



2024年



東松島市



子育て ガイドブック



東松島市子育てガイドブック電子書籍

パソコンやスマホでも「東松島市子育てガイドブック
(電子書籍)」をご覧ください

電子書籍の閲覧は、2025年1月より可



東松島市
×
株式会社
サイネックス

2024年

東松島市

子育て ガイドブック

「東松島市 子育てガイドブック」は、
お子さんを授かった方や、これから
東松島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。
子育て関連施設や公園マップも
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。

Point

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
分かりやすく表示しています。



Point

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。



ファミリーサポート事業

ファミリーサポートセンター(矢本子育て支援センターほっとふる内) ☎84-2676
地域において子育ての支援を受けたい人と支援できる人が会員となり子育てを助け合
う事業です。

依頼会員	子どもを預かってほしい方	両方に当てはまる方または市内に居住してい る方。生後2か月～小学6年生までのお子 さんがいる保護者の方
提供会員	子どもを預かることができる方	市内にお住まいの20歳以上の方
両方会員	依頼会員と提供会員の両方になる方	

例えばこんなとき→

仕事があって
保育室の送迎が難しい。

実習室に行きたい。

たまには友人と
ゆっくりランチに...

上の子の遊樂が疲
れ、しっかり寝たい。

読書活動をした。

会員同士、条件の合う方を紹介し、
調整を受講した提供会員が
大ににお子さんをお預かりします。



利用時間	料金(1時間)	以降30分毎
月～金曜日 7:00～19:00	600円	300円
土～日曜日 19:00～21:00	700円	350円
1. 1時間以上利用する場合は、		



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。

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
でお出かけできる公園や
その他市内の施設紹介も
掲載。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。

発刊にあたって

東松島市ではまちづくりの基本理念のひとつとして「地域全体で支える学びと子育て環境の充実」を目指しています。

この「子育てしやすく誰もが健康で安心して暮らせるまち」を目指すため、「東松島市 子育てガイドブック」を作成しました。

このガイドブックには、子どもに関する保健・福祉・医療などの子育てに関する各種制度、保育所・幼稚園などの子育て支援関連施設、市内病院などの施設情報や妊娠・出産、乳幼児健診、予防接種、子育てに関わる相談情報、市内の公園施設など、子育てに必要とされている情報を子どもの成長や発達に沿って、わかりやすくまとめ掲載しています。

子育てに関わるすべての方々に、このガイドブックを活用していただき、子育てしやすいまちづくりの一助となれば幸いです。

広 告

医療法人 医徳会

救急指定



真壁病院

■診療時間

月～金 午前 8:30～11:30
午後 2:00～ 4:00
土 午前 8:30～11:30

※第1、第3、第5土曜休診、日祝日休診

■診療科目

内科、外科、循環器内科、消化器外科、
整形外科、小児科、泌尿器科、
リハビリテーション科 他

〒981-0503 東松島市矢本字鹿石前109-4

☎0225-82-7111

※小児科の診療時間は上記の通りではございません。詳しくは右のQRコードより、
ホームページ診療予定表をご覧ください。窓口にお問い合わせ下さい。





I N D E X



04 | 子育てカレンダー

06 | 子育てお助けスポット

08 | 公園に行こう♪

東松島市公園MAP	08
公園情報	10

17 | 市内の施設

19 | 子育て支援センター

子育て支援センターはどんなところ？	19
-------------------	----

22 | ファミリーサポート事業

例えばこんなとき…	22
-----------	----

23 | 自主子育てサークル・学習会

こっこクラブ	23
東松島ママサロン	23
すこやか学級	24

25 | こんな時は

こんなことで悩んでいませんか？	25
まわりでみかけたら…	25

26 | 妊娠・出産

妊娠中・産後のサポート・サービス	26
子育て中のサポート・サービス	28

30 | 予防接種

31 | 保育所(園)・幼稚園

公立保育所	31
私立保育園	31
小規模保育事業施設	31
認可外保育園	31
私立幼稚園	31

32 | 児童発達支援

障害児デイケアセンターこどもの広場	32
レインボー紙風船	32
児童発達支援・放課後デイサービス ピース	32
Pomup(ポムアップ)	32

33 | 就学児向け

放課後児童クラブ	33
放課後等デイサービス	33

広 告

学校法人 いわき 石輝学園 幼 矢本はなぶさ幼稚園

～ ところのつぶやきたいせつに ～

体 けんきな子 **徳** ゆたかな子 **知** かんがえる子

東松島市赤井字川前式215-1

TEL0225-83-3423 FAX0225-83-3830

本園HP



34 | 手当・助成

児童手当	34
子ども医療費助成	35

36 | ひとり親家庭

母子・父子家庭医療助成	36
児童扶養手当	36
母子父子寡婦福祉資金貸付金	36
電話相談先	36

37 | 補助・支援サービス

東松島市就学援助費について	37
東松島市奨学資金貸付制度	38

40 | 児童虐待・DV防止

児童虐待の定義	40
児童相談所全国共通ダイヤルについて	40
DVの定義と種類	41
DV相談窓口について	42

43 | 相談窓口

市の電話相談窓口	43
その他の電話相談窓口	43
相談支援事業所	43
県発達障害者支援センター「えくぼ」	43

44 | 医療機関等

市内の医療機関	44
市内の歯科医院	45
石巻圏の病院	45
産婦人科・婦人科	46
小児科・小児科のある医療機関	46
助産院	46

47 | 病気・ケガのとき

熱	47
熱性けいれん	47
頭を打った	47
小児救急電話相談	48

49 | 警察・消防

事故・事件(110)	49
火事・救急(119)	49
救急車を呼ぶ 119番応答例	49

50 | 食と健康のインフォメーション

52 | おうちの危険箇所チェック

54 | 防災グッズチェックリスト



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



PATTO
リリカル

マド本舗

窓まわり・水まわり・外構・カーポート
ガレージ・フェンスなど

～お気軽にご相談下さい～

住まいの
お悩み
解決します

リフォームのプロショップ

じゅうき

千葉トーヨー住器株式会社

営業時間 / 8:30～17:30

定休日 / 日祝日・第二・四土曜日

<https://www.pattolixil-madohonpo.jp/shop/miyagi/mh000166>

東松島市小松字冲砂利前296

☎ 0225-82-7291





妊娠中

- 母子健康手帳 P26
- 妊婦一般健康診査 P26
- 妊婦歯科健診 P26

誕生

- 新生児聴覚検査 P28
- 産婦健康診査 P26
- 乳幼児健診 P28~29
- 予防接種 P30

3~6か月

- 赤ちゃん訪問 P28

- 妊産婦・子どもの健康相談 P26

- 各種相談窓口 P43

- 出産・育児相談 P43

- 子育て支援センター P19

- DV(配偶者・パートナーからの暴力)相談窓口 P42

相談・訪問・窓口

その他支援



- 児童手当・医療費助成 P34・36

- ファミリーサポート事業 P22

- ひとり親家庭 P36

- 産前産後ヘルパー事業(6か月まで) P26

- 産後ケア事業(1歳まで) P28

広告

各種予防接種、毎日受付しております

やもと内科クリニック

院長 大前 輝彦

内科・外科・肛門外科・小児科・消化器内科・糖尿病内科

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
午後 13:30 ~ 18:00	●	●	●	△	●	△

【休診日】

木曜午後 土曜午後
日曜 祝祭日

東松島市矢本字大溜325番地
neo-yamoto-naika.com

0225-98-3260





7～11か月

1～3歳

4～5歳

小・中学校～



● 保育所(園)・幼稚園 P31

● 放課後児童クラブ P33



「それって本当？」 子育ての疑問 Q & A

Q だっこばかりしていると抱きぐせがついて、手がかかる？

A だっこは大事なスキンシップ！

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



子育てお助けスポット

子育ての相談ができる場所は？

- ✦ P19～21 子育て支援センター
来館・電話相談
- ✦ P43 保健相談センター
市の栄養士や保健師
P43 相談窓口
様々な電話相談の連絡先



子どもを遊ばせたい！

- ✦ P08～16 東松島市公園MAP
公園の地図・住所・遊具の紹介
写真も載っています
- ✦ P19～21 子育て支援センター
自由来館・イベント・お誕生会・
おはなし会



子育ての情報を知りたい！！

- ✦ P19～21 子育て支援センター
 - 子育てで通信…イベント、講座、子育てのアドバイスなど
 - 図書コーナー…子育てに関する本(貸出しもしています)
 - 掲示物…お出かけ情報コーナー
子育て・マタニティ情報
不用になったベビー用品などのゆずります・
ゆずってくださいコーナー
講座、イベントなどの情報



広 告

一明日への歩み、地域とともにー
 **JAいしのまき**
 お子さま(お孫さま)の教育資金の
 備えと万一保障に



石巻共済センター(中里) 桃生共済センター
 ☎ 22-1113 ☎ 76-3130
 石巻共済センター(稲井) 河南共済センター
 ☎ 90-3691 ☎ 72-4056
 河北共済センター 東松島共済センター
 ☎ 62-3211 ☎ 82-2152



 **JA共済**

子育てについて勉強したい!

- ✿ P19～21 子育て支援センター
 - 赤ちゃん講座
 - 子育て講座
- ✿ P24 すこやか学級

6月～翌年2月頃まで計9回程度
講話・実技・実習・移動学習など



ママ友や知り合いがほしい!!

- ✿ P19～21 子育て支援センター
 - ほっとふる・あいあいに来館して一緒に遊びながら、子育て中の親子同士交流してみませんか?
- ✿ P23 こっこクラブ

見学の申し込みなどは子育て支援センターまでお問い合わせください。

リフレッシュしたい!! 子どもを預かってほしい

- ✿ P19～21 子育て支援センター
 - 民間の保育園・託児施設の情報を掲示しています。
- ✿ P22 ファミリーサポート事業

会員登録をして地域で子育てを助け合う事業です。
- ✿ P31 保育所の一時保育事業



広 告

(株)櫻井建設

住まいに関するごまりごと
お客様の立場になって
解決いたします!

