

# 日南市 子育て 情報誌

— 2025 —

はぴねす



ひなちゃん

年齢別で見る  
「子育て  
サポート」一覧表

4

おでかけマップ

6

イベント・  
祭り情報

18

妊婦・子育て  
世帯の防災準備

20

妊娠編

25

今どきの妊娠・  
出産事情と不妊  
専門相談窓口

28

産後編

30

赤ちゃん編

31

乳幼児の健診

35

幼児編

38

保育所(園)・認定  
こども園の入所  
について

40

保育所(園)・認定  
こども園一覧

43

親子で過ごせる  
子育てスポット

46

育児の支援

48

小学生編

50

保護者編

54

障がいのある  
子どもさんの  
日中の活動支援

58

ひとり親  
家庭の方へ

60

心に寄り添う訪問看護サービスで笑顔になれる毎日

訪問看護ステーション

笑 えがお 生



月刊Routes(ルーツ)  
2025年2月号に  
当社の記事が  
掲載されました!

## 訪問看護とは?



訪問看護とは、病気や障がいのために療養生活が必要な方のご自宅に、看護師が訪問して看護をおこなうサービスです。

リハビリスタッフによる専門的なリハビリや、生活上の相談やアドバイスも行い、ご本人、ご家族共に安心して在宅での生活を過ごしていただけるようなサポートを目指しています。

## 対象となる方 0歳～高齢者まで

要介護・要支援または  
特定疾患と認定された方は  
もちろん、**医療的ケア児、  
難病、精神疾患など**



## ナースアテンダント (付き添いのお手伝い)

実費での看護サービス  
利用料は1時間/¥5000  
からが目安です。詳細は  
ご連絡・相談ください。



私たち訪問看護ステーション「笑生-えがお-」は、利用者様と、そのご家族が  
笑顔で過ごせる毎日をサポートすることを使命としています。

私たちは、専門的な医療ケアと心のごもったサポートを提供することで、

その人らしい療養生活を安心して続けられるよう、利用者様や、

その家族に専門的な医療ケアと、心のごもったサポートを提供することに努めます。

**【利用時間】月～土曜日 9:00～17:00 ※それ以外は要相談**  
日曜・祝日・年末年始は時間外、状況に応じては訪問致します。

**その他お困りのことなどお気軽にご相談ください**

**TEL.0987-55-9600 FAX.0987-55-0230**





## 日南市の子育て応援！

### 発刊にあたって

日南市子育て情報誌「はびねす」は、きらきら輝く青い海と空、緑の山々に囲まれた豊かな自然や穏やかな気候と温かい人情にあふれる日南市で、夢いっぱいの子育てを楽しんでいただけるよう、子育てに関するさまざまな情報をまとめたものです。ぜひあなたの子育てに合った支援を活用して、あなたらしい子育てを楽しんでください。悩みや不安は、子育ての先輩たち、専門家がサポートしますので、遠慮なくお問い合わせください。

子育て中の方だけでなく、これから結婚・出産を迎えられる方にも、妊娠・出産・子育て等についての理解や知識を深めていただける内容となっています。最新の子育て事情をお役立てください。

令和7年1月



日南市子育て  
応援キャラクター  
ひなちゃん



### 子どもと遊ぼう //

床に仰向けに寝かせ、両足を持って、前後に行ったり来たり。最初のうちは、子どもの膝を曲げて押しますが、しだいに自分でつっぽろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

# INDEX

## 4 年令別で見る 「子育てサポート」一覧表

## 6 おでかけマップ

● 全域MAP	6
● 油津エリア	8
● 吾田エリア	10
● 飫肥エリア	12
● 北郷エリア	14
● 南郷エリア	16

## 18 イベント・祭り情報

## 20 妊婦・子育て世帯の防災準備

## 25 妊娠編

● 妊娠届出及び母子健康手帳交付	25
● 妊婦一般健康診査	25
● 妊婦さんが気をつけたいポイント	25
● 母子健康手帳と一緒に活用	26
● 日南市内の産婦人科・助産院	26
● 妊娠から出産までの手続き	26

## 28 今どきの妊娠・ 出産事情と不妊専門相談窓口

● 晩婚化・晩産化の影響とは？	28
● 加齢によるリスクも出てきます	28

● 女性の加齢の問題／卵子の老化	28
● 男性の加齢の問題／精子も老化する	28
● 加齢による妊娠への影響	29
● 女性にとっては	29
● 不妊専門相談センター「ウイング」	29
● 不妊検査費助成事業（不妊検査費の助成）	29
● 不育症治療費助成事業（不育症治療費の助成）	29

## 30 産後編

● 産後のこころ	30
● 産後のからだ	30

## 31 赤ちゃん編

● 生活のリズムを整えましょう。	31
● 「泣き」は赤ちゃんの言葉です。	31
● たくさん話しかけて、 たくさん抱っこしてあげましょう。	31
● オムツ替えはまめにしましょう。	31
● 赤ちゃんの発達・ 発育を知って関わってあげましょう。	32
● 口腔内を清潔にしておきましょう。	32
● 赤ちゃんとの外出	32
● 夜間の急病。まず電話相談！	32
● 赤ちゃんの不慮の事故を防ぎましょう！	34

## 35 乳幼児の健診

● 健診等	35
● 相談等	35
● 予防接種	36

広 告

# 子育て応援定期積金

適用  
金利

年 0.3%

（税引前）



宮崎第一信用金庫

詳細はこちらから👉



## 38 幼児編

- 親子の笑顔が増えますよ  
幼児期につけておきたい生活リズム ..... 38

## 40 保育所(園)・認定こども園の入所について

- 保育所(園)・認定こども園を利用するには支給認定が必要です。 ..... 40
- 保育料はどうなるの? ..... 40
- 保育所(園) ..... 41
- 認定こども園 ..... 42

## 43 保育所(園)・認定こども園一覧

- 保育園 ..... 43
- 認定こども園 ..... 44
- 小規模保育事業 ..... 45
- 企業主導型保育事業所 ..... 45
- 事業所内事業所 ..... 45

## 46 親子で過ごせる子育てスポット

- 日南市子育て支援センター「ことこと」 ..... 46
- 地域子育て支援センター ..... 47
- その他子育て支援 ..... 47

## 48 育児の支援

- 日南市ファミリー・サポート・センター ..... 48
- 病児病後児保育事業 ..... 49

## 50 小学生編

- 小学校に入学するまで ..... 50
- 小学生のくらし ..... 50

- 放課後児童クラブ ..... 51
- 放課後子ども教室について ..... 52
- 日南市の小学校 ..... 52
- 日南市の中学校 ..... 53

## 54 保護者編

- もしも悩んだら... ..... 54
- 育児に関する相談機関 ..... 55
- こころの悩みは... ..... 56
- 体罰等によらない子育てのための工夫のポイント ..... 57
- 「しつけ」と「体罰」はちがいます ..... 57

## 58 障がいのある子どもさんの 日中の活動支援

- 障がいのある子どもさんの日中の活動支援 ..... 58

## 60 ひとり親家庭の方へ

- ひとり親家庭等を対象とする手当など ..... 60
- ひとり親家庭等への医療費の助成 ..... 60
- ひとり親家庭等を対象とする就業支援 ..... 60
- ひとり親家庭等を対象とする貸付制度 ..... 61
- さくいん ..... 62

# UD FONT

見やすいユニバーサルデザイン  
フォントを採用しています。

広 告



## 太陽スポーツクラブ

☎0987-22-3010 日南市吾田東6-2-27-1F

年少～小学6年生まで

**随時無料体験  
実施中**



サッカー



クロス体育



陸上(かけっこ)



問い合わせフォーム

# 子育てカレンダー

年令別で見る「子育てサポート」一覧表

	妊娠前・後	0歳	1歳	2歳	3歳
出産前	母子健康手帳交付 ▶ P25 妊婦一般健康診査 ▶ P25	産婦健康診査 ▶ P27 産後ケア事業 ▶ P30			
親子の健康		新生児聴覚検査 ▶ P27 こんにちは赤ちゃん事業 ▶ P27 離乳食教室 ▶ P35 3か月児健康診査 ピョピョ 10か月教室 ▶ P35 乳児一般健康診査 ▶ P35 予防接種 ▶ P36 休日や夜間の急病 ▶ P32	1歳6か月児健康診査 ▶ P35 未就学児フッ素塗布 ▶ P35	2歳6か月児教室 ▶ P35	3歳6か月児健康診査 ▶ P35
子育てに悩んだら		地域子育て支援センター ▶ P47 各種相談機関 ▶ P55			
子どもを預けたいときは？			ファミリー・サポート・センター ▶ P48 各種一時預かり事業 ▶ P43~45 病児病後児保育事業 ▶ P49 認定こども園 ▶ P42 保育園・保育所 ▶ P43~44 認可外保育施設 ▶ P45		
家庭への支援・補助		不妊検査費助成事業 ▶ P29 不育症治療費助成事業 ▶ P29 出産・子育て応援交付金 ▶ P26 みらい応援給金 ▶ P26 出産手当金 ▶ P26 出産育児一時金 ▶ P27 出産費貸付け制度 ▶ P27	未熟児養育医療費 ▶ P27 こども医療費助成制度 ▶ P27 児童手当 ▶ P27 児童扶養手当、母子及び父子家庭等の医療費助成 ▶ P60		



広告

空調換気・給排水衛生 消防設備設計施工 土木・貯水槽清掃・メンテナンス  
特定建設業



宮崎県知事許可特(第2)第5216号

株式会社

平原設備

代表取締役 平原 啓悟

事務所／宮崎県日南市星倉3丁目4-11

北郷営業所／宮崎県日南市北郷町郷之原乙677

TEL (0987)25-3286 (代)

TEL (0987)55-4460



4～6歳

7～12歳

13～15歳

16～18歳

問い合わせ先

年齢別で見る「子育てサポート」一覧表

こども健康係  
0987-31-1131こども健康係  
0987-31-1131  
こども家庭支援係  
(こんにちは  
赤ちゃん事業)  
0987-31-1174こども保育係  
0987-31-1131  
各機関こども保育係  
0987-31-1131

放課後児童クラブ ▶ P51

こども課  
0987-31-1131  
日南保健所  
0987-23-3141  
加入の保険者

広 告



(有)ひだかビルシステム  
(有)ひだか白蟻



しろありのことならお任せください!

調査・お見積り無料



白あり予防・駆除 清掃 施設警備 害虫防除 ハチ駆除

(本社)日南市西弁分三丁目3番地8

☎0987-23-3844

<https://hidaka-builsystem.com/>



広 告

一般内装、一般住宅  
新築、リフォーム  
壁・床貼り施工  
カーテン・ブラインド等

# 久保装飾

戸高一丁目16番地6  
TEL 22-3688  
携帯 090-3328-4452





P 駐車場 トイレ 遊ぶなど

## 富士海水浴場

- 開 毎年7月第1日曜日(予定)～8月31日  
(期間中無休、悪天候時を除く)  
◎ 9:00～17:00  
📍 日南市観光案内所 ☎0987-31-0606

## 酒谷キャンプ場

家族はもちろん大人数で泊まれる施設や  
体育館もあるので団体でも利用できます。  
夏場は場内のプールで小さい子も遊ぶこ  
とができます。



## 道の駅酒谷



加工所で作られる  
できたての「草だん  
ご」や地元の新鮮な農  
産物が購入できます。  
敷地内には遊具広  
場があり、おいしい空  
気の中で子どもと遊  
ぶことができます。

- ◎ 4月～9月 8:30～18:00 /  
10月～3月 8:30～17:00(お食事処  
10:00～16:00)

休 1/1



## ハマボウ公園



- 遊ぶ 船の形の複合遊具、スプリング遊具、  
芝生ひろば

トイレ P

## 大堂津海水浴場

- 開 毎年7月第1土曜日(予定)～8月31日  
(期間中無休、悪天候時を除く)  
◎ 9:00～17:00  
📍 日南市観光案内所 ☎0987-31-0606



No.	公園名	住所
①	ハマボウ公園	大字下方4965番1地先
②	大堂津児童遊園	大堂津5丁目4849番145
③	道の駅酒谷(遊具広場)	大字酒谷1840-4

広 告

60 株式会社 スターオフィス

■不動産・売買  
■賃貸・仲介

■空き家管理

日南市中央通1丁目2-19 スターアミ1F

TEL0987-67-0084



花のある暮らしをお届けします。

宮崎県日南市のお花屋さん

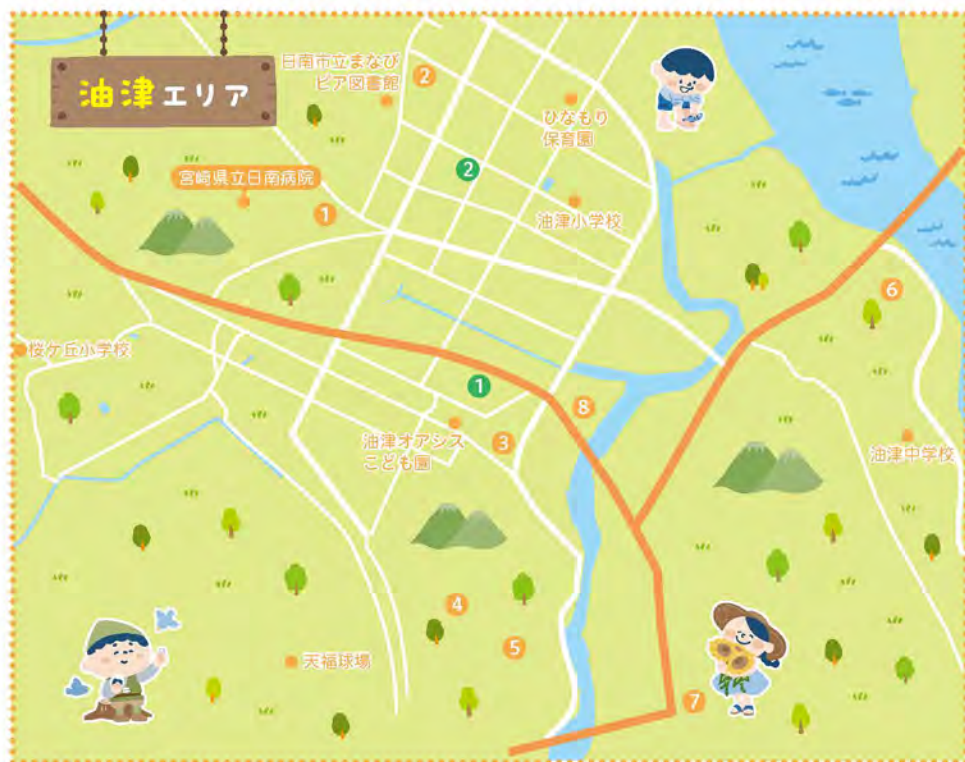
松本花屋

flower gift shop

本 店/日南市中央通1丁目10-25  
TEL 0987-23-3588 代  
FAX 0987-24-0108

サビア店/日南市材木町4-1  
サビア日南ショッピングセンター内  
TEL-FAX 0987-31-1728  
詳しくはHPをご覧ください。





No.	公園名	住所
①	和田街区公園	木山2丁目22番1
②	木山街区公園	木山2丁目29番5
③	なかよし公園	材木町4087番37
④	岩崎街区公園	瀬西1丁目157番1
⑤	乙姫第1公園	乙姫町467番4
⑥	祇園公園	梅ヶ浜1丁目5727番1
⑦	みなと児童遊園	油津2丁目5番1
⑧	堀川公園(夢ひろば)	材木町1-13

