



学校法人 藤田幼児教育学園

丘の上幼稚園 丘の上保育園

自然豊かな環境で
一人ひとりの発達を丁寧に見守り
のびのびと生きる力を育みます

園の特色



和太鼓体験



体育教室



保育園



水泳教室



英語教室



自園給食



HomePage



Instagram

丘の上幼稚園 (0248) 27-3363
丘の上保育園 (0248) 22-3900
〒961-0975 白河市立石山10-14

2026年7月版

妊娠から子育てまでサポート!

子育て支援ガイドブック

ぽっかぽか
P O K K A P O K A



しらかわん

白河市 株式会社サイネックス



© しらかわん

子育て支援アプリ

ぽっかぽか
P O K K A P O K A



こちらから無料で
ダウンロードできます。

Available on the
App Store

Google Play
で手に入れよう

電子書籍版

パソコンやあなたのお手持ちの携帯端末でご覧になれます!

いつでも持ち歩ける利便性

わが街
事典



はじめに

白河市では、すべてのこどもたちが、夢や希望を抱きながらすこやかに成長できるように、また、幸せに暮らせるように、常にこどもたちにとってもっともよいことは何かを考え、こどもたちが健やかで幸せに成長できる社会の実現を目指し、「こどもまんなか応援サポーター」として、妊娠・出産期から子育て期全般にわたる切れ目のない支援に取り組んでいます。

この冊子「ぽっかぽか」では、本市が取り組んでいるさまざまなこども・子育て事業を掲載しています。ぜひご覧いただき、ご活用いただければ幸いです。

また、子育てに困ったときの相談先も掲載しておりますので、ひとりで悩まないで、ご連絡ください。あなたは決して、一人ではありません。あなたが子育てを楽しめるよう応援していきます。



基本理念



みんなで育てよう、笑顔かがやく白河っ子

各ページの事業等が変更になる場合がありますので、問い合わせ先またはホームページ等にてご確認をお願いします。

白河市公式サイト▶



広 告



快適な生活(くらし)を創造する

—Creation Of Comfort—

車田電気工業株式会社

代表取締役 車田 昭

〒961-0834 白河市西三坂50-1

TEL 0248-28-1047 FAX 0248-28-2876

E-mail denki28@lily.ocn.ne.jp

<https://kurumada-dk.co.jp/>

地域の皆さまが「安心・安全・快適」な暮らしを



総合建設業

株式会社

松本工務店

自然との共生をフリエイトする



工事の内容やご質問、
なんでもお気軽にお問い合わせください。

白河市白坂愛宕山73番地2

TEL 0248-28-3835

FAX 0248-28-3836

共に働ける仲間、
協力工事会社随時募集中



INDEX

●はじめに	1
●INDEX	2

4 親子でおでかけ

●白河関の森公園	4
●鶴子山公園	5
●総合運動公園	6
●白河市屋内遊び場「わんぱーく」	7
●図書館	8

10 子育てカレンダー

12 妊娠・出産

●妊娠中の支援	12
●出産に伴う支援	14
●父親の子育て	15

16 赤ちゃん誕生

●赤ちゃん誕生	16
●赤ちゃんが生まれてからの支援	17

18 乳幼児健診

●乳幼児の健康診査・相談	18
--------------------	----

20 歯の健康

●むし歯予防	20
--------------	----

22 予防接種

●こどもの予防接種	22
●妊婦の方の予防接種	23

24 災害に備えて

●乳幼児のいる家庭の防災グッズリスト	24
--------------------------	----

25 受診の目安

●具合が悪いときの受診の目安	25
----------------------	----

広 告

**自然豊かな環境で
一人ひとりの発達を丁寧に見守り
のびのびと生きる力を育みます**

**園の
特色**

和太鼓体験

体育教室

水泳教室

英語教室

保育園

**預かり保育
自園給食**

**丘の上幼稚園 (0248) 27-3363
丘の上保育園 (0248) 22-3900
〒961-0975 白河市立石山10-14**

学校法人 藤田幼児教育学園

**丘の上 幼稚園
保育園**

QRコード

QRコード

HomePage

Instagram

28 医療機関

- 急に具合が悪くなったら 28
- 小児科の医療機関 29

30 応急手当

- こどもの応急手当 30

33 事故

36 子育てサポート

- 相談窓口 37
- 子育て支援事業 38
- 図書館、屋内遊び場 45

46 障がいのあるお子さんへの支援

- 心身に障がいのある
こどものための支援 46
- 障がい児福祉サービス 48

52 ひとり親家庭への支援

- ひとり親家庭への支援 52

54 保育園・幼稚園・小中学校

- 保育園 54
- 幼稚園 57
- 放課後児童クラブ 58
- 病児保育 59
- 小中学校一覧 60
- 小学校から中学校まで 61

62 市役所のご案内

UD
FONT

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



広 告

子育てしながらでも「働きたい」を応援します!

内職さん
随時募集中!!



- 各種軽作業
・手作業請負
- 内職作業全般
- 検品作業
- 流通業務全般

内職市場ふくしま白河店

白河市白坂牛清水28-2 ☎0248-21-7315



株式会社 ムサシ

親子で おでかけ

親子でおでかけ

みんなおいでよ
大きな杉の木の下へ！



白河関の森公園



園内にそびえ立つ、子どもたちの成長を
見守る大樹をイメージした遊具。



📍 白河市旗宿白河内7-2外



広 告

**NAKAJIMA
ELETECH**

あなたの夢をかたちに

株式会社 **ナカジマエレテック**

代表取締役会長 中島 功
代表取締役社長 中島 洋志

〒961-0051 福島県白河市大森ノ内35番地1
TEL(0248)24-5001 FAX(0248)24-5011
e-mail:nakajima-el@vega.ocn.ne.jp

測量・調査・土木設計・GIS



株式会社 **菊地測量設計**

代表取締役 鈴木 俊雄

〒961-0974 白河市北堀切38番地

TEL0248-23-4270(代)
FAX0248-23-4250

鶴の舞う楽園



鶴子山公園



中央には、純白の羽で大空を舞う
鶴をイメージした遊具。



白河市表郷金山字鶴子山22外



広 告

熱意・信用・信頼



有限会社 兼田電設

代表取締役 兼 田 悟 志

本 社 福島県白河市表郷金山字白旗31-7
TEL&FAX (0248) 32-4089

営業所 福島県白河市関辺上ノ代106-349
TEL 0248-21-8210
FAX 0248-21-8211



渡辺工務店有限会社

〒961-0021 白河市関辺松並22番地22

TEL:0248-22-7715

FAX:0248-22-7732





総合運動公園

📍 白河市北中川原30外

木立の昆虫コロシウム遊具

コロシウム状のサーキット遊具。
ここは木立の昆虫運動会の会場。

運動公園内 室内遊具施設

アナビススポーツプラザキッズルーム

※[利用時間][休館日]等については
P45をご参照ください。





白河市屋内遊び場 「わんぱーく」



©しらかわん

📍 白河市本町2マイタウン白河4階

「木育と知育」をコンセプトとした遊び場で、身体を動かして遊ぶ遊具や知育玩具、ピクニックコーナーなどがあります。

※[利用時間][休館日]等についてはP45をご参照ください。



広告



Honda Cars 白河西 白河インター店



西郷村大字小田倉字前山105-2
☎(0248)25-3811 FAX(0248)25-3237

ナチュラル雑貨とお洋服のお店

Youkiya



白河市新高山39-3
メガステージ白河内
TEL 0248-21-0788

ガーデニング

はちみつ紅茶

おようぶく

図書館

市内には4つの図書館があります。

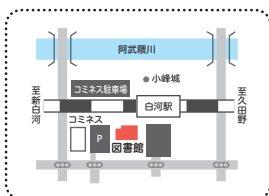
0歳から、図書館利用カードを作ることができ、本や雑誌、コミック、CD、DVDを借りることができます。カード作成や利用はすべて無料です。

市立図書館〜りばらん〜



☎ 0248-23-3250

絵本や育児書、おはなし会、こども向け上映会など、親子で楽しめる図書館です。赤ちゃんほんとステーションもあるので、おむつ替えなどもできます。



◀りばらん公式X
(旧ツイッター)

図書館ウェブサイト

利用案内や休館日などは、こちらでご確認ください。



児童
コーナー



育児
コーナー



おはなし会
(P45に詳細)



赤ちゃんほんと
ステーション



こども用カート
赤ちゃん用
カートもあります



広 告

FUKUSHIMA KENNANDOKEN KOGYO Co.,Ltd

一本の釘にも120年の伝統

明治36年創業 総合建設業

福島県南土建工業株式会社

代表取締役 小野 喜治

〒961-0053 福島県白河市中田260
TEL 0248-22-2166
https://www.kennan.co.jp



電気工事設計施工一式請負

株式会社白河電設

- 電気設備設計施工
- 電気、通信、消防設備工事

白河市昭和町252 駐車場あり
営業時間／8:00～17:00
定休日／土、日、祝日

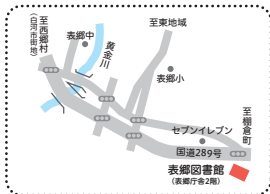
TEL **0248-24-0176**
FAX **0248-22-7096**

表郷図書館



☎ 0248-32-4784

レンガ造り風(表郷庁舎2階)のあたたかい雰囲気の図書館です。

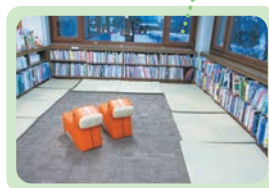
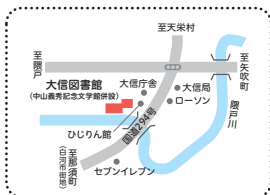


大信図書館



☎ 0248-46-3614

中山義秀記念文学館に併設された、館内はログハウス風の開放的な図書館です。

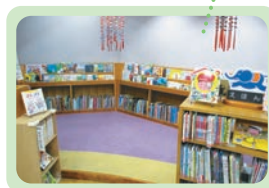


東図書館



☎ 0248-34-1130

きつねうち温泉や東文化センター、東風の台運動公園に隣接した図書館です。



市内の図書館にある本・雑誌・CD・DVDを、近くの図書館に取り寄せすることができます！

市内の図書館なら、どこに返してもOK！

広 告

くつろぎの住まい創り

建築士事務所

県知事許可 第 27079 号



有限会社 大沼工務店

代表取締役 大沼 耕一

西郷村大字鶴生字由井ヶ原 114-2

TEL 0248-25-0358

FAX 0248-25-5777



総合建設業

大東土建株式会社

代表取締役 八代 浩美

〒961-0307

白河市東栃本字市倉60

TEL 0248-34-2280 Fax 0248-34-3945

ぽっかぽか POKKAPOKA

親子で
おでかけ

子育てカレンダー

最新情報
詳しくは▶



で検索!

ぽっかぽか

検索

子育てカレンダー

月 齢

妊娠期	乳児期										
妊娠	0 か月	1 か月	2 か月	3 か月	4 か月	5 か月	6 か月	7 か月	8 か月	9 か月	10 か月

妊婦健康診査 1か月児健康診査 4か月児健康診査

わくわく子育て教室(講話動画)

Preママパパ教室・ベビーマッサージ教室

産後2週間健康診査 赤ちゃん訪問

0歳からの親子遊び教室(Baby Happy Room)

新生児聴覚検査(生後1日~1か月)

先天性代謝異常等検査(生後4~6日目)

離乳食相談会

産後ケア事業

- 母子健康手帳交付
- イクメンビギナー必携ノート(第1子のみ)交付
- 妊産婦医療費助成
- 白河っ子出産・子育て応援ギフト交付
 - 出産育児一時金
 - 出生届(生まれた日を含め14日以内)
 - 児童手当[0歳~18歳]
 - こども医療費助成[0歳~18歳]
- 子育て応援パスポート[妊婦、0歳~18歳]
 - 未熟児養育医療給付[0歳~1歳未満]
 - 出生祝い 名入り白河だるまプレゼント



- 個別健診
- 集団健診
- 教室・相談会等

助成金制度・手続き

子育てサポート

白河っ子応援センター「ぽっかぽか」 相談窓口▶P36 子育て相談窓口▶P40

ファミリーサポート事業▶P38

赤ちゃんひろば▶P41

おひさまひろば▶P40

たんぼぼサロン▶P40

予防接種▶P22

保育園▶P54

広 告

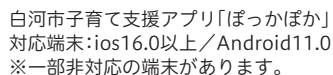
新車が月々コミコミ1.1万円~(税込) 頭金0円!

