絵/真珠まりこ 発行/ひさかたチャイルド
お客はみんな食べ物。バスに乗る時の元気なあいさつと食べ物をお弁当に詰める楽しい絵本です。

がたんごとんがたんごとん 作/安西水丸 発行/福音館書店
汽車に乗せてもらうのは、コップ、スプーン、りんごにバナナ。赤ちゃんと一緒に遊べる絵本です。

ねないこだれだ 作/せなけいこ 発行/福音館書店
こんな時間に起きているのはだれだ？ふくろうにどらねこ、どろぼう... ちょっぴりこわいけど、何度も見たくなる絵本です。

だるまさんが 作/かがくいひろし 発行/ブロンズ新社
とびきりゆかいな変幻自在のだるまさんが登場します。動きがかわいくてついまねをしなくなります。

きんぎょがにげた 作/五味太郎 発行/福音館書店
ページをめくるたびに、にげたきんぎょがどこかにかくれています。子どもたちが大好きな絵探しの絵本です。小さい子も指をさしながらきんぎょを探して楽しめます。



しろくまのパンツ 作/ツペラツペラ 発行/ブロンズ新社
しろくまさんのパンツがなくなっちゃった。そこにねずみさんがきて一緒に探してあげることに... いったいどんなパンツかな？

わにわにのおふろ 文/小風さち 絵/山口マオ 発行/福音館書店
ワニのわにわには、おふろが大好き。お湯につかっておもちゃで遊び、シャワーのマイクで歌います。

たまごのあかちゃん 文/神沢利子 絵/柳生弦一郎 発行/福音館書店
卵の中でかくれんぼしているのはだれかな？繰り返しのリズムミカルな問いかけにかわいい赤ちゃんが出てきます。

おばけがぞろぞろ 作/ささきまき 発行/福音館書店
愉快なおばけが、「あそびましょ」といろいろな所から次々と飛び出して来て、向かった先は... ユニークで何ともかわいらしく、友達になりたいようなおばけたち。楽しいおばけの絵本です。

はらぺこあおむし 作/エリック・カール 訳/もりひさし 発行/偕成社
ちっちゃな卵からあお虫が生まれました。あおむしはおなかがぺこぺこ。くいしんぼうのあお虫は毎日たくさん食べ続け...。

