

11ひきのねこのまち

さんのへ 子育てガイドブック

三戸町×株式会社サイネックス



子育て
カレンダー

4

安心して妊娠・出産・
育児をするために

6

赤ちゃんが
生まれたら

11

予防接種

16

各手当・助成に
ついて

17

子育ての
サポートについて

19

子どもを預かって
ほしいとき

22

ひとり親家庭の
ために

25

障がいのある
子どもさんと保護者
への支援制度について

26

子育てに関する
相談

29

おでかけガイド

30

もしものために

34

素敵な笑顔は 口元から

LET's
START
歯周病治療は
新しいステージへ!

歯周ポケット内の
細菌にアプローチし、
お口の中の健康維持を
サポートします!!

院長 佐藤 綾香

厚生労働省認可の歯周病治療器

保険診療

◆虫歯や歯周病の予防

唾液検査を行い虫歯や歯周病のなりやすさを分析し、予防方法やケアアイテムをご紹介します。

◆口腔機能の発達をサポート

お子様から大人までお口周りの筋肉の使い方をサポートします。健口を手に入れましょう。

◆笑気麻酔

過去に歯医者で痛い思いや怖い思いをして歯科治療が不安な方に、笑気麻酔をすることでリラックスして治療を受けられます。

◆歯科技工士が常駐

院内で「白い歯」「入れ歯」などの歯科技工士佐藤 史朗

自由診療

◆お子様の予防矯正 (¥38,500)

お子様の歯並びが良くなるよう装置を用いて行います。歯並びが良くなるトレーニングをお伝えします。

◆大人のマウスピース矯正 (¥385,000~¥460,000)

目立たない透明のマウスピースを使用し歯並びを改善します。前歯に限局した治療なので3~5か月で美しい歯並びが手に入れます。

◆ホワイトニングで透明感のある白い歯に

歯の黄ばみを専用の薬剤を使い取り除き白くします。(¥22,000~60,500) 清潔感のある白い歯になります。

◆お口元のトータルビューティ (金額はHPでご確認下さい)

ボツリヌスやヒアルロン酸を使用しお口周りのお悩みを改善します。にんにく注射や高濃度ビタミンC点滴等も行っています。



さとうデンタルクリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~11:45	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	休

休診/日曜祝日 ※臨時休診あり。HPのカレンダーでご確認ください

三戸町で
お口元の美容治療を
受けられます



歯科衛生士募集 詳しくはHPへ

【完全予約制】

☎0179-22-1711

三戸町八日町19-1(三戸郵便局並び)



はじめに

「さんのへ子育てガイドブック」は、三戸町でこれから出産を迎える方、子育て中の方を応援する冊子です。

妊娠期をはじめ、お子さまの成長に合わせて、ご活用いただけるよう、お手元に置いていただき、これからの子育てにお役立ていただければ、幸いです。

ガイドブックの発行にあたりまして、広告掲載にご賛同いただきました事業者の皆様をはじめ、ご協力を賜りました関係者の皆様に心より感謝と御礼を申し上げます。

この内容は、令和8年7月現在で作成しております。制度や料金等が変更となる場合もございますので、詳しくは各問い合わせ先でご確認ください。



広 告

いつもにここに元氣な子
すんすん動きがつく子
みんな仲良し優しい子



学校法人小野学園 幼保連携型認定こども園

いずみ幼稚園

通常保育

延長保育

開園時間

【1号認定】

月～金 8:00～14:00

(14時以降は一時預かり)

【2・3号認定】

月～土 7:00～19:00

(延長保育時間含む)

〒039-0141 三戸町川守田正浄寺20-1

TEL 0179-22-1155

FAX 0179-22-1175

<https://izumi-kindergarden.jp/>



さんのへ子育てガイドブック

もくじ

子育てカレンダー

4

安心して妊娠・出産・育児をするために

6

- 三戸町こども家庭センター
「SANぽぽ」…………… 6
- マタニティ健康相談 …………… 7
- 妊婦健康診査 …………… 7
- 妊婦歯科健康診査 …………… 8
- 妊婦のための支援給付金 …… 9
- RSウイルス感染症予防接種
(母子免疫ワクチン) …………… 10
- 妊婦健診や出産の際の
交通費及び宿泊費の助成 …… 10