☎ (0225) 87-2122

東松島市牛網字駅前一丁目3番地の8



<http://www.sakurai-info.net>

公園に行こう

東松島市公園

MAP



広 告

土地・建物・売買・仲介・設計・施工



住まいのトータルプランナー

浅野不動産株式会社

浅野建築設計事務所

宮城県知事免許(2)第6284号

御来店の際はお気軽に御一報下さい

TEL.0225-82-8320

FAX.0225-82-8327

東松島市矢本町浦100-22





P10~P16
公園情報の見かた

- … 遊具あり
- … トイレあり
- … 休憩所あり
- … 駐車場あり



広告

外科・内科・整形外科・胃腸内科・肛門内科

鳴瀬中央医院

院長 齋藤 雄 康

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

休診日/日曜・祝日

東松島市牛網字新上江戸原81-1 駐車場有り

☎0225-87-3853

1 山崎公園 大塩

【鷹来の森運動公園内】

📍 大塩字山崎5-16

☎ 82-1101

📅 休園日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

🕒 開園時間 8:30 ~ 21:00 日曜日は8:30 ~ 17:00



長〜いすべり台は
半分ローラーすべり台♪



アニマルベンチや
ファミリーハウス
かわいいね!



2 鈴ヶ原公園 大塩

📍 大塩字緑ヶ丘三丁目4



3 新山公園 大塩

📍 大塩字緑ヶ丘一丁目2



おもしろい
すべり台が
あるよ!



「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。



4 上河戸公園 矢本

📍 矢本字上河戸292-7



頂上付近の
東屋からは、
海が見えるよ。

5 滝山公園 矢本

📍 矢本字上館下118-4



6 下町公園 矢本

📍 矢本字下浦226



きりんせんすべり台



「それって本当？」子育ての疑問 Q & A

Q おむつは早めにはずした方がいい？

A 子どもの様子を見ながら、あせらずに

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



7 大溜公園 矢本

📍 矢本字大溜84-1



広い広場で
かけっこができるよ！

8 東矢本中央公園

📍 小松字下浮足101番地先



9 関の内公園 矢本

📍 矢本字関の内74-17



楽しい遊具が
いっぱい♪

広告

焼肉・すきやき・しゃぶしゃぶ
ファミリーハウス
みちのく

小宴会から45名様位まで御会席受付
東松島市大曲字堺堀147-4
882-6999



10 矢本運動公園

📍 大曲字堺堀80



11 ガス & ライフ 矢本海浜緑地公園

📍 大曲字下台



広い公園で
のびのび遊べるね。



12 横沼公園 大曲

📍 大曲字堺堀173-3



— 広 告 —



建設工事一式

丸寿商機株式会社

宮城県東松島市大曲字小脇浦74-2

TEL.0225-84-1110

FAX.0225-84-1178

E-mail:maruju-hn.841110@heart.ocn.ne.jp



13 筒場公園 大曲

📍 大曲字筒場89-4



保育所のすぐ隣で
楽しい声が
聞こえてきそう♪



14 有明公園 赤井

📍 赤井字有明9-10



赤いブランコ
かわいいね！



15 川南公園 赤井

📍 赤井字川南7-9



小さい～大きい遊具が
いろいろあるので、
さまざまな年齢のお友達が
楽しめそう♪



「それって本当？」 子育ての疑問 Q & A

Q 日光浴をさせないとビタミンDが不足する病気になる？

A 「日光浴」から外の空気に慣れさせる「外気浴」へ

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



16 駅前東公園

📍 牛網字駅前東6-4



17 小野風の子公園

📍 小野字中央41



18 奥松島運動公園

📍 野蒜字亀岡62-1



— 広 告 —

LPガス・灯油
ガス石油器具・配管工事

鳴瀬ガス 株式会社

東松島市小野字中央37-2

TEL0225-87-2261

FAX0225-87-2235

19 水の公園 野蒜

📍 野蒜ヶ丘二丁目18-1



楽しい遊具があるよ！



20 木の公園 野蒜

📍 野蒜ヶ丘三丁目17-7



21 さとはま縄文の里 史跡公園

📍 宮戸字西畑



広告



郵便局

矢本郵便局 0225-82-2150 宮城赤井郵便局 0225-82-4196

大塩郵便局 0225-82-4195 鳴瀬郵便局 0225-87-2160

野蒜郵便局 0225-88-3060 宮戸郵便局 0225-88-2260

市内の施設

東松島市図書館



📍 矢本字大溜 1-1 ☎82-1120 FAX: 82-1121

本(雑誌・紙芝居を含む)は10冊まで2週間
視聴覚資料各3点まで(DVD、CDそれぞれ3点、児童DVDは1点までとなります。)
2週間貸し出しできます。



	曜 日	時 間
開館日	火～金曜日	10:00～18:00
	土・日曜日・祝日	10:00～17:00
休館日	毎週月曜日※ 毎月最終金曜日(図書整理日)※ ※祝日にあたる場合変動あり 年末年始・蔵書点検期間	

ひろひろひろひろひろひろひろひろひろひろ

ちっちゃい子向けおはなし会
(0～3歳児向け)

第1・3水曜日11:00～11:30

おはなし会

毎週土曜日10:30～11:00

奥松島縄文村歴史資料館

📍 宮戸字里 81-18
☎88-3927 FAX: 88-3928

日本最大の貝塚「里浜貝塚」から見つかった土器や漁具、アクセサリー、縄文人の骨など「縄文」をまるごと学べる施設です。
年間を通じて縄文時代を体験・体感できる、体験メニューやイベントも開催しています。

	曜 日	時 間
開館日	日～火曜日、木～土	9:00～16:30
休館日	毎週水曜日・年末年始	
入館料		個 人 団 体
	一 般	400円 300円
	高校生	300円 200円
	小中学生	150円 100円



「それって本当？」子育ての疑問 Q & A

Q お風呂上がりには湯冷ましを飲ませた方がいい？

A ミルクや母乳で水分補給はできます

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



市内の施設



東松島市健康増進センター ダンロップスポーツウェルネスゆぶと



ダンロップスポーツ
ウェルネスゆぶとHP

📍 矢本字河戸 342-2 ☎ 84-3855 FAX: 83-6186

プール・トレーニングジムの利用は、閉館の30分前までの利用となります。

ジュニア水泳教室もあります。

おむつが外れていないお子様でも幼児プール限定で遊べます。スイムキャップ・水遊び用の紙おむつの上に水着を着用してください。



	曜 日	時 間
営業時間	平 日	9:30~21:30
	土・日曜日・祝日	9:30~21:00
休館日	毎週木曜日	



広 告



株式
会社

宮城電気サービス

業 務 内 容

- 総合電気設備工事
- 冷暖房設備工事業務修理
- 家庭電気製品販売修理(各社)
- 衛生設備工事業務土工事
- 配管設備工事業務修理
- 交通信号機工事
- 消防設備工事



株式会社宮城電気サービス 検索

〒981-0502 宮城県東松島市大曲字堺堀135-34

TEL:0225-82-3580 FAX:0225-82-5873





子育て支援センター

子育て支援センターはどんなところ？

● 親子のふれあいの場

親子が自由に遊べ、利用者同士のふれ合いも持てる場です。

● 子育てについての相談の場

子育てについてのさまざまな相談を来館・電話でお受けします。

育児やしつけ、遊び場や友だちのこと、健康のことで悩んでいませんか？
お気軽にご相談ください。



子育て支援センター

- ・ほっとふる 月～金曜日 9:00～16:00
月2回土曜日オープン 9:00～16:00
- ・あいあい 月～木曜日 9:00～16:00

相談電話

- ・ほっとふる 9:00～17:00 ☎84-2676
- ・あいあい 9:00～17:00 ☎87-2338

赤ちゃんの
あやし方が
わからない…

首が座ったので
おんぶをしたいんだけど、
どうやってた
いいのかしら？

うちの子
だだをこねてばかり。
子どものしつけは
どうすればいいの？



広告

歯科・小児歯科・歯科口腔外科



さんかく デンタルクリニック

〒981-0503
東松島市矢本字関の内1-5
TEL/FAX 0225-25-5814

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～13:00	●	●	休	●	●	●	▲
14:30～19:00	●	●	診	●	●	●	▲

土曜日・日曜日
診療

▲日曜日は
午前 9:00～13:00
午後 休診

● 子育てに関する情報を提供する場

子育てに関するさまざまな情報を、センター内の掲示板や図書、資料などで提供しています。

また、親子同士の情報交換にもご利用ください。
機関紙『子育て通信』を毎月発行しています。(市のHPからも閲覧できます)



館内の掲示板

● 親同士の交流や学習の場

子育て講座などを通して、親同士が気軽に交流し、子育てについて学び合える場です。



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、しだいに自分でつっぽろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

● 矢本子育て支援センター ほっとふる

〒981-0503

東松島市矢本字大溜9-1

☎84-2676 FAX:84-2853



子育て支援センター

● 鳴瀬子育て支援センター あいあい

〒981-0303

東松島市小野字新宮前5(市役所鳴瀬庁舎2階)

☎87-2338 FAX:87-2338



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、**おでことおでこでぐっつんこ**。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」



ファミリーサポート事業

☎ ファミリーサポートセンター(矢本子育て支援センターほっとふる内) ☎84-2676

地域において子育ての支援を受けたい人と支援できる人が会員となり子育てを助ける事業です。

依頼会員	子どもを預ってほしい方	市内にお住まいの方または市内に勤務している方で、生後2か月～小学6年生までのお子さんがいる保護者の方
提供会員	子どもを預かることができる方	市内にお住まいの20歳以上の方
両方会員	依頼会員と提供会員の両方を兼ねる方	