No.	公園名	住所
①	海田街区公園	中平野1丁目9番6
②	高樋街区公園	瀬貝1丁目18番14
③	鶴木街区公園	瀬貝2丁目9番1
④	梅ヶ浜ふれあい公園	梅ヶ浜2丁目5908番1

No.	子育て支援名称
①	子育て支援センター「ことこと」
②	アイアイキッズ(油津恵愛幼稚園内)

広 告



株式会社  
**藤丸設備**

県知事許可(般)第13756号 県知事許可(般)第329号

代表取締役 斉藤 篤史

日南市大字平野 2781-5

**TEL 0987-23-4183**

**FAX 0987-23-4189**





## 堀川公園(夢ひろば)



なし、芝生ひろば P



## まなびピア図書館



0987-22-5666

おでかけマップ

## 子育て支援センター「ことこと」



9:00~18:00 無料

休 毎週水曜日(水曜日が祝日の場合は翌平日が休館)、年末年始

### 利用案内

鉄肥杉に囲まれ小さなお子さまでも安全な木のおもちゃで遊べます。各種講座や一時預かり、ベビー用品やおもちゃ・絵本の貸し出しも行っています。詳しくは46ページをご覧ください。



## 市立図書館(全館共通)

火~金曜日 9:00~18:00  
土・日、祝日 9:00~17:00

休 毎週月曜日、第3日曜日、  
年末年始、  
ほかに特別整理期間あり

### 利用案内

出生手続きが済めば、0歳から貸出しカードが作れます。ひとりで1回に10冊まで、14日間借りることができます。返却は、各図書館及び移動図書館のどこでもできます。インターネットでの予約も可能です。詳しくは各館へお問い合わせください。



広告



# 井藤耳鼻咽喉科

〒887-0012 日南市園田 1-4-12

TEL 0987-22-5522



No.	公園名	住所
1	前田街区公園	星倉3丁目19番8
2	中河原街区公園	星倉3丁目22番1
3	宮之前街区公園	星倉4丁目12番3
4	花みずき公園	吾田東8丁目3532番32
5	三角公園	吾田東5丁目4017番133
6	戸高街区公園	中央通2丁目9番1
7	中央児童遊園	大字戸高1021番2
8	中央街区公園	中央通1丁目7番2
9	横通街区公園	戸高1丁目3番11
10	大柳街区公園	戸高2丁目12番4
11	吾田団地街区公園	戸高4丁目11番18
12	針町街区公園	上平野町1丁目9番1
13	平野街区公園	上平野町2丁目9番1

No.	公園名	住所
14	鶴ヶ峰団地公園	中平野2丁目2324番22
15	日南総合運動公園(わんぱく公園)	殿所2200
16	日南総合運動公園プール	大字殿所2200
マップ外	星倉第1公園	大字星倉6323番46
	二の丸公園	大字星倉6100番4
	南平第1街区公園	時任町3番5
	南平第2街区公園	時任町19番4

No.	子育て支援名称
1	すぎっこランド(わかすぎ保育園内)
2	ピッピの部屋(あがた幼稚園内)
3	シャロットの家(四季の森こども園内)
4	てとて(にちなん保育園内)

広告



社会福祉法人 裕愛会  
幼保連携型認定こども園

# 中央こども園



～子どもたちが それぞれに 自分の芽を 息吹かせられるように～



6ヶ月～就学前までの教育保育  
＜子育て支援事業＞  
第2・第4木曜日 10:00～11:00  
園庭開放しています

赤ちゃんサークル、音楽と絵本のコンサート他  
〒887-0021 日南市中央通り 1-1-8

TEL.0987-23-0220 詳しくはHPを  
FAX.0987-23-0238 ご覧下さい





P 駐車場 トイレ 遊具など

## 日南総合運動公園(わんぱく公園)



木製アスレチックなど複合遊具、低年齢児向け複合遊具、ブランコ、スプリング遊具、砂場、芝生ひろば

P



おでかけマップ



## 中央街区公園

木製アスレチックなど複合遊具、砂場、スプリング遊具、芝生ひろば

P



## 日南総合運動公園 遊泳プール

◎ 夏季期間 9:30~16:30 その年により違うため要問合せ

¥ 幼児210円、小中高生360円、一般520円

☎ 0987-23-6563(プール開放時のみ)



広 告

社会福祉法人 裕愛会

# わかすぎ保育園

めざす子ども像

ゆたかなこころ  
げんきなからだ  
かがやくえがお

〒889-2533 日南市星倉 4482-1  
**TEL.0987-23-5565**

ホームメイト TM 株式会社 猛政 タケマサ 総合リフォーム 注文住宅

代表取締役 瀬戸山 猛 建設許可番号 宮崎県知事 許可(設-4)第14643号

注文住宅・戸建リフォーム  
内装・外装工事、エクステリア  
お見積り無料、施工スピード、アフターサービス

タケマサ

- 外壁屋根塗装
- 水廻り工事
- 内装・外装工事
- エクステリア

〒887-0022 日南市上平野町1丁目4-6  
**TEL:0987-23-7110 FAX:0987-23-7118**  
お住まいの事なら何でも相談!



No.	公園名	住所
①	飛ヶ峯街区公園	今町2丁目22番1
②	今町街区公園	今町2丁目15番1
③	竹香園	大字星倉5556番2
④	向原河川緑地 (せせらぎ水路)	星倉1丁目 121番地先
⑤	向原街区公園	星倉1丁目13番1

No.	公園名	住所
マップ外	西公園	大字楠原2086番1
	前鶴街区公園	飢肥6丁目3846番1
	白岸街区公園	星倉2丁目7番1

No.	子育て支援名称
①	ひよこクラブ(日南・飢肥カトリック幼稚園内)
②	れおくらぶ(日南幼稚園内)
③	サンサンのおうち(子供の家幼稚園内)
④	るんぴにくらぶ(浄念寺学園内)



## 子どもと遊ぼう

子どもをおなかにまたがせ、仰向けに寝ます。膝を立てておなかの力を使い起き上がり、**おでことおでこでごっつんこ**。親の腹筋の運動にもなります。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



## 𪛗肥城周辺

伝統的建造物群保存地区に指定されている𪛗肥の街を親子で探索しませんか。

観光駐車で販売されている「あゆみちゃんマップ」を購入するとお得に𪛗肥城由緒施設等を見学でき、𪛗肥のグルメも堪能できます。



おでかけマップ

## 四半的射場



- 📍 観光駐車場内
- 🕒 9時半～17時  
(受付16時まで)
- 💰 大人450円  
小学生から  
大学生300円



## 向原河川緑地 (せせらぎ水路)



水路使用期間

7月中旬～9月下旬 9:00～17:00



広告



日南市上下水道工事指定店

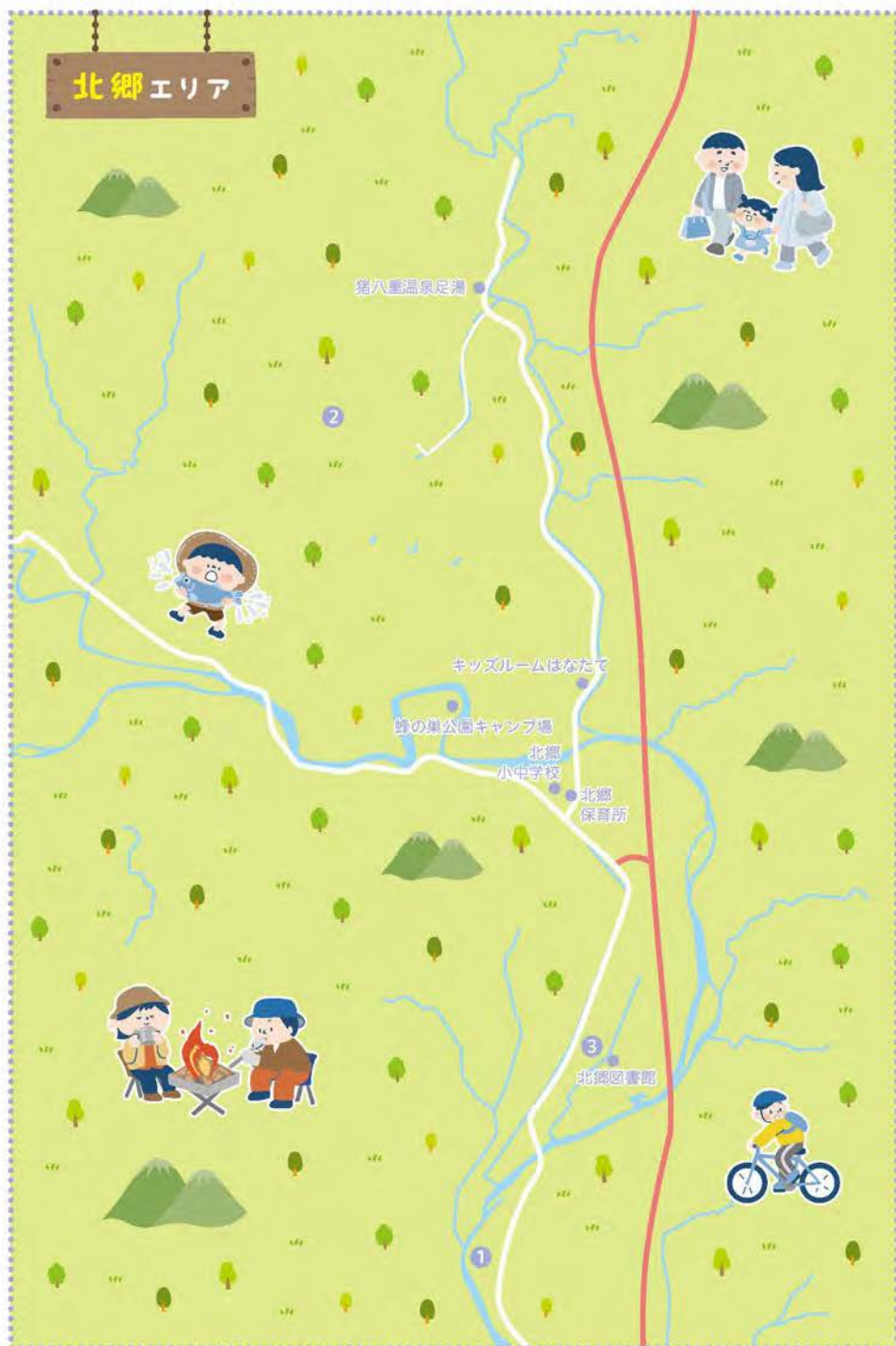
有限会社 要水道設備

給排水衛生・上下水道・浄化槽・給湯器・空調

TEL.25-4342

日南市𪛗肥 1-2-30

# 北郷エリア





No.	公園名	住所
①	大藤河川公園ファミリースポーツランド(河川公園)	北郷町大藤甲 広渡川河川敷
②	花立公園	北郷町郷之原
③	道の駅きたごう(インクルーシブ遊具)	北郷町郷之原乙1477-1

## 道の駅きたごう

遊具広場には障がいのある子もない子と一緒に遊べるインクルーシブ遊具が設置されています。

道の駅では食事やデザートを食べることができ、授乳室等も備えています。



## 蜂の巣公園キャンプ場

コテージには天然温泉があります。

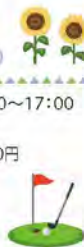


## 大藤河川公園(パークゴルフ)

**利用期間** 通年(12/29~1/3除く)、8:30~17:00

¥ 大人1日470円/半日240円、  
子ども(中学生まで)1日230円/半日120円

☎ 〈予約等〉パークゴルフ場管理事務所  
☎ 090-1614-2894



## 猪八重溪谷温泉足湯

◎ 〈入 浴〉10:00~17:00 休 月・木 ¥ 無料

## 北郷図書館

☎ 0987-55-2469

## 広渡ダムレイクサイド公園プール

◎ 夏季期間 9:00~12:00、13:00~16:00  
その年により違うので要問合せ

¥ 高校生以上500円 小・中学生400円 未就学児200円  
見学・付き添い100円

☎ 0987-55-2114(北郷町温泉協会)



## 子どもと遊ぼう

赤ちゃんを仰向けに寝かせ、棒状にしたタオルを子どもが手を伸ばして、つかもうとするまで待ちます。タオルの端をつかんだら、少し引っ張ってみます。手を離してしまったら、もう一度チャレンジ。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



## 子どもと遊ぼう //

バスタオルを2回ほど結び、タオルのボールを作ります。お座りしている子どもの胸あたりに投げて、キャッチさせます。子どもにタオルボールを**抱っこ**させ、「つかむ」感覚を覚えさせましょう。



出典 厚生労働省「健卒育成のための活動プログラム」



No.	公園名	場所
①	栄之森公園	南郷町中村乙65番1地先
②	目井越時計台公園	南郷町中村乙2043番
③	南町児童公園	南郷町南町10番4
④	目井津児童公園	南郷町中村乙4853番4
⑤	外浦児童公園	南郷町潟上134番119
⑥	新開児童公園	南郷町中村乙7101番391
⑦	ふれあいの丘公園	南郷町中村乙3660番
⑧	南郷中央公園(たこ公園)	南郷町西町1番1

No.	子育て支援名称
①	にこにこくじらっこ(みなと保育園内)
②	南郷子育てハーバーマーメイド(にじ色の海こども園内)
③	フェアリールーム(立正こども園内)

## 道の駅なんごう

亜熱帯作物支場の中にある道の駅でトロピカルな気分が味わえます。

5月下旬からは世界3大花木のひとつであるジャカランダが見ごろとなります。

マンゴーソフトを片手に親子で散策してみはいかがでしょうか。



## 南郷中央公園

(たこ公園)

- タコの形の滑り台遊具、アスレチック遊具、すべり台、砂場、スプリング遊具



## 栄松ビーチ・キャンプ場

シーカヤックやシュノーケリングなどのマリンレジャーが楽しめるキャンプ場です。

●海水浴

開 毎年7月第2土曜日(予定)～8月31日

🕒 9:00～16:00

📞 管理事務所 ☎0987-64-0002



## 大島、大島アドベンチャー

キャビン・コテージ

📞 管理事務所

☎栄松ビーチ管理事務所  
0987-64-0002



## 南郷図書館

(南郷ハートフルセンター内)

