

子育ての
前に

成長
カレンダー

赤ちゃん
誕生

予防接種

お悩み
解消

離乳食

にこなん
交流

保育所・
幼稚園

小中学校

お出かけ
マップ

公共施設

危険箇所
チェック

医療機関
緊急時



街のみんなで子育てしよう!



香南市 × 株式会社サイネックス

TOYOTA

家族みんなで
のいち駅前のトヨタへ。



ネットトヨタ南国



なんごくう

のいち青空店

【TEL: 0120-359-103】



〒781-5232 香南市野市町西野2091番1

高知トヨペット

野市店

【TEL: 0887-57-1311】



ぐーりん

INDEX

子育ての前に……………	2	保育所・幼稚園……………	34
成長カレンダー……………	12	小中学校……………	42
赤ちゃん誕生……………	14	お出かけマップ……………	46
予防接種……………	22	公共施設……………	50
お悩み解消……………	24	危険箇所チェック……………	56
離乳食……………	27	医療機関・緊急時……………	58
にこなん・交流……………	30		

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。



告 告

桜 さくらハイヤーグループ

いつでもどこでも24時間迅速配車
ITシステム搭載で安心のナビ機能
ポイントカードと高齢者割引でにこにこありがとうございます。

(有)平和ハイヤー
香南市野市町東野1231
安芸郡芸西村和食甲276-8
☎(0887)54-3165
0120-114-565

**新築・リフォーム
お家のことなら**

谷口工務店 検索

いちばん近くで、つくる人。

谷口工務店

高知県香南市香我美町下分 2025-1 ☎ 0887-54-1344

子育ての前に

～子どもが生まれる前にすること～

★体外受精などの基本治療は全て保険適用されます。

一般不妊治療 タイミング法 人工授精

生殖補助医療 採卵・採精 → 体外受精・顕微授精 →
受精卵・胚培養・胚凍結保存 → 胚移植



★年齢・回数要件

年齢制限 治療開始時において女性の年齢が43歳未満であること

回数制限 初めての治療開始時点の女性の年齢 回数の上限ごと
40歳未満 …………… 通算6回まで(1子ごとに)
40歳以上43歳未満…………… 通算3回まで(1子ごとに)

★窓口での負担額が治療費の3割となります。

ひとりで
悩まないで!



保健・相談など 相談専用ダイヤル(予約兼用)
☎088-837-3704(混雑時は、つながりにくい場合があります)

不妊専門相談センター「ここから相談室」(高知医療センター内)

- 電話相談: 毎週水曜日と第3土曜日 9時～12時
- 面接相談: 第1水曜日 13時～16時20分(予約制)

— 広 告 —



社会福祉法人 香南市社会福祉協議会

～ささえあい つながり ひろがる地域の輪～

- ① 福祉教育の推進
- ② こうなんファミリーサポートセンター事業
- ③ 児童福祉活動事業
- ④ こどもの居場所づくり事業
- ⑤ 養育支援訪問事業
- ⑥ 香南市産前産後ヘルパー派遣事業



フオさん

〒781-5452 香南市香我美町下分646 TEL 0887-57-7300 FAX 0887-57-7305 Email: konansi-shakyo@mb.pikara.ne.jp

生活サポートセンターこうなん

〒781-5232 香南市野市町西野2706

(香南市役所内)

TEL: 0887-50-6666

通所介護事業所みかんの里

〒781-5452 香南市香我美町下分2645-1

TEL: 0887-54-2233

FAX: 0887-54-2385

⑦ 居宅介護支援事業所

⑧ 訪問介護事業所ふれあいの里

手当・助成など 高知県中央東福祉保健所 ☎0887-53-3171・3172

特定不妊治療費助成

高額の治療費がかかる特定不妊治療(体外受精及び顕微授精)に要する費用の一部を助成し、不妊治療にかかる経済的負担を軽減します。

対象者 下記の条件を全て満たす夫婦が対象となります。

- 治療開始時に法律上の婚姻関係にある夫婦、事実婚関係にある方
- 特定不妊治療以外の治療法で妊娠の見込みがないか、または極めて少ないと医師に判断をされた方
- 夫又は妻のいずれか一方が高知県内(高知市を除く)に住民票があること
- 保険医療機関で特定不妊治療を受けた方(※)

※いずれも県外で治療を受けた場合も対象となります。各医療機関でご確認ください。

手当・助成など 健康対策課 ☎0887-50-3011

香南市特定不妊治療費助成事業

特定不妊治療(体外受精及び顕微授精)を受けられたご夫婦に、費用の一部を助成します。

対象者 下記の条件を全て満たす夫婦が対象となります。

- 医療機関において医師より不妊症と診断された方
- 法律上の婚姻をされている夫婦、事実婚関係にある夫婦
- 夫婦の両方またはいずれか一方が香南市に住民票があること
- 夫婦が市税の滞納がないこと
- 他の市町村において、同一の助成を受けていないこと

香南市一般不妊治療費助成事業

一般不妊治療(人工授精)を受けられたご夫婦に、費用の一部を助成します。



対象となる治療、助成内容などについてはご相談ください。

— 広 告 —

下崎神社



ご祈願のお申込みは
お電話または
メールにて

姓名判断も
行っております

☎ 088-863-0909

✉ simosaki@beach.ocn.ne.jp

南国市岡豊町小籠448 下崎神社



妊娠が分かたらする届出など 健康対策課 ☎0887-50-3011

必須

妊娠届・母子健康手帳の交付

安心して妊娠・出産・育児期間をすごすために、早めに妊娠の届出を行うことが大切です。妊娠が分かたら産婦人科を受診し、満11週までに妊娠の届出をしましょう。届出をされると、母子健康手帳、妊婦・乳児一般健康診査受診票、新生児聴覚検査受診票、サポートブックなどをお渡しします。妊娠、出産、子育てに不安や悩みのある方は、いつでもご相談ください。

- 持参するもの**
- 妊娠届出書
 - 個人番号通知カード・妊婦の本人確認ができるもの
 - 振込先口座番号がわかるもの

母子健康手帳は、妊娠初期から小学校に通うようになるまでの健康と育児の記録ができるようになっているよ。日々育てていく我が子とともに過ごす日を記していこう。また、育児に関する情報も満載だよ！



妊娠出産子育て支援事業

妊娠届出から全ての妊婦・子育て家庭に寄り添い、継続的に相談に応じる「伴走型相談支援」と「経済的支援(出産・子育て応援給付金)」を一体として実施します。給付金の支給を受けるためには、アンケートへの回答、妊娠届出時、こんにちは赤ちゃん訪問時の面談後に、申請が必要です。

保健・相談など 健康対策課 ☎0887-50-3011

ママの健康が
大切！

妊婦健康診査

妊娠中の定期健康診査、最大14回分の費用の一部について、助成を行っています。

- 妊婦健診のめやす**
- 妊娠初期～23週(6か月末)まで……………4週間に1回
 - 妊娠24週(7か月)～35週(9か月末)まで……2週間に1回
 - 妊娠36週(10か月)以降……………1週間に1回

※里帰り出産で高知県以外の医療機関で受診される方は、使用できませんので事前にお問い合わせください。後日費用の払い戻しを行います。

産婦健康診査

産後の心身の状態について確認・相談する機会として実施する健診費用の助成を行っています。

- 産婦健診の時期**
- 産後2週間
 - 産後1ヶ月

保健・相談など 健康対策課 ☎0887-50-3011

パパママ教室

母子健康手帳の交付時や個別通知にて日程等をご案内します。栄養士、保健師、助産師が講話などをし、安心して出産・子育てができるようサポートします。

妊婦相談・妊婦訪問

妊婦さんからの相談の受付・訪問を行っています。
心配事や不安などがありましたら、気軽にお問い合わせください。

働いているお母さんに

母性健康管理指導事項連絡カードを知っていますか？

主治医などから受けた指導事項の内容を、仕事を持つ妊産婦が事業主へ明確に伝え、必要な措置を講じてもらえるのに役立つカード

妊娠中や出産後の健診や検査等で、つわりやむくみ、切迫早産などの症状に対応して「勤務時間の短縮や休業」「通勤時間や通勤手段を変更したほうが良い」などの指導を主治医から受けた場合、「母性健康管理指導事項連絡カード」に記入してもらいます。そして事業主にカードを提出し、その指導事項を守ることができるように適切な対応してもらいます。カードを利用することで、正確かつスムーズに事業主に自分の容態を伝えることができます。

どういった措置が 講じられるの？

- 妊娠中の勤務（時差通勤、勤務時間の短縮などの措置）
- 妊娠中の休憩に関する措置（休憩時間の延長、休憩回数の増加などの措置）
- 妊娠中または出産後の症状などに対応する措置（作業の制限、休業などの措置）

参照：厚生労働省HP「働く女性の母性健康管理措置、母性保護規定について」



広告



営業時間

食品館 9:00～22:00

生活館 9:00～21:00

FUJI GRAND

フジグラン野市

〒781-5232 香南市野市町西野2007番地1

TEL 0887-57-8211 (代表)

先輩パパ・ママからの 4つのアドバイス!



吉井ファミリーの場合

Advice 子育て中にイラッとしたら、子どもと距離を置く!

子どもはいつも機嫌が良いわけではありません。時には泣きじゃくり、時には駄々をこねて親を困らせてしまうことも多いです。そんな時、私(ママ)は同じ部屋にいても見える範囲で少し距離を置いて、自分の時間を作るように心がけました。叱る時も「ダメ!」と怒鳴るのではなく、威圧感を出さないように…。子どもと二人だけで疲れることもあったけど、子育て支援センターに足を運んで、職員の方に悩みを聞いてもらっただけで心の負担が軽くなったし、子どもも人見知りがなくなりましたよ。おもちゃもたくさんあって機嫌も良かったですね。

高橋ファミリーの場合

Advice お母さんのツライつわりをいたわるお父さんでいて!

三兄弟とも妊娠中は毎回ひどいつわりに悩まされました。味覚や嗅覚が敏感になり、食べ物は何の道を通りますが、すぐに戻ってしまう時期が半年ほど続きました。マタニティーブルーになり、感情の浮き沈みが激しくなった時は、お父さんが背中をさすってくれたり、家事を手伝ってくれたり本当に助かりました。おかげで、お父さんの料理のレパートリーも増えました(笑)。つわりで苦しんでいるお母さんには、ぜひお父さんが優しい言葉をかけて、できる範囲で助けてあげて欲しいですね。

— 広 告 —



美しい地球、それがテーマです。

四国開発株式会社

代表取締役会長 岡崎 隆

代表取締役社長 久米 慶典

本店/香南市野市町東野1471-5 電話(0887)55-4133
<http://www.shikokukaihatsu.com>

妊娠出産で不安になる方も多いよね！

特にはじめての方ならなおさら不安になるはず！

そこで先輩パパ・ママが、困難があってもこうやって解決したというアドバイスをしてくれるよ！



有岡ファミリーの場合

Advice インターネットや育児本の情報にこだわりすぎないで！

初めての妊娠は不安なことがたくさんありました。インターネットや育児本で情報が簡単に手に入る反面、その情報に過敏に反応して思い悩むことが多かったですね。出産後も1歳頃までは体重変化や生活リズムなど、育児本の情報に翻弄されていた部分もありました。けれども先輩ママや子育て支援センターの職員の方との交流を通じ多くのことを教われたことで、育児本もほとんど開かなくなりました(笑)。細かいことに思い悩むより「のびのび育ててもらいたい」と考えを変えることで、自分自身もずいぶん気持ちが楽になりましたよ。

幾井ファミリーの場合

Advice 同じ悩みを持ったママとの出会いを大切に！

高齢出産だったので、何もかもが不安でした。周囲はすでに若く出産を終えたお母さんばかりだったので、悩みを相談することもできず…。そんな時、出産目前で参加した「パパママ教室」では出産のDVDを見たり、お父さんの妊婦体験などのプログラムなどためになりました。なにより同じ妊娠月の妊婦さんと知り合えたのが良かったです。出産後の定期健診なども、同じ月齢の子どもを育てているお母さんと共通の悩みを分かち合える良い機会になったので、ぜひ受診してくださいね。



広 告



高知黒潮ホテル
〒781-5213 香南市野市町東野1630
TEL:0887-56-5800 <https://ryusei-family.com/>

CAFE AND RESTAURANT
colors

黒潮
龍馬の湯
温泉

KUROSHIO SPA RYOMA NO YU

NIKU SHOU SAKAI
肉匠
焼肉食べ放題

- ・ レストランカラーズ TEL : 0887-56-5800
- ・ 黒潮温泉 TEL : 0887-56-5900
- ・ 肉匠坂井 TEL : 0887-56-4500

～これからお父さんになる方へ～

ママにはパパのサポートが必要です!