例えばこんなとき…

仕事があって
保育園の送迎が難しい。

美容室に行きたい。

たまには友人と
ゆっくりランチに…

上の子の授業参観。
しっかり見たい。

就職活動をしたい。

会員同士、条件の近い方をご紹介します。
講習を受講した提供会員が
大切にお子さんをお預かりします。



利用時間	料金(1時間)	以降30分毎
月～金曜日 7:00～19:00	600円	300円
月～金曜日 19:00～21:00 土・日曜日・祝日・年末年始	700円	350円

※二人目(きょうだいの下の子)は半額です。

※万一の事故に備えてファミリーサポート保険に加入しています。



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、少し引っ張ってみます。手を離してしまったら、もう一度チャレンジ。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



自主子育てサークル・学習会

☎ 子育て支援センター(ほっとふる ☎84-2676 / あいあい ☎87-2338)

こっこクラブ

子育てをもっと楽しむためのサークルです。季節の行事や工作、アロマ教室やリトミック、消防署見学や自衛隊見学など、年間盛りだくさんの内容で活動しています。

活動日 第1、第3火曜日 10:00～13:00

主な活動場所 上町地区学習等供用施設

会費 年間1,000円

最近の活動 季節の制作、工場見学、地域のボランティア活動など



東松島ママサロン

東松島ママサロンは、子育て中の方々にほっと息抜きができる場所を提供しています。子どもたちを遊ばせながら、お茶を飲んだり情報交換をしませんか？

普段はご予約も不要ですので気軽に遊びに来てください。

0歳～5歳のお子様が来ています。プレママ＆ママだけ参加、パパの参加も大歓迎です！

(協力: 矢本西コミュニティ協議会健康福祉部会 石巻専修大学高橋有香里ゼミナール)

活動日 月1回水曜日 10:00～11:30

(開催日、連絡先等詳細は『東松島ママサロン』で検索していただくか、各市民センターやほっとふる等のポスターに掲示されているQRコードからご覧ください。)

主な活動場所 矢本西市民センター

会費 1人100円(活動費、おやつ代等)



園 生涯学習課 社会教育係 ☎82-1111 内線3323

就学前のお子さんを育てているお母さん、お父さん、出産予定の方などを対象に、子育てに関する知識を楽しく学んだり、親同士で交流したり、お子さんとリフレッシュすることが出来る事業です。

保育ボランティアの方々による託児もありますので安心して受講できます。

子育て講座・健康講座・食育講座・音楽鑑賞・人形劇鑑賞・親子ピクニックなど、年9回実施しています。



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」



こんな時は

こんなことで悩んでいませんか？

しつけのつもりが…
いろいろして必要以上にしかったり、
たたいたりしてしまう私は
子育てに向いていないのでは…
と、悩んでいませんか？



悩んでいるのは、あなただけでは
ありません。
このような時は、信頼できる人に相
談しましょう。話をするだけで“楽”
になることも多いのです。

こ
ん
な
時
は

自分を責めないで
あなた自身もつらいのが
わかります。決して
自分を責めないで。

心を開いて
勇気をもって誰かと
話してみても？
きっと理解して
くれるはず

立ち止まり見つめて
子どもの声を聴いて
いますか？子どもも
つらい思いをして
います。

ひとりで悩まないで
笑顔を取り戻せる日が
来ることを信じて。
あなたは、ひとりでは
ないのです。

まわりでみかけたら…

決して責めないで

見かけたことだけで決して責めないでください。
いろいろなことが複雑に絡みあっていることが多いのです。
気づいたら、まず連絡・相談を。

子どもの様子がおかしいと気づいたら、保健師、保育所や幼稚園の先生、民生委員児童委員などに相談するか、相談機関に連絡してください。うわさ話だけでは問題の解決にはなりません。

自分の元気がないときは…

子育て支援センターに遊びに行ってお話をしたり、児童相談所、保健相談センターなどの電話相談を利用してみませんか？

自分の気持ちを「話す」ことは、自然と心の整理ができるので、ストレス軽減効果があります。



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」

妊娠中・産後のサポート・サービス

妊娠初期
～ 15週

妊娠中期
16～27週

- ★ 子育て支援アプリ(すくすくアプリひがマーチ)を登録する
- ★ 母子手帳を受け取る
- ★ 出産応援金を申請する

- ★ 妊婦歯科健診を受ける

歯科医療機関で
助成券を使用して受ける



妊婦健診4週に1回

2週に1回

医療機関で助成券を
使用して受ける

サポート・サービス

相談会・オンライン相談は
すくすくアプリひがマーチ
(母子モ)で予約できます

妊産婦・子どもの健康相談 月1回・予約制

産前産後ヘルパー事業 母子手帳交付後から産後6か月になる前日

産前・産後に県外の医療機関などで
妊婦健診・産婦健診・新生児聴覚検査を受けられる方

『妊婦健康診査受診票(助成券)』『産婦健康診査受診票(助成券)』『新生児聴覚検査受診票(助成券)』は、県外の医療機関では使用できません。

そのため、里帰りなどで県外の医療機関で受診した場合は、『妊婦健診』『産婦健診』『新生児聴覚検査』の費用を全額自己負担で、健診や検査を受けるようになります。後日、申請手続きを行うことで、健診費用、検査費用の全額または一部を助成いたしますので、詳細は健康推進課にお問い合わせ下さい。市のホームページもご確認ください。

広 告

森 歯 科 医 院

院長 森 茂 樹

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	●	●	●	●	●	9:00～11:30
14:30～18:30	●	●	●	／	●	13:30～17:00

【休診日】
日曜日・祝日
木曜午後

東松島市赤井字新川前 23-16 ☎(0225)83-8241

<http://www.mori-dent.net>



妊娠後期
28週～

- ★ 妊娠8か月アンケートに回答する
※すくすくアプリひがマーチ(母子モ)から配信



家族みんなで
母子モ登録&
共有できます



出産が近づいてきたら

- ◆ 入院用品・ベビー用品の準備をする
- ◆ 上のお子さんのお世話を相談
- ◆ 出産時や退院後の役割分担を話し合う
- ◆ 産休・仕事の引継ぎの準備をする

妊娠・出産

(24週頃～)

週1回(36週～)

こども家庭センターは、すべての妊産婦、子育て世帯および子どもへ児童福祉分野と母子保健分野が一体的に相談支援を行います

こども家庭センターへの相談 9:00～17:00対応(電話・面接・訪問・オンライン相談)

まで、家事や育児のヘルパーを利用可能(最大20回) ※事前に申請

赤ちゃんが生まれたら…

- すくすくアプリひがマーチにお子さんを登録する
- 名前が決まったら**出生届(生後14日以内)**提出
- 児童手当、子ども医療費の手続きをする
- 出生連絡票をひがマーチに入力または提出



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」

子育て中のサポート・サービス



- ★赤ちゃん訪問 ※助産師、保健師が訪問
- ★子育て応援金申請

出産

2週間

1か月

★ 新生児聴覚検査

※産後入院中に受ける
(助成券を使用して受ける)

★ 2週間健診 ★ 1か月健診

※出産した病院で受ける
(お母さんの分は助成券を使用)



サポート・サービス

相談会・オンライン相談は
すくすくアプリひがマーチ
(母子モ)で予約できます

妊産婦・子どもの健康相談 月1回・予約制

産前産後ヘルパー事業 家事育児のお手伝い 事前に申請が必要

産後ケア事業 お母さんが体と心を休めながら、お話しできる・ケアを受けられる

子どもの心理相談会 心理士による相談／年10回・予約制



相談したい時 健康推進課 ☎0225-82-1111



子どもと遊ぼう

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



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



※保健相談センターで受ける
(日程は市報、HPで確認。半月～1か月前に自宅に通知が届きます)

※2か月過ぎたら予防注射を受ける
(予診票が手元に届いたら予約をしましょう)

★ 4か月児健診

★ 1歳6か月児健診

★ 3歳児健診

2か月

4か月

8か月

1歳

2歳

3歳

★ 2か月児健診 ★ 8～9か月児健診
※小児科へ予約し受ける
(助成券を使用し無料)

★ 2歳6か月児歯科健診

こども家庭センターは、すべての妊産婦、子育て世帯および
子どもへ児童福祉分野と母子保健分野が一体的に相談支援を行います

こども家庭センターへの相談 9:00～17:00対応(電話・面接・訪問・オンライン相談)

事前に申請が必要(妊娠中から申請可)



家族みんなで
母子モ登録 &
共有できます



ファミリーサポート事業
子育て支援センターに申請必要

生後2か月から小学6年生まで
講習を受けた市民がお子さんをあずかる

広 告

医療法人
郁風会

ヤ モ ト 歯 科 医 院

歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	休診
午後2:00～ 7:00	●	●	●	／	●	2:00 4:00	

