

お父さんの子育て

最近では、お父さんの育児参加が浸透しつつありますが、「生んだ以上、二人で育てるのが当たり前」と言う人もいれば、「それができるのは残業がない人だけ」と言う人もいます。お父さんの育児参加には、お母さんの育児負担を少しでも軽くするという意味もありますが、お父さん自身のためにも大きな意味があるのです。帯広市では、父子手帳を配付しています。母親の妊娠から出産、子どもとの接し方や遊び方など育児に役立つ情報を掲載しています。ぜひご利用ください。

問い合わせ：健康推進課（保健福祉センター内） ☎25-9722

妊娠中

お母さんのおなかに向かって声をかけましょう。
その声は赤ちゃんにも伝わっています。

赤ちゃんが やってきた！ （出産）

“赤ちゃんが生まれた”と言われても、なかなか父親の実感はわからないものです。抱っこしてみましょ！おむつを替えてみましょ！ミルクをあげてみましょ！あやしてみましょ！お父さんをみてニコリ笑いませんでしたか？まずは、子どもと接してみることです。最初は誰だって初心者です。接しているうちに自分の心に子どもとの強い絆が生じ、かけがえのないものになります。

お父さんの
役割って
なんだろう

お父さんの 得意なもの

- お風呂に入れてあげましょ！
手が大きな男性のほうが赤ちゃんも安心します。
- 体を使って遊んであげましょ！
「首がすわる」「座る」「ハイハイ」などの成長に応じ、ひざに抱っこしてゆらしたり、大人の体乗り越えさせたりして遊ばましょ。これらは、お父さんのほうが得意です。こぞとばかり、お父さんの出番です。

仕事で 家に帰る 時間が遅い お父さんへ

- お父さんが22時に帰宅、それからお風呂に入れて、子どもが寝るのは23時では、子どもの生活リズムがぐずれてしまいます。そんなお父さんへ提案！朝出勤する前にお風呂に入るのはどうでしょう。また、朝も早いお父さんは、休日のお風呂を一緒に！というのはいかがですか？
- “お父さん帰ってきたの？”とお父さんが帰宅する前に寝てしまうお子さんは、お母さんに尋ねることがあると思います。何日もお父さんの顔を見ないと父親の存在を理解できなかったりします。そんな時には、“おやすみコール”はいかがですか？家へ電話してお子さんとお話をします。お父さんの声を聞くことができ、お子さんも安心できるでしょう。

お母さんの 支えになること

特に、初めての子育ては、お母さんも過敏になってしまいます。母親の不安や悩みは、父親にしてみれば些細なこと、取るに足らないことのように思えるかもしれませんが、そんな小さなことが積み重なって、母親は追い詰められていくのです。子育ては出口のない長いトンネルと表現するお母さんもいます。家に帰ったら、妻の話を聞いてあげることも大切なことです。

「育児は母親の 仕事だ」「子ども と接したくても 時間がない」と いうお父さんへ

子どもにとっての“今”という時期は、お父さんやお母さんが大好きでそばにいて欲しい、かけがえのない時間です。家族に愛されることを通して人への信頼感を培う、一生のうちの、ほんのわずかな時間です。「赤ちゃんの無邪気な笑顔」を育児の喜びのひとつに挙げる人は少なくありません。確かに、赤ちゃんの笑顔は仕事や人間関係の苦労を一気に吹き飛ばしてくれるパワーをもっています。こんな素敵なお父さんは、なかなか体験できるものではありません。そして、このように毎日の生活のなかで築いたお父さんとの関係は、一生にわたって、大きな心の財産となるでしょう。是非、1日の中で数分でもお子さんと向き合ってみて下さいね！



各種手当・制度について

帯広市では、赤ちゃん・子どものいる家庭に対して、安心して子育てができるように、各種手当や医療費助成、生活援助を行なっています。該当する方は、お問い合わせの上、手続きをしてください。

医療費の助成

こども課
☎65-4160(直通)

乳幼児等

- 小学校修了前までの乳幼児等を対象に、医療費の自己負担額を助成します。
- 小学校就学前までは、入院・通院とも全額助成します。
- 小学生は市町村民税非課税世帯（市民税全部減免者を含む）については、入院・通院とも全額助成します。市町村民税課税世帯の場合は、入院のみ助成対象で、2/3助成します。
- 所得制限があります。