パパだって赤ちゃんはかわいくて仕方ないし、育児だって楽しみたいはず。だからできることから始めていくことが大切です。ママが不安や悩みを一人で抱え込まないためにも、パパのサポートはとっても大事です。



ママはむくみが
気になりだすので、
塩分を控える、
横になってもらう等
気にかけてあげてね

妊娠初期(～4か月)

ママの体調が変化

妊娠中で最も流産の危険が高い時期は妊娠初期だと言われています。高いところのものを取ろうとしない、体を冷やさない、市販の薬を飲まないように注意し、危険を回避しましょう。また、激しい運動は控え遠足の旅行は安定期に入った16週目以降にしましょう。

パパのサポート

- ♥ 食事の準備をする
- ♥ 「これやっておくね」と家事を率先する
- ♥ 妊娠したことを「嬉しい」と告げる
- ♥ ゴミ出しをする
- ♥ タバコ・お酒をやめる(ママの前では控える)
- ♥ 赤ちゃんの事を語り合う

妊娠中期(5～7か月)

胎動を感じよう

つわりがおさまり、子宮の中では胎盤も完成し、流産の危険もぐんと低くなります。このころからお腹のふくらみも気になります。また、妊娠17週頃から22週頃に胎動(お腹の中で赤ちゃんが動くこと)を感じられます。赤ちゃんの動きを確認してみたり話しかけたりして、パパもコミュニケーションをしてみましょう。

パパのサポート

- ♥ ママと相談をして、周囲の方への報告
- ♥ トイレ・お風呂掃除をする
- ♥ 散歩や外出に付き合う
- ♥ 産休、育休について話し合う
- ♥ 赤ちゃんの名前を考える
- ♥ 赤ちゃん用品を一緒に準備する

— 広 告 —

・土木一式・とび土工・造園・各工事



有限会社 **中澤建設**

香南市野市町母代寺382-1

☎0887-56-2621



妊娠後期(8~10か月)、出産

お腹が大きくなり動くのが大変

8か月頃には胎児の動きが一番活発になり、お腹も大きくなるので動くのがしんどくなってきます。お腹をぶつけないようにゆっくり動き、転倒には気をつけましょう。子宮に内臓が押し上げられ、胃のもたれやむかつきなどの症状が現れます。食事の量を減らし、回数を増やして乗り切りましょう。



パパのサポート

- ♥ 不安を取り除き笑顔にしてあげる
- ♥ 腰や足の揉みほぐし
- ♥ 家事を協力する
- ♥ 里帰り出産の場合はママの送迎をする
- ♥ 転倒しないように注意する

ママの体調を気遣いましょう

個人差はありますが、「つわり」や「腰痛」、「頭痛」などさまざまな体調の変化が起こります。いつもよりママのことを気遣い、食事の後片付けをするなど、できることからサポートしてあげてください。

定期健診に付き添ってみよう！

ママは毎回の健診も不安でいっぱい。主治医の先生からの経過報告の説明や気をつけたいママの体調など一緒に聞いてあげましょう。また、超音波エコーを見て「赤ちゃんがお腹の中にいる」ということを実感してみるのもいいですね。

感染症に注意!!パパも予防を徹底して！

妊娠中に感染すると胎児に重大な影響を与える場合があります。うつらないようにマスクをしたり、人ごみを避けたりしましょう。帰宅後は手洗い、うがいを徹底し子どもや動物の唾液や糞尿に触れた場合には、手をしっかり洗いましょう。

パパママ教室に参加して
不安や悩みを解決しよう

赤ちゃんや妊婦さんのことが分からない…どうやってパパとして関わればいいのか分からない…そんな時には夫婦や家族で参加してみましょう。沐浴体験や妊婦体験などの実習を行っています。また、同じ不安を抱えているパパと交流もしてみましょう。

重い荷物は必ず持ってあげよう！

重い荷物を持ちお腹に力が入ると腹圧がかかり、子宮が収縮し、切迫流産や早産の危険が高まります。また、バランスを崩し転倒の恐れもあるので、パパが率先して持ちましょう！

いざ陣痛が起きたとき慌てないように
ママのサポートを！

お腹の痛みが始まった時、どのタイミングで病院へ行くのか、問い合わせ先など前もって確認をしておきましょう。また赤ちゃんにお兄ちゃんやお姉ちゃんがいるときは「赤ちゃん返り」で今まで以上に甘えてくることがあります。ママの分もいっぱい一緒にいてあげましょう。

両親や友人、職場にも理解と協力を

職場ではまず上司へ報告。仕事内容の見直しをしてもらったり、産休や育休についても考えてみよう。ママを完全にサポートするために両親や友人の協力や里帰りも検討してみましょう。

出産時は付き添えるようにしましょう

出産にかかる時間は平均12~16時間。分娩中はママの手を握ったり、腰をさすったり、必要な物を取ってあげるなどのサポートをしましょう。



働きながら安バして 妊娠出産を迎えるために



育児休業制度

出産後、事業主に申し出ることにより、父親、母親のいずれでも育児休業を取得できます。一定の条件を満たした期間雇用者も休業できます。(詳しくは事業主にご確認ください。)



POINT!

育児休業は、子どもが1歳に達するまでの間に取得することができます。2回に分割して取得することも可能です。子どもの氏名、生年月日、続柄、休業開始及び終了の予定日を明らかにして、1歳までの育児休業は開始予定日の1か月前までに申し出ましょう。保育園の入園を申し込んだのに、入れなかった場合は、育児休業を1歳6か月まで延長することができます。

短時間勤務制度

3歳に達するまでの子どもを養育する男女労働者について、短時間勤務制度(1日6時間)を設けることが事業主の義務となっています。



POINT!

子どもが3歳に達するまでは、原則として1日6時間の短時間勤務をすることができます。1年以上雇用されている有期雇用者や時間給契約のパートタイマー(週3日以上、1日6時間を越える場合)でも取得可能です。

— 廣 告 —

jigsaw *HL*

株式会社 ジグソー

デザイン × 高性能 × 自然素材

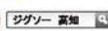
新築 分譲住宅 宅地分譲 仲介

〒780-8063 高知市朝倉丙239-3 テイクプラス1F

tel.088-802-5400 ✉ jigsaw@jigsaw-j.net

▶ イベント・土地情報・施工例などHPをチェック! ▶

高知県知事(1)第2923号



Piece
of
life



パパママ育休プラス

父親、母親がともに育児休業を取得する場合は、取得可能期間が延長され、子どもが1歳2か月に達するまでの間に、父親、母親それぞれ1年間まで育児休業が可能です。



POINT!

同じ期間を夫婦で育児をすることで、男性の育児参加への意欲が高まります。また、男性が育児休業を取得した場合、女性が産後休業をしている間と、再度(子どもが1歳に達するまでに開始)育児休業を取得できます。配偶者が専業主婦(夫)の場合でも取得可能です。

子の看護休暇制度

小学校就学前の子どもを養育する男女労働者は、事業主に申し出ることで、1年に5日までけがや病気をした子どもの看護のために育児休業を取得できます。



POINT!

子どもが急に熱を出したときなど突発的な事態にも対応できるように、休暇を取得したい当日の申し出も認めてくれます。労働基準法で定める年次有給休暇とは別に取得できます。



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」

ガンガン育つよ!! 成長カレンダー



忘れず受けよう

- ★1か月児健診
- ★こんにちは赤ちゃん訪問
(4か月までに保健師が随時訪問)

新生児期

昼夜の区別がなく、寝て、泣いて、お乳を飲んでの繰り返し。泣く事で要求を伝えようとします。授乳間隔もまちまちなので、生活リズムは赤ちゃんまかせ。

忘れず受けよう

- ★4か月児健診(個別)
- ★ヒブ感染症・小児肺炎球菌予防接種(2か月～60か月未満)
- ★四種混合予防接種(2～90か月未満)
- ★ロタウイルス感染症予防接種(2か月～8か月未満)
- ★B型肝炎予防接種(2か月～12か月未満)



2～4か月

徐々に昼夜の区別がつくようになります。赤ちゃんをあやすと笑顔を見せるようになります。動くものに興味を持ち、機嫌がいいときは「アーウー」などと声を出してきます。首のすわりがしっかりしてきます。



忘れず受けよう

- ★結核(BCG)予防接種(5～12か月)
- ★離乳食教室

4～6か月

お乳やお昼寝の回数が落ち着いてくるので、生活リズムを整えましょう。寝返りができるようになり、ものをつかんで口に入れようとするので、誤飲に気をつけましょう。5か月を過ぎたら子どものようすを見て、離乳食を始めます。

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 11か月



6～8か月

おすわりやハイハイができるようになります。人見知りもするようになります。だんだん離乳食にも慣れてきます。



8～10か月

つかまり立ち、つたい歩きができるようになります。赤ちゃんが動くところに危険なものがないか注意しましょう。個人差がありますが歯が生えてきます。



10～12か月

ひとり立ちができるようになります。バイバイ、こんにちはなどの身振りをするようになります。後追いは始まります。

忘れず受けよう

- ★10か月児相談

広告

一生に一度の家づくり。

あんしんしてお付き合いいただけるパートナーであるために、私たちはこだわります。

丸和建设株式会社
MARUWA CORPORATION

お気軽にお問い合わせください
0120-875-740

高知市南万々59-2 ■営業時間/9:00～17:00 ■定休日/日・祝



子どもの成長はあっという間。でも、育児をしているパパ・ママにとっては一日一日が精一杯で、ゆっくり子どもの成長に向き合えないかもしれません。特に赤ちゃんは、昨日できなかったことが今日できるようになり、成長はめまぐるしいものです。一日一日を大事に、子どもとのスキンシップを楽しんで、パパ・ママ一緒に子育てを楽しみましょう！

※子どもの成長には個人差があります。一人ひとりの成長を見守っていきましょう。

忘れず受けよう

- ★1歳8か月児健診(集団)
- ★麻しん・風しん予防接種1期(1～2歳までの間に1回)
- ★水痘予防接種(1～3歳未満に2回)



1歳

よちよち歩きができるようになります。「マンマ」「ねんね」などの言葉も少しずつ出はじめます。一日に3回の食事のリズムがつくようになります。

忘れず受けよう

- ★2歳児個別歯科健診



2歳

だんだんと自我が芽生えてきて、何でも自分でやりたがり、「イヤ」も多い時期。外遊びや体をを使う遊びを好み、好奇心も旺盛になります。ことばをたくさん覚え、会話ができるようになります。

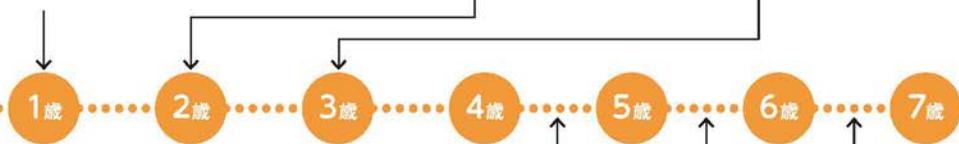
忘れず受けよう

- ★3歳5か月児健診(集団)
- ★日本脳炎予防接種1期(3～7歳6か月未満)



3歳

自分の名前や年齢が言えたり、同年齢の子どもと話すようになります。三輪車のペダルをふむことができるようになります。おしっこ、うんちの前に知らせてくれるようになります。




4～5歳

ジャンプしたり、台から飛び降りたり運動能力も伸び、自分の力を試したくなってきます。ごっこ遊びなど友だちと遊ぶことが楽しくなります。

忘れず受けよう

- ★麻しん・風しん予防接種2期(年長児)



5～6歳

社会性が育ち集団での遊びができるようになります。ハサミなどの道具が上手に使えるようになります。

忘れず受けよう

- ★日本脳炎 2期(9歳以上～13歳未満に1回)
- ★二種混合予防接種(11歳以上～13歳未満に1回)



小学生

集団生活の中で自主的に行動することを身につけていきます。自分の考えも言えるようになり、友達の意見も聞くことができるようになります。

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」



赤ちゃん誕生

～子どもが生まれたら～

必須

届出など 市民保険課 ☎0887-57-8506

出生届

出生届は、生まれた日を含めて14日以内に提出することが法律で定められています。

必要な書類

- 出生証明書
- 母子健康手帳

低体重児出生届

出生時の体重が2,500g未満で生まれた赤ちゃんは、戸籍の出生届とあわせて低体重児出生届の提出が必要です。

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

児童手当

0歳から中学3年生まで(15歳到達後の最初の3月31日まで)の児童を養育している方に支給されます。

- ※所得、年齢などにより支給額が異なります。
- ※出生・転入などから15日以内の届出が必要です。

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

乳幼児等医療費助成制度

香南市に住所があり、健康保険の加入者で、0歳～中学3年生の子どもの医療費について助成を受けることができます。助成内容は、入院・外来ともに保険診療に要した自己負担額です。

