2026

のしろ子育てガイド

めんchoco



能代市 × 株式会社サイネックス

子育てカレンダー
おでかけガイド
妊娠から出産まで
子育て支援
教育・保育
医療機関
子育てサービス
育児サークル
各種相談
いざというときのために

ダウンロードはコチラ

お手持ちのパソコンやスマートフォンから
のしろ子育てガイドめんchocoをご覧いただけます



とっても便利！

のしろ子育てガイド めんchocoの使い方

「のしろ子育てガイド めんchoco」は、お子さんを授かった方、これから能代市で子育てされる方を応援する様々な情報をまとめたものです。子育て関連施設やおでかけマップも掲載していますので、ぜひ毎日の暮らしの中でお役立てください。

利便性

行政情報の内容ごとに大きく見出しをつけることで、どのような情報が掲載されているか分かりやすく表示。

検索性

各項目を色分けすることで、取り出したい情報の検索性を高める補助的な役割を果たします。



バッグにも入るサイズだから外出先でも気軽に調べられます！

「外出先で子どもがケガをした！」「親子で遊びに行ける場所ってどんなところがある？」など、バッグの中に入れておくと様々な場所で気軽に調べられ、活用できますよ。

親子で遊びに行けるおでかけ情報も満載！

行政情報のほかにも、親子でおでかけできる公園施設の紹介も掲載。おでかけマップでは、公園の位置を確認できます。

たとえ急な病気になってもお医者さんがすぐ見つかる！

お医者さん・歯科医院のリストを掲載しています。お子さんの急な病気などで困ったときはご覧ください。

はじめに

このたび、子育てに役立つ行政情報を掲載した「2026年度版　のしろ子育てガイド　めんchoco」を作成いたしました。

このガイドブックは、子育てやこどもの成長を自分たちの喜びとして感じ、こども達がいきいきと幸せに育っていくために少しでも手助けとなることを願い、発行するものです。子育て中の皆さまが、お手元に置いてご活用いただければ幸いです。

なお、このガイドブックは、能代市と株式会社サイネックスとの官民協働事業として、広告掲載にご協賛いただいた事業者・団体の皆さまのご支援のもと発行することができました。ご協力いただきました皆さまに深く感謝申し上げます。

能代市



のしろ子育てガイド

めんchoco

INDEX

● はじめに …… 1

4 子育てカレンダー

6 おでかけガイド

● 能代地域おでかけマップ …… 6
● あそびにきてね …… 8
● 子育ておすすめスポット …… 11
● 二ツ井地域子育てマップ …… 15

17 妊娠から出産まで

▶妊娠したら …… 17
● 妊娠届 …… 17
● 母子健康手帳交付・妊産婦健診受診票等の交付 …… 17
● 妊婦支援給付金 …… 17
▶赤ちゃんが生まれたら …… 17
● 出生届 …… 17
● 誕生祝い金 …… 18
● 出産育児一時金 …… 18
● 児童手当 …… 18
● 福祉医療費（マル福） …… 19
● こんにちは赤ちゃん訪問事業 …… 19
● 能代市こども家庭センター めんchocoてらす …… 20

22 子育て支援

▶いろいろな子育て支援 …… 22
● 一時預かり …… 22
● ファミリーサポートセンター（つどいの広場ぽけっと内） …… 22

広告

日帰り白内障手術
さとう眼科
日本眼科学会認定　眼科専門医　〈院長〉佐藤 直樹

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
午後 2:00~ 6:00	●	●		●	●	●

土曜日午後6:00まで診療しております

TEL0185-54-1854
HPはこちらから
能代市万町3-10
（能代バスステーションとなり）
さとう眼科　能代市　検索

- こども誰でも通園制度…… 22
- 病児保育 …… 23
- 休日保育（日・祝日）…… 23
- 能代地域生活支援センター …… 24
- のしろ日本語学習会（日本語教室） 24
- その他の子育て支援 …… 24

25 教育・保育

▶能代市内
教育・保育施設情報 …… 25
- 保育園（所） …… 25
- 認定こども園…… 25

26 医療機関

▶能代市内　病院情報 …… 26
▶能代市内　歯科医院情報 …… 27

28 子育てサービス



40 育児サークル

▶育児サークル情報 …… 40
- すくすくプラス …… 40
- おらほの産科小児科を守る会…… 40
- 能代山本子育てサポートグループ
ちゅちゅ …… 41
- ハンドメイドサークル
Creer（クレエ） …… 41

42 各種相談

▶子育てについての相談一覧表 … 42

44 いざというときのために

- 防災グッズチェックリスト …… 44
- おうちの危険箇所チェック …… 46

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。



子育てカレンダー

			0歳	1歳	2歳
子どもの健康		乳幼児健康診査等	1か月児健康診査 4か月児健康診査 7か月児育児相談 10か月児健康診査	1歳6か月児 健康診査	2歳児 歯科健康診査 2歳児 すこやか教室
予防接種 ※生後2か月になったらすぐに始めましょう。 ※スケジュールはかかりつけ医に相談しましょう。	定期接種	ロタウイルス感染症	2回または3回	ワクチンの種類によって異なる（ロタリックス	
		五種混合 （ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・ヒブ）	3回	追加	
		二種混合（ジフテリア・破傷風）			
		BCG	1回		
		麻しん・風しん		第1期	
		日本脳炎			
		小児用肺炎球菌感染症	3回	追加	
		水痘		2回	
		B型肝炎	3回		
		ヒトパピローマウイルス感染症			
	任意接種	おたふくかぜ		1歳以上1回（日本小児科学会では2回が推奨 能代市では1人につき1回4,000円を助成して	
		インフルエンザ	①【注射】{回数}生後6か月～12歳はシーズン中に2回（2～4週間 ②【経鼻】{回数}シーズン中に1回{助成}2歳～12歳2,800円、13歳		
子育てサービス		産後ケア事業			
		秋田子育てふれあいカード			
		ファミリーサポートセンター			
		一時預かり	（生後2か月から就学前まで）		
		ショートスティ			
		病児保育			
		育児相談			
		こども家庭相談（家庭相談員）			
親子でおでかけ		子育て支援センター（すくすくひろば等）			
		育児サークル			
		市立図書館			
教育・保育施設等		保育園、認定こども園等	（生後2か月から就学前まで）		
		幼稚園			

広告

JAのこども共済 学資応援隊

高い貯蓄性＋万一の備え
ＪＡのこども共済「学資応援隊」

資料請求はこちらから

1 高い貯蓄性と保障がバランスよく備わっていて、効率的に資金準備できます。

2 ご契約者（親族）がもしものとき※1 その後の共済掛金はいただきません。
※1「もしものとき」とは、死亡、所定の「重度障害等の状態、所定の重度障害状態または災害による所定の第2級～第4級の重度障害の状態になられたときをいいます。
※共済掛金払込免除不担保特則を付加する場合を除きます。

3 学資金のお受取りは、進学時期に合わせた中学・高校・大学プランからお選びいただけます。

4 お子さま・お孫さまのために７５歳までご契約いただけます。

学資金のお受取りの時期は、お子さまの誕生日ではありませんのでご注意ください。
この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。
また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

JA共済 お問合せは ＪＡあきた白神 共済課 0185－74－8442

3歳	4歳	5歳	6歳	小学生～
3歳児 健康診査		5歳児 親子相談	就学時 健康診断	
2回。ロタテック3回）				
				小学校6年生
		第2期（年長児相当）		
第1期（2回）	第1期追加			第2期は小学校4年生
接種開始時の月齢で回数や間隔が変わります。				
				女子のみ （中学1年生）3回









されています。）
います。（満1歳～年長児相当）

あける）、13歳～高校生相当、妊婦は1回{助成}1回につき1,400円
～高校生相当1,400円



（3歳から就学前まで）

広告

医療共済
メディフル
JAの
がん共済



こどもの「あんしん」について考えてみませんか・・・

1 早くからご加入いただくことで、よりお手頃な共済掛金でご加入いただけます。

2 お手頃な共済掛金のまま一生涯保障が続きますので、あんしんです。
*共済期間で終身タイプを選択した場合

3 お子さまに将来の「あんしん」をプレゼント。

がん共済には、死亡時における保障はありませんのでご注意ください。
この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。
また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

JA共済　お問合せは　JAあきた白神　共済課　0185－74－8442


NODENアリーナ
(能代市総合体育館)
能代大橋
能代橋
能代港
河畔公園・子ども館
市民プール
能代市子育て支援センター
(能代ふれあいプラザ
サンピノ内)
市役所
能代第一中学校
能代科学
技術高校
秋田県山本地域振興局
能代保健所
淳城西小学校
イオン能代店
つどいのひろば
ぽけっと
サンウッド能代
淳城南
小学校
能代
風の松原
風の松原
いこいの広場
文化会館
能代市立能代図書館
101
能代消防署
能代松陽高校
能代第二中学校
能代エナジアムパーク
広域交流センター
あそびのひろば
ぱれっと
第四小学校
赤沼公園
能代南中学校
南部公民館
浅内小学校

広告


車のことならジャンボにお任せください!
全国各地より買った
車を陸送します!!
全国のオークションから厳選して
お取り寄せ致します
そのまま登録代行・整備も
お任せください。
車の 買取り 下取り
買取り台数
1,540台
の実績!!
下取り台数
4,570台
以上!!
他社さんの査定に
満足できない場合は、
試してみてください!
無料
査定
Car Selection
JUMBO
スズキショールーム
有カーセレクションジャンボ
能代東インター入口
秋田県能代市鰄渕古屋布40-1
☎0185-58-3633
FAX58-3639