赤ちゃんが生まれたら

11

- 新生児聴覚検査 …………… 11
- 乳児一般健康診査 …………… 11
- 股関節脱臼検診 …………… 12
- 産婦健康診査 …………… 12
- 妊産婦・乳児訪問指導 …… 12

- おむつ等の購入費助成 …………… 12
- 産後ケアの利用について …… 13
- 未熟児養育医療費給付制度 …… 14
- 子育て相談 …………… 14
- 幼児フツ素塗布事業 …………… 15

予防接種

16

- 定期及び任意の予防接種 …… 16
- 町内の予防接種委託医療機関 16

各手当・助成について

17

- 三戸っ子はぐくみ応援金
〈町独自の子育て支援〉 …… 17
- 学び応援!入学祝い金
〈町独自の子育て支援〉 …… 17
- 出産育児一時金 …………… 17
- 児童手当 …………… 18
- 子ども医療費 …………… 18

子育てのサポートについて

19

- 子育て短期支援事業 …………… 19
- 親子の遊び場・交流 …… 20
- あおもり子育て応援パスポート 21
- ファミリー・サポートセンター … 21

広告

社会福祉法人 青幸会



園児募集中! 随時見学OK!



幼保連携型認定こども園

ミューズ保育園

〒039-0141 三戸町川守田落合62-2

TEL・0179-22-1515

FAX・0179-22-1524



HP

延長保育

一時預かり

育児相談



子どもを預かってほしいとき

22

- 保育所・認定こども園及び
利用料の軽減について …… 22
- 保育料無償化 …… 22
- 副食費(おかず代)免除 …… 23
- 一時預かり …… 23
- 病後児保育『ジャブ』 …… 23
- 学童保育等 …… 24
- 小学生の放課後の居場所 …… 24

ひとり親家庭のために

25

- 児童扶養手当 …… 25
- ひとり親家庭医療費 …… 25

障がいのある 子どもさんと保護者への 支援制度について

26

- 障がい者手帳の交付 …… 26
- 特別児童扶養手当 …… 26

- 障がい児福祉手当 …… 26
- 育成医療 …… 26
- 障がい児通所支援事業 …… 26
- 医療的ケア児等の支援 …… 27
- 関連施設連絡先一覧 …… 28

子育てに関する相談

29

おでかけガイド

30

- MAP …… 30
- 公園 …… 32

もしものために

34

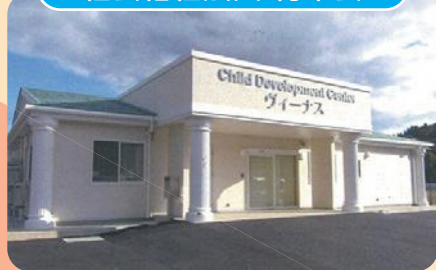
- おうちの危険箇所チェック …… 34
- 子どもの体調不良や
もしものときに …… 36
- いざというときに
赤ちゃん家庭の防災 …… 38



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

社会福祉法人 青幸会



園児募集中! 随時見学OK!



企業主導型保育施設

ヴィーナス

〒039-0141 三戸町川守田字落合68

TEL・0179-23-8933

FAX・0179-23-8934



さんのへ 子育てガイドブック

3

子育てカレンダー



届出・手当

妊娠

- 妊娠届出 P6
- 母子健康手帳交付 P6
- 妊婦のための
支援給付金 P9
- アクセス支援 P10



出産

- 出生届出 P11
- 未熟児養育医療費給付制度 P14
- 出産育児一時金 P17
- 児童手当 P18
- 子ども医療費 P18
- 予防接種 P16



0歳

健康診査

- 妊婦健康診査 P7
- 妊婦歯科健診 P8
- 産婦健康診査 P12
- 新生児聴覚検査 P11
- 乳児一般健康診査 P11
- 離乳食教室

サポート・相談

- 妊娠中期電話相談
- 妊婦後期訪問 P12
- 産婦、乳児訪問 P12
- 新生児訪問
- 産後ケア P13
- 乳児世帯全戸訪問
- 赤ちゃん絵本プレゼント
- 子育て短期支援事業 P19
- のぼたん広場の利用 P20



広告

／ 見学申込 随時受付中 ／

社会福祉法人 慈眼会 **三戸保育園**

〒039-0134 三戸町大字同心町字古間木平14-2

★ ★ TEL.0179-22-2413 ★ ★

0歳児(57日目)からお預かりします!