車両諸費用込み 7年間の税金込み 車検代込み オイル交換込み フロアマット込み ドアバイザー込み

月々払い専門店 チョイス 〒961-0078 白河市米村道北8-8

TEL.0248-21-7780 営業時間/AM9:00~PM6:00 定休日/QRからご確認ください

詳しくは「ぐるっとまぎーる」をチェック

子育てカレンダー

真心と誠意で地域にご奉仕する

街づくり

●土地・建物の売買●住宅分譲

福島県知事免許(11)第30007号

 **丸昌不動産 有限会社**

TEL 0248-27-1131代
FAX 0248-27-1773

白河市立石山1-3



妊娠・出産



妊娠中の支援

▶ 「妊娠届出書」の提出、「母子健康手帳」等の交付

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

妊娠がわかったら、医師に出産予定日を確認し、妊娠11週までに母子健康手帳の交付を受けましょう。交付日は、毎週月曜日、午前9時から16時です。

「妊娠届出書」を提出すると、「母子健康手帳」「イクメンビギナー必携ノート(第1子)」「妊産婦一般健康診査受診票・新生児聴覚検査受検票」が交付され、その使い方や「こんにちは赤ちゃん訪問」など母子健康サービスの説明があります。個別相談と下記の白河っ子出産応援ギフトの申請の面接(必須)がありますので、ご本人がお越しください。

母子健康手帳交付日にお越しになれない場合は、上記までご連絡ください。

▶ 白河っ子出産応援ギフト申請

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

母子手帳交付時に、保健師又は助産師と面接し、アンケートの回答と出産応援ギフト(妊婦支援給付金)の申請をします。後日5万円をお振込みします。

又、妊娠8か月頃にアンケートを送付しますので必ず回答をお願いします。

▶ 妊娠中の健康診査

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

「妊産婦一般健康診査受診票」を医療機関の窓口へ提出することで、妊娠各期において公費負担により妊婦健康診査を受けられます。

さらに、精密健康診査の必要のある方には、1人1回までかかった費用の自己負担分を助成します。精密健康診査は、一般健診を実施した医師の判断により行われます。

「妊産婦一般健康診査受診票」には、15回分の妊婦健康診査と産後2週間・1か月健康診査、妊婦精密健康診査の受診票が入っています。また、多胎妊婦は16回目～20回目(5回分)の妊婦健康診査の費用をさらに助成します。

※里帰りなどで、県外の医療機関で妊産婦健康診査を受ける場合は、事前に申請が必要です。

※妊婦健診の風しん抗体検査の結果、抗体価が低いと言われた方は、妊娠中は予防接種ができませんので、出産後に受けることをおすすめします。

▶ 妊産婦医療費助成

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

市内にお住まいの妊産婦(妊娠4か月の属する月から分娩した日の属する月の翌月末まで)の通院、入院などの医療費の一部負担金、入院時の食事代を助成します。

▶ 福島県子育て応援パスポート(ファミたんカード)

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

福島県では、市町村や事業者の方と連携して、子育て応援パスポート事業を実施しています。カードを協賛店で提示すると、お店のご厚意により割引やプレゼントなど、さまざまなサービスを受けることができます。

使えるお店など詳しくは、福島県子育て応援ポータルサイト「すくすくひろば」をご覧ください。



▶ 妊産婦訪問指導

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

保健師、栄養士等が妊産婦の家庭を訪問していろいろな相談に応じます。妊娠・出産・育児に不安のある方は、ご連絡ください。

▶ Preママパパ教室・ベビーマッサージ教室

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

助産師から育児技術を学ぶPreママパパ教室と助産師と一緒に赤ちゃんとおふれあうベビーマッサージ教室を同時に開催しています。

妊婦さんと産婦さんの交流スペースにもなっています。

▶ 産前産後期間の国民年金保険料免除

問 国保年金課 保険年金係 ☎0248-28-5538(直通)

「国民年金第1号被保険者」の方は、産前産後の一定期間、国民年金の保険料が免除されます。免除を希望される方は、市役所国保年金課窓口での手続きが必要となります。

届出は出産予定日の6か月前から可能です。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。



日本年金機構 産前産後免除

検索

免除期間

出産予定月または出産月の1か月前から4か月間(多胎妊娠の場合は出産予定月または出産月の3か月前から6か月間。)

※死産、流産、早産された方を含みます。 ※妊娠85日(4か月)以上の妊娠が対象です。

▶ 育児期間の国民年金保険料免除【※令和8年10月1日から施行】

問 国保年金課 保険年金係 ☎0248-28-5538(直通)

「国民年金第1号被保険者」で子を養育する「父母」の方は、子が1歳になる誕生日の前月までの期間、国民年金の保険料が免除されます。免除を希望される方は、市役所国保年金課窓口での手続きが必要となります。

免除期間

養育する子が1歳になる誕生日の前月まで

※実母の場合は、産前産後の免除期間に引き続く9か月間。

※実父または養子を養育する父母の場合には、出生日または養子となった日から、子が1歳になる誕生日の前月までの最大12か月間。

▶ 産前産後期間の国保税免除

問 国保年金課 保険年金係 ☎0248-28-5538(直通)

「国民健康保険の被保険者」の方は、産前産後の一定期間の国民健康保険税(所得割額と均等割額)が免除されます。

届出は出産予定日の6か月前から可能です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



免除期間

出産予定月または出産月の1か月前から4か月間(多胎妊娠の場合は出産予定月または出産月の3か月前から6か月間。)

※死産、流産、早産された方を含みます。 ※妊娠85日(4か月)以上の妊娠が対象です。

❀ 出産に伴う支援

出産費用の負担を軽減するために、加入している医療保険から出産育児一時金が支払われます。支給額は50万円(産科医療補償制度に加入しない分娩の場合は、48万8千円)です。

原則として、加入している医療保険が直接、出産された医療機関等に出産育児一時金を支払うことになります。出産費用から出産育児一時金を差し引いた額がご本人の負担となります。申請の手続きは、医療機関等で行います。詳しくは、出産される医療機関等にお問い合わせください。

なお、医療機関等に直接出産育児一時金が支払われることを希望しない場合は、加入している医療保険へお問い合わせください。

白河市国民健康保険に加入している方

☎ 国保年金課 医療給付係 ☎0248-28-5537(直通)

▶ 働く女性のための制度

母性健康管理指導事項連絡カード

このカードは、仕事を持つ妊産婦が主治医等から受けた指導内容を事業主へ明確に伝えるためのもので、母子健康手帳に掲載されています。厚生労働省のホームページからも入手できます。

産前産後の休業

請求すれば産前6週間前(双子以上の場合は14週間前)から休業が認められます。また、出産の翌日から8週間は就業することができません。ただし、産後6週間を経過後に本人が請求し、医師が認めた場合は就業することができます。

育児休業制度(育児・介護休業法)

こどもが1歳に達するまでの間、男女問わず、育児休業を取得することができます。

また、保育園に入れない等の場合、最長2歳に達するまで延長できます。両親共に、育児休業をする場合は、休業対象となる子の年齢が1歳2か月に達するまで延長できます。(パパ・ママ育休プラス)

育児休業給付

育児休業の期間中、雇用保険から「育児休業給付金」が支払われます。

※産休、育休期間中は保険料負担が免除されます。

休業以外の制度

次の制度は、事業主に申出・請求することで利用できます。

3歳に満たない子を養育している場合

- 短時間勤務制度(所定労働時間を1日6時間に短縮できる制度)

小学校入学前の子を養育している場合

- 所定外労働の制限(残業免除)
- 時間外労働の制限(1か月24時間、1年150時間)
- 深夜業の免除(午後10時～午前5時)

小学校3年生までの子を養育している場合

- 子の看護等休暇(子が1人なら年5日、2人以上なら年10日)

✿ 父親の子育て

▶ 「イクメンビギナー必携ノート」の交付

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

妊娠届を提出すると、母子健康手帳とあわせ、初めてお父さんになる方に「イクメンビギナー必携ノート」を交付しています。

▶ 家族をあたたく包み込む父親へ

父親にできること

妊娠・出産を通じて女性の体は、劇的に変化していきます。

また、不安やホルモンバランスの変化から普段よりもストレスがたまりやすくなりますので、話をよく聴きやさしく受け止め、サポートしてあげましょう。

父親が子育てに関わるとこんな良いことがあります！

- ◎父親ならではの遊びは、こどもの心身に良い刺激となり、こどもの発達と成長にプラス！
- ◎こどもの話題で会話が増えて自分も楽しく、子育ての大変さを知ること、妻のことを思いやることができ、妻との関係がぐんと良くなります。
- ◎子育てを通して保護者同士、仕事以外の人脈ができ、地域とのつながりができます。
- ◎視野が広がり、新たなアイデアや企画が生まれ、自分の成長と仕事面のスキルアップになります。

父親自身も不安があるときは相談しよう！

親としての責任、仕事との両立、思い通りにならない育児、忙しさからくるストレスや睡眠不足などで、心にも不調をきたし、父親も産後うつを発症する場合があります。不安があるときには、一人で抱え込まず、市の相談窓口や子育て支援サービスを活用しましょう。



© しらかわん



赤ちゃん誕生



赤ちゃん誕生

▶ 出生届

問 市民課 ☎0248-22-1111(代表)

赤ちゃんが生まれたら、出生届(出生証明書)、母子健康手帳をお持ちになって生まれた日を含めて14日以内に届け出てください。

マイナンバーカードを希望する場合は、出生届と同時に申請できます。(1歳未満の方は顔写真省略)

▶ 生まれた赤ちゃんが低体重児だったとき

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

生まれた赤ちゃんが、出生時の体重が2,500g未満の場合は、「低体重児出生届」をこども支援課母子健康係に届け出てください。

必要に応じ、電話相談や家庭訪問を行い、赤ちゃんの発育や育児で心配なことなど、保健師や助産師が相談に応じます。

2,000g以下などで産まれたお子さんの入院医療費申請(養育医療)は、こども支援課母子健康係で受け付けています。

▶ こんにちは赤ちゃん訪問

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

赤ちゃんが生まれたら、保健師・助産師・看護師が訪問し、さまざまな不安や悩みの相談を受け、子育て支援サービスの紹介をします。

※電話相談も行っていますので、心配な方は、お気軽にご連絡ください。

▶ 白河っ子子育て応援ギフト申請

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

こんにちは赤ちゃん訪問と同時に白河っ子子育て応援ギフト(妊婦支援給付金)の申請をします。後日5万円をお振込みします。

▶ 新生児聴覚検査・産後2週間・1か月健康診査の助成

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

新生児聴覚検査または産後2週間・1か月健康診査を受診する際、受検票または受診票を医療機関の窓口に出すことで、その費用を助成します。なお、県外で受診される方は、事前にお問い合わせください。

▶ 1か月児健康診査の助成

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

赤ちゃんが1か月児健康診査を受診する際、診査票を医療機関の窓口に出すことで、その費用の一部を助成します。

✿ 赤ちゃんが生まれてからの支援

▶ 産後ケア

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

産後の疲労回復、育児の不安や悩み解消のため、宿泊又は日帰りでゆっくりと助産師のケアを受けることができます。なお、事前予約が必要となりますので、詳しくはお問い合わせください。

▶ 児童手当

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

児童手当は、次世代の社会を担うこどもの健やかな育ちを社会全体で応援するために、高校生(18歳になった後の最初の3月31日)までの児童を養育している方に支払われます。

手当月額

- 0歳～3歳未満 15,000円(第3子以降30,000円)
- 3歳～高校生 10,000円(第3子以降30,000円)

※養育している22歳(22歳になった後の最初の3月31日)までのお子さんから第1子と数えます。

▶ こども医療費助成

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

市内にお住いの18歳(18歳になった後の最初の3月31日)までのお子さんの通院、入院などの医療費の一部負担金、入院時の食事代を助成します。

▶ 出生祝い 名入り白河だるまプレゼント

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

生まれた赤ちゃんの名前、生年月日入りの白河だるまを保護者にプレゼントします。



\\ 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、しだいに自分でつばろうとします。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」



乳幼児の健康診査・相談

▶ 乳幼児健康診査

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

開催日・時間は、市のホームページまたは子育て支援アプリをご覧ください。



4か月児健診

4か月児を対象に、内科・整形(股関節脱臼)の診察、身体計測、栄養士による離乳食のお話など、個別に相談に応じます。

1歳児健診

1歳児を対象に、歯科の診察を行い、離乳食、むし歯予防等、個別に相談に応じます。フッ化物歯面塗布を同時に実施しています。

1歳6か月児健診

1歳6か月児を対象に、内科・歯科の診察、身体計測等を行い、発育・発達、栄養、むし歯予防等、個別に相談に応じます。フッ化物歯面塗布を同時に実施しています。

2歳児健診

2歳児を対象に、歯科の診察、発育・発達、栄養、むし歯予防等、個別に相談に応じます。フッ化物歯面塗布を同時に実施しています。

3歳児健診

3歳児を対象に、内科・歯科の診察、身体計測及び検尿・目の検査等を行い、個々に応じた心身両面の相談に応じます。フッ化物歯面塗布を同時に実施しています。

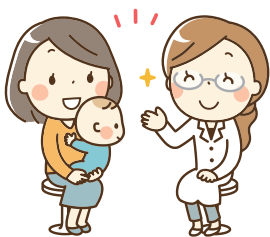
※対象月のおおむね1か月前にご自宅に通知を発送します。

▶ 離乳食相談会

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

5か月児から1歳6か月児とその家族を対象に、「離乳食」の相談を行っています。

※事前に予約が必要です。



🎧 わくわく子育て教室(目からウロコの子育て術)講話動画

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

「早起き・早寝・朝ごはん そして挨拶・読み聞かせを中心にして」をテーマにこどものこころとからだの発達、こどもとの触れ合い方等、自宅のできる子育てのノウハウを言語聴覚士の先生がご紹介します。(視聴後、アンケートのご協力をお願いします。)



🎧 0歳からの親子遊び教室～Baby Happy Room～

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

親子遊びの大切さを作業療法士・運動指導士の先生から学ぶことができ、こどもの成長や発達、豊かな心を育むための教室です。詳しくは、こんにちは赤ちゃん訪問、4か月・1歳児・1歳6か月児健診等でご案内します。

はいはいクラス 対象者: 2か月児から1歳児健診対象月までのお子さん

とことこクラス 対象者: 1歳児健診後から2歳児健診対象月までのお子さん

🎧 白河っ子すくすく応援クーポン券

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

こどもの健やかな成長を願い、保護者の経済的負担を軽減することで安心して子育てができる環境を整えるため、おむつ、おしりふき、ゴミ袋、こども服等の購入に使用できる年間3万円分のクーポン券を、1歳児から3歳児の保護者に支給します。

🎧 ブックスタート

問 りぶらん(市立図書館) ☎0248-23-3250

1歳児健診の際、絵本のプレゼントや、読み聞かせを行う「ブックスタート」を実施しています。

🎧 しらかわ子育てウェルカムブック

問 りぶらん(市立図書館) ☎0248-23-3250

3歳児健診で配られた絵本引換券を、市内4つの図書館(りぶらん・表郷・大信・東)のいずれかに持って行くと、絵本1冊とコットンバックがプレゼントされる「しらかわ子育てウェルカムブック」を実施しています。詳しくは、3歳児健診でご案内します。



