

つくばみらい市

# 子育て ハンドブック

2023～2024年

あなたの子育てを  
応援します！



©つくばみらい市  
イメージキャラクター  
「みらいりんぞう」



We support pregnant  
woman, families with  
small children.  
contact ☎0297-44-8822  
Oyako marumaru  
support center

つくばみらい市  
×  
株式会社サイネックス



産婦人科

乳腺外科

無痛分娩



つくばみらい  
遠藤レディースクリニック

Tsukubamirai Endo Ladies Clinic

〒300-2417 つくばみらい市富士見ヶ丘 1-28-3 ピアシティ富士見ヶ丘横、みらいの森公園近く



工事着工等の遅れによりご迷惑をお掛けしておりますことお詫び申し上げます。  
令和5年冬開業に向けて準備をしております。今しばらくお待ちいただけますよう  
宜しくお願いいたします。

工事に際しましては、騒音、振動、危険防止及び安全対策等に細心の注意をはらい、  
皆様方に出来る限りご迷惑をお掛けしないよう作業を行う所存でございますので、  
何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



## 分娩、妊婦健診

胎児ドック(3D・4D超音波検査)、無痛分娩、出生前検査  
女性検診、乳腺診療(女性乳腺外科医監修)

＜皆様に信頼していただける診療所を目指して＞

妊娠・出産は、生命の素晴らしさを再認識させてくれる貴重な体験です。  
それを安心かつ安全にサポートすることが私達の仕事です。  
ご夫婦にとって素晴らしい瞬間を、そして赤ちゃんの人生のスタートを  
より良くするお手伝いをさせていただきます。  
また筑西市本院との連携により、みなさまに安心して  
ご出産いただけるようなクリニックを目指します。

詳しくは右記二次元コードにアクセスしてください。

<https://tsukubamirai-endo-ladies.com/>



当院では、一緒に働いて頂ける方を募集しています。詳しくはHPよりお問合せ下さい。



Endo Ladies Clinic

# 遠藤産婦人科医院

〒308-0008 筑西市八丁台 63

## 産科・婦人科

- 分娩・無痛分娩
- 宿泊型産後ケア入院
- 遺伝診療科(遺伝外来)
- 出生前検査(NIPT、羊水検査)
- 婦人科検診
- 乳がん検診



出生前検査認証制度等  
運営委員会



「NIPT等の出生前検査に関する  
専門委員会」の報告書に基づいて  
日本医学会の中に作られた組織です

<https://jams-prenatal.jp/>

TEL:0296-20-1000

H.Pはこちらから▶

<https://endo-lc.jp/>





# INDEX

(ご利用にあたって)

掲載している内容は令和5年2月現在の情報です。  
(一部を除く)

## 4 子育てダイアリー

## 6 つくばみらい市ピックアップ!

- ▶ひとりぼっちにさせないおやこ支援 6
- ▶子育て支援室 ..... 8
- ▶児童館 ..... 11
- ▶ミラボ ..... 12
- ▶つくばみらい市ママパパの声 ..... 13

## 14 妊娠がわかったら

- ▶母子健康手帳の交付 ..... 14
- ▶妊婦一般健康診査 ..... 14
- ▶出産・子育て応援ギフト ..... 14
- ▶医療福祉費支給制度(妊産婦マル福) 15
- ▶産前産後期間の国民健康保険税・国民年金保険料の免除 15
- ▶いばらき身障者等用駐車場利用証制度 15
- ▶ヘルプマーク ..... 15
- ▶マタニティ教室 ハローベビー ... 15
- ▶家庭訪問 ..... 16
- ▶産前産後家事代行等サポート事業 16
- ▶妊産婦・乳児タクシー利用料の一部助成について 17
- ▶コミュニティバス・デマンド乗合タクシー・病院バス ..... 18

## 20 赤ちゃんがうまれたら

- ▶市役所ですること ..... 20
- ▶新生児聴覚検査 ..... 21
- ▶産婦一般健康診査 ..... 21
- ▶新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問 21
- ▶はっぴーベビー ..... 21
- ▶産後ケア事業 ..... 22
- ▶乳児一般健康診査(医療機関での健康診査) 22
- ▶乳幼児健康診査 ..... 22
- ▶すくすく広場 ..... 22
- ▶定期予防接種 ..... 23
- ▶任意予防接種 ..... 24

## 25 子育て費用等の応援

- ▶児童手当 ..... 25
- ▶医療福祉費支給制度(小児マル福) 25
- ▶いばらき子育て家庭優待制度  
([いばらきKidsCulb]カード) ..... 25
- ▶教育費の援助 ..... 26
- ▶保育料の軽減制度 ..... 26
- ▶ひとり親家庭への支援 ..... 26
- ▶障がいのあるお子さんへの支援 ... 28

### 広告



**ひかり歯科医院**  
Hikari Dental Clinic

歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科 / 歯科口腔外科

〒300-2358 茨城県つくばみらい市陽光台 2-19-2

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30-12:00	●	●	●	—	●	○
14:00-17:30	●	●	●	—	●	○

休診日…日曜・祝日・木曜日  
・土曜日は受付時間が変わります(9:00-12:00/14:00-16:00)

**2020年11月に  
移転しました。**  
詳しくはHPから  
ご覧下さい。



SEARCH

 <https://d-hikari.jp>

**☎0297-44-5800**



## 30 こどもを預ける

- ▶各教育・保育施設のちがい …………… 30
- ▶認定について …………… 31
- ▶市内認可保育施設 …………… 32
- ▶幼稚園 …………… 34
- ▶企業主導型保育施設 …………… 35
- ▶一時預かり(一時保育) …………… 36
- ▶病児・病後児保育 …………… 36
- ▶ファミリーサポートセンター …… 38
- ▶ショートステイ(子育て短期支援) 40
- ▶一時的にお子さんを預けたいとき 40

## 41 学校について

- ▶市立小学校の入学の前に …………… 41
- ▶放課後のサポート  
(放課後児童クラブ・放課後子ども教室) 42
- ▶学習支援事業(みらい教室) …………… 44

## 45 子育ての相談

- ▶子育ての相談窓口 …………… 45
- ▶つくばみらい市の相談窓口 …………… 48
- ▶その他の相談機関 …………… 48
- ▶発達支援事業 …………… 48
- ▶総合教育支援センター …………… 49

## 50 緊急医療情報

- ▶救急にかかる前に …………… 50
- ▶小児救急当番病院 …………… 51
- ▶こどもが病気のときは… …………… 51

## 52 市内医療機関

## 54 子育てマップ

## 56 こどもとおでかけ

- ▶図書館 …………… 56
- ▶主な都市公園のご紹介 …………… 58
- ▶赤ちゃんの駅 …………… 61

## 63 とっておくと便利！情報



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



守谷こどもの  
こころとからだのクリニック

小児科   精神科   アレルギー科



子どもたちの  
発達・発育を  
支援します

予約サイト



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	▲	/
14:00~15:00	■	◎	/	◎	■	◎	/
15:00~17:00	●	▲	/	▲	●	▲	/
17:00~18:00	●	▲	/	●	●	/	/

●:一般   ■:予防接種・健診   ◎:専門初診   ▲:専門   休診日:水曜日午後、日曜日・祝日

0297-45-4192

守谷市松並青葉4-2-3



守谷こどものこころとからだのクリニック



# 子育てダイアリー

こどもの成長・発達には個人差があります。まわりの

子育てダイアリー

月齢	妊娠	0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	
発達・発達のためやす	運動				首がすわる	寝返りする		
		社会性		触れたものを握る			自発的につかむ	両手に持つ
					あやすと笑う			
言語		顔を見つめる		快・不快を表す				
				声を出して笑う	声を出して笑う	声の方向に振り向く		
健康診査	妊婦一般健康診査(お)	新生児聴覚検査(お)	産婦一般健康診査(お)	生後2か月から予防接種が始まります(健)	乳児一般健康診査(生後1か月)※P22(お)	3~4か月児健診(お)		
一時預かり等 子育て支援	マタニティ教室ハローベビー(お)	新生児訪問・未熟児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問(お)						
	すくすく広場(生後1か月~1歳6か月児とその保護者の方)(お)	産後ケア事業 1歳の誕生日前日までの乳児と母親(お)						
	プレママパパ	はっぴーベビー(お)						
	子育て支援室見学(お)	子育て支援室 出張子育て支援室(お)(妊娠中~就学前まで利用できます)						
		図書館 赤ちゃんタイム(月1回)(図)						
		子育て短期支援事業(ショートステイ) 保護者が病気などの理由により、						
サービス制度 手続き	母子健康手帳交付(お)	出生届(窓)						
		児童手当(こ)						
	妊産婦医療福祉費支給制度(国)	小児医療福祉費支給制度(国)						
		未熟児養育医療給付(国)						
					保育園・認定こども園(こ)			

広告



つくばみらい市

ふじみがおか歯科クリニック

ご予約・お問い合わせ

TEL:0297-58-8241



診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝日
10:00~13:00	○	×	○	○	○	○	△	×
14:30~19:00	○	×	○	○	○	○	▲	×

△第1、第3、第5 9:00~13:00 ▲第1、第3、第5 14:00~17:00  
 休診日 火曜・第2日曜・第4日曜・祝日 つくばみらい市富士見ヶ丘 1-1 ピアシティ カスミ内









## ひとりぼっちにさせないおやこ支援

みなさんのご家庭に新しい命が誕生したとき、大きな喜びを感じることでしょう。それと同時に、子育てに対するいろいろな疑問や不安を感じることもあるかもしれません。

そんなママ・パパのお役にたちたい！子どもたちが健やかに成長してほしい！という想いで、ママ・パパとの「つながり」を大切に、スタッフや仲間と共に一緒に考え寄り添いながら、子育てへの支援に力を入れています。

### \\ 「つながる」おやこ支援 //

ママ・パパかかりつけコーディネーター  
が側にいる安心♡



### はっぴーベビー

赤ちゃんが産まれたら、地区のママ・パパかかりつけコーディネーターが、お子さんの誕生日をお祝いする「はっぴーベビー」で、ちょっとしたプレゼントをお渡ししています。

出産エピソードや産後の心身の状態などなんでもお話しください。



こんにちは！

つくばみらい市には、各地区に子育て支援室があります。そこには、妊娠中からみなさんの力になりたい！という想いをもった、「ママ・パパかかりつけコーディネーター」がいます。妊娠中から子育てについて一緒に考えて支援します。子育て支援室に遊びに来ながら、身近な相談者として、一緒にお話しませんか？



## 「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って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。





おやこ・まるまる  
サポートセンターって  
どんなところ？



ホッと穏やかな気持ちで、  
ゆったりスローな時間を過ご  
してください。  
窓口での手続きのほか、個室  
でのご相談もできます。

子育て支援室「BLOOM」を併設しています

ママ・パパにゆとりの時間をもってもらいたい  
という想いと、子育て支援室に来た人みんなが  
子育てをしていくイメージで開設しています。  
「なんか疲れちゃった」「誰かに話しを聞いてほ  
しい」「もう限界！」ひとりで抱え込まず、息抜  
きをしましょう。



### 相談や心配事があるときは・・・

おやこ・まるまるサポートセンターでは、妊娠期～子育て期のママ・パパからの様々な  
相談に応じます。育児についての悩みや心配、ご家庭の悩みなど様々な相談に応じま  
す。お気軽にご相談ください。電話や面談のほか、ご家庭への訪問もおこなっています。



### 「それって本当？」 子育ての疑問 Q & A

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、最近では左手用の製品も充実しており、不便も無くなってきています。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。





# 子育て支援室

未就学児とその保護者(おじいちゃん・おばあちゃんも来てください!)のみなさまが集い、楽しく遊んだり、お話をしたり友達になったりする場所です。(無料です)

利用者支援事業として「ママ・パパかかりつけコーディネーター」が妊娠中からみなさんを応援します。

「ママ・パパかかりつけコーディネーター」がいる子育て支援室は右のイラストがついている施設です。



つくばみらい市ピックアップ!



COCOAR



スマホで画像をかざすと映像や画像が飛び出すARサービス(拡張現実)。左のQRコードからアプリをゲット。アプリで各子育て支援室の画像を撮ると動画を見ることが出来ます。  
※アプリは無料です。通信料は利用者の負担となります。

(iOS,Android対応)



みらいっこ通信  
はこちら

常設型



## 子育て支援室 BLOOM

住所 陽光台3-9-1  
みらい平市民センター 2階

電話 0297-44-8015

開催日 月～金 午前9:30～午後4:00



AR 動画が見られます!



## 子育て支援室 おひさま

住所 紫峰ヶ丘4-4-1 電話 0297-57-0502

みらい平コミュニティセンター  
supported by 成島建設内

開催日 火～日 午前9:00～午後6:00  
※月曜日祝日の場合変更あり



## 小絹児童館内 子育て支援室

住所 絹の台3-1-4  
小絹児童館内

電話 0297-25-2151

開催日 火～日 午前9:00～午後6:00  
※月曜日祝日の場合変更あり



広告

# KUMON

陽光台1丁目教室

算数・数学

英語

国語

毎日の学習姿勢を習慣づけるお手伝いを是非させてください♪

2歳～社会人まで学習中です!