※受付時間は30分前までになります。

東松島市矢本字新沼203-2

☎ 82-3140



予防接種

図 健康推進課 予防健診係 ☎82-1111 内線3105

予防接種

予防接種名	対象年齢(標準的な接種年齢)	備考
肺炎球菌	2か月～5歳未満	1回～4回(接種開始時期により回数が変わります)
五種混合 (ジフテリア 百日せき 破傷風 ポリオ・ヒブ)	I 期 2か月～7歳6か月未満 (2か月～1歳6か月)	※できるだけ12か月まで 3～8週間隔で3回 I 期追加 ※初回3回目終了後6か月～1年の間に1回
BCG	1歳未満(5か月～8か月)	1回
麻しん 風しん 混合	I 期 1歳～2歳未満 II 期 小学校就学前1年間(年長児)	1回 1回
水痘	1歳～3歳未満	2回
日本脳炎	I 期 6か月～7歳6か月未満 (3歳～4歳)	3回 ※平成19年4月1日生まれ以前の方は、特例対象者として20歳未満まで未接種分を接種できます。
	II 期 9歳以上～13歳未満 (小学4年生)	1回 ※平成19年4月1日生まれ以前の方は、特例対象者として20歳未満まで接種できます。
B型肝炎	1歳未満(2か月～9か月)	3回
ロタウイルス	1価 出生6週0日後から24週0日まで の間	1価は2回、5価は3回 ※1価か5価のいずれかを接種
	5価 出生6週0日後から32週0日まで の間	
ヒトパピローマウ イルス(HPV)	2価 12歳となる日の属する年度の 初日から16歳となる日の属す る年度の末日までの間にある 女子(中学1年生)	3回 ※2価か4価か9価のいずれかを接種
	4価	
	9価	
任意接種 おたふくかぜ	1歳～小学校就学前年度末まで	1回分公費助成

広 告

**わたなべ産婦人科
内科・小児科**
妊婦健診・乳がん検診・子宮がん検診・日帰り手術

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:50～11:30	●	●		●	●	●	
14:00～15:00	●	●	●	●	●	●	●
15:00～17:00	●	●	●	●	●	●	●

松山高校近く 大崎市松山千石字松山440
http://w-keyaki.clinic TEL. 0229-55-3535

学校法人 丁子学園 **鳴瀬幼稚園**
〒981-0303
宮城県東松島市小野字町120番地
TEL/FAX 0225-87-2105

naruse
感動のかけら、みーつけた

http://naruse-kindergarten.com/



保育所(園)・幼稚園

〒100-0001 東京都千代田区千代田 1-1-1 千代田市役所 10F 子育てガイドブック 2023年度版

公立保育所

☎ 子育て支援課 保育支援係 ☎82-1111 内線1181・1184

入所の条件 保護者が仕事や疾病などで保育が必要な児童。

施設名	定員	電話番号	住所	特別保育
矢本東保育所	120	☎82-2101	矢本字大溜13-1	乳・延・障
大曲保育所	100	☎82-3284	大曲字筒場89-1	乳・延・障
赤井南保育所	70	☎82-4019	赤井字有明7-1	延・障
赤井北保育所	60	☎82-6396	赤井字銘前220-3	乳・障
大塩保育所	60	☎82-2205	大塩字緑ヶ丘三丁目1-1	乳・障
野蒜保育所	60	☎88-2030	野蒜ヶ丘二丁目14-1	乳・延・障
牛網保育所	100	☎87-2143	牛網字駅前一丁目68	乳・延・障

※乳＝乳児保育…生後6か月～ 延＝延長保育

障＝障害児保育…中程度の障害を有する集団保育が可能なお子さん

一時保育事業(8:30～16:30)

お子さんの年齢	4時間未満	4時間以上
2歳児以下	1,000円	2,000円
3歳児以上	700円	1,400円

家族の疾病や冠婚葬祭、学校行事参加などで一時的に保育が必要となった児童をお預かりします。

私立保育園

施設名	定員	電話番号	住所	特別保育
矢本西保育園	60	☎84-2801	矢本字道地浦139-1	乳・障
ウェルネス保育園矢本	75	☎24-8221	小松字谷地191-1	乳・延・障
ウェルネス保育園赤井	75	☎25-7790	赤井字川前四番17-2	乳・延・障

小規模保育事業施設

施設名	定員	電話番号	住所	特別保育
GENKIっこ保育園東松島園	19	☎98-4641	大曲字堰の内南145-2	乳・延
GENKIっこ保育園てつぷ	19	☎25-7121	矢本字西反走89-5	乳・延

※乳＝乳児保育…生後2か月～

認可外保育園

施設名	定員	電話番号	住所	特別保育
緑ヶ丘ひかり保育園 (企業主導型)	45	☎83-7080	大塩字緑ヶ丘四丁目5-9	乳・延

私立幼稚園

幼稚園名	住所	連絡先
矢本はなぶさ幼稚園	赤井字川前二215-1	☎83-3423
鳴瀬幼稚園	小野字町120	☎87-2105
のびる幼稚園	矢本字西新町10-19	☎84-2720

それぞれの幼稚園によって特色があり、満3歳児の受け入れや時間外預かりなどをおこなっています。詳細については、各幼稚園までお問い合わせください。



児童発達支援

発達の遅れが気になる児童への療育指導をおこない、障害の軽減や発達を促します。障害手帳の有無や地域は問いません。

障害児デイケアセンターこどもの広場

☎ 社会福祉法人矢本愛育会児童発達支援センター障害児デイケアセンターこどもの広場

住 所 東松島市矢本字道地浦139-1

電 話 ☎84-3401

レインボー紙風船

☎ NPO法人夢みの里レインボー紙風船

住 所 東松島市矢本字大溜86-1

電 話 ☎25-4425

児童発達支援・放課後デイサービス ピース

住 所 東松島市赤井字台56-1

電 話 ☎90-9675

Pomup(ポムアップ)

住 所 東松島市大塩字三ツ谷113-1

電 話 ☎24-6779



— 広 告 —

NPO法人 夢みの里



ぴのっちょ

〒986-0805
石巻市大橋3丁目7-6
TEL:0225-94-7133
FAX:0225-98-8237
提供サービス:
放課後等デイサービス(10名)



青い鳥児童館

〒986-0861
石巻市蛇田字北経塚18-10
TEL/FAX:0225-98-3028
提供サービス:
放課後等デイサービス(10名)
日中一時支援(5名)



青い鳥ことり

〒986-0861
石巻市蛇田字北経塚18-10
TEL/FAX:0225-98-5418
提供サービス:
児童発達支援(10名)



レインボー紙風船

〒981-0503
東松島市矢本字大溜86-1
TEL/FAX:0225-25-4425
提供サービス:
放課後等デイサービス
児童発達支援
※2サービス合わせて10名



就学児向け

放課後児童クラブ 関 子育て支援課 保育支援係 ☎82-1111 内線1181・1184

保護者が労働などにより昼間家庭にいない児童に対し、放課後に専用施設などにおいて、適切な遊びや生活の場を提供し、その児童の健全育成を図る事業です。

開所日時 【月～金曜日(学校授業日)】 放課後～19:00まで

【土曜日・長期休業日(学年始・夏季・冬季・学年末)】 8:00～19:00まで

閉所日 日曜日、祝日、お盆(8月13日～8月16日)、年末年始(12月29日～1月3日)

負担金 通常利用:月額5,000円

長期休業日のみの利用:学年始1,100円、夏季 5,000円

冬季 1,200円、学年末1,100円

※同一家族において2人以上で利用の場合、2人目以降は半額となります。

施設名	住 所
サルビア放課後児童クラブ(矢本東小学校)	矢本字大溜139-1
さくら放課後児童クラブ(矢本西小学校)	矢本字四反走73-1
くろまつ放課後児童クラブ(大曲小学校)	大曲字寺前5-2
いちご放課後児童クラブ(赤井小学校)	赤井字中二号48-2
ひまわり放課後児童クラブ(赤井南小学校)	赤井字川前一158-1
あおぞら放課後児童クラブ(大塩小学校)	大塩字緑ヶ丘三丁目3-1
鳴瀬桜華小放課後児童クラブ(鳴瀬桜華小学校)	小野字宮前146
宮野森小放課後児童クラブ(宮野森小学校)	野蒜ヶ丘二丁目14-2

放課後等デイサービス 関 福祉課 障害福祉係 ☎82-1111 内線1178

心身に障害がある小学生～高校生の方を対象に、放課後や夏休み等の長期休暇中に、生活能力向上のために必要な訓練、社会との交流促進などの支援を行います。

施設名	住 所	電 話
障害児デイケアセンターこどもの広場	東松島市矢本字道地浦139-1	☎84-3401
やまびこ村	東松島市赤井字川南7-20	☎98-7926
運動特化型放課後等デイサービスステップメイト矢本	東松島市矢本字河戸342-2	☎90-3998
レインボー紙風船	東松島市矢本字大溜86-1	☎25-4425
児童発達支援・放課後デイサービス ピース	東松島市赤井字台56-1	☎90-9675
Pomup(ポムアップ)	東松島市大塩字三ツ谷113-1	☎24-6779

広 告

からだに優しい無添加素材で叶える
「自分らしい」暮らし。

雄鷹石と同じ素材
天然石の石屋根



本物にこだわった
無垢の床材



化学物質を含まない
空気を洗うしっくい



家をもっと好きになる。こだわりのリノベーション

ヴィンテージ、ナチュラル、
北欧、フレンチetc...
お気に入りのスタイルが
きっと見つかるリノベーション。
住まいのお悩み
お気軽にご相談ください!