\\ 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」



歯の健康



❀ むし歯予防

▶ こどもの歯をむし歯から守る

お母さんが妊娠7週目に入った頃から赤ちゃんの乳歯の芽がつくられます。永久歯も、妊娠4か月頃にはでき始めます。実際に乳歯が生え始めるのは生後3か月から9か月と、赤ちゃんによって差があります。きれいな乳歯はきれいな永久歯や正常な歯ならび・かみ合わせへの第1歩です。

小さい頃から「かかりつけ歯科医」を持ち、定期的に歯や歯ぐきの状態をみてもらいましょう。

むし歯はうつります

食事の際にはおしゃすプーンを共有するとだ液に含まれたむし歯の原因菌は感染します。こどもの歯は、大変やわらかくむし歯になりやすく、その進行もとても早いのが特徴です。

仕上げみがきをしましょう

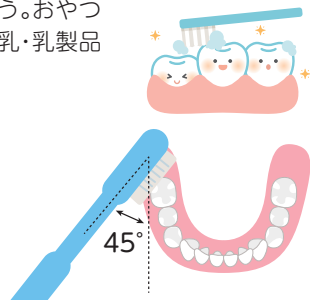
小学校低学年くらいまでは、保護者の仕上げみがきが必要です。乳歯が生え揃い、食生活も多様化してくる3歳頃からむし歯が急増しますので、就寝前には欠かさず仕上げみがきをしましょう。

正しい食生活を心掛けましょう

1日3食、規則正しく食べ、だらだら食べることを控えましょう。おやつは甘いお菓子や飲み物でなく、普段の食生活で不足しがちな牛乳・乳製品や果物などがおすすめです。

6歳きゅう歯(乳歯列の奥に生える永久歯)

大変むし歯になりやすい歯です。生えだての6歳きゅう歯は背が低く歯ブラシが届きにくいので、歯ブラシを横から入れてみがきましょう。また、上手にできないときは手伝ってあげてください。



医療法人 片倉クリニック

白河たていし歯科

診察時間 月水金 9:00～12:00、14:00～18:00
火 休診
木 9:00～12:00 (週によって18時まで)
土 9:00～12:00
日 祝 休診

※祝日がある週は変更になる場合があります

TEL 0248-21-6640

〒961-0972
白河市立石 120-6



ホームページ

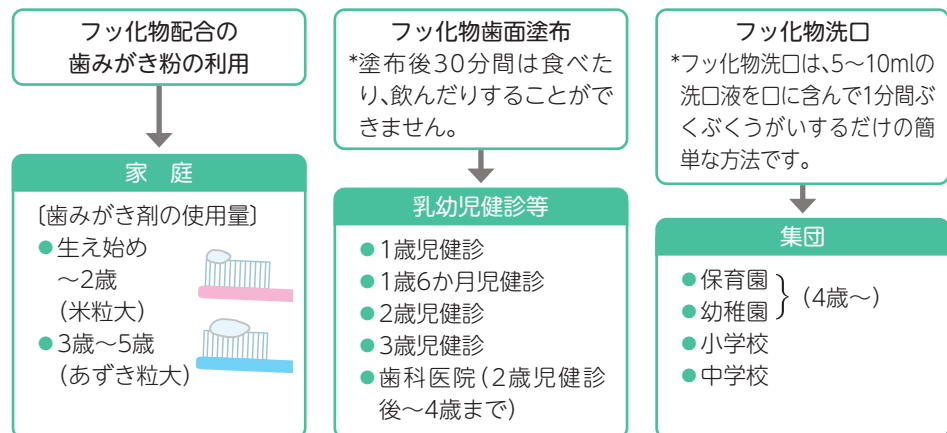
▶ フッ化物で丈夫な歯

フッ化物は自然界に広く存在しているもので飲食物にも微量に含まれています。フッ化物の適切な使用により、むし歯を予防することが科学的に証明されています。

フッ化物の効果

- 歯の質を強くします。
- 歯の修復をすすめます。
- 歯垢(プラーク)の生成を抑えます。
- こどものむし歯予防に役立ちます。まずはブラッシングが基本となりますが、フッ化物を利用することで、効果はさらにアップします。

フッ化物の利用



歯の健康

ひと言 歯みがき剤は使い方が大切

- 歯ブラシに歯みがき剤をつけましょう。
- 歯にまんべんなく広げ、みがきましょう。
- 吐き出しができない場合は、ティッシュ等で拭きとりましょう。
- 吐き出しができるようになったら、少量の水でぶくぶくうがいをして1回だけしましょう。
- 歯みがき後は、1～2時間は飲食をひかえましょう。



\\ 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、少し引っぱってみます。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」



予 防 接 種



こどもの予防接種

▶ 予防接種スケジュール

 接種が推奨されている年齢

予防接種名		乳児期										幼児期							
		2 か 月	3 か 月	4 か 月	5 か 月	6 か 月	7 か 月	8 か 月	9 か 月	10 か 月	11 か 月	12 か 月	15 か 月	18 か 月	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳
定期 無料	ロタウイルスワクチン	①	②	③	1価は生後6週から生後24週0日まで 5価は生後6週から生後32週0日まで														
	B型肝炎	①	②				③												
	小児用肺炎球菌	①	②	③								④							
	五種混合	①	②	③								④							
	BCG				①														
	麻しん・風しん(MR)											①						②	
	水痘（水ぼうそう）											①	②						
	日本脳炎															① ②	③		
	二種混合																		
	ヒトパピローマウイルス 感染症(HPV)																		
任意 無料	おたふくかぜ										①								
任意	インフルエンザ																		

予
防
接
種

● 次の場合、事前に申請が必要です。 定期接種 県外で受ける場合 任意接種 指定医療

広 告

わたなべ子どもクリニック

小児科
アレルギー科

予防接種のスケジュールや育児相談など
お気軽にスタッフにお声かけください。

診療時間

	午前	午後	予防接種専用時間帯
月・水・金	8:30～12:00	14:00～17:30	—
火	8:30～12:00	15:30～17:30	14:00～15:00(要予約)
木	休診	休診	—
土	8:30～12:00	13:00～15:00(要予約)	13:00～15:00(要予約)

予防接種専用時間帯以外でも予防接種できます。
Web/スマホ・お電話で前日までにご予約ください。

◎土曜日の午後は、診療・予防接種どちらも予約の方のみになります。
受付時間は診療終了15分前までですが、予約・順番がいっぱいになった時点で受付終了することもありますのでご了承下さい。

予約

診療・予防接種の予約はWeb/スマホまたは電話からできます

Web/スマホから QRコードもしくは下記のアドレスにアクセスしてください
<https://watanabekodomo.com/>

白河市老久保16-4 ☎0248-21-2166

★詳しくは表紙裏面の広告をご覧ください★

問 健康増進課 予防管理係(中央保健センター) ☎0248-27-2112

予防接種は、赤ちゃん自身が免疫をつくって病気を予防するのに役立ちます。予防接種の際に必要な予診票は、「こんにちは赤ちゃん訪問」や中央保健センターにて配布します。

- 予防接種は、基本的にかかりつけの医療機関で受けます(個別接種)。
- 赤ちゃんの場合は、かかりつけの小児科医と相談してスケジュールを組みましょう。
- かかりつけの医療機関または、指定医療機関に直接予約し、予診票と母子健康手帳、その他医療機関が指定したものを持参し接種してください。

学童期				受ける回数および対象月齢
7歳	8歳	9歳	10歳以上	
				1価(2回接種)と5価(3回接種)の2種類 ※いずれも1回目は生後14週6日までに接種することが望ましい
				計3回(1歳未満)
				計4回(生後2か月～5歳未満)
				計4回(生後2か月～7歳6か月未満)
				計1回(1歳未満)
				計2回(1回目は1歳以上2歳未満、2回目は5歳以上7歳未満で小学校就学前の1年間)
				計2回(1～3歳未満)
		④		1期初回:6日～28日間隔で2回(6か月～7歳6か月)※3歳頃から 1期追加:初回終了後、おおむね1年後に1回(4歳) 2期 :1回(9歳～13歳未満)※予診票は小学4年生に学校を通じて配付
			① 11～12歳	1回(11歳～13歳未満) ※予診票は小学6年生に学校を通じて配付
			①②③ 12歳～	計3回※女子のみ(12歳となる年度初日から16歳となる年度の末日) ※予診票は小学6年生に郵送 ※小学6年生～15歳の誕生日前日に1回目の接種を行えば、5か月以上の間隔を置いて2回で接種完了とすることができます。
(注) 予防接種効果を確実にするために2回接種を推奨				助成回数1回(1歳から小学校就学前まで、おたふくかぜに罹ったことがなく、未接種の方)
				助成回数年1回(生後6か月～中学3年生(相当年齢)) ※接種料金から2,500円を差し引いた費用を医療機関窓口でお支払いください。

機関(白河市及び西白河郡の医療機関)以外で受ける場合

❁ 妊婦の方の予防接種

🎯 RSウイルス感染症予防のワクチン定期接種

- 接種当日に妊娠28週0日から36週6日までの妊婦の方に1回、無料
(県外で接種を希望する場合、手続きが必要です。中央保健センターに問い合わせください。)

🎯 インフルエンザワクチン任意接種費用の一部助成

- 妊娠中の方に年1回助成
※接種料金から2,500円を差し引いた費用を医療機関窓口でお支払いください。
※時期は10月～1月末日(広報しらかわや市ホームページでお知らせします。)

予
防
接
種



災害に備えて



乳幼児のいる家庭の防災グッズリスト

いつどこで大きな災害が起こるかわかりません。
最低限度必要なものを3日分は備蓄しておきましょう。

必要な物品(目安)

- | | |
|---|---|
| ☐ 紙おむつ50枚・おしりふき100枚 | ☐ 蓋つきの大きな鍋(煮沸消毒用) |
| ☐ 粉ミルク900gの缶1個(液体タイプが便利) | ☐ やかん |
| ☐ 飲料水85ℓ | ☐ 洗剤、石けん |
| ☐ ほ乳瓶(普段使っているもの) | ☐ ペーパータオル(手や器具をふくため) |
| ☐ 赤ちゃん用スプーン・食器 | ☐ ガスコンロ、ガスボンベ、マッチかライター |
| ☐ 着替え3日分(肌着は余分に) | ☐ 母子手帳、保険証(コピーでも可) |
| ☐ 離乳食(ベビーフードなど)3食×3日分 | |

あると便利なもの

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ 抱っこ紐 | ☐ 使い捨てカイロ |
| ☐ おもちゃ、絵本 | ☐ 歯みがきシート |
| ☐ バスタオル | ☐ おやつ |
- ※他にも各家庭に必要なものを追加しましょう。(常備薬、ビニール袋、はさみ、懐中電灯など)

アレルギーがあるお子さんのために

どんなアレルギーがあるか、どんな配慮をしてほしいのかなどは、言わない限り、ほとんどの人は気付きませんし、理解できません。積極的に周囲の方々に理解を求めることも大切です。食物アレルギーのこどもには、普段からこども自身が自分の食べられるもの、食べられないものを他人に伝えられるようにしておくことも良いでしょう。



子どもと遊ぼう

「すべり台」の要領で座ります。親のほうを向いて、足の甲の上に座ります。落ちないようにすねにしがみついてもかまいません。親はおなかに力を入れて、足先を持ち上げ、上下に動かします。親の腹筋も鍛えられます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



受診の目安



❀ 具合が悪いときの受診の目安

	心配ないもの 	注意を要するもの 	緊急を要するもの 
発熱	しばらく様子をみてよい。 ● 顔色がよく、食欲がある。 ● 元気があり、あやすと笑う。	よく観察し、家庭でできる手当てをする。早めに受診 ● 腹痛、頭痛、おう吐などがある。 ● せきが出たり、ゼイゼイいう。 ● 手足を痛がったり、発疹が出る。	急いで受診 ● 生後3か月以下の赤ちゃんが、38度以上の熱を出す。 ● 39度以上の熱が2日以上続く。 ● ひどい咳をともしなう。 ● 何度も吐いたり、下痢をともしなっている。 ● 強い腹痛がある。
けいれん (※1) 「ひきつけ」 も同じ意味	● 激しく泣いたあと、呼吸が苦しくなり、顔色が紫色になって全身が突っ張るが、すぐにおさまって元気である。	● 熱の上がりかけに起きるけいれん。 ● 以前にもけいれんを起こして医師の診断を受けており、更に対処法などを知っている。	● けいれんが5分以上。 ● 熱がないときも、けいれんする。 ● けいれんが左右対称ではない。 ● おう吐がある。 ● 5歳以上ではじめてけいれんを起こしたとき。

※1 自分の意思とは無関係に、突然手や足が突っ張り、全身を硬直させる状態のこと。

— 広 告 —

土木資材販売・リース・建設機械・プレハブハウス

株式会社 南湖商事

白河市飯沢28番地2

TEL. 0248-27-0056 FAX. 0248-27-0342

	心配ないもの	注意を要するもの	緊急を要するもの
	 しばらく様子を みてもよい。	 よく観察し、家庭で できる手当をする。 早めに受診	 急いで受診
おう吐(※2) (赤ちゃんの場合)	● 口からこぼれるように グラッと吐くが、体重 は増えている。	● 噴水のように強く吐 く。 ● 飲んでは吐くを繰り返 す。 ● 体重が増えない。 ● 発熱や下痢がある。	● 顔色がわるい。 ● 下痢を繰り返し、うと うとする。 ● 頭を強く打った後、お う吐を繰り返す。
下痢(※3)	● 機嫌がよく、食欲があ り、体重が増えている。	● 発熱やおう吐などの症 状を伴う。 ● 水様便が5、6回以上出 る。 ● 血便(いちごジャム様) ● 黒緑色便(のりの佃煮 様)	● 下痢が激しく回数也多 く、ぐったりしている。 ● 白い便、血液や粘液が 多く混じっている。 ● 水分がとれない。 ● 目が落ちくぼむ。
せき	● 時々せきが出るが、食 欲もあり、元気もある。 ● 朝起きたとき、夜寝床 に入ったときだけで、 ひどくならない。	● 特に夜せき込みがひど くなる。 ● 熱がある。	● せきがひどく、眠れな い、顔が悪い。 ● ゼイゼイしている。 ● ケンケンと犬が吠える ようなせきをする。 ● 肩で息をしており、呼 吸が早い。(赤ちゃんで 1分間で60回以上)