教室日 月・木 15:00～20:00

# Baby Kumon

0・1・2歳から始める、親子で楽しめるKUMONです

親子の絆づくりのお手伝いをしております♪



親子で楽しめる教材だけでなく、絵本の読み聞かせ、語りかけなど、お子様の成長にあわせて行っております。★

☎教室 070-1423-7077

つくばみらい市陽光台 1-7-4 PRINCESS KOWA203





## きらくやま子育て支援室 こどもひろば

**住所** 神生530  
きらくやますこやか福祉館内

**電話** 0297-57-0205

**開催日** 火～土 祝日休 午前10:00～午後0:30  
午後1:30～4:00 ※月曜日祝日の場合変更あり



## 子育て支援室 のびのび広場

**住所** 富士見ヶ丘4-14-6  
富士見ヶ丘認定こども園内

**電話** 080-9291-0372

**開催日** 月～金 午前10:00～午後4:00



※富士見ヶ丘認定こども園の  
アカウントです



## 子育て支援室 るんるんみらい

**住所** 陽光台2-35-1  
認定こども園ルンビニー学園内

**電話** 0297-58-8035

**開催日** 月～金 午前10:00～午後3:00



## 子育て支援室 るんるんみらい2

**住所** 陽光台2-29-1  
ルンビニーみらい保育園内

**電話** 0297-21-4750

**開催日** 月～金 午前10:00～午後3:00



## 子育て支援室 ぽかぽか

**住所** 筒戸3561-1  
ひなた保育園やわら内

**電話** 0297-21-5582

**開催日** 火・水・木  
午前9:00～12:00 午後1:00～3:00



広告

社会福祉法人 照桑福祉会

幼保連携型認定こども園 ルンビニー学園      ルンビニーみらい保育園





つくばみらい市陽光台 2-35-1  
TEL: 0297-58-8035





つくばみらい市陽光台 2-29-1  
TEL: 0297-21-4750

つくばみらい市ピックアップ!



※常設型・出張型ともに年度により、開室日が変更の場合があります。最新の情報は市HPをご参照ください。

## フラワー

**住所** 上小目600  
谷和原第2保育所内

**電話** 0297-44-8015 (BLOOM)

**開催日** 月・火・水 午前9:30～11:30  
午後1:00～4:00



つくばみらい市ピックアップ!

## 出張型

### キラキラ 福岡分館

**住所** 福岡1433

**電話** 0297-44-8015 (BLOOM)

**開催日** 金 午前9:30～12:00  
午後1:00～3:30



### ぱんだ 谷井田コミュニティセンター

**住所** 谷井田1960

**電話** 0297-57-0502 (おひさま)

**開催日** 火 午前10:00～午後3:00



### ぱんだ 板橋コミュニティセンター

**住所** 板橋2675-1

**電話** 0297-57-0502 (おひさま)

**開催日** 金 午前10:00～午後3:00





# 児童館

0～18歳未満の児童と保護者が遊び、  
触れ合える場所です！（無料です）



## 小絹児童館

**住所** 絹の台3-1-4  
**電話** 0297-25-2151  
**開館日** 火～日 午前9:00～午後6:00  
※月曜日祝日の場合変更あり



## みらい平児童館

**住所** 紫峰ヶ丘4-4-1  
みらい平コミュニティセンター  
supported by 成島建設内  
**電話** 0297-38-7240  
**開館日** 火～日 午前9:00～午後6:00  
※月曜日祝日の場合変更あり



問 みらいこども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)



広告



## つくばみらい くどう歯科

歯科・訪問歯科診療

診療時間 月 火 水 木 金 土 日  
9:30～12:30 ● ● ● ● / ● /  
14:00～18:00 ● ● ● ● / ● /  
休診日：金曜・日曜・祝日

つくばみらい市紫峰ヶ丘2-4-1  
☎0297-38-4636

つくばみらいくどう歯科 🔍 検索





# まるっと! 子育て応援ナビ



つくばみらい市アプリアップ!

## 妊娠から子育てまで サポート!

妊娠・出産に関する  
各種支援情報等、  
市の子育てサービスの情報を  
簡単に調べられます。

## プッシュ通知で安心!

予防接種の予定日や  
健診・イベント情報が  
プッシュ通知で届きます。

## 子育てに関するQ&A!

子育て世帯から寄せられる  
「よくある質問」を  
掲載しています。



## 予防接種を まるごとおまかせ!

生年月日から予防接種の  
スケジュールを自動作成します。  
予防接種の情報も  
掲載しています。

## 子育ての記録を保存!

母子手帳の記録を入力したり、  
画像で保存しておくことで  
万が一の時にも安心です。



## カンタン&無料で登録できます

アプリのダウンロードはこちら! ダウンロードも無料です



つくばみらい市「まるっと!子育て応援ナビ」  
パソコン・スマホどちらからもご利用いただけます  
<https://tsukubamirai.city-hc.jp/>



つくばみらい市  
おやこ・まるまるサポートセンター

〒300-2358 茨城県つくばみらい市陽光台3丁目9番地1  
みらい平市民センター TEL: 0297-44-8822 (直通)



# つくばみらい市ママパパの声

つくばみらい市に住むママ・パパにインタビューしました！

県外に住んでいましたが、子育てをするなら、夫婦ともに生まれ育ったつくばみらい市で、と決めていました。実際に妊娠中につくばみらい市に引っ越して感じたことは、産前産後のサポートがとても手厚いことでした。特に産後の授乳のことで悩んでいた時も、産後ケア事業で助産師さんのサポートが受けられたり、産後や離乳食開始時等電話で困っていることはないか等連絡をくださったりと、初めての子育ても安心して行うことができました。また、子育て支援室も充実しており、駐車場のある公園が多かったりと、こどもをのびのび遊ばせることができます。



青柳ファミリー様

つくばみらい市ピックアップ！



栗原家様

都内から引っ越してきて2年が経ちます。公園や市の施設が充実していて、パパ・ママにも優しい環境ですよ。子育て支援室では先生やスタッフの方が趣向を凝らしたイベントで楽しませてくれます。こどもが毎日笑顔で過ごしているのを見ると、つくばみらい市に引っ越してきて本当によかったと思います。

## 広告

### 宿泊体験ができる展示場



**To Casa 土浦展示場**  
 【場所】土浦市小岩田西1-15-6  
 【時間】10:00～18:00

**UA値** 0.23W/mK **C値** 0.2cm/m

**高気密・高断熱の家**  
 少ないエネルギーで快適な暮らしができる

最新の住宅基準 HEAT20G3仕様

オール自然素材

お気軽にお電話  
 無料お見積り・お見積り  
 お問い合わせください

買くて可愛い  
心地よく美しい  
手作りの家

次世代基準の高性能・低燃費住宅をつくる

**株式会社 To Casa**

(定休日/水曜・木曜日) 年末年始休業12/28～1/7

現在建築中の物件多数あり  
見学のご希望随時承り中!

**0297-21-3838**

<https://www.tocasa.co.jp/>

toCasa 見学会 検索





# 妊娠がわかったら

## 母子健康手帳の交付

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

お母さんとお子さんの健康の記録です。  
妊娠がわかったら早めに手続きをしましょう！

**対象**…妊娠された方

**交付場所**…おやこ・まるまるサポートセンター

**持ち物**…妊娠証明書(医療機関でもらった場合)

妊婦の本人確認ができるもの(マイナンバーカード・運転免許証等)

振込先金融機関等の預貯金通帳等の写し



妊娠がわかったら

## 妊婦一般健康診査

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

母子健康手帳交付の際に「妊婦一般健康診査受診票」を交付しています。助成額や使い方は、受診票でご確認ください。すこやかな妊娠と安全な出産を迎えるために、定期的に妊婦健康診査を受けましょう。

## 出産・子育て応援ギフト

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

妊娠届出時からすべての妊婦及び特に0歳から2歳の乳幼児を養育する「妊婦・子育て家庭」に寄り添い、身近で相談に応じ関係機関と情報共有を図りながら、必要な支援につなぐ伴走型相談支援及び妊娠の届出・出生の届出を行った「妊婦・子育て家庭」の出産育児用品購入助成等の経済的支援を一体的に実施します。  
対象者及び支給方法等の詳細につきましては、ホームページをご確認ください。

— 広 告 —

医療法人社団 清虹会			
 NANAIRO 産婦人科 なないろレディースクリニック	 なないろキッズクリニック	 なないろもあばすクリニック	 なないろスキンクリニック
			
つくば市西大沼636-10 TEL029-860-7716【要予約】	つくば市西大沼637-6 TEL029-886-7716	つくば市西大沼637-6 TEL029-886-3541	つくば市手代木1893-5 TEL029-828-4180
<a href="https://www.nanairo.or.jp/">https://www.nanairo.or.jp/</a>	<a href="https://nanairo-kids.jp/">https://nanairo-kids.jp/</a>	<a href="https://nanairo-moa.com/">https://nanairo-moa.com/</a>	<a href="https://www.nanairo-skin.jp/">https://www.nanairo-skin.jp/</a>



## 医療福祉費支給制度(妊産婦マル福)

📍 国保年金課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

保険診療医療費の自己負担分を一部助成する制度で、適用を受けるための受給者証を交付します。

**申請窓口**…国保年金課(伊奈庁舎)、みらい平市民センター1階(市民窓口課)

※みらい平市民センターでの妊産婦医療福祉費受給者証の即日交付は火～金午前9:00～午後5:15であればできます。その他の時間は後日郵送となります。

## 産前産後期間の国民健康保険税・国民年金保険料の免除

📍 国保年金課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111

国民健康保険または国民年金に加入されている方が出産する(した)際、出産予定月または出産月の前月から出産月の翌々月の4か月間(多胎妊娠の場合6か月間)の国民健康保険税と国民年金保険料が免除されます。

**申請窓口**…国保年金課(伊奈庁舎)、みらい平市民センター1階(市民窓口課)  
(出産予定月の6か月前から受付)

※みらい平市民センターは午前9:00～午後7:00(日・月、祝日を除く)

## いばらき身障者等用駐車場利用証制度

📍 社会福祉課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

ショッピングセンターや公共施設などにある身障者等用駐車場を利用しやすくするための利用証を発行する制度です。

**対象**…母子健康手帳を交付された方で妊娠7か月～産後6か月の方

## ヘルプマーク

📍 社会福祉課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

妊娠初期の方で、外見から分からなくても援助や配慮を必要としていることを知らせるマークです。



## マタニティ教室 ハローベビー

📍 およこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

安心して出産や子育てができるようマタニティ教室ハローベビーを開催しています。パパの参加もお待ちしています。

詳細は、市のホームページまたは妊娠届時に配布したチラシをご確認ください。



## 家庭訪問

📍 およこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

妊婦さん、赤ちゃん、ママ・パパのことで心配なことがあれば、保健師等が訪問します。お気軽にご相談ください。

## 産前産後家事代行等サポート事業

📍 およこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

1歳までのお子さんをお持ちで、養育支援が特に必要と判断した家庭に対し、子育て経験者等がその居宅を訪問し、日常生活の世話等、必要な援助を行います。

**対象者**…妊娠中や1歳未満の乳児のいる家庭で妊娠や子育てに不安を持ち、支援を希望する家庭などで、つくばみらい市に住所を有している方。

**事業内容**…①家事に関する支援

食事の準備・後片付け、衣類の洗濯、居室等の掃除・整理整頓等

②育児に関する支援

調乳の準備、おむつ交換・後片付け、沐浴の準備・介助・後片付け等

**利用回数等**…月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)

※土日祝日利用を希望する場合は要相談

午前8:30～午後5:30

1回2時間以内、1日2回まで、上限60時間まで

**利用料金**…30分 350円(1時間 700円)

※多胎児、ひとり親世帯、住民税非課税世帯、生活保護世帯は無料

※交通費用の実費負担が生じる場合あり

**利用申請**…およこ・まるまるサポートセンターに申請してください。

担当者と面接していただき、利用内容等の確認、利用等の流れについて説明をさせていただきます。

妊娠がわかったら

### 広告

産婦人科 乳腺外科 無痛分娩

令和5年冬開業予定

分娩、妊婦健診  
胎児ドック(3D・4D超音波検査)  
無痛分娩、出生前検査、女性検診  
乳腺診療(女性乳腺外科医監修)