セオリーホーム株式会社 石巻市大街道北三丁目3-6 TEL 0225-21-5678

無添加住宅正規代理店 **Dolive**

Panasonic i-Farm Club

石巻地元工務店協同組合加盟事業所 宮城県知事許可(特-2)第1758号



市外局番 **0225**

子育てガイドブック

302冊



手当・助成

子育て支援課 子育て支援係 ☎82-1111 内線1182・1420

手
当
・
助
成

児童手当

家庭生活の安定と次代を担うお子さんの健全育成や資質の向上のお手伝いをすることを目的として支給されるものです。

対 象

高校生年代までの国内に住所を有する児童を養育している方が受給者となります。

手当の月額

3歳未満	第1子、第2子	15,000円
	第3子	30,000円
3歳～高校生年代	第1子、第2子	10,000円
	第3子	30,000円

※進学・就職等の状況にかかわらず、22歳年度末までの子で、親等に経済的な負担がある場合を多子加算の対象とします。

所得制限

所得制限はありません。

支給時期

原則として、毎年2月、4月、6月、8月、10月、12月に、それぞれの前月分までの手当を支給します。

例)6月の支給日には、4～5月分の手当を支給します。

申請方法

次の書類とともに、出生や転入後、15日以内に申請をしてください。

申請に必要なもの

- 受給者の健康保険証
- 受給者名義の通帳またはキャッシュカード
- 受給者および配偶者のマイナンバーカードまたは通知カード
- その他必要書類



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

①

折って吹いて「折り紙遊び」

折り紙を使った知育遊びは、子どもの集中力アップにもってこい。はじめての折り紙遊びでおすすめなのが三角折りです。折り紙の基本動作が入っているので、練習代わりにたくさん折ってみましょう。机の上に立て、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

※原則として、申請した月の翌月分から手当を支給します。申請が遅れると、遅れた月分の手当を受けられなくなりますので、ご注意ください。

その他

住所や氏名、受給者の加入年金などが変わったときは、届出をしてください。

子ども医療費助成

市内に住所がある健康保険に加入しているお子さんが、病気やけがで医療機関に受診した場合の自己負担額を助成する制度です。

対象

0歳～18歳(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)まで

助成内容

入院、通院ともに健康保険適用の診療を受けた場合は、自己負担がありません。

※薬の容器代、入院したときの部屋・食事代、予防接種代等は、対象外です。

利用方法

子ども医療費助成受給者証と健康保険証と一緒に医療機関へ提示してください。

所得制限

なし

申請方法

次の書類とともに、出生や転入後、1か月以内に申請をしてください。

申請に必要なもの

- 子の保険証
- 保護者の通帳またはキャッシュカード
- 保護者のマイナンバーカードまたは通知カード

その他

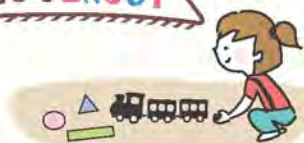
住所や氏名、加入している健康保険などが変わったときは、届出をしてください。



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

② マスキングテープ de「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



ひとり親家庭

母子・父子家庭医療助成

☎ 子育て支援課 子育て支援係 ☎82-1111 内線1182・1420

- 対象** 市内に住所を有する母子(父子)家庭の母(父)及びその子(18歳到達年度末まで)
- 内容** ひとり親家庭の父母及び子どもにかかる医療費のうち、自己負担分の一部を助成する制度です。
- ※所得制限などにより該当しない場合があります。

児童扶養手当

☎ 子育て支援課 子育て支援係 ☎82-1111 内線1182・1420

- 対象** 児童を監督・保護し、生計を同じくする母子家庭・父子家庭・父母以外が児童を養育する家庭(祖父母など)
- 内容** 父親(または母親)と生活をともにしていない児童を養育している母子(または父子)家庭などの生活安定と自立を支援し、お子さんの健やかな成長をお手伝いすることを目的として支給されるものです。
- ※所得制限などにより該当しない場合があります。

母子父子寡婦福祉資金貸付金

☎ 東部保健福祉事務所 ☎0225-95-1431

- 対象** ひとり親家庭
- 内容** ひとり親家庭の経済的な自立や生活の安定、扶養している児童の福祉増進を図るために必要となる資金を、無利子または低利で貸付するものです。

電話相談先

☎ 宮城県母子・父子福祉センター ☎022-295-0013(火・土曜日、祝日、年末年始を除く)

- 対象** ひとり親家庭
- 内容** 各種相談や、就業支援のための情報提供、資格取得のための講習会、就職・転職に役立つセミナーなどを実施しています。



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

③ ちょっと変わった「お絵描き遊び」

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



用意するもの

★クレヨンや色鉛筆(カラフルなもの)



補助・支援サービス

東松島市就学援助費について

☎ 教育総務課 教育指導係 内線1251・1292

東松島市では、経済的な理由により、小・中学校へ就学が困難な児童生徒の保護者に対し、学用品費や給食費などの就学に必要な経費の一部を援助しております。

対象 小中学校に在籍する児童生徒の保護者で、次のいずれかに該当し、市教育委員会が定める収入算定額以下の世帯(生活保護世帯またはそれに準ずる程度に経済的に困窮している世帯)

- ① 生活保護法第6条第2項に規定する生活保護を受けている世帯
- ② 生活保護が停止または廃止になった世帯
- ③ 市県民税非課税世帯
- ④ 市民税が減免となっている世帯
- ⑤ 個人事業税・固定資産税が減免されている世帯
- ⑥ 国民健康保険税の減免または徴収を猶予されている世帯
- ⑦ 国民年金保険料の申請免除を受けている世帯
- ⑧ 保護者が児童扶養手当を受給している世帯
- ⑨ 生活福祉資金の貸付を受けている世帯
- ⑩ その他、保護者が失業中や病気療養中などの特別な理由により生活状態が不安定で、経済的に就学が困難な世帯
- ⑪ 東日本大震災により被災し、住居や収入源を失った方で、生活状態が不安定で、経済的に就学が困難な世帯

※上記に該当する世帯であっても、給与などの収入状況及び資産状況、親族などからの援助により、制度の対象とならない場合もあります。

※収入算定には、世帯分離の有無にかかわらず、同居している親族全員の収入額などが含まれます。



とけいのクイズ

もんだい ひだりのじかんとおなじとけいをえらんでみよう!

3じ30ぶん



1



2



3



4

東松島市奨学資金貸付制度

図 教育総務課 教育総務係 内線1259

東松島市奨学資金貸付制度は、篤志家からの寄付などを原資として設立した基金を、優れた学生で、経済的理由により修学困難な者に奨学資金として貸し付けるものです。対象は学校教育法に規定する高等学校(中等教育学校の後期課程及び特別支援学校の高等部を含む)、高等専門学校、専修学校、短期大学、大学、大学院の学生です。

● 奨学金申込資格

- 心身ともに健全で成業の見込みがあること。
 - 東松島市内に住所を有し、2年以上居住していること。
 - 国、県、地方公共団体などから奨学金(または育英資金など)の貸与を受けていないこと。
- ※日本政策金融公庫が行う教育一般貸付(国の教育ローン)は前述奨学金に含まれません。(各種奨学金と併用可)
- 所属学校長から奨学生として適格と認められた者(人物基準)
 - 奨学生として一定の学習成績基準を満たすもの(学力基準)
 - 家計の実情が学費を支弁するのに真に困難と認められるもの(家計基準)
- ※家計基準は家庭状況により異なりますので、詳しくは担当者にお問い合わせください。

● 貸付期間と貸付方法

- 貸付期間は、修学する学校へ入学した月から正規の修業年限が満了する月分までです。
- 学生本人の預金口座に毎月20日(土・日曜日、祝祭日の場合は前(々)日)に振込みます。

● 貸付月額

学校区分		貸付月額
高等学校(中等教育学校の後期課程、特別支援学校の高等部を含む)		20,000円以内
高等専門学校	第3学年まで	20,000円以内
	第4学年以上	35,000円以内
専修学校	高等課程	20,000円以内
	専門課程	25,000円以内
大学(短大・大学院含む)		35,000円以内

● 奨学金の償還

- 奨学金は無利子ですが、貸付金ですので全額償還していただきます。
- 奨学金の貸付を受けた後、退学などで貸付条件を満たさなくなった場合は、速やかに全額を償還していただきます。
- 卒業の1年後から10年以内に月賦・半年賦・年賦のいずれかの方法で償還いただきます。

● 連帯保証人

- 身元が確実で独立した生計を営む成年者の連帯保証人2人が必要です。
- ※奨学生希望者が未成年である場合、連帯保証人の1人を当該親権者または後見人とする。
- ※奨学金償還明細書に定めた償還が滞ったときに、直ちに残額の一括償還が可能な方。
- 償還完了まで、引き続き保証いただくこととなります。

● 募集時期

申込書類の配布及び提出

配 布 翌年度分の申込書類の配布は、毎年2月中旬頃に開始します。

【配布場所】 市役所(本庁舎):2階教育総務課

鳴瀬庁舎:1階鳴瀬総合支所

提 出 申込書類は東松島市教育委員会教育総務課(本庁舎2階)への提出となります。
申込期限は、毎年3月の中旬頃です。

● 申込に必要な書類

全ての方が必要となる書類

- (1) 奨学生採用願
- (2) 奨学生推薦書
- (3) 奨学生採用願の提出日までの過去1年以内に実施された健康診断書または児童生徒健康診断票(写し)
- (4) 家族全員の収入を証する書類(前年の源泉徴収票または確定申告書の写し)
- (5) 連帯保証人2人分(①親権者または後見人、②その他独立生計成年者)の市町村税の納税証明書
- (6) 世帯全員及び連帯保証人の住民票の写し
- (7) 合格通知書の写し(すでに在学中の場合は、在学証明書)

下記に該当する方が必要となる書類

所得算定に必要な書類

- (1) 公的年金(老齢・遺族・障害年金など)を受けているご家族がいる世帯…
源泉徴収票または年金交付通知書の写し
- (2) 傷病手当金を受けているご家族がいる世帯…傷病手当通知書の写し
- (3) 失業給付金を受けているご家族がいる世帯…雇用保険受給資格者証の写し
- (4) 生活保護を受けている世帯…生活保護決定(変更)通知書の写し
- (5) 児童扶養手当を受けている世帯…児童扶養手当証書の写し

所得額から特別控除を受けるために必要な書類

- (1) 小中学校以外の学校に在学中のご家族がいる世帯…学生証または在学証明書の写し
- (2) 障害を有する方がいる世帯…身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の写し
- (3) 長期療養中のご家族がいる世帯…療養に要する年間経費がわかる書類
- (4) 主たる家計支持者が別居中の世帯…
別居生活に要する経費がわかる書類(家賃や光熱水費など)