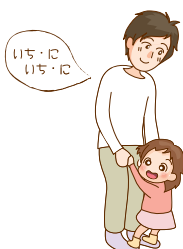
※2 赤ちゃんが吐くのは、胃や食道が未熟なために起こる心配のないものがほとんど。

※3 赤ちゃんの場合、下痢と普通便は見分けが難しいもの。「いつもの便と違う」が判断のポイント。



子どもと遊ぼう

親子で向かい合って両手をつなぎます。子どもは、親の右足の上に左足、左足の上に右足をのせます。親の両足に、子どもが乗かる形で、つないでいる両手でバランスをとりながら、二人三脚のように、息を合わせて一歩ずつ前進します。



	心配ないもの  しばらく様子を みてもよい。	注意を要するもの  よく観察し、家庭で できる手当てをする。 早めに受診	緊急を要するもの  急いで受診
やけど	第1度：皮膚が赤くなっている。 ● やけどの範囲がごく一部で赤くなる程度。 ● 腫れや痛みが残っていない。	第2度：水疱ができている。 ● 足首から下、手のやけど	第3度：黒く焦げていたり、白くなっている（皮下組織までに達するやけど）。 ● やけどの範囲が体の表面積の10%以上。 ● 顔面、肛門、陰部のやけど ● 低温やけど
出血	● 軽い切り傷や転んでしまった場合のすり傷	● 犬に噛まれた。 ● 大きく切れて、傷口が開いてしまった。 ● 2～3日たって、傷口が化膿してきた。	● 傷が大きく出血が多い。 ● 傷口に異物（とげ・石ころ・ガラス破片など）が残っている。 ● 五種混合（破傷風）予防接種をきちんと受けていないこどもに古い釘や泥のついていいるものが刺さった場合



「そろって本当？」 子育ての疑問

Q & A

Q だっこばかりしていると抱きぐせがついて、手がかかる？

A だっこは大事なスキンシップ！

昔は「抱きぐせ」がつくと赤ちゃんがだっこを求めて泣くようになると言われていましたが、だっこは大事なスキンシップ！心の成長に必要なので、たくさんだっこしてあげてください。





✿ 急に具合が悪くなったら

▶ 緊急のとき

呼びかけても意識がない!けいれんがとまらない!出血がひどい!など緊急を要する場合は119番へ連絡しましょう。

救急車を呼ぶには?

119番へ連絡して、落ち着いて「住所・名前・電話番号・今いる場所・こどもの状態など」を伝えましょう。

▶ 救急車を呼ぶか判断に迷ったとき

「すぐに病院に行った方がよいか」や「救急車を呼ぶべきか」悩んだりためらったりした時は、救急安心センター(＃7119)に電話してください。医師や看護師等が救急相談に応じます。

福島県救急電話相談

電話番号: 〃7119または、☎024-524-3020

相談時間: 365日、24時間対応

▶ 夜間に急病になったとき

福島県こども救急電話相談

夜間、お子さんの具合が悪くなったら、救急電話相談を利用しましょう。医師および看護師が家庭での対処法など、症状に応じたアドバイスをしてくれます。

電話番号: 〃8000または、☎024-521-3790

相談時間: 毎日(18時～翌朝8時)

小児平日こども救急外来

15歳(中学生)以下の夜間の急病に対応しています。受診するときには、必ず事前に電話を入れ、「小児平日夜間救急外来」とお伝えください。

場 所: 白河厚生総合病院 小児科外来(☎0248-22-2211)

受付時間: 19時15分～21時15分

診 療 日: 月・火・木曜日(白河厚生総合病院の休診日、土日祝日は除く)

※急病患者の利用を原則としているため、薬は1日分の処方になります。

※上記の診療時間以外は別途、初診時選定療養費が加算されます。

▶ 休日に急病になったとき

休日救急医療当番医

小児科、内科・外科、歯科の部門で、休日(日曜・祝日)、年末年始などに診療を行っています。受診の際は、「保険資格が確認できるもの(マイナ保険証など)」と「こども医療費受給資格者証」を持参してください。

診療時間: 9時～17時

休日当番医に関する情報は、広報しらかわまたは市のホームページをご覧ください。



▶ 緊急時の医療機関案内

インターネット

こどもの救急 <http://kodomo-qq.jp/>

こども(生後1か月～6歳)の救急時の情報があります。いろいろな症状について、夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。



Webサイト検索

医療情報ネット <https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

全国の医療機関の検索ができます。



✿ 小児科の医療機関

名 称	住 所	問い合わせ先
白河厚生総合病院	豊地上弥次郎2-1	☎0248-22-2211
すずき内科クリニック	大森ノ内84-4	☎0248-24-4114
関医院	横町125	☎0248-23-3003
ねもとキッズクリニック	立石山11-4	☎0248-21-5623
みうら小児クリニック	白坂石阿弥陀17-1	☎0248-28-1001
わたなべ子どもクリニック	老久保16-4	☎0248-21-2166
らくらく医院	大信町屋字町屋107-1	☎0248-54-5333

問 健康増進課 予防管理係(中央保健センター) ☎0248-27-2112

— 広 告 —



医療法人 ねもとキッズクリニック
健 患 会

受付時間	診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30~11:30	8:30~12:00	○	○		○	○	○	
14:00~15:00	14:00~15:30	☆	☆	休診		☆	◎/★	休診
15:30~17:30	15:30~18:00	○	○		○	○	×	

◎午後13時より診療します。★10月よりインフルエンザワクチン接種のため午後はワクチン優先時間となります。
☆月、火、金の14時から15時半までは予防接種を優先して行います。救急の場合にはご連絡ください。

TEL:0248-21-5623 ☎961-0975 白河市立石山11-4
FAX:0248-21-5624 ネット予約可・電話予約可 詳細はHPから▶





応急手当



✿ こどもの応急手当

▶ 頭を打った

数時間から数日はこどもの様子に注意しましょう。

打った直後…激しく泣きますが、泣きやんだ後いつも通りにしていれば、おおかた大丈夫。

目安

- すぐ大声で泣いた。
- けいれん、吐き気がない。
- 泣きやんだ後はケロリとしている。
- 打ったところにへこみがない。

要注意は?…脳神経外科がある病院を受診

- 意識がない。
- 頭痛がひどい。
- すぐに泣かず、様子がおかしいとき。
- 打ったところにへこみがある。
- おう吐やけいれんがある。

※数日たって、おう吐、言葉が不明瞭、転びやすい、元気がないなどの症状が出たとき。



自宅でのケアは?

- 48時間は様子をみましょう。
- こぶができた場合は冷たいタオルなどで冷やして、様子をみましょう。



『そろって本当?』 子育ての疑問



Q 利き手は直した方がいい?

A 使いやすい手を使わせてあげて!

以前は様々な物が右手用に作られていたため、右手への矯正が一般的でしたが、最近左手用の製品も充実しており、不便も無くなっています。無理な矯正は子どもの負担となるため、使いやすい手を使わせてあげてください。



▶ やけど

自宅での対応は?

- 流水や氷水で10分以上冷やす(流水は強く流さない)。
 - 衣服を脱がさないで、そのまま急いで冷水をかける。
 - 水ぶくれはつぶさないで、消毒した布でおおい冷やす。
 - 水道の水をかけられない場合は、冷たいタオルで冷やす。
 - 水ぶくれや、触ると痛いときは、ガーゼをあてて包帯でくるむ。
 - 受診する場合は、薬はぬったりしない。
- ※広範囲を冷やし続けると、体温が下がる危険があります。119番へ連絡して急いで専門の病院に行きましょう。



▶ 誤飲・中毒

赤ちゃんは、何でも口にとっていきます。飲み込みそうなものを近くに置かないようにしましょう。

自宅で注意すること

- 直径3cm程度のものは飲み込めるので、近くに置かない。
- たばこの後始末はしっかり行う。
- 医薬品、食品と見た目が似ている洗剤や化粧品、入浴剤などは、こどもの目に触れない場所や、手の届かない場所に保管する。

自宅での対処法は?

1. 飲んでしまったら

飲んだものにより対応が変わります。水を飲ませたり、吐かせたりする処置もありますが、吐かせてはいけないものもあるので注意しましょう。

- 灯油、シンナーなど揮発性の強いものや強酸・強アルカリの洗剤等を飲んだ場合は、吐かせてはダメなので、すぐに救急車で病院へ。
- 「何を」「どのくらいの量」飲んだのかを、受診の際に正確に伝えましょう。

2. のどに詰まらせたとき

- 1歳未満の場合⇒こどもを片腕にうつぶせにのせ、手であごを固定して支えながら、背中を手のひらの付け根で「ドン」とたたく。
- 1歳以上の場合⇒うつぶせにしたこどもの胃の部分をひざにあたるようにのせ、足をわきの下にはさんで固定しながら、背中を手のひらの付け根で「ドン」とたたく。

その結果

- 物が出てきた。楽になった。⇒様子をみて大丈夫。(必要に応じて病院を受診)
- まだ苦しそう。顔色が悪い。⇒すぐに救急車を!!



応急手当

▶ 処置がわからないときには

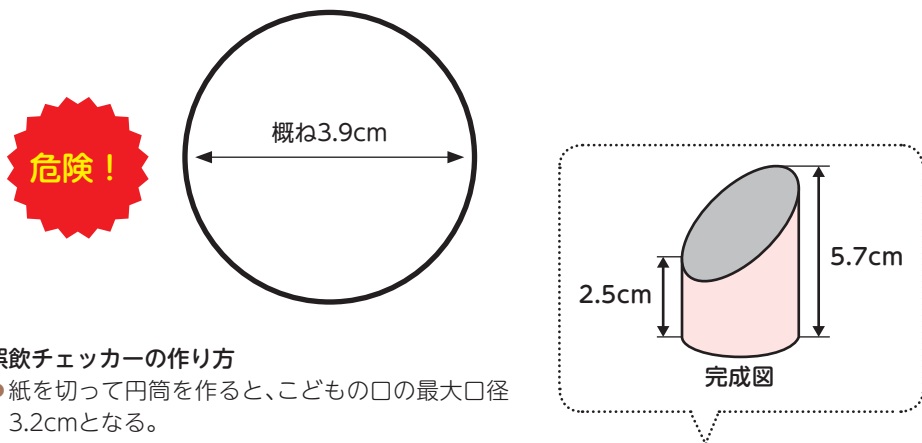
日本中毒情報センター

※化学物質(たばこ、家庭用品など)、医薬品、動植物の毒などによる中毒事故についての情報提供、相談が行われています。

- 中毒110番(情報料・無料、365日対応)
[つくば] ☎029-852-9999 (9時~21時対応)
[大 阪] ☎072-727-2499 (24時間対応)
- たばこ専用電話(情報料・無料、テープによる情報提供)
☎072-726-9922 (24時間対応)

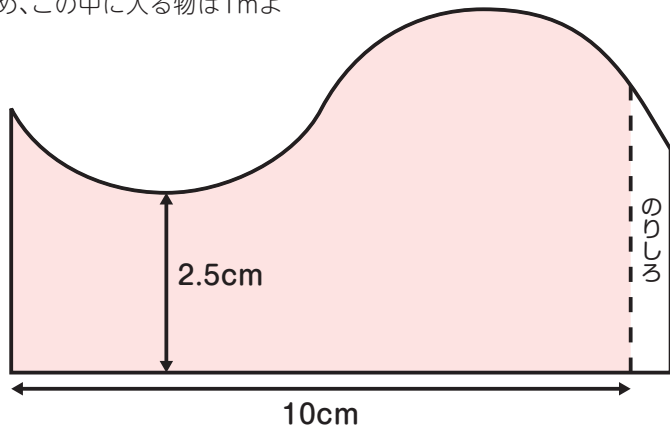
この穴は3歳児の口の大きさです。

この円(直径3.9cm)の中を通る物はこどもの手の届く場所に置かないでください。



誤飲チェッカーの作り方

- 紙を切って円筒を作ると、こどもの口の最大口径3.2cmとなる。
- 乳児の誤飲を防ぐため、この中に入る物は1mより上に置きましょう。



トイレットペーパーの芯で代用してもよい。



事故



【屋外での危険】 3歳を過ぎると、行動範囲が広がり、屋外での事故も多くなります！

庭

花火でのやけど



プール遊び中の溺れ



虫刺され



公園

遊具での指づめ



転落



転倒



虫刺され



紐等による窒息



駐車場

車からの飛び出し



チャイルドシートからの転落



スーパー

店内用カートからの転落



迷子



車の後ろでの遊び

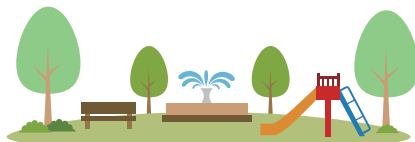


道路

道路への飛び出し



転倒



事故

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

ベランダ

踏み台があると登って…(転落)
ベランダの柵の幅は大丈夫?

キッチン

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

階段

転倒・転落

電気ケトル

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

ビニール袋

窒息の危険、誤飲

アイロン

やけど
コードをひっぱる・かじる

テーブル

テーブルクロスをひっ
ぱって上のものの落
下によるけが

おもちゃ

誤飲
小さなおもちゃは
誤飲の可能性が
あり危険!

事故



『そろって本当?』 子育ての疑問

Q & A

Q おむつは早めにはずした方がいい?