つくばみらい  
遠藤レディースクリニック  
Tsukubamirai Endo Ladies Clinic

〒300-2417 つくばみらい市富士見ヶ丘 1-28-3  
ピアシティ富士見ヶ丘横、みらいの森公園近く

詳しくは右記二次元コードに  
アクセスしてください。

<https://tsukubamirai-endo-ladies.com/>



## 妊産婦・乳児タクシー利用料の一部助成について

📍 およこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

妊産婦や乳児が健診や予防接種等でタクシーを利用した際の費用の一部を助成します。

- 1 対象者**…(1)妊産婦 (2)生後1歳未満の乳児および保護者
- 2 対象となるタクシー費用**…
  - (1)妊産婦健康診査
  - (2)妊婦歯科健康診査
  - (3)産科医療機関で行うマタニティクラスや両親学級受講
  - (4)出産のための入退院
  - (5)妊産婦又は乳児の体調不良等による医療機関への受診
  - (6)乳児健康診査受診
  - (7)乳児の予防接種
- 3 助成金の額**…タクシー利用1回につき、2,000円を上限。  
1回の妊娠につき、20回の利用を上限。  
※往復での利用は2回分となります。
- 4 利用期間**…母子健康手帳交付後からお子さんが1歳になる前日まで
- 5 申請期限**…タクシーを利用した日から6か月以内に下記の書類を提出してください。
- 6 提出書類**…①妊産婦・乳児タクシー利用料助成申請書(様式第1号)  
②タクシーの利用日および利用料金がわかる書類(利用時のレシートや領収書など)  
③振込先金融機関等の預貯金通帳等の写し  
④健診、受診、入退院、予防接種の日付がわかるもの(母子健康手帳の「妊娠の経過」や「退院時の記録」のページ、病院の領収書など)
- 7 タクシー会社について**…どちらのタクシー会社を利用されても助成の対象となります。

妊娠がわかったら

— 広 告 —



Endo Ladies Clinic

### 遠藤産婦人科医院

H.Pはこちらから▶  
<https://endo-lc.jp/>



産科・婦人科

- 分娩・無痛分娩 ●宿泊型産後ケア入院
- 遺伝診療科(遺伝外来) ●出生前検査(NIPT、羊水検査)
- 婦人科検診 ●乳がん検診

〒308-0008 筑西市八丁台 63

TEL:0296-20-1000



出生前検査認証制度等  
運営委員会



「NIPT等の出生前検査に関する  
専門委員会」の報告書に基づいて  
日本医学会の中に作られた組織です

<https://jams-prenatal.jp/>



## コミュニティバス・デマンド乗合タクシー・病院バス

都市計画課(谷和原庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

### ◆コミュニティバス「みらい号」

高齢者や障がい者等の自ら自由に移動できる手段を持たない方の、買い物や通院など日常的な移動における手段を確保するため、コミュニティバスを運行しております。

時刻表、路線図については、ホームページをご覧ください。また、市役所で配布しております。

また、コミュニティバスの乗車券の申請は「いばらき電子申請・届出サービス」にて、行っております。

右記のQRコードから詳細のご確認、乗車券の申請が行えます。



コミバスHP



乗車券申請  
QRコード

### ◆デマンド乗合タクシー「みらいくん」

つくばみらい市民の方が市内のクリニックやお店などにドアツードアで移動できるようにするため、デマンド乗合タクシーを運行しております。事前に電話等で予約をいただき、複数の方が乗り合いでそれぞれの希望する場所から目的地(市内のみ)まで、タクシー車両が送迎を行うものです。

デマンド乗合タクシーをご利用いただくには事前に登録が必要です。市役所やコミュニティセンター、または「いばらき電子申請・届出サービス」などで利用登録申請を行ってください。

右記のQRコードから詳細のご確認、利用登録申請が行えます。



デマンドHP



利用者登録申請  
QRコード

### ◆病院バス

市外総合病院への通院やお見舞いのため、筑波学園病院、JAとりで総合医療センターへ病院バスを無料で運行しております。

時刻表、路線図については、ホームページをご覧ください。また、市役所で配布しております。

右記のQRコードから詳細をご確認いただけます。



筑波学園病院



JAとりで  
総合医療センター

広告

# 海老原歯科医院

## 歯科

■ 診療時間 平日 AM9:00 ~ 1:00 PM2:30 ~ 7:00  
土曜日 AM9:00 ~ 1:00 PM2:30 ~ 6:00

休診日 木曜・祝日

つくばみらい市谷井田2489-1 TEL(0297)58-3968



## ◆コミュニティバス「みらい号」

### 運賃表

大人(中学生以上)	200円 (みらい平早朝ライナーは100円)
小人(小学生)	100円 (みらい平早朝ライナーは50円)
小学生未満	無料
障がい者等の介助者	障がい者等1名につき 1名まで無料

### 割引対象者

65歳以上(市内在住の方)	各種手帳、割引証、又は乗車券を提示した場合 無料 ※以前の割引証も有効です
障がい者等※1	
妊産婦※2(市内在住の方)	
小学生(市内在住の方)	

妊娠がわかったら

## ◆デマンド乗合タクシー「みらいくん」

### 運賃表

大人(中学生以上)	500円
小人(小学生)	200円
小学生未満	無料
障がい者等※1	200円
障がい者等の介助者	障がい者等1名につき1名まで無料
妊産婦(市内在住の方)※2	200円

※1 障がい者等の割引対象は次の手帳をお持ちの方です。等級は関係ありません。

・障がい者手帳 ・療育手帳 ・精神障がい者保健福祉手帳  
・指定難病特定医療費受給者証 ・被爆者健康手帳 ・戦傷病者手帳

※2 妊産婦の方の割引の有効期限は、母子健康手帳の発行日から4年後の年度末までです。

！注意

●他の運賃割引との併用はできません。

●すでにデマンド乗合タクシーを登録済みの方で、新たに割引対象となる方は都市計画課までご連絡ください。

※手続きが完了しないと割引運賃が適用となりません。

### お問い合わせ先

- 谷和原庁舎都市計画課 ☎0297-58-2111(代)



# 赤ちゃんがうまれたら

## 市役所ですること

赤ちゃんがうまれたら

手続き	内容	必要なもの	申請期限	問い合わせ先
出生届	こどもが生まれたときにする戸籍法上の届出です。 父母の本籍地、住所地、届出人の所在地、出生地の市区役所・町村役場に届出ます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 出生届(出生証明書)</li> <li>● 母子健康手帳</li> <li>● 届出人の印鑑(押印は任意)</li> </ul>	出生日～14日以内 (生まれた日を含む)	市民窓口課 (伊奈庁舎、谷和原庁舎、みらい平市民センター) ☎0297-58-2111 (代表)
児童手当	中学3年生までのお子さんを養育している方へ支給される手当の申請です。 所得上限限度額を超過した場合、手当を受給することができません。 ※公務員の方は勤務先に申請してください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● マイナンバーカード(父と母両方)</li> <li>● 通帳またはキャッシュカード(請求者)</li> <li>● 顔写真付本人確認書類(請求者) 〔運転免許証など〕</li> </ul> ※請求者は、父母の間で所得の高い方になります。	出生日の翌日～15日以内	みらいこども課 (伊奈庁舎) ☎0297-58-2111 (代表)
医療福祉費支給制度 (小児マル福)	18歳到達後の最初の年度末までのお子さんが、健康保険が適用された医療費の一部について助成を受けるための申請です。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● お子さんを扶養する方の保険証</li> <li>● 所得証明書等(転入の方のみ)</li> <li>● 子と両親(または扶養義務者)のマイナンバーがわかる書類</li> <li>● 窓口に来る方の本人確認できる書類(顔写真付き)</li> </ul>	お子さんが生まれたらすぐに	国保年金課 (伊奈庁舎) ☎0297-58-2111 (代表)

## 広告



**SHIBATA KIDS CLINIC**  
しばたキッズクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	○	○	○	/	○	○
14:00～15:00	予防接種	乳児健診	予防接種	/	予防接種	/
15:00～17:30	○	○	○	/	○	/

休診日:木曜・日曜・祝日  
〒302-0118 守谷市立沢235-7  
予約専用 TEL.050-5433-9389  
**TEL.0297-21-0811**  
<https://shibata-kids.com>

予約サイト  




## 新生児聴覚検査

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

「新生児聴覚検査受診票」を交付しています。気づきにくい聞こえ(聴覚)の障がい  
を早期に発見するために検査を受けましょう。

## 産婦一般健康診査

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

「産婦一般健康診査受診票」を交付しています。産婦自身の健康状態確認のため、  
産婦健康診査を受けましょう。

## 新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

出生後から生後4か月くらいまでの赤ちゃんの全家庭を保健師・助産師が訪問し  
ています。

赤ちゃんが生まれたらおやこ・まるまるサポートセンターまでご連絡ください。  
不安なことなどお気軽にご相談ください。

## はっぴーベビー

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

地区の「ママ・パパかかりつけコーディネーター」が、お子さんの誕生をお祝いす  
る「はっぴーベビー」で、ちょっとしたプレゼントをお渡ししています。地域の身  
近な相談者として、子育てがはじまったママ・パパに寄り添います。





## 産後ケア事業

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

出産後1年未満のお母さんの育児不安や負担を軽減するために、自宅訪問や、委託施設に通所及び宿泊し、助産師による乳房ケア、授乳指導及び母子のケア等が受けられます。

申請方法や利用可能施設などの詳細は、市のホームページをご確認ください。

## 乳児一般健康診査(医療機関での健康診査)

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

乳児一般健康診査受診票を交付しています。医療機関で健康診査を受けましょう。

**対象**…1か月児健康診査(R6年4月1日以降出生のお子さま)、乳児前期(3~6か月頃)(R6年3月31日以前出生のお子さま)、乳児後期(9か月~11か月児)

## 乳幼児健康診査

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

3~4か月児健康診査・1歳6か月児健康診査・2歳3か月児歯科健康診査・3歳5か月児健康診査を実施しています。各健康診査のお知らせは対象者の方に郵送します。

## すくすく広場

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

市内各子育て支援室で育児相談や体重測定、保護者同士の交流等を行います。ふれあい遊びもあります。詳細は、市のホームページをご確認ください。

**対象**…生後1か月~1歳6か月のお子さんと保護者(きょうだい参加可)

入退室自由

赤ちゃんが生まれたら

広告



# もりや小児科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45~11:45	●	●	●	-	●	●
午後 2:30~ 3:20	☆	(^o^)	☆	-	☆/(^o^)	-
午後 3:30~ 6:00	●	●	●	-	●	-

●:一般診療 ☆:予防接種 (^o^):乳幼児健診(予約制)  
休診日:木曜・日曜・祝日 ※土曜は12時まで



守谷市松ヶ丘 4-2-5  
☎0297-20-6737  
第2または第3土曜午後に  
予防接種専用時間開設





## 定期予防接種

📍 健康増進課(保健福祉センター) ☎0297-25-2100

定期予防接種は、お子さんを感染症から守るため、また感染症の流行を防ぐために行っています。定期予防接種を受けて感染症を予防しましょう。

詳細は、市のホームページをご覧ください。

- 対象者には、定期予防接種の「予診票」を郵送します。
- 定期予防接種は、茨城県内定期予防接種協力医療機関で接種が可能です。
- 里帰りなどの理由により県外での接種を希望する場合は、事前にご相談ください。



茨城県内定期予防接種  
協力医療機関一覧はこちら

赤ちゃんが生まれたら

### ◆ 定期予防接種の種類と対象年齢・接種回数

※ 予防接種の制度が変わると下記の内容が変更になる場合があります。

種類		接種回数	対象年齢
小児用肺炎球菌	初回	3回	生後2か月～60か月に至るまで
	追加	1回	
B型肝炎		3回	1歳に至るまで
ロタウイルス	ロタリックス	2回	生後6週～24週0日(初回接種は、生後14週6日までに 行うことが推奨されています。)
	ロタテック	3回	生後6週～32週0日(初回接種は、生後14週6日までに 行うことが推奨されています。)
五種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・インフルエンザ菌b型 Hib)	1期初回	3回	生後2か月～90か月に至るまで
	1期追加	1回	
四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)	1期初回	3回	生後2か月～90か月に至るまで
	1期追加	1回	
インフルエンザ菌b型(Hib)	初回	3回	生後2か月～60か月に至るまで
	追加	1回	
BCG		1回	1歳に至るまで
麻しん風しん混合	1期	1回	12か月～24か月に至るまで
	2期	1回	小学校就学前の1年間(4月1日～3月31日)
水痘(みずぼうそう)		2回	12か月～36か月に至るまで
日本脳炎	1期初回	2回	生後6か月～90か月に至るまで
	1期追加	1回	
	2期	1回	9歳以上13歳未満
二種混合(ジフテリア・破傷風)	2期	1回	11歳以上13歳未満
ヒトパピローマウイルス(HPV)		3回	小学校6年生～高校1年生相当の女子



## 任意予防接種(おたふくかぜ・小児季節性インフルエンザ)

健康増進課(保健福祉センター) ☎0297-25-2100

以下の任意予防接種について、助成をしています。

	おたふくかぜ	インフルエンザ
対象者	生後12か月～小学校入学前まで	①6か月児以上13歳未満 ②13歳以上中学3年生まで
助成回数	1回目のみ	①2回/年度 ②1回/年度
助成額	3,000円/回	1,000円/回
接種期間	対象者に同じ	毎年10月1日～翌年1月31日
予診票 設置場所	●伊奈庁舎・谷和原庁舎・みらい平市民センター、健康増進課(保健福祉センター)等 ※インフルエンザの予診票は9月下旬から設置します。	