休 園 日・日曜・祝日・年末年始

保 育 時 間・(平日・土曜)7:00~18:00
※延長保育 18:00~19:00

HPはこちら

明るい子

元気な子

働く子

思いやりのある子



子育てガイドブック				
1歳	2歳	3歳	4～5歳	6歳
●三戸っ子はぐくみ応援金 P17			●入学祝い金 P17	
				
 				
●1歳6か月児健康診査	●2歳児歯科健康診査	●3歳児健康診査	●5歳児健康診査	●就学時健康診断
●幼児フッ素塗布 P15				
 				

広告

暮らしのこと何でもご相談下さい!
 上下水道指定工事店

毎日の暮らしに、安らぎと、ゆとりを!

株式会社 サンガス

三戸本社 ☎0179-22-2661
 田子出張所 ☎0179-32-3939

**LPG・灯油、水まわり点検修理、
 ストープ分解整備、灯油タンク洗浄** 受付中!

新電力受付中! ■燃料電池 ■燃料器具冷暖房器具
 ■家電・生活関連設備 ■リフォーム ■災害対策用品




安心して妊娠・出産・育児をするために

三戸町こども家庭センター「SANぽぽ」

令和8年4月に三戸町役場内に、三戸町こども家庭センター「SANぽぽ」を開設しました。

全ての妊産婦・子育て世帯・こども(概ね18歳未満)を対象とし、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、切れ目のない相談支援を行います。母子保健と児童福祉の専門的な知識を有する職員が連携・協力することで、一体的にお子さんとその家族に寄り添った支援を提供します。

「SANぽぽ」では、母子健康手帳交付時に全ての妊婦さんと面談して子育てのスタートをサポートします。専用の相談室がありますので、お気軽にご相談ください。一人で悩まないで。

安心して妊娠・出産・育児をするために



保健師・助産師・こども家庭支援員がサポートします。お気軽にご相談下さい。

問い合わせ

- 妊娠、出産、子育てに関すること

健康長寿課 ☎0179-20-1152(いい子に) FAX:0179-20-1105

メール:sanpopo@town.sannohe.lg.jp

- 子育て家庭への支援、支援サービスの利用に関すること

住民福祉課 ☎0179-20-1151 FAX:0179-20-1100



広告

**配達員
随時募集中!!**



詳しくは
お問い合わせください。

〈お取り扱い紙〉

東奥日報・朝日新聞・毎日新聞

日本経済新聞・産経新聞・岩手日報・日刊スポーツ
スポーツニッポン 他



東奥日報

三戸販売店

TEL 0179-22-1234

FAX 0179-22-3331

〒039-0134 三戸町大字同心町字古間木平60

マタニティ健康相談

母子健康手帳交付時に、これからの出産に向けて、健康に過ごし、安心して出産ができるように保健師が健康相談を行います。

また、随時、電話相談や訪問も行います。

日 時 毎週月～金 8:15～17:00

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152



妊婦健康診査

妊婦さんの健康と赤ちゃんの健やかな成長を促し、安全で安心なお産を迎えていただくため、定期的な健康診査が無料で受けられるよう「妊婦委託健康診査受診票」を14回分交付しています。

また、「多胎」と診断され、妊娠届出書を提出した方には、妊婦健康診査受診票を7回分追加交付します。

なお、受診票を使用して妊婦健康診査を受けた場合であっても、検査の内容等により自己負担を伴うことがあります。

三戸町に住民登録がある方のみ使用できます。転出された場合は、転出先の市町村で新たに交付を受けてください。

◆里帰り出産をされる方へ

里帰り出産等のために委託外の医療機関等を受診した場合は、健診費用の一部を払い戻しいたします。

手続きに必要なもの

- ・受診した医療機関の領収書及び診療明細書
- ・妊婦委託健康診査受診票(健診日、医療機関等を記入したもの)
※受診票に医療機関の健診日等の記載がない場合は、母子健康手帳等確認できるものを提出してください。
- ・本人名義の通帳、印鑑