A 子どもの様子を見ながら、あせらずに

脳とからだの発達が進むと自然とはずれていきます。大人の都合を押しつせず、
子どもの様子を見ながら、あせらずに進めましょう。



35



子育てサポート



▶ 白河っ子応援センター「ぽっかぽか」

妊娠期から子育て期までの必要な情報を提供するほか、相談支援を行います。専門職員を配置し、ワンストップ窓口でより細やかな相談に応じます。

主な事業内容

妊産婦

子育て世帯
(保護者)

こども

白河市こども家庭センター

- 妊娠期から子育て期までの必要な情報を提供します。
- 家庭環境やこどもの発達、育児の悩みなど様々な相談に応じます。
- 関係機関と連携し必要なサービスに繋がります。
- サポートプランを作成し継続して支援してまいります。

協働

児童相談所

白河っ子応援事業

妊娠届出、妊婦健診、
Preママパパ教室
乳児全戸訪問、乳幼児健診、
離乳食相談
すこやか相談、フォロー
アップ訪問、
子育て支援アプリ・ガイド
ブックなど

家庭児童相談室

ショートステイ

家事・育児サポート

ファミリーサポート

ホームスタート

子育て中の母親の
社会参加支援

保育園・幼稚園

子育て相談、親子の交流、
一時保育、延長保育、こども
誰でも通園事業 など

子育て相談窓口

- おひさま相談窓口
- たんぽぽ相談窓口

こどもの居場所づくり
支援事業
● こども食堂

子育て広場

- おひさまひろば
- たんぽぽサロン
- 赤ちゃんひろば
- 出張ひろば
- 子育てサロン

親子の遊び場

- キッズルーム(アナビー)
- 関の森公園
- 鶴子山公園
- 総合運動公園 など

産後
ケア

育児相談
電話・メール・オンラ
イン等



「そろって本当？」 子育ての疑問

Q & A

Q 日光浴をさせないとビタミンDが不足する病気になる？

A 「日光浴」から外の空気に慣れさせる「外気浴」へ

大人よりも肌の薄い赤ちゃんへの「長時間紫外線を浴びることへの影響」が考慮され、日光を浴びさせる目的の「日光浴」から、外の空気に慣れさせる「外気浴」へと変化しています。また今は栄養豊富な粉ミルクも多く、ビタミンD不足もあまりなくなってきました。



✿ 相談窓口

妊娠の継続やこどもの成長などに不安があったら、ひとりで悩まず相談しましょう。

▶ 白河市こども家庭センター

開催日：月～金曜日

利用時間：8時30分～17時15分

問 こども支援課 母子健康係 ☎0248-28-5523(直通)

こどもの発育や発達、育児、栄養に関する相談に、保健師や管理栄養士が応じます。

問 こども支援課 子育て連携係 ☎0248-28-5522(直通)

白河市家庭児童相談室 ☎0248-22-1150(直通)

こどもの発達や養育など子育て全般に関することや、児童虐待に関する相談に応じます。

▶ 保育園・幼稚園

問 各保育園・幼稚園(54～57ページ参照)

就学前児童の子育て、保育に関する相談に、園長や保育士、幼稚園教諭が応じます。

▶ 福島県県中児童相談所 白河相談室

問 福島県県南保健福祉事務所 ☎0248-22-5648、0248-21-8119

こどもの発達や養育など子育て全般に関することや、児童虐待に関する相談に応じます。

▶ 子育て支援アプリ

問 こども支援課 子育て連携係 ☎0248-28-5522(直通)

「白河市子育て支援アプリ」をスマートフォン用アプリとして公開しています。子育て支援アプリは、妊娠期から就学時の子育てで家庭を対象に、白河市の子育て支援情報や乳幼児の健康診査のお知らせ等の提供や、幼稚園・保育園を現在地からの距離等の条件から検索する機能等を備えた、便利なアプリです。

iPhone の方



Android の方



対応端末：iOS16.0以上/Android11.0以上

※一部非対応の端末があります。

※機種変更した場合、データは移行されませんが、携帯電話等のバックアップ機能を使うことで可能となる場合があります。

子育て支援関連施設への地図はこちらからどうぞ



✿ 子育て支援事業

▶ ファミリーサポート事業

問 白河市ファミリーサポートセンター ☎0248-21-9907 [NPO法人子育て環境を考える虹の会]

ファミリーサポート事業は、子育てを手伝って欲しい人と子育てを手伝ってあげたい人が会員になり、子育てを支え合う事業です。

受付場所：久田野城内31サンフレッシュ白河内 受付日時：月曜日～金曜日、9時～16時

会員とは

子育てを手伝ってほしい方を『おねがい会員』といい、子育てを手伝ってあげたい方を『まかせて会員』といいます。

また、『おねがい会員』と『まかせて会員』の両方を兼ねることもでき、その方を『両方会員』といいます。
おねがい会員：市内に住所がある方、または市内に勤務している方で、乳幼児から小学校6年生までのお子さんがいる方が対象。

まかせて会員：心身ともに健康であり、子育て経験がある方やこどもがすきな方で、「まかせて会員養成講座」を受講した方が対象。

活動のしくみ



会員登録



事前打合せ



活動開始



精算

活動内容は、お子さんの一時的な預かりや保育園や幼稚園、児童クラブ、習い事への送迎等です。

利用料金について

※事前打ち合わせ料金も同額です。

利用日	時 間	利用料金・報酬額
月～金	7時～19時	600円/時間
	6時～7時・19時～22時	700円/時間
土日、祝日、年末年始	7時～19時	700円/時間
	6時～7時・19時～22時	800円/時間



『そろって本当?』 子育ての疑問



Q お風呂上がりには湯冷ましを飲ませた方がいい?

A ミルクや母乳で水分補給はできます

湯冷ましは離乳食が始まる前の赤ちゃんに必ず飲ませなくてはならないものではありません。お風呂上がりでもミルクや母乳をあげれば水分補給はできます。与える場合は嫌がらないか様子を見つつ、授乳に響かないごく少量にしましょう。



▶ 家庭訪問型子育て支援事業「ホームスタート」

問 ホームスタートしらかわ ☎0248-27-2090 [NPO法人しらかわ市民活動支援会]
✉hss@shirakawa-shienkai.or.jp

ホームスタートは、身近に相談したり、頼れる人がいない子育て家庭に、研修を受けたボランティアが訪問する「家庭訪問型の子育て支援」です。

週に一度、2時間程度、定期的に訪問し、寄り添いながら話を聴くこと（傾聴）、一緒に家事や育児を行うこと（協働）等の活動を行います。（※ベビーシッターや家事代行は行いません。）

利 用 者：妊娠中から小学生のこどもがいる家庭

受付日時：月曜日～金曜日、10時～16時

利用時間：要相談

利 用 料：無料

▶ 白河っ子家事・育児サポート事業

問 こども支援課 子育て連携係 ☎0248-28-5522(直通)

市が支援の必要性を確認した妊産婦がいる家庭や子育てに不安を抱えている家庭に、訪問支援員がご自宅を訪問して家事や育児をサポートする事業です。

利用時間・回数

原則午前7時～午後7時までの間、1日最大2時間まで（妊産婦の方は、50回限度）

利用料

世帯区分	利用料(1時間当たり)
生活保護世帯	0円
市民税非課税世帯	0円
市民税所得割額 77,101円未満世帯	200円
その他の世帯	400円

内容

- 食事、洗濯、清掃、買い物などの家事
- 授乳、おむつ交換、沐浴、送迎、宿題の見守りなどの育児

▶ 子育て短期支援事業(ショートステイ)

問 こども支援課 子育て連携係 ☎0248-28-5522(直通)
白河学園児童家庭支援センター ☎0248-21-5212

保護者の方が病気や出張、育児の疲れなどで一時的にお子さんのお世話が大変になったときにご利用いただける事業です。児童養護施設などで宿泊や日中の預かりを行い、安心して過ごせる環境の中でお子さんをお預かりします。対象は市内にお住まいの2歳以上18歳未満のお子さんです。「少し休みたい」「頼れる人がいない」そんなときに利用することができます。利用には事前の手続きが必要ですので、まずはお気軽にご相談ください。

利用料

利用世帯区分		利用料(1日)	送迎費(1回)
生活保護世帯		0円	0円
住民税非課税世帯	ひとり親家庭の世帯	0円	0円
	ひとり親家庭以外の世帯	1,000円	60円
その他の世帯		2,750円	200円

実施施設 社会福祉法人 白河学園(白河市和尚壇山2番地9)

▶ 子育て相談窓口

子育ての悩みごとや困りごとなどについて『子育て支援コーディネーター』が、関係する支援機関(市役所、幼稚園、保育園、ファミリーサポートなど)の紹介、連絡調整などをおこないます。

名 称	開催日時	実施場所	問い合わせ先
おひさま子育て 相談窓口	毎週火・木・土 10時～16時	本町2番地 マイタウン白河2階	☎0248-27-2090
たんぽぽ子育て 相談窓口	毎週水・木・金 9時30分～15時30分	久田野城内31番地 サンフレッシュ白河	☎0248-21-7337

▶ おひさまひろば

問 おひさまひろば ☎0248-27-2090 [NPO法人しらかわ市民活動支援会]

「おひさまひろば」は地域で子育てをしているみなさんが、いつでも集える場所です。保護者とお子さんが一緒に遊べるスペースがあり、親子の交流や子育てについての相談等もできます。お誕生会や季節のイベント等も行っています。

開 催 日: 月～土曜日(第1水曜日定休)

利用時間: 10時～16時

利 用 者: 4歳未満のこどもと保護者

実施場所: 本町2番地 マイタウン白河2階



一時預かり ※会員の方が対象です。

おひさまひろば内での預かりです。生後6か月から3歳まで、1回3時間までです。

● ひろば開所日(月～土曜日、10時～16時)1時間600円

出張ひろば(大信子育て広場)

開 催 日: 火曜日、金曜日

利用時間: 10時30分～15時30分

利 用 者: 未就学のこどもと保護者

実施場所: 大信町屋字沢田18番地 大信保健センター



出張ひろば(ひがし子育て広場)

開 催 日: 月曜日、木曜日

利用時間: 10時30分～15時30分

利 用 者: 未就学のこどもと保護者

実施場所: 東釜子字狐内47番地 東図書館2階



▶ たんぽぽサロン

問 たんぽぽサロン ☎0248-21-7337 [NPO法人子育て環境を考える虹の会]

親子の居場所「たんぽぽサロン」は、親と子の「出会い」「交流」「情報交換」を通じて、育ちあう場を提供します。

「あなたはひとりじゃないよ」そんな想いを込めて運営し、地域の中で子育てが楽しくなるよう子育て家庭を応援しています。専門家と連携し子育て相談にも応じます。

開 催 日: 月曜日～金曜日



利用時間:9時30分～15時30分

※火曜日の午前は赤ちゃん広場のため13時から

利 用 者:未就学のこどもと保護者

実施場所:久田野城内31番地 サンフレッシュ白河

▶ 赤ちゃんひろば【申し込み制】

赤ちゃんと母親・父親が気軽に遊びに来て情報交換や育児相談、体験活動ができる場所です。

対象:0歳児とその保護者・妊娠中の方

※日程は変更となる場合があります。

運 営	開催日	実施場所	問い合わせ先
おひさまひろば 「はいはい」	第2・第4水曜日 10時～11時30分、 13時～14時30分	本町2番地 マイタウン白河2階	☎0248-27-2090
たんぽぽサロン 「ぽっぽ」	毎週火曜日 10時～12時	久田野城内31番地 サンフレッシュ白河	☎0248-21-7337

▶ 子育てサロン

未就学児と保護者を対象に、絵本の読み聞かせや親子や保護者同士の交流の場を提供しています。

名 称	開催日時	実施場所	連絡先
表郷子育てサロン	第2水曜日 12時30分～14時 30分	表郷金山字長者久保2番地5 表郷保健センター	NPO法人表郷ボランティア ネットワーク ☎0248-29-8010
mama'p	Instagramを ご確認ください。	・愛宕町20-2 愛宕町会館 ・旗宿白河内7-2 白河関の森公園交流センター ・表郷金山字長者久保2番地5 表郷保健センターほか	mamap8817 @outlook.com  MAMA'P8817

▶ こども食堂

※祝日や年末年始など、開催日が変わることがあります。

名 称	開催日時	実施場所	連絡先
まかないこども食堂 たべまな(たべよまなぼ)	月曜日 15時～20時	天神町1-1	info@kakecomi.org
白河こども食堂	第3木曜日 17時～19時	五番町川原25-1 白河市公設地方卸売 市場内	☎0248-23-2723(大統寺方) soutetsu7@ybb.ne.jp
らふみーる こども&みんなの食堂	第2・4日曜日 11時30分～14時	高山西162-34	☎090-3759-4109(山本) h-andante@yahoo.co.jp
しらかわ大信 こども食堂	第3金曜日 16時30分～18時	大信増見字増見84	☎080-5730-5539(事務局)
みらい子ども食堂	第4日曜日 17時～19時	関川窪67-1 寺小路集会所	☎090-7337-1110(坂本) npn.nextshirakawa@gmail.com
しらかわ表郷 こども食堂	第3水曜日 16時～18時	表郷金山字竹ノ内35 吉野家ファーム福島	☎090-3982-3546(滝田)
しらかわ新蔵 こども食堂	第2土曜日、第4水 曜日 16時30分～19時	向新蔵13 渡辺魚店	☎0248-23-2268
ひがし食堂・ 元気っ子	第3日曜日 10時～14時	東下野出島字坂口304 神宮寺	☎090-4885-2924(本宮)

名 称	開催日時	実施場所	連絡先
Mondayこども食堂	第1・3・5水曜日 17時～19時	明戸168 Rei Stadium内	☎090-9745-8786(邊見)