※生活保護を受給されている方は、個別負担免除券が発行されます。詳しくはお問い合わせください。

※下記の任意予防接種協力医療機関外で接種を希望する場合は、償還払いが適用されます。

赤ちゃんが生まれたら



任意予防接種協力医療機関一覧はこちら



● 転入や紛失等による定期予防接種の予診票の再発行はこちら



### 広告

● アレルギー ● アトピー性皮膚炎  
● 心疾患 ● 夜尿症 ● 発達障害

診療時間		月	火	水	木	金	土
一般診療	9:00~12:00	○	○	○	×	○	△
予防接種・乳児検診	14:00~15:20	○	○	○	×	○	○
一般診療	15:20~18:00	○	○	○	×	○	△

休診日 木・日・祝日    △土曜日の一般診療は午前 12:20 まで、午後 16:00 まで

つくばみらい市紫峰ヶ丘 1-17-5 ☎0297-47-2255

少しでも気になることがあればご相談ください。

予約専用 ☎0297-47-2251

ネットからのご予約はこちらをご活用ください。



# 子育て費用等の応援

## 児童手当

📍 未来こども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

中学校卒業まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)のお子さんを養育している方に支給します。手当には所得制限があり、お子さんを養育されている方の所得により、受給できない場合があります。

場所…未来こども課(伊奈庁舎)、市民窓口課(みらい平市民センター1階)

※額改定の届出(第2子以降の出生)、受給者変更(離婚・養子縁組などによる)等の手続きは、未来こども課(伊奈庁舎)での受付となります。

## 医療福祉費支給制度(小児マル福)

📍 国保年金課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

保険証を使って医療機関等にかかった場合、医療費の自己負担分を助成する制度で、お子さんが18歳到達後の最初の年度末まで適用対象となります。

なお、所得制限はありません。

場所…国保年金課(伊奈庁舎)、市民窓口課(みらい平市民センター1階)

## いばらき子育て家庭優待制度(「いばらきKidsCulb」カード)

📍 未来こども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

協賛店舗等で、料金割引や粗品進呈等のサービスを受けられる制度です。

18歳未満のお子さんを養育されているご家庭・妊娠中の方(配偶者を含む)が対象となります。

※カードは、父母でそれぞれ1枚ずつお持ちになることができます。

※カードを紛失・破損された方は、再発行をすることができます。

場所…未来こども課(伊奈庁舎)、健康増進課(保健福祉センター)、市民窓口課(みらい平市民センター1階)、おやこ・まるまるサポートセンター(みらい平市民センター2階)

子育て費用等の応援

広告



### ありま皮膚科クリニック

皮膚科 小児皮膚科

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

【休診日】 木曜・日曜・祝日 ▲ 9:00~14:00



ありま皮膚科クリニック

ありま皮膚科クリニック 🔍 検索

TEL 0297-38-6116 FAX 0297-38-6117  
〒300-2359 つくばみらい市紫峰ヶ丘1-7-4





## 教育費の援助

📍 学校総務課(教育委員会庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

### ◆ 就学援助制度

経済的な理由で就学に必要な費用の支出が困難な家庭に対し、学校教育で必要となる学用品や給食費などを援助しています。援助を受けるには、申請が必要です。希望する方は、学校または学校総務課へご相談ください。

対象者…①児童扶養手当を受給中の方

②世帯全員の所得合計が基準以下の方等

## 保育料の軽減制度

📍 みらいこども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

世帯の状況により、保育所等の保育料が軽減\*される場合があります。詳しくはみらいこども課までお問い合わせください。

※国等の動向により、現在の情報が変更になる場合があります。

## ひとり親家庭への支援

### ◆ 児童扶養手当

📍 みらいこども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

0歳～18歳までのお子さんを養育されている方のうち、「ひとり親の方」「父母に変わりお子さんを養育している方」「父母のどちらかが一定の障がい状態にある方」が受給することができる手当です。

手当には所得制限があり、本人・配偶者及び同居のご家族等の所得により、手当が減額又は支給されないことがあります。

該当されている方は、手当を受給できる場合がありますのでご相談ください。

### ◆ 医療福祉費支給制度(ひとり親マル福)

📍 国保年金課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

ひとり親家庭の場合は、お子さんが18歳到達後の最初の年度末まで適用対象となります。また、障がいのあるお子さんや高校在学者の場合は20歳到達後の最初の年度末まで延長します。ただし、所得制限に該当する方は対象外となります。

### ◆ 自立支援教育訓練給付金

📍 茨城県県南県民センター 県民福祉課 ☎029-825-2035

ひとり親家庭の親が就職やキャリアアップのために、あらかじめ指定されている教育訓練を受講した場合、受講料の6割相当額(上限20万円)を支給します。受講の予定がある方は事前にご相談ください(ただし、費用が2万円未満の場合は対象外となります)。



## ◆ 高等職業訓練促進給付金

◎ おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

ひとり親家庭の親が、就職に有利で生活の安定に役立つ資格を取得するため、養成機関などで6か月以上修学する場合に給付金を支給します。

※希望する方は、申請前に希望職種や支給要件を確認するため事前相談が必要です。手続きにはお時間を要しますので、各種学校の資料等をご準備の上お早めにご連絡ください。

対象資格…看護師(准看護師)、介護福祉士、保育士、歯科衛生士、美容師等

## ◆ JR通勤定期乗車券の割引(つくばエクスプレス線は該当しません)

◎ みらいこども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

児童扶養手当を受給中の方及び同一世帯の方は、JR通勤定期乗車券を3割引で購入できます。

※他の割引制度との併用はできません。

※手当額が、全部停止中の方は割引を受けられません。

## ◆ つくばみらい市母子寡婦福祉会

◎ おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

ひとり親家庭の身近な相談や交流、ネットワークを図ることを目的とした市の外郭団体で、福祉支援やイベントを実施しています。常時、入会を受け付けています(年会費1,000円。父子家庭の方も入会できます)。

ひとり親の方の生活全般の悩みなど、自立に向けた総合的な相談に応じています。

また、ひとり親の方が利用できる制度等について情報提供などもおこなっています。

相談内容の秘密は厳守しますので、お気軽におやこ・まるまるサポートセンターにご相談ください。

## ◆ 弁護士によるオンライン相談

◎ おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

弁護士による離婚や養育費などの相談をおやこ・まるまるサポートセンターで受け付けます。

## ● 相談の流れ

弁護士の相談は予約制となります。まずは、おやこ・まるまるサポートセンターへご相談ください。担当者との面接していただき、相談内容の確認などをさせていただきます。



## 障がいのあるお子さんへの支援

◆ 社会福祉課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

### ◆ 障害児福祉手当

日常生活において常に介護を必要とする20歳未満の重度障がい児に支給されます。対象者は、身体障害者手帳1級程度の方、療育手帳④程度の方または同程度の精神障がいの方で、所得制限があります。施設入所者は対象外となります。

●月額 15,690円 年4回支給(2月、5月、8月、11月)

### ◆ 特別児童扶養手当

心身または精神に障がいのある20歳未満のお子さんを家庭で療育している保護者の方に支給されます。所得制限があり、施設入所者は対象外となります。

●月額 1級55,350円 2級36,860円 年3回支給(4月、8月、11月)

### ◆ 在宅心身障害児福祉手当

身体・知的に障がいを持つ20歳未満のお子さんで障害児福祉手当に該当しない障がい者を有する児童を家庭で療育している保護者に支給します。

●月額 3,000円 年2回支給(3月、9月)

### ◆ 医療福祉費支給制度(障害マル福)

◆ 国保年金課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

一定の障がい条件を満たす方の、保険診療医療費の自己負担分を一部助成する制度で、適用を受けるための受給者証を交付します。ただし所得制限に該当する方は対象外となります。障がい条件や所得制限など、詳細はお問い合わせください。

申請窓口…国保年金課(伊奈庁舎)、みらい平市民センター1階(市民窓口課)

※みらい平市民センターは午前9:00～午後7:00(日・月曜日、祝日を除く)の受付のみとなり、受給者証は後日郵送します。

— 広 告 —

「できなくて当たり前、できたら素晴らしい！」

お子様に対する悩み、不安…、一緒に考えていきませんか？



児童発達支援 いぶききっず(未就学児を対象)  
放課後等デイサービス ケアワーカーズいぶき(小学生を対象)  
放課後等デイサービス ケアワーカーズそら(中・高校生を対象)  
相談支援事業所 ケアワーカーズ

お気軽にご相談ください



合同会社ケアワーカーズ

つくばみらい市古川835-1  
TEL:0297-44-4502(代)





◆ 自立支援医療(育成医療) —————

18歳未満で、身体に障がいのあるお子さん、もしくは疾患を放置すると将来障がいを残すと認められ治療によって確実に効果が期待できる場合、指定医療機関において受けた医療費の一部を公費で負担します。

◆ 障害児通所支援 —————

障がいのあるお子さんが利用できる通所サービスです。日常生活における基本的な動作の指導や集団生活への適応訓練、専門的なアドバイスを受けることができます。

◆ 日中一時支援 —————

障がいのあるお子さんの家族の方が一時的に外出・休息をするために日帰りで障がいのあるお子さんを施設などで預かります。

◆ 移動支援 —————

屋外での移動が困難な障がいのあるお子さんに、社会参加における外出等のための移動を個別に支援します。

◆ 軽度・中等度難聴児補聴器購入費助成 —————

身体障害者手帳が交付にならない8歳未満の難聴のお子さんの補聴器を購入する費用の一部を助成します。



広 告

広いアリーナでたくさんの体験ができます

バレーボール テニス ドッジボール  
サッカー 制作活動

放課後等デイサービス 児童預かりサービス

手作りおやつ  
見学・体験おまちしております

ニューバランスアリーナ  
ーグローイングー  
☎029-829-7750  
つくば市みどりの南 25-8



# こどもを預ける

## 各教育・保育施設のちがい

### 保育園(所)(0～5歳児)

就労等のために家庭で保育できないお子さんを保護者に代わって預かる  
保育施設

**時間帯**…朝～夕 ※園により延長保育を実施

### 認定こども園(0～5歳児)

幼稚園と保育所の機能をあわせ持つ教育・保育施設  
保育認定を受けているお子さんは、幼稚園部の時間の後、保育所と同様の  
保育を受けます。

**時間帯**… ●幼稚園部:朝～昼過ぎ(3～5歳児)  
※園により幼稚園時間前後や園の休業中の預かり保育などを実施  
●保育所部:朝～夕(0～5歳児)  
※園により延長保育を実施

こどもを預ける



広告

小規模保育  
認可園

## ちびっこランドみらい平園



自然と笑顔がいっはいで  
明るいあたたかい保育を

0297-44-6126  
富士見ヶ丘1-14-3



## 地域型保育(0~2歳児)

0~2歳児を預かる19人以下の保育施設  
規模の特性を生かした、家庭的な環境できめ細やかな保育を行います。

**時間帯**…朝~夕 ※園により延長保育を実施

## 幼稚園(3~5歳児)

3~5歳児を預かる教育施設

**時間帯**…朝~昼過ぎ

※園により幼稚園時間前後や園の休業中の預かり保育などを実施

- 保育園(所)・地域型保育:みらいこども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)
- 公立幼稚園:学校総務課(教育委員会庁舎) ☎0297-58-2111(代表)
- 私立幼稚園・認定こども園(幼稚園部): ☎直接施設へお問い合わせ

## 認定について

● みらいこども課(伊奈庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

保育園(所)・幼稚園・認定こども園・地域型保育などの利用を希望する保護者の方に、利用(子どものための教育・保育給付)のための認定を受けていただきます。

### ◆ 利用のための認定

1号認定	教育標準時間認定	お子さんが満3歳以上で、教育を希望する場合	
		利用先	幼稚園、認定こども園(幼稚園部)
2号認定	満3歳以上・保育認定	お子さんが満3歳以上で、「保育の必要事由」に該当し、保育園等での保育を希望する場合	
		利用先	保育園(所)、認定こども園(保育所部)
3号認定	満3歳未満・保育認定	お子さんが満3歳未満で、「保育の必要事由」に該当し、保育園等での保育を希望する場合	
		利用先	保育園(所)、認定こども園(保育所部)、地域型保育



## ◆ 保育料無償化のための認定

私立幼稚園・認可外保育施設・一時預かりなどの保育料無償化を希望する保護者の方に、保育料無償化(子育てのための施設等利用給付)のための認定を受けていただきます。

新1号認定	お子さんが満3歳以上で、新制度未移行の私立幼稚園で、幼稚園時間のみ保育料無償化を希望する場合	
	利用先	新制度未移行の私立幼稚園
新2号認定	お子さんが3歳児クラス以上で、「保育の必要事由」に該当し、幼稚園の預かり保育や認可外保育施設の施設利用などの保育料無償化を希望する場合	
	利用先	私立幼稚園、認可外保育施設、一時預かりなど
新3号認定	お子さんが0歳から2歳児クラスで、「保育の必要事由」に該当し、幼稚園の預かり保育や認可外保育施設の施設利用などの保育料無償化を希望する場合(※住民税非課税世帯)	
	利用先	私立幼稚園、認可外保育施設、一時預かりなど