※里帰り出産をされる方は、里帰り先の医療機関で健康診査等が受けられるよう手続きいたしますので、健康長寿課にご連絡ください。

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152

安心して妊娠・出産・育児をするために

— 広 告 —



SUBARU

保険薬局 労災保険指定薬局

みちしり調剤薬局

月・火・水・金曜日 9:00～18:00
木曜日 9:00～17:00
土曜日 9:00～14:00
日曜日・祝日 休業

営業時間

処方せん受付

〒039-0131 三戸町二日町5-2

☎ 0179-23-5018

妊婦歯科健康診査

妊婦さんの口腔衛生の向上や安全な出産、乳幼児の健やかな発育のため、「妊婦歯科健康診査」を町内の歯科医院において、妊娠期間中に**1回のみ無料**で受診できます。

妊娠中は、女性ホルモンの変化によってむし歯や歯周病が発生しやすくなります。歯周病が重症化すると、早産や低出生体重児出産の頻度が高まる可能性も報告されています。

赤ちゃんのためにも、ぜひこの機会にお役立てください。

対 象 三戸町に住民登録がある妊婦の方

受診場所 下記医療機関のいずれかにお申込みの上、妊婦歯科健康診査受診票を提示してください。

歯科医療機関	診療曜日	受付時間	申込電話番号
北村歯科医院	月～金	9:00～11:30 13:30～17:00	0179-22-0320 ※HP・LINE予約可 ※原則第2・4土曜日 ※月曜日は不定期
	土	9:00～11:30	
さとうデンタルクリニック	月～金	9:00～12:00 14:00～18:00	0179-22-1711
	土	9:00～12:00	
松尾歯科医院	月～水、金	9:00～12:30 14:00～18:00	0179-22-2963 ※原則第2・4土曜日
	土	9:00～12:30 14:00～17:00	

健 診 内 容 問診、歯と歯肉の検査、結果説明、保健指導

持 ち 物 母子健康手帳、三戸町妊婦歯科健康診査受診票

留 意 事 項 できるだけ体調の良い時期になるべく早く受診をしましょう。

問 い 合 せ 健康長寿課 ☎20-1152



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。



妊婦のための支援給付金

すべての妊婦・子育て家庭が安心して出産や子育てができるよう、面談や家庭訪問による相談を行い、妊娠期から子育てを応援するため、給付金を支給します。

	妊婦給付認定	子どもの人数の届出
対象者	・妊娠の届出をした妊婦 ※妊娠届出後に流産・死産となった者を含みます。	・胎児の数の届出をした妊婦 (出産予定日の8週間前の日以降) ※死産届出がされた場合も対象となります。
給付の要件	妊娠届出時に、窓口で保健師と面談を行い、アンケートの記入及びサポートプランを作成していること ※「妊娠届出」とは、産科医療機関を受診し、医師が妊娠の事実を証明した妊娠届出書が健康長寿課に提出された場合を言います。	妊娠8か月頃、保健師又は助産師の訪問又は電話相談を行い、アンケートを記入していること。 ※ただし、流産等の場合は、訪問等を実施せずに給付されます。
給付額	妊婦一人につき、5万円	胎児一人につき、5万円

※詳細については、妊娠届出があった際にご説明をします。

※妊娠届出前に流産・死産等された方は、申請の際に医療機関の医師の診断書など(「胎児心拍が確認されていたこと」を証明する書類)が必要となります。詳細については、健康長寿課へお問い合わせください。

必要なもの

- ①給付金の振り込み先が分かるものの写し(通帳やキャッシュカードなど)
- ②申請者の身分証明書の写し(運転免許証やマイナンバーカードなど)
 ※氏名や住所が変更となっている場合は、変更内容が分かるものを提出してください。

問い合わせ

健康長寿課 ☎20-1152

安心して妊娠・出産・育児をするために

— 広 告 —

ずっと
あなたの電気係

BFC
おおだいら電気商会

代表 大平 昌人

困ったらまず **電話!** TEL.0179-22-1100

デジタル家電 から、
アンテナ工事 まで
お任せ下さい!

エアコン他、住設商品 も
ご相談下さい!!