能代地域おでかけマップ



広　告



あそびにきてね

1 能代地域子育て支援センター サンピノ

52-8115

★子育て支援センター内開放

月～土曜日の8:30～17:00まで保護者と一緒にいつでも自由に遊びに来られるように支援センター内を開放しています。
手作りおもちゃやままごと、すべり台などで自由に遊ぶことができます。保育士と一緒に遊んだり絵本を読んでもらったり、育児相談も出来ます。その他、子育て情報の提供、おさがりもたくさん置いています。気軽においでください。





★すくすくひろば

同年齢のお友達と一緒に、ふれあい遊びや体操、絵本読み聞かせ、お楽しみ劇場などを楽しみます。お母さん同士で情報交換も出来ますし、ママ友を作るきっかけにもなります。

◎毎月
・0歳6か月未満ひろば
・0歳6か月以上ひろば　・みんな一緒！
・誕生会
（その月の誕生のお友達をみんなでお祝いします）

◎季節のイベントひろば
・夏まつり　・クリスマス会　・おおきくなったねの会等

★子育て支援講座

専門の講師を招き、お子さんと一緒に楽しめる講座（リトミック、ベビーマッサージ）、お母さん達がリフレッシュできるような講座（ヨガ、エアロビクス）の他、離乳食講座やアンパンマンイス作り等いろいろと企画しています。託児付きの講座もあり、お母さん達から好評です。是非ご参加ください。

★おさがりひろば

ご家庭で不要になった衣類や育児用品、おもちゃ等を必要な人へと橋渡しをしています。年数回のおさがりひろばの他、子育て支援センター内にも常設しています。気軽にお立ち寄りください。

広告

心に届く保育教論の温かいかかわり



幼保連携型認定こども園
能代カトリック こども園
お問い合わせはお気軽に
入園・見学 随時お受けいたします♪
能代市景林町15-18 0185-74-7001 FAX 0185-74-9377

オムツ交換所　ベビーキープ　授乳スペース

二ツ井地域子育て支援センター さんぽえむ

73-3111





★子育て支援センターさんぽえむ開放

月～土曜日の8:30～17:00までお子さんの生活リズムに合わせて、好きな時間に来て遊ぶことができます。親子でゆっくり遊んで楽しい時間をすごしましょう。

★すくすくひろば

ふれあい遊びや体操、製作あそび、お楽しみ劇場などを楽しみます。お母さん同士で情報交換も出来ますし、ママ友を作るきっかけにもなります。

◎毎月
・0歳ひろば
・お楽しみ会（誕生会）
（その月に誕生したお子さんをみんなでお祝いします）

◎季節のイベントひろば
・さんぽえむ夏まつり　・クリスマス会
・みんな大きくなったね！等

★えほん楽しいね！

場所 二ツ井図書館

毎月第3木曜日、二ツ井図書館のふれあいルームで「はらぺこあおむしさんの絵本デー」が開かれます。親子でゆっくり絵本の世界を楽しみましょう！

★おでかけひろば

・きみまち阪公園、大館能代空港、北欧の杜公園、道の駅ふたついなどへみんなでおでかけします。自然いっぱいの中で思いきり遊びましょう。

★能代山本地区 子育て支援センターひろば

・能代山本地区の子育て支援センターが連携して交流します。

※能代市のHPや、携帯のメールマガジン等でもひろばの情報をご覧いただけます。

QRコードからもどうぞ

子育て情報のメールマガジンを配信しています

以下のURLまたはQRコードからメール配信の登録画面に進んでいただき「子育て情報」から登録いただけます。
https://www.city.noshiro.lg.jp/kurashi/mailhaishin/16969

広告

夢工房 咲く咲く



夢工房 咲く咲く
地域の人たちの想いをかたちに
展示即売　ワークショップ　レンタルスペース　講座　etc
Tel090-2279-4492
Fax0185-52-8120
能代市上町 8-21

出逢う 芽が出る 木が育つ
ときめき木マルシェ
6月・9月・10月・11月の第3日曜日
/7月のみ第2土曜日
7月の夜市のみ16:00▶20:30
※天候等により中止になる場合もございます。



2 つどいの広場 ぽけっと

080-3206-1299

つどいの広場ぽけっとは、小学校就学前のお子さんとお家の方が一緒に過ごしたり、育児相談や情報交換ができる交流の場です。

場所 イオン能代店（映画館となり）
開設時間 9:30～12:00、13:00～17:00
定休日 水曜日、年末年始　利用料金 無料
※都合により休業する場合があります。

★いっしょにぺったん
毎月第2・4火曜日

★大型絵本の日
毎月第3金曜日

★おたのしみイベント
不定期開催

◀つどいの広場ぽけっと
ホームページ
インスタグラム

PPPOHETTO

～えほんとたのしむ はる・なつ・あき・ふゆ～

3 あそびのひろば ぱれっと



ちいさいこどもをもつお母さんたちが集まって、こどもといっしょに遊んで食べておしゃべりする会です。

絵本の読み聞かせや、からだを動かす遊び、お母さんたちのコミュニケーション・ワーク等をします。

チームのメンバーが、子育ての悩みの相談にのったり、個別に話を聞いたりもしています。

日時 毎月第3水曜日 10:00～12:30
ただし、11月・1月・3月は第2水曜日
会場 能代山本広域交流センター
対象 乳幼児と保護者
参加費 200円（大人、4才以上のこども）
もちもの おにぎり（11月は不要）、のみもの、おわん・おてふき、おはし・スプーン

能代市家庭教育支援チーム「あそびのひろば・ぱれっと」

〒016-0876 能代市字海詠坂3-2
能代山本広域交流センター 能代おやこ劇場事務所内
asobi.paretto@gmail.com
54-5877（火・金 11:00～13:00）　FAX 54-5877（24H受付）



広告



オムツ交換所　ベビーキープ　授乳スペース

子育ておすすめスポット

4 サイエンスパーク・能代市子ども館

ミニエ作や、かがくあそびなどを、定期的に開催しているよ。



1階ホールでは、木製のおもちゃ等で遊べるよ！

プラネタリウムは、ファミリー向け番組があるよ！



52-1277

利用時間　9:00～17:00

休館日　毎週月曜日・第4金曜日（祝日を除く）
年末年始（12/28～1/4）
祝日の翌日（その日が土曜日または日曜日の場合は火曜日）

4 能代河畔公園（かはんこうえん）

芝生広場は、バーベキューやピクニックにも最適☆親子で身体を動かしちゃおう！





楽しい遊具がたくさん！幅広い年齢層が楽しめるよ！

駐車場が近く、東屋やベンチもあるから、ひと休みできるよ。



広告



5 能代エナジアムパーク

四季を通して
小さなお子様が安心して
楽しめるイベントが
目白押し！



52-2955

利用時間 9:30～16:30
休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始



授乳室があるので、
赤ちゃん連れでも
安心だよ！

夏は水遊びが
できるよ！

6 風の松原いこいの広場

遊具や木製の
アスレチックがあるよ！
（年少児から遊べる
ものもあるよ）



緑の中を気軽に
ウォーキングしながら
森林浴ができるよ。
夏場はサイクリング
もいいね。



広告

株式会社住まいる

笑顔が集まる。
能代ではじまる、新しい暮らし。

▼HP
秋田県能代市仁井田白山63-15
0185-74-7122



オムツ交換所　ベビーキープ　授乳スペース

7 高齢者交流センター おとも苑

58-5295

利用時間　8:00～18:00(入浴は9:00～)
休館日　月曜日(祝日は営業)
祝日の翌日・12/29～1/3



入浴、休憩、学習など利用でき、食堂もあるのでゆったり過ごせるよ♪



健康増進ホールでは子どもから大人までのびのび体を動かして遊べるよ！



8 能代市立能代図書館

54-1114

利用時間　9:00～19:00
休館日　毎月1日(土日は開館)・月曜日・年末年始

図書館利用について

★図書の貸出～必要な冊数　★貸出期間～15日間
※貸出カード登録は0歳からできます。



主催行事	関係団体	開催日	時間	会場	対象
おはなし会	図書館ボランティア『ホワイトブックス』	毎月第4土曜	10:30～	お話コーナー	幼児～小学生
おはなし会ぷち	図書館ボランティア『ホワイトブックス』	不定期	10:30～	お話コーナー	幼児

広告



こどものえき情報

「こどものえき」とは？

秋田県では、子育て家庭がおでかけしやすい環境を整備するため、おむつ替えや授乳スペースなどが設置された施設を「こどものえき」として認定しています。外出した際お役立てください。

「こどものえき」には



の3つのうち、2つ以上が設置されています。

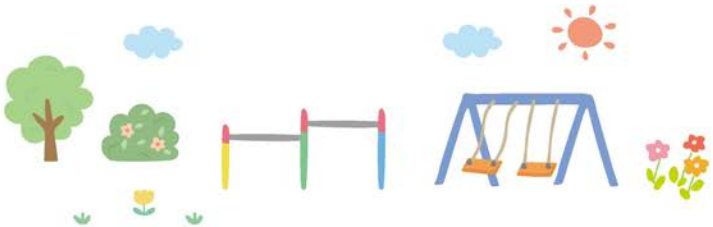
こどものえきの一覧はスマホで確認できます！！
QRコードを読み込むと、秋田の結婚・子育て応援情報webサイト「いっしょにねっと」に接続されます。