ひとり親家庭等

- ひとり親（配偶者が行方不明、重度心身障害者等を含む）家庭で父又は母が子どもを扶養・監護している場合に助成します。
- 両親がいない（死亡・行方不明等）子どもが他の家庭で扶養されている場合に助成します。
- 子どもが18歳に達する日の属する年度の末まで対象になります。
- ※学生等の場合20歳に達する日の属する月の末日まで対象となります。
- ※親の歯科の入院外診療は対象外です。
- ※所得制限などの条件があります。

各種手当

こども課
☎65-4160(直通)

児童手当

中学校修了前の児童を養育している方に支給します。（所得制限・上限があります）

支給月額	
・3歳未満	一律15,000円/子
・3歳～小学校修了前	第1子・第2子：10,000円/子 第3子以降：15,000円/子
・中学生	一律10,000円/子
・所得制限対象世帯	一律5,000円/子
・所得上限超過世帯	支給なし

児童扶養手当

父母の離婚などにより、父又は母と生計を同じくしていない（父又は母が行方不明、政令で定められている重度の障害の状態にある場合などを含む）児童を監護している父又は母や、父母に代わってその児童を養育している人に支給されます。

支給月額	第1子=1人10,410～44,140円 第2子=1人5,210～10,420円 第3子以降=1人3,130～6,250円
	※所得制限などの条件があります。

※児童～18歳に到達する日以降の最初の3月31日までの間にある者、または20歳未満で政令で定められている重度の障害にある者

(注)・手当の額は、全国消費者物価指数の上昇又は下降の比率に応じて、政令で改定されます。

子育て支援課
☎25-9700(直通)

特別児童扶養手当

心身に障がいのある20歳未満の児童を監護している父母、または父母に代わって児童を養育している方に支給されます。

月額支給	1級=53,700円 2級=35,760円
	※所得制限などの条件があります。
	※手当額は改定されることがあります。

助産施設

こども課
☎65-4160(直通)

助産施設

保健上必要があるにもかかわらず、経済的な理由により入院助産を受けることができない妊産婦に対して、助産施設において助産を実施します。※ご利用には一定の条件があります。※世帯の課税状況に応じて、徴収金が発生する場合があります。

助産施設	帯広協会病院助産施設	東5条南9丁目2	3床
	帯広厚生病院助産施設	西14条南10丁目1	2床

ショートステイ

子育て支援課
☎25-9700(直通)

ショートステイ

保護者が家庭で子どもを養育することが一時的に困難になったときに、児童養護施設で一時的にお預りします。

- 対象児童 満1歳以上の児童
- 利用要件 児童の保護者が次に掲げる事由により家庭において養育できない場合
事由：疾病、育児疲れ、慢性疾患児の看病疲れ、出産、看護、事故、災害、冠婚葬祭、転勤、出張及び学校等の公的行事への参加等
- 利用期間 7日以内（やむを得ない事情があると認められる場合は、延長も可能）
- 養護施設 十勝学園 帯広市東9条南21丁目1-9
- 利用料金

利用者の世帯区分	1人1日あたりの利用料	
	1歳の児童	2歳以上の児童
生活保護世帯	0円	0円
市民税非課税世帯または市民税全部減免世帯	860円	850円
その他の世帯	4,320円	2,370円

楽しい子育て応援します

子育て世代包括支援センター 子育て支援課

東8条南13丁目1・保健福祉センター内
☎25-9700

子育て、発達、子どもの虐待に関する相談対応を行い、安心して子育てができるようサポートしています。お気軽にご相談下さい。



乳幼児プレイ
ールームは月曜
日～金曜日の
9:30～15:30
の間、自由に
ご利用いただ
けます。

子育て支援事業

子育て応援 ボランティアの 登録

子育ての応援隊として地域子育て支援センター・保育所その他子育て支援事業等に、色々なスタイルでボランティアのご協力をいただいています。子育てを地域でささえあうため、皆さんの力をお貸しください。登録申し込み先は、子育て世代包括支援センター・地域子育て支援センター・保育所です。

子育て支援課 Instagram

子育てに関わる
情報を発信!!