3～4 歳児



おおきなかぶ 訳/内田莉莎子 絵/佐藤忠良 発行/福音館書店

おじいさんが植えたかぶがなかなかぬけません。おばあさんや孫、犬、猫が手伝います。「うんとこしょ どっこいしょ」かけ声が楽しい絵本です。

三びきのやぎのがらがらどん 絵/マーシャブラウン 訳/瀬田貞二 発行/福音館書店

谷をわたって草を食べに行きたいやぎの兄弟と橋の下に住んでいる魔物のトロールとの知恵比べ。大中小のやぎの違いが楽しめます。

ぞうくんのさんぽ 作/なかのひろたか 発行/福音館書店

かば、わに、かめが、なかよしのぞうの背中に乗ってさんぽにでかけます。あまりに重くて、おとっと... ほほえましい結末に笑顔がこぼれます。

ぐりとぐら 文/中川李枝子 絵/大村百合子 発行/福音館書店

なかよし野ねずみのぐりとぐらが森で見つけた大きな卵。「そうだ、カステラを作ろう」おいしそうなおい森の動物達もやってきます。

わたしのワンピース 作/にしまきかやこ 発行/こぐま社

次々に模様が変わるうさぎさんの不思議なワンピース。夢が広がるファンタジーのお話です。

4～5 歳児



かいじゅうたちのいるところ 作/モーリスセンダック 訳/神宮輝夫 発行/富士房

おかあさんにしかられて部屋に閉じ込められたマックスは、かいじゅうの国に行き王様になります。子どもの内面を描いた絵本です。

さんまいのおふだ 再話/水沢謙一 絵/梶山俊夫 発行/福音館書店

やまんばに追われる小僧を三枚のおふだが救います。スリルの中にもユーモアがあふれる昔話です。

せんたくかあちゃん 作/さとうわきこ 発行/福音館書店

せんたく好きなかあちゃんは、空から落ちてきた雷も洗ってしまいます。かあちゃんと雷との間にくり広げられる楽しく元気のよいお話です。

まゆとおに 文/富安陽子 絵/降矢なな 発行/福音館書店

鬼はやまんばの娘まゆを大きな鍋で煮て食べようとしてますが... 鬼とまゆのやりとりがユーモラスで楽しい絵本です。

めっきらもっきらどおんどん 文/長谷川摂子 絵/降矢なな 発行/福音館書店

遊ぶ友達がいないかんだが、木の根っこの穴に落ち、ついたところはへんてこな世界。かんだの不思議な世界での体験を描いたファンタジー絵本です。

～ちょっと一息、心が楽になる子育てのヒント～

柔軟な発想でリフレーミングしましょう！

リフレーミングとは、否定的な見方を肯定的な見方に換えてみることを言います。

柔軟な発想でリフレーミングをすると、短所だと思っていることも長所にすることができます。きっと自分が好きになり、子どもや他人の見方も変わり、コミュニケーションもスムーズになることでしょう！参考にしてみてください。

☆リフレーミング

書きかえたい語	リフレーミングすると
あきっぽい いいかげん 勝ち気な 負けず嫌い 変わっている がんこ 興奮しやすい おこりっぽい わがまま	好奇心おうせいな、興味が広い こだわらない、おおらか 向上心がある がんばりや 味のある、個性的 意志が強い、信念がある 情熱的、感受性豊か 自己主張できる
反抗的 乱暴	自立心がある、自分の考えがはっきりしている たくましい
まじめ 消極的 根暗 優柔不断	誠実で一生懸命、頼りになる ひかえめ、周りの人を大切にする 自分の心の世界を大切にする じっくり考える
うるさい さわがしい おしゃべり 口下手	明るい、活発、元気 人との会話を楽しむ 言葉を選ぶのに慎重
のんき のんびりしている	細かいことにこだわらない 細かいことにこだわらない、マイペース
気が強い 気が弱い	すべてに積極的、弱音をはかない 自分よりも周りを大切にする
甘えん坊 ふざける しつこい せっかちな 外面がいい だらしない 調子にのりやすい でしゃばり 生意気	人にかわいがられる、人を信頼できる 周りを楽しませる ねばり強い 反応がすばやい コミュニケーション能力がある、社交的 こだわらない、おおらかな 雰囲気明るくする、ノリがいい 世話好き 自立心がある
目立ちたがり屋 面倒くさがり屋	自己表現が活発 おおらか、細かいことにこだわらない



備えよう！ 赤ちゃんの防災



災害への備えを考える3STEP

STEP1 もしもの時を想像する

もしもの時にどんなことが起きるかを想像しましょう。ハザードマップを見たり、避難先（避難所や安全な親戚・知人宅等）までの経路を確認したり、実際に歩いてみるでもいいかもしれません。また、日頃から、災害時にいつ・誰が・何をするのかを家族で話し合い、「マイ・タイムライン（防災行動計画表）」を作っておくことも大切です。

STEP2 防災備蓄品やグッズ等を準備する

もしもの時のことを想像しながら、必要なものを準備しておきましょう。飲料水などは最低3日間、できれば1週間分を目安に、その他の必需品は3日間分程度を目安に準備しましょう。

STEP3 使ってみる・半年に1回見直す

備えたいものがいざというときに使えなければ意味がないので、避難訓練を実施して実際に使ってみましょう。特に赤ちゃん向けの用品は、成長に合わせて必要なものが次々と変わっていきますので、定期的に見直して、更新していきましょう。

赤ちゃんがいる家庭が気を付けたい4つの場面

1 避難所への移動



移動時には両手が自由に使えるよう抱っこひも等を活用しましょう。とっさの場面で赤ちゃんの頭を守るものも用意しておくとう安心です。なお、抱っこして避難したために、子どもの靴を忘れたという方が多いため、準備しておくとう安心です。また、母子健康手帳等のコピーをリュックサックに入れておきましょう。



2 授乳・食事



避難所では授乳スペースが十分確保できない可能性があるため、授乳ケープ等を用意しましょう。普段母乳で育てていてもストレスで母乳が出にくくなることもあるため、ミルクも準備しましょう。離乳食は食べなれたものを多めに用意しましょう。

3 トイレ・衛生管理

おむつやおしりふき等が手に入りにくくなる可能性があるため、普段から多く備えサイズが変わったら更新しましょう。感染症対策として、消毒グッズなども準備が必要です。



4 長期生活への備え・リラックス

特殊な環境において、大人と同じく赤ちゃんもストレスを感じます。少しでも気持ちを和らげるために、元気になるためのおもちゃやお菓子などを準備しておきましょう。赤ちゃん用の寝具などの用意もできるといいですね。