三戸町川守田字沖中6-21
FAX.0179-22-2775

Berry's
コスモスベリーズ

RSウイルス感染症予防接種(母子免疫ワクチン)

RSウイルスは特に小児や高齢者に呼吸器症状を引き起こすウイルスで、1歳までに50%以上が、2歳までにほぼ100%の乳幼児が、少なくとも一度は感染するとされており、初めて感染した乳幼児の約7割は軽症で数日のうちに軽快しますが、約3割では咳が悪化し、喘鳴(ゼーゼーと呼吸しにくくなること)や呼吸困難、さらに細気管支炎の症状が出るなど重症化することがあります。

妊婦さんが接種することで、生まれた赤ちゃんが、出生時からRSウイルスに対する抗体を獲得し、予防効果を得るための母子免疫ワクチンです。令和8年4月から定期接種として開始されています。

- 対象者** 接種時点で、**妊娠28週0日から妊娠36週6日までの妊婦**
- 接種回数** 妊娠ごとに1回(筋肉内に接種)
- 接種方法**
- ①妊娠届出の際に、予診票、リーフレット等をお渡しします。
 - ②接種については、妊婦健診で通院している医療機関にご相談ください。
 - ③接種する医療機関、接種日が決まりましたら、健康長寿課へご連絡ください。
接種の際は、予診票を忘れずにお持ちください。
- 留意事項** 接種後14日以内に出生した乳児における有効性は確立していないことから、接種後14日以内に出産を予定している場合は、医師とよく相談しましょう。
- 問い合わせ** 健康長寿課 ☎20-1152

妊婦健診や出産の際の交通費及び宿泊費の助成

妊婦健診や出産の際にかかる経済的負担を軽減し、安心して出産ができるようにするため、交通費や宿泊費を助成します。

◆妊婦健診の交通費の助成

妊娠の届出後から妊婦健診を目的に病院受診するための交通費を助成します。助成期間は出産を目的に入院する前までの期間です。

対象となる経費

- ・交通費(自家用車、公共交通機関)、有料道路を利用した場合の通行料

◆分娩取扱施設までの交通費等

出産を目的として入院し退院する場合の交通費や入院前に待機宿泊する場合の宿泊費を助成します。

対象となる経費

- ・交通費(自家用車、公共交通機関、タクシー)、有料道路を利用した場合の通行料
- ・分娩のための入院前に、医師の指示により病院の近くに待機宿泊した場合の宿泊費

◆周産期母子医療センターアクセス支援事業

周産期母子医療センターのNICU(新生児集中治療室)又はGCU(新生児治療回復室)に入院している新生児を持つ産婦が新生児の面会に行くための交通費を助成します。

対象となる経費

- ・交通費(自家用車、公共交通機関、タクシー)、有料道路を利用した場合の通行料
- ・駐車場料金 ・宿泊費

三戸町ホームページ

対象者 三戸町に住民登録がある妊産婦
詳しくは、町のホームページをご覧ください。

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152



赤ちゃんが生まれたら

新生児聴覚検査

新生児聴覚検査とは出生後、入院中などに行われる赤ちゃんの聞こえの検査です。妊娠届出時に「新生児聴覚検査受診票」を交付しています。委託医療機関で、原則1人につき1回無料(初回検査)で受けられます。初回検査で再検査となった場合は、確認検査も助成対象(1回無料)となります。

対象 生後60日未満の赤ちゃん

時期 原則として入院中。ただし、未熟児等の理由で早期受診が困難な場合は、医師の判断により実施する。

検査内容 小さな音を聞かせて脳波を測定する等、音が聞こえているか調べます。

※里帰り出産をされる方は、里帰り先の医療機関で検査が受けられるよう手続きいたしますので、健康長寿課にご連絡ください。

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152

乳児一般健康診査

赤ちゃんの心や体が順調に成長発達しているかどうか、医師の診察を受けるため、「乳児一般健康診査受診票」を出生届出時に交付しています。委託医療機関で、健康診査が3回無料で受けられます。

対象 1歳未満の乳児

時期 生後1か月・3か月・9か月

※受診票の裏にご自宅での様子について確認する問診票が記載されています。受診前に、主に赤ちゃんのお世話をしている保護者が記載して、受診するようにしてください。

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152

赤ちゃんが生まれたら

— 広 告 —

N
BOX
Joy



N
BOX
CUSTOM



Honda Cars 田子
(有)松本ホンダ販売

民 間 車 検 工 場

☎(0179)32-2167 (代)