🕒 0987-64-0924

## 広 告



### ★ 保育目標 ★

- ・リーダーシップのある子ども
- ・協調性のある子ども
- ・自律する子ども
- ・おもいやりのある子ども
- ・後伸びする子ども
- ・非認知能力の高い子ども



**TEL.0987-64-0331**

〒889-3207

日南市南郷町東町9-8

**園児募集中**





家族で楽しめる



# 市内のイベント・祭り情報

問 日南市観光案内所

☎ 0987-31-1134



1月下旬～2月上旬

## Jリーグキャンプ

📍 市総合運動公園陸上競技場

キャンプを見て、サッカー選手になりたいという夢が膨らむかも？



春季2月初旬～下旬・秋季11月初旬～中旬

## 広島東洋カープキャンプ

📍 天福球場

## 埼玉西武ライオンズキャンプ

📍 南郷スタジアム

毎年春と秋に行われるキャンプ。選手の姿を間近で見られるチャンスです。



3月下旬～4月上旬

## 花立公園桜まつり

📍 花立公園

20haの広い園内にソメイヨシノや山桜など約1万本が咲く桜の名所。展望台や遊歩道、休憩所が整備され、お散歩にも最適。



5月下旬～6月中旬

## ジャカラランダまつり

📍 「道の駅」なんごう

世界三大花木の1つであるジャカラランダが約1,000本群生する日本で唯一の場所。

広告

## 一般建築設計・施工

宮崎県知事許可第8890号  
2級建築士事務所 宮崎県知事b-6440号

有限会社  
**嶋大嶋工務店**

代表取締役社長/二級建築士 大嶋 誠一  
〒889-3143 宮崎県日南市大字下方11番地

TEL・FAX **0987-27-2432**

E-mail: o-shima-k@btvm.ne.jp







7月中旬の土曜日・日曜日

## 油津港まつり 花火大会

📍 油津港周辺

約10000発の花火大会、弁甲競争、体験航海など、大勢の人で賑わいます。(花火大会は土曜日に開催)



8月最終土曜日

## なんごう黒潮まつり

📍 目井津港周辺

📍 南郷地域振興センター

☎0987-64-1114

8月の最後にある花火大会。ステージイベントもあります。



イベント・祭り情報



10月第3土曜日・日曜日

## 飢肥城下まつり 📍 飢肥城周辺

飢肥の街を中心に繰り広げられる、秋の日南を代表するお祭りです。武者行列や泰平踊、ミスお姫様などのパレード、伝統の四半の大会など、城下町の風情をたっぷりと味わえる2日間です。城内では杉木工品や特産物の販売もありますよ。観光気分で散策するのも楽しいですね。



11月上旬

## 子育て応援フェスティバル

📍 油津〜ことこと周辺

子どもたちへの絵本や紙芝居の読み聞かせ、親子で作ったり遊んだりできるコーナーがあります。市内の保育施設等の情報展示もあります。油津キャナルマルシェ、フクちゃんまつり(福祉まつり)も同時開催されます。

📍 子育て応援フェスティバル  
実行委員会(ことこと)

☎0987-27-3808

広告



訪問看護  
ステーション **笑** えがお **生**



詳しい内容は  
表紙裏の広告内に  
掲載しております。  
ぜひご覧下さい。

宮崎県日南市吾田西 3-10-23

TEL.0987-55-9600 FAX.0987-55-0230



# 妊婦・子育て世帯の防災準備

災害はいつ起こるか分かりません。妊娠中や赤ちゃんがいるときに災害が起きたときのことを想定しておきましょう。

## 災害が起きる前に確認しておこう

- 日南市防災マップや各地区ハザードマップで自宅周辺の危険箇所を把握する。
- 避難場所、避難経路、家族間の連絡方法を確認する。
- 日南市などからの防災情報の入手手段を把握する。

日南市 防災・災害サイト 検索



## 防災・気象メールにちなん

携帯電話やスマートフォンなどから、次の登録用アドレスに、空メールを送信してください。

✉ t-nichinan@sg-p.jp



## 日南市LINE公式アカウント

友だち登録をしてください。



## 非常持出用袋を用意しよう

避難する際は赤ちゃんを抱いて避難することになります。実際に赤ちゃんを抱えて持てる量・重さが確認しておきましょう！



### 赤ちゃん用非常持出品

母子健康手帳、こども医療証、診察券

紙おむつ、お尻ふき  
(お尻ふきは体もふける)

授乳関連グッズ

授乳用ケープ、ミルク、哺乳瓶、調乳用の水、液体ミルクなど  
● 日頃の授乳方法に合わせて準備

### CHECK!

非常用グッズは必ず1度は使ってみて、すべて“使える”状態にしておきましょう。

離乳食

普段使っている薬

抱っこ紐

使い慣れたおもちゃ

### CHECK!

赤ちゃんグッズを通常の非常持出用袋にプラスしましょう。  
飲料、食料は3日分用意しましょう。

ガーゼ・ハンカチ

帽子(頭を守るもの)

赤ちゃんの靴

着替え  
(肌着・長袖・長ズボン、防寒着)



## マザーズバッグにプラスしよう!

緊急時に必要度が高く持ち歩きが可能なものは、いつものマザーズバッグにもプラスして常時携帯するようにしましょう。





## ④ 備蓄品を準備しよう

備蓄品は、救援物資が届くまでの1週間程度自足するつもりで備えましょう。  
最低でも3日分は用意すると安心です。



### 飲料水

大人1人あたり  
一日3リットルを目安に



### 食品

ご飯・缶詰など(アルファ米など)  
※火を使わず、すぐに食べられるものが便利  
ビスケット、板チョコ、乾パンなど

### 生活用品

カセットコンロ、簡易トイレ、  
ビニール袋、トイレトペーパー、  
ティッシュペーパー、食品ラップ、  
アルミホイル、紙皿、紙コップ、  
生理用品など

- 幼児の食事量はおおむね大人の1/2～2/3で考えると良いでしょう。
- 避難所には赤ちゃんに必要な備えが十分にはありません。自宅で過ごすことを前提として備えましょう。

## 「ローリングストック法」を活用しよう

特別に備えるのではなく、日頃から食べているものや使っているものを少し多めに購入し、食べた分を補充しながら日常的に備蓄することで、無理なく、消費期限切れなどの無駄のない備えができます。

補充する

蓄える

食べる



- 子どもの食べられるものを用意しましょう。
- アレルギーがある場合は、アレルギー対応食を多めに用意しましょう。

## ⑤ 家での対策

災害が起こった時、すぐに赤ちゃんのところに行くことが難しい場合もあるかもしれません。その場合に慌てなくて済むように、赤ちゃんやお子さんが過ごす部屋やスペースは、物が落ちてくることがないように、**普段から安全を確保するように工夫**しましょう。



### 避難の際に気を付けること

- 状況を冷静に判断し、避難が必要ならば**早めの避難**を心がけましょう。
- 感染症対策として、**マスクや体温計も持参**しましょう。



### 妊娠中・後期

お腹で足元が見えず、また身体が思うように動かないことから転倒などの危険があります。必ず誰かと一緒に行動するようにしましょう。

### 乳児

抱っこ紐やスリング等を使って乳児を抱っこして避難します。



### 幼児

子ども用リュックの中にパーソナルカードを入れておきましょう。必ず靴は履かせましょう。

子どもの目線で  
見ると危険が  
いっぱい!

# うちの危険箇所チェック

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。



## こんな時の対処法 ① 頭を強く打った!

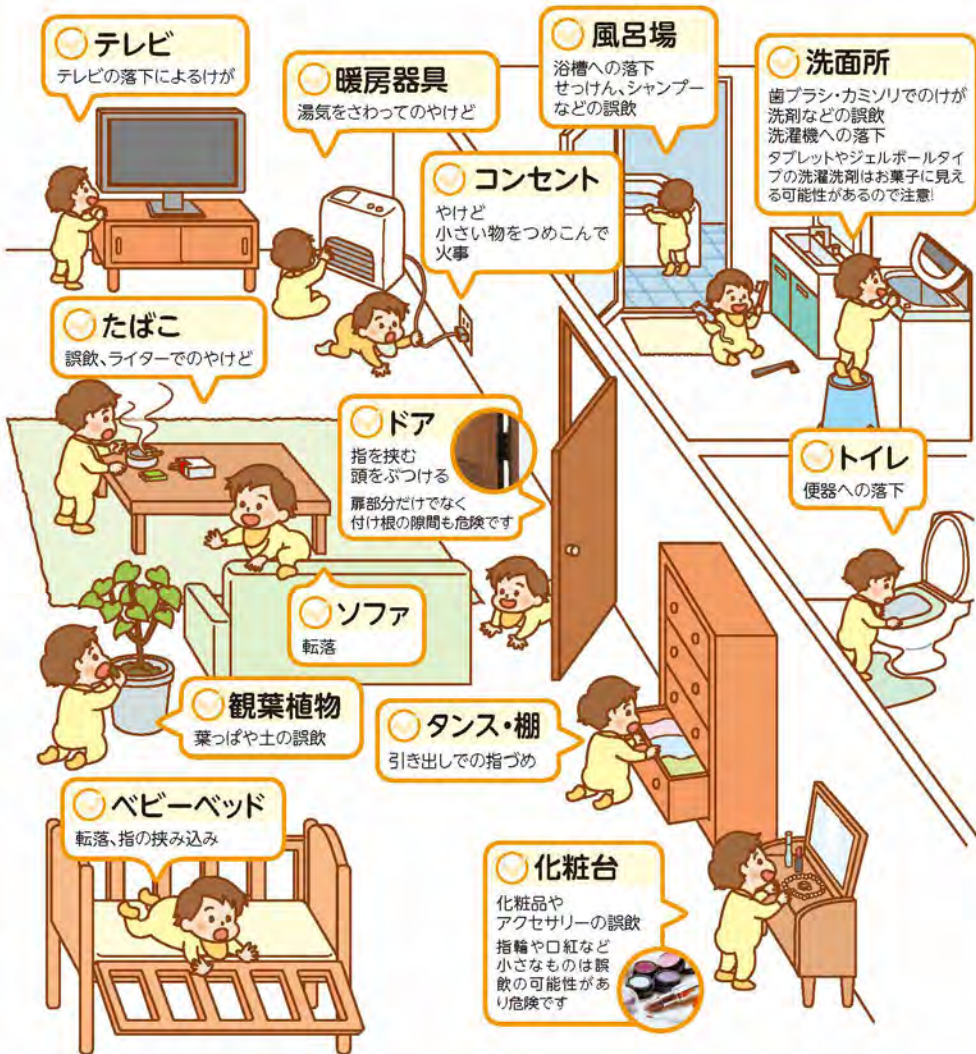
意識がない場合は頭を高くして寝かせ、耳や鼻から血などの液体  
が出ている場合は出ている方を下にして寝かせます。

その後すぐに救急車を呼びましょう。

※他にも、吐く・顔色が悪い・普段はかかないいびきをかくなど、  
異変が見られる場合はすぐに病院へ連れて行きましょう。







## こんな時の対処法

### ② 胸やお腹を強く打った!

静かに寝かせて、様子を見ます。

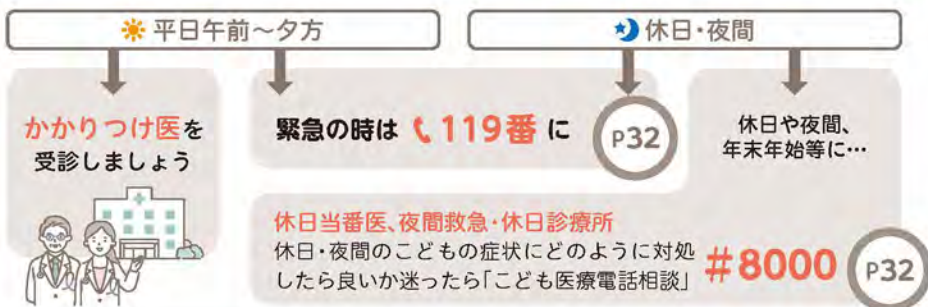
打ち身やあざが出来た場合、冷たくしたタオルで患部を冷やしてあげましょう。

※ 顔色が悪い・吐くなどの異変が見られる場合、救急車を呼ぶか、すぐに病院へ連れて行きましょう。

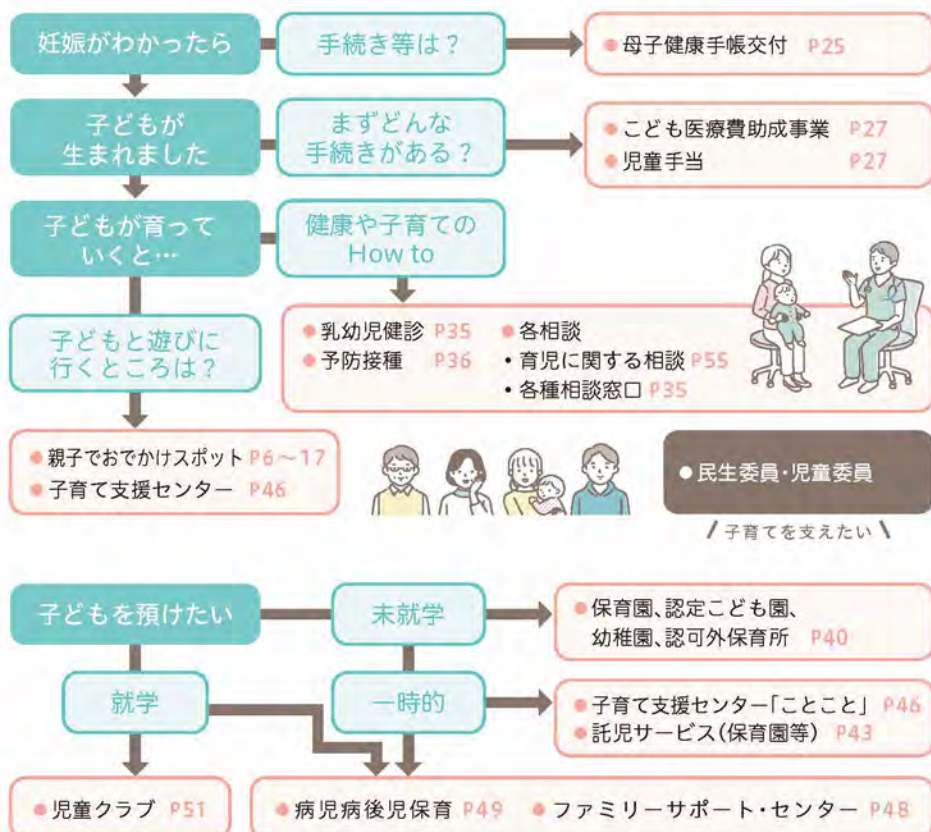


# 子育ての？にお答えします。

子どもの体調が悪くなったら… こんな時どうすればいいの？



いつ・どこで・なにを どうしたらいいの？





# 妊娠編

日南市には、これからお母さんになる妊婦さんや家族を支援する機関やサービスがいろいろあります。心身共に不安定になりやすい時期でもあるので、妊婦健康診査を定期的に受け、専門家の助言を受けたり、周囲の人の協力も得ながら、ワクワクのマタニティライフにしましょうね。