※入院時の食事代などは除きます。

— 広 告 —

北川建築 木にやさしく包まれて暮らす家



北川建築

香南市香我美町口西川34番 ☎0887-50-1311




手当・助成など

こども課 ☎0887-50-3021

香南市多子世帯保育料等軽減事業

香南市に住所がある保護者が、現に養育している満18歳に満たない子ども(18歳到達後の最初の3月31日まで)が3人以上いる世帯における第3子以降の児童のうち、保育所、幼稚園、届出認可外保育施設、地域型保育施設または幼保連携型認定こども園に通所または通園している0～2歳児の保育料が軽減されます。支給には制限があります。

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

出産育児一時金

出産育児一時金は、出産された方が出産時に加入している健康保険から支給されます。

国民健康保険に加入されている方

出産育児一時金として48万8千円(産科医療補償制度に加入する医療機関などで補償の対象となる出産をした場合には1万2千円加算)を支給します。妊娠12週(85日)以降であれば、死産や流産でも支給されます。

必要な書類

- 国民健康保険被保険者証
- 世帯主名義の通帳
- 領収明細書または請求書
- 医療機関との直接支払制度合意文書
- 医師の証明書(死産・流産の場合)

国民健康保険以外の保険に加入の方

国民健康保険以外の健康保険でも、同様の制度があります。詳しくは勤務先または加入している健康保険へお問い合わせください。

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

未熟児養育医療費助成制度

未熟児で生まれた赤ちゃんの指定医療機関での入院治療に必要な費用を助成します。

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

産前産後の国民年金保険料免除

国民年金第1号被保険者*が出産した場合、産前産後の国民年金保険料が一定期間免除されます。

※20歳以上60歳未満の自営業、農林漁業者とその家族、学生、無職の人

必要な書類

- 申出書
- 母子健康手帳など

保健・相談など

健康対策課 ☎0887-50-3011

こんにちは赤ちゃん訪問

保健師が、生後4か月までの赤ちゃんがいる全家庭を訪問し、体重測定、予防接種や今後の健診などの説明をします。お母さんや赤ちゃんの様子を伺いながら、お母さんが子育てで感じている不安や悩みを一緒になって考え、楽しい育児ができるように、さまざまな子育て情報をお届けします。

訪問時には

- 今の子育てでいいのかな？
- 赤ちゃんが大きくなっているか心配
- なかなか赤ちゃんが寝てくれない
- なかなか赤ちゃんが泣き止んでくれない
- 予防接種の受け方は？
- 地域の子育ての集いはある？ など

保健・相談など

健康対策課 ☎0887-50-3011

育児相談・母乳相談・栄養相談

保健師や助産師、栄養士が、妊娠期から出産、子育て期の困りごとや悩み、子育て支援サービスの利用などについて、いつでもご相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。

保健・相談など

健康対策課 ☎0887-50-3011

離乳食教室(もぐもぐ教室)

生後4か月の赤ちゃんの保護者を対象に、離乳食の進め方のお話、試食(保護者のみ)を行います。対象者には個別に案内を郵送します。

保健・相談など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

子ども家庭総合支援拠点(子どもに関する相談)

妊婦及び18歳未満の子どもがいる家庭の様々な困りごとについて、子ども家庭支援員が相談者の方と一緒に考え、支援をします。相談内容は秘密厳守で対応しますので、ひとりで悩まずご相談ください。(虐待に関する通告の窓口にもなっています。)

サポート施設など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

ショートステイ

保護者が病気、出産、育児疲れなどで子どもの養育が一時的にできない場合に、児童福祉施設等に子どもを預けることができます。

対象年齢:18歳未満

利用期間:7日以内(宿泊付き)

費用負担:市民税の課税状況および子どもの年齢によって自己負担があります。

保健・相談など

健康対策課 ☎0887-50-3011

新生児聴覚検査

出生後の入院中に検査を行います。母子健康手帳交付時に配布している「新生児聴覚検査受診票」を持参してください。
※県外の医療機関で利用を希望される場合は、事前にお問い合わせください。

乳幼児健診・10か月児相談

子どもの成長や発達を確認しながら栄養や歯、生活面でのアドバイスを行っています。対象時期に個別通知します。

集団健診(相談)

- 1歳8か月児健診
- 3歳5か月児健診
- 10か月児相談 ※小児科診察なし

個別健診

- ①4か月児健診
場所:香南市内委託小児科
- ②2歳児個別歯科健診
場所:香南市内委託歯科医院

乳児一般健康診査

小児科医(小児科)での健康診査費用を公費で負担(2回)します。受診票は、子どもの1歳の誕生日の前日まで利用できます。4か月は市が実施する個別健診がありますので、それ以外の月齢でご利用ください。

※高知県以外の医療機関で受診される方は、使用できませんので事前にお問い合わせください。後日費用の払い戻しを行います。

ひとり親家庭への支援

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

ひとり親家庭等医療費助成制度

ひとり親家庭の母または父等および児童、父母のいない児童を対象に、病院や診療所などで医療を受けた場合に、健康保険適用分の医療費の自己負担分を助成します。ただし、所得制限があります。※児童とは、18歳に達する日以後最初の3月31日までの間にある方をいいます。

手当・助成など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

母子父子寡婦福祉資金

20歳未満の子どもを扶養している母子・父子家庭や寡婦の生活の安定と、その子どもの福祉の向上を図るため、子どもが高校や大学などで学ぶための修学資金や就学支度資金、その他生活に関するさまざまな貸付があります。貸付については事前にご相談ください。

手当・助成など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭の母または父(20歳未満の子どもを扶養している)が、看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等の資格を取得するため、養成機関で修業する場合に、修業期間中(上限期間の定め有)に毎月訓練促進給付金を、修了後に修了支援給付金を支給します。

自立支援教育訓練給付金

ひとり親家庭の母または父(20歳未満の子どもを扶養している)が、就職につながる能力開発のため、認められた一定の講座を受講し修了した場合に、経費の一部を給付します。ただし、上限額の定めがあります。



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、少し引っばってみます。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」

手当・助成など

市民保険課 ☎0887-57-8506

児童扶養手当

ひとり親家庭の母または父、その母や父に代わり児童を養育している方、父母のどちらかが重度の障害状態にある場合に支給されます。支給には、所得やその他の制限があります。

※児童とは、18歳に達する日以後最初の3月31日までの間にある方をいいます。ただし、中度以上の障害がある児童は、支給期間が20歳まで延長される場合があります。

サポート施設など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

母子生活支援施設

子どもが18歳未満の母子家庭で、子どもの養育が困難など生活上さまざまな支援を必要とする場合に入所できます。市民税および所得税の課税状況によって負担があります。

サポート施設など

ひとり親家庭支援センター ☎088-875-2500

ひとり親家庭支援センター

ひとり親家庭支援センターは、母子・父子家庭の母・父に対する就業相談の実施、就業支援講習会の実施、就業情報の提供等一貫した就業支援サービスを提供しています。こうち男女共同参画センター・ソーレの2階にあり、母子・父子家庭の母・父の生活実態を踏まえたきめ細やかな就業支援を行っています。どんなことでもお気軽にご相談ください。



\\ 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「健全育成のための活動プログラム」

障害のある子どもがいる家庭への支援

手当・助成など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

特別児童扶養手当

20歳未満で精神または身体に重度または中度以上の障害がある児童を監護・養育している方に支給されます。支給には所得やその他の制限があります。

障害児福祉手当

精神または身体に重度の障害があるため、日常生活において常時の介護を必要とする20歳未満の在宅障害児に支給されます。ただし、障害を理由とする年金を受けている場合は支給されません。

手当・助成など

福祉事務所 ☎0887-57-8509

軽度・中等度難聴児補聴器購入費補助制度

身体障害者手帳の交付の対象とならない18歳未満の軽度・中等度難聴児の間こえの確保と言語の発達を支援するため、補聴器の購入費用について補助金を交付します。購入前に申請が必要です。で、ご注意ください。

手当・助成など

学校教育課 ☎0887-50-3019

特別支援教育就学奨励費

経済的負担を軽減するため、所得に応じて、香南市立の小中学校の特別支援学級で学ぶ際に、保護者が負担する学用品費や給食費の一部を支給します。

サポート施設など

地域活動支援センターあけぼの
(香我美町下分684-1) ☎0887-57-7180

障害児長期休暇支援事業

「こはるクラブ」・「こなつクラブ」

実施期間：春休み・夏休み ※年度によって期間は異なります。事前申し込みが必要です。

場所：富家防災コミュニティセンター
(野市町菟田55-1)

対象者：香南市内在住の小中高校生(療育手帳、障害者手帳の交付を受けた児童及びそれに準ずると認められる児童)

広告

- 放課後等デイサービス
- 保育所等訪問支援事業所
- 日中一時支援事業所

すきっぷ やまだ

- 放課後等デイサービス

すきっぷ こうなん

香南市野市町西野776-2

TEL&FAX 0887-50-6695・6696



児童発達支援事業所
放課後等デイサービス

にじいろはうす

お子さまやご家族の皆様に寄り添いながら、きめ細やかなサービスを提供し、安全で安心できる心地よい居場所づくりを目指してまいります。

調Next Stage



香南市野市町下井634-1
エリヴェールのいち101・102号室

☎0887-50-2676 FAX 0887-50-2677

相談など 福祉事務所 ☎0887-57-8509

障害児相談

障害のある子どものサービス利用等の相談をお受けします。

手当・助成など 福祉事務所 ☎0887-57-8509

障害者福祉医療費助成制度

重度心身障害者・中度心身障害者の保健の向上と福祉の増進を図ることを目的に保険診療の自己負担分を助成する制度です。ただし、所得やその他の制限があります。

高知県重度心身障害児療育手当

障害のある18歳未満の児童を自宅で養育している保護者に対する手当です。

香南市心身障害児福祉年金

障害のある20歳未満の児童の保護者(現に監護を行う人)で1年以上香南市に住所を有し、かつ、居住している人に対する手当です。

心身障害者扶養共済制度

保護者が生存中に一定額の掛金を納めることにより、その保護者に万一のこと(死亡又は重度障害)があったとき、障害のある人に終身にわたって一定額の年金を支給する制度です。



子どもと遊ぼう

親は膝を曲げて座ります(体操座り)。子どもを膝のてっぺんに座らせ、親の足先に向けて滑らせます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

広告

 **株式会社 origin**
放課後デイサービス
Coco color Instagram

様々な心算から...
ご利用案内
 月曜日～土曜日 9:00～18:00
 日・祝日は休業 ●利用に関するご相談・見学など、その他なんでもお気軽にお尋ねください。
 香南市香我美町下分419-3
 ☎0887-52-8511 FAX 0887-52-8512

指定特定相談支援事業所 障害児相談支援事業所
相談支援センターあななう
 まちの小さな相談所。
 家族のこと仕事のこと働き方、暮らし方のご等々。
 生き方、暮らし方。ちょうど「ほっこり」を探す
 お手伝いをさせていただきます。
 〒782-0031 香南市土佐山田町東本町1丁目3-20
Tel. 0887-52-8174 Fax. 0887-52-8176
 E-mail: k_mao3512@yahoo.co.jp
株式会社 オフィスK

子育て支援サービス

子育て世代包括支援センター ひまわり

すべての妊婦さんに保健師が面談にて母子健康手帳をお渡しして、子育てのスタートをサポートします。また、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、関係機関と連携しながら切れ目のない支援を行います。

妊娠・出産・
子育てに関する
総合相談窓口

問い合わせ先 健康対策課 ☎0887-50-3011

子育て中の親子

声①

最近、子育てがしんどいです…

声②

うちの子、落ち着きが無い気がする…

声③

初めての妊娠でなんだか心配…

声④

母乳足りてるかなあ…



子育て世代包括支援センター

- 相談支援(来所・訪問)
- 助言・利用支援
- 個別ニーズの把握
- ネットワークの構築
- 社会資源の開発

相談

支援



地区担当保健師



地区担当保健師

母子保健コーディネーター



地区担当保健師



地区担当保健師

子ども・子育て支援にかかる施設・事業

- 総合子育て支援センター
- 子育てサークル
- 保育所・幼稚園
- 一時預かり
- 福祉事務所
- こども課
- ファミリーサポートセンター

など

連携



こんなことやってます

- 妊娠届出の受付・母子健康手帳の交付
- 妊娠出産子育て支援事業
- 妊産婦健康診査受診票の交付
- パパママ教室
- 産前産後ヘルパー派遣事業
- 産後ケア事業
- こんにちば赤ちゃん訪問
- 育児相談・栄養相談・母乳相談
- 離乳食講習
- 乳幼児訪問
- 乳幼児健診 など