● 奨学生の決定

3月下旬に東松島市の奨学生として採用するかどうかが選考されます。選考結果は、4月上旬までに通知いたします。奨学生として決定となった場合は、各々直筆の誓約書に署名人の印鑑証明書を添付して、教育総務課が指定する日までに提出いただくこととなります。





児童虐待・DV防止

児童虐待の定義、児童相談所全国共通ダイヤルについて、子育てガイドブック

児童虐待の定義

● 児童虐待の定義

児童虐待は次の4種類に分類されます。

身体的虐待	殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、首を絞める、縄などにより一室に拘束する など
心理的虐待	言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう、きょうだいに虐待行為をおこなう など
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない、小中学生だけで夜間置き去りにする など
性的虐待	子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性器を触るまたは触らせる、ポルノグラフィの被写体にする など

児童相談所全国共通ダイヤルについて

● 児童相談所全国共通ダイヤルとは…

- 虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。
- 「児童相談所全国共通ダイヤル」にかけるとお近くの児童相談所につながります。
- 通告・相談は、匿名でおこなうこともでき、通告・相談をした人、その内容に関する秘密は守られます。

こんなときにはすぐお電話ください。

あの子、もしかしたら虐待を受けているのかしら…

子育てが辛くてつい子どもにあたってしまう…

近くに子育てで悩んでいる人がいる…

児童相談所全国共通ダイヤル いちはやく ☎ 189



お近くの児童相談所

専門家が対応いたします



かげえのクイズ

もんだい かげとおなじかたちのどうぶつをさがしてみよう！



1

2

3

4

0123456789

DVの定義と種類

● DVの定義

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは配偶者やパートナーなどの親密な関係にある(あった)相手から振られる暴力のことです。

● DVの種類

暴力には、殴る・蹴るなどの身体的暴力のほかに、さまざまな形態の暴力があり、これらを使って相手を支配しようとします。

身体的暴力

- 殴る蹴る ● 突き飛ばす
- 髪を引っ張る ● 首を絞める
- 飲食 ● 睡眠 ● 服薬を制限する など

身体に傷を負わせるのは、暴行罪、傷害罪という犯罪です。

経済的暴力

- 生活費を渡さない
- 外で働くことを禁止する
- 相手の貯金を勝手に使う
- 借金を繰り返す など

精神的暴力

- 大声で怒鳴る「バカ」「死ね」「殺す」
- 脅す ● 威嚇する ● ののしる
- 人前で侮辱する、無視する など

侮辱や威嚇なども暴力の一種です。

社会的暴力

- 外出を制限する
- 行動を過度に束縛する
- 実家や友人との付き合いを制限する など

子どもを利用した暴力

- 子どもに危害を加えるといって脅す
- 子どもの前で暴力を振るう
- 子どもに悪口を言わせる など

性的暴力

- 性行為を強要する
- 避妊に協力しない
- ポルノを無理やり見せる
- 中絶を強要する など

相手が嫌がるのにおこなう性行為は、強かん、強制わいせつという犯罪です。

※DVは児童虐待です

子どもの目の前でDVがおこなわれていることは児童虐待にあたります。DVを目撃することによって、子どもは心に大きな傷をおいます。また、「暴力」で問題を解決することを学習してしまう事もあります。子どもの為にも、被害者本人の為にも、暴力の無い環境に身を置くことが何より重要です。

DVは重大な人権侵害であり、犯罪となる行為です。被害者の心身を傷つけるばかりでなく、子どもなど家族の生き方にも大きな影響を与えます。

かげえのクイズ

もんだい かげとおなじかたちのどうぶつをさがしてみよう!



2:2400



1



2



3



4

DV相談窓口について

配偶者やパートナーからの暴力にあっている方、ひとりで悩まず、気軽にご相談ください。下記の相談機関で、相談を受け付けています。

相談窓口	相談内容	電話番号	開設時間
宮城県女性相談センター (配偶者暴力相談支援センター)	女性が抱える問題 (DV、離婚、貧困等)全般 ・電話相談 ・面接相談(要予約)	☎022-256-0965	月～金曜日 8:30～17:00 (土・日曜日・祝日及び 年末年始は除く)
みやぎ男女共同参画室	性差別的な扱い、 苦情について ・電話相談 ・面接相談(要予約)	☎022-211-2570	月～金曜日 8:30～16:45 (土・日曜日・祝日及び 年末年始は除く)
	女性弁護士による 法律相談(要予約) ※性別を問わず相談を 受け付けています。	☎022-211-2570	毎月第4木曜日 13:00～16:30 (祝日等の場合は変動あり)
	男性相談員による男性相談	☎022-211-2557	毎週水曜日 12:00～17:00 (祝日及び年末年始は除く)
女性の人権ホットライン (仙台法務局)	人権侵害に関する電話相談	☎0570-070-810 (ナビダイヤル)	月～金曜日 8:30～17:15 (土・日曜日・祝日及び 年末年始は除く)
NPO法人 ハーティ仙台	DV、離婚、性被害に関する 電話相談	☎022-274-1885	月～金曜日 13:30～16:30 第1～4火曜日 18:30～21:00 (いずれも祝日、年末年始、 お盆休みを除く)
各警察署生活安全課 又は 「警察相談専用電話」 (警察相談センター)	※各警察署は随時	(※各警察署) #9110 (プッシュホン) ☎022-266-9110	月～金曜日 8:30～17:15
性暴力被害 相談支援センター宮城 (けやきホットライン)	性犯罪被害相談電話	☎0120-556-460	月～金曜日 10:00～20:00 土曜日 10:00～16:00 ※土曜日は男性相談員による 相談も行います。(日曜・祝日 及び年末年始は除く)



東松島市メール・LINEサービス



東松島市では、さまざまな情報をみなさまにお届けするために登録制メール及びLINEサービスを行っております。主にお届けする情報は、緊急・防災防犯情報、生活情報、観光・イベント情報、子育て情報などです。情報収集のツールとして、ぜひご活用ください。

メール

登録方法

右記の二次元コードより、表示されるメールアドレスに空メールを送信し、メールサービス登録ページから本登録をしてください。



お問い合わせ先

防災課危機対策係 ☎82-1111 内線1168

LINE

登録方法

右記の二次元コードから「友だち追加」をし、必要な情報の受信設定をしてください。
「希望する情報」、「世代」、「性別」、「地域」を「受信設定」から選んでください。



お問い合わせ先

総務課市長公室秘書広報係 ☎82-1111 内線1212



相談窓口

※本ページに掲載の電話番号は、令和5年4月1日現在のものです。変更がある場合は、本ページを参照してください。

市の電話相談窓口

窓口名称	相談内容	電話番号	開設時間
子育て支援センター	育児全般	矢本 鳴瀬 ☎84-2676 ☎87-2338	月～金曜日 9:00～17:00 月～木曜日 9:00～17:00
子育て支援課	家庭児童・DV	家庭児童相談員 ☎82-1111 内線1456	月～金曜日 9:00～17:00
こども家庭センター 健康推進課 (保健相談センター)	妊娠・出産・子育て ※大人のこころとからだの相談できません。 詳細はQRコード、もしくはお電話ください。	☎82-1111 	月～金曜日 9:00～17:00

相談窓口

その他の電話相談窓口

窓口名称	相談内容	電話番号	開設時間
宮城県東部児童相談所	18歳未満の児童の生活・養育に関する相談	☎95-1121	月～金曜日 8:30～17:00 (土・日曜日・祝日及び年末年始は除く)
宮城県子ども総合センター「子どもメンタルクリニック」石巻診療室	児童精神科医などによる診察・指導及びデイケアの実施(要予約)	☎022-784-3575	月～金曜日 8:30～17:00 (土・日曜日・祝日及び年末年始は除く)
みんなの人権110番	虐待やパワハラなどさまざまな人権問題の相談	☎0570-003-110	月～金曜日 8:30～17:15 (土・日曜日・祝日及び年末年始は除く)
発達支援教育相談ダイヤル	子どもの発達の遅れやかたよりに関すること	☎022-784-3565	月～金曜日 9:00～16:00 (土・日曜日・祝日及び年末年始は除く)
24時間子供SOSダイヤル	いじめ問題、その他子供のSOS全般に関すること	☎0120-0-78310	24時間対応

相談支援事業所

対象 障害の種別や年齢、障害手帳の有無などを問わず利用できます。市内にお住まいの障害者及び障害児、そのご家族などへ各種相談や支援をおこないます。

事業所名	住所	連絡先
東まつしま地域生活支援センターカノン	東松島市矢本字大溜10-1	☎83-1571
ひまわり障がい者相談支援室	東松島市赤井字八反谷地100-5	☎84-2518
障がい者相談支援事業所「とも」	東松島市赤井字新川前26-13 ファミール赤井103	☎98-8326