## ♡ 妊娠届出及び母子健康手帳交付

場 所: こども課こども健康係

日 程: 予約制

妊娠届出用紙を持参。受付後に説明。こども課窓口で個別交付しています。医療機関で妊娠届出書を受け取られた方は、事前にこども課に電話連絡をお願いします。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## ♡ 妊婦一般健康診査

母子健康手帳交付時に、妊婦一般健康診査受診票(助成券)14回分を配付します。定期的に医療機関で受診しましょう。

妊娠23週(第6か月)まで／4週間に1回

妊娠24～35週(第7～9か月)まで／2週間に1回

妊娠36週(第10か月)以降／毎週1回

※一般健康診査の結果、精密検査が必要な場合は、精密検査が無料で受けられます。事前にこども課に電話連絡をお願いします。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## ♡ 妊婦さんが気をつけたいポイント

- 定期的に妊婦健診を受ける
- 睡眠、休息をしっかりとる。
- 身体を清潔に保つ。
- 人混みをできるだけ避け、帰宅後は手洗い、うがいをする。
- お酒をやめる。
- 喫煙しない。妊婦自身はもちろん、周囲の人も妊婦さんの近くでの喫煙は避けましょう。



広 告



ベビー・子ども用品専門店のお下がり(リユース)SHOP

# SAGARIO

日南市と子育て連携協定を締結しています！  
お子様の健やかな成長を願い、育児中のご家族を応援します。

### 日南ハローベビーカード

母子手帳の提示で  
カンタン登録  
妊娠～満3歳までの  
お買物がお得に！

### 特典内容

- ※「道の駅なんこう」で使用できる  
商品券2千円分プレゼント！
- ※新米ママも使いやすい！  
オリジナルチャイルドシート「クルマリオ」  
20%OFF (ISOFIX取付・回転式)
- ※カードの提示で1会計分いつでも  
10%OFF (10%OFF×9回利用可)





## SAGARIO

宮崎市内海字坂野 4004-3 (デモンデマルシェ内)  
営業時間 10:00～16:00  
TEL 080-2677-1720  
<http://www.sagario.shop/>  
Instagram: @sagario2019

## ♡ 母子健康手帳と一緒に活用

「母子健康手帳副読本」等にも、子育てのヒントがいっぱい。手元に置いて、時々開いてみましょう。

## ♡ 日南市内の産婦人科・助産院

診療機関名	住 所	連絡先
産婦人科 たなかクリニック	園田1-1-5	☎0987-23-1551
おっぱいハウス池田助産院	星倉4418	☎0987-25-5545
県立日南病院	木山1-9-5	(代)☎0987-23-3111

## ♡ 妊娠から出産までの手続き

### 出産・子育て応援交付金事業(令和5年2月開始)

全てのお母さんが安心して出産・子育てができるように支援する制度です。

#### ㊦ 伴走型相談支援

妊娠中から出産、2歳までの子育て期に保健師・助産師などの専門職による定期的な面談や、子育て情報の提供を通じて寄り添います。



#### ㊦ 出産・子育て応援ギフト(給付金)

妊娠、出産、子育て期を経済的に支援するための給付金です。

#### 出産応援ギフト(給付金)

妊婦1人につき5万円(妊娠届時の面談を受けた方)

- 申請方法 妊娠届時等の面談時に交付される申請書で申請
- 提出先 こども課こども健康係

#### 子育て応援ギフト(給付金)

新生児1人につき5万円(出産後の面談を受けた方)

- 申請方法 出産後の面談時に申請
- 提出先 こども課こども健康係

日南市独自

### 日南市みらい応援祝金(ひなちゃん祝金)(令和6年4月開始)

子育て応援給付金に上乗せして出生順位に応じた祝金を受給することができます。

第1子:5万円、第2子:10万円、第3子以降:15万円

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## 出生届

出生地、または父母の本籍地が、住所地の市町村役場へ、出生日を含む日から14日以内に、父か母が届出してください。

【問】市民課市民係 ☎0987-31-1124

## 出産手当金

産前・産後休暇の賃金が低下した場合には、出産日以前42日から出産日後56日までの間、欠勤1日について健康保険から賃金の3分の2を限度に受給することができます。

【問】ご加入の保険者へ



## 出産育児一時金

産科医療補償制度に加入する医療機関等で出産した場合、子ども一人につき50万円受給できることがあります。

【問】ご加入の保険者へ

## 出産費貸付け制度

出産育児一時金が支給されるまでの間、資金を無利子で貸し付ける制度があります。

【問】ご加入の保険者へ

## 児童手当

誕生から高校卒業までもらえます。申請の翌月分から対象となり、偶数月にその前月分までの手当が支給されます。

- 3歳未満 一律 15,000円
- 3歳以上高等学校修了前 10,000円
- ※ 第3子以降は 30,000円



【問】こども課こども政策係 ☎0987-31-1131

## こども医療費助成制度

お子さんの病気やケガなどで医療機関に支払う医療費の一部を市が助成します。対象0歳から中学生まで。



【問】こども課こども政策係 ☎0987-31-1131

## 出生時の体重が2500g未満の赤ちゃん

低体重児出生届を必ず出してください。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## 未熟児養育医療費

身体の発育が未熟なまま出生し、医師が入院養育を必要と認めた乳児に対し、医療の給付を行います。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## 新生児聴覚検査・産婦健康診査

医療機関で実施した費用の助成をしています。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## 妊産婦・新生児訪問

赤ちゃんの体重測定や授乳、その他の育児に関すること、産後のお母さんの健康状態などについての相談を希望する場合は御連絡ください。保健師または助産師が訪問します。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## こんにちは赤ちゃん事業

生後4か月までのすべての赤ちゃんがいる家庭を、保育士、保健師、主任児童委員等が訪問し、子育てに関する情報提供、相談を行います。事前に連絡の上訪問します。

【問】こども課こども家庭支援係 ☎0987-31-1174

# 今どきの妊娠・出産事情と不妊専門相談窓口

## いつか子どもが欲しいと思う方へ

### ♡ 晩婚化・晩産化の影響とは？

一般に35歳以上で第1子を産むことを高齢出産といいます。グラフのように宮崎県の平均初婚年齢は全国平均を下回っているものの、男女ともに年々高くなってきています。結婚後落ち着いてから子づくりを考える人が多いことから、高齢出産のケースは近年増加を続けています。

ところで、なぜ35歳という年齢が区切られているのか。それは自然に子どもを授かる確率が下がり始める時期だからです。令和5年の全国の出生率では、35歳以上で第1子が産まれたのは全体の約2割に留まっています。

自然に子どもを授かるという点で見ると、20歳代から30歳代前半が妊娠・出産に最も適した年齢といえます。

初婚年齢の推移



### ♡ 加齢によるリスクも出てきます

こうした晩婚化・晩産化の傾向から、近年、不妊症に悩む方が増えています。不妊症とは、妊娠を望むときに病気のない男女が避妊をせずに性交して、一定期間を経ても妊娠しない場合を指します。

ここでは、特に病気などの問題がない人でも避けて通れない加齢による不妊を取り上げます。

### ♡ 女性の加齢の問題／卵子の老化

卵子の元となる卵母細胞は、まだ体内にいる時期に一生涯分が作られていて、女子はそれを持って産まれてきます。初潮を迎え、その後毎月排卵され、閉経のころには卵母細胞はすべて無くなります。実年齢とともに年を取るのが卵母細胞で、加齢にともなって卵子の質が低下(卵子の老化)して行きます。これが女性が年齢とともに妊孕力(妊娠する力)が落ちる主な原因と考えられています。

### ♡ 男性の加齢の問題／精子も老化する

精子は自身の精巣で毎日作られています。加齢によって作られる精子も老化し、受精能力にさまざまな影響を与えるとされています。



## ♡ 加齢による妊娠への影響

### 婦人科疾患の罹患率が増加

卵管炎、子宮筋腫、子宮内膜症などにかかる人が増え、それらが影響して不妊につながるケースも増えてきます。

### 流産

自然流産の発生頻度は約15%。35歳以上では約20%。

### 妊娠高血圧症候群

加齢による内臓機能の低下に妊娠という大きな変化が加わることで、むくみや尿蛋白、高血圧などの症状が現れるもの。

### ・ 先天異常

・ ダウン症などの染色体異常で、卵子、精子の老化が原因と考えられます。経産婦(子どもを産んだ経験がある人)も加齢により同様の影響を受けるとされます。

### ・ 帝王切開

・ 自然分娩で起きる事故を防ぎ、赤ちゃんとも母体を守るために行われることがあります。

### ・ 赤ちゃんの死亡率が上がる

・ 40歳代になると周産期妊娠22週から出生後7日未満の死亡率が上昇します。

## ♡ 女性にとっては

妊娠・出産は命がけの行為であるため、さまざまなリスクも知り、準備を整える時間を持つてもよいでしょう。いつ産むのか、それは自分のタイミングです。しかし、年齢は待ったなし。若いうちから関心を持って、健康管理することが、生涯を通して女性の体を守る意味においても大切なことです。

## ♡ 不妊専門相談センター「ウイング」

不妊に関する悩みなどお持ちの方は、一人で悩まないでお気軽にご相談ください。無料です。

	中央保健所
専用電話	☎0985-22-1018
相談日	月～金曜日(祝日休) 面接は、電話による予約が必要です。
相談時間	9:30～15:30

## ♡ 不妊検査費助成事業(不妊検査費の助成)

子どもを望む夫婦に対して、不妊の原因を早期に発見し適切な治療につなげるため、不妊検査に係る費用の一部を助成します。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

## ♡ 不育症治療費助成事業(不育症治療費の助成)

不育症の治療を受けた夫婦に対して、治療費の助成を行います。宮崎県不育症治療費助成事業の給付決定を受けた方を対象としています。

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

# 産後編

出産という大きな仕事をやり遂げたお母さん。その後、いかがですか？赤ちゃんの誕生を喜びつつも、慣れない育児に体調を崩したりしていませんか？無理をせず、お母さんの心と体もケアしていきましょう。

## ♡ 産後のこころ

待ちに待った赤ちゃんとの生活。しかし、夜中の授乳やだっこなどで、今までとは違う生活に戸惑ってしまうお母さんも多くいらっしゃいます。涙もろくなったり、食欲がなかったり、イライラしたり。こうした症状は産後はホルモンバランスが崩れやすいため起きてくることです。しかし一部の方は、気力や自信をなくし、育児や家事をするのも辛い状態になったりします。これは**産後うつ**と呼ばれる症状です。家族や友人に手助けをしてもらい、助産師、保健師、医師など専門家に話を聞いてもらってください。適切な手当で楽になれます。

## ♡ 産後のからだ

産後編

赤ちゃんがおっぱいを飲み始めたお母さんに多い悩みが**乳腺炎**です。赤ちゃんが飲みきれなかった乳汁が乳腺に残っていることが主な原因で、乳房が腫れ、炎症を起こして発熱します。助産師さんに相談して乳房マッサージなどのケアをしながら、母乳育児を進めましょう。

**便秘**や**痔**も産後のお母さんたちに多い悩みです。授乳中は母乳に水分をとられますし、出産時にいきみが多かったり、会陰部の傷を気にしたりで、トイレを我慢することも便秘や痔の原因に。水分補給をこまめに、そして繊維質の多い食べ物をとり、悪化する前に相談、受診しましょう。

個人差もありますが、産後半年ほどすると**抜け毛**が多くなります。母乳との関わりがあるとされ、産後の体の変化のひとつで一時的なものです。あまり気にしないことです。

### お母さんの体も大事。産後ケア事業について

産後の疲労回復や母乳・育児不安等に対応するため、市が委託した助産院や医療機関でお泊りや日帰り、訪問による母子のケアや授乳指導などを受けることができる産後ケア事業を行っています。

**【問】** こども課 こども健康係 ☎0987-31-1131





# 赤ちゃん編

いよいよ赤ちゃんとの生活が始まります。初めての育児ではわからないことばかりかもしれませんが、大丈夫！みんな最初は新米ママ・パパ。いっぱい笑っていっぱい悩んで、いっぱい経験して大きくなります。ママもパパも一年生。赤ちゃんと一緒に成長していきましょうね。

## ♡ 生活のリズムを整えましょう。

新生児期には一日のほとんどを寝て過ごしていた赤ちゃんですが、満2か月を過ぎたあたりから、昼夜の区別がつき始めます。生後3、4か月ごろから少しずつ生活のリズムを整える準備を始めましょう。(参考: 幼児編 P38・39)

## ♡ 「泣き」は赤ちゃんの言葉です。

言葉が話せない赤ちゃんは「オムツが濡れたよ」「お腹が空いたよ」「眠いよ」など、自分の欲求や感情を、泣いて知らせています。「泣き」が言葉なのです。

長い間かまわずに泣いたままにしておくと、赤ちゃんは不安や不満を感じます。そうするとずっと泣き続けたり、もしくは泣くことを諦めたりするかもしれません。それは情緒の発達の妨げになってしまいます。「泣き」の語りかけには、しっかりと応えてあげましょう。

## ♡ たくさん話しかけて、たくさん抱っこしてあげましょう。

赤ちゃんは、相手の声や表情からたくさんの事を感じとっています。優しく明るい声で、たくさん話しかけてあげましょう。

スキンシップも大好きです。たくさん触れて、たくさん抱っこしてあげてください。そうしてあげることで、赤ちゃんはたくさんの愛情を感じ、心も体も発達していきます。育児の基本は、まずは心と心をしっかりとつなぐことからです。

## ♡ オムツ替えはまめにしましょう。

「まだ大丈夫そうだから」と、オムツを替えないでおくとおむつかぶれの原因になります。快・不快を感じることで、「きれいになると気持ちがいい」と覚えていきます。

広告

## 大手門歯科 クリニック

歯科・歯科口腔外科・小児歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00 ~ 12:30	●	●	●	●	●	●
14:00 ~ 16:30	●	●	●	—	●	—
14:00 ~ 17:30	—	—	—	●	—	●
17:30 ~ 21:00	●	●	●	—	●	—

休診日: 日曜・祝日 ※遅くまで診療しています

■ 訪問診療もしております ■

日南市鉄肥 6-7-51 ☎21-2122

(予約制)