こどもを預ける

## 市内認可保育施設

📍 未来こども課(伊奈庁舎) ☎ 0297-58-2111(代表)

**概要**…保育園(所)とは、保護者が共に働いていたり病気などの理由で、昼間家庭において保育を受けられないお子さんを、保護者に代わって保育する児童福祉施設です。

**対象者**…0歳～小学校就学前までの、2号認定(3歳以上)または3号認定(3歳未満)を受けたお子さん

※受入年齢は施設により異なります。

**申請できる人**…対象となるお子さんの保護者

**利用料(費用)**…保育料は、入所するお子さんの世帯の所得状況等によって決まります。

※延長保育料等の、各施設独自の料金がかかる場合があります。

**申請期日**…入所を希望する月の前々月末日までにお申し込みください。(末日が閉庁日の場合は直前の開庁日)

※4月新規入所は前年の10月末頃に受付を開始します。

— 広 告 —

**丘の上のつなぐ保育園**

♪ 〈保育理念〉  
**個を尊重し、自尊心を育む教育**  
**利他の精神で、和を育む教育**

対象年齢  
**0歳(産休明け)～2歳**

つくばエクスプレス線みらい平駅より徒歩10分  
 〒300-2359 つくばみらい市紫峰ヶ丘2-3-6  
**Tel.0297-21-2792**

詳しくはこちらから



区分	保育所名	所在地	電話番号	受入年齢
(公立) 保育所	伊奈第1保育所	山王新田1253	0297-58-2422	満1歳～ 就学前
	伊奈第2保育所	小張4705	0297-58-1025	
	谷和原第1保育所	仁左衛門新田641	0297-52-2100	
	谷和原第2保育所	上小目600	0297-52-4217	生後6か月～ 就学前
(私立) 保育園	アイグラン保育園 富士見ヶ丘	富士見ヶ丘3-26-1	0297-44-7631	生後57日～ 就学前
	つくば国際はるかぜ 保育園	小張2786-1	0297-38-6657	
	テnderラビング保育園 みらい平	陽光台2-2-2	0297-44-7366	
	アイグラン保育園陽光台	陽光台4-14-1	0297-38-6475	
	きらり保育園	小島新田210-1	0297-38-7722	
	陽光台保育園	小張4073	0297-58-3852	
	ひなた保育園やわら	筒戸3561-1	0297-21-3081	
	ルンビニーみらい保育園	陽光台2-29-1	0297-21-4750	
	ふれあい第1保育園	長渡呂新田715	0297-58-1597	満1歳～ 就学前
	ふれあい第2保育園	狸穴1072-45	0297-58-6002	
(私立) 認定 こども園 (保育所部)	認定こども園 ふたばランド (幼保連携型)	紫峰ヶ丘1-10-4	0297-34-0028	生後6か月～ 就学前
	富士見ヶ丘認定こども園 (幼保連携型)	富士見ヶ丘4-14-6	0297-44-7280	生後57日～ 就学前
	認定こども園 ルンビニー学園 (幼保連携型)	陽光台2-35-1	0297-58-8035	
	みらい認定こども園 (幼保連携型)	筒戸3190	0297-21-2185	
(私立) 地域型保育	(小規模保育) エンジェル保育園	小絹185-3	0297-52-8225	生後43日～ 2歳
	(小規模保育) ちびっこランド みらい平園	富士見ヶ丘1-14-3	0297-44-6126	生後6か月～ 2歳
	(小規模保育) ひなた保育園みらい平	陽光台4-3-4	0297-20-7573	生後57日～ 2歳
	(小規模保育) 丘の上のつなぐ保育園	紫峰ヶ丘2-3-6	0297-21-2792	生後57日～ 2歳
	(事業所内保育) なのはな園	長渡呂新田840-2	0297-34-1217	生後6か月～ 2歳



## 幼稚園

①私立幼稚園・認定こども園:

☎直接施設へお問い合わせ

②公立幼稚園:学校総務課(教育委員会庁舎)

☎0297-58-2111(代表)

**概要**…幼稚園では、人とのかかわりや遊びを通して、自発性や自主性を育てています。

**対象者**…①私立幼稚園・認定こども園

3歳になって以降最初の4月から小学校就学前のお子さん

※園により、3歳の誕生日を迎えた時点で入園できる、満3歳児受け入れを行っています。

②公立幼稚園

つくばみらい市内にお住まいの、3歳になって以降最初の4月から小学校就学前のお子さん

**利用料(費用)**…幼稚園利用料は、保育料無償化により、0円となります。

このほか、施設が独自に定める上乗せ徴収や、通園送迎費、給食費などの実費負担があります。

※ただし、新制度未移行の私立幼稚園の幼稚園利用料は、月額25,700円まで無償となります。

**申込時期**…●公立幼稚園の4月入園については、例年10月頃から受付けを行います。

●公立幼稚園の年度途中入園および私立幼稚園・認定こども園の入園については、各園にお問い合わせください。

こどもを預ける

広告

安心して仕事と子育てを両立できるように

ひなた保育園つくばみらい  
板橋1813-1  
TEL:0297-21-3451

ひなた保育園やわら  
高戸3561-1  
TEL:0297-21-3081

ひなた保育園みらい平  
陽光台4丁目3-4  
TEL:0297-21-8113

☆詳細はこちら☆

Anfini 市内に個性あふれる3つの保育園  
株式会社アンフィニ つくばみらい市板橋1812-16 TEL:0297-20-7573



区分	施設名・連絡先	所在地	電話番号	受入年齢
公立	わかかさ幼稚園	下島422	0297-58-0014	3歳～ 就学前
	すみれ幼稚園	足高1313	0297-58-3425	
	谷和原幼稚園	上小目600	0297-52-2330	
私立 (認定こども園幼稚園部)	認定こども園ふたばランド	紫峰ヶ丘1-10-4	0297-34-0028	3歳～ 就学前 ※
	富士見ヶ丘認定こども園	富士見ヶ丘4-14-6	0297-44-7280	
	認定こども園ルンビニー学園	陽光台2-35-1	0297-58-8035	
	みらい認定こども園	筒戸3190	0297-21-2185	
私立幼稚園	絹ふたば文化幼稚園	小絹1130	0297-45-3400	

※3歳の誕生日を迎えた時点で入園できる、満3歳児受け入れを行っている所もありますので、詳しくは各園にお問い合わせください。

## 企業主導型保育施設

📍 直接施設へお問い合わせ

	施設名・連絡先	所在地	電話番号
企業主導型 保育施設	さくら保育園 (同)和丸)	陽光台4-3-6	施設のHP内「問い合わせフォーム」よりお問い合わせください。
	ひなた保育園つくば みらい(株アンフィニ)	板橋1813-1	0297-21-3451
	あいぐらん保育園 つくばみらい (株アイگران)	陽光台1-4-5 フラーゼみらい平1階	0297-21-2066
	みらいの苑 (福)仁川会)	富士見ヶ丘4-15-2	0297-21-3577

こどもを預ける

— 広 告 —



### アメリカのカリキュラムを基本にした 幼児教育と英語教育のプログラム

- M&M親子クラス 英語のリズム感と表現を身に着けるプリスクール準備クラス
- プリスクール アメリカの幼児教育カリキュラムを基本にした就園準備スクール
- キンダースクール アメリカのキンダープログラムをベースにした幼稚園児クラス
- 英語幼稚園(全日制) アメリカのキンダープログラムを使用した全日制幼稚園クラス
- アフタースクール 実践的な英語力と自発的な学習能力を育む国際基準の放課後クラス

お問い合わせはこちらから▶ 

つくばみらい市小絹 1245-1 TEL:0297-38-7063

平日 8:00～18:00 日曜日定休 E-Mail info.mirai.i.s@gmail.com 



## 一時預かり(一時保育)

☎直接施設へお問い合わせ

**概要**…パートタイム就労や、病気等による緊急時、育児疲れなどのリフレッシュのために、一時的にお子さんをお預かりします。

**対象者**…小学校就学前までのお子さんで以下にあてはまる場合

※対象者・対象年齢等は施設により異なります。

- ①保護者のパートタイム就労や、技能取得のための職業訓練校への通学などによって、ご家庭での保育が断続的に困難となるお子さん
- ②保護者の病気や出産、ご家族の看護や冠婚葬祭などで、ご家庭での保育が一時的に困難となるお子さん
- ③保護者の育児に伴う心理的・肉体的負担を解消するため保育が必要となるお子さん

**申請できる人**…対象となるお子さんの保護者

**利用料(費用)**…各施設へお問い合わせください。

**申請期日**…各施設へお問い合わせください。

実施施設	所在地	電話番号	受入年齢
谷和原第2保育所	上小目600	0297-52-4217	満1歳～
ルンビニーみらい保育園	陽光台2-29-1	0297-21-4750	生後6か月～
認定こども園ふたばランド	紫峰ヶ丘1-10-4	0297-34-0028	生後6か月～
富士見ヶ丘認定こども園	富士見ヶ丘4-14-6	0297-44-7280	生後6か月～
認定こども園ルンビニー学園	陽光台2-35-1	0297-58-8035	生後6か月～
エンジェル保育園	小絹185-3	0297-52-8225	生後43日～
ちびっこランドみらい平園	富士見ヶ丘1-14-3	0297-44-6126	生後6か月～

(注)施設により利用時間や金額等は異なり、事前に登録・予約が必要です。詳細は各施設にお問い合わせください。

## 病児・病後児保育

☎直接施設へお問い合わせ

**概要**…病気やケガのお子さんを、自宅や保育施設で保育できない場合に、病児・病後児専用スペースでお預かりします。

※病児保育とは、病気の「回復期に至らない場合」であり、かつ当面の症状の急変が認められないお子さんを一時的に預けること

※病後児保育とは、病気の「回復期にある場合」であり、かつ集団保育が困難な場合のお子さんを一時的に預けること



**対象者**…病気やケガ(症状の急変が認められない場合)で、通常の集団保育を受けることができないお子さんや保護者の都合で自宅での看護が難しいお子さん  
 ※罹患している感染症や、お子様の状態によっては利用ができない場合があります。

**申請できる人**…対象となるお子さんの保護者

**利用料(費用)**…各施設へお問い合わせください。

**申請期日**…事前登録が必要です。

登録・利用申込は、ご希望の施設にお問い合わせください。

事業区分	実施施設	所在地	電話番号
病児・病後児保育 (送迎サービス付き専用施設)	マハロ・キッズ保育園	陽光台1-7-7 レオパレス しるびあB号室	公式LINE:  080-9286-1344
病後児保育 (保育施設内併設)	認定こども園 ルンビニー学園	陽光台2-35-1	0297-58-8035
病後児保育 (保育施設内併設)	富士見ヶ丘 認定こども園 (休止中)	富士見ヶ丘4-14-6	0297-44-7280

こどもを預ける

※送迎サービスとは、お子さんが保育園などで体調不良となり、保護者の都合でお迎えができない場合、看護師がタクシーで保護者の代わりに迎えに行き、連携している医師の診察を受け、保護者が迎えに来るまでの間お預かりするサービスです。

広 告



つくばみらい市認可小規模保育施設  
社会福祉法人みらいのこ

子どもたちにとって“もう一つのおうち”

小絹  
そば  
エンジェル保育園  
つくばみらい市小絹185-3  
TEL.0297-52-8225

みらい平  
そば  
エンジェルキッズ  
つくばみらい市陽光台1-7-4  
PRINCESS KOWA101  
TEL.090-4593-3105



# ファミリーサポートセンター

☎ 社会福祉協議会(きらくやますこやか福祉館) ☎0297-57-0205

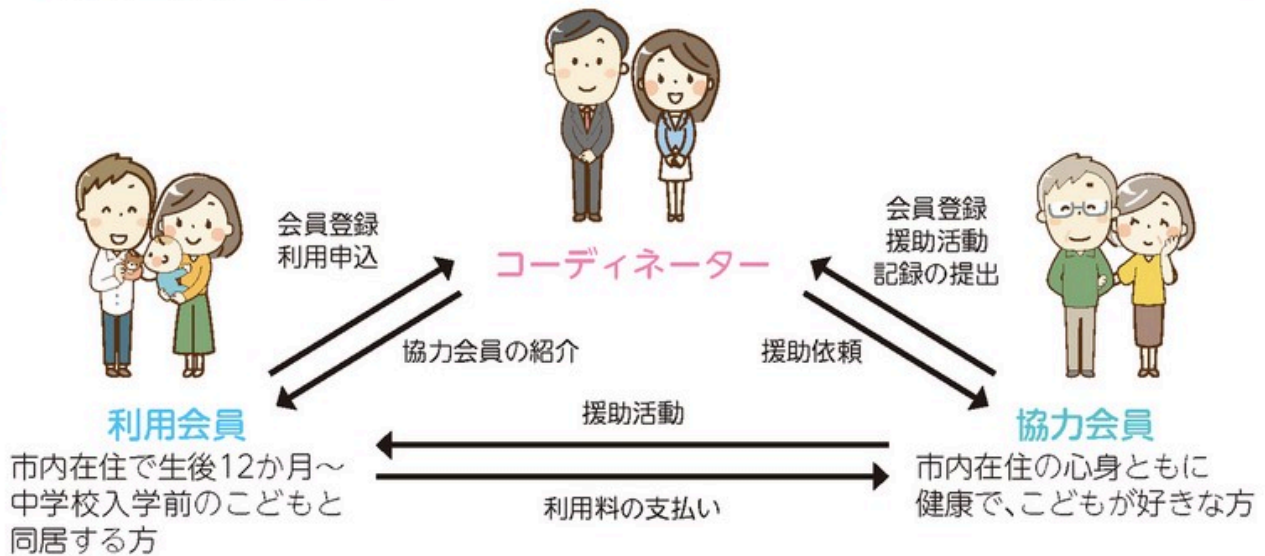
育児の援助を受けたい方(利用会員)と育児の援助を行いたい方(協力会員)が会員登録をし、会員同士の支え合いで子育て中の親子を支援します。