▶ 保育園・幼稚園の子育て支援

未就園児と保護者を対象に、子育ての相談や親子の交流、友達とのふれあいなどを行っています。
※詳しくは、次の実施園へお問い合わせください。

実施園

- さくら保育園(ことりの日)
☎0248-23-2269
- わかば保育園(ゆうゆう広場)
☎0248-23-2594
- おもてごう保育園(おもてGO!ひろば)
☎0248-32-2300
- たいしん保育園(のびのびひろば)
☎0248-46-2280
- ひがし保育園(ほほえみキッズクラブ)
☎0248-34-3643
- 白河みのり保育園(わくわくランド)
☎0248-22-2160
- 白河保育園(なかよし広場)
☎0248-23-2306
- 認定こども園ぼだい樹(にこにこひろば)
☎0248-31-2058
- ぼだい樹西こども園(スマイルクラブ)
☎0248-21-8861
- 認定こども園さくらの木(さくらんぼクラブ)
☎0248-22-3293
- 白河カトリック幼稚園(ことりグループ)
☎0248-23-3438
- 丘の上保育園(かるがもクラブ)
☎0248-22-3900

▶ 一時保育(保育園、認定こども園)

保育園等に入園していない幼児について、保護者が家庭で保育できない場合に緊急・一時的に利用できます。

実施園(電話番号)	保育時間	対象児童	料 金
わかば保育園 ☎0248-21-7610	8時～17時30分 (月～金曜日) 8時～12時30分 (土曜日)※就労のみ利用可	満1歳以上で離乳食を完了し、歩行ができる幼児に限る	市内居住者1,000円/日 市外居住者2,000円/日
おもてごう保育園 ☎0248-32-2300	8時～17時30分 (月～金曜日)		
たいしん保育園 ☎0248-46-2280			
ひがし保育園 ☎0248-34-3643			
ぼだい樹 ☎0248-23-3521	8時30分～16時30分 (月～金曜日)	満1歳～ 満3歳未満	1,000円/日 300円/時
さくらの木 ☎0248-22-3293	8時30分～14時 (土曜日)		
ニチイキッズ 新白河保育園 ☎0248-21-0010	1日 8時～16時 半日 8時～12時または 12時～16時 (月～金曜日)	生後57日以降～ 2歳児	1日1,500円 半日 750円

申し込み 直接、実施している保育園に申し込みをしてください。

※定員等の都合により、受け入れをお断りする場合がありますので、あらかじめご了承ください。
※わかば保育園以外は、利用枠に空きがあった場合にのみ、受け入れ可能です。

🎯 こども誰でも通園事業

保育園等に入園していない市内にお住まいの幼児を対象に、保護者の就労状況等を問わず保育園を利用することができます。

実施園(電話番号)	保育時間	対象児童	料 金
わかば保育園 ☎0248-21-7610	9時～16時の間 (月～金曜日) ※祝日は除く	1歳～3歳未満児 ※離乳食を完了し、歩行が出来る 幼児	300円/時間
さくら保育園 ☎0248-23-2269		0歳6か月～満1歳	

※利用時間は、月10時間までとなります。

※その他、実費分をご負担いただく場合があります。

📌 利用方法

右記の2次元コードを読み込み、「つうえんポータル(総合支援システム)」より利用申請してください。

※定員等の都合により、希望に添えない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※初めてご利用される場合は、園との事前面談が必要となります。



🎯 預かり保育(延長保育)(幼稚園)

幼稚園に入園している幼児の健全な育成と居場所づくりを支援することを目的に、通常の保育時間以外にも保護者の希望により、在園児の預かり保育を実施しています。

実施園(電話番号)	保育時間	料 金
公立 各幼稚園 (57ページ参照)	7時30分～8時30分(月～金曜日) 14時～18時(月～金曜日) 7時30分～18時(土曜日) ※土曜日は、表郷、大信、ひがし幼稚園のみ	300円/日 (月内合計で9日以上 は、3,000円/月)
白河カトリック幼稚園 ☎0248-23-3438	7時30分～8時30分(月～金曜日) 14時～18時30分(月～金曜日)	詳細は園にお問い合わせください。
丘の上幼稚園 ☎0248-27-3363	7時～8時30分(月～金曜日) 14時～18時45分(月～金曜日) 8時～17時(土曜日)	詳細は園にお問い合わせください。



「そろって本当？」 子育ての疑問 Q & A

Q 授乳は必ず3時間おきにするの？

A 母乳の場合は赤ちゃんが欲しがるときのタイミングで

母乳は赤ちゃんの欲しがるときにあげましょう。授乳を繰り返すことで母乳が作り続けられることになり、徐々に赤ちゃんとの授乳のペースも安定してきます。育児用ミルクは商品に記載されている月齢に合わせた量などを参考にしてあげてください。



実施園(電話番号)	保育時間	料 金
ぼたい樹 ☎0248-23-3521 ぼたい樹西こども園 ☎0248-27-1662 さくらの木 ☎0248-22-3293	13時30分～17時(月～金曜日) 11時～17時(水曜日) ※記載時間以外は要相談	詳細は各園にお問い合わせください。
らのみな ☎0248-21-8728	7時30分～8時30分(月～金曜日) 3歳 13時30分～18時30分(月～金曜日) 4～5歳 14時30分～18時30分(月～金曜日)	詳細は園にお問い合わせください。

申し込み 直接、実施している幼稚園へ申し込みをしてください。

▶ 白河っ子応援事業

問 こども育成課 保育係 ☎0248-28-5525(直通)

こどもたち(白河っ子)が、持っている力を十分に発揮できるように、一人ひとりに応じた育ちを応援していきます。

すこやか相談会

幼稚園・保育園の年中さんが対象です。

子育てやお子さんの成長発達について、相談員(臨床心理士、言語聴覚士、保健師など)が相談を受けます。

どんなことをするの?

1. 事前に「相談カード」に育児の悩みなどを書いて園に提出していただきます。
2. 幼稚園・保育園で保護者と一緒にお子さんの遊んでいる様子を参観します。
3. 参観が終わったら、参観の様子や「相談カード」をもとに、保護者と相談員が個別に面接、育児相談をします。

フォローアップ訪問

- すこやか相談会の後、相談員が各園を訪し、より具体的な支援について、園の先生と検討します。
 - 小学校入学前の相談や小学校との連携などによりお子さんの成長を継続して応援します。
- ※お子さんの発達や育児の個別相談にも相談員が応じます。

こんな時の対処法

❶ 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。



✿ 図書館、屋内遊び場

▶ 白河市立図書館

市内の4図書館では、絵本や紙芝居などの読み聞かせを行っています。
ぜひお子さんといっしょにお越しください。

市立図書館(りぶらん)

☎0248-23-3250

- ちびっこおはなしのくに
(0～3歳程度対象)
第3木曜日 15時～15時20分
- おはなし会
(3歳～小学校低学年対象)
第1木曜日、第2・4土曜日
15時～15時20分

※日程や時間などが変更になる場合もありますので、最新の情報は図書館ウェブサイト
トや広報白河、館内掲示をご覧ください。

市立図書館りぶらん
おはなし会の様子▶



大信図書館 ☎0248-46-3614

- 大信図書館おはなし会
第3土曜日 11時～11時15分

東図書館 ☎0248-34-1130

- 東図書館おはなし会
(3歳～7歳程度対象)
第4日曜日 10時30分～10時45分

0歳からカードを作れます。
利用案内や休館日などはこ
ちらでご確認ください。



図書館ウェブサイト

▶ アナビースポーツプラザキッズルーム

問 アナビースポーツプラザ ☎0248-22-6858

カタルフレンド基金を活用し建設した、アナビースポーツプラザの中にある屋内遊具施設です。キッズルームには、アスレチック「ヤシのツリーハウス」やボルダリング、綱渡りアスレチックなどがあります。また、県内で初めて設置された映像遊び「オアシス」は、映像システムを使用し、人を感じると床の映像が動き、こどもも大人も楽しめます。

休館日：水曜日、年末年始

利用時間：①9時～12時 ②13時～17時

利用者：未就学のこども ※保護者の付き添いが必要。保護者1人につきこども3人まで。

場 所：市総合運動公園内(北中川原30番地)

▶ 白河市屋内遊び場「わんぱーく」

問 白河市屋内遊び場「わんぱーく」 ☎0248-21-9980

マイタウン白河4階にある「木育と知育」をコンセプトとした屋内遊び場です。わんぱーくには、木製複合遊具やボールプール、トンネルエリアなど身体を動かして遊ぶ遊具があります。

また、ままごと遊びや手先を動かす知育玩具をそろえたコーナー、絵本コーナー、飲食が可能なピクニックコーナーもあります。

休館日：木曜日(祝日の場合は、翌平日)、年末年始(12/28～1/4)

利用時間：①10時～11時30分 ②13時～14時30分 ③15時～16時30分

利用者：小学3年生以下のこどもと保護者

場 所：本町2番地 マイタウン白河4階



障がいのあるお子さんへの支援

心身に障がいのあるこどものための支援

障がい者手帳の申請

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

- 身体障がい者手帳
身体に障がいのあるお子さんが、各種の援助や福祉制度・サービスを受けるときに必要な手帳です。
- 療育手帳
知的障がいのあるお子さんが、各種の援助や福祉制度・サービスを受けるときに必要な手帳です。
- 精神障がい者保健福祉手帳
何らかの精神障がい(てんかん、発達障がいなどを含む)のあるお子さんが、各種援助や福祉制度、サービスを受けるときに必要な手帳です。

▶ 特別児童扶養手当

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

身体や精神に中度または重度の障がいがある20歳未満のお子さんを養育している父母、もしくは父母に代わってお子さんを養育している方に手当が支払われます。

手当の額

- 1級該当児童1人につき 58,450円/月
- 2級該当児童1人につき 38,930円/月

手当の支給

手当は、認定請求をした月の翌月から対象となり、4月・8月・11月の年3回、4か月分を指定された金融機関の口座へ振り込みます。
※所得制限、障がいの程度に基準があります。

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。



▶ 障がい児福祉手当

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

20歳未満で身体や精神に重度の障がいがあるため、日常生活において常時の介護を必要とする在宅の方に支払われます。

手当の額 ● 16,560円/月

手当の支給 ● 2月・5月・8月・11月に支給

▶ 特定疾患患者見舞金

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

指定難病、小児慢性特定疾病で治療している方、または腎臓機能障がいによる透析療法を受けている方で申請をいただいた方に支払われます。

見舞金の額 ● 10,000円/年

▶ 自立支援医療(育成医療)

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

身体に障がいがある18歳未満のお子さんと、手術などの外科的な治療により確実な効果が期待できる際に、必要な医療費の軽減をします。医療費の1割が自己負担となり、所得に応じて自己負担限度額が設定されます。治療開始前に申請の手続きをする必要があります。

▶ 心身障がい者扶養共済制度

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

障がいのある方を扶養している65歳未満の健康な方が加入し、加入者が死亡した後に、障がいのある方に月額20,000円の年金が支払われます。

※障がいの程度に基準があり、掛け金は加入年齢により決定されます。

▶ 補装具・日常生活用具給付事業

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

身体障がい者手帳(肢体不自由・視覚・聴覚など)の交付を受けているお子さんが、日常生活を送るために必要な用具を給付します。

給付用具 車いす、補聴器、拡大読書器、人工内耳用充電電池、人工呼吸器等の非常用電源など

▶ 難聴児補聴器購入費等助成事業

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

身体障がい者手帳の交付対象とならない軽度・中等度(原則、両耳とも30デシベル以上70デシベル未満)の難聴児の補聴器購入費等の一部を助成します。

▶ あんしんサポートブック

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

あんしんサポートブックは、困り感や苦手さのあるこども・発達面で支援の必要なこどもが、ライフステージが変わっても、一貫した支援が受けられるようにするために、支援の経過を記録するファイルです。市のホームページからダウンロードできます。

✿ 障がい児福祉サービス

▶ 障がい児通所サービス

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

発達に気がかりや心配のあるお子さん、障がいのあるお子さんに療育指導や集団生活への適応、生活能力向上のための訓練を行います。

● 児童発達支援

主に未就学のお子さんに、日常生活に必要な動作や知識を指導したり、集団生活に必要な適応訓練を行います。

● 放課後等デイサービス

就学しているお子さんに、放課後や夏休みなどに、生活能力向上のための訓練や、地域との交流、創作活動などを行います。

▶ その他の障がい福祉サービス(児童を対象としているもの)

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

● 短期入所、日中一時支援

介護を行う家族の負担を軽減します。

● 同行援護、行動援護、移動支援

外出を支援します。

利用者負担額 サービス費用の1割 ※世帯の収入状況に応じて上限額が決められています。

こんな時の対処法

③ やけどをした！

すぐに患部を流水や氷のうなどで冷やしましょう(20～30分が目安)。

広範囲・全身にわたる場合はすぐに救急へ連絡してください。

衣類は脱がさずそのまま冷やします。

※やけどは医師の診察を受けるまで、薬を一切使用しないでください。



▶ 障がい児通所サービス等を利用するには

問 社会福祉課 障がい福祉係 ☎0248-28-5517(直通)

障がい児通所サービス等を利用するためには、支給(利用)の決定による受給者証の交付を受ける必要があります。

サービスを利用した場合は、原則、1割負担ですが、負担額には上限があります。

なお、満3歳になって最初の4月から小学校に入学するまでの3年間は、利用者負担が無償化されています。

サービスを利用するまでの流れ

① 相談

市または相談支援事業所等に相談します。

② 利用申請

障がい児通所サービスを利用するために、市に申請します。

③ 調査

生活や障がいの状況について調査を行います。

④ サービスの 利用意向の 聴取・サービス 利用計画案の 作成

サービスの利用意向などをもとに、利用するサービスの内容等を定めた計画案を作成します。

⑤ 支給決定・ 受給者証の 交付

サービスの支給を決定し受給者証を交付します。

⑥ 利用開始

サービスの事業者と利用者が契約を結び、利用を開始します。

⑦ サービス利用 状況の確認

サービスが計画通り進んでいるか確認します。見直しが必要なときはもう一度調査することもあります。

▶ 障がい児相談支援事業所のご案内

相談支援専門員を配置し、必要な情報を提供し、援助等を行います。

名 称	住 所	問い合わせ先
相談支援センターしらかわ	和尚壇山2-9	☎0248-21-5299
西白河地域相談センターこひつじ	西郷村熊倉字折口原404-1	☎0248-21-8648
基幹相談支援センターけんなん	道場小路91-5 第6大成プラザ1階	☎0248-21-5484