県発達障害者支援センター「えくぼ」

☎022-376-5306

住所 仙台市泉区南中山5-2-1

対象 仙台市以外の方で、発達障害などを持つ方やそのご家族などへ相談などを実施しています。県内への移動相談も実施しています。



医療機関等

※本ページに掲載の情報は、2023年10月現在のものです。変更がある場合があります。最新情報は、各医療機関等に確認ください。

市内の医療機関

★は救急医療機関(24時間体制)。電話確認の上、受診してください。

名 称	診療科	住 所	電 話
イオンタウン矢本内科	内科・消化器内科・糖尿病内科・小児科	小松字谷地226	☎24-6119
いしがき・みみはなのどクリニック	耳鼻いんこう科・アレルギー科	矢本字上河戸81-1	☎84-1187
石垣クリニック 内科・循環器科	内科・循環器科・消化器科・呼吸器科・小児科	矢本字大林14	☎83-7070
ひかりサテッククリニック	心療内科・内科・神経科	矢本字上河戸293-8	☎84-1333
藤野整形・スポーツ・ 痛みのクリニック	整形外科・ リハビリテーション科	矢本字大溜25-1	☎83-2121
★真壁病院	内科・外科・循環器内科・ 消化器内科・消化器外科・ 心臓血管外科・整形外科・ 小児科・人工透析内科・ リハビリテーション科・泌尿器科	矢本字鹿石前109-4	☎82-7111
かしわや内科クリニック	内科	小松字若葉7-10	☎83-2003
伊東胃腸科内科	内科・消化器科・胃腸科	赤井字鷲塚69-8	☎82-6666
うつみレディスクリニック	産婦人科・内科・心療内科	赤井字八反谷地 132-6	☎84-2868
ししど内科クリニック	内科・血液内科・リウマチ科・ アレルギー科・消化器科・小児科	赤井字南一223	☎83-8830
★仙石病院	泌尿器科・脳神経外科・内科・ 消化器内科・循環器内科・ 心臓血管センター・皮膚科	赤井字台53-7	☎83-2111
わたなべ整形外科	整形外科・リウマチ科・ リハビリテーション科	赤井字南一253	☎84-2323
仙台ペインクリニック 石巻分院	整形外科・麻酔科	赤井字八反谷地99-1	☎82-1310
鳴瀬中央医院	内科・胃腸内科・肛門内科・ 外科・整形外科	牛網字新上江戸原 81-1	☎87-3853
永沼ハートクリニック	循環器内科・内科	赤井字川前一9-1	☎82-6680
やもと内科クリニック	内科・消化器内科・糖尿病内科・ 小児科・外科・消化器外科	矢本字大溜325	☎98-3260
宮戸クリニック	内科・外科・循環器科・小児科 (木曜日午前のみ)	宮戸字里81-18	☎88-2208
神山クリニック	泌尿器科・糖尿病内科・内科	赤井字川前四番1-6	☎98-8617
北原ライフサポート クリニック 東松島	内科・脳神経外科・ リハビリテーション科・小児科	野蒜ヶ丘二丁目25-2	☎98-5571
やもと眼科	眼科	矢本字大溜343	☎25-7448
森さい生医院	内科・消化器内科・外科・小児科	野蒜ヶ丘三丁目28-3	☎98-8891
野蒜ヶ丘痛みのクリニック	整形外科・麻酔科・ リハビリテーション科	野蒜ヶ丘三丁目29-5	☎98-6662

市内の歯科医院

名 称	住 所	電 話
赤間歯科医院	矢本字上河戸70-10	☎82-8255
イオンタウン矢本歯科診療室ミューズ	小松字上浮足43	☎82-6211
ちば鷹歯科医院	小松字上砂利田34-1	☎84-1184
藤野歯科クリニック	矢本字大溜24-1	☎82-8148
やなぎさわ歯科医院	赤井字川前三番159-13	☎83-1488
奥松島歯科クリニック	牛網字駅前二丁目22-3	☎87-3937
かわしま歯科医院	大曲字寺前36-4	☎84-1252
さんかくデンタルクリニック	矢本字関の内1-5	☎25-5814
東松島市鳴瀬歯科診療所	牛網字駅前1-2-1	☎87-2249
村松歯科医院	矢本字新沼1	☎83-2226
森歯科医院	赤井字新川前23-16	☎83-8241
ヤモト歯科医院	矢本字新沼203-2	☎82-3140
野蒜ヶ丘歯科医院	野蒜ヶ丘二丁目24-1	☎98-6611
東松島かどわき歯科クリニック	矢本字穴尻68-4	☎83-6480

石巻圏の病院

名 称	住 所	電 話
石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	☎21-7220
石巻市夜間急患センター(救急診療あり)	石巻市蛇田字西道下71 (石巻赤十字病院敷地内)	☎94-5111
齋藤病院(救急診療あり)	石巻市山下町1-7-24	☎96-3251
石巻市立病院(救急診療あり)	石巻市穀町15-1	☎25-5555

※小児科休日急患担当医院は

「市報ひがしまつしま」毎月1日号をご覧ください。
下記の二次元コードから市HPをご確認ください。

広 告



おおば小児クリニック

Ooba Children's Clinic

医師:大場泉 大場明(二診体制)

診療案内 小児科、アレルギー科、予防接種、乳幼児検診

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	／
14:00~15:00	■	■	■	■	■	■	／
15:00~17:30	●	●	●	●	●	●	／

●一般外来 ■予防接種 ●乳幼児健診
●アレルギー慢性相談
 休診日:木曜午後、日曜・祝日

住所 石巻市門脇字青葉西38-1

予約専用 ☎225-93-5545

ご相談用 ☎225-93-9693



産婦人科・婦人科

★はお産取り扱い有

名 称	住 所	電 話
★あべクリニック産科婦人科	石巻市大街道西二丁目1-80	☎22-3322
齋藤産婦人科医院	石巻市中央3-5-26	☎22-0707
★石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	☎21-7220
うつみレディスクリニック	東松島市赤井字八反谷地132-6	☎84-2868
しらゆりクリニック	石巻市蛇田字新立野330-2	☎22-3717
やまもと産婦人科	石巻市大街道北1-3-15	☎93-7000
石巻ロイヤル病院	石巻市広瀬字焼巻2番地	☎73-5888

小児科・小児科のある医療機関

名 称	住 所	電 話
イオンタウン矢本内科	東松島市小松字谷地226	☎24-6119
石垣クリニック内科・循環器科	東松島市矢本字大林14	☎83-7070
ししど内科クリニック	東松島市赤井字南一223	☎83-8830
真壁病院	東松島市矢本字鹿石前109-4	☎82-7111
やもと内科クリニック	東松島市矢本字大溜325	☎98-3260
北原ライフサポートクリニック東松島	東松島市野蒜ヶ丘2-25-2	☎98-5571
阿部こどもクリニック	石巻市千石町6-11	☎22-1152
おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	☎93-9693
佐久間眼科小児科医院	石巻市八幡町1-3-22	☎92-7651
中山こどもクリニック	石巻市中里3-4-27	☎95-4121
石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	☎21-7220
佐藤内科医院	石巻市茜平4-104 イオン石巻ショッピングセンター1階	☎22-3020
佐々木医院	石巻市和刈字和刈町86	☎72-3122
ものうファミリークリニック	石巻市桃生町中津山字八木167-4	☎76-4024

助産院

名 称	住 所	電 話
ほんだ母乳育児相談室	東松島市小松字若葉9-1	☎83-3597
ママと赤ちゃんサロンAndante	東松島市赤井字川前四番20-1	☎90-4868
有紀・助産院●	石巻市のだみ野五丁目16-2	☎090-2844-4712

※各医療機関とも診療時間・休診日については、都合により変更することがありますので直接確認してください。

廣 告

母乳育児相談室 Andante

助産師 小野直子



東松島市赤井字川前四番20-1

TEL0225-90-4868

E-mail:osanbanaochan@gmail.com





病気・ケガのとき

熱

熱の高さだけで病気の重さは決められない。
普段から子どもの平熱を知っておくことが大切。
全身の状態もよくみる。

看護のポイント

- 手足が冷たい場合…掛けものなどで、体を温める。
手足が温かい場合…体を拭いたりして体温降下を。
- 脱水傾向になるので、水分は欲しがらなくても少しずつこまめに与える。

熱性けいれん

熱が上がるときに起こることが多い。
子どもの様子の変化を落ち着いて観察しメモする。
☆名前を呼んだり、揺さぶらない。 ☆呼吸が楽にできるよう衣服をゆるめる。
☆吐くことがあるので、体を横向きにする。
☆夜間の場合、数分以内でおさまれば、静かに休ませ、翌日診察をうける。

急いで病院へ!!

- けいれんが10分以上続くとき
- くり返して起こるとき

頭を打った

状況を確認し、意識があっても必ず医師の指示をうける。
どの高さから……………例) 階段の2段目から
どの程度の硬さのところに…例) フローリングに
頭のどこを打ったのか……………例) 額を

急いで救急車を!!

- かなりの出血
- 名前を呼んでも反応がない

信頼して何でも話せるかかりつけの小児科医を持つことは大切!

かげえのクイズ

もんだい かげとおなじかたちのくるまをさがしてみよう!



1

2

3

4



市外局番

0225



子育てガイドブック

2024年

小児救急電話相談

宮城県 医療整備課 ☎022-211-2622

● 小児救急医療に関する相談

夜間のお子さんの急な発熱・急なケガのとき電話相談をお受けします！

夜間お子さんが急な病気になったとき、保護者の方々の不安を解消するため電話による医療相談をおこないます。

相談時間

毎日19:00～翌朝8:00まで

相談対象者

概ね15歳までの子どもの保護者など相談対応内容
こどもの急な病気及び事故への応急方法に関する助言など

相談対応者

看護師

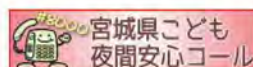
相談電話番号

☎#8000(プッシュ回線の固定電話、携帯電話用)※PHS不可

☎022-212-9390(プッシュ回線以外の固定電話・PHS等用)

※注意事項

相談はあくまでも助言であり、診療はおこないませんので、ご了承ください。



参考(子どもの急な病気や気になる症状について)

みやぎけんこどもの救急ガイドブック

お子さんの急な発熱やケガなどについて症状別に医療施設へのかかり方や対処方法をまとめたガイドブックです。

URL:<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/iryou/shouni04-2.html>

こどもの救急ホームページ(社団法人日本小児科学会)

URL:<http://kodomo-qq.jp/>

広 告

石垣クリニック 内科・循環器科

診療時間 平日 午前9:00～12:00 午後5:00～6:00

土曜 午前9:00～12:00

休 診 日 水曜・土曜午後・日曜・祝祭日

東松島市矢本字大林14 ☎83-7070





警察・消防

事故・事件(110)

東松島市・石巻市(0225)

矢本交番	☎82-3150	野蒜駐在所	☎88-2110
小野駐在所	☎87-2110	石巻警察署	☎95-4141

警察相談専用電話

☎#9110(プッシュホンのみ) ☎(022)266-9110(ダイヤル電話・プッシュホン)	全国どこからでも電話をかけた地域の警察総合相談室などにつながります(携帯電話可)。	平日8:30~17:15 各都道府県で異なる
---	---	---------------------------

火事・救急(119)

東松島市(0225)

東松島消防署	☎82-2147	東松島消防署鳴瀬出張所	☎88-2119
--------	----------	-------------	----------

救急車を呼ぶ 119番応答例

火事ですか?救急ですか?	→	救急です
どうしましたか?	→	(できるだけ具体的に状況を伝える) 例:5分前3歳の女の子が階段から落ちました。最初、意識がなかったようですがすぐに泣き始めました。
場所はどこですか?	→	(住所を告げる) 交通事故の場合は目標となる建物の名前を伝える
名前と電話番号は?	→	(名前と電話番号を伝える)

かげえのクイズ

もんだい かげとおなじかたちのくるまをさがしてみよう!