## ♡ 赤ちゃんの発達・発育を知って関わってあげましょう。

赤ちゃんの発達・発育は、お父さんお母さんの関わり方でぐんと変わってきます。腹ばい遊びは赤ちゃんの首すわりを促したり、その後の寝返りやハイハイといった発達をスムーズにしてくれます。大人が上手に関わることが、赤ちゃんの成長に大きな役割を果たすのです。

## ♡ 口腔内を清潔にしてあげましょう。

乳歯が生え始めたら、口腔内のケアをしっかりと。「健康な体は健康な歯から」と言われるほど大切で、乳歯が虫歯になると、永久歯まで悪い影響を及ぼす可能性もあります。「いずれは大人の歯に生え変わるんだから」と思わず、小さい頃から清潔に保つ習慣づけをしましょう。

そのために、口の中に歯ブラシ等が入っても嫌がらないための練習からスタート。泣いて嫌がる子もありますが、無理強いせずに、ほめながら練習することできると習慣付くはずですよ。生え始めの時期は、ガーゼで拭いてあげるといいですよ。

## ♡ 赤ちゃんとの外出

### 新生児期

かわいい我が子を連れて早く出掛けたいという方も多いのでは？その気持ちはよく分かりますが、産まれて間もない赤ちゃんは抵抗力が低く、ちょっとした気温差にも上手に対応できません。一緒に出掛けられる日はすぐに来ますので、新生児期の外出は極力控えたいものです。

### 生後1か月過ぎたら

1時間以内ならベランダ等で外気浴をさせてあげるのも良いでしょう。外出は、一般的に3～5か月頃の首が座ってきたころからが望ましいと言われていますが、赤ちゃんへの負担が大きいので、人ごみやほこりっぽい所などは避け、赤ちゃんの事を一番に考えてまずは短時間から。少しずつ慣らしていきましょう。感染症が流行っている時などは特に注意が必要です。

## ♡ 夜間の急病。まず電話相談！

夜間の急病やケガに対して、医師や看護師から、症状に応じた適切なアドバイスがもらえる救急医療専門の電話相談です。

### 電話相談は夜間の困った時の強い味方

電話相談は直接診断を行うものではないため、限界はありますが、診察か様子を見るか、判断材料となります。夜間の救急病院が本当に必要な患者さんのために活用されるよう御協力をお願いします。



## 日南市救急医療電話相談

☎0987-31-1111 (固定電話、携帯電話共通)

●24時間 ●365日対応



## 宮崎県子ども救急医療電話相談

☎#8000 (プッシュ回線、携帯電話共通)

☎0985-35-8855 (ダイヤル回線、IP電話)

●相談時間 19:00～翌朝8:00まで

●365日対応

## 夜間に受診するとき(日南市初期夜間急病センター)

☎0987-23-9999 (日南市上平野町1丁目1番地17)

●小児科 日曜、祝日、12月29日～1月3日

●内科 毎日

●診療時間 19:00～22:00

※日曜・祝日は、6か月未満児の対応もできます。

平日は6か月未満児の対応はできません。

【お願い】来院される前に必ず電話をしてから受診してください。

## 休日に受診するとき(日曜祝日在宅当番医へ)

●テレホンサービスで探す ☎0987-23-9999

●日南市役所ホームページで探す

●広報にちなんにも掲載

## 市民一丸となって地域医療を守りましょう

県立日南病院では、休日や夜間に入院治療が必要な重症患者を受け入れる二次救急病院です。

時間外の軽症患者の治療を行う施設ではありませんが、夜間に開いているため、緊急ではない軽症の方の時間外の診療や電話相談が多く利用され、医師やスタッフの負担が増えています。

時間外の軽症患者は「日南市初期夜間急病センター」で受け付けていますが、利用は慎重にお願いします。お子さんの急病で心配される保護者の方は、まず救急医療電話相談を利用してください。地域医療を守るために、市民一丸となった取り組みが必要です。



広 告

赤ちゃん編

# 倉元小児矯正歯科



院長

日本小児歯科学会認定小児歯科専門医

仁部 郁代

☎0987-25-1788

鉄肥駅前

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30▶13:00	●	●	●	●	●	●
14:30▶18:00	●	—	●	●	●	—

休診日/日曜・祝祭日

## ♡ 赤ちゃんの不慮の事故を防ぎましょう！

不慮の事故の多くが、大人が注意することで未然に防げるものです。「大丈夫だろう」ではなく「危ないかもしれない」と考えるようにし、大人がしっかりと危険予測をしてあげることが大切です。常に危機感を持ちながら、ひとつ先に行く対策を行っていきましょう！

**転落** ～骨折や脳挫傷など命を落としてしまうような重大な事故につながることもあります～  
まだ寝返りしないから…高さがあまりないから…などという油断は禁物です

### チェック✓

- ☐ ソファーに寝かせない。
  - ▶ ほんの一瞬でも危険です。
- ☐ ベビーベッドの柵は閉める。
  - ▶ 何かの拍子に落ちてしまうかもしれません。
- ☐ ベビーカーやベビーベッドのベルトは必ず締める。
  - ▶ 動いて落ちる可能性がありとても危険。短時間でも「乗せたら締める」を心がけましょう。
- ☐ 窓、玄関のカギを閉める。
  - ▶ 気づかぬうちに自分で移動し、誤って外へ出たり落ちたりしないように。

**窒息** ～寝返りができなかったり、タオルが顔にかかったりすると危険です～

赤ちゃんを寝かせるときは、ふかふかの布団など周囲に柔らかすぎるものを置いたり、顔にかぶってしまいそうなタオル等を置いたりしないようにしましょう。

**溺死** ～10cmの水深があれば溺れる可能性があります。毎年100人以上が亡くなっています～

### チェック✓

- ☐ お風呂のとき、どんな短時間でも一人にしない。
- ☐ バケツや洗面器等での水遊びも油断しない。
- ☐ トイレやお風呂で遊ばせない。

**誤飲** ～電池やお金は胃の中で溶けて命の危険が伴います。窒息のおそれもあります～

赤ちゃんは床に落ちている物に興味を示し、口に入れて確かめようとします。手が届くところ、床に落ちているものに気をつける習慣をつけましょう。

**転倒** ～打ち所が悪ければ命にかかわることもあります～

### チェック✓

- ☐ 箸や歯ブラシなど、口に入れたり持って歩いたりしない。
  - ▶ のどを突きます。
- ☐ 家具類の角には安全ガードを付け、歩き始めの頃は、裸足か滑り止め付の靴下を履かせます。

**やけど** ～大変危険です。保護者の目が必要です。細心の注意を払いましょう～

### チェック✓

- ☐ 熱湯など熱い物を、赤ちゃんや子どもの手が届く所に置かない。
- ☐ ガスコンロなどは、使用しない時は常に元栓を閉めておく。
- ☐ ストープ等の周りにはガードを置く。





# 乳幼児の健診

## ♡ 健診等

健診・教室		内容	日程	持ってくるもの	実施形態
3か月児健康診査		身体計測、内科診察	医療機関	● 母子健康手帳 ● 受診票 ● 問診表(3か月児健診のみ)	個別健診
乳児一般健康診査	7～8か月頃 11か月頃～ お誕生日前日				
ピヨピヨ10か月教室		身体計測、ブラッシング指導、 栄養相談・育児相談 など	毎月 第4火曜日	● 母子健康手帳 ● 問診票	集団健診 教室
1歳6か月児健康診査		身体計測、内科診察、歯科診察・ フッ素塗布、栄養相談・育児相談・ 予防接種の受け方 など	毎月 第2木曜日	● 母子健康手帳 ● 問診票 ● 歯ブラシ	
2歳6か月児教室		ブラッシング指導、フッ素塗布、歯科医相談、 栄養相談・育児相談・発達相談 など	毎月 第2火曜日		
3歳6か月児健康診査		身体計測、屈折検査、内科診察、 歯科診察・フッ素塗布、栄養相談・ 育児相談・発達相談 など	毎月 第3木曜日		

※集団健診は、実施日の約ひと月前に案内。状況により日程が変更になることあり

## ♡ 相談等

相談等	内容	開催日時	持ってくるもの
乳幼児相談 〈対象〉 お子さんの身長や体重が気になる方、 予防接種の受け方を知りたい方など	育児相談・栄養相談、 身体計測(希望者) など	毎月 第1火曜日 10:00～11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> </ul>
離乳食教室 〈対象〉 離乳食づくりに不安や悩みがある方(要予約、託児あり)	離乳食のお話 調理実習	毎月 第1金曜日 (日程の変更あり) 受付 9:45～10:00 実習 10:00～12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> <li>エプロン</li> <li>託児のある方は 赤ちゃんグッズ</li> </ul>
未就学児フッ素塗布 〈対象児〉 小学校に入学する前の1歳～6歳(要予約)	フッ素塗布、 歯科・育児相談 など	毎月 第3火曜日 受付 13:30～14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳</li> <li>歯ブラシ</li> </ul>

【問】こども課こども健康係 ☎0987-31-1131

— 広 告 —

# 山見小児科

日南市役所・横向かい

TEL:0987-23-2101

詳細はWEBで 山見小児科 検索



乳幼児の健診

## ♡ 予防接種

予防接種とは、ワクチンを接種して自分の体を守る「免疫」を身につけることです。  
ワクチンは、ウイルスや細菌または菌が作り出す毒素の力を弱めたものです。  
予防接種は感染症にかからない、かかったとしても症状を軽くしたりすることを目的にしています。

ワクチンの種類		接種回数	接種予定日				0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月
定期接種	ロタウイルス 1価ワクチン (ロタリックス)	2回	/	/					①	②	出生24週0日後まで		
	ロタウイルス 5価ワクチン (ロタテック)	3回	/	/	/				① ② ③				
	B型肝炎	3回	/	/	/				① ②				
	小児用肺炎球菌	4回	/	/	/	/			① ②		③		
	五種混合 (ジフテリア・破傷風・百日せき・不活化ポリオ・ヒブ)	4回	/	/	/	/			① ②		③		
	二種混合 (ジフテリア・破傷風)	1回	/										
	BCG	1回	/									①	
	麻しん風しん混合 (MR)	2回	/	/									
	水痘	2回	/	/									
	日本脳炎※	4回	/	/	/	/							
	HPV(子宮頸がん予防) (女子のみ)	3回	/	/	/								
接任意	おたふくかぜ	2回	/	/									

①～④ 接種回数    標準的な接種年齢    接種対象年齢

### 県外で予防接種を希望される方へ

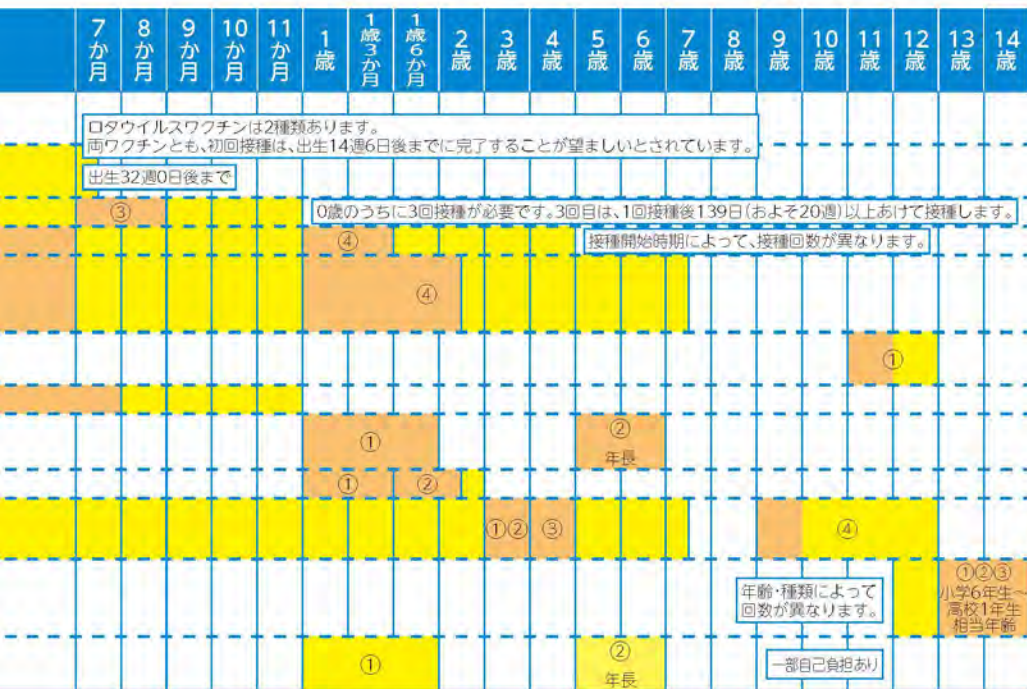
里帰り出産等で長期間、県外に滞在される時は、滞在先での予防接種が可能です。必ず事前にお問い合わせください。





- 予診票の配付: 誕生日翌月20日以降にこども課で配付  
※紛失や転入で手元に予診票がない時は母子健康手帳を持ってこども課で手続きを
- 接種費用は、無料  
(但し、予防接種法に定められている対象年齢及び接種期間内に接種した場合に限る)

【問】こども課 ☎31-1131



※H16.4.2生～H19.4.1生で20歳未満の方(積極的勧奨を差し控えたことで接種機会を逃した方)は、不足分の予防接種が可能です。詳細は、こども課までお問い合わせください。

#### 骨髄移植術等での再接種を希望される方へ

骨髄移植術等により、医師からこれまでに接種した定期予防接種の再接種が必要と認められた場合、予防接種費用の助成がありますので、必ず事前にお問い合わせください。



# 幼児編

だんだん大きくなっていろんなことができるようになった子どもたち。成長が楽しみな反面、悩みも出ていませんか。大丈夫、ちょっとしたポイントを押さえることで、生活のリズムがついてきますよ。焦らず、気長に取り組んでみましょう。

## ♡ 親子の笑顔が増えますよ 幼児期につけておきたい生活リズム

朝

### 朝日を浴びよう！

朝の光を浴びると脳が目覚めてきます。よく寝ていても、適当な時間に優しく起こしてあげましょう。



朝

### 寝ぼけ眼は顔を洗って！

顔を洗うことは、とっても大切です。気持ちの良い生活習慣を小さい頃から身につけましょう。まだ顔が洗えない乳児は、濡らしたガーゼ等で優しく拭いてあげましょう。



朝

### 一緒にお散歩。今日は何が見つかるかな？

朝の澄んだ空気やさわやかな風をたくさん吸い、触れることは、とっても気持ちのいいものです。

脳も刺激され一日の活動も活発になります。保護者には何かと慌ただしい午前中ですが、一緒に散歩にでかけてみるといいですね。



朝

### 一緒に食べよう！

食事を家族でそろって食べることは大切です。嫌いなものは無理強いせず、少量から始めて徐々に親しめるようにしましょう。食べられた時はたくさんほめて自信へとつなげてあげましょう。