08_CHILD_CARE_SUPPORT

帯広市絵本との 出会い事業

帯広市では、絵本を通して、親子のふれあいをより豊かに育むことを願い、5か月児健診時に絵本との出会い事業として、絵本をプレゼントしています。

親子の ふれあいコンサート

乳幼児とその保護者等を対象としたコンサートです。学生などが演奏します。生の演奏にふれ親と子が一緒に楽しめます。

乳幼児 家庭教育学級

家庭での教育や子育てのあり方を学ぶ親のための学習の場です。

帯広ファミリー サポートセンター事業

市民相互による子育ての援助活動です。(P17参照)

ここにこ るーむ

運動発達に遅れや障がいのある就学前のお子さんと親の広場です。

子育て サークル支援

保健福祉センター子育て活動室・コミュニティセンターなどで就学前の親子が集まり交流しています。入会の方法は子育て支援課にお問い合わせ下さい。

保育所(園)の子育て支援《地域に保育所を開放しています》

保育所 (園) の開放

市内の保育所(園)では地域の親と子が気軽に集い保育所(園)の子ども達と交流できる場を開いています。

あそびの 広場

市内の保育所(園)では、地域の親と子が自由に集い交流できる広場を開いています。

帯広市 一時保育事業

「上の子が急病で…」 「就職活動やボランティアをしたいのだけど…」
こんな時、一時保育をご利用下さい。(P21参照)

* 地域子育て支援センター・保育所(園)・幼稚園の開放事業など、親子で遊びに行けるところの開催日時
は子育て情報紙「子育てナビ」をご覧ください。子育て世代包括支援センター・地域子育て支援センター・
保育所(園)・こども課で配布しているほか、帯広市ホームページにも掲載しています。

地域子育て支援センター（6つの保育所（園）で実施）の子育て支援

地域子育て支援センターは、親子で集う広場を開き、お母さん同士情報交換しながら仲間づくりをするための応援をします。お父さん、祖父母、妊婦の方もご利用できます。子育て情報の提供や相談も受けれます。お気軽に御利用下さい。
※詳しくは各地域子育て支援センターにお問い合わせ下さい。

① 地域子育て支援センターつばさ



月替わりの曲に合わせて絵を動かすペープサートも、楽しみの一つとして参加いただいています。

西22条南3丁目13-1
(つばさ保育所内)
☎41-6800

④ 地域子育て支援センターいなだ



身体を使ってたっぷり遊んだ後は、ペープサートや紙芝居のお楽しみがありますよ☆

西15条南40丁目2-1
(稲田保育園内)
☎67-6088

② 地域子育て支援センターこでまり



「夏はやっぱり水遊び！」水やどろんこにもたっぷりふれあって遊ぶことができます。

西14条北2丁目1
(こでまり保育園内)
☎38-2690

⑤ 地域子育て支援センターすずらん



赤ちゃんが遊べるスペースや、身体を動かして遊ぶスペースがあります。

柏林台西町5丁目1-2
(すずらん保育所内)
☎36-2388

③ 地域子育て支援センターもりのこ



隣接の帯広の森の自然の中や保育園を使って、親子で楽しく遊んでいます♪

大空町1丁目12
(森の子保育園内)
☎49-2005

⑥ 地域子育て支援センターあじさい



広い支援室や園庭、センター周辺の自然の中で楽しく遊んでいます。

東9条南19丁目1-1
(あじさい保育園内)
☎67-6231

★ にちようび 親子の広場 ★ お父さんも一緒に参加できる広場です。

	住所・電話	日 程	時 間
子育て支援センター こでまり	西14条北2丁目1 ☎38-2690	<にちようファミリーデー> 7/23, 10/22	9:00~12:00
子育て支援センター あじさい	東9条南19丁目1-1 ☎67-6231	<にちようファミリーデー> 10/1	8:30~13:30
子育て支援センター すずらん	柏林台西町5丁目1-2 ☎36-2388	<日曜日のパパ広場> 6/4, 8/6, 10/1, 12/3, 2/4	10:00~12:00
豊成保育所	清流東1丁目7-4 ☎48-6630	<サンデーファミリー> 4/16, 5/21, 6/18, 7/9, 8/6, 9/24, 10/15, 11/19, 12/17, 1/21, 2/18, 3/17	9:45~11:45