田子町大字田子字上野ノ下タ1-7

さんのへ 子育てガイドブック

股関節脱臼検診

先天性股関節脱臼などの早期発見のため、「股関節脱臼検診受診票」を交付しています。3～4ヶ月頃に委託医療機関で検査、診察が無料で受けられます。受診票は、出生時に交付します。

- 対 象** 3～4ヶ月の乳児
- 委託医療機関・申込** 三戸中央病院 ☎20-1131
- 受 診 方 法** 対象時期になりましたら、事前に電話予約して受けてください。
- 問い合わせ** 健康長寿課 ☎20-1152
- ※三戸中央病院以外で受ける場合は、有料となります。

産婦健康診査

産後うつ予防や赤ちゃんの育児、授乳状況等を確認することを目的として、産後に産婦が健康診査を受けるため、「産婦健康診査受診票」を交付しています。出産された医療機関で、最大2回まで健康診査が無料で受けられます。妊娠届出時に手続きをしてください。

- 対 象** 産後6週間までの産婦
- 時 期** 産後2週間・産後1か月
- 問い合わせ** 健康長寿課 ☎20-1152

妊産婦・乳児訪問指導

ご自宅に訪問して妊娠中～産後の健康管理と赤ちゃんの発育発達を支援します。訪問した際は、何でもお気軽に相談ください。

- 対 象** 妊産婦、誕生したすべての乳児
- 日 時** 毎週 月～金 8:15～17:00
- 問い合わせ** 健康長寿課 ☎20-1152

おむつ等の購入費助成

三戸町社会福祉協議会では、おむつ等の購入費を助成しています。

- 対 象** 三戸町に住民登録があり、子どもが誕生した世帯(保護者)
- 助 成 金 額** 乳児ひとりにつき1回
第1子5,000円、第2子以降10,000円
- 申 請 期 限** 出生してから半年以内
- 問い合わせ** 三戸町社会福祉協議会 ☎22-0262

産後ケアの利用について

母親の身体的回復と心理的な安定を促し、母親自身がセルフケア能力を育み、赤ちゃんとのふれあいを通じて、母子とその家族が健やかな育児ができるように支援するものです。

対象者 産後1年以内の母子で、心身の不調や育児不安などにより支援を希望する方

内 容

助産師、看護師等の専門職から、ケアを受けることができます。

○産婦の健康管理 ○授乳指導 ○母乳ケア ○育児相談 ○育児手技の指導 など

利用料金

	通所型 半日コース (1回)	通所型 1日コース (1回)	宿泊型 (1回:1泊2日)
一般世帯	1,000円	2,000円	6,000円
非課税世帯	500円	1,000円	3,000円
生活保護世帯	0円	0円	0円

(注意事項) 宿泊型は、食事提供あり(自己負担)

通所型は、食事提供なし(施設により、自己負担で提供できる場合あり)

利用回数

産後1年間に、通所型は半日又は1日を1回として通算5回まで、宿泊型は1泊2日を1回として通算3回まで、通所型と宿泊型を通算して5回まで利用可能。

利用方法

- ①健康長寿課へ利用の申込みをする(申請書の提出)。
- ②利用承認通知書を実施施設へ提出し、産後ケアを利用する。
- ③利用料金を実施施設へ直接支払う。

実施施設

- ①きずキッズ助産院(通所型:産後1年未満の母子)
住所:八戸市下長6丁目2-19 電話:☎0178-29-1117
- ②八戸市立市民病院(通所型・宿泊型:産後4か月未満の母子)
住所:八戸市田向3丁目1-1 電話:☎0178-72-5111
- ③苔米地レディースクリニック(通所型・宿泊型:産後4か月未満の母子)
住所:八戸市大字沢里字下沢内36-1 電話:☎0178-47-5651