産前産後ヘルパー派遣事業

妊娠中や出産後に心身の不調や昼間の育児協力を得られない方が、家事や育児などのホームヘルプサービスが受けられる事業です。

利用できる期間: 母子健康手帳交付後から産後12か月未満

利用回数: 30回まで(1回あたり2時間まで)

利用料: 1回500円

※市民税非課税・生活保護世帯無料

産後ケア事業

お母さんの心身のケアと育児の支援を目的に、助産師によるご自宅への訪問、または一定期間施設への宿泊により、育児相談や授乳指導等が受けられる事業です。

利用できる期間: 産後12か月未満

利用回数: 2回まで

利用料: 1回500円

※市民税非課税・生活保護世帯無料
(施設への宿泊についての詳細はお問合せください)



予防接種

定期予防接種として、ロタウイルス感染症、ヒブ感染症、小児肺炎球菌、B型肝炎、四種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ）、BCG、麻疹風しん、水痘、日本脳炎、二種混合（ジフテリア・破傷風）、ヒトパピローマウイルス感染症の各種予防接種を県内の委託医療機関において無料で行っています。下表を参考に、接種スケジュールをたてて、受け忘れないようにしましょう。

問い合わせ先 健康対策課 ☎0887-50-3011

★令和5年4月1日現在の標準的な接種期間の例です。新しいワクチンが導入されたり、制度が変更されたりすることがありますので、詳しくはお問い合わせください。

予防接種

種類	月齢	月齢														実施医療機関						
		2か 月	3か 月	5か 月	6か 月	9か 月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳		10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳
ロタウイルス感染症	ロタテック5価	★	★	★	生後6週0日後～生後14週6日までに初回接種を開始し、27日以上の間隔を置いて3回（1価は2回）。 1価は2回目の接種を生後24週0日まで、5価は3回目の接種を生後32週0日までに行う。														①②④ ⑦⑧⑨			
	ロタリックス1価	★	★																			
ヒブ感染症		生後2か月～生後7か月に至るまでに初回接種を開始し、27日以上の間隔を置いて3回。2回目、3回目の接種は生後12か月に至るまでに行う。追加接種は初回接種終了後7か月以上の間隔を置いて1回。														①②④ ⑤⑥⑦ ⑧⑨						
小児肺炎球菌		生後2か月～生後7か月に至るまでに初回接種を開始し、27日以上の間隔を置いて3回。2回目、3回目の接種は生後24か月に至るまでに行う。2回目の接種が生後12か月を超えた場合、3回目は行わない。追加接種は初回接種終了後60日以上の間隔を置いて、標準的には生後12か月～生後15か月に至るまでの間に1回。														①②④ ⑤⑥⑦ ⑧⑨						
B型肝炎		★	★	生後2か月～生後9か月に達するまでに初回接種を開始し、27日以上の間隔を置いて2回。更に初回接種から139日（20週）以上経過した後に1回。														①②④ ⑥⑦⑧ ⑨				
四種混合・ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ		初回接種は生後2か月に達した時から20日以上の間隔を置いて3回。追加接種は、標準的には初回接種3回終了後生後12か月～生後18か月までに、6か月以上の間隔を置いて1回。														①②④ ⑤⑥⑦ ⑧⑨						
結核（BCG）		★	生後5か月～生後8か月に達するまでの間に1回。														①②④ ⑥⑦⑧ ⑨					



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」

種類	月齢																		実施 医療機関					
	2 か 月	3 か 月	5 か 月	6 か 月	9 か 月	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	8 歳	9 歳	10 歳	11 歳	12 歳	13 歳		14 歳	15 歳	16 歳	17 歳	18 歳
麻疹(はしか)・ 風しん(三日はしか)			I期			★					★						II期							①②③ ④⑤⑥ ⑦⑧⑨
水痘 (みずぼうそう)						★★																		①②④ ⑤⑥⑦ ⑧⑨
日本脳炎			I期														II期							①②③ ④⑤⑥ ⑦⑧⑨
二種混合 ・ジフテリア ・破傷風																	II期							①②③ ④⑤⑥ ⑦⑧⑨
ヒトパピローマ ウイルス感染症																								①②⑥ ⑦⑧

※表中の は、法律で定める接種期間となります。

香南市内予防接種委託医療機関一覧 ※令和5年4月1日現在

①おひさま こどもクリニック	④近森医院	⑦野市中央病院
②北村産婦人科	⑤寺田内科	⑧疋田内科
③さとう循環器消化器科	⑥西山内科	⑨夜須診療所

※香南市内の委託医療機関のみではなく、高知県内の予防接種委託医療機関であれば接種することができます。

※詳しい予防接種委託医療機関の詳細についてはP58、P59を参照ください。

※詳細については予防接種を受ける前に事前に各医療機関にご確認ください。



告 白

テラ動物病院

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	▲	/	●
16:00~19:00	●	●	●	●	●	▲	/	/

▲:土曜日は隔週で休診

香南市野市町西野2359-5

●お気軽にお問い合わせください

☎0887-52-8272



お悩み解消



Q1

おむつは早めに外すべき??



A

子どもの様子を見ながらあせらずに!

おむつはずれには個人差があるため、焦る必要はありません。子どもの様子を見ながら進めましょう。



Q2

頭の形をよくするにはうつ伏せ寝??



A

医学上の理由がない場合は仰向けで寝かせましょう

うつ伏せで寝ると乳幼児突然死症候群(SIDS※)の発生率が高くなるとされているため、仰向け寝が推奨されています。

※予兆の無いまま、健康な乳児に突然死をもたらす疾患



Q3

左利きは直したほうがいい??



A

無理に直す必要はありません!

子どもの利き手が左だからといって、無理に直す必要はありません。最近は左利きの製品も充実してきているため無理な矯正は行わず、使いやすい手を使わせてあげてください。





Q4

抱きぐせがつくので
だっこばかりしていると
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抱っこを求めて泣くようになると言われていましたが、赤ちゃんが不安そうにしていたり甘えたがっているときはだっこして安心させてあげましょう。



Q5

むし歯はうつる?

A むし歯は一種の
感染症

むし歯は遺伝ではなく一種の感染症です。生まれたばかりの赤ちゃんにはむし歯菌は存在しません。むし歯菌は、一番身近で食事や世話をするお母さんからうつる(母子感染)ことが多いとされているため、かみ砕いたものを与えたり同じスプーンを使うのは避けましょう。



Q6

日光浴をさせないと
ビタミンDが不足して
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

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。大人より肌の薄い赤ちゃんへ長時間紫外線を浴びさせることへの影響を考慮し日光を浴びさせる日光浴から外の空気に触れさせる外気浴へと変化しています。



子育て支援サービス

こうなんファミリー・サポート・センター

こうなんファミリー・サポート・センターは、「おねがい会員(子育ての応援をしてほしい人)」と「まかせて会員(子育ての応援をしたい人)」の出会いをお手伝いします。ご利用には事前登録が必要となりますので、活動内容や利用料金などの詳細については、下記までお問い合わせください。

こうなんファミリー・サポート・センターの仕組み

子育てを手伝って

- 仕事が終わるまでの預かり
- 買い物や趣味活動時の預かり
- 親の体調不良時の預かりなど

仕事でおむかえに行けない!!

こうなんファミリー・サポート・センター



お悩み解消

問い合わせ先 こうなんファミリー・サポート・センター(香南市社会福祉協議会) ☎0887-57-7300

おねがい会員(子育ての応援をしてほしい人)

- 香南市在住の方
- 生後6か月から小学校6年生の子どもと同居する保護者

まかせて会員(子育ての応援をしたい人)

- 香南市在住の20歳以上で子どもが好きな方
- 資格などは不要ですが講習の受講が必要

両方会員

- おねがい会員とまかせて会員の両方を兼ねて登録できる方



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。



出典: 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



離乳食



赤ちゃんの発達にはそれぞれ個性があります。赤ちゃんの様子を見ながら離乳を進めていき、食べることの楽しさを体験させていくようにしましょう。

	形態	ポイント	内容・目安量
0歳児 ↓ 離乳の開始	母乳・育児用ミルク 	<ul style="list-style-type: none"> 生後1~2か月ごろまでは、時間や量にこだわらず、欲しがるだけ与えましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんの栄養は母乳・育児用ミルクが基本。 栄養が足りない場合やお母さんの都合によっては育児用ミルクを使用しましょう。
5、6か月ごろ ↓ 離乳初期	なめらかにすりつぶした状態 ごっくん  目安となる固さ ヨーグルト	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの様子を見ながら、1日1回1さじから始めましょう。 母乳や育児用ミルクは飲みたいだけ与えましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ(米)からスタート。 すりつぶした野菜なども試してみましょう。 慣れてきたら、つぶした豆腐や白身魚・卵黄などを試してみましょう。
7、8か月ごろ ↓ 離乳中期	舌でつぶせる固さ もぐもぐ  目安となる固さ 豆腐	<ul style="list-style-type: none"> 1日2回、食事のリズムをつけていきます。 色々な味や舌ざわりを楽しむよう、食品の種類を増やしていきましょう。 大きさの目安1~3mmくらいのみじん切り 	穀類:全がゆ50~80g 野菜・果物:20~30g *魚:10~15g *肉:10~15g *豆腐:30~40g *卵:卵黄1個~全卵1/3個 *乳製品:50~70g
9、11か月ごろ ↓ 離乳後期	歯ぐきでつぶせる固さ かみかみ  目安となる固さ バナナ	<ul style="list-style-type: none"> 1日3回、朝・昼・夜と食べるのが理想的です。 家族と一緒に楽しく食べるようにしましょう。 自分で食べる楽しみを手づかみ食べから始めましょう。 大きさの目安5~7mmくらい 	穀類:全がゆ90~軟飯80g 野菜・果物:30~40g *魚:15g *肉:15g *豆腐:45g *卵:全卵1/2個 *乳製品:80g
12、18か月 ↓ 離乳完了	歯ぐきでかめる固さ ぱくぱく  目安となる固さ 肉団子	<ul style="list-style-type: none"> 1日3回の食事のリズムを大切に、生活リズムを整えていきましょう。 大きさの目安1cmくらいからスティック状にし、かじりとの練習をしましょう。 	穀類:軟飯80~ご飯80g 野菜・果物:40~50g *魚:15~20g *肉:15~20g *豆腐:50~55g *卵:全卵1/2個~2/3個 *乳製品:100g

離乳食の進め方の目安

離乳食

※*のついている食材はどれか1種類を与える目安です。

※あくまでも目安です。子どもの食欲や成長・発達に応じて、食事の量を調整します。

子どもの離乳のペースはそれぞれで違います。子どもが食事を楽しめるように、子どもにあったスピードで離乳食にチャレンジしていきましょう！



5・6か月

人参のすりつぶし

材料

人参……………20g
かつお節………1g
水……………40cc



作り方

- ① 調理なべにかつお節と水を入れ火にかけ、ざるでこしてだし汁を取る。
- ② 人参の皮をむいて細かく切る。なべに入れ、ひたひたの水を加え、柔らかくなるまで加熱したあと湯切りする。
- ③ ②をすり鉢でなめらかにすりつぶし、①のだし汁を加え、柔らかさを調節しながらのばす。

かぼちゃとさつまいものすりつぶし

材料

かぼちゃ………10g
さつまいも…10g
かつお節………1g
水……………40cc



作り方

- ① 調理なべにかつお節と水を入れ火にかけ、ざるでこしてだし汁を取る。
- ② かぼちゃ&さつまいもの皮をむいて細かく切る。なべに入れ、ひたひたの水を加え、柔らかくなるまで加熱したあと湯切りする。
- ③ ②をすり鉢でなめらかにすりつぶし、①のだし汁を加え、柔らかさを調節しながらのばす。

6～8か月

人参と白菜のスープ

材料

人参……………15g
白菜の葉………15g
玉ねぎ……………10g
かつお節………2g
水……………50cc



作り方

- ① 調理なべにかつお節と水を入れ火にかけ、ざるでこしてだし汁を取る。
- ② 細かく切った人参、白菜、玉ねぎをなべに入れ、ひたひたの水を加え、柔らかくなるまで加熱したあと湯切りする。
- ③ ②をすり鉢でなめらかにすりつぶす。
- ④ ③に①を合わせ、加熱する。

YouTubeでも
レシピ公開中！



◀さつまいもと
りんごの重ね煮



◀白身魚の
クリーム煮



9～11か月

ほうれん草とかぼちゃのリゾット風

材料

ごはん……………30g
ほうれん草の葉…15g
玉ねぎ……………10g
かぼちゃ…………10g
しらす……………1g
粉ミルクか牛乳…1g
粉チーズ…………1g
水……………130cc



作り方

- ① 細かく切ったほうれん草、かぼちゃ、玉ねぎをなべに入れ、ひたひたの水を加え、柔らかくなるまで加熱したあと湯切りにし、すりつぶす。
- ② しらすを沸騰したなべに入れて過熱し、湯切りする。
- ③ ごはんと水90ccを火にかけ沸騰させる。10分ほど蒸らしてすりつぶす。
- ④ ①に②と③を加え、粉ミルクか牛乳、水40ccを入れてよく混ぜ加熱する。
- ⑤ ④に粉チーズを入れて混ぜる。

YouTubeでも
レシピ公開中!