帯広ファミリーサポートセンター事業

帯広ファミリーサポートセンターとは

帯広市の子育て支援事業の一つです。「子育てをサポートしてほしい人」(利用会員)と「子育てをサポートしたい人」(提供会員)がセンターに会員登録し、サポートが必要な時にセンターが会員を紹介します。会員相互の信頼関係をもとに、子育てを地域でお手伝いしあう会員組織です。登録は無料です。

登録は無料です

利用会員

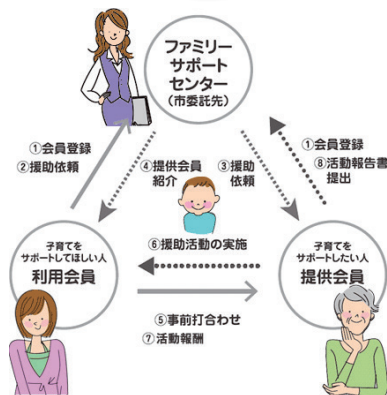
子育てをサポートしてほしい方
帯広市に在住している方で、生後57日から小学校6年生までのお子さんの保護者の方。

両方会員

利用・提供会員両方に登録される方

提供会員

子育てをサポートしたい方
帯広市に在住している方で、自宅等で安全に子どもを預かることができる18歳以上の方。センターが実施する講習会を受講後、活動していただけます。



こんなときにご利用ください

●仕事と子育てを両立したい

- ・残業の時、保育園や児童保育センターへのお迎え、仕事が終わるまでの預かりと、夕食も食べさせてほしい。
- ・子どもの習い事の送迎。
- ・朝の保育園への送り。

●困ったとき

- ・自分が病院に行きたい。
- ・冠婚葬祭
- ・上の子の授業参観や行事に参加したい。
- ・出産前後で上の子の送迎や預かり。

●自分の時間がほしい

- ・美容院へ行きたい。
- ・習い事をしたい。
- ・買い物に行きたい。
- ・友達や職場の会合に出たい。

利用時間と利用料金 (活動報酬)

●活動終了後に利用会員が提供会員に直接支払います。

利用時間		活動報酬
平日	7:00～21:00	1人につき30分ごとに300円
土・日・祝日	7:00～21:00	1人につき30分ごとに350円

宿泊を伴う預かり、子どもが病氣中の援助はできません。

利用会員の声！

私も夫も実家が遠方のため、「できれば近所に一軒、困った時に安心して預けられる家がほしいなあ」と考え登録しました。フルタイムで働きはじめ、先日、仕事が忙しく3歳の娘を預けました。当日は提供会員ファミリーと一緒に夕食をとり、お姉ちゃん達といっばい遊んでもらって、ご機嫌で過ごしました。迎えに行ったらいい笑顔で、お姉ちゃんが道路まで出てお見送りしてくれたことが心に残っています。家族でとても温かく接してくれたことへの感謝の気持ち、そして頼れる場所が近くにできた喜びを感じています。

帯広ファミリーサポートセンター

(ぶれいおん・とかち内)

TEL(0155)66-4285 FAX(0155)66-4286

Eメール:famisapo@play-on-tokachi.net

〒080-2470 帯広市西20条南5丁目18-2

開所時間 月～金曜日 8:45～17:30

土・日・祝日・年末年始はお休みです。

【設置】帯広市

【運営団体】NPO法人子どもと文化のひろば

ぶれいおん・とかち

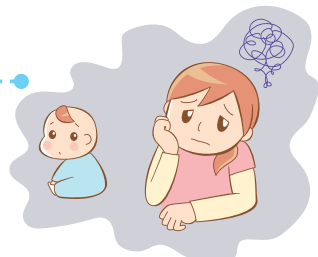
帯広ファミリーサポートセンターへの連絡はLINEでもできます

LINE



各種相談窓口

子育てはひとりではできるものではありません。だれかの助けが必要なきときもあります。帯広市などでは、子どもに関するいろいろな相談窓口が開かれています。自分ひとりで悩まないで、相談窓口気軽に電話してみましょう。