公園 MAP▶P6・7

番号	公園名	トイレ	水飲み	木かげ	P	固定遊具
1	能代河畔公園	◎	○	○	○	大型複合遊具、ブランコ、バスケットリング
2	中央近隣公園(けやき公園)	◎	○	○	×	
3	栄町街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台、シーソー、うんてい、タイヤとび
4	富町街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台
5	出戸町街区公園	◎	○	○	×	バスケットリング、タイヤとび、すべり台
6	萩の台街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台、バスケットリング
7	昭南町街区公園	◎	○	○	×	すべり台、バスケットリング、タイヤとび
8	大町街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台
9	大正町街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台
10	出戸街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台、バスケットリング、シーソー、鉄棒
11	能代公園	◎	○	○	○	ブランコ、すべり台
12	川端街区公園	○	○	○	×	ブランコ
13	井坂街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台、シーソー、ジャングルジム
14	中和遊園地	○	○	○	×	すべり台
15	風の松原(いこいの広場内)	◎	○	○	○	木製アスレチック
16	はまなす展望台	◎	○	×	×	
17	大森地区緑地	◎	○	○	○	
18	萩の台1号公園	×	×	○	×	ブランコ、すべり台、バスケットリング
19	大瀬街区公園	◎	○	○	×	ブランコ、すべり台、バスケットリング
20	花園街区公園	×	○	○	×	ブランコ、バスケットリング、鉄棒
21	エナジアムパーク	◎	○	○	○	ブランコ、すべり台、複合遊具、砂場、水遊び場

◎…トイレは水洗です。　P…公園の駐車場があります。



二ツ井地域 子育てマップ

※略図ですので、目的地近くで確認ください。

おむつ交換台有り

- 二ツ井町庁舎
- 二ツ井公民館
- 二ツ井町総合体育館（授乳室有り）
- 道の駅ふたつい（〃）
- いとくショッピングセンター
- ツルハ



保育所・子育て支援センター

番号	園名	TEL
1	二ツ井子ども園	73-2620
2	さんぽえむ	73-3111

医院

番号	医院名	TEL
1	金田医院	73-2511
2	関医院	73-2811

公園

番号	公園名	トイレ	水飲み	木かげ	P	固定遊具
22	きみまち阪公園	◎	○	○	○	芝生・広場・東屋 等
23	米代川桜づつみ公園	○	—	○	○	ウォーキングコース・東屋 等
24	ニツ井中央公園（にこにこ広場）	◎	○	○	○	芝生・広場・東屋 等

※中央公園のトイレ・水飲み場はニツ井総合体育館内です。 ◎…トイレは水洗です。 P…公園の駐車場があります。

広告

信頼と技術力で まちを支える
お客さまの暮らしに欠かせない電力ライフラインのサポートを担っています。



電気工事会社 株式会社ソウシン
SOUSHIN
能代市二ツ井町字上野98-5
TEL 0185-73-4233
FAX 0185-73-4244
電柱工事 | 電力設備工事 | 高所作業・保守サポート
地域の未来を、確かな技術で。

オムツ交換所　ベビーキープ　授乳スペース

道の駅ふたつい

74-5118

利用時間 9:00～18:00
休館日 1/1～1/2(24時間利用可能エリアを除く)



キッズコーナーでは、天気を気にせず思いまり遊べるよ!!

歴史・民俗資料コーナーでは、ニツ井の歴史や文化が学べるよ!

きみまち阪公園



春は桜やつつじ、夏は新緑、秋は紅葉、四季折々の景色が最高

米代川を挟んで対岸の七座山の眺めに癒されます。



ニツ井図書館　88-8853

利用時間 9:00～19:00
休館日 火曜日・月末(土日除く)・年末年始

ふれあいルームでは、親子で読み聞かせなどができます。



図書館利用について

★図書の貸出～必要な冊数　★貸出期間～15日以内
※貸出登録は0歳からできます。

主催行事	開催日	時間	会場	対象
おはなし会	不定期	時間帯は異なります	ふれあいルーム	幼児～小学生
ぬいぐるみおとまり会	不定期	時間帯は異なります	ふれあいルーム	幼児～小学生

広告





妊娠から出産まで



妊娠したら

妊娠届

・妊娠11週までに「妊娠届出書」を提出してください。

母子健康手帳交付・妊産婦健診受診票等の交付

・妊娠届出時に、母子健康手帳と妊婦健診や産後の健診などを公費で受けられる受診票を交付します。

妊婦支援給付金

妊婦の産前産後の期間における経済的負担を軽減し、妊婦や胎児であるこどもの保健及び福祉の向上に寄与することを目的として、妊婦支援給付金を支給しています。

◉1回目は、妊娠の届出時にご案内し5万円を給付します。

◉2回目は、赤ちゃん訪問時にご案内し5万円を給付します。

届け出に必要なもの

▶申請者名義(妊婦:母)の預金通帳　▶申請者本人を確認できる書類(マイナンバーカード等)

お問い合わせ　◎子育て支援課　めんchocoてらす　☎89-2948

赤ちゃんが生まれたら

出生届

届出期間	届出人	届出の受付場所	届出に必要なもの
生まれた日から14日以内	父または母	下記窓口のほか、出生地、父母の本籍地、または届出人の所在地の市区町村戸籍窓口	▶出生証明書 ▶母子健康手帳

お問い合わせ　◎市民保険課　窓口サービス係　☎89-2133
◎二ツ井地域局市民福祉課　市民福祉係　☎73-2114

広告

産婦人科・内科
まついレディースクリニック
予約はこちら
〒016-0185 能代市字下瀬30-4　電話予約・お問合せ　☎0185-74-5851



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	
14:00～18:00	●		●	●	●		

■休診日／日曜日、祝日および第二・第四火曜日、第四土曜日

誕生祝い金

●子どもの誕生をお祝いするとともに、こどもを産み育てやすい環境づくりを進めるため、お祝い金をお送りしています。
お子様ひとりにつき5万円をお贈りします。
お子様の誕生した日から6か月以内に申請書の提出をお願いします。

届け出に必要なもの ▶申請者名義の預金通帳 ▶申請者の運転免許証　など

お問い合わせ ◎子育て支援課　こども福祉係　☎89-2946

出産育児一時金

●国民健康保険加入の母が出産した際に、支給されるものです。

支給額 一児につき50万円(妊娠12週以上)

※社会保険等加入者は、各職場へお問い合わせください。

お問い合わせ ◎市民保険課　国民健康保険係　☎89-2166
◎二ツ井地域局市民福祉課　市民福祉係　☎73-2114

児童手当

●18歳年度末までのこどもを養育している保護者に対し支給されます。(申請した翌月分から支給されます。)

支給月額

▶3歳未満:15,000円 ▶3歳以上18歳年度末前:10,000円 ▶第3子以降:30,000円

支払時期

▶偶数月の5日に、前2か月分を支給します。

届け出に必要なもの

▶児童手当を受けようとする方(出生された方、他の市町村から転入された方など)は、15日以内に申請書を提出してください。(公務員は勤務先へ)

▶通帳等(口座番号のわかるもの)、マイナンバーがわかるものを持参してください。

お問い合わせ ◎子育て支援課　こども福祉係　☎89-2946

広告



☆福祉医療費（マル福）

医療費助成

●乳幼児、小中高生等・ひとり親家庭の児童生徒等・重度心身障がい（児）者の心身の健康の保持と生活の安定を図る目的で、医療機関を受診した際に支払う医療費（保険適用分）の自己負担を助成する制度です。

お問い合わせ ◎市民保険課　後期高齢者・福祉医療係　☎89-2159
◎二ツ井地域局市民福祉課　市民福祉係　☎73-2114

☆こんにちは赤ちゃん訪問事業

●保健師などが生後4か月未満の赤ちゃんのいる全てのご家庭を訪問します。
お母さんの健康や赤ちゃんの順調な成長を確認し、子育てに関する不安や悩みについて相談に応じるほか、必要な子育て支援サービスの紹介なども行っています。

お問い合わせ ◎子育て支援課　めんchocoてらす　☎89-2948
◎二ツ井地域局市民福祉課　市民福祉係　☎73-5500

※この他子育てに対していろいろな助成制度があります。詳しいことはP28～39の「子育てサービス」をご活用ください。
各担当へもお気軽にお問い合わせください。

手作りおもちゃ 吹き戻し
（唇を閉じる力・呼吸のコントロールを育てる遊び）

2・3歳ごろから

材料 ・折り紙（半分）　・ストロー　・セロテープ、マスキングテープ

①折り紙を上の部分1cmくらい残して折り、残した部分をかぶせ、テープで止める。
②ストローを筒になった折り紙の一方に挿し、折り紙の左右を折り曲げ、テープで貼る。
③反対側を閉じる。
④折り紙を鉛筆などでくるくる巻き、形をつける。
＊好きな動物をつくって合体すると楽しいですよ！





能代市こども家庭センター

めんchocoてらす

めんchocoてらすって何をするところ？

妊娠・出産・子育てに関する不安や悩みなどの相談に応じるワンストップ相談窓口です。保健師や管理栄養士などのスタッフが、関係機関と連携しながら子育て世代をサポートします。ひとりで悩まないで、“ちょこっと”したことでもお気軽にお立ち寄りください。



めんchocoてらす窓口

〒016-8501 秋田県能代市上町1-3
能代市役所本庁舎2階　子育て支援課内
月～金 8:30～17:15（祝日・年末年始除く）
キッズスペース、個室相談室 あり
電話 0185-89-2948　FAX 0185-89-1679
メール kodomo-k@city.noshiro.lg.jp

めんchocoてらす
ホームページ▼



めんchocoイメージキャラクター
松っつん&ぼっくりん

広　告

一般社団法人　日本塗装工業会々員
住宅の外壁・屋根　塗装工事
株式会社　協新塗装
当社は住宅リフォーム事業者団体 国土交通大臣登録の会員会社です。
お客様により安心できるように丁寧に塗装施工をいたします。ぜひお気軽にご相談を
能代市字高塙147番地3
E-mail:kyosin@shirakami.or.jp
TEL 0185-52-9358
FAX 0185-52-9785
HP