障がい児通所サービス事業所のご案内

名 称	住 所	児童発達支援	放課後デイ	問い合わせ先
社会福祉法人白河学園 つぼみ園	和尚壇山2-49		○	☎0248-23-6492
社会福祉法人白河学園 第一つぼみ園	和尚壇山2-9	○		☎0248-23-3059
社会福祉法人白河学園 第三つぼみ園	昭和町69-13		○	☎0248-21-8360
地域生活サポートセンター サニーデイ	中町18-1		○	☎0248-21-9122
放課後等デイサービス パル・タヤけこやけ	北中川原144-1		○	☎0248-21-5010
いろどりキッズ白河	日向2	○		☎0248-57-3350
いろどりジュニア白河	日向2		○	☎0248-29-8022
いろどりぱらす	北真舟98-1	○		☎0248-29-8652
わくわく登町	新白河一丁目179 リードビル藤田1F		○	☎0248-21-9839
わくわくsun	西郷村前山西39		○	☎090-7884-9620
プレップスクール 白河教室	新白河二丁目92-1		○	☎0248-21-9505
いこっと	表郷金山字鶴子山8-6		○	☎0248-32-3003
りのあ	大信増見字中沢10		○	☎0248-21-5845
社会福祉法人白河学園 第二つぼみ園	西郷村前山東16	○		☎0248-21-9007
すてっぷ	西郷村大字熊倉 折口原650-15	○		☎0248-21-9203
児童発達支援あるく 放課後等デイサービス あるく	西郷村大字米字 上畑20	○	○	☎0248-21-6055
児童発達支援センター まきびと	西郷村大字小田倉字上 上野原158-1	○	○	☎0248-25-0869
るみっく	西郷村前山東18		○	☎0248-21-6966
るみっく2	西郷村石塚南12		○	☎0248-21-9506
わくわく後原	西郷村小田倉後原15-3		○	☎0248-57-4796
いろどりキッズ	西郷村大字下前田西45	○		☎0248-57-4135
じゃんぷ	西郷村大字熊倉字折口 原255-2		○	☎0248-29-8848
発達支援センター いすみざき	泉崎村大字北平山字 高柳107-1	○	○	☎0248-53-3618
どんぐり	矢吹町一本木38-1		○	☎0248-29-8618
めいぶる	矢吹町一本木38-1	○	○	☎0248-29-8618
CONOASU	矢吹町一本木92-5	○	○	☎0248-21-5956
プレップスクール矢吹 教室	矢吹町小松125		○	☎0248-21-5277

ひと言 “こども虐待防止”

児童虐待は、こどもの心身に深い傷を与え、こどものその後の人生そのものを左右するばかりではなく、ときには、生命を奪うことさえある、こどもへの最大の権利侵害です。

●「虐待」がこどもを変えてしまう

こどもは、本来、赤ちゃんの頃から親に甘え、ほめられ、認められ、人間関係の安心感や信頼感を得て、「自己肯定感」や「自尊心」を少しずつ育んでいきます。この「自己肯定感」等が、こどもの人生に大きな影響を与えるといわれています。そのことから考えても、虐待がこどもの心身へ与える影響は、はかり知れないものがあります。

●“しつけ”と“虐待”は違います

“しつけ”は、こどもがきちんとした生活習慣や人とのかかわる力、感情や意思を伝える力などを獲得し、自立していくための大まかな道筋を、親が示してあげることです。しかし、その“しつけ”に暴力や暴言を使うようになると、それは“虐待”になります。“しつけ”で“たたく”ようになると、暴力はだんだんエスカレートして、自分の力ではおさえられなくなってしまいます。

●児童虐待を見つけたら、気づいたら連絡ください。

まわりに「虐待を受けたと思われるこども」がいたら、連絡（通告）してください。連絡は、こどもを守るためのものです。また、連絡された方が特定されないように、秘密は守られます。

児童相談所全国共通3桁ダイヤル
⇒189(いち・はや・く)

※お住まいの地域の児童相談所につながります。

★相談窓口は37ページ参照



こんな時の対処法

④ 鼻血が出た！

血液を飲み込まないように**仰向けにせず**、座らせたまま軽く下を向かせます。その体勢のまま小鼻の上の方をつまみ、5分～10分圧迫します。ティッシュを詰めると鼻の中の血管を傷つけてしまうことがあるので、詰め物をする場合はやわらかい脱脂綿を使いましょう。

※20分以上血が止まらない場合や、出血がひどい場合は病院へ連れて行きましょう。



ひとり親家庭への支援

ひとり親家庭への支援

▶ 児童扶養手当

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

離婚、死亡などによるひとり親家庭などの方の生活の安定と自立を助けるために、手当が支払われます。

対象者

離婚、死亡などにより父または母がいらないか、父または母に重度の障がいがある、18歳に達した日の属する年度の末日(一定の障がいがあるときは20歳未満)までの児童を養育している方。

※申請が必要で、所得制限があります。

▶ ひとり親家庭医療費助成

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

ひとり親家庭の方に受給者証を発行し、通院入院などの医療費の一部負担金、入院時の食事代を助成します。1世帯につき、月1,000円の自己負担があります。

※申請が必要で、所得制限があります。

▶ ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金事業

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

ひとり親家庭の親が経済的な自立を図るために、対象講座を受講し、修了した場合に受講費用の一部を助成します。

※事前に相談が必要です。

▶ ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

ひとり親家庭の親およびそのこどもが就職または転職し、生活の安定を図るため、高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す講座を受講する場合に、その受講費用の一部を助成します。

※事前に相談が必要です。



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

1

折って吹いて「折り紙遊び」

折り紙を使った知育遊びは、子どもの集中力アップにもってこい。はじめての折り紙遊びでおすすめなのが三角折りです。折り紙の基本動作が入っているので、練習代わりにたくさん折ってみましょう。机の上を立て、息を吹きかけたり、子どもたちは飛び散る様子に大興奮。



用意するもの ☆ 折り紙

▶ ひとり親家庭ジョブサポート事業

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

ひとり親家庭の生活の安定と自立のために寄り添う「就業支援専門員」を配置します。就職活動の相談やハローワークへの同行など就職に向けたサポートを行います。

▶ ひとり親家庭キャリアアップ応援給付事業

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

ひとり親家庭の生活の安定を図るため、養育者が看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士等の養成機関で資格取得を目指す場合に、一定期間給付金が支払われます。

▶ ひとり親家庭キャリアアップ応援貸付事業

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521(直通)

ひとり親家庭キャリアアップ応援給付金を活用して、養成機関に在学し、就職に有利な資格の取得を目指すひとり親家庭のお父さんやお母さんに対し、生活資金を貸し付けます。18歳未満のお子さんが1人いる世帯で月額50,000円、お子さんが1人増えるごとに10,000円を加算します。

養成機関を修了し、一定の条件を満たした場合、貸付金の返還を免除します。

▶ 母子父子寡婦福祉資金貸付制度

問 県南保健福祉事務所 ☎0248-22-5647

ひとり親家庭の経済的自立とその扶養するこどもの福祉の増進を図るため、目的に応じて、原則無利子で資金を貸し付けます。

貸付には、修学資金、生活資金、就学支度資金などがあります。

▶ ふくしまシングルママ&パパハンドガイド

問 福島県児童家庭課 ☎024-521-7176

ひとり親家庭の方が利用できる情報を掲載しています。ご利用ください。



② マスキングテープ de「おうち遊び」

フローリングに丸や三角、四角などの図形をマスキングテープで作ります。図形の名前を言って、子どもに移動してもらいます。図形を線路に見立てて、電車や車を自由に並べてみたり、人形の玩具を歩かせたり、お気に入りの玩具の形を真似たりなど手軽に遊べます。



用意するもの

★ マスキングテープ

★ おうちにあるおもちゃ

保育園

問 こども育成課 保育係 ☎0248-28-5525(直通)

▶ 保育園とは

保育園は、保護者の就労、保護者が病気の状態にあるなどの理由により家庭でこどもを保育できない場合に、保護者に代わって保育することを目的とした施設です。

▶ 認定こども園とは

認定こども園は、就学前のこどもに幼稚園と保育園の両方の利点を活かして、教育・保育を一体的に提供する施設で、都道府県の認定を受けた施設です。

幼稚園部門は、保護者の就労に関係なく利用できます。

地域の実情に応じて、認可幼稚園と認可保育所が連携する幼保連携型、認可幼稚園が保育所的機能を備える幼稚園型、認可保育所が幼稚園の機能を備える保育所型、認可外の施設が認定こども園となる地方裁量型があります。

▶ 入園について

10月頃に次年度入園する園児を募集します。日程等は広報しらかわ等でお知らせしますので、入園を希望される保護者の方は日程を確認し、お申し込みください。継続して入園を希望される方は、園を通じて申し込みが必要です。

▶ 慣らし保育について

入園当初の保育時間については、お子さんが徐々に集団生活に慣れるようにするため、「(例)午前11時まで→午後12時30分まで→平常保育時間」というように、段階的にお預かりします。なお、期間および時間の設定は各園で異なります。

— 広 告 —





白河カトリック幼稚園

〒961-0957 福島県白河市道場小路88 TEL:0248-23-3438 FAX:0248-23-1515

＜園の特色＞

- ① 自己教育力を育てる
モンテッソーリ教育
- ② 思いやりの心を育てる
縦割リクラス
- ③ チームで育てる
チームティーチング




随時受付!

未就園児サークル

・ことりグループ
・モンテッソーリルーム

<HP>



(詳しくはホームページをご覧ください)

● 保育園一覧

※おもてごう保育園は、令和8年度中に表郷幼稚園と統合し「表郷こども園」となる予定です。

区 分	園名(電話番号)	住 所	年 齢	保育時間(月～土)
認可 (公立)	さくら保育園 ☎0248-23-2269	会津町24-7	生後6か月経過～就学前	平 日 7時30分～19時 土曜日 7時30分～13時 (預かれる要件があります)
	わかば保育園 ☎0248-23-2594	北中川原8-1	生後6か月経過～就学前	平 日 7時30分～19時 土曜日 7時30分～13時 (満2歳未満) (預かれる要件があります) 7時30分～18時 (満2歳以上)
	おもてごう保育園 ☎0248-32-2300	表郷番沢字 成金142	生後6か月経過～3歳未満児	平 日 7時30分～19時 土曜日 7時30分～18時 (預かれる要件があります)
	たいしん保育園 ☎0248-46-2280	大信町屋字 道目木8	生後6か月経過～3歳未満児	平 日 7時30分～19時 土曜日 7時30分～18時 (預かれる要件があります)
	ひがし保育園 ☎0248-34-3643	東釜子字 枇杷山28-34	生後6か月経過～3歳未満児	平 日 7時30分～19時 土曜日 7時30分～18時 (預かれる要件があります)
認可 (私立)	白河みのり保育園 ☎0248-22-2160	新白河 二丁目162	生後6か月経過～就学前	平 日 7時45分～17時45分 (満1歳未満) 7時～19時 (満1歳以上) 土曜日 7時45分～12時30分 (満2歳未満) 7時15分～18時 (満2歳以上)
	白河保育園 ☎0248-23-2306	新白河 二丁目81	生後6か月経過～就学前	平 日 7時45分～17時45分 (満1歳未満) 7時～19時 (満1歳以上) 土曜日 7時45分～12時30分 (満2歳未満) 7時15分～18時 (満2歳以上)
	丘の上保育園 ☎0248-22-3900	立石山10-14	生後6か月経過～3歳未満児*	平 日 7時30分～18時 (満1歳未満) 7時～18時45分 (満1歳以上) 土曜日 8時～12時 (満2歳未満) 8時～17時 (満2歳以上)

※3歳未満児については、満3歳に到達した後の最初の3月31日までとなります。

※実際の保育時間は、開所時間の中で保育を必要とする時間になります。

区 分	園名(電話番号)	住 所	年 齢	保育時間(月～土)
認定 こども園 (私立)	ぼだい樹 ☎0248-31-2058	郭内1-171	生後6か月経過～就学前	平 日 7時30分～18時 (満1歳未満) 7時30分～18時30分 (満1歳以上) 土曜日 8時～14時
	ぼだい樹 西こども園 ☎0248-21-8861	南登り町15	生後6か月経過～就学前	平 日 7時30分～18時 (満1歳未満) 7時30分～18時30分 (満1歳以上) 土曜日 8時～14時
	さくらの木 ☎0248-22-3293	豊年31	生後6か月経過～就学前 (R8年度は1歳児以上が対象)	平 日 7時30分～18時 (満1歳未満) 7時30分～18時30分 (満1歳以上) 土曜日 8時～14時
	らのみな ☎0248-21-8728	西三坂38-1	生後6か月経過～就学前	平 日 7時～19時 土曜日 7時30分～18時30分 (預かれる要件があります)
小規模 保育施設 (私立)	ニチキッズ 新白河保育園 ☎0248-21-0010	新白河 四丁目53	生後57日経過～3歳未満児*	平 日 7時～19時 土曜日 7時～19時 (預かれる要件があります)
	なないろ保育園 ☎0248-21-8882	十三原道上 3-21	生後6か月経過～3歳未満児*	平 日 7時45分～17時45分 (満1歳未満) 7時30分～19時 (満1歳以上) 土曜日 7時45分～12時30分 (満1歳未満) 7時30分～12時30分 (満1歳～満2歳) 7時30分～18時 (満2歳以上)
	ともいく保育園 ☎0248-27-8822	袋町3	生後6か月経過～3歳未満児*	7時30分～18時30分
家庭的 保育施設	びよびよ保育園 ☎0248-21-7033	金勝寺 205-25	生後3か月経過～3歳未満児*	平 日 7時45分～18時

※3歳未満児については、満3歳に到達した後の最初の3月31日までとなります。

※実際の保育時間は、開所時間の中で保育を必要とする時間になります。

✿ 幼稚園

問 こども育成課 保育係 ☎0248-28-5525(直通)

▶ 幼稚園とは

幼稚園は、原則として3歳以上の幼児に対して学校教育法に基づく就学前教育を行う教育機関です。

▶ 入園について

10月頃に次年度に入園する園児を募集します。受付期間等は広報しらかわ等でお知らせしますので、入園を希望される方は、各園に直接お申し込みください。

▶ 幼稚園一覧 預かり保育(延長保育)は43～44ページ参照

区 分	園名(電話番号)	住 所	年 齢	保育時間(月～金)
公立	大沼幼稚園 ☎0248-22-3511	久田野豆柄久保2	3歳～就学前	8時30分～14時
	白坂幼稚園 ☎0248-28-2072	白坂陣場317	3歳～就学前	8時30分～14時
	五箇幼稚園 ☎0248-29-2151	田島明治32-6	3歳～就学前	8時30分～14時
	関辺幼稚園 ☎0248-22-7880	関辺松並26	3歳～就学前	8時30分～14時
	表郷幼稚園 ☎0248-32-2317	表郷金山字長者久保2-5	3歳～就学前	8時30分～14時
	大信幼稚園 ☎0248-46-2257	大信町屋字道目木12	3歳～就学前	8時30分～14時
	ひがし幼稚園 ☎0248-34-2019	東金子字枇杷山28	3歳～就学前	8時30分～14時
私立	白河カトリック幼稚園 ☎0248-23-3438	道場小路88	満3歳～就学前	8時30分～14時
	丘の上幼稚園 ☎0248-27-3363	立石山10-14	満3歳～就学前	8時30分～14時
私立認定こども園	ぼだい樹 ☎0248-23-3521	郭内1-130	3歳～就学前	8時30分～13時30分 8時30分～11時(水曜日)
	ぼだい樹西こども園 ☎0248-27-1662	転坂96		
	さくらの木 ☎0248-22-3293	豊年31		
	らのみな ☎0248-21-8728	西三坂38-1	3歳 4歳～就学前	8時30分～13時30分 8時30分～14時30分

✿ 放課後児童クラブ

問 教育委員会 教育総務課 ☎0248-28-5540(直通)

▶ 放課後児童クラブとは

保護者の就労などの理由により放課後留守家庭になる児童に“遊び”と“生活の場”を提供して健全な育成を図るための施設です。

開所時間:放課後～19時(月～金曜日)
7時30分～19時(土曜日、学校休業日)

休業日:日曜日、祝日、年末年始

▶ 児童クラブ一覧

児童クラブ名	電話番号	学校区
白一小児童クラブ	☎0248-24-0907	白河第一小学校
白二小児童クラブ	☎0248-24-3380	白河第二小学校
白二小第二児童クラブ	☎0248-21-8770	
白三小児童クラブ	☎0248-31-2340	白河第三小学校
白四小児童クラブ	☎0248-27-4262	白河第四小学校
白五小児童クラブ	☎0248-28-3974	白河第五小学校
小田川小児童クラブ	☎0248-24-6586	小田川小学校
五箇小児童クラブ	☎0248-29-2875	五箇小学校
関辺小児童クラブ	☎0248-24-2585	関辺小学校
みさか小児童クラブ	☎0248-58-1320	みさか小学校
表郷小児童クラブ	☎0248-32-2509	表郷小学校
小野田小児童クラブ	☎0248-34-1150	小野田小学校
釜子小児童クラブ	☎0248-34-2118	釜子小学校
大信小児童クラブ	☎0248-46-2230	大信小学校
大信小第二児童クラブ	☎0248-46-3824	

※あらかじめ入会承諾を受けた児童のみが利用できます。



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

③ ちょっと変わった「お絵描き遊び」

いつものお絵描きもひと工夫。色鉛筆やクレヨンがたくさん握って線を引けば、カラフルな虹が描けます。色の組み合わせを利用して、お絵描きの時間も楽しくしましょう。ちょっと変わったお絵描きで、発想力が育まれるきっかけになるかもしれません。



用意するもの

★クレヨンや色鉛筆(カラフルなもの)

▶ 放課後子ども教室推進事業(放課後子ども教室)

地域の特性を活かし、希望する児童を対象に勉強やスポーツ・文化活動などの体験活動や地域住民との交流活動を行っています。

子ども教室では、随時、募集をしています。詳しくは、お問い合わせください。

教 室	学校区	問い合わせ先
おのだなかよし教室	小野田小学校	東庁舎地域振興課 ☎0248-34-2116
小野田小放課後子ども教室	小野田小学校	教育委員会 教育総務課 ☎0248-28-5540
釜子小放課後子ども教室	釜子小学校	

❀ 病児保育

▶ しらかわ病児保育室

問 しらかわ病児保育室 ☎0248-21-5833

お子さんが病気で保育園等を利用できない時に、仕事を休めない保護者等に代わり看護師・保育士がお子さんの体調を見守る施設です。利用を希望する方は、事前に登録が必要です。また、利用する場合は、原則前日までに予約して下さい。利用当日は、「医師連絡票」「利用申込書」を提出し、お弁当やおむつなど必要な物を持参していただきます。

対象児童: 病氣中または病氣の回復期で保護者が就労などの理由から家庭での保育が困難で、白河市、西郷村、泉崎村、中島村、矢吹町に住所を有し、1歳から12歳(小学校6年生)までのこどもが対象となります。

休 所 日: 土・日曜日、休日、年末年始

利用時間: 8時～18時

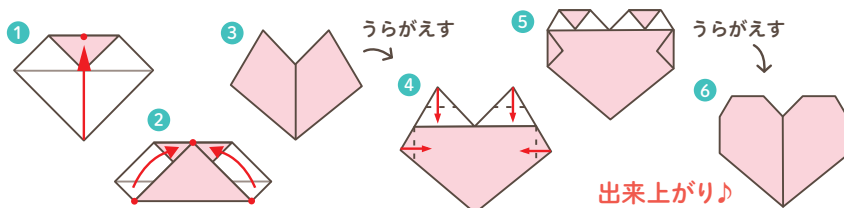
利用料金: 1人につき日額2,000円

場 所: 豊地上弥次郎2番地1(白河厚生総合病院敷地内)



おり紙であそぼう

ハートにチャレンジ



✿ 小中学校一覧

問 学校教育課 管理係 ☎0248-28-5541 (直通)

▶ 小学校

	小学校名	電話番号	住 所
1	白河第一小学校	☎0248-23-3240	菖蒲沢41-1
2	白河第二小学校	☎0248-23-3242	日影2-8
3	白河第三小学校	☎0248-23-3243	寺小路64-2
4	白河第四小学校	☎0248-23-3245	久田野豆柄山3
5	白河第五小学校	☎0248-28-2004	白坂陣場317
6	小田川小学校	☎0248-23-3246	泉田池ノ上239
7	五箇小学校	☎0248-29-2351	田島165-2
8	関辺小学校	☎0248-23-3244	関辺松並26
9	みさか小学校	☎0248-28-2900	みさか二丁目120
10	表郷小学校	☎0248-32-2220	表郷金山字瀬戸原108
11	小野田小学校	☎0248-34-2169	東下野出島字髪内195
12	釜子小学校	☎0248-34-3109	東釜子字西ノ内1
13	大信小学校	☎0248-46-2151	大信中新城字愛宕山108-1

▶ 中学校

	中学校名	電話番号	住 所
1	白河中央中学校	☎0248-23-3247	明戸72-5
2	白河第二中学校	☎0248-23-3248	和尚壇2-1
3	東北中学校	☎0248-23-3249	泉田南之内1
4	白河南中学校	☎0248-28-2155	白坂芳野68-1
5	表郷中学校	☎0248-32-3321	表郷番沢字柳沼60
6	東中学校	☎0248-34-3169	東釜子字狐内25
7	大信中学校	☎0248-46-2744	大信町屋字渋川山70

✿ 小学校から中学校まで

▶ 入学の手続き

問 学校教育課 管理係 ☎0248-28-5541 (直通)

小学校

10月上旬頃に「入学通知および就学時健康診断通知」を、ご自宅に発送しますのでご確認ください。

中学校

1月中旬頃に「入学通知書」を、ご自宅に発送しますのでご確認ください。

※次の場合は、ご相談ください。

- ①入学通知書が届かない。
- ②指定された小・中学校を変更したい。

▶ 転校の手続き

問 学校教育課 管理係 ☎0248-28-5541 (直通)

住所の変更で学区が変わるときは、住所変更手続きの後、転入学の手続きを教育委員会で行ってください。

①白河市に転入したとき、または、市内で転居したとき

前居住地の学校から発行された在学証明書および教科書給与証明書を持って指定された学校で手続きを行ってください。

②白河市から転出するとき

今まで通学していた学校から発行された在学証明書および教科書給与証明書を持って、新居住地の教育委員会で行ってください。

▶ 白河っ子小学校入学祝金

問 こども支援課 子育て支援係 ☎0248-28-5521 (直通)

当該年度の小学校に入学する日において、市に住民登録されている小学校1年生を養育している保護者に、5万円の入学祝金を支給します。

▶ 就学援助制度について

問 学校教育課 管理係 ☎0248-28-5541 (直通)

市内の小中学校に在学することもがいる家庭で、経済的な理由により就学に必要な経費の負担が困難な保護者に、こどもが安心して就学できるよう学校で必要な経費の一部を助成します。

▶ 多子世帯給食費の負担軽減について

問 健康給食推進室 ☎0248-23-1266

18歳以下の兄弟姉妹が3人以上いる場合、義務教育を受けている第3子以降の児童・生徒の学校給食費を全額助成します。



市役所のご案内



▶ 本庁舎

問 〒961-8602 白河市八幡小路7番地1 ☎0248-22-1111 (代表)



▶ 庁舎案内

R階		601会議室
5階	正庁、電話交換室、記者クラブ	501会議室、502会議室、504会議室
4階	議長室、委員会室、議会図書館、議会事務局	議場、議員会議室、議長応接室、全員協議会室
3階	市長室、副市長室、教育長室、企画政策課、地域拠点整備室、秘書広報課、行政経営課、総務課、財政課、教育総務課、学校教育課	第1・2応接室、301会議室
2階	工事契約検査室、観光課、商工課、農政課、農林整備課、道路河川課、建築住宅課、まちづくり推進課、都市計画課、文化財課、会計課、農業委員会事務局、人・農地相談センター、文化振興課、生涯学習課、スポーツ振興課	201会議室
1階	総合案内、税務課、地域生活課、防災環境課、市民課、社会福祉課、高齢福祉課、国保年金課、こども支援課、こども育成課	玄関
地下1階	消費生活センター、警備員室、少年センター、お元気コール、組合事務所、土地改良区	地下第1・2・3会議室

▶ 表郷庁舎

問 〒961-0492 白河市表郷金山長者久保2番地 ☎0248-32-2111(代表)
地域振興課、事業課、農業委員会事務局表郷分室

▶ 大信庁舎

問 〒969-0392 白河市大信町屋字沢田15番地1 ☎0248-46-2111(代表)
地域振興課、事業課、農業委員会事務局大信分室

▶ 東庁舎

問 〒961-0392 白河市東釜子字殿田表50番地 ☎0248-34-2111(代表)
地域振興課、事業課、農業委員会事務局東分室

▶ 業務時間

月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
閉庁日：毎週土・日曜日／祝日／年末年始(12月29日～1月3日)

白河市公式 LINE

友だち登録は
こちらから▼



ベビーカーマークを知っていますか？

ベビーカーマークは、ベビーカーを
安心・安全に使用するためのマークです。

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



ベビーカー使用禁止マーク

ベビーカーの使用を禁止する場所や設備(エスカレーター等)を表しています。



出典：国土交通省

妊娠から子育てまでサポート！

子育て支援ガイドブック



令和8年7月発行

発行

白河市 保健福祉部 こども未来局 こども支援課



白河市HP

株式会社サイネックス



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3
TEL.03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス 福島支店
〒963-8032 福島県郡山市字下亀田31-5
TEL.024-923-0198

※掲載している広告は、令和8年5月現在の情報です。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。



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

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。



わたなべ子どもクリニック

小児科

アレルギー科

喘息、アトピー性皮膚炎などのアレルギー性疾患、

気管支炎や胃腸炎などを中心に小児科疾患全般を診察しております。

予防接種のスケジュールや育児相談などお気軽にスタッフにお声かけください。

院長 渡邊 憲史(日本小児科学会認定 小児科専門医)

クリニック外観



待合室



わたなべ子どもクリニック 小児科/アレルギー科

住所

白河市老久保16-4



診療時間

	午前	午後	予防接種専用時間帯
月・水・金	8:30~12:00	14:00~17:30	—
火	8:30~12:00	15:30~17:30	14:00~15:00(要予約)
木	休診	休診	—
土	8:30~12:00	13:00~15:00(要予約)	13:00~15:00(要予約)

予防接種専用時間帯以外でも予防接種できます。
Web/スマホ・お電話で前日までにご予約ください。

◎土曜日の午後は、診察・予防接種どちらも予約の方のみになります。
受付時間は診療終了15分前までですが、予約・順番がいったいになった時点で受付終了することもありますのでご了承下さい。

予約

診察・予防接種の予約は
Web/スマホまたは電話からできます

☎0248-21-2166

Web/スマホから

QRコードもしくは下記の
アドレスにアクセスし
てください

<https://watanabekodomo.com/>



自然素材を活かした家

e.home こづちのいえ 創

営業所 白河・郡山・福島
tel 0120-683-146

本 藤田建設工業株式会社



(たてるくん)



すっぱんラーメン



極定食



石焼ビビンバ



バスクチーズケーキ

温泉でリフレッシュ お食事だけでもお気軽に



各種ご宴会(親睦会・歓送迎会・忘新年会・法要・女子会・男子会)
ご予約を承っております (宴会 送迎可)