◀変わり麻婆豆腐



12～18か月

団子の煮付け

材料

鶏ひき肉…………20g
片栗粉……………少々
みりん……………少々
しょうゆ…………少々
人参、玉ねぎ…各10g
だし汁……………50cc



作り方

- ① ひき肉、片栗粉を混ぜ合わせ、一口大に丸める。
- ② 1cmの厚さに切った人参、玉ねぎをなべに入れ、ひたひたの水を加え、柔らかくなるまで加熱したあと、さらに細かく1cmほどに角切りする。
- ③ ②に①とだし汁、みりん、しょうゆを加え加熱する。

離乳食



室内で楽しもう! ひと工夫でおうち遊びを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



にこなん・交流

※令和5年4月1日現在

香南市では同じ地域で子育て中のパパ・ママや、子どもたちが交流できる場がたくさん！保育施設や子育てサークルなど、さまざまな形態で交流されています。気軽に話せるパパ友、ママ友は、子育てをより良いものにしてくれるよ。



にこなんを
ご紹介！

あなたの子育て応援します 総合子育て支援センター「にこなん」

香南市総合子育て支援センター「にこなん」は、お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん、また、これから子育てを始める妊娠中の方など、子どもを取り巻く多くの人々が自由に集うところです。

「にこなん」は、子育てを中心に人と人とのつながりや絆がうまれる場所となり、温かみや安心感を感じ取ってもらえる地域子育て支援拠点を目指します。

対象：未就学児童とその家族（主に未就園の乳幼児）、妊婦とその家族

住所：香南市野市町西野2072-4

電話：0887-50-5257

FAX：0887-50-5258

時間：月～金曜日 9:00～16:00（相談は17:00まで）

子育てパパ・
ママ集まれ！



にこなん・交流



こんなことをしています

- **育児学級**……………育児のために役立つ講座や親子で楽しく遊べる体験型のものまで「にこなん」のスタッフや外部講師を招いて随時行っています。
- **ファミリーDay**……………毎月第2、第4土曜日(9:00～11:30)、未就学児童とその家族を対象にした開催日です。
- **キッズくらぶ**……………就園児も対象にした開催日です。
- **ツインズくらぶ**……………多胎児を妊娠中の妊婦、子どもとその家族、先輩ママと交流する開催日です。
- **にこにこセミナー**……………上手にほめて楽しい子育て講座を行っています。
- **マタニティDay**……………毎月第3火曜日、香南市在住の妊婦とその家族を対象にした開催日です。
- **母乳相談・栄養相談**……………助産師・栄養士の訪問があり、ひろばで子どもを遊ばせながら気軽に相談できます。
- **離乳食講習会**……………健康対策課から案内があり申し込みされた方が対象です。(月1回)

病後児保育施設

内容:病気の回復期にあつて、集団生活にはまだ無理があるような状態の就園、就学している子どもの預かり(有料)

対象:生後6か月～小学6年生・定員3名

住所:香南市野市町西野2072-4

(にこなん併設)

電話:0887-50-5257

時間:月～金曜日 7:30～16:30(予定)

のいちふれあいセンターの 子育て広場「にこにこルーム」

内容:遊び場・交流の場の提供

住所:香南市野市町西野534-1

対象:妊婦/親子/未就園児/
幼稚園・保育園児

時間:月～日曜日 8:30～17:00

(年末年始を除く)

※場所の提供のみでスタッフはいません。
子どもたちの遊び場、お母さんや、お父さんの交流の場としてご利用ください。



にこなん出張ひろば

総合子育て支援センター「にこなん」のスタッフが香南市内各地域の保育所に行って「出張ひろば」を開催します。

吉川みどり保育所「あったかひろば」

住所：香南市吉川町吉原49-1

電話：0887-54-2735

時間：月曜 9:00～12:00



香我美おれんじ保育所「あのねひろば」

住所：香南市香我美町下分711-2

電話：0887-57-7011

時間：火曜 9:00～12:00

13:00～15:00

金曜 9:00～12:00



赤岡保育所「つながれひろば」

住所：香南市赤岡町534-3

電話：0887-54-4343

時間：水曜 9:00～12:00

13:00～15:00



夜須保育所「すくすくひろば」

住所：香南市夜須町坪井1577-1

電話：0887-54-2471

時間：木曜 9:00～12:00



子育てサークル

子育てをしているお父さん、お母さんが身近な地域の中で情報交換、育児相談、友達作りなど、様々な目的で集まっています。香南市では、より気軽に参加できる子育てサークルを応援しています。

まざあぐうす

活動内容

広々としたホールには、すべり台やボールプール等いろいろなおもちゃがあり、子どもは元気いっぱい、お家の方は子どもをゆったりと見守ることができます。年に1,2回程度絵本の読み聞かせやリトミックなど、イベントも開催しています。子育てに関する情報交換など、気分転換ができる場になればと活動しています。いつでも遊びに来てください。

開設時間：木曜9:00～12:00(祝祭日除く)

場所：香南市赤岡町1327
赤岡保健センター内

※日時や場所が変更になることがあります。

お問い合わせは「にこなん」へ

ママれーど

活動内容

子育てを頑張っているお父さん・お母さんを励ましたい、ゆったりとした気持ちで子どもに向き合ってもらいたい、との気持ちで、子どもが大好きなスタッフが工作や紙芝居など楽しみながら活動しています。ご兄弟やおじいちゃん、おばあちゃんの参加もお待ちしています。

開設時間：第1、第3土曜9:30～11:30

場所：香南市野市町兎田55-1

富家防災コミュニティセンター内

※日時が変更になる場合がありますので詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせは

「☎ 090-6287-0538(深氷)」へ

ぼちぼち

活動内容

身体や心疾患等の障害のある子どもを持つ親同士が悩みやこれからのことなどを気軽に話せる場所になればと活動しています。気になることや聞いてもらいたいこと、嬉しい出来事など、障害のある子どもを持つ親同士だから分かりあえることを「わきあいあい」と話せればと開催しています。いつでもお声かけください。

※不定期で開催しています。

お問い合わせは

「☎090-5912-0271(福岡)」へ

ふらっと

活動内容

知的障害のある子どもを持つ親の会。「とにもかくにも集まる場がほしい」とスタートして15年以上。同じ立場のお母さんたちが集まって、お茶をしながらホッと一息できる場所になればと活動しています。同じ立場だから共感できることも多いはず。一緒に「ふらっと」な輪を広げてみませんか。

※不定期で開催しています。

お問い合わせは

「☎ 0887-54-3720(石元)」へ





保育所・幼稚園

香南市の保育所

児童福祉法に基づき、保護者が仕事をしていたり病気などのため家庭で保育できない児童を、保護者に代わって保育します。

問い合わせ先 こども課 ☎0887-50-3021

佐古保育所の楽しい一日

※クラスによって実際の時間は若干異なります。

今日も1日
元氣イッパイ!!

登所

8:00~9:00

お家の方に送られて、みんな元気に登所。今日も一日元気にいっぱい遊ぼうね！7:30からの早朝保育もあります。



午後のおやつ
15:00~15:30

目が覚めて着替えたら、うれしいおやつが待っています。



降所活動

15:30~16:00

年中・年長児は保育室をみんなですべて掃除して、帰り支度を始めます。年少児は先生が掃除をしてくれます。



活動開始

9:00~

室内や園庭で友達と一緒に好きな遊びを楽しみます。0・1・2歳児は午前のおやつを食べます。



開所



昼寝

12:30~14:30

昼食を食べてお腹いっぱいになったら、静かに昼寝。年長児は秋頃から昼寝がなくなりません。



降所 16:00~

お家の方のお迎え。先生から今日あった出来事を伝えてもらいます。今日も一日楽しかったね。18時45分までの延長保育もあります。



閉所



園庭での活動

晴れた日は園庭でみんなと遊ぼう！畑の植物の世話をしたり、友達とボールで遊んだり、たくさん体を動かします。

みんな仲良し♪



昼食 11:00~12:30

クラスによって11時頃から昼食の準備を開始します。年中・年長児は自分で配膳します。

保育所を利用するには

保育所に入所できるのは、0歳から小学校入学前の乳幼児で、入所条件に該当し、家庭での保育ができないことが要件となります。4月から新規に入所希望の方は、前年11月上旬ごろから申し込むことができます。入所を希望される場合は、最寄りの保育所またはこども課へご相談ください。(途中入所の申し込み受付は可能ですが、空きがない場合もあります)

忙しいパパ・ママの強い味方！

子どもの一時預かり

保育所に入所していない児童でも、保護者が通院、介護、出産、育児疲れ、急な仕事や外出など、家庭で保育ができない時に、保育所で子どもを一時的に預かります。



市内の保育施設
ご紹介！

実施 保育所	香我美おれんじ保育所 香我美町下分711番地2 ☎0887-57-7011 夜須保育所 夜須町坪井1577番地1 ☎0887-54-2471 赤岡保育所 赤岡町534番地3 ☎0887-54-4343
保育日	月曜日～土曜日(利用日数は週3日を限度とします。) ※保育所行事等で、ご利用いただけない日があります。
保育時間	月曜日～金曜日 8時～16時 土曜日 8時～11時30分
料金	半日…1,000円 1日…2,000円 給食300円 ※半日は8時～12時、12時～16時の受け入れとなります。
対象児	①香南市に住所があり、保育所・幼稚園に入園していない満1歳から小学校就学前の子ども ②市外に住所を有するが、保護者の傷病・出産・介護などにより一時的に市内に居住することになった子ども
申し込み 登録に ついて	はじめて利用する場合は、「一時預かり申込書(兼児童台帳)」を提出して、子どもと保護者と一緒に面接を受けてください。 登録・面接は利用する保育所で受け付けております。 ※食物アレルギーなどがある場合はお弁当、おやつを持参してください。 ※投薬は、原則していません。

野市保育所



定員: 216人(1~5歳児)
住所: 野市町西野645番地
電話: 0887-56-0659
時間: 月~金 7:30~18:45
土 7:30~12:30

佐古保育所



定員: 203人(0~5歳児)
住所: 野市町母代寺180番地1
電話: 0887-56-1071
時間: 月~金 7:30~18:45
土 7:30~12:30

野市東保育所



定員: 120人(1~5歳児)
住所: 野市町東野449番地6
電話: 0887-55-3424
時間: 月~金 7:30~18:45
土 7:30~12:30

香我美おれんじ保育所



定員: 109人(0~3歳児)
住所: 香我美町下分711番地2
電話: 0887-57-7011
時間: 月~金 7:30~18:45
土 7:30~18:30

赤岡保育所



定員:125人(0~5歳児)
住所:赤岡町534番地3
電話:0887-54-4343
時間:月~金 7:30~18:45
土 7:30~12:30

吉川みどり保育所



定員:76人(1~5歳児)
住所:吉川町吉原49番地1
電話:0887-54-2735
時間:月~金 7:30~18:45
土 7:30~12:30

夜須保育所



定員:88人(0~3歳児)
住所:夜須町坪井1577番地1
電話:0887-54-2471
時間:月~金 7:30~18:45
土 7:30~12:30
※令和5年度中に認定こども園として移転予定



- ※土曜日については、週休2日制などで家庭内保育が可能な場合はお預かりしません。
- ※入所当初はならし保育期間があります。
- ※申込みにより審査のうえ決定します。お預かりする時間は、勤務時間や通勤時間により個々に決定します。
- ※香南市内に住所があれば、どちらの保育所へも入所が可能です。