めんchocoてらすメニュー



妊娠、出産、子育ての相談

○窓口での面談のほか、電話・メール等でも相談に応じます。秘密は守ります。家族からの相談もお待ちしています。

妊娠届（母子健康手帳交付）

○妊娠したら妊娠届を出しましょう。母子健康手帳や妊婦健診受診票等を交付します。

ハローめんchocoくらす

○妊婦さんとその家族を対象に、妊娠中・出産後の食事・栄養、過ごし方など、情報交換をしながら学びます。沐浴練習、パパの妊婦体験等もあります。

赤ちゃん訪問

○産婦と乳児を対象に、保健師や助産師等がご自宅に訪問します。
○お母さんの健康の確認や、赤ちゃんの体重測定、発育の確認をします。

すまいる♡めんchoco定期便

○0歳児のお子さんがいるご家庭を対象に、定期的な見守りを行い、育児用品等をお届けします。

乳幼児健診

○4か月児、10か月児、1歳6か月児、2歳児歯科（2歳6か月児）、3歳児（3歳6か月児）の健診を実施しています。
○小児科医や歯科医の診察があります。

未熟児養育医療

○体の発育が十分でないまま生まれたため、入院が必要となったお子さんに対し、入院費用の一部を公費負担します。

こどもの予防接種

○予防接種を受けることで予防できる病気があります。出生届時に予防接種手帳をお渡しします。

不妊・不育症治療費助成

○治療を受けているご夫婦の負担を軽減するため、治療に要した費用の一部を助成します。

産後ケア事業

○出産後、安心して子育てが始められるよう、お母さんの心身のケアや授乳、育児の相談などが受けられます。

詳しくは、めんchocoてらすへお問合せください。

広　告



子育て支援



いろいろな子育て支援

☆一時預かり

◉一時預かり保育

▶能代市内の教育・保育施設で行っております。

お問い合わせ ◎詳しいことは、各施設へお問い合わせください。

◉一時預かり（つどいの広場ぽけっと内）

▶小学校就学前のお子さんを、つどいの広場ぽけっとで預かります。

開設時間	利用料金
9:30～17:00 ※前日までに予約が必要です	1時間300円（利用時間は1日4時間まで）

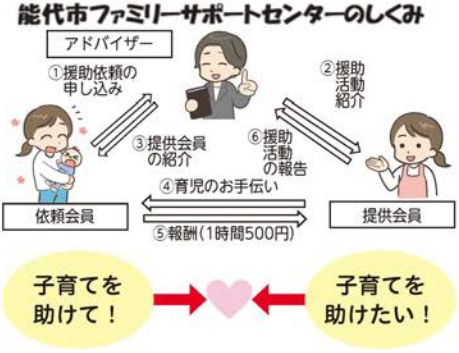
お問い合わせ ☎080-3206-1299

☆ファミリーサポートセンター（つどいの広場ぽけっと内）

▶子育てを手伝って欲しい人と、手伝いたい人が会員登録し、地域で子育てをする仕組みです。

▶おおむね生後2か月以上小学校6年生までが利用できます。
会員登録は随時受け付けています。

利用時間	利用料金
7:00～19:00	1時間500円



※問い合わせは、つどいの広場ぽけっとまで

開設時間 9:30～17:00

定 休 日 水曜日・年末年始

お問い合わせ ☎080-3206-1299

☆こども誰でも通園制度

●保護者の就労条件を問わず、時間単位（月10時間まで）で保育所などを利用できます。第一保育所と二ツ井子ども園で行っています。

対象のこども 保育所等に入所していない、0歳6か月～満3歳未満のこども

利用料金 1時間300円

※事前に「利用設定申請」が必要です。

※「利用設定申請」や「利用予約」は、こども誰でも通園制度総合支援システム（つうえんポータル）から行います。

お問い合わせ ◎子育て支援課（市役所2階） ☎89-2946

☆病児保育

●こどもが病気のため保育所、認定こども園等での集団保育ができない場合や、仕事などのため病気のこどもの世話をすることができない場合に、医療機関で一時的にそのこどもを預かります。事前に必ず電話予約をしてください。

利用期間　原則として連続7日以内

利用定員　各3名

時　　間　8:00～18:00(土曜日は17:00)予約受付は7:00～

実施医療機関	生活保護世帯 市町村民税 非課税世帯	市町村民税 均等割のみ 課税世帯	その他の 課税世帯	備考
JCHO秋田病院　病児保育室はっぴい 緑町5-22　☎090-8924-4253	1日料金 無料	1日料金 1,000円	1日料金 2,000円	半日預かりは 半額料金
平野医院 日吉町6-31　☎54-3181	1日料金 無料	1日料金 1,000円	1日料金 2,000円	

お問い合わせ　◎詳しいことは、各実施医療機関へお問い合わせください。

☆休日保育(日・祝日)

●保護者が休日に就労しなければならない場合に利用できます。

施設名	電話番号	開設時間
つばめの森保育園	☎55-2533	7:00～18:00

▶予約制(1日3人まで)

▶普段施設を利用している理由(就労等)での受け入れとなります。
利用の際はそれを証明する書類を提出願います。(就労証明書等)

広　告

完全自由設計の家

秋田に最適な本物の
北欧型健康住宅

YOU HOME
CHORALY
コーラリー

有限会社 菊地建業
八峰町八森字八森107
TEL 0185-88-8468　FAX 0185-77-3191
飯島事務所：秋田市飯島字長山下117-2

Webページは
こちらから

Instagram
CHORALY_AKITA

☆能代地域生活支援センター

◉児童発達支援

視線が合わない　落ち着きがない　こだわりが強い
気持ちの切り替えがむずかしい　お友だちとの関わりが苦手など…

発達に心配のあるお子さんの療育支援の場として、個々の発達状況に応じた個別支援・集団療育・家族支援を提供しております。

対象	利用日	時間
未就学児対象	月～金	8:40～12:00
	学校休業日	8:40～17:30

※活動日・活動時間については、要相談。現在、保育園や幼稚園に入園していてもかまいません。

◉放課後等デイサービス

就学している障がいのある児童の放課後等の場として、遊びや生活スキル、地域社会との交流をサポートしながら、こころ豊かに成長していけるような支援を提供しております。

対象	利用日	時間
学齢期から18歳未満の児童	月～金	13:00～17:30
	学校休業日	8:40～17:30 希望により延長支援対応

※HP有　※見学や体験希望がありましたら、お気軽にご連絡ください。

お問い合わせ　☎58-5670　FAX58-5671

☆のしろ日本語学習会（日本語教室）

内容	場所	活動日・時間
日本に来て子育てをしている外国人のお母さん達が文化や習慣を学びながら、日本語を勉強しています	働く婦人の家	木曜日　10:00～12:00
	能代市中央公民館	火曜日　19:00～21:00

お問い合わせ　◎のしろ日本語学習会代表　北川裕子　☎(090)3640-0459

☆その他の子育て支援

事業名	時間	料金	条件
ほっと・あったかサービス事業 能代市社会福祉協議会 ☎89-6000	9:00～17:00 土・日・祝日・年末年始は休み	1時間1,000円 その後30分ごとに500円加算 (1日3時間まで)	病気やけがで一時的に家事援助や育児の手伝いを必要とするとき

教育・保育



能代市内　教育・保育施設情報

保育園（所）

名称	所在地	電話	開放日・時間
能代市第一保育所	上町12-32	☎52-2610	第4木曜日　10:00～11:30
二ツ井子ども園	二ツ井町字下野川端2-1	☎73-2620	第4金曜日　10:00～11:30
能代感恩講保育所	若松町4-12	☎52-7432	随時　10:00～11:30
轟保育園	字轟73-2	☎59-2342	随時　10:00～11:00
すぎ保育園	花園町10-21	☎52-0661	木曜日　10:00～10:45
まつばら保育園	松美町11-3	☎52-2713	木曜日　10:00～11:00
さんさん保育園	向能代字上野117-2	☎52-5513	木曜日　10:00～10:45
つばめの森保育園	字臥竜山30-1	☎55-2533	随時　10:00～11:30
さかき保育園	字田子向107-3	☎52-0814	月1回　10:30～11:15
あいじほいくえん	落合字下前田186	☎52-2131	お電話で、お問い合わせください

認定こども園

名称	所在地	電話	開放日・時間
愛慈幼稚園	清助町2-10	☎54-4050	月2回（第3土曜日・未定）10:00～11:00
さかき幼稚園	字田子向111	☎52-0814	月1回　10:30～11:15
淳城幼稚園・ていじょう保育園	柳町13-21	☎52-4136（幼稚園） ☎88-8693（保育園）	月2回　10:00～11:30
能代南幼稚園　南ベビー保育園	中和2丁目1-49	☎52-5854	第3水曜日　10:00～11:00
能代カトリックこども園	景林町15-18	☎74-7001	月1～2回　10:00～11:00
東能代幼稚園・保育園	字中関16	☎58-2102	第2・4水曜日　10:00～11:00

※延長保育・一時預かり・障がい児保育・病児保育事業についての実施状況は、各施設へお問い合わせください。

広　告





医療機関



能代市内　病院情報

	医療機関名	電話番号	住所
休日・夜間救急	能代厚生医療センター	☎52-3111	落合上前田地内
	JCHO秋田病院	☎52-3271	緑町5-22
	能代山本医師会病院	☎58-3311	檜山字新田沢105-11
総合病院	能代厚生医療センター	☎52-3111	落合上前田地内
	JCHO秋田病院	☎52-3271	緑町5-22
小児科	石川こどもクリニック	☎52-8558	下瀬32-1
	藤原こども医院	☎52-7241	花園町8-11
	平野医院	☎54-3181	日吉町6-31
耳鼻科	たなか耳鼻咽喉科医院	☎53-3341	彩霞長根33-1
	わたなべ耳鼻咽喉科	☎55-2352	中和1丁目17-22
皮膚科	西塚医院	☎54-1670	景林町10-6
	信クリニック皮ふ科・形成外科	☎88-8006	落合字上悪土160
	能代皮ふ科クリニック	☎53-5012	柳町13-68　Jサイドビル2F
	木村医院	☎52-2500	彩霞長根22-9
	能代山本医師会病院	☎58-3311	檜山字新田沢105-11