1

2

3

4

0225-0000

食と健康の インフォメーション



[ガクダベ]ウェブサイトでは、「食べる学校テキストVol.6」を公開中。
女性に不足しがちな鉄分やカルシウム、日常の食事について紹介して
います。カラダにイイコト始めてみませんか♡



子どもの食生活に
ついても
紹介しています



東松島市 × 宮城学院女子大学
健康応援プロジェクト
「ガクダベ」

なかまわけのクイズ

もんだい ちがうなかまをさがしてみよう！



1



2



3



4



5

(いずか)5:24:20



クックパッド公式キッチン 「ヒガマツ大学食育学部」

東松島市では、クックパッド公式キッチンにおいて、離乳食レシピや地元食材レシピを配信しております。
簡単・美味しいレシピが満載です。おうちで美味しい料理をつくってみませんか？

毎月19日
「食育(19)の日」に
更新しています。



「イートくんチャンネル」

YouTube

「やあ！みんな、げんき！！？イートくんだよ！」
ぼく、東松島市公式キャラクターのイートとイ〜ナが“あんなこと！？”や“こんなこと！？”に、体当たりでチャレンジ中。子育てや健康づくりにお役立てください。



配信は不定期です

見てね！



なかまわけのクイズ

もんだい ちがうなかまをさがしてみよう！



1



2



3



4



5

(くま)ななかま

子どもの目線で見ると

危険がいっぱい!

うちの危険箇所チェック

うちの中には、子どもの興味を引く「危険」がたくさんあります。

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

ベランダ

踏み台があると登って…(転落)
ベランダの柵の幅は大丈夫?

キッチン

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

階段

転倒・転落

電気ケトル

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

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

ビニール袋

窒息の危険、誤飲

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!

こんな時の対処法

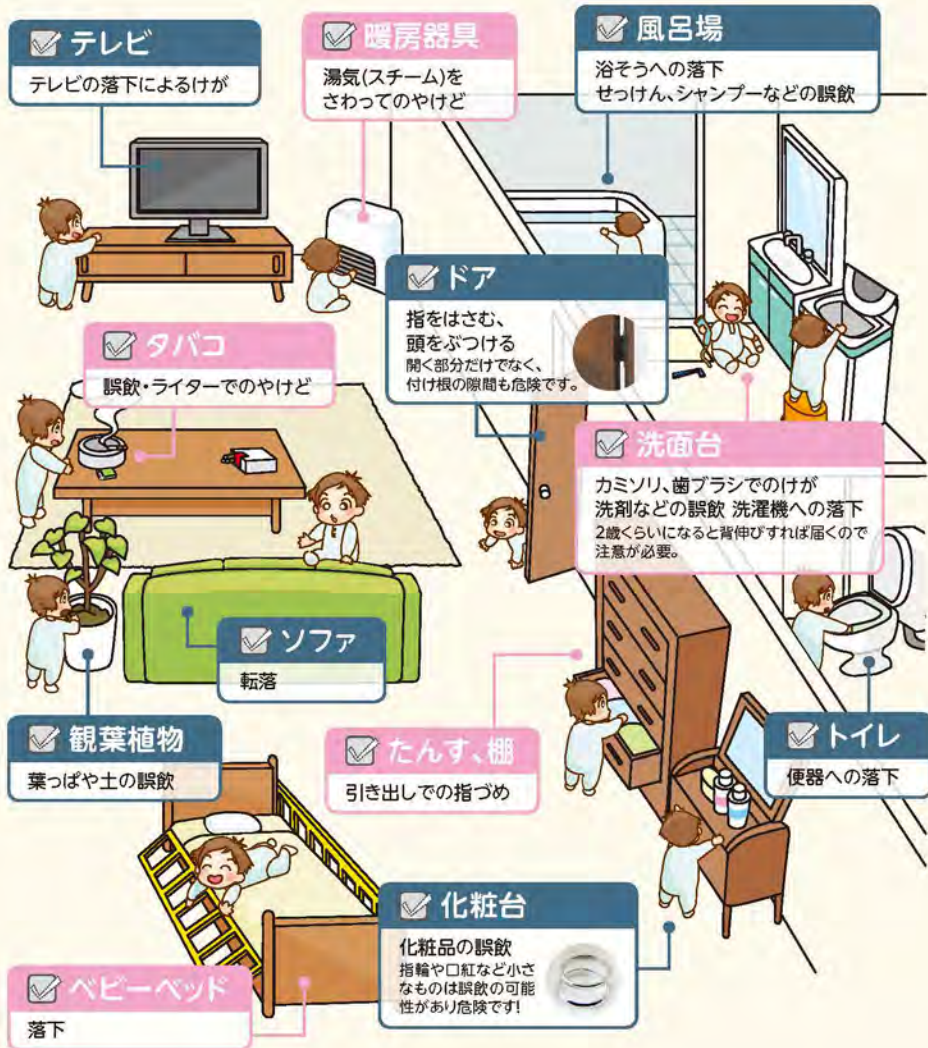
① 頭を強く打った!

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

その後すぐに救急車を呼びましょう。

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





こんな時の対処法

② 胸やお腹を強く打った!

静かに寝かせて、様子を見ます。

打ち身やあざが出来た場合、冷たくしたタオルで患部を冷やしてあげましょう。

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



大人の防災グッズに **プラス** しよう！ //

子ども
を守る

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、子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
- ☒ お菓子 (キャラメル・あめなどカ
ロリーの高いものを少し)
- ☒ 止血パッド
- ☒ 笛 (万が一閉じ込め
られた時に)
- ☒ 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！

抱っこ紐は鞆
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
- ☒ 衣料品3日分 (特に下着)
- ☒ オムツ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)
- ☒ 子どもの食料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

着て行く



個包装の
物が便利！

おり紙

こんな時の対処法

③ やけどをした！

すぐに患部を流水や氷のうなどで冷やしましょう (20～30分が目安)。

広範囲・全身にわたる場合はすぐに救急へ連絡してください。

衣類は脱がさずそのまま冷やします。

※やけどは医師の診察を受けるまで、薬を一切使用しないでください。



災害後自宅を
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)

☑ 粉ミルク7日分

☑ 子どもの食料7日分 (月齢に合った好きな物)

☑ オムツ&おしりふき7日分



「使える備え」にしよう！ 子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(オムツなど)の管理がしやすくなります。



☑ 子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子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。



☑ 持ち出し品は持ち出せる重さに！

ママでも持てたよ！



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。特に小さい子どもがいる場合、子どもを抱っこした状態で一緒に持てる重さが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！

雑音が苦手な子は
イヤーマフを



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ことで、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。

こんな時の対処法

4 鼻血が出た！

血液を飲み込まないように**仰向けにせず**、座らせたまま軽く下を向けさせます。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。



2024年

東松島市



子育て ガイドブック

令和6年12月発行

発行

東松島市保健福祉部子育て支援課

〒981-0503

宮城県東松島市矢本字上河戸36-1

電話:0225-82-1111

FAX:0225-82-1110



東松島市HP

株式会社サイネックス



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス 東京本部

〒102-0083

東京都千代田区麹町5-3

電話:03-3265-6541 (代表)

広告販売

株式会社サイネックス 仙台支店

〒982-0034

宮城県仙台市太白区西多賀4-13-8

電話:022-243-6671

※掲載している広告は、令和6年11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。

2024年

東松島市

子育て ガイドブック

「東松島市 子育てガイドブック」は、
お子さんを授かった方や、これから
東松島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。
子育て関連施設や公園マップも
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。

Point

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
分かりやすく表示しています。



Point

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。



ファミリーサポート事業

■ ファミリーサポートセンター(矢本子育て支援センターほっとふる内) ☎04-2676-
0161 地域において子育ての支援を受けたい人と支援できる人が会員となり子育てを助け合
う事業です。

依頼会員	子どもを預かってほしい方	両方に該当する方または市内に居住してい る方。生後2か月～小学6年生までのお子 さんがいる保護者の方
提供会員	子どもを預かることができる方	市内にお住まいの20歳以上の方
両方会員	依頼会員と提供会員の両方になる方	

例えばこんなとき→

仕事があって
保育室の送迎が難しい。

実習室に行きたい。

たまには友人と
ゆっくりランチに...

上の子の遊樂が疲
れ、しっかり寝たい。

読書活動をしたい。

会員同士、条件の合う方を紹介し、
調整を受講した提供会員が
大ににお子さんをサポートします。



利用時間	料金(1時間)	以降30分毎
月～金曜日 7:00～19:00	600円	300円
土～日曜日 19:00～21:00	700円	350円
1. 1時間以上利用		



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。

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
でお出かけできる公園や
その他市内の施設紹介も
掲載。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。



2024年

東松島市

子育て ガイドブック