香南市の幼稚園

学校教育法に基づき、保護者の就労の有無に関わらず、家庭では体験できない集団生活の場です。

問い合わせ先 こども課 ☎0887-50-3021

野市幼稚園の楽しい一日

※学級によって実際の時間は若干異なります。



登園

8:30~9:00

「おはようございます」お家の方と一緒に登園します。



なかよし集会

10:00~11:00

毎月1回行う「なかよし集会」は、遊戯室でみんなで楽しく遊びます。クリスマスにはサンタさんも来てくれます。



月に一回の

降園活動

13:00~13:45

みんなで掃除をした後、降園の準備をします。帰りの会では一緒に歌を歌ったり今日の楽しかったことや明日のことを話したりします。



開園



閉園



学級活動

9:00~11:00

それぞれの保育室にみんな集まって今日のスケジュールを確認します。友達と一緒に好きな遊びや学級の活動を楽しみます。



給食

11:30~12:30

みんな大好きな給食の時間。幼稚園では給食に牛乳がついています。

いただきます! /



降園

13:45~14:00

お家の方のお迎え。先生から今日あった出来ごとを伝えてもらいます。今日も一日楽しかったね。



幼稚園を利用するには

市内に住所があり、年度当初の年齢が満3~5歳の幼児であることが入園条件となります。(園によって異なる場合があります)新年度の入園募集は、毎年11月に受け付けとなります。

野市幼稚園



定員:100人(3~5歳児)
住所:野市町西野630番地
電話:0887-56-1953
時間:月~金 8:30~14:00

預かり保育時間

月~金 14:00~18:30(早朝7:30~)
土 7:30~12:30
長期休業日 月~金 7:30~18:30
土 7:30~12:30

野市東幼稚園



定員:70人(3~5歳児)
住所:野市町中ノ村770番地
電話:0887-55-5357
時間:月~金 8:30~14:00

預かり保育時間

月~金 14:00~18:30(早朝7:30~)
土 7:30~12:30
長期休業日 月~金 7:30~18:30
土 7:30~12:30

香我美幼稚園



定員:110人(3~5歳児)
住所:香我美町下分710番地1
電話:0887-55-2745
時間:月~金 8:30~14:00

預かり保育時間

月~金 14:00~18:30(早朝7:30~)
土 7:30~18:30
長期休業日 月~土 7:30~18:30

夜須幼稚園



定員:50人(4~5歳児)
住所:夜須町西山101番地2
電話:0887-55-3258
時間:月~金 8:30~14:00

預かり保育時間

月~金 14:00~18:30(早朝7:30~)
土 7:30~12:30
長期休業日 月~金 7:30~18:30
土 7:30~12:30

※令和5年度中に認定こども園として移転予定

香南市の認定こども園

認定こども園とは？

保護者が働いている、いないにかかわらず受け入れて、就学前の子どもに幼児教育・保育を一体的に提供する施設です。また子育て家庭を対象に、子育ての不安に対応した相談活動や、親子の集いの場の提供などを行う機能を備える施設をいいます。

のいち幼稚学園

認定こども園



定員：95人(6か月～2歳児)

住所：野市町上岡2602-4

電話：0887-52-9778

最大開設時間

7:00～19:00(平日)

7:00～19:00(土)

7:30～12:00(土・0歳)

※最大開設時間とは、延長保育時間も含まれた開設時間です。

夜須保育所・夜須幼稚園は令和5年度中に認定こども園として香南やすIC西の高台(P52、P53参照)へ移転予定です。

— 広 告 —

保育所・幼稚園

運動会(みんなであそぶ一本橋)

子ども達の可能性を大きく育てます

生活発表会

正課教室(保育料に含む)
音楽・英語・学研・体育
課外教室はサッカーもあるよ!

やえもん 幼稚学園
高知市礼壇13-5
088-884-3888

のいち 幼稚学園
香南市野市町上岡2602-4
0887-52-9778

つくし 保育園
高知市桜井町1丁目5-31
088-884-3790

えみの 保育園
香南市野市町上岡2592-1
0887-56-1888

香南市の地域型保育事業

待機児童問題の強い味方！ 地域型保育事業を行う施設とは？

0～3歳未満児を対象とした、定員が6人以上19人以下の少人数で行う保育。一人の保育スタッフが担当する子どもの数が少なく、比較的子どもの発達に応じた保育を行うことができます。

えみの保育園

小規模保育施設



定員：19人(6か月～2歳児)

住所：野市町上岡2592-1

電話：0887-56-1888

時間：月～金 7:30～18:30

土 7:30～12:00

ニチキッズ香南のいち保育園

小規模保育施設



定員：19人(3か月～2歳児)

住所：野市町東野1011-1

電話：0887-57-3230

最大開設時間：月～土 7:30～19:30



※最大開設時間とは、延長保育時間も含めた開設時間です。

下村託児所

小規模保育施設



定員：19人(2か月～2歳児)

住所：野市町大谷1126-4

電話：0887-56-1328

最大開設時間：月～金 7:30～18:45

土 7:30～12:30

ひだまり園

小規模保育施設



定員：10人(2か月～2歳児)

住所：野市町みどり野3-51-1F

電話：0887-50-1997

最大開設時間：月～金 7:30～18:30

土 7:30～12:30

香南会託児所やまもも

事業所内保育施設



定員：19人(2か月～2歳児)

住所：赤岡町1160-1

電話：0887-55-2893

最大開設時間：通年7:30～18:30

(7:00～19:00延長保育あり)



小中学校

入学・転校

問い合わせ先 学校教育課 ☎0887-50-3019

入学通知書

入学する年の1月下旬ごろに、新たに小学校・中学校に入学される子どもの保護者に入学通知書をお送りします。通知書には子どもが入学する学校名や、入学式の日程などを記載しています。

※入学通知書が届かない場合、または私立などの学校に入学する場合はご連絡ください。

転校時の手続きの流れ

事前に引っ越しの予定日をご連絡ください。

市外から転校

市内で転校

市外へ転校

↓
在籍していた学校から受け取った書類を転学する学校に提出する

↓
在籍していた学校から書類を受け取る

↓
指定校に転学
※指定校とは、児童・生徒の住所地が属する学区により、教育委員会が指定する学校をいいます。

↓
転出先の住所地の教育委員会で転学手続きをする

在籍していた学校から受け取る書類

- 在学証明書
- 教科用図書給与証明書

手当・助成など 学校教育課 ☎0887-50-3019

就学援助

香南市立の小中学校に在学する子どもの保護者や、香南市内に住み香南市外の公立小中学校や義務教育学校に在学する子どもの保護者で、経済的な理由により就学が困難な方を対象に、子どもの学用品費や給食費などの一部を援助します。

奨学資金制度

保護者が市内に在住し、高等学校などに在学する生徒のうち、経済的な理由により就学が困難な生徒を対象とした奨学資金制度があります。詳しい支援の内容はお問い合わせください。



小中学校

問い合わせ先 学校教育課 ☎0887-50-3019

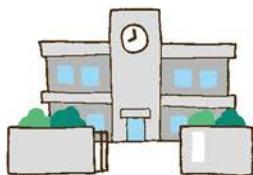
小中学校は、学校教育法に基づいて設置された教育施設で、入学できるのは、原則、香南市内に住所がある子どもです。

小学校

小学校名	所在地	電話番号
赤岡小学校	赤岡町816番地	0887-55-3105
香我美小学校	香我美町下分750番地	0887-54-4776
野市小学校	野市町西野618番地	0887-56-0316
野市東小学校	野市町中ノ村770番地	0887-54-2622
佐古小学校	野市町母代寺104番地	0887-56-0116
夜須小学校	夜須町西山13番地2	0887-55-3188
吉川小学校	吉川町吉原65番地	0887-54-2572

中学校

中学校名	所在地	電話番号
赤岡中学校	赤岡町1611番地	0887-55-2165
香我美中学校	香我美町山北41番地1	0887-54-2018
野市中学校	野市町東野72番地	0887-56-0343
夜須中学校	夜須町西山5番地1	0887-55-3177



放課後児童クラブ

問い合わせ先 こども課 ☎0887-50-3021

保護者が就労などにより昼間家庭にいない小学1～6年生の児童に対し、授業の終了後などに適切な遊びや生活の場を提供し、子どもの健全な育成を図るものです。利用にあたっては、保護者負担金等が必要です。

小学校区	児童クラブ名	所在地	電話番号	開設時間
野市	野市小 第一児童クラブ	野市町西野613番地 (1階)	080- 2853-1478	(学校のある日) 下校～18:00 (1日開設日) 8:00～18:00
	野市小 第二児童クラブ	野市町西野612番地2	080- 1996-3559	
	野市小 第三児童クラブ	野市町西野617番地1	080- 2853-5255	
	野市小 第四児童クラブ	野市町西野613番地 (2階)	080- 1985-6950	
佐古	佐古小 第一児童クラブ	野市町母代寺72番地1	080- 2853-1479	
	佐古小 第二児童クラブ	野市町母代寺72番地1	090- 3188-6828	
野市東	野市東小 第一児童クラブ	野市町中ノ村770番地	090- 6880-1701	
	野市東小 第二児童クラブ	野市町中ノ村770番地	080- 2853-1480	
赤岡	若杉児童クラブ	赤岡町1327番地1 (赤岡保健センター)	090- 6886-5816	
香我美	コスモス 第一学童クラブ	香我美町下分742番地	080- 5226-4024	
	コスモス 第二学童クラブ	香我美町下分750番地1	090- 9282-9756	
夜須	夜須 はーと児童くらぶ	夜須町西山13番地2	090- 8881-9799	

※保護者負担金の金額や入会条件など、詳しくはこども課までお問い合わせください。

放課後子ども教室

問い合わせ先 こども課 ☎0887-50-3021

全ての子どもを対象に、安全・安心な児童の活動拠点として、体験活動やスポーツ、地域住民との交流活動等を行っています。学校施設を利用し、地域ボランティアの安全管理員が子どもの安全を見守ります。利用料金は無料です。

学校名	教室名	所在地	電話番号	開設時間
野市小学校	野市小学校放課後子ども教室(スマイル)	野市町西野618番地	090-3187-1297	火・木 (夏期)下校～17:30 (冬期)下校～17:00
香我美小学校	香我美小学校岸本地区放課後子ども教室(めだかの楽校)	香我美町岸本95番地	090-6883-1733	火・水・木 (夏期)下校～18:00 (冬期)下校～18:00
吉川小学校	吉川小学校放課後子ども教室(うなお学校)	吉川町吉原65番地	080-2988-3754	月・水・金 (夏期)下校～17:30 (冬期)下校～17:00

香南市保幼小中連携カリキュラム

香南市では健やかな子どもを育てていけるように「香南市保幼小中連携カリキュラム」を取り入れています。保育所・幼稚園から小学校へ。小学校から中学校へ。香南市では0歳～15歳まで、学校・家庭・地域社会が連携し、お互いが学び支え合える教育環境づくりを進めています。

三つの能力を伸ばします！

コミュニケーション能力

規範意識

自尊感情

「コミュニケーション能力」「規範意識」「自尊感情」の3つの力を育むために、それぞれの中学校区で様々な取組を行っています。

体験研修乗入れ授業

子ども同士の交流

教職員の交流

家庭・地域との連携

4つの中学校区

夜須中学校区	香我美中学校区	赤岡中学校区	野市中学校区
<ul style="list-style-type: none"> ● 夜須保育所 ● 夜須幼稚園 ● 夜須小学校 ● 夜須中学校 	<ul style="list-style-type: none"> ● 香我美 おれんじ保育所 ● 香我美幼稚園 ● 香我美小学校 ● 香我美中学校 	<ul style="list-style-type: none"> ● 赤岡保育所 ● 吉川みどり保育所 ● 赤岡小学校 ● 吉川小学校 ● 赤岡中学校 	<ul style="list-style-type: none"> ● 野市保育所 ● 野市東保育所 ● 佐古保育所 ● 野市幼稚園 ● 野市東幼稚園 ● 野市小学校 ● 野市東小学校 ● 佐古小学校 ● 野市中学校

香南市子育て お出かけスポットマップ

2023年版



お出かけマップ

広告

EDION
エディオン

第一種電気工事士資格事業所
家電のファミリーショップ

エディオン えうち電気

0887-54-2360

香南市赤岡町463 FAX0887-55-5672

(有)徳大建設

新築・リフォーム・耐震補強工事
高知県香南市野市町中ノ村354-3
TEL 0887-55-1310
FAX 0887-55-1031

香南市子どもの遊び場確保事業

香南市の子育て世帯にトリップアドバイザー 2020 動物園・水族館部門全国1位の「県立のいち動物公園」の入園パスポートと引き換えができる引換券を対象世帯、1世帯に1枚(1人分)交付しています。

対象者 5月1日時点で、市に住民票を有する新生児から小学校6年生までの子どもがいる世帯の世帯主(5月2日以降、新たに対象者となった場合は、転入の届出日から3週間をめぐり入園パスポート引換券を送付します)

引換方法 県立のいち動物公園入口 チケット売場に引換券をお持ちください。(入園パスポート期限は引換後から次の5月末日までです)

問い合わせ先 こども課 ☎0887-50-3021

香南市の情報サイト一覧

QRコードから簡単アクセス! 新たな情報を発見してください。

今すぐ
友だち登録を!