広　告



能代市内　歯科医院情報

医療機関名	電話番号	住所
梅田歯科医院	☎54-2807	花園町27-17
大山歯科クリニック	☎52-8088	下瀬33-4
織田歯科医院	☎55-1238	畠町8-8
さとう歯科医院	☎55-2636	向能代上野138
鈴木歯科医院	☎54-6630	上町10-23
中和歯科医院	☎55-0255	豊祥岱1-43
能登歯科医院	☎52-4617	上町8-22
平沢歯科医院	☎54-8148	大町1-25
松野歯科医院	☎52-5544	大手町1-7
まもる歯科クリニック	☎88-8989	西通町2-44
みどり歯科医院	☎55-3221	緑町2-35
南小林歯科医院	☎55-0666	西赤沼36-5
みなみ歯科・のしろインプラントクリニック	☎52-8117	河戸川大須賀52-3
むらおか歯科	☎54-2851	景林町13-1
ももデンタルクリニック	☎89-5515	藤山34-1
森田歯科医院	☎54-8880	落合上前田141
横山歯科医院	☎52-2935	富町8-24
よつじ歯科・インプラント矯正歯科クリニック	☎55-0061	昇平岱24-1　能代オフィスビル2F
わかオーラルヘルスケアクリニック	☎88-8257	藤山110

広　告



子育てサービス



○妊娠・出産、育児に関する相談、こどもの予防接種、未熟児等に関すること（1～17）	子育て支援課 こども家庭センター めんchocoてらす （母子保健担当）	☎89-2948 FAX89-1679	二ツ井地域局 市民福祉課 ③番窓口 ☎73-5500 FAX73-5224
○保育所、児童手当、児童福祉等に関すること（18～24）	子育て支援課 こども福祉係	☎89-2946 FAX89-1679	
○児童扶養手当、家庭児童相談、母子・父子相談、ひとり親に関すること（25～34）	子育て支援課 こども家庭センター （児童福祉担当）	☎89-2947 FAX89-1679	
○特別児童扶養手当に関すること（35）	福祉課	☎89-2153	

制度・事業等	概要
1.妊娠・出産・乳幼児の子育て、発達に関する相談	●妊娠期から子育て期に関する様々な相談を電話・面談・訪問等で受け付けています。お気軽にご相談ください。 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948 ◎二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500
2.妊娠届の提出（母子健康手帳の交付）	●妊娠中から出産、乳児期、幼児期などのお母さんとお子さんの健康や成長の過程を一貫して記録する母子健康手帳を配付しています。 ※妊娠11週までに「妊娠届出書」の提出をお願いいたします。 受付窓口・時間等 ◎めんchocoてらす（市役所2階）　平日8:30～17:15　☎89-2948

広告

TT 田村塗装店
景色が変わる、暮らしが変わる



TEL 0185-54-1514
FAX 0185-54-1513
〒016-0816 能代市富町13-12

事業内容　屋根塗装・外壁、内装塗装・木部塗装
吹付工事・鋼橋塗装・防水工事
所属団体　一般社団法人　日本塗装工業会会員

制度・事業等	概要
3.父子健康手帳	●父親が育児を楽しみ、積極的に子育てに関われるよう「父子健康手帳」を配付しています。 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948 ◎二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500
4.妊婦等包括相談支援事業（伴走型相談支援）	●すべての妊婦や子育て家庭が、安心して出産・子育てが出来る環境を目指し、妊娠から出産・子育て期まで、切れ目なく寄り添います。面談・アンケート等を通じて、出産・育児等の見通しを立て、子育て支援の情報提供や必要な支援につなぐ仕組みです。 主な時期 ▶妊娠届出時　▶妊娠8か月　▶出産後赤ちゃん訪問時　▶子育て期 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
5.初回産科受診料の助成	●妊娠期における経済的な負担軽減を図るために、妊娠判定受診のための初回産科受診料を助成しています。 対象となる方 住民税非課税世帯または生活保護世帯の方で、以下全てに当てはまる方 ▶妊娠診断を受け、妊娠が確定していること ▶世帯の課税状況の確認に同意すること ▶医療機関等の関係機関との支援に必要な情報の共有に同意すること 助成の対象費用 ▶妊娠判定にかかる問診、診察、尿検査、超音波検査等のために医療機関に支払った費用 助成金額・助成回数 ▶上限額10,000円 ▶1回の妊娠につき1回まで。1年度内、2回まで 申請方法・期限 ▶初回産科受診日から6か月になる前日までに窓口で申請 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948

手作りおもちゃ ぷるぷるパック（色彩感覚・集中力を育てる遊び）0歳から

材料　・卵パック　・消臭ビーズ　・テープ

①卵パックに消臭ビーズを入れる。
②まわりを接着剤とテープでしっかり止める。
＊卵パックをつぶしたときの音も楽しめます。
いろんな透明容器も試してみてね！



制度・事業等	概要
6.妊産婦健診の費用助成	●妊産婦健診の費用を助成しています。 受診票綴は、母子健康手帳交付時に配布します。 **受診票の種類** 〈妊娠中に使用するもの〉 ▶妊婦歯科健康診査受診票・問診票 ▶妊婦一般健康診査受診票16回分 ▶子宮頸がん検査・クラミジア検査等受診票 ▶RSウイルス感染症予防接種予診票 ▶妊婦精密健康診査受診票 ▶多胎妊娠の方：多胎妊娠用妊婦一般健康診査受診票（6回分） 〈産後に使用するもの〉 ▶産婦健康診査受診票2枚（産後2週間、産後1か月） ▶母乳育児相談補助券3枚 **お問い合わせ** ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
7.新生児聴覚検査の費用助成	●新生児聴覚検査の費用を一部助成しています。受検票は、妊産婦健診受診票綴に入っています。 **検査時期** ▶生後おおむね2～4日以内（特別な事情がある場合は生後6か月まで） **助成額** ▶上限8,040円 〈注意事項〉 ▶対象検査は、新生児聴覚検査の初回検査（初回検査で要再検の場合は確認検査まで） ▶医療機関の指示に従い分娩医療機関に受検票を提出してください。 **お問い合わせ** ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948

手作りおもちゃ マジックウニぼうず（探求心・観察力を育てる遊び）0歳から



材料　・マジックウニぼうず（100均）　・ペットボトル　・ビニールテープ

①ペットボトルにマジックウニぼうずを入れ、ふたを閉める。
②閉めたキャップをビニールテープで貼り固定する。
＊ペットボトルのほか、ファイルケースなどでも楽しめます。

制度・事業等	概要
8.生後1か月児健康診査の費用助成	●生後1か月児健康診査の費用を一部助成しています。受診票及び問診票は、妊婦健診受診票綴に入っています。 助成額 ▶上限6,000円 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
9.ハローめんchocoくらす（母親・両親学級）	●妊婦さんとその家族が安心して出産を迎え、喜びを持って育児ができるよう、母親・両親学級を開催しています。ママ友作りや情報交換の場としても、お気軽にご参加ください。 主な内容 ▶妊娠中・出産後の食事・栄養について ▶ベビータッチングケア、沐浴練習、子育て支援センター体験、母乳教室など お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
10.未熟児養育医療給付	●体の発育が十分でないまま生まれ、入院が必要となった1歳未満児に対して、入院費用の一部を助成しています。 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
11.産後ケア事業	●産後の育児等の支援が必要なお母さんを対象に、宿泊や通所、訪問により母子の心身のケアや育児のサポートをしています。 利用できる方 ▶産後のお母さんの身体の回復や体調に不安がある方 ▶育児に不安や負担感がある、または不安な気持ちが強い方等 ※お母さん・赤ちゃんともに医療行為が必要でない方が対象となります。 実施施設・利用日数・料金等 ▶詳細についてはお問い合わせください。 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948

手作りおもちゃ 絵合わせ（集中力・記憶力・言語能力を育てる遊び） 1歳から

材料　・幼児用飲料パック　・色画用紙　・イラスト

①幼児用飲料の紙パックの上部分を平らにする。
②色画用紙等を貼った上に、半分にしたイラストなどを位置を合わせて貼る。



制度・事業等	概要
12.すまいる♡めんchoco定期便	●定期的な見守り訪問を実施し、育児用品・誕生記念品をお届けします。 **対象となる方** ▶0歳のお子さんがいる家庭 **申請方法・期限** ▶申請書を受け取った日から1か月以内に子育て支援課へ申請 **お問い合わせ** ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
13.小児慢性特定疾患児童日常生活用具給付	●小児慢性特定疾病医療費助成制度の対象となっており、日常生活に支障のある方に対して、日常生活用具を給付しています。扶養義務者の収入に応じて費用の一部負担があります。 **お問い合わせ** ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
14.成人に対する風しんの予防接種費用の補助	●先天性風しん症候群の発生を防ぐため、成人に対する風しんの予防接種費用を助成しています。 **対象となる方** ①抗体が低い下記の方 ▶「抗体が低い妊婦さん」のパートナー（配偶者又はそれに準ずる方）、および同居人 ▶妊娠を希望する女性 ▶「抗体が低い妊娠を希望する女性」のパートナー（配偶者又はそれに準ずる方） ②これまでに、一度も補助を受けていない方 ★風しんウイルス抗体が低い方とは… 風しん抗体検査の判定が、次のアからウまでのいずれか ア　HI法　16倍以下 イ　EIA法　陰性もしくは判定保留またはEIA値8.0未満の陽性 ウ　抗体価が低いと医師が判定した方 ※確定診断を受けた風しんの既往歴がある方は対象外です。 ※妊娠の可能性がある方や妊娠中の方は接種できません。 ※同居とは住民基本台帳により同一住所であることをいいます。 **補助額** ▶接種費用全額 **対象予防接種** ▶麻しん風しん混合ワクチン、風しん単独ワクチン ※麻しんの予防も可能な、麻しん風しん混合ワクチンの接種をお勧めします。 **お問い合わせ** ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948 ◎二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500

制度・事業等	概要
15.不妊治療の費用助成	●不妊治療を受けている方の負担を軽減するため、治療にかかる費用を助成しています。 ▶特定不妊治療：体外受精、顕微授精の治療費から県事業の助成額を引いた額で、1回の治療につき15万円を限度に助成しています。（※秋田県特定不妊治療助成事業に基づく決定を受けている方が対象となります。） ▶一般不妊治療：タイミング療法などの不妊治療、人工授精、不妊を診断するための検査にかかった費用について15万円／年を限度に助成しています。 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
16.不育症治療の費用助成	●流産・死産を繰り返している場合の不育症治療にかかった費用について、15万円／年を限度に助成しています。 対象となる方 ▶生殖医療専門医により、不育症と診断された夫婦 お問い合わせ ◎めんchocoてらす（市役所2階）　☎89-2948
17.ブックスタート	●絵本をひらく楽しい「体験」と「絵本」をプレゼントする事業です。 対象となる方 ▶能代市に住所があり、令和7年4月1日以降に生まれた0歳のお子さんがいる家庭 申請方法・期限 ▶申請書を受け取った日から1か月以内に子育て支援課へ申請 お問い合わせ ◎能代市子育て支援センター（能代ふれあいプラザサンピノ1階）　☎52-8115

子育て応援アプリ　めんchoco

出産・育児に関する情報や、市からのサービス・イベント等の情報を発信するほか、こどもの健康記録（発育・予防接種等）の管理などができます。

母子モ

制度・事業等	概要
18.すこやか子育て支援事業	●保育所や認定こども園等に入所しているこどもの保育料等を助成しています。 助成内容 ①保育料助成 3歳未満児(3号認定)の保育料について全額助成しています。 ②副食費助成 3歳以上児の副食費について実費負担分を全額助成しています。 お問い合わせ ◎子育て支援課(市役所2階)　☎89-2946
19.保育所等主食費助成事業	●保育所や認定こども園等に入所しているこどもの主食費を助成しています。 お問い合わせ ◎子育て支援課(市役所2階)　☎89-2946
20.児童手当	●18歳年度末までのこどもを養育している保護者に対し支給されます。(申請した翌月分から支給されます。) 支給月額 ▶3歳未満:15,000円(第1子・2子) ▶3歳以上18歳年度末:10,000円、▶第3子以降:30,000円 支払時期 ▶偶数月の5日に、前2か月分を支給します。 手続き ▶児童手当を受けようとする方(出生された方、他の市町村から転入された方など)は、15日以内に申請書を提出してください。(公務員は勤務先へ) ▶通帳等(口座番号のわかるもの)、マイナンバーがわかるもの及び運転免許証等本人確認ができるものを持参してください。 お問い合わせ ◎子育て支援課(市役所2階)　☎89-2946

手作りおもちゃ おきあがりこぼし（視覚・聴覚・手指・体幹を育てる遊び）0歳から

材料　・ガムテープの芯　・乾電池など(おもり)　・色画用紙テープ　・のり

①ガムテープの芯の中におもりを貼る。
②側面、正面に色画用紙やテープを貼る。
＊正面に好きなキャラクターのイラストなどを貼るとかわいいよ！



制度・事業等	概要
21.子育てファミリー支援事業	●在宅の子育て世帯に対しても一時預かり事業等の利用料を助成しています。 対象となる方 ▶第3子以降の子が生まれ、その子を含む3人以上の子を養育している世帯の方 助成額 ▶1世帯あたり上限15,000円／年 助成対象サービス ▶小学校就学前のこどもが利用する下記のサービス ①一時預かり事業　②病児保育事業 ③ファミリーサポートセンター事業　④子育て短期支援事業 お問い合わせ ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2946
22.赤ちゃんの駅	●おむつ交換や授乳を行うスペースとして、屋外のイベント会場等で利用できるテント「赤ちゃんの駅」を貸し出しています。ご家族の方が安心して屋外イベントに参加できるよう、イベントを主催する団体等にお貸ししておりますので、お気軽にご利用ください。 貸出備品 ▶テント、おむつ交換台、授乳用イス お問い合わせ ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2946
23.入学祝い金	〈入学祝い金〉 小学生2万円、中学生3万円 対象となる方 ▶平成31年4月1日以降に新入学したお子様と同一世帯の保護者 ▶入学年の4月において、保護者およびお子様の住民登録が能代市にある方 ※お子様が入学した日から6か月以内に申請書の提出をお願いいたします。 お問い合わせ ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2946

手作りおもちゃ **あけ移しゲーム**
（手首・腕のコントロール・食事への興味を育てる遊び）
1歳から

材料　・ペットボトルキャップ　・デコレーションボール　・色画用紙　・台紙　・スプーン

①色画用紙ではらぺこあおむしやリンゴなどをつくり台紙に貼る。
②ポイントにペットボトルのキャップを貼り付ける。
＊台紙に貼る



制度・事業等	概要
24.放課後児童クラブ	●保護者が労働等により昼間家庭にいない小学校に就学している児童に適切な遊び及び生活の場を与え、その健全な育成を図るものです。 **申込方法** ▶入会を希望する施設に直接申込みしてください。

名称	学区	所在地	電話	開設時間	料金
竹の子の家	淳城西小	淳城西小内	☎52-2238	平日 各学校の下校時間～午後6時頃 土曜日・長期休業日 7:30～午後6時頃 ※長期休業期間のみ利用できる場合もありますので、各施設にお問い合わせください。	**利用料** 2,000円／月 ※世帯から2人以上同時に入会している場合、2人目以降の利用料金は1,000円／月。 **傷害保険料** 800円／年 **おやつ代** 各放課後児童クラブが定める料金
樽子山の家	淳城南小（1・2年生）	若松町2-49	☎52-6352		
みなみっこくらぶ（第1、第2）	淳城南小（3～6年生）	淳城南小内	☎52-5559		
あかしや（第1～3）	第四小	字藤山69-2	☎74-5751		
はくちょうクラブ	第五小（3年生以下）	第五小敷地内	☎58-4066		
白鳥	第五小（4年生以上）	第五小内	☎74-6322		
仲よしクラブ	向能代小（4年生以上）	向能代小内	☎54-6561		
なかよし（第1、第2）	向能代小（3年生以下）	向能代小敷地内	☎74-6233		
あさない	浅内小	浅内小敷地内	☎74-7221		
あすなろ（つき組、ほし組）	淳城西小 淳城南小 ほか	学校法人淳城学園内	☎88-8692		
二ツ井児童クラブ（第1、第2）	二ツ井小	二ツ井小敷地内	☎74-8210		

定員を超える場合は、選考基準に基づき決定します。（先着順ではありません。）

お問い合わせ

◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2946
◎二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500

制度・事業等	概要
25.児童扶養手当	●離婚などにより父または母のいない家庭や、父または母に一定の障がいがある家庭で、18歳の年度末までのこども（中程度以上の障がいを持つときは20歳未満）を育てている方などに支給されます。 **支給額** ▶1人の場合　月額　48,050円 ▶2人目以降　月額　11,350円加算 ※所得制限により、一部停止、全部停止になることがあります。 ※こどもが福祉施設に入所している場合や公的年金を受給している場合、支給できないことがあります。 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947 ◎二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500
26.ひとり親家庭等住宅整備資金貸付	●こどもを扶養している母子家庭及び父子家庭並びに寡婦に、住宅の修理や増改築などに必要な資金の貸し付けを行っています。（一定の要件を満たした連帯保証人が必要です。） ※工事着工前にお申し込みください。 **貸付限度** ▶150万円 **貸付利率** ▶財政融資資金等の利率によります。（所得税非課税世帯は無利子） **据置期間** ▶1年以内 **償還期間** ▶据置期間経過後9年以内 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947
27.母子生活支援施設能代松原ホーム	●母子世帯（18歳未満のこどもとその母）に居室を提供し、施設長をはじめ、母子支援員、少年指導員が入所者の自立のために生活相談などの支援を行う施設です。 **設備** ▶居室、集会室 **費用** ▶世帯の課税状況などに応じて負担金を徴収します。居室の光熱水費は自己負担となります。 **入所期間** ▶2年以内 **手続き** ▶随時受け付けています。入所申請書、戸籍謄本、健康診断書、市民税の状況の確認が必要です。 **お問い合わせ** ◎能代松原ホーム　☎52-5043 ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947

制度・事業等	概要
28.母子家庭等自立支援教育訓練給付事業	●母子家庭の母または父子家庭の父が能力開発及び資格取得し、就職に結びつくように指定教育訓練講座を受講する場合、費用の一部を給付しています。 **対象となる方** ▶母子・父子自立支援プログラム策定等の支援を受けている方 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947
29.母子家庭等高等職業訓練促進給付事業	●母子家庭の母または父子家庭の父の就職に結びつきやすい資格を取得するために修業する場合の生活費の一部を給付しています。 **対象となる方** ▶児童扶養手当の支給を受けているか、または同様の所得水準にある方 **給付額** ▶市民税非課税世帯　月額　100,000円 ▶上記以外の世帯　月額　70,500円 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947
30.ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業	●ひとり親家庭の親または児童に対し、高卒認定試験の合格を目指す講座を受講した場合に費用の一部を給付します。 **対象となる方** ▶母子・父子自立支援プログラム策定等の支援を受けている方 **給付額** ▶通信制　上限150,000円 ▶通学　上限300,000円 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947
31.災害遺児愛護基金事業給付金等	●交通、労働または自然災害により、父や母を失ったとき又は重い障害が残ったとき、見舞金や入学・卒業祝い金などを遺児（義務教育終了前の児童）の保護者に支給しています。 **愛護基金事業給付金** ▶見舞金（支援の対象になったとき、遺児1人につき）10万円 ▶入学祝金（遺児が小学校、中学校に入学するとき、1人につき）5万円 ▶卒業祝金（遺児が義務教育を修了するとき、1人につき）5万円 ▶激励金（遺児1人につき）年3万円 ▶市見舞金（18歳までの遺児1人につき）年1万円 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947

制度・事業等	概要
32.助産施設	●経済的な理由により、病院で出産できない世帯の妊産婦が、入院・助産を受けられるよう援助しています。 **対象となる世帯** ▶生活保護受給世帯、市民税非課税世帯 ▶市民税均等割のみの課税世帯、市民税所得割の額が19,000円以下の世帯 （※この場合、健康保険からの出産育児一時金が48.8万円以上である場合を除く。） **実施施設** ▶能代厚生医療センター **費用** ▶世帯の課税状況などに応じて、負担金を徴収します。 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947
33.家庭児童相談	●こどもの発達、性格、言語、学校生活、問題行動、養育、児童虐待、児童福祉施設に関することなどについて、相談にあたっています。相談の秘密は守られます。電話でも受けていますので、お気軽にご相談ください。 **相談日** ▶月曜日～金曜日　午前8時30分～午後5時15分 **お問い合わせ** ◎子育て支援課家庭相談員　☎89-2955
34.子育て短期支援事業	●保護者の病気等によりこどもの養育が一時的に困難となった場合に、こどもを児童養護施設などの施設で預かる事業です。宿泊を伴うショートステイや平日の夜間や休日などに利用できるトワイライトステイがあります。 **利用期間** ▶ショートステイ　原則として7日以内 ▶トワイライトステイ　平日：放課後から午後10時まで 休日：午前8時から午後10時まで **実施施設** ▶秋田赤十字乳児院（秋田市） ▶陽清学園（北秋田市） **利用料金** ▶利用するお子さんの年齢や世帯の課税状況等によって異なりますので、申請時に市役所でご確認ください。 **お問い合わせ** ◎子育て支援課（市役所2階）　☎89-2947
35.特別児童扶養手当	●身体または精神の障がいのある20歳未満の児童を監護する保護者の方に支給されます。 **支給額** ▶月額　1級　56,800円（令和7年4月～） 2級　37,830円（令和7年4月～） ※所得制限があります。 ※こどもが福祉施設に入所している場合や障がいによる公的年金を受給している場合、支給できないことがあります。 **お問い合わせ** ◎福祉課（市役所1階）　☎89-2153 ◎二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500

育児サークル



育児サークル情報

子育て中のお母さん達が、子どもを遊ばせながら、育児の悩みを話し合ったり、情報交換をしたり勉強をしています。

☆すくすくブラス

◉発足年月日
H21年9月

◉会員数
16名

◉活動日
訪問演奏等の依頼があった際、会員の都合に合わせて活動日を設定しています。(土・日・祝日)

◉内容(特色)
子育てしながら大好きな音楽をみんなで楽しみたい！と活動しているサークルです。訪問演奏もあります。子連れで練習できますよ！

◉入会するには…その他
毎月、会員の都合の良い日を練習日としています。楽器があれば、パパ・ママどなたでも参加できます。是非子連れで見学にいらしてください。

問い合わせ先
sukusukubrass@gmail.com

☆おらほの産科小児科を守る会

◉発足年月日
H21年8月

◉会員数
自由参加

◉活動日
2ヶ月に1回　平日午前中

◉内容(特色)
能代山本のお産と子育てを自分達で守るために活動している会です。助産師さんを招いて、赤ちゃん連れで参加できる座談会を企画しています。

◉入会するには…その他
医療の専門家ではない、一般の親たちの視点を大切にしています。代表自身も医療者ではありません。自由な集まりなので、一回だけの参加も他のサークルの会員も大歓迎です。定例会や勉強会には子連れで参加できます。最新情報は「おらほの産科小児科を守る会」で検索し、Instagramまたはメールアドレスへ。

問い合わせ先
otanimihoko@gmail.com

@ORAHO_SANKA_SHONIKA

子どもと遊ぼう



床に仰向けに寝かせ、両足を持って、前後に行ったり来たり。最初のうちは、子どもの膝を曲げて押しますが、しだいに自分でつっぱろうとします。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」

☆能代山本子育てサポートグループ ちゅちゅ

◉発足年月日
H27年4月

◉会員数
21名

◉活動日
月2回

◉内容（特色）
パパママたちのこんなことあったらいいな！こんなことやってみたい！などの希望を、一緒に形にしていく子育てサポートグループです。現在はこども用品のリユース会、親子の居場所作りを開催しています。

◉入会するには…その他
イベント等へはどなたでもご参加いただけます。InstagramまたはFacebookをご覧ください。ちゅちゅのスタッフになりたい方も大歓迎です！一緒に子育てを楽しみましょう♪

@CHUCHU2021.11

☆ハンドメイドサークル Creer（クレエ）

◉発足年月日
R2年7月

◉会員数
5名

◉活動日
不定期　月1回～2回

◉内容（特色）
こども連れでも気軽に参加できる、ハンドメイドを楽しむサークルです。
それぞれ好きなハンドメイドを楽しみながら、おしゃべりや情報交換等をしています。

◉入会するには…その他
まずは見学してみたい方、初心者の方も大歓迎です。

問い合わせ先
creer0720@gmail.com

@CREER0720

サークルのお問い合わせは
◎能代市子育て支援センター　サンピノへ　☎52-8115

＼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」

各種相談



子育てについての相談一覧表

相談内容	相談窓口	受付時間
乳幼児の子育てに関する乳幼児の発達についての相談	能代市子育て支援課 こども家庭センター めんchocoてらす ☎89-2948 二ツ井地域局　市民福祉課　☎73-5500	月～金 (祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15
	能代市子育て支援センター　サンピノ ☎52-8115	月～土(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:00
	能代市子育て支援センター　さんぽえむ ☎73-3111	月～土(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:00
	能代地域生活支援センター　☎58-5670	月～金(祝日、年末年始を除く) 8:40～17:30
育児・いじめ・不登校・虐待・非行など、18歳未満の児童に関する相談	能代市子育て支援課　☎89-2947	月～金(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15
	能代市家庭相談員　☎89-2955	月～金(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15
	秋田県北児童相談所　☎0186-52-3956	月～金(祝日を除く) 8:30～17:15
	子ども家庭110番　☎0120-42-4152 でんわ相談よい子に	24時間　毎日



＼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」

相談内容	相談窓口	受付時間
こどもに関する悩み・非行等少年少女と保護者の相談	能代警察署　☎52-4311 やまびこ電話　☎018-824-1212	24時間　毎日
いじめ・不登校等学校教育等に関する相談	能代市教育支援センターはまなす広場 (風の子電話)　☎89-1616 kazenoko@city.noshiro.lg.jp	月～金(祝日を除く) 9:00～15:00
	すこやか電話　☎0120-377-804	随時
家庭教育・子育ての相談	スギの子e-mail相談 suginoko@mail2.pref.akita.jp	随時
女性の被害(性犯罪・ストーカー・DV)などの相談	能代警察署　☎52-4311	随時
ひとり親家庭の生活相談・就業相談	能代市子育て支援課 母子・父子自立支援員　☎89-2956	月～金(祝日を除く) 9:00～17:00
	秋田県ひとり親家庭就業 自立支援センター　☎018-896-1531	月～金(祝日を除く) 8:30～17:00
思春期・性の悩み・妊娠・子育て・おっぱいなど女性のからだの悩み相談	(社)秋田県助産師会 母と子の助産師ステーションあきた ☎090-6454-1334 E-mail　akitamwsoudan1103@gmail.com HP　https://akita-midwife.jp	電話・メール相談(無料) 月～金　10:00～16:00 土日祝日・年末年始休み 訪問相談(有料・予約制) 月～金　10:00～16:00
こどもや地域の身近な相談	民生委員・児童委員、主任児童委員 ※お住まいの地区ごとに担当の委員が異なりますので、お問い合わせください。 問い合わせ ①福祉課ふれあい福祉係　☎89-2152 ②二ツ井地域局市民福祉課　☎73-5500 ③能代市社会福祉協議会　☎89-6000	いずれの問い合わせ先も、 月～金(祝日を除く) 8:30～17:15

広告

頼りになりますね、
公正証書
養育費
遺言
任意後見
お気軽にご相談ください。
(他にも財産分与・土地建物の賃貸借
金銭の貸借・会社の定款認証等)


能代公証役場
相談無料
能代市通町9-48
大丸ビル2階
☎0185-52-7728

こどもを守る

大人の防災グッズにプラスしよう！

防災グッズチェックリスト

いざという時のために、備えておきたい防災グッズ。大人の防災グッズにプラスして、こども用の防災グッズも見直し、備えておきましょう。



緊急避難！ おさんぽバッグにプラス

- 母子健康手帳
- 止血パッド
- 笛（万が一閉じ込められた時に）
- お菓子（キャラメル・あめなどカロリーの高いものを少し）
- 抱っこ紐（ベビーカーの時も持ち歩くと、避難時に便利です）



常にバッグに入れておき、誰でもすぐにわかり使えるように！

抱っこ紐はバッグに入る軽量タイプや、ウエストに収納するタイプが持ち歩きに便利！

自宅から避難！ 非常持ち出し品にプラス

- 防災頭巾・ヘルメット
- レインコート
- マスクや軍手

（着て行く）



- 衣料品3日分（特に下着）
- おむつ3日分
- おしりふき（ウェットティッシュ）
- 粉ミルク3日分
- 哺乳瓶（使い捨てタイプ）

（個包装の物が便利！）



- こどもの食料3日分（月齢に合った好きな物）
- 離乳食スプーン
- 食品用ラップ（スプーンや皿に巻けば汚さず使える）
- 紙コップ&ストロー
- 軽くて小さいおもちゃ（おり紙など）



いざというときのために

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」

災害後自宅で過ごすための！ 非常用備蓄にプラス



ベビーフードは
そのまま食べられる
瓶や容器入りが便利

- ☑ 飲料水7日分（1人1日3リットル、粉ミルク用も）
- ☑ こどもの食料7日分（月齢に合った好きな物）
- ☑ 粉ミルク7日分
- ☑ おむつ&おしりふき7日分



「使える備え」にしよう！ こどもの防災グッズのそろえ方のコツ！



☑ 買い置きを備蓄に！「ローリングストック」を活用！

普段から多めに買い置きをしストックにする「ローリングストック方式」を活用しましょう。年齢に合わせて変化していく非常食や消耗品（おむつなど）の管理がしやすくなります。



☑ こどもの食べられるものを用意しよう！

防災用のお菓子やパン、フルーツの缶詰などこどもが食べ慣れたものや好物を用意してあげましょう。アレルギーがある場合は、少し多めにアレルギー対応食を用意しましょう。



年に1回、中身を見直そう！

☑ 持ち出し品は持ち出せる重さに！



持ち出し品は最小限に、用途が併用できるものを活用しましょう。特に小さいこどもがいる場合、こどもを抱っこした状態で一緒に持てる重さか一度確認してみてください。

☑ 避難生活の不安をやわらげよう！



その子ならではの日常に必要なものがあれば用意を。また発熱材やカセットコンロ&ガスボンベを用意しておくと、温かいものを食べることができ、気持ちもほっと暖まります。

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。

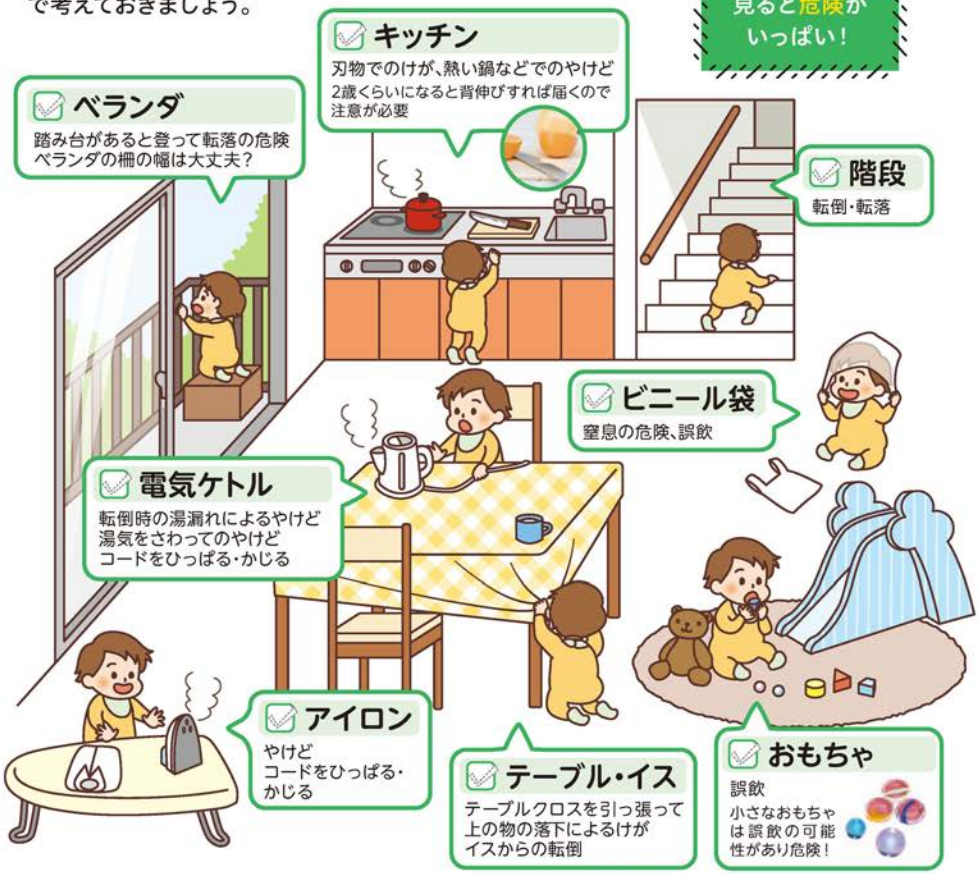


出典　厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

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。あてはまる場所や物の位置をしっかり確認して、事故対策を家族で考えておきましょう。

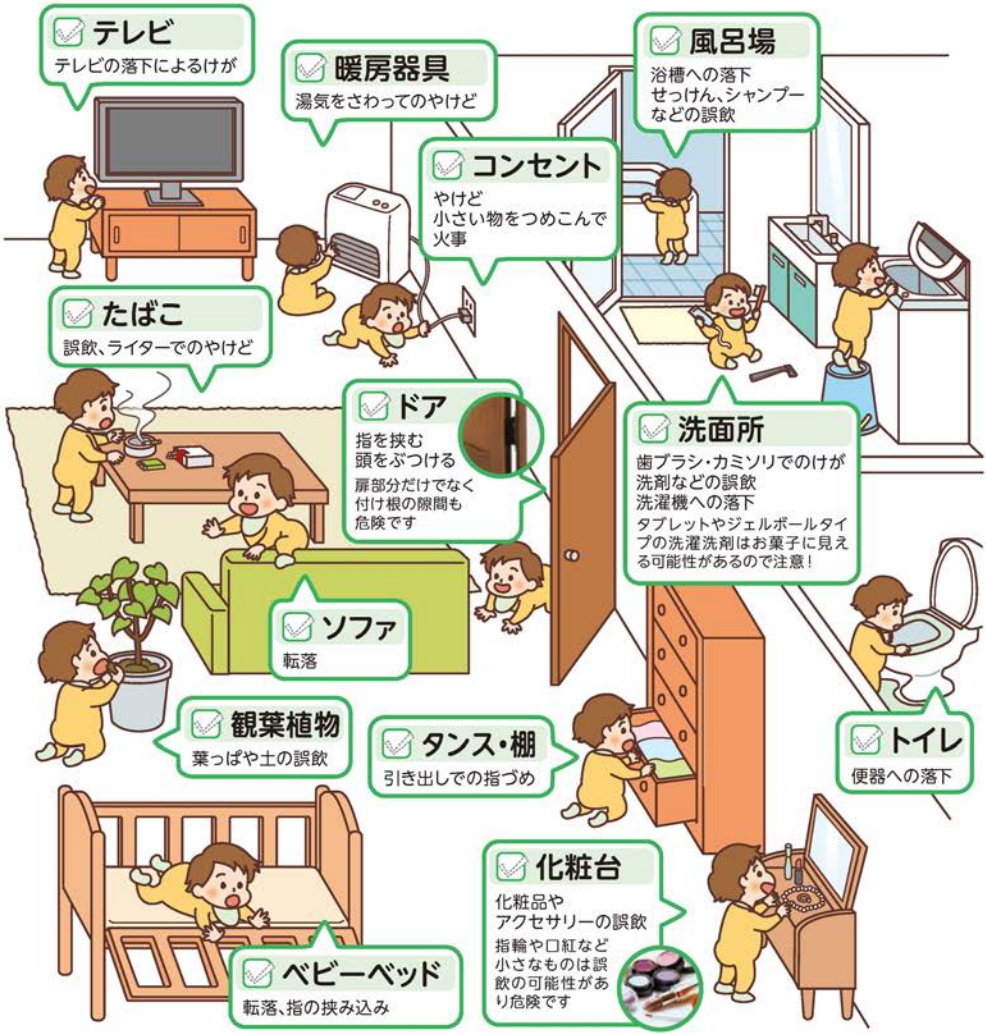
子どもの目線で見ると危険がいっぱい！



広告

IYAMA BANKIN
株式会社 伊山板金
建築板金工事・屋根瓦・雨樋
ステンレス工事・ダクト工事
〒016-0183 能代市字中柳 25-7
TEL 0185-54-5628
FAX 0185-54-7710

SHIBATA BOILER
能代市指定
上下水道工事店
株式会社 柴田ボイラ工業
〒016-0122 能代市扇田字四ツ屋 25-187
TEL:0185-58-3505
FAX:0185-58-3573



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、子どもが乗っかる形で、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。



出典　厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

のしろ子育てガイド

めんchoco

令和8年10月発行

発行

能代市／株式会社サイネックス

能代市HP

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　秋田営業所
〒010-0001 秋田県秋田市中通4-1-2
TEL.018-833-6700

※掲載している広告は、令和8年9月現在の情報です。

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。

無断で複写、転載することはご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

＼ いつでも！誰でも！どこからでも！ ／



のしろ子育てガイド

めんchoco

電子ブック案内



令和8年11月より公開

電子ブックはこんなときに活用できます



外出中に子どもが
発熱して困った…どうしよう



初めての妊娠で手続きや
支援制度がわからない



カレンダー形式の
手続き一覧はないかしら？



次の遊び場は
どこにしようかと悩んだら



冊子が見つからないから
電子ブックで読みたい

＼ ブックマークは
こちらから ／

のしろ子育てガイド

めんChoCo