問い合わせ・申込 健康長寿課 ☎20-1152

赤ちゃんが生まれたら



\\ 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」

未熟児養育医療費給付制度

身体の発育が未熟なままで生まれ、入院を必要とする乳児に対して、その治療に必要な医療費を給付する制度です。

ただし、全国の指定医療機関（八戸市立市民病院、八戸赤十字病院、青森県立中央病院等）での治療に限られます。

対象者 三戸町に住所登録のある乳児（0歳児）で一般状態、呼吸器、循環器、消化器等のいずれかに症状を有し、医師が入院養育を認めたもの。

必要書類

- ①養育医療費給付申請書
- ②養育医療意見書（指定医療機関の医師が記入したもの）
- ③世帯調書
- ④対象となる子どもの健康保険の資格確認ができるもの（資格確認書等）
- ⑤住民税額等を確認できる書類（世帯全員分、1月1日に三戸町に住所がなかった方）

留意事項

- ・養育医療の有効期間は、最長1歳の誕生日前日までとなります。
- ・申請後退院されるまでの間に、住所や加入健康保険などに変更があった場合は、お問い合わせください。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

子育て相談

お子さんのからだ、予防接種、病気、栄養、ことばの発達やしつけなどの相談に保健師や栄養士が応じます。

相談先 健康長寿課
子育てなんでもダイヤル ☎20-1152^{いい子に}
E-mail: sanpopo@town.sannohe.lg.jp

相談時間 月～金曜日 8:15～17:00

育児に関する悩みや相談に支援員が応じます。

相談先 NPO法人子育て支援ネットゆりかご（総合福祉センターふくじゅう内）
☎20-0070

相談時間 月～金曜日 9:00～15:00

幼児フッ素塗布事業

幼児期のむし歯予防と歯科口腔に関する意識を高めるため、町内の歯科医療機関で、フッ素塗布を無料で受けられる無料券を交付しています。

対象者 1歳・2歳・3歳・4歳・5歳の幼児

使用期限 各年齢の次の誕生日前日まで、2回使用できます。

医療機関 下記医療機関のいずれかに、お申込の上、フッ素塗布無料券を提示してください。

歯科医療機関	診療曜日	受付時間	申込電話番号
北村歯科医院	月～金	9:00～11:30/ 13:30～17:00	0179-22-0320 ※HP・LINE予約可 ※原則第2・4土曜日 ※月曜日は不定期
	土	9:00～11:30	
さとうデンタルクリニック	月～金	9:00～12:00/ 14:00～18:00	0179-22-1711
	土	9:00～12:00	
松尾歯科医院	月～水、金	9:00～12:30/ 14:00～18:00	0179-22-2963 ※原則第2・4土曜日
	土	9:00～12:30/ 14:00～17:00	

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152

赤ちゃんが生まれたら



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」

予防接種

定期及び任意の予防接種

種類及び料金	内容	予防接種名
定期予防接種 ＜無料＞	予防接種法により町が実施する予防接種	ロタウイルス、B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、五種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ・ヒブ）、BCG、麻しん風しん混合、水痘、日本脳炎、二種混合（ジフテリア・破傷風）、ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がん）
任意予防接種 ＜有料＞	希望する方が個別に医療機関で行う予防接種	季節性インフルエンザ ^{※1} 、A型肝炎、おたふくかぜ、狂犬病、黄熱、髄膜炎菌、新型コロナウイルス

※季節性インフルエンザについては、10月から費用の一部を助成します。対象年齢は生後6か月から18歳までとなります。

※令和8年4月より、RSウイルス感染症予防接種（母子免疫ワクチン）も定期接種となりました。詳細については、P10をご参照ください。

町内の予防接種委託医療機関

医療機関名	受付曜日・時間
三戸中央病院小児科 ☎20-1131	月曜日・火曜日・水曜日・木曜日 10:30～11:00
田島病院 ☎22-2228	月曜日・火曜日・水曜日・土曜日 8:30～12:30、14:00～17:00 木曜日・土曜日 8:30～12:30 ※日本脳炎特例予防接種 平成18年4月2日から平成19年4月1日生（令和9年3月末まで）

※青森県内広域予防接種制度を活用し、町外の県内医療機関で定期予防接種を受けることができます。町外で接種を希望される方は、下記へご連絡ください。

※保健センターで配布している『わんぱくノート（予防接種ハンドブック）』をよくお読みになり、正しく接種しましょう。

問い合わせ 健康長寿課 ☎20-1152



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。



各手当・助成について

三戸っ子はぐくみ応援金〈町独自の子育て支援〉

町の未来を担う子どもたちの健やかな成長と、子育て世帯を応援するため、1歳から5歳を迎えるお子さんの保護者の方に対して支給する、「三戸町独自」の子育て支援金です。

- 支給対象** 次の要件に全て当てはまる方が対象です。
- ①1歳～5歳を迎えるお子さんを養育している保護者
 - ②申請日時点において、保護者・お子さんともに三戸町に住民登録があること。
三戸町へ転入した方は、転入日を基準日とします。