広告



NPO法人

さんぽ

TEL・FAX 0987-27-3136

日南市大字星倉 50

詳しくはHPをご覧ください！

NPO 法人さんぽ 検索



児童発達支援事業

放課後等デイサービス

相談支援事業

保育所等訪問支援事業

日中一時支援事業





朝

## 空腹感も大事

ご飯をおいしく食べるために、空腹感も大切です。甘いものに含まれる糖分は満腹中枢を刺激してしまい食欲が落ちるので、特に食前に甘いものを食べるのはやめておきましょう。



昼

## おやつは甘いものだけじゃないよ

幼児は胃が小さく、一回の食事での摂取量が少ないので、その不足した栄養分を補うための食事と位置付けると良いでしょう。おにぎりや野菜サンドなども立派なおやつです。



昼

## お昼寝大好き

まだ体力がない乳幼児には、体を休めるためにお昼寝が必要です。お昼寝をしないと体力がもたず夕方に眠ってしまい、リズムが狂います。お昼寝をせずに起きておくと、脳がずっと興奮した状態になってしまいます。「静」(休息・ゆったりと遊ぶ)と「動」(体をしっかりと動かす)のメリハリをつけて脳も体も休ませてあげましょう。



昼

## たくさん遊ぼう

太陽の光をいっぱいに浴びると、体が疲れると同時に適度に脳も疲れ、夜もぐっすりと眠れるようになります。子どもの月齢や発達にあった活動をしましょう。



夜

## お風呂に入ろう

入浴には寝つきをよくしてくれる作用があるので、寝る少し前に入浴するのがおすすめです。

お風呂での会話、体や髪の毛を洗ってあげる…などは大切なスキンシップの一つです。



夜

## 「おやすみ」しようね

寝る前にいくつかのお約束事(おやすみの儀式)をすることで、「もう寝る時間だ」と子どもが理解し習慣付くようになってきます。例えば、パジャマに着替える、お気に入りのおもちゃに「おやすみ」を言う、部屋を薄暗くする…などいくつか決めるといいですよ。寝る前にテレビを見たり、ゲームをすると、脳が刺激され興奮して眠れなくなってしまいます。



## 排泄習慣についてのワンポイント

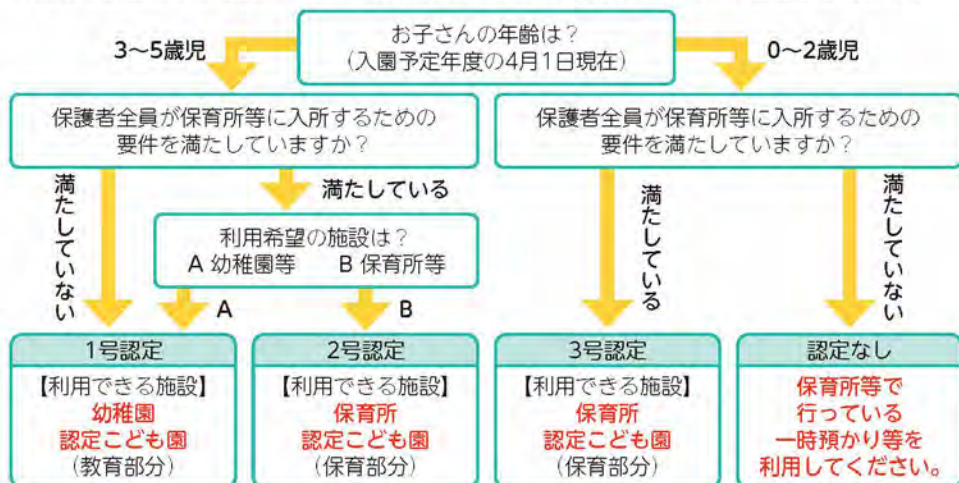
生活にリズムがあるように、排尿にもリズムがあります。間隔をみながらトイレに座ってみる習慣をつけましょう。おねしょ(夜尿)は発達過程で見られる生理現象で心配なものと考えられています。寝る前の「もらしたらだめよ。」等のプレッシャーや、失敗した後に怒ることは逆効果です。基本は「怒らない」です。夜中に起こしてトイレに連れていく事は、夜におしっこを作らないようにしようとするホルモンの働きが悪くなってしまうためおすすめできません。「できたらほめる・夜中は起こさない・ゆったりと構える」で取り組みましょう。



# 保育所（園）・認定こども園の入所について

## ♡ 保育所（園）・認定こども園を利用するには支給認定が必要です。

保育所（園）、認定こども園などの利用を希望する方は、新たに子ども一人ひとりの認定申請が必要となります。1号認定、2号認定、3号認定の区分があり、子どもの年齢や保護者の就労状況（「保育を必要とする事由」）に応じた客観的基準に基づいて分けられ、市から認定されます。



## ♡ 保育料はどうなるの？

保育料は、児童の年齢・利用する施設、世帯の市民税額（原則として父母の合計）を基に算定します。  
なお、毎年9月が保育料の見直し時期になります。

1号認定(満3歳～5歳児)	無料
2号認定(満3歳～5歳児)	満3歳になった以後の4月1日から無料
3号認定(0～2歳児)	市民税非課税世帯は無料
	上記以外は世帯の市民税所得割額に応じた金額

廣 告

社会福祉法人 仁和福祉会  
共に育ち合い、生きる力を育む  
～ひとりひとりを大切に、違いを認め共に生きる～

**小山保育園**  
日南市上平野町 3-4-1  
TEL(0987)23-2081





## ♡ 保育所(園)

お子さんを「保育」する施設です。利用には条件があります。

申込み時には、支給認定申請書兼入所申込書のほか、下記の各事由に応じた必要書類を用意してください。

事由によって保育時間が異なります。

● **保育標準時間……おおむね11時間**

保育を必要とする事由／月120時間以上の就労・妊娠・出産・疾病・障がい等

● **保育短時間……おおむね8時間**

保育を必要とする事由／月60時間以上 120時間未満の就労・求職活動等

保育を必要とする事由	必要量の区分	必要な書類
就労(月120時間以上)	保育標準時間	就労証明書
就労(月60時間以上120時間未満)	保育短時間	就労証明書
妊娠・出産	保育標準時間(最長5か月)	母子手帳
疾病・障がい	状況に応じて判断	診断書、障がい者手帳
同居病人の看護等	状況に応じて判断	診断書
災害の復旧	保育標準時間	罹災証明書
求職活動	保育短時間(最長3か月)	求職活動専念申立書
就学・職業訓練	状況に応じて判断	在学証明書
虐待、DV	保育標準時間	こども課にて確認
その他	状況に応じて判断	こども課にて確認

### 広 告

社会福祉法人 仁和福祉会

共に育ち合い、生きる力を育む

～ひとりひとりを大切に、違いを認め共に生きる～

**ひなもり**

**保育園**

日南市園田 1-12-27

**TEL(0987)27-3440**



## ♡ 認定こども園

0歳から就学前まで、幼児教育と保育を行う施設です。

認定こども園は、「幼稚園は教育が目的」(文部科学省)「保育所(園)は保育が目的」(厚生労働省)とした従来の制度の枠組みを越え、両方の長所をあわせもった施設です。

### 認定こども園の特徴

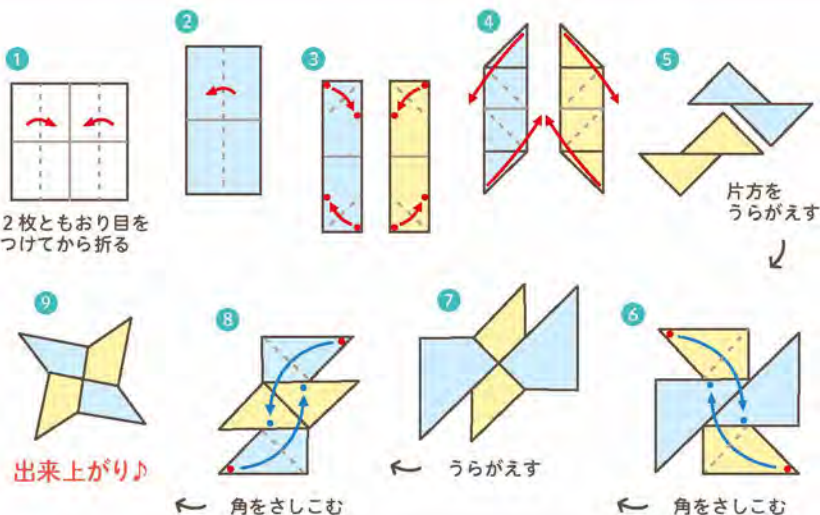
満3歳から5歳のお子さんは、保護者が働いている、いないに関わらず利用でき、保護者の就労状況が変化した場合でも、通い慣れた施設を継続して利用することができます。

認定こども園に通っていない子どもの家庭も、子育て相談や親子の集いの場に参加することができます。

【問】各認定こども園へ

## おり紙であそぼう

しゅりけんにチャレンジ





# 保育所（園）・認定こども園一覧

- 開所時間は延長保育時間を含んだ時間です。
- 「一時預かり」の利用については、各施設にお問い合わせください。

## ♡ 保育園

施設名	運営	地区	住所	電話番号 市外局番 (0987)	開所時間	延長 保育	一時 預かり	送迎 バス
わかずぎ保育園	私	吾田	大字星倉4482-1	23-5565	7:00～19:00	○	○	
小山保育園	私	吾田	上平野町3-4-1	23-2081	7:00～19:00	○	○	
にちなん保育園	私	吾田	吾田東5-9-42	23-8533	7:00～19:00	○	○	
ひなもり保育園	私	油津	園田1-12-27	27-3440	7:00～19:00	○	○	
みなと保育園	私	南郷	南郷町西町3-4	64-3780	7:00～19:00	○	○	
みなと保育園榎原分園	私	南郷	南郷町榎原甲495-10	68-1233	7:00～19:00	○	○	
宮浦保育所	公	鶴戸	大字宮浦696	29-1500	7:30～18:00			



施設名	運営	地区	住所	電話番号 市外局番 (0987)	開所時間	延長保育	一時預かり	送迎バス
あがた幼稚園	私	吾田	吾田西3-9-28	22-4567	7:20~18:50	○	○	○
フローラルぎらり園 (あがた幼稚園分園)	私	吾田	大字西弁分602-1	55-0222	7:20~18:50	○		
中央こども園	私	吾田	中央通1-1-8	23-0220	7:00~19:00	○		
日南幼稚園	私	飫肥	飫肥2-11-23	25-1370	7:00~18:30	○	○	○
飫肥こども園	私	飫肥	飫肥10-2-2	25-1482	7:00~19:00	○	○	
日南・飫肥 カトリック幼稚園	私	飫肥	大字星倉6583-3	25-3989	7:00~18:50	○	○	○
子供の家幼稚園	私	飫肥	飫肥3-2-20	25-0164	7:15~18:45	○	○	
認定こども園 浄念寺学園	私	飫肥	今町2-8-40	25-0564	7:00~19:00	○	○	○
油津恵愛幼稚園	私	油津	園田1-5-20	23-4833	7:15~18:15			○
四季の森こども園	私	東郷	大字東弁分甲871-1	23-0315	7:00~19:00	○	○	
立正こども園	私	南郷	南郷町東町9-8	64-0331	7:15~18:45	○	○	休
認定こども園 めいつ保育園	私	南郷	南郷町中村乙2791-2	64-0328	7:00~18:00	○	○	○
にじ色の海こども園	私	南郷	南郷町中村乙7101-390	64-0329	7:15~18:45	○	○	
北郷保育所 (北郷さくらこども園)	公	北郷	北郷町郷之原甲50	55-3374	7:30~18:00		○	

※「休」は休止中です。

広 告



**どろんこ のんびり キリスト教**  
**学校法人 子供の家学園**  
**幼稚園型認定こども園**  
**子供の家幼稚園**  
 日南市飫肥 3 丁目 2-20  
 ☎0987-25-0164



## ♡ 小規模保育事業

施設名	運営	地区	住所	電話番号 市外局番 (0987)	開所時間	延長保育	一時預かり	送迎バス
油津オアシスこども園	私	油津	岩崎3-7-22	55-0028	7:30~19:00	○		

## ♡ 企業主導型保育事業所

施設名	住所	電話番号
企業主導型保育園おびすぎ園	大字西弁分字内江島913-1	33-0033
キッズルーム はなたて	北郷町郷之原甲3598-1	21-7701

※幼児教育・保育の無償化対象事業です。詳しくは各施設にお問い合わせください。

## ♡ 事業所内事業所(原則その事業所で働く方のお子さんのみ預かる施設)

施設名	住所	電話番号
愛泉会日南病院 院内保育所	大字風田3649-2	23-3131
ひなた保育園(県立日南病院)	木山1-9-5	58-5415

広 告

# やぎ動物病院

院長八木美樹

診療時間 (9:00~13:00) ※土曜・日曜 (9:00~13:00)  
(16:00~20:00) (14:00~18:00)

往診可

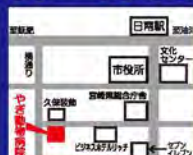
\*往診料: 550 円(税込)

トリミング有り (別途診察料、処置料、処方料等あり)

☎0987-22-5430

戸高 2-1-2

<http://yagi-ah.net>



保育所(園)・認定こども園一覧

# 親子で過ごせる子育てスポット

「地域子育て支援センター」は、地域で子育てをするみなさんがどなたでも利用できる施設です。それぞれ楽しいイベントもたくさん用意されているので、あちこち出かけてみるのもいいですね。利用は基本的に無料です。子育て相談も気軽にどうぞ。

## ♡ 日南市子育て支援センター『ことこと』

**場 所** 岩崎3丁目4-1-1 **電 話** ☎0987-27-3808

**開所時間** 9:00～18:00(一時預かり利用は21:00まで)

**休 館 日** 毎週水曜日(水曜日が祝日の場合は翌平日が休館)  
12月29日～1月3日まで

**入 館 料** 無料



### 貸し出し

●絵本、CD、おもちゃ

●ベビー用品(チャイルドシート、ベビーカー、ベビーベッドなど)

**貸 出 数** 1回につき2つ(2冊)

**貸 出 数** 1回につき2つ(事前予約可)

**貸出期間** 2週間

**貸出期間** 4週間(貸し出し状況、予約状況、ベビー用品の種類によっては延長可)

**料 金** 無料

**料 金** 無料

### 一時預かり

**時 間** 9時～21時(要予約)1回につき最大5時間まで  
(注意)夜間預かりは前日までに要予約(ただし緊急の場合は除く)

**料 金** 1人につき1時間200円(保険料含む)

**対 象** 生後3か月～就学前 **定 員** 9時～18時(最大5名まで) 18時～21時(最大3名まで)

鉄肥杉に囲まれ、子どもたちが木のおもちゃで楽しく遊ぶ中、木のおもちゃが触れ合うときの音が「ことこと」と優しく響く。そんな情景を思い描き「子と木」と表現し、子どもたちにもわかるように、ひらがなで「ことこと」としました。

子育て中の親子ならどなたでも気軽に利用できます。親子で一緒に遊んだり、ゆったりとした雰囲気の中で、木の香りに包まれながらおしゃべりを楽しんだり、子育て仲間との出会いの場としてご利用ください。



Facebook



Instagram

### 広 告

## 社会福祉法人 新芽福祉会の南郷にある2つの保育園

南郷運動公園そば、高台にある安心安全

**みなと保育園**

〒889-3205 日南市南郷町西町3-4  
TEL(0987)64-3780 / FAX(0987)64-3804  
http://www.miyazaki-minato.com/ E-mail:minato@titan.ocn.ne.jp

見学、問い合わせ  
いつでもどうぞ!