1 香南市LINE

香南市の公式LINEです。友だち登録すれば新しい情報が通知されます。



2 香南キッズ

香南市の子育て情報サイトです。LINE登録すると、毎月「にこなんだより」が配信されます。



1 香南市公式ウェブサイト

香南市のホームページです。暮らし、子育て、健康、福祉に関わる手続きなど、行政情報が満載です。



2 香南キッズサイト

香南市の子育て情報サイト。子育てに関する制度、手続き、相談先など、目的別、ライフステージ別に検索できます。



3 香南市公式YouTubeチャンネル

香南市の公式YouTubeです。様々なジャンルの動画がたくさん。新たな魅力を動画で発見してください。



4 香南市フェイスブック

香南市の公式フェイスブックです。ぜひつながってください!



5 香南市図書館公式インスタグラム

野市図書館、香我美図書館のおすすめ新刊やイベント情報など発信しています。フォローしてください。



6 香南市公民館公式インスタグラム

香南市中央公民館、夜須公民館、香我美市民館で開催する教室や自主事業などのイベント情報が満載!



7 香南市秘書広報係インスタグラム

市広報誌「こうなんNOW」の情報や、編集部のごぼれ話・広報誌ではボリュームになってしまったけど編集員の推し写真など、いろいろ発信しています。



8 香南市観光協会ウェブサイト

香南市観光協会の情報サイトです。イベント情報のほか、買う食べる、観る、体験など、情報満載です。



香南市子育て 2023年版 お出かけスポット

お出かけ編



お出かけスポットを
画像で確認!

～ 子連れで楽しめるスポット一覧 ～



オムツ替え
スペースあり



授乳スペース
あり



1

野市ふれあい広場 パークゴルフ場

☎090-4588-6744
設備 パークゴルフ場
住所 野市町深淵10番地1
時間 9:00～17:00
備考 定休日:火曜、水曜

小学生からでも
大丈夫!



4

古川地区児童公園

住所 吉川町古川



2



創造広場「アクトランド」

☎0887-56-1501
設備 オリジナル遊具
ジャングルジムなど、
無料スペース、
8つの有料展示館、
カフェ、ショップ
住所 野市町大谷928番地1
時間 10:00～18:00
入館チケット販売・
カフェのラストオーダー
は17:30まで
備考 年中無休、HPあり



5

のいち冒険の森

住所 野市町大谷



6

旅行サイトの
動物園ランキング
日本一!

高知県立 のいち動物公園

☎0887-56-3500
住所 野市町大谷738
時間 9:30～17:00
備考 定休日:日曜、HPあり



3

桜つつみ公園

住所 吉川町吉原
近くに展望台があるよ!
長さ102mの
モンキーパーに
チャレンジ!



7

土佐の高知の くだもの畑

☎0887-55-4332
設備 アスレチックあり
住所 香我美町山北4120-2
時間 9:00～17:00
備考 HPあり

お出かけマップ

広告

多くの生きものでにぎわう
物部川を子どもたちへ

物部川漁業協同組合

TEL 0887-53-3224 <http://monobegawa.sakura.ne.jp/>

MIKI
tax accountant office

三木税理士事務所

営業時間 8:30～19:00 定休日 日
TEL・FAX 0887-52-8765
〒781-5213 香南市野市町東野19883-1

目印はこのマーク!

こうち子育て応援の店



対象 ●満18歳となった最初の3月31日を迎えるまでのお子さん
●妊娠中の方がいるご家庭

サービスを受けるには

優待券の提示を条件とするサービスの場合は、優待券を提示してください。

こうち子育て応援の店専用ホームページ

<https://www.premanet.pref.kochi.lg.jp/kosodateouen>



8

チューリップ広場

住所 香我美町岸本415番地

見頃は3月



12



ヤ・シィパーク

☎0887-57-7122

設備 こども広場、芝生広場、
海水浴場、ボードウォーク

住所 夜須町千切537-90

備考 HPあり

マリン体験も
やってるよ!



9

高知県立 月見山こどもの森

☎0887-55-1682

設備 アスレチック、グリーン
アドベンチャーコース、
キャンプ場

住所 香我美町岸本1269-7

時間 8:30~17:15



13

手結住吉 県立自然公園

住所 夜須町手結山



10

西川花公園

住所 香我美町中西川

見頃は3月



14

1日7時間だけ
通行できる
可動橋!

手結港

住所 香南市夜須町手結

備考 可動時間(通行可能時間)
(は市HPでご確認ください。)

32mの可動橋が
そびえたつと圧巻!



11

別所山緑地公園

住所 赤岡町

地域の公園



15

長畠(東)児童公園

住所 吉川町吉原

地域の公園

広告



LPガスの供給を通じて
地域の皆様のお役に立ちます!!

 横井石販株式会社
香南ガスセンター

香南市赤岡町1330

☎ 0887・54・2820

お出かけマップ



公共施設

市外局番(0887)

施設区分	施設名	所在地	電話番号
本庁、支所 など	香南市役所	野市町西野2706番地	56-0511
	赤岡支所(赤岡市民館1階)	赤岡町325番地1	55-3111
	香我美支所	香我美町下分646番地	55-2111
	夜須支所(夜須公民館1階)	夜須町坪井219番地	55-3141
	吉川支所(吉川防災コミュニティセンター1階)	吉川町吉原287番地1	55-3121
	教育委員会事務局 (香南市役所6階)	野市町西野2706番地	50-3021(こども課) 50-3019(学校教育課) 50-3022(生涯学習課)
消防本部	消防本部(香南市消防署)	赤岡町2032番地2	55-4141
公民館・ 集会所等	香我美市民館	香我美町 徳王子2220番地1	55-2143
	香南市中央公民館 (のいちふれあいセンター)	野市町西野534番地1	56-1056
	夜須公民館	夜須町坪井219番地	54-2121
防災 コミュニティ センター	佐古防災コミュニティセンター	野市町母代寺71番地1	56-1056 (のいちふれあいセンター)
	富家防災コミュニティセンター	野市町兎田55番地1	56-1056 (のいちふれあいセンター)
	岸本防災コミュニティセンター	香我美町岸本128番地1	55-2143 (香我美市民館)
	山南防災コミュニティセンター	香我美町 下分1792番地1	55-2143 (香我美市民館)
	吉川防災コミュニティセンター	吉川町吉原287番地1	54-4218(吉川市民館)
市民館	赤岡市民館	赤岡町325番地1	55-3600
	吉川市民館 (吉川防災コミュニティセンター)	吉川町吉原287番地1	54-4218

公共施設

— 広 告 —

ジャンボタクシー

●八十八ヶ所巡り ●グループ旅行
●家族旅行 にもご利用下さい

安全 安心 明朗

60才以上のお客様に!!
10%割引カード「がんばろうカード」
会員申し込み受付中



のいちタクシー

四国銀行 野市支店前



0120-63-0071



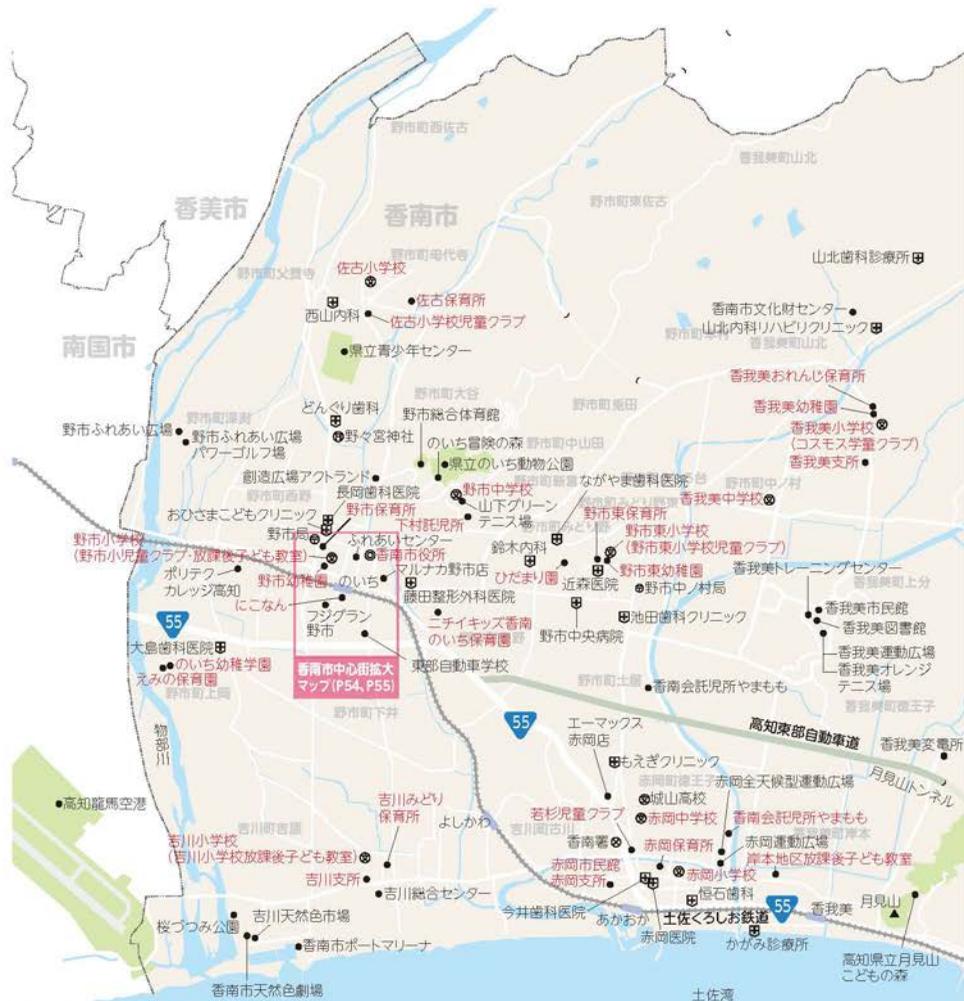
香南市野市町西野579-21

Tel.0887-56-1700

<https://noichi-taxi.com>

定休日/無 営業時間/AM6:30~AM2:30 (その他時間はご予約下さい。)

施設区分	施設名	所在地	電話番号
図書館	野市図書館	野市町西野594番地	56-3434
	香我美図書館	香我美町 徳王子2220番地1	55-0022
保健・福祉 センター等	赤岡保健センター	赤岡町1327番地1	50-3011(健康対策課)
	夜須福祉センター	夜須町坪井1番地1	-
	香我美保健福祉センター	香我美町下分646番地	50-3011(健康対策課)
	野市福祉センター (のいちふれあいセンター)	野市町西野534番地1	56-1056
スポーツ 施設	赤岡運動広場	赤岡町1094番地1	56-0504 (野市総合体育館)
	赤岡全天候型運動広場 「赤岡ドーム」	赤岡町1119番地1	56-0504 (野市総合体育館)
	夜須運動広場	夜須町坪井1691番地	56-0504 (野市総合体育館)
	香我美運動広場	香我美町 徳王子2220番地6	56-0504 (野市総合体育館)
	高知県立青少年センター	野市町西野303番地1	56-0621
	野市総合体育館	野市町大谷736番地	56-0504
	手結体育館	夜須町手結298番地63	56-0504 (野市総合体育館)
	香我美トレーニングセンター	香我美町 徳王子2220番地1	56-0504 (野市総合体育館)
	マリンスポーツ施設	夜須町千切536番地19	57-1855
	野市ふれあい広場	野市町深淵910番地	56-0504 (野市総合体育館)
	野市ふれあい広場 パークゴルフ場	野市町深淵10番地1	090-4588-6744
	山下グリーンテニス場	野市町大谷1105番地	56-0504 (野市総合体育館)
	香我美オレンジテニス場	香我美町 徳王子2220番地6	56-0504 (野市総合体育館)
	千切ゲートボール場	夜須町千切1218番地1	50-3022(生涯学習課)
	西佐古テニス& フットサルパーク	野市町西佐古431番地1	56-0504 (野市総合体育館)
	岸本体育館	香我美町岸本79番地1	56-0504 (野市総合体育館)
その他	香南市サイクリングターミナル	夜須町手結山1304番地	55-3196
	絵金蔵	赤岡町538番地	57-7117
	弁天座	赤岡町795番地	57-3060
	ポートマリーナ	吉川町吉原 吉川漁港区域内	50-3015(農林水産課)
	天然色劇場	吉川町吉原1843番地1	50-3013(商工観光課)
	ヤ・シィパーク/道の駅やす	夜須町千切537番地90	57-7122
	高知県立のいち動物公園	野市町大谷738番地	56-3500



ママ、パパに便利な公共施設
などの一覧マップだよ



室内で楽しもう！ひと工夫でおうち遊びをENJOY

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

子どもの
目線で見ると

危険が
いっぱい!