こんなときは

実施主体

所在地・電話番号

	こんなときは	実施主体	所在地・電話番号
全般	虐待の相談、通告を受けます。	児童相談所全国共通ダイヤル	☎189
		帯広市児童虐待防止110番	☎21-0110
	子どもの養育、育児不安、子どもに関わるさまざまな問題についての相談を受けます。	帯広児童相談所	東1条南1丁目1 ☎22-5100
		児童相談所相談専用ダイヤル	☎0120-189-783
		十勝子ども家庭支援センター	東9条南21丁目1-9 ☎22-3322
子育て世代包括支援センター(帯広市子育て支援課)	東8条南13丁目1 ☎25-9700		
教育	学校に行けない、いじめにあって、周囲の人(友人、親、先生など)とうまくいかない、発達について不安があるなどお子さんの教育に関わる相談を受けます。	教育相談 (北海道教育庁 十勝教育局)	東3条南3丁目1 ☎23-4950
		教育相談センター (帯広市教育委員会 学校教育指導課)	西5条南7丁目1 ☎25-2595
就学	学校の就学に関する相談を受けます。	帯広市教育委員会学校教育課	西5条南7丁目1 ☎65-4203 ☎65-4204
子どもの発達	言葉が遅い、落ち着きがない、友達と遊べないなど、さまざまな発達に関する相談を受けます。	子ども発達相談室(帯広市子育て支援課)	東8条南13丁目1 ☎25-9700
		発達支援センター(帯広児童養育センター)	西22条南3丁目13-1 ☎36-2085
		発達障害者支援道東地域センター「きら星」	西25条南4丁目9 ☎38-8751
	子どものことばの発音や吃音などに関する相談を受けます。	帯広市ことばの相談	東8条南13丁目1 (保健福祉センター内) ☎25-9727
子育て	就学前児童の子育てに関する相談を受けます。	子育て世代包括支援センター(帯広市子育て支援課)	東8条南13丁目1 ☎25-9700
		地域子育て支援センターつばさ	西22条南3丁目13-1 ☎41-6800
		こでまり もりのこ いすだ すずらん あじさい	西14条北2丁目1 ☎38-2690 大空町1丁目12 ☎49-2005 西15条南40丁目2-1 ☎67-6088 柏林台西町5丁目1-2 ☎36-2388 東9条南19丁目1-1 ☎67-6231
子どもの健康	子どもの成長や栄養に関する相談を受けます。	健康相談(帯広市健康推進課)	東8条南13丁目1 ☎25-9722
保育所(園) 幼稚園	保育所(園)、幼稚園、認定こども園等に関する相談や情報提供を行います。	帯広市子ども課	西5条南7丁目1 ☎65-4158
一時保育	保護者の育児疲れ解消やパートなどの短期間労働、あるいは急病・看護などの理由で家庭で保育ができないお子さんを一定期間、一時的、緊急的に保育所(園)でお預かりします。	こでまり保育園	西14条北2丁目1 ☎38-2690
		豊成保育所	清流東1丁目7-4 ☎48-6630
		すずらん保育所	柏林台西町5丁目1-2 ☎36-2388
子ども・若者からの相談	家庭や学校、社会生活での悩みなど、子どもや青少年、その保護者からの相談を受けます。	ヤングテレホン相談	西6条南6丁目3 (ソネビル2F内) ☎22-8349
人権	子どもの人権を守るための相談を受けます。	釧路地方法務局帯広支局	東5条南9丁目1 ☎24-5823
女性相談	女性のDV(配偶者等からの暴力)被害、離婚に関する相談を受けます。	女性相談サポートライン (帯広市市民活動課)	西5条南7丁目1 ☎65-4230
生活支援に関する事	日常生活での問題についての相談(金銭、家庭、相続、心配事など)を受けます。	市民相談室(帯広市地域福祉課)	西5条南7丁目1 ☎65-4200
母子・父子相談	ひとり親家庭の自立相談をしたいとき	帯広市子ども課	西5条南7丁目1 ☎65-4160
ひとり親家庭等の就業相談	ひとり親家庭の就業・自立支援の相談を受けます。	帯広市母子家庭等 就業・自立支援センター	公園東町3丁目9 (グリーンプラザ内) ☎20-7751