## ◆ 支援の内容

- こどもの預かり
- 保育施設等へのこどもの送迎<sup>※</sup>等  
※送迎は市外の場合、市境界(行政界)より半径3km以内

## ◆ 利用の流れについて

こどもを預ける





## ◆ 利用料金等について

**入会金**…入会金は、両会員ともに1,000円です。

在宅援助 協力会員宅 または 利用会員宅	対象	生後12か月～中学入学前		
	利用時間 料金 (1時間単位)	平日	午前9時～午後5時	700円
			午前7時～午前9時 午後5時～午後8時	800円
		土日 祝日	午前9時～午後5時	800円
			午前7時～午前9時 午後5時～午後8時	900円
センター援助 きらくやま内 託児室	対象	生後12か月～就学前		
	利用時間 料金 (1時間単位)	火～金	午前9時～午後5時 1日最大4時間・週3日	500円
協力施設援助 市内各 子育て支援室 児童館	対象	生後12か月～就学前		
	利用時間	各協力施設の開設時間		
	料金 (1時間単位)	在宅援助と同額		

※利用当日の取り消しは料金が掛かります。

※病児・病後児援助、宿泊を伴う援助は行いません。

※小学生(兄弟姉妹)の援助を同時に2人以上受ける時は、2人目から半額になります。

※送迎・預かりの交通費や協力会員が用意した食事は、別途実費になります。

### 問い合わせ・入会のお申込み

📍 社会福祉協議会(きらくやますこやか福祉館) ☎0297-57-0205





## ショートステイ(子育て短期支援)

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

お子さんの養育が一時的に困難になった場合に、児童養護施設等でお子さんをお預かりします。

**対象児童**…0歳以上18歳未満のお子さん

**利用日数**…1回の申請で利用できる期間は7日以内です。

(ただし場合によっては延長可能)

**利用の流れ**…利用申請の手続き:希望日に施設利用ができるか、おやこ・まるまる

(おやこ・まるまる) サポートセンターにて事前に確認し、利用申請手  
(サポートセンター) 続きをしていただきます。  
(にて受付)

利用する:施設への送迎は、保護者の方をお願いします。

(里親宅の場合は市で移送します)

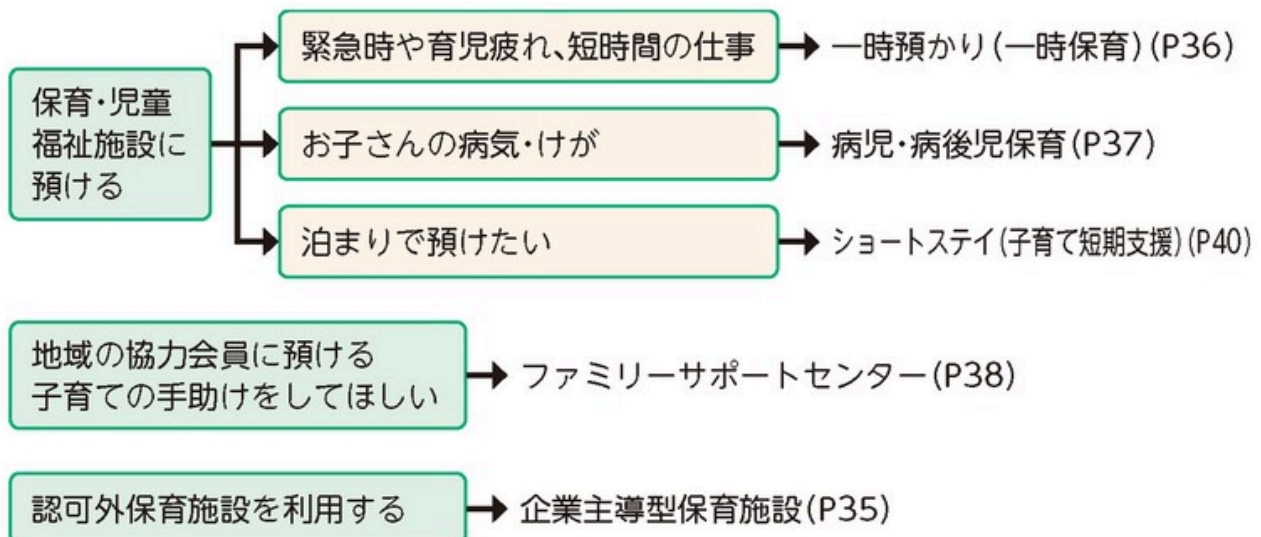
**利用料**…世帯の収入により利用料は変わります。詳しくはお問い合わせください。

※施設等の空き状況等により、ご希望に沿えないことがございます。

## 一時的にお子さんを預けたいとき

保育施設に入園していない方も含めて、家庭の事情によりお子さんを預けることができます。

施設により利用方法や料金が異なりますので、事前に確認し、ご利用ください。





# 学校について

## 市立小学校の入学の前に

📍 学務総務課(教育委員会庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

市立小学校は9校あります。お住まいの住所によって就学する学校が決まっています。地区ごとに通学班をつくって登下校します。

### ◆入学までに行うこと

#### 就学時健康診断

入学の前年の9月～11月の間に就学予定の小学校で行われます。通知は8月末までに、各家庭に届きます。

#### 就学通知書

入学前の1月末までに、入学指定校、入学期日、入学式日時を記載した「就学通知書」を各保護者あてに送付します。指定された学校とは異なる学校に就学する場合は、速やかに学務総務課までご連絡ください。

#### 新入生保護者説明会

入学前の1～2月に、就学予定の小学校にて実施されます。日時は、各学校からお知らせがあります。

学校について





## ◆ 小学校

学校名	所在地	電話番号
小張小学校	小張1661	0297-58-0003
豊小学校	豊体1692	0297-58-1008
伊奈小学校	谷井田2047	0297-58-1143
伊奈東小学校	板橋2379	0297-58-0002
谷和原小学校	加藤241	0297-52-2009
福岡小学校	福岡971	0297-52-5004
小絹小学校	小絹858	0297-52-3008
陽光台小学校	陽光台3-1	0297-44-5817
富士見ヶ丘小学校	富士見ヶ丘2-18-1	0297-34-1223

## ◆ 中学校

学校名	所在地	電話番号
伊奈中学校	市野深600	0297-58-0201
伊奈東中学校	南太田254	0297-58-4631
谷和原中学校	古川950	0297-52-2038
小絹中学校	絹の台1-14-2	0297-52-0505

## ◆ 特別支援学校

学校名	所在地	電話番号
茨城県立伊奈特別支援学校	青古新田300	0297-58-8727

## 放課後のサポート(放課後児童クラブ・放課後子ども教室)

### ◆ 公設児童クラブ

📍 生涯学習課(教育委員会庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

児童クラブは、仕事や病気などで昼間、保護者のいない留守家庭の児童を放課後等にお預かりし、遊びや生活の場を提供して、こどもたちの健全な育成を図ることを目的としています。

設置クラブ…右表参照

開級日…月曜日～土曜日

開級時間…平日 放課後～午後6:00

学校休業日 午前8:30～午後6:00

(夏休みなど長期休業日は、午前7:30～午後6:00)

※延長午後7:00まで



**閉級日**…①日曜日、祝日

②夏期休日(8月13日～8月16日)

③年末年始(12月29日～翌年1月3日)

④教育長が特に必要と認めた日

**入級対象**…保護者が就労などにより昼間家庭にいない、市内公立小学校に就学している児童

**保護者負担金**…月額 4,000円(8月のみ6,000円)

※その他詳細については、市ホームページをご覧ください。

**保護者会費**…月額 2,000円主におやつ代

※金額や内容が変更になる場合があります。

**傷害保険**…700円/年

**入級手続**…児童クラブ入級の申請は電子申請、各児童クラブ(放課後～概ね午後6:00)、生涯学習課(平日午前9:00～午後5:00)にて受付しております。

児童クラブ一覧	電話番号	開設場所	利用定員
小張小児童クラブ	0297-58-5691	小張小学校内専用施設	40名程度
豊小児童クラブ	0297-58-4655	豊小学校内専用施設	40名程度
伊奈小児童クラブ	0297-58-5905	伊奈小学校空き教室	70名程度
伊奈東小児童クラブ	0297-58-5966	伊奈東小学校空き教室	105名程度
谷和原小児童クラブ	0297-52-0111	谷和原小学校専用・空き教室	75名程度
小絹小児童クラブ	0297-52-2930	小絹小学校内専用施設	120名程度
陽光台小児童クラブ	0297-57-0133	陽光台小学校内専用施設 ・体育館2階	240名程度
富士見ヶ丘小児童クラブ	0297-57-0139	富士見ヶ丘小学校内専用施設 ・体育館2階	280名程度

※福岡小学校の児童は谷和原小児童クラブで受け入れます。

### ◆民設児童クラブ

**対象者**…陽光台小学校または富士見ヶ丘小学校に就学する児童  
詳細はホームページをご覧ください。

芽育の社



みらい平児童クラブ





## ◆放課後子ども教室

📍生涯学習課(教育委員会庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

放課後のこどもたちに、学校の教室、体育館等を活用して、放課後の安全安心な活動拠点(居場所)を提供し、異なる学年や友達同士の交流活動の場をつくります。また、地域の方々との様々な体験活動を通して、こどもたちの自主性・創造性・社会性を養うことを目的としています。

**実施日**…5月～3月 週1回

月曜日:伊奈東小学校 富士見ヶ丘小学校

水曜日:小張小学校 伊奈小学校 福岡小学校 小絹小学校

木曜日:豊小学校 谷和原小学校

金曜日:陽光台小学校 伊奈特別支援学校

※学校休業日は実施しません。

※卒業式等、学校行事によっては実施しない場合もあります。

**実施時間**…放課後～午後4:30

※学校、学年で時間が異なります。(保護者のお迎えが必要です)

**参加費**…原則無料です。(材料費がかかる場合があります)

※保険料年間700円は参加者の負担となります。

**対象児童**…市内公立小学校1年生～6年生

伊奈特別支援学校小学部1年生～中学部3年生

**申込方法**…参加申込書にご記入いただき、保険料を添えて生涯学習課へお申し込みください。

【受付場所】生涯学習課:平日午前9:00～午後5:00

## 学習支援事業(みらい教室)

📍社会福祉協議会(保健福祉センター内) ☎0297-21-3240

ご家庭の事情により学習の機会を逸している児童生徒に対し、地域のボランティアの協力をいただき、学習の支援を行います。

**実施日**…毎週日曜日 午前10:00～午後0:00

**対象者**…要保護・準要保護世帯・ひとり親家庭等の小学校高学年から中学生

**参加費**…無料

※申込方法などの詳細はお問い合わせください。



# 子育ての相談

## 子育ての相談窓口

📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

「おやこ・まるまるサポートセンター」では、こどもにまつわるあらゆる相談に応じています。

妊婦さんや、0歳～18歳までのこどもとその保護者の「どうしたらいいんだろう」という困りごとと一緒に考え、良い方向に向くようなお手伝いをします。

子育てのこと、お話してみませんか？

「こんなことで相談なんて…」と思う必要はありません。

自分の気持ちを整理したい。

とりあえず誰かに話を聞いてもらいたい。

そんなきっかけで大丈夫です。

家族や親族や知り合いには話にくいこともあるかと思います。

こどもの育て方や家族のことで悩みなど不安を抱えていたり、つらいと感じるときには、おやこ・まるまるサポートセンターを頼ってくださいね。

※相談内容の秘密は厳守します。

### ◆ 相談方法

**電話相談**…相談に来ることができない時や電話だと話しやすいとき

**面談相談**…直接会って話したいとき、相談内容が複雑なとき、個別のお部屋でお話をお聴きします。

**家庭訪問**…相談に来ることができない、ご家庭でゆっくり相談したいとき、ご希望に応じて家庭訪問を行い、お話をお聴きします。

### ◆ 相談をうけるところ

**場所**…おやこ・まるまるサポートセンター

**電話番号**…0297-44-8822

**相談日時**…月～金 午前8:30～午後5:15(土日・祝日・年末年始は休み)



# おやこにこにこ教室(ペアレント・トレーニング講座)



「いうことを聞かなくて、つい叱ってばかり…」

「かんしゃく起こされて途方に暮れてしまう…」

「子どもとどう接していけばいいのか、悩んでしまう」



子どもとの関わりに困ったり、悩んだりしていませんか？

おやこにこにこ教室で、ちょっとしたコツを学んでみませんか。



子育ての相談

おやこにこにこ教室は子どもにとってわかりやすい伝え方や効果的な対応方法を親が身に付けられるようにサポートする、親支援のためのプログラムです。





## おやこにこにこ教室を受けた保護者の感想



- おやこにこにこ教室に参加してからこどもと向き合う時間が楽しくなりました!
- 自分のこどもへの接し方が変わってこどもが自分でできることが増えました。
- こどもと離れての講義なのでゆっくり話を聞いたり質問できて良かったです!