おうちの危険箇所チェック

おうちの中には、子どもの興味を引く「危険」がたくさんあります。あてはまる場所や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

暖房器具

湯気(スチーム)を
さわってのやけど

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!



室内で楽しもう! ひと工夫でおうち遊びをENJOY

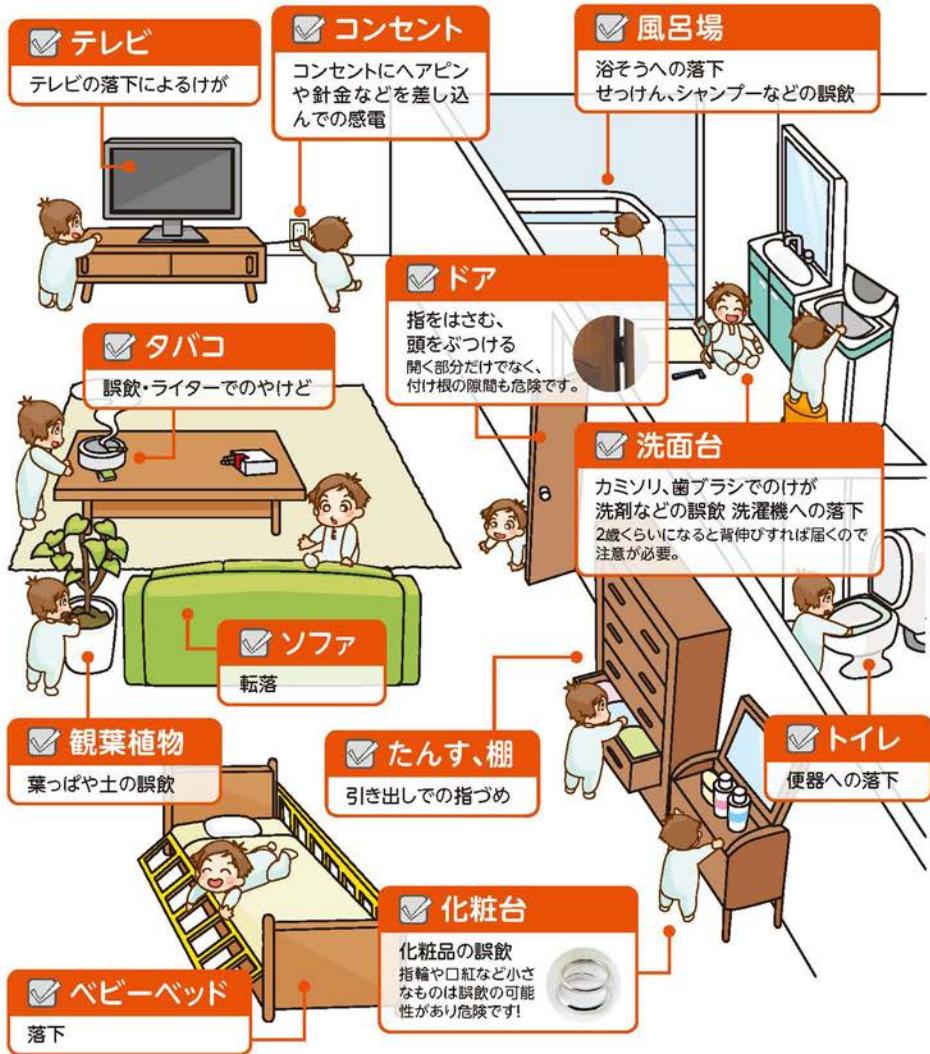
③ ちょっと変わった「お絵描き遊び」

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)



☑ テレビ

テレビの落下によるけが

☑ コンセント

コンセントにヘアピンや針金を差し込んでの感電

☑ 風呂場

浴そうへの落下
せっけん、シャンプーなどの誤飲

☑ タバコ

誤飲・ライターでのやけど

☑ ドア

指をはさむ、頭をぶつける
開く部分だけでなく、付け根の間隙も危険です。

☑ 洗面台

カミソリ、歯ブラシでのけが
洗剤などの誤飲 洗濯機への落下
2歳くらいになると背伸びすれば届くので注意が必要。

☑ ソファ

転落

☑ 観葉植物

葉っぱや土の誤飲

☑ たんす、棚

引き出しでの指づめ

☑ トイレ

便器への落下

☑ ベビーベッド

落下

☑ 化粧台

化粧品の誤飲
指輪や口紅など小さなものは誤飲の可能性があり危険です!

危険箇所チェック

広告



高知を元気に!!

総合建設コンサルタント
第一株式会社 第一コンサルタンツ

TEL (088) 821-7770 FAX 821-7771
〒781-5105 高知市介良甲828番地1

第一コンサルタンツ 検索



医療機関・緊急時



すぐに相談できるかかりつけ医を持とう！
香南市には頼りになるお医者さんがたくさん！！

香南市の医療機関

市外局番(0887)

地区	医療機関名	所在地	電話番号	備考欄
赤岡町	赤岡医院	赤岡町569	55-2030	かかりつけ医名
	もえぎクリニック	赤岡町 2066-3	57-3050	かかりつけ医名
香我美町	かがみ診療所	香我美町 岸本328-174	54-5678	かかりつけ医名
	山北内科 リハビリクリニック	香我美町 山北1304-1	54-2220	かかりつけ医名
野市町	おひさま こどもクリニック 	野市町 西野651-1	57-8880	かかりつけ医名
	北村産婦人科 	野市町 西野551-3	56-1013	かかりつけ医名
	さとう循環器 消化器科 	野市町 西野587-15	57-5311	かかりつけ医名
	鈴木内科	野市町 みどり野1-64	55-3030	かかりつけ医名
	近森医院 	野市町 東野446-3	54-2235	かかりつけ医名

 予防接種委託医療機関

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ます。耳や鼻から血などの液体が出ている場合は、鼻やのどに詰まらないように出ている方を下にし、横向きに寝た姿勢が有効です。

その後すぐに救急車を呼びましょう。



地区	医療機関名	所在地	電話番号	備考欄
野市町	西山内科 	野市町 西野51-1	56-3800	かかりつけ医名
	のいち眼科	野市町 西野1945	57-8810	かかりつけ医名
	のいち耳鼻 咽喉科医院	野市町 西野2343	56-3933	かかりつけ医名
	野市整形外科医院	野市町 西野2235	56-3063	かかりつけ医名
	野市中央病院 	野市町 東野555-18	55-1101	かかりつけ医名
	疋田内科 	野市町 西野2636-6	56-2002	かかりつけ医名
	藤川クリニック	野市町 西野2192-2	56-2211	かかりつけ医名
	藤田整形外科	野市町 東野169-1	56-0138	かかりつけ医名
	三谷医院	野市町 西野555-2	56-0152	かかりつけ医名
夜須町	寺田内科 	夜須町 坪井23-1	55-5100	かかりつけ医名
	夜須診療所 	夜須町 手結298-30	54-2250	かかりつけ医名

 予防接種委託医療機関

— 広 告 —








一生に一度の
家づくり。

あんしんして
お付き合いいただける
パートナーであるために
私たちがこがわります。



丸和建设株式会社 高知市南万々59-2
お気軽にお問い合わせください
営業時間/9:00~17:00 定休日/日・祝

 **0120-875-740** 







医療機関・緊急時

地区	医療機関名	所在地	電話番号	備考欄
赤岡町	アルファ薬局 香南店	赤岡町 2067-1	52-8117	
香我美町	四国調剤 山北薬局	香我美町 山北1305-2	52-8200	
野市町	ファムコ やまも薬局	野市町 西野1900-5	56-4448	
	のいち駅前薬局	野市町 西野587-20	57-5231	
	のいちご薬局	野市町 東野354-16	57-7037	
	パルス薬局	野市町 西野2637-1	57-5210	
夜須町	高知調剤薬局やす店	夜須町 坪井25-3	55-5670	



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(できれば冷却パックや氷水)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。



地区	医療機関名	所在地	電話番号	備考欄
赤岡町	今井歯科医院	赤岡町574	55-1588	
	恒石歯科	赤岡町980-4	54-3467	
香我美町	山北歯科診療所	香我美町 山北2833	57-1022	
野市町	池田歯科クリニック	野市町 土居1515-2	57-1184	
	乾歯科	野市町 西野2706-20	56-1951	
	大島歯科医院	野市町 下井632-10	56-1280	
	黒岩歯科医院	野市町 西野2667-1	56-0230	
	小松歯科診療所	野市町 西野1986	56-0407	
	どんぐり歯科	野市町 西野227-1	52-9972	
	長岡歯科医院	野市町 西野652-20	57-1301	
	ながやま歯科医院	野市町 みどり野3-58-1	57-3118	
夜須町	ながの歯科	夜須町 坪井431-1	55-1150	

こんな時の対処法 ③ 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。



子どもの緊急時

子どもの急病時！
事前に手順を確認しましょう

119番

夜間や休日に具合が悪くなったときは…

こうちこども救急ダイヤル

☎#8000 又は ☎088-873-3090

- 相談時間:毎日、午後8時～午前1時まで
診療が必要と思われる場合は、「かかりつけ医」やお近くの医療機関に電話連絡のうえ受診をしましょう。

救急の場合は落ち着いてあわてず、
下記の内容を伝えましょう

- ①救急であることを伝える
- ②救急車に来てほしい住所を伝える

住所

氏名

- ③子どもの年齢・症状を伝える
- ④あなたの連絡先を伝える

電話

携帯電話からかける場合…

携帯電話からかける場合は、位置を正確に伝えるため、よくわかる目標物(付近の建物の名前や通りの名前、交差点)を伝えるようにしましょう

こんな時は119番しよう!!

熱が
出てる…



救急車を
呼ぼうかな

夜中だし…

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い



胸

- 激しい咳やゼーゼーして
呼吸が苦しそう
- 呼吸が弱い



手足

- 手足が硬直している



頭

- 頭を痛がって、
けいれんがある



おなか

- 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず
食欲がなく意識がはっきりしない
- 激しいおなかの痛みで苦しがる
- 嘔吐がとまらない
- 便に血がまじった



こんな時どうしよう??

発熱

- 気持ちよさそうなら、わきの下など冷やしてあげましょう
- 汗で体が冷え、症状が悪化する場合がありますため、汗はこまめに拭き取ってあげましょう
- こまめに水分補給させましょう



やけど

- すぐに流水で30分以上冷やしましょう
- 衣服が皮膚にくっついていている場合は脱がさずに衣服の上から冷やしましょう
- やけどしたところから雑菌が入る場合がありますため、なるべく触らないようにしましょう



下痢嘔吐

- 水分は無理に飲ませず様子を見ましょう
- 吐き気が落ち着いたら水分を少量ずつ、十分に与えましょう
- 衣服を緩めて、胸やお腹を楽にさせてあげましょう



けいれん(ひきつけ)

- けいれんが1回のみで5分以内に止まり、目を開けて周囲の呼びかけに反応する場合は様子を見ましょう
- 体をゆすったりたたいたりしないようにしましょう
- 衣服などのボタンを外し、呼吸が楽にできるようにしましょう
- けいれんが続いた時間を確認しましょう



🗨️ *About a digital book*

2023年5月より公開

香南市 子育てガイドブックが 電子書籍に!!

わが街 事典®

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!

iPadアプリ版

iPhoneアプリ版

Androidアプリ版



無料

閲覧に伴う通信料は
ご負担ください



「わが街事典」電子書籍の特徴

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

いつでも
持ち歩ける
利便性



ダウンロード方法や対応端末など詳しくはこちら ➡



香南市
子育て
ガイドブック

令和5年3月発行

発行

香南市役所

〒781-5292 高知県香南市野市町西野2706番地

電話:0887-56-0511

株式会社サイネックス

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

電話:06-6766-3333(大代表)

広告販売

株式会社サイネックス 徳島支店

〒770-0813 徳島県徳島市中常三島町1-32

電話:088-623-0530

※掲載している広告は、令和5年3月現在の情報です。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。

UD
FONT

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

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