記事監修：ピジョン株式会社

白石市は、ピジョン株式会社が取り組む「あかちゃんとそなえの輪 推進プロジェクト」に賛同しています。

赤ちゃんの防災備蓄品リスト

場面	☒	品 目	備 考
避難所への移動 	☐	母子健康手帳などのコピー	普段の外出時も基本的には常に携帯しておきましょう。健康保険証などのコピーも併せて用意しましょう。
	☐	抱っこひも	いつでも使えるように、家の中の手に取りやすい場所で保管するようにしましょう。
	☐	防災ずきん(頭を守れる帽子など)	とっさの場面で赤ちゃんの頭を守ることができるものを、家の中の手に取れる場所に用意しておきましょう。
	☐	子どもの靴	抱っこして避難したために、子どもの靴を忘れたという方が多いため準備しておくとお安心です。
授乳・食事 	☐	授乳ケープ	多くの人が集まる避難所で授乳スペースが十分に確保できない可能性があるため、用意しておきましょう。
	☐	ミルク	普段母乳で育てている人もストレスで母乳が一時的に出なくなる可能性があるため、少量は用意しておきましょう。
	☐	哺乳びん・授乳用カップ	水が不足し洗浄消毒ができなくなる場合に備えて、使い捨てで利用できるものも用意しておきましょう。
	☐	調乳・洗浄消毒用具	カセットコンロは大人用の調理用具にもなるのでお家に用意しておくといいでしょう。
	☐	離乳食	特にアレルギー対応品は災害後入手が難しくなる場合があるので、多めに用意しましょう。
	☐	食器(お皿・スプーン)	使い捨てのものも用意しておきましょう。エプロンもあるといいでしょう。
トイレ・衛生管理 	☐	飲料水(ミルク用と水分補給用)	ミルク用の他に赤ちゃんの水分補給として赤ちゃん用麦茶などもあるといいですね。
	☐	紙おむつ	サイズが変わったら備蓄の更新も忘れずにしましょう。ライナータイプを活用することで枚数を減らすことができます。
	☐	おしりふき	多めに用意しておく、お手拭きや身体拭きとしても使用することができます。
	☐	タオル・ゴミ袋	組み合わせて使用することで簡易的なおむつとしても使用することができます。
	☐	除菌シート・ウェットシート	多くの人が密集して生活する避難所では感染症が流行することが多いため、対策として用意しておきましょう。
	☐	常備薬・応急セット	つめ切りなどのお手入れ品のほか、普段使っているお薬を入れておきましょう。
リラックス 	☐	生理用品・母乳パッド	ママが必要なグッズも数が不足する場合があるので忘れずに準備しておきましょう。
	☐	おもちゃ・絵本	赤ちゃんがぐずってしまうことが避難所での一番の悩みとされています。音の出ないものを用意しましょう。
	☐	おやつ・お菓子	離乳食などとは別に、好きなキャラクターが書いてあるなど、元気になるお菓子を用意しておくといいでしょう。
	☐	赤ちゃん用の寝具	赤ちゃんが安心して過ごすことができるスペースを確保するために使用することができます。
	☐	家族写真	大切な写真を用意しておきましょう。実際に被災された方も写真をみて元気が出たという方もいらっしゃいます。

●大人の料理からの簡単取り分け離乳食

大人用に作る料理を途中で取り分け、赤ちゃんの月齢に合わせて食材を食べやすい大きさに細かく刻んだり、すりつぶしたり、味付けを薄味にするなどしてみましょう。簡単に家族みんなで食事を楽しむことができますよ。

☆けんちゃん温麺(うーめん)

大人用



【材料(1人分)】

温麺(乾麺) 100g、ごぼう 30 g、人参 40 g、大根 40 g、しいたけ 10 g、ねぎ 20 g、ささみ 40 g、油 10 g (大さじ1杯弱)、みそ 12 g (大さじ2/3)、しょうゆ6g (小さじ1)、酒 10 g (小さじ2)、だし汁 200ml

【作り方】

- ① 温麺を茹でて水にさらしたあと、水気を切る。
- ② ごぼうはさがき、人参・大根はいちょう切り、しいたけは千切り、ねぎは斜め切りにする。ささみはそぎ切りにする。
- ③ 鍋に油を熱し、ごぼう、人参、大根、しいたけの順に入れて炒め、火が通ったら、ささみとだし汁を加えて煮る。
- ④ 野菜がやわらかくなり、ささみに火が通ったらアクをとって味を調え、最後にねぎを入れる。

5、6か月用



【作り方】

- ① 大人用①より、茹でた温麺 20gを取り出し、よく洗う。
- ② 温麺の形が見えなくなるようにつぶし、食べやすいなめらかさになるまでだし汁を混ぜてのばす。

7、8か月用



【作り方】

- ① 大人用①より、舌でつぶせるくらいにやわらかくゆでた温麺を20g取り出し、よく洗って5mm程度の長さに切る。
- ② 大人用の②から、人参 10g と大根 10g を取って細かくきざみ、鍋にだし汁 1/3 カップを入れ、3～5mm 程度に粗くつぶす。
- ③ 最後に温麺を入れる。

9～11 か月用



【作り方】

- ① 大人用①より、茹でた温麺 30g を取り出し、1cm 程度の長さに切る。
- ② 大人②の中から、人参 20g と大根 20g、ささみ 10g を取り出し、5～8mm 程度に切り、だし汁 1/3 カップとともに鍋に入れやわらかくなるまで煮る。
- ③ ②に温麺を入れ、温麺がやわらかくなったら出来上がり。

12～18 か月用



【作り方】

- ① 大人用①より、茹でた温麺を 30g 取り出し、3～5cm 程度の長さに切る。
- ② 大人用②より、ねぎは薄い小口切りに、その他は大人用より小さめに切る。
- ③ 大人用③でねぎも一緒に炒め、調味料を入れる際に、みそとしょうゆを少々入れ、汁の味を調える。
- ④ 温麺を入れ、ひと煮立ちさせたらお椀に盛る。

ワンポイントアドバイス！ 離乳が進み、味をつける場合、汁物は湯で薄めてもいいでしょう。

子育てに優しい“白石温麺（うーめん）”

毎月7日は温麺の日！
みんなで食べよう！

白石温麺の由来

白石温麺は約400年の伝統を誇る白石市の名産品です。

江戸時代のころ、白石城下に住む鈴木味右衛門が、旅の僧から油を使わない麺の製法を学び、苦心の末に小麦粉と塩だけで麺をつくり胃病の父親に食べさせたところ、たちまち病が回復しました。

この話を聞いた白石城主片倉小十郎公が、親を思う温かい心で作った麺であるとして「温麺（うーめん）」と名付けたと伝えられています。

白石温麺の特徴

- ・長さ9cmで短い
- ・油を使っていない
- ・ゆで時間3分で手早く作れる



そうめんとの違い

白石温麺は、麺の分類上はそうめん類になりますが、白石温麺の特徴である「長さ9cmで短い」「油を使っていない」ことがそうめんとの違いです。

白石温麺と離乳食

赤ちゃんは、食べ物を噛んだり消化する力が未発達なため、離乳食を作る時に食材を食べやすい大きさに細かく刻んだりすりつぶしたりしますが、白石温麺は長さ9cmのため、切る手間が少なく済みます。

また、白石温麺の由来にもあるように、油を使っていないことから消化がよく、子どもが食べやすいため、離乳食に向いているといわれます。

「白石うーめん体操」動画が楽しめる

温麺は食べるだけでなく、軽快なリズムに合わせた白石うーめん体操として保育園や幼稚園児をはじめ広く市民の皆さんに親しまれています。

インターネット動画共有サイトの「ユーチューブ」で配信していますので、白石の魅力が詰まったこの体操を、ぜひお楽しみください。



～子育てホッとマップ（12号更新版）発行に当たって～

令和5年3月発行の白石市の子育てハンドブック「子育てホッとマップ（12号）」は、白石市役所組織変更に伴い令和6年4月より内容を更新しました。

発行に当たっては、子育て中の方の思いに耳を傾け、子育てにかかわるすべての人の幸せを願って作成いたしました。多くの方々にご協力をいただき心から感謝いたします。

この子育てホッとマップが、一人でも多くの親や子に笑顔をもたらすきっかけになることを願っております。

この冊子は、「宮城県少子化対策支援市町村交付金」の補助を受けて作成したものです。

- 発行者 宮城県白石市
- 改訂日 令和6年3月
- 編集 白石市保健福祉部子育て支援課
〒989-0292 宮城県白石市大手町1-1
☎0224-26-8836
白石市保健福祉部地域子育て支援センター
〒989-0275 宮城県白石市字本町27
☎0224-22-6025
- 印刷 株式会社ホクトコーポレーション