地域に根ざし、地域と共に  
南郷地区の子育て支援拠点施設  
子育て支援センター

**みなと保育園 榎原分園**  
「にこにこくらっこ」

〒889-3215 日南市南郷町榎原甲495-10 TEL/FAX(0987)68-1233  
(みなと保育園敷地内) 未就学児料金無料です。 TEL(0987)64-2122



未就園児の子育てをしている方ならどなたでも利用できます。気軽に集い、交流や相談ができる場所です。

## ♡ 地域子育て支援センター

施設名	住所	お問い合わせ先
わかすぎ保育園 (すぎっこランド)	大字星倉 4482-1	☎0987-23-3332 
あがた幼稚園 (ピッピの部屋)	吾田西 3丁目 9-28	☎0987-22-4567 
四季の森こども園(シャロットの家)	大字東弁分甲 871番地1	☎0987-23-0315 
みなと保育園 (にこにこくらっこ)	南郷町 西町3-4	☎0987-64-2122 

## ♡ その他子育て支援

施設名	住所	お問い合わせ先
にちなん保育園(てとと)	吾田東 5-9-42	☎0987-23-8533 
ひなもり保育園	園田 1-12-27	☎0987-27-3440 
中央こども園	中央通 1-1-8	☎0987-23-0220 

施設名	住所	お問い合わせ先
日南幼稚園 (れおくらぶ)	飢肥 2丁目 11-23	☎0987-25-1370 
日南・飢肥カトリック幼稚園 (ひよこクラブ)	大字星倉 6583-3	☎0987-25-3989 
子供の家幼稚園 (サンサンのおうち)	飢肥 3丁目2-21	☎0987-25-0164 
浄念寺学園 (るんびにくらぶ)	今町 2-8-40	☎0987-25-0564 
油津恵愛幼稚園 (アイアイキッズ)	園田 1-5-20	☎0987-23-4833
立正こども園 (フェアリールーム)	南郷町東町 9-8	☎0987-64-0331 
にじ色の海こども園 (南郷子育てハーバーマーマイド)	南郷町中村 乙7101-390	☎0987-64-0329 

広告



## 日南・飢肥 カトリック幼稚園



〒889-2533 日南市大字星倉 6583-3

TEL (0987)25-3989

FAX (0987)55-0202



親子で過ごせる子育てスポット

# 育児の支援

核家族化が進む現在、いざという時に子育ての援助がなく困った方も少なくないと思います。そんなときに利用してみましょう。

## ♡ 日南市ファミリー・サポート・センター

育児の援助を受けたい人と育児の援助を行いたい人が会員となり、地域の中で子育てを助ける相互援助活動のお手伝いを行います。

### こんなときに利用できます

- 仕事が残業になり、保育園や児童クラブ等にお迎えに行けない。
- 体調が悪くて子どもが見られない。
- 冠婚葬祭や研修などで子どもを連れて行けない など

### 援助のしくみ





## 利用条件

活動場所:会員の自宅等、会員同士で決定(ファミリー・サポート・センターも利用できます)

登録:利用会員・援助会員ともに登録制 ※講習会の受講が必要。両方会員も可能

利用日時等:原則として月曜～金曜日、7:00～19:00、1時間あたり200円

(兄弟・姉妹の場合2人目からは半額)

※必要に応じて上記以外の利用も可能。その場合は1時間あたり300円

## 利用会員

子どもを預けたい方。子どもの年齢は、0歳から小学校6年生まで。事前に講習の受講と登録が必要です。

## 援助会員

子どもを預かりたい方。性別、資格を問いません。事前に講習の受講と登録が必要です。両方の会員登録もできます。会員の条件等、詳しくはお問い合わせください。

【問】日南市ファミリー・サポート・センター(日南市星倉1丁目6番1号川瀬住宅1階(右側))

☎080-8361-3784

## ♥ 病児病後児保育事業

お子様が病気の時や回復期の時、就労等で家庭での保育ができない乳幼児・児童をお預かりします。



他の園を利用されている方も申し込めます。

どの施設も事前登録や医療機関の申請書が必要ですので、利用される前に一度お問い合わせください。

## 病児・病後児保育施設

施設名	住所	お問い合わせ先
(病児)チャイルドケア・わかすぎ (わかすぎ保育園内)	星倉4482-1	☎0987-23-3332
(病児・病後児)リンドの家(あがた幼稚園近く)	日南市星倉1642	☎0987-55-1511 ☎090-1615-4604
(病児・病後児)リトル・ワイキキ (にじ色の海こども園内)	南郷町中村乙7101番地 390	☎0987-64-0329
(病後児)北郷さくらこども園(北郷保育所)	北郷町郷之原甲50番地	☎0987-55-3374

# 小学生編

小学生になると、ひとりでできることが少しずつ増えて、親は嬉しいような寂しいような。成長する子どもの気持ちを上手に感じて接したいですね。手は離れても、目と心はずっと離さずにいましょう。

## ♡ 小学校に入学するまで

※日南市では通学区域が定められています。原則として住所の属する通学区域の学校に入学します。

【問】学校教育課 ☎0987-31-1144

8月下旬

就学予定者へ就学時健康診断通知書を郵送

10月上旬

就学時健康診断  
内科・眼科、歯科健診、視力・聴力・知能検査など

1月下旬

入学通知書を郵送

1月～2月

各学校ごとに入学説明会

## ♡ 小学生のくらし

朝

日南市内では大半の小学校の登校時間は8:00です。幼稚園のころより早起きで、場所によっては長い距離を歩くところもあり、大人の想像以上に疲れるものです。そのために朝ご飯も十分な睡眠も大事です。余裕をもって身支度も整えて出かけられるように生活リズムを整えましょう。

登下校

近所の友だちと一緒にいくとよいですね。道を広がって歩かないようにしましょう。

授業時間と休憩時間

授業時間は45分間です。ほとんどの学校が1時限目は8:30から始まり、授業間は5～10分の休憩。12:00過ぎに4限目が終わり、約50分間給食、約45分の昼休みになります。

給食(無料)

日南市は市立小中学校の給食費を公費でまかっていますので保護者の負担はありません。パンの日、ご飯の日があり、地産地消の食材を使ったり郷土料理が出たり、工夫を凝らしたメニューとなっています。

日南市独自



## 宿題

プリントや副教材のドリルなどが多いようです。宿題は日々の学習の定着を図るのが目的です。低学年のうちから「帰ったら宿題」の習慣をつけましょう。

## 放課後の過ごし方

放課後は習い事やスポーツ少年団の活動に参加する子もいます。保護者が就労のため昼間家庭にいない児童を対象に、授業終了後から18:00まで預かる**放課後児童クラブ**に通う子どもたちもいます。

## ♡ 放課後児童クラブ

放課後児童クラブは、保護者が共働きなどで昼間家庭にいない児童を対象に、授業終了後から18:00まで預かる支援の場です。宿題をしたり、遊んだりして過ごします。月額3000円と利用日数分のおやつ代が必要です。

\*対象学年1～6年生

名 称	業務委託法人及び申込み
吾田小学校児童クラブ	学校法人吾田学園 認定こども園 あがた幼稚園 ☎0987-22-4567
第2吾田小学校児童クラブ (認定こども園あがた幼稚園)	
吾田東小学校児童クラブ (見聞読田中書店2階)	
第2吾田東小学校児童クラブ (県営馬越団地集会所)	社会福祉法人 日南市社会福祉協議会 ☎0987-23-1191
油津小学校児童クラブ	
北郷小学校児童クラブ	
南郷小学校児童クラブ	
桜ヶ丘小学校児童クラブ	
大堂津小学校児童クラブ	
鶴戸小学校児童クラブ	
飫肥小学校児童クラブ	NPO法人子育てサポートにちなん ☎080-8361-3784
東郷小学校児童クラブ	社会福祉法人森と風の郷 認定こども園 四季の森こども園 ☎0987-23-0315
湯上小学校児童クラブ	社会福祉法人森と風の郷 認定こども園 にじ色の海こども園 ☎0987-64-0329

## ♡ 放課後子ども教室について

放課後子ども教室は、学校の余裕教室に安全・安心な児童の活動拠点(居場所)を設け、地域の方々の参画を得て、児童と共に勉強やスポーツ・文化活動、地域住民との交流活動等の取り組みを行う場です。

活動日は、平日の放課後ですが、各学校によって実施曜日が異なります。

活動時間は、授業終了後から16:30までで、活動終了後は通常の下校となります。ただし、祝日や夏休み等の長期休業を除きます。

対象学年は1～6年生で、費用は1人あたりスポーツ安全保険料として年額800円と振込手数料が必要です。

令和6年度

名 称	実施曜日	申 込 先
飫肥小学校放課後子ども教室	月・木・金	生涯学習課生涯学習係 ☎0987-31-1145
東郷小学校放課後子ども教室	月・木・金	
桜ヶ丘小学校放課後子ども教室	火・木・金	
細田小学校放課後子ども教室	月・火・木・金	
大堂津小学校放課後子ども教室	月・火・金	
酒谷小学校放課後子ども教室	月・火・木・金	
南郷小学校放課後子ども教室	月・水・金	
潟上小学校放課後子ども教室	月・水・金	
榎原小学校放課後子ども教室	火・水・木	

## ♡ 日南市の小学校

学 校 名	所 在 地	電話番号
飫肥小学校	飫肥十丁目1-3	☎0987-25-1177
吾田小学校	大字戸高1135	☎0987-23-1129
油津小学校	園田二丁目11-1	☎0987-23-5241
東郷小学校	大字東弁分乙55	☎0987-23-1478
桜ヶ丘小学校	大字平野4400	☎0987-22-2709
細田小学校	大字萩之嶺1200	☎0987-27-0520
大堂津小学校	大堂津一丁目8-1	☎0987-27-0009
鵜戸小学校	大字宮浦2385	☎0987-29-1150



学 校 名	所 在 地	電話番号
酒谷小学校	大字酒谷乙9086	☎0987-25-1284
大窪小学校	大字大窪3021-3	☎0987-28-1090
吾田東小学校	吾田東十丁目1-1	☎0987-23-3442
北郷小学校	北郷町郷之原甲50	☎0987-55-2014
南郷小学校	南郷町中村乙1766-1	☎0987-64-0040
潟上小学校	南郷町脇本2833	☎0987-64-0228
榎原小学校	南郷町榎原甲160	☎0987-68-1007

## ♡ 日南市の中学校

学 校 名	所 在 地	電話番号
飫肥中学校	飫肥十丁目2-3	☎0987-25-1181
油津中学校	梅ヶ浜二丁目2-1	☎0987-23-1149
吾田中学校	吾田東四丁目9-1	☎0987-23-1139
東郷中学校	大字東弁分乙22	☎0987-23-1481
細田中学校	大字上方1211	☎0987-27-0497
鵜戸中学校	大字宮浦2385	☎0987-29-1150
北郷中学校	北郷町郷之原甲50	☎0987-55-2014
南郷中学校	南郷町中村乙6008	☎0987-64-0223
榎原中学校	南郷町榎原甲482-6	☎0987-68-1004

# 保護者編

仕事に子育てに、忙しくされているお父さん、お母さん。いつも頑張っていては疲れます。「今日は〇〇ができた」と、頑張ったことを見つけて自分をほめましょう。上手に手を抜いて自分の時間も大切に。

## ♡ もしも悩んだら…

毎日の子育ては、大変でわからないことも多く、悩みも多いと思います。そんな時には自分たちだけで心配しなくても大丈夫。日南市には悩みに関する、さまざまなサポート体制や相談機関があります。

「どうしようかな」と悩んだら、こども家庭センターや次ページの相談機関へ気軽に相談してみましょう。アドバイスやヒントがきっと見つかりますよ。

困った  
嬉しい  
楽しい  
心配

妊娠・出産・育児  
次々に訪れる  
初めての  
コトやキモチ

誰かに  
話して、聞いて  
私らしく  
子どもと向き合う

出産・育児の  
どうしたら  
いいの？

抱え込まなくて  
いいんです

共感できる  
“誰か”が  
きっとここにも  
居ます

### こども家庭センター

母子保健や育児に関する様々な悩みに円滑に対応できるよう、専門支援員が、相談・アドバイスなどを行います。

📍 中央通1-1-1 (日南市こども課内)  
🕒 月～金曜日 (祝祭日・年末年始を除く)  
8:30～17:15  
☎ 31-1174

こども家庭センターでは  
妊娠から子育て期までを切れ目なくサポート





## ♥ 育児に関する相談機関

※令和6年11月現在の情報です。

相談内容	相談機関
子育ての悩み、療育	TUTTIチャイルドクリニック 大字板敷2554-6 ☎0987-25-5511 予約制、要費用、一部無料
幼稚園から高校生までの教育相談	日南くろしお支援学校 風田4030 ☎0987-23-9212
発達外来(診断・治療・助言・リハビリ等) ※未就学児が対象	愛泉会日南病院 風田3649-2 ☎0987-23-3131 月～金、予約制
子育ての悩み、療育困難、非行、不登校など 虐待かと思ったら	中央児童相談所 宮崎市霧島1丁目1-2 ☎0985-26-1551 ☎189
こころの問題、虐待、いじめ、不登校 ヤングケアラー	宮崎県子ども・若者総合相談センター「わかば」 宮崎市宮田町13-16 ☎0985-41-7830 子ども相談ダイヤル(18歳以下通話無料) ☎0120-730-130 月・火・水・金・土 10:00～17:00
中途退学者の就労支援	「みやざき若者サポートステーション」サテライト都城 都城市東町4-30 ☎0986-36-6510 休み 土・日、祝日、年末年始 9:00～16:00

## 広 告



～患者さん＆地域のハピネスと輝く未来のために～  
社会福祉法人愛泉会  
**愛泉会日南病院**  
NICHIMAN HP produced by AISENKAIS.W.Corp.  
～小児発達外来・医療支援寄児入所施設・血液内科・整形外科～  
日南市大字風田3649-2  
TEL:0987-23-3131  
[ホームページ] [Instagram]