## 対 象



ことばでの指示が理解でき、ほめられることが分かる、  
概ね3歳～就学前～小学生くらいのお子さんを持つ保護者の皆様です。  
「うちの子はどうか?」と受講を悩んでいる方も気軽にご相談ください。

## 実 施 施 設

- 未就学児  
各子育て支援室で実施しておりますのでお問い合わせください。(P.8～9)  
おやこ・まるまるサポートセンターでもご相談を受け付けております。
- 小学生  
おやこ・まるまるサポートセンターへまずはご相談ください。  
ママ・パパの都合に合わせて講座が受けられるかどうかも含めてご相談いただけます。

その他、おやこにこにこ教室がどのようなものか詳しく知りたい方、育児でお悩みの方はおやこ・まるまるサポートセンターへ気軽にご連絡ください。



📍 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822



## つくばみらい市の相談窓口

健康増進課	予防接種・大人の健康・栄養について	☎0297-25-2100
社会福祉課	障がい福祉サービスについて	☎0297-58-2111(代表)
つくばみらい市社会福祉協議会 基幹相談支援センターポプラ	障がい児・者の相談窓口	☎0297-57-0205
女性相談・DV相談 支援センター～みらサポ～	家庭の不和、離婚、DV相談	☎0297-38-5500

## その他の相談機関

土浦児童相談所	平日 午前8:30～午後5:15	☎029-821-4595
	児童相談全般の相談機関です。虐待の疑いの相談、児童の発達の相談、子育ての悩み、不登校、非行等	
いばらき虐待 ホットライン	24時間対応	☎0293-22-0293
	児童虐待等の相談機関(電話専用24時間対応、休日はありません)	
児童虐待 ホットライン	24時間対応	☎#189
	児童虐待等の相談機関	
つくば保健所	平日 午前8:30～午後5:15	☎029-851-9287
	保健相談、精神疾患、ひきこもりなど	

## 発達支援事業

👉 おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

心身の発達にばらつきや遅れのあるお子さんとその保護者や育てにくさを感じている保護者などに対して、助言、指導を行うことにより、お子さんの発達を支援します。

**対象**…就学前のお子さんとその保護者

### 支援内容

	内容	
発達相談	発達を促すような親と子の関わりなどについて、相談に応じた助言を行います。	
発達支援教室 (予約制)	個別相談	臨床心理士が保護者からの発達に関する相談を受け、助言をします。必要に応じて個別指導及び集団指導の利用等をご案内します。
	個別支援 「にこにこ教室」	臨床心理士や言語聴覚士等により、個々の発達状況に応じた個別支援を行います。
	集団支援 「にこにこランド」 (親子での参加)	指導員(保育士)を中心に、小集団で友だちと関わりながら、動作性の向上、身の自立、集団生活への適応を目指します。



## 総合教育支援センター

### ◆ 教育相談(電話・来所・メール) —————○

☎0297-52-4332    ✉nanohana@city.tsukubamirai.lg.jp

学校生活や家庭教育、対人関係、その他の教育上の諸問題について、教育相談員が相談に応じます。

日時…月～金曜日 午前9:00～午後4:00 (土日、祝日、年末年始は休み)

### ◆ 総合教育支援センター「なのはな」 —————○

☎0297-52-4332

学校に行きたくても行けないでいるこどもたちが、学校に行けるように先生や家族の方々と力を合わせながら支援する教室です。

遊びや学習など様々な活動を通して、生きる力や自信をつけられるようにスタッフがサポートします。

#### なのはなの一日の流れ

午前9:30～午前10:00	学習準備・朝の会
午前10:00～午前10:50	学習1(5教科中心) 小学生は45分学習
午前11:00～午前11:50	学習2(5教科中心)
午後0:00～午後1:00	昼食・休憩
午後1:00～午後2:30	なのはなタイム(自立活動、 生産活動、読書・自主活動・ 表現・体育活動、創作活動)
午後2:30～午後3:00	掃除・帰りの会

- 年3回の校外学習
- 田んぼアートの田植え
- サツマイモ栽培
- ワイヤーアート
- 凧づくり
- 干支置物づくり
- レターラック製作
- 社会科見学
- 卓球、軟式テニス

場所…つくばみらい市上長沼1250

日時…月、火、木、金曜日 午前9:30～午後3:00

水曜日 午前9:30～午後0:00

※長期休業日等は市内小中学校の運用に準じます。



# 緊急医療情報

茨城県小児救急医療啓発サイト  
こどもの救急手引き

ホームページはこちら→  
<https://www.pedqq.pref.ibaraki.jp>



あわてない  
子どもを救う  
やること手引き

子どもの病気やけがは突然やってきます。

「こどもの救急手引き」は  
病院への受診の必要性や対処の方法など、  
適切な情報が簡単に見つかるホームページです。

救急にかかる前に お子さんが急な病気の時に役立ちます

緊急医療情報

夜間や休日などの診療時間外に医療機関を受診するか、病院の診療開始時間まで待つか、判断の目安がわかります。

対象年齢…生後1か月～6歳

公益財団法人 日本小児科学会 [kodomo-qq.jp](http://kodomo-qq.jp)

こどもの救急>気になる症状

こどもの救急(ONLINE-QQ) **検索**

ONLINE   
**こどもの救急**   
<http://kodomo-qq.jp/>

厚生労働科学研究費補助金  
(地域医療基盤開発推進研究事業)  
により作成





## 小児救急当番病院

### 休日昼間

日	時間	病院名	電話番号
金・日	午前9:00～ 午後5:00	総合守谷第一病院	0297-45- 5111
月・火・水・木・土	午前9:00～ 午後5:00	JAとりで総合医療センター ※土曜日のみ正午～午後5時	0297-74- 5551

### 夜間

日	時間	病院名	電話番号
金	午後5:00～ 午後11:00	総合守谷第一病院	0297-45- 5111
月・火・水・木・土・日	午後5:00～ 午後11:00	JAとりで総合医療センター	0297-74- 5551

※情報内容に変更がある場合もありますので、受診される場合は事前に医療機関に直接ご連絡ください。

## こどもが病気のときは…

### ◆ かかりつけ医に相談

かかりつけ医を持ち、日頃から相談できる関係を作っておきましょう。

小児科一覧…P52

### ◆ すぐ受診すべきかどうかわからないときは

茨城子ども救急電話相談…お子さんが急な病気で心配な時ご相談ください。受診可能な医療機関も案内します。看護師がお答えします。(365日 24時間対応)

#8000 または ☎050-5445-2856

### ◆ 誤飲した場合の連絡先

つくば中毒110番(365日 午前9:00～午後9:00対応)…☎029-852-9999

意識が無いなど明らかに緊急を要する急病の場合は、  
ためらわずに119番で救急車を呼んでください。

# 市内医療機関

※五十音順になります。

※茨城県保健福祉部医療局医療政策課が公表している「一般診療所一覧」「歯科診療所一覧」「助産所一覧」を元に作成しています。

※小児対応可の医療機関は★マークがついています。

## ◆小児科

医療機関名	住所	電話番号
みらい平こどもクリニック	紫峰ヶ丘1-17-5	0297-47-2255
みらいの森キッズクリニック	富士見ヶ丘1-24-5	0297-21-9342

## ◆産婦人科

医療機関名	住所	電話番号
つくばみらい遠藤レディースクリニック	富士見ヶ丘1-28-3	0297-47-2055

## ◆助産所

医療機関名	住所	電話番号
BIO HOUSE	紫峰ヶ丘1-18-8	080-1124-6016
マーモセットケア	鬼長389	0297-52-5631

## ◆医療機関

医療機関名	住所	電話番号	小児対応
アイクリニック小田眼科	小張2751-1	0297-58-5058	★
ありま皮膚科クリニック	紫峰ヶ丘1-7-4	0297-38-6116	★
いしかわ耳鼻咽喉科クリニック	紫峰ヶ丘1-8-3	0297-57-8733	★
伊奈クリニック	板橋2243-1	0297-20-7755	★
岡本医院	古川317-1	0297-52-2030	
つくばみらいファミリークリニック	富士見ヶ丘1-8-1	0297-21-8025	★ (1歳以上)
なかざわクリニック	紫峰ヶ丘1-6-7	0297-34-1122	
平井医院	板橋2258-2	0297-58-3311	
ふなやま内科クリニック	絹の台2-10-1	0297-25-3111	★ (1歳以上)
みつ眼科つくばみらい	紫峰ヶ丘4-1-4	0297-44-7732	★
緑クリニック医院	谷井田2215	0297-58-5222	★
みらい平クリニック	陽光台3-11-4	0297-38-4023	★ (小学生以上)
みらい平整形外科クリニック	紫峰ヶ丘1-17-1	0297-44-6636	
みらいの丘整形外科クリニック	南太田500-1	050-8886-1700	★
MED AGRI CLINICつくばみらい	伊奈東37-2	0297-38-8578	
谷井田医院	谷井田1071	0297-57-0500	★



◆ 歯科

医療機関名	住所	電話番号	小児対応
荒木歯科医院	板橋2739-26	0297-58-5431	★
入江歯科医院	小絹156-17	0297-52-2188	★
海老原歯科医院	谷井田2489-1	0297-58-3968	★
おおいわ歯科医院	西丸山159-1	0297-52-0018	★
岡本歯科医院	古川322-1	0297-44-8733	★
絹の台歯科クリニック	絹の台1-10-17	0297-38-4182	★
つくばみらい くどう歯科	紫峰ヶ丘2-4-1	0297-38-4636	★
クラ歯科医院	細代730-2	0297-52-1233	
黒田歯科医院	小絹237-20	0297-52-4110	★
天満デンタルクリニック	陽光台2-18-1	0297-21-3700	★
なかむら矯正歯科クリニック	小絹758-5	0297-52-0960	
はしもと歯科クリニック	板橋2501-4	0297-58-5599	★
ひかり歯科医院	陽光台2-19-2	0297-44-5800	★
ヒロデンタルクリニック	伊奈東33-204	0297-34-1180	★
福島デンタルクリニック	谷井田1379-2 ヤマニビル2階	0297-58-4908	★
福原歯科医院	谷井田2230-2	0297-58-2014	★
医療法人SHPI ふじみがおか歯科クリニック	富士見ヶ丘1-1 ピアシティカスミ店舗内	0297-58-8241	★
松本歯科クリニック	絹の台2-13-9	0297-52-7648	★
みらい平歯科	陽光台4-9-2	0297-57-0410	★
宮田歯科医院	小張2558	0297-58-0088	★
谷井田歯科医院	谷井田1695-3	0297-58-5529	★
陽光台 根本歯科クリニック	陽光台1-18-1	0297-44-7008	★
横張歯科医院	陽光台2-10-2	0297-58-8844	★

〈ご利用にあたって〉

本情報は令和4年10月現在の情報です。電話で確認してから受診してください。

— 広 告 —



医療法人 ふなやま会

**ふなやま内科クリニック**

内科(消化器) 院長 船山 夏子



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
午後 2:30~ 6:00	○	○	/	/	○	/	/

※休診日：水曜午後、木曜午後、土曜午後、日曜、祝日

予約サイト 

つくばみらい市絹の台2-10-1 TEL 0297-25-3111 FAX 0297-25-3110

市内医療機関












子育てマップ



# 子育てマップ

## 凡例

-  公園(市内その他公園は、P.58~60)
-  保育園、幼稚園  学校
-  市役所、庁舎
-  コミュニティセンター、児童館
-  子育て支援室(P.8~10参照)
-  その他施設



# 図書館



図書館HPは  
こちら

※図書館で行う各イベントにつきましては、新型コロナウイルス感染症の影響により変更・中止の可能性があります。  
詳しい実施状況は図書館HPをご確認ください。

施設名	住所	開館時間	休館日	電話
みらい図書館 supported by 成島建設 (図書館本館)	〒300-2341 福田623	午前9:00～ 午後7:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月曜日(祝日を除く)</li> <li>・祝日の翌平日</li> <li>・館内資料整理日 (毎月第3金曜日 8月は第4金曜日)</li> <li>・年末年始 (12月29日から 翌年1月4日まで)</li> <li>・特別整理期間</li> </ul>	0297-58-3710
小絹分館 (小絹コミュニティーセンター内)	〒300-2445 小絹848			0297-34-1818
みらい平分館 (みらい平コミュニティーセンター supported by 成島建設内)	〒300-2359 紫峰ヶ丘4-4-1			0297-38-6108