支給額 支給対象児童1人当たり 10万円

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

学び応援！入学祝い金〈町独自の子育て支援〉

入学時の経済的負担軽減を図るため、小学校、中学校及び高等学校等に入学予定の児童生徒の保護者に対し、入学祝い金を支給します。

支給額 支給対象児童生徒1人当たり 10万円

問い合わせ 教育委員会 ☎20-1157

出産育児一時金

健康保険に加入されている方は、出産育児一時金が50万円（産科医療補償制度加入医療機関）支給されます。このため、医療機関から請求される出産費用には、上限50万円の範囲で医療保険者から直接支払われることになるため、事前に多額の現金を準備する必要がなくなります（直接支払い制度を希望する場合は、医療機関にその旨を申し出てください）。

また、出産費用が50万円未満の場合は、医療保険者に差額を請求することができます。

<差額分を三戸町に請求する場合（三戸町国民健康保険加入の方のみ）>

- 必要なもの**
- ①世帯主の通帳
 - ②出産費用明細書（医療機関発行のもの）
- ※請求の受付は、出生届出時に行います。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

— 広 告 —

祝・仏事用盛花
花束・アレンジ

(有)船場生花店

全国へお花を届けます。

〒039-0144 三戸町大字六日町34
TEL 0179-22-2064 FAX 0179-22-3094

児童手当

家庭における生活の安定と児童の健やかな成長に資することを目的に、保護者等に支給されます。

- 支給対象** 0歳～高校生年代(18歳年度末)までの子を養育している方
- 支給額** ・3歳未満 月額15,000円(第3子以降は月額30,000円)
・3歳～高校生年代 月額10,000円(第3子以降は月額30,000円)
- 支給月** 年6回(偶数月)
- 問い合わせ** 住民福祉課 ☎20-1151

子ども医療費

子どもが病気やけがで入院・通院した場合、医療費の自己負担分(保険適用分のみ)の全額を助成しています。

対象年齢 0歳から18歳年度末まで

◆受給資格証について

- ・高校生等までのお子さんに受給資格証が交付されます。
- ・有効期間は毎年4月1日から翌年3月31日までの1年間です。毎年3月末に新しい受給資格証を郵送します。
- ・新たに転入、出産された方は、住民福祉課で受給資格証の交付手続きを受けてください。

必要なもの

- ①保護者の「所得・課税証明書」(1月1日に三戸町に住所が無かった方)
- ②お子さんの資格情報のお知らせ、資格確認書など
- ③保護者名義の通帳

◆医療費払い戻しの申請方法等

病院等を受診する場合は、窓口を受給資格証を提示すると、県内では医療費がかかりませんが、県外の場合は、自己負担分を支払ったあと、払い戻しの手続きが必要になります。

受診日から4か月以内に、領収書(1か月分ずつ)を住民福祉課に届け出ることによって、払い戻しが受けられます。

必要なもの ①領収書 ②高額療養費や付加給付に該当する場合、保険者からの支給決定通知

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151



「そろって本当？」子育ての疑問



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。



子育てのサポートについて

子育て短期支援事業

保護者の方が病気や出産、育児疲れなどの理由で、お子さんの養育が一時的に難しくなったときに、施設で一定期間お子さんをお預かりする事業です。

対象者

以下の2つを満たす方が対象です。

- ①三戸町に住民登録がある0歳から18歳までのお子さん
- ②保護者の他に養育する人がいないこと

利用要件

- ①保護者の疾病、妊娠、出産、看護、事故、災害、失踪などの家庭養育上の理由
- ②育児疲れ、育児不安などの身体上または精神上的理由
- ③冠婚葬祭、転勤、出張、学校などの公的行事への参加などの社会的な理由

利用期間

原則として、7日以内

利用料金

無料(ただし、利用施設がやむを得ず支払った医療費や移送費は、実費負担となります。)

施設一覧

施設名	所在地	対象年齢
ひまわり乳児院