**合同会社LAGOM**  
居住支援法人LAGOM(宮崎県指定)  
社会福祉士事務所Smileえくぼ  
〈住まいのこと、福祉のこと、ご相談ください〉  
日南市星倉2丁目8番地15  
TEL0987-55-9730

## ♡ こころの悩みは…

### 宮崎県日南保健所

#### ●電話相談・面接相談

☎0987-23-3141 月～金 8:30～17:15

#### ●こころの健康相談(精神科医) 毎月 第4木曜日 13:30～15:30(予約制)

### 宮崎県精神保健福祉センター

#### ●電話相談「こころの電話」

☎0985-32-5566 月～金 9:00～19:00(祝祭日・年末年始除く)

#### ●精神科医が相談に応じる面接相談(予約制)

面接予約 ☎0985-27-5663 予約受付時間 月～金曜日(祝祭日・年末年始除く)  
8:30～17:15

- |                    |           |
|--------------------|-----------|
| ・ストレス専門診療相談        | 毎月3回 午後   |
| ・一般診療相談            | 毎月2回 午後   |
| ・依存症(薬物関連問題)専門診療相談 | 毎月1～2回 午後 |
| ・思春期精神保健診療相談       | 毎月1～2回 午後 |

## — 広 告 —

しなやかな こころで生きる 毎日を 地域やあなた、そして社会に



いまにし

こころの相談室

発達障害の心理検査のできるカウンセリングルーム

IMAKOKOSUDAN.COM  
TEL:0987-67-5958





## ♡ 体罰等によらない子育てのための工夫のポイント

- POINT 1 子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
- POINT 2 「言うことを聞かない」にもいろいろあります
- POINT 3 子どもの成長・発達によっても異なることもあります
- POINT 4 子どもの状況に応じて、身の周りの環境を整えてみましょう

- POINT 5 注意の方向を変えたり、やる気に働きかけてみましょう
- POINT 6 肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本に
- POINT 7 良いこと、できていることを具体的に褒めましょう

## ♡ 「しつけ」と「体罰」はちがいます

「しつけ」とは

子どもの人格や才能などを伸ばし、社会において自律した生活を送れるようにすることなどの目的から、子どもをサポートして社会性を育む行為です。

「体罰」とは

子どもの身体に何らかの苦痛を引き起こし、または不快感を意図的にもたらす行為(罰)です。

### 児童虐待を防ぎましょう

子育てに悩んでいる方、また近くに虐待を受けたと思われる子どもや、子育てに悩む親がいることに気付いた方、勇気を出して最寄りの市町村の担当窓口や児童相談所へ連絡してください。秘密厳守です。

【問】児童相談所全国共通ダイヤル ☎189

こども課こども家庭センター ☎0987-31-1174



# 障がいのある子どもさんの日中の活動支援

## ♡ 障がいのある子どもさんの日中の活動支援

発達障がいや、障がいのあるお子さんを対象に、専門の療育を行ったり、相談を受けたりします。

法人名・事業所名	所在地など	電話番号
NPO法人 さんぽ 児童発達支援事業所わくわく 放課後等デイサービスわくわく	大字星倉50番地 児童発達支援、放課後等デイサービス、保 育所等訪問支援	☎0987-27-3136
合同会社 おび杉園 放課後等デイサービスモアナ	西弁分3丁目1番1 放課後等デイサービス	☎0987-33-0049
株式会社ゆとりお ウィズ・ユー・日南	上平野町2丁目4番地3 児童発達支援、放課後等デイサービス	☎0987-55-7933
NPO法人 HappyCrayon 児童発達支援センターPastel (パステル)	油津1丁目4番21号 児童発達支援、放課後等デイサービス、保 育所等訪問支援	☎0987-23-4215
学校法人吾田学園 児童発達支援事業所 エブリック	吾田西3丁目9番28号 児童発達支援	☎0987-22-4567
株式会社TT 多機能型事業所 ひなたかれっじ日南	岩崎2丁目10番3-1号 児童発達支援、放課後等デイサービス	☎0987-67-0399
学校法人宮崎カトリック学園 いいとよ	大字星倉6583番地3 児童発達支援	☎0987-25-3989

障がいのある子どもさんの日中の活動支援

広 告



児童発達支援センター  
**Pastel** TEL23-4215  
児童発達支援・放課後等デイサービス  
保育所等訪問支援  
相談支援センター  
すまいるしーど TEL55-5001

NPO 法人  
**Happy★Crayon** 日南市油津1丁目4-21



## 児童発達支援

未就学の障がい児に日常生活における基本的な動作の指導、知識技能の付与、集団生活への適応訓練を行います。

## 放課後等デイサービス

就学中の障がい児に授業終了後または夏休み等の休業日に、生活能力の向上のために必要な訓練、社会との交流促進等を行います。

## 保育所等訪問支援

保育所等に通う障がい児に、その施設を訪問し、集団生活への適応のための専門的な支援を行います。

【問】福祉課障がい福祉係 ☎0987-31-1130

### 発達障がいとは

発達障がいとは、生まれながらにして脳の発達に不具合が生じている状態のことで、言葉やコミュニケーション・社会性などの発達に特性があることによって、生活のしにくさを感じる障がいと言われています。特性によるものですから親の育て方や性格、心の病等は原因ではありません。

病気とも違いますので、無理に正そうとすることは、子どもにとってストレスとなります。個人差も大きいので、もしも「何か気になる」と思ったら、抱え込まないでまずは相談してみましょう。(P54・55参照)



## 広 告

**訪問看護  
ステーション**

**笑える生活**

詳しい内容は  
表紙裏の広告内に  
掲載しております。  
ぜひご覧下さい。

宮崎県日南市吾田西 3-10-23  
TEL.0987-55-9600 FAX.0987-55-0230

**NPO 法人 福祉作業所**

**ひなたぼっこ**

**ひなたぼっこ** 9時～16時  
まで

〒889-3202 日南市南郷町中村甲 198

**ひなたハウス** 16時～翌9時  
まで

〒889-3204 日南市南郷町中村乙 4891

**☎0987-64-2265**

# ひとり親家庭の方へ

## 母子家庭及び父子家庭等に関する事業

【問】こども課こども政策係 ☎0987-31-1131

### ♡ ひとり親家庭等を対象とする手当など

#### 児童扶養手当

母子・父子家庭、父又は母に重度の障害がある家庭等に支給されます。

●支給月 5、7、9、11、1、3月

【利用する上で必要なこと】

- 所得制限があります。
- 申請の翌月分から支給されます。
- 対象児童が施設入所の場合は支給されません。
- 公的年金を受けている人は年金等の月額が手当額より低い場合に差額が支給されます。

【認定請求に必要なもの】

戸籍謄本、世帯全員の住民票、印鑑、通帳、所得証明書など場合によって必要なものが変わりますので、くわしくはお問い合わせください。



### ♡ ひとり親家庭等への医療費の助成

#### 母子・父子家庭等医療費助成

母子家庭や父子家庭等の方々にに対し、保険診療による一部負担金の額を助成します。

【利用する上で必要なこと】

助成を受けるには受給資格の申請が必要です。市の窓口で手続きをおこない、受給者証の交付を受けてください。

【対象者】

児童…中学生以下は、こども医療を優先します。中学卒業後から、18歳の年度末までは、ひとり親医療になります。

親……子の20歳の誕生日末まで

一度、18歳年度末で、喪失します。その後の継続については、手続きが必要になります。  
(子を保険証の扶養にしていない場合は、継続できません。)



### ♡ ひとり親家庭等を対象とする就業支援

#### 自立支援教育訓練給付金

職業能力の開発のための講座を受講するひとり親家庭に対して、修了後に給付金が支給されます。

【支給金額】 受講料の60%相当額

※上限20万円(専門実践教育訓練給付の対象となる講座は修学年数×40万円、最大160万円)、1万2千円以下は支給しません

【対象講座】 雇用保険制度の教育訓練給付の指定講座など



### 【利用する上で必要なこと】

- 母子家庭の母または父子家庭の父であること
- 自立に向けた計画(母子・父子自立支援プログラム)の策定等を受けていること
- 雇用保険法による教育訓練給付の受給要件を有している場合は、差額分を支給
- 事前に市の指定を受ける必要あり



### 高等職業訓練促進給付金

就業に有利な資格取得のための養成訓練を受けるひとり親家庭に対して、給付金が支給されます。

#### 【支給金額(月額)】

- 100,000円(市民税非課税世帯) ● 70,500円(市民税課税世帯)

#### 【対象講座】

看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士、シスコシステムズ認定資格、LPI認定資格など

### 【利用する上で必要なこと】

- 母子家庭の母または父子家庭の父であること
- 児童扶養手当が受給できる所得水準であること
- 資格を取得するため6月以上の課程を受講すること



## ♡ひとり親家庭等を対象とする貸付制度

### 母子父子寡婦福祉資金の貸付け

母子父子寡婦福祉資金は、ひとり親家庭の経済的自立と、その扶養している児童の福祉を増進することを目的とした貸付制度です。

相談から申請までに必要書類の準備等で期間を要することがあり、また、申請受付後から審査会を経て貸付の可否決定までに時間を要しますので、お早めにご相談ください。

#### 【主な貸付金の種類等】

種類	対象経費	利率
修学	児童が高等学校、大学、大学院等で修学するのに必要な授業料、書籍代、通学費等に要する費用	無利子
就学支度	児童が小学校、中学校、高等学校、大学等に就学する際に必要な被服、履物等の購入に要する費用	無利子
技能習得	ひとり親家庭の父母が、就職等に必要な知識技能を習得するために必要な授業料等に要する費用	無利子
生活	ひとり親家庭の父母が知識技能を習得している間や医療介護を受けている間、またはひとり親家庭の父母となって7年未満や失業中のため生活を安定するために要する費用	無利子
転宅	住居の移転に要する費用	無利子

上記の他にも貸付金の種類がありますので、詳しくはこども課 母子父子自立支援員(☎0987-31-1131)までご相談ください。



● 赤ちゃんとの外出	32
● 育児相談	55
● 一時預かり	46・48・49
● イベント・祭り情報	18・19
● 1歳6か月児健康診査	35
● 医療費助成(母子及び父子家庭)	60
● お出掛けMAP	6~17
● おねしょ(夜尿)	39
● お昼寝	39
● お風呂	39
● オムツ替え	31
● おやつ	39



● 危険箇所チェック	22・23
● 空腹感	39
● 公園	7~17
● こころの悩み相談	56
● 子育て応援ギフト	26
● 子育て支援センター	46・47
● 子育て相談	55
● こども医療費助成制度	27
● こども家庭センター	54
● こんにちは赤ちゃん事業	27



● 3か月児健康診査	35
● 産後うつ	30
● 3歳6か月児健康診査	35
● 産婦人科	26
● 産後ケア事業	30
● 児童虐待	57
● 児童手当	27
● 児童発達支援	59
● 児童扶養手当	60
● 就学時健康診断	50
● 出産育児一時金	27
● 出産応援ギフト	26
● 出産手当金	26
● 出産費貸付け制度	27
● 出生届	26
● 障がいのある子どもさんの 日中活動支援	58
● 小学校・小学生	50
● 助産院	26
● 生活のリズム	38・39
● 先天異常	29
● 相談機関全般	55



● 抱っこ	31
● 地域子育て支援センター	46・47
● 中学校	53
● 帝王切開	29





● 泣き	31
● 2歳6か月児教室	35
● 乳児一般健康診査	35
● 乳腺炎	30
● 乳幼児相談	35
● 妊産婦・新生児訪問	27
● 妊娠高血圧症候群	29
● 認定こども園	44
● 妊婦一般健康診査	25



● 排泄習慣	39
● 発達障がい	59
● 歯磨き(口腔ケア)	32
● 晩婚化・晩産化	28
● ひとり親家庭	60・61
● 病児・病後児保育	49
● ビヨピヨ10カ月教室	35
● ファミリー・サポート・センター	48・49
● 不妊症・不育症	29
● 保育園・保育所	43
● 保育所(園)・認定こども園の 入所について	40

● 保育所等訪問支援	59
● 放課後子ども教室	52
● 放課後児童クラブ	51
● 放課後等デイサービス	59
● 防災準備	20・21
● 母子健康手帳交付	25



● マップ	6~17
● 未就学児フツ素塗布	35
● 未熟児養育医療費	27
● みらい応援祝金	26



● 夜間救急	24・32
● ヤングケアラー	55
● 予防接種	36・37



● 流産	29
● 離乳食教室	35

# 日南市 子育て情報誌

はぴねす

令和7年1月発行

発行

日南市役所 こども課  
〒887-8585 宮崎県日南市中央通1-1-1  
TEL.0987-31-1131

日南市／株式会社サイネックス



日南市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス  
〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5-3-15  
TEL.06-6766-3333(大代表)

広告販売

株式会社サイネックス 南九州支店  
〒890-0034 鹿児島県鹿児島市田上6丁目8-20  
TEL.099-253-6398

※掲載している広告は、令和6年12月現在の情報です。



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。

無断で複写、転載することはご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。



いつでも！誰でも！どこからでも！



日南市

子育て情報誌 はぴねす

電子ブック案内



タブレット



パソコン



スマートフォン

2025年3月  
より公開

電子ブックはこんなときに活用できます



外出中に子どもが  
発熱して困った…どうしよう



初めての妊娠で手続きや  
支援助制度がわからない



カレンダー形式の  
手続き一覧はないかしら？



次の遊び場は  
どこにしようかと悩んだら



冊子が見つからないから  
電子ブックで読みたい

ブックマークは  
こちらから



こんな便利機能もあります



目次から知りたい情報に  
ワンタッチで移動



細かい文字は  
拡大して表示できる



再読したいページには  
しおりを挿入



気になった内容には  
メモ機能で書き足し



# 社会福祉法人 つよし会

## つよし会で実施している事業

### 障害者総合支援法 に基づく事業

- 施設入所支援・短期入所・生活介護・就労移行支援
- 就労継続支援B型・共同生活援助・計画相談支援
- 地域相談支援(地域移行支援及び地域定着支援)・障害児相談支援

### その他の事業

- 日中一時支援

### つよし学園成人部

障害者支援施設  
施設入所支援、生活介護  
短期入所、日中一時支援

### つよし共働センター

多機能型事業所  
就労継続支援B型、就労移行支援、生活介護

### つよし寮

障害者支援施設  
施設入所支援、生活介護、短期入所

### ホーム浜風

共同生活援助

### そうだんサポートセンターなみ

地域相談支援  
計画相談支援  
障害児相談



法人事務局

〒887-0034 宮崎県日南市大字風田 3585 番地

TEL(0987)23-5336 FAX(0987)23-5337 E-mail : tuyoshikai@btvm.ne.jp