## ブックスタート

**問** みらい図書館 supported by 成島建設(図書館本館) ☎0297-58-3710

絵本をひらく楽しい「体験」と「絵本」をセットでプレゼントする活動です。  
つくばみらい市では、保健福祉センターで実施している3～4か月児健診の際に、  
絵本の読み聞かせなどを行い、絵本をお渡ししています。  
健診を受診されなかった場合および、健診が中止となった場合は、お子さんが1  
歳になる誕生日までに、健診の案内に同封されている「ブックスタート引換券」と  
母子健康手帳を、図書館本館へお持ちください。絵本をお渡しします。

1歳未満のお子様



## 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」



## 赤ちゃんタイム

問 みらい図書館 supported by 成島建設(図書館本館) ☎0297-58-3710

お子さんと一緒に保護者の方が気兼ねなく図書館を利用できる時間です。

日時 毎月第2木曜日(8月を除く)午前10:00~午後0:00

場所 みらい図書館supported by 成島建設(図書館本館)1階 児童コーナー

赤ちゃんタイムと合わせて実施しています。

- ▶ ちょちょちおはなし会(午前11:00~)0~2歳向けのわらべうたや絵本の読み聞かせ
- ▶ 育児相談(午前10:30~午後0:00)子育て支援室のスタッフによる育児相談

## おはなし会

問 みらい図書館 supported by 成島建設(図書館本館) ☎0297-58-3710

3歳ぐらいからのお子さんを対象にした絵本の読み聞かせ等を行います。

みらい図書館 supported by 成島建設(図書館本館)

日時 毎月第2・4土曜日  
午後2:00~午後2:30

場所 みらい図書館 supported by 成島建設(図書館本館)1階  
児童コーナーおはなし室

図書館小絹分館

日時 毎月第1日曜日  
午前11:00~午前11:30

場所 小絹コミュニティセンター1階  
児童の広場



図書館みらい平分館

日時 毎月第1土曜日 午後2:00~午後2:30、毎月第3土曜日 午前11:00~午前11:30

場所 みらい平コミュニティセンターsupported by 成島建設2階 和室



## 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」

1歳までおでかけ





# 主な都市公園のご紹介



問 都市計画課(谷和原庁舎) ☎0297-58-2111(代表)

## 絹の台桜公園

P 48台  
WC



多目的広場の桜が咲く時期には花見客で賑わいます。総延長50mのローラーすべり台があります。

■ 駐車場利用時間 午前9:00～午後4:00(10～3月)  
午前9:00～午後5:00(4～9月)

■ 所在 絹の台3-2外

## YAWARA 福岡堰さくら公園

P 60台  
WC



春にはたくさんの桜が咲き、夏には親水施設が稼働します。また、大型の複合遊具は子ども達にとっても人気です。

■ 所在 北山2633-7外

## みらいの森公園

P 21台  
WC



みらい平地区で最も大きな公園で大型複合遊具があります。

■ 所在 富士見ヶ丘1-25-1外

## てんとうむし公園



複合遊具と幼児向けのスイング遊具があります。

■ 所在 富士見ヶ丘1-10-1

## くわがた公園



岩山をイメージした遊具とブランコがあります。

■ 所在 富士見ヶ丘2-10-1

いっしょにおでかけ

## 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」





凡例 P 駐車場 WC トイレ

### かえる公園



調節池を眺めながらゆっくりと過ごせる休憩広場や、ザイルクライム遊具があります。

所在 富士見ヶ丘3-14

### ほたる公園



ターザンロープやシーソーがあります。

所在 富士見ヶ丘4-26-21

### きょうりゅう公園



恐竜型遊具とローラーすべり台、砂場があります。

所在 紫峰ヶ丘1-16-1

### とんぼ公園



砂場の中に設置した複合遊具があります。

所在 紫峰ヶ丘2-10

### かたつむり公園



すべり台やクライム型遊具があります。

所在 紫峰ヶ丘3-16-6

### みらい平どんぐり公園



地域活動などでも利用できるよう広い芝生の広場があります。

所在 紫峰ヶ丘4-5-1



## 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」



凡例 P 駐車場 WC トイレ

### ちょうちょう公園



ちょうちょうのようなモチーフのすべり台やシーソーがあります。

所在 紫峰ヶ丘5-32-16

### なかよし公園



昔ながらの児童用ブランコや広場があります。

所在 陽光台2-11-6

### みらい平さくら公園



P 18台  
WC

幼児用ブランコ・斜面を利用したすべり台・複合遊具などがあります。

所在 陽光台3-45

### 石の公園



意匠的に石を配置したスペースや複合遊具で楽しめます。

所在 陽光台3-20

### すこやか公園



運動やりフレッシュできる、大人向けの健康遊具があります。

所在 陽光台4-8-1



つくばみらい市HP  
公園施設案内はこちら



いじりまじり遊び

## 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」





# 赤ちゃんの駅 ~みらいっ子ステーション~



**問** おやこ・まるまるサポートセンター ☎0297-44-8822

授乳と、おむつ替えができるスペースとして「赤ちゃんの駅」を設置しています。  
外出中などに、授乳やおむつ替えが必要になったときはお気軽にご利用ください。  
※使用済おむつについては、各施設の処理方法を守ってください。



## ★公共施設

No	公共施設名	授乳室	おむつ交換台	所在地
1	おやこ・まるまるサポートセンター	○	○	陽光台3-9-1
2	伊奈庁舎	○	○	福田195
3	谷和原庁舎	○	○	加藤237
4	保健福祉センター	○	○	古川1015-1
5	すこやか福祉館 (きらくやまふれあいの丘)	○	○	神生530
6	世代ふれあいの館 (きらくやまふれあいの丘)	○	○	神生530
7	小絹児童館	○	○	絹の台3-1-4
8	教育委員会教育棟	×	○	福田195
9	日本スポーツ振興パークみらい (総合運動公園)	○	○	小張1770
10	みらい図書館 supported by 成島建設(図書館本館)	○	○	福田623
11	伊奈公民館	○	○	福田195
12	谷和原公民館	○	○	古川1025
13	谷井田コミュニティセンター	○	○	谷井田1960
14	板橋コミュニティセンター	○	○	板橋2675-1
15	小絹コミュニティセンター	○	○	小絹848
16	みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設	○	○	紫峰ヶ丘4-4-1

## ★民間施設

No	民間施設名	授乳室	おむつ交換台	所在地
1	DCM ホーマック つくばみらい店	×	○	絹の台6-20-1
2	株式会社ヨークベニマル つくばみらい店	○	○	絹の台6-20-1
3	ドコモショップ みらい平駅前店	×	○	陽光台1-7-2 STATION TOWER TOYOSHIMA 1F
4	ウエルシア つくばみらい伊奈店	×	○	谷井田字北耕地1332
5	株式会社カスミ 谷井田店	×	○	谷井田1244-1
6	ジェームス 谷和原インター店	×	○	小絹165-1
7	クリエイトS・D つくばみらい店	×	○	絹の台1-6-1
8	茨城スバル自動車株式会社 守谷店	○	○	筒戸3346-1
9	出光リテール販売株式会社 関東カンパニーみらい平SS	×	○	陽光台2-17-3
10	タイヤ館 294 谷和原インター	×	○	小絹96-7
11	ドラッグストアクラモチ 谷和原店	×	○	小絹925-3
12	ツルハドラッグ みらい平店	×	○	紫峰ヶ丘1-2-1
13	筑波銀行みらい平支店	×	○	紫峰ヶ丘1-2-5
14	ピジョン株式会社中央研究所	○	○	絹の台6-20-4
15	au ショップみらい平	○	○	紫峰ヶ丘1-1-2

## ★公園ほか

No	公園等名	授乳室	おむつ交換台
1	みらいの森公園内トイレ	×	○
2	みらい平さくら公園内トイレ	×	○
3	YAWARA福岡堰さくら公園 (南側)内トイレ	×	○
4	みらい平駅前トイレ	×	○



### 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」





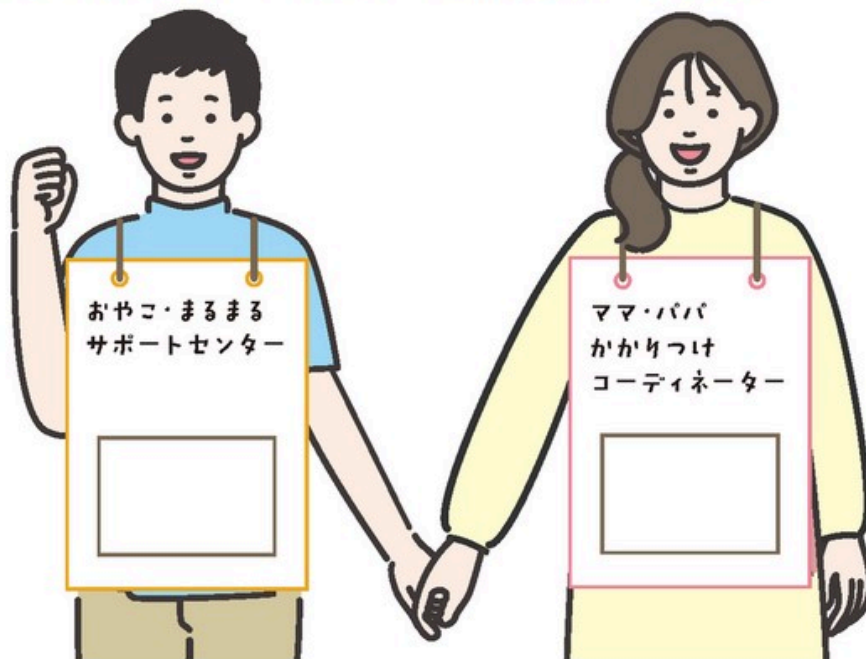
子育てに まるっと伴走 つくばみらい

# とっておくと便利！情報



妊娠中からみなさんの子育てを応援・サポートします。  
誰かに話をしたくなったり、困ったときには私たちが思い出してください。一緒に悩み、一緒に考えサポートします。

☎おやこ・まるまるサポートセンター 連絡先: 0297-44-8822



## ▼成長記録会



各子育て支援室でお子さんの体重と身長を測ることができます

## ▼すくすく広場



育児のちょっとした疑問や不安を相談したり、お子さんの体重を測ることができます

## ▼赤ちゃんの駅



授乳とおむつ替えができるスペースとして「赤ちゃんの駅」を設置しています



お子さんの乳幼児健診に関するHPはこちら



おやこ・まるまるサポートセンター HPはこちら

とっておくと便利！情報

# つくばみらい市 子育て ハンドブック

2023～2024年

令和5年4月発行

## 発行

つくばみらい市 保健福祉部  
こども局 おやこ・まるまるサポートセンター  
〒300-2358 茨城県つくばみらい市陽光台3丁目9番地1  
TEL.0297-44-8822  
株式会社サイネックス

## 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 つくば支店  
〒305-0817 茨城県つくば市研究学園5-20-2  
TEL.029-858-0570

※掲載している広告は、令和5年2月現在の情報です。



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

無断で複写、転載することはご遠慮ください。

本文に掲載のQRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。





時空戦士  
**イバライガー**

イバライガー公式スポンサー

正義の宿った建物に  
リフォームが  
そのままに

茨城  
元気計画  
LOAD OUR HEARTS

「足場・塗装・雨漏り調査」その他リフォーム

**SUN・STEP**

株式会社サン・ステップ リフォーム部

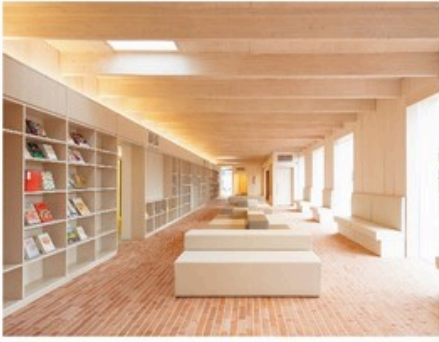
TEL0297-57-7770

つくばみらい市野堀476-35

<http://sun-step.com>



# なないろレディースクリニック



NANAIRO

外来棟



小児科 [なないろキッズクリニック] 併設  
 自然分娩・産後ケア [なないろもあパースクリニック] 併設  
 皮膚科・美容皮膚科 [なないろスキンクリニック] 併設  
 一時預かり託児施設 [なないろのおうち] 併設

患者様のバースプランに従いオーダーメイドケアいたします  
 分娩（立会出産可）、不妊相談、更年期相談、ピル相談  
 漢方相談、各種婦人科検査、避妊指導  
 母体保護法指定医

診療科目 産婦人科  
 診療時間 9:00～12:00, 15:00～18:00  
 休診日 水曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日  
 電話 029-860-7716 [要予約]  
 住所 つくば市西大沼 636-10  
<https://www.nanairo.or.jp>



入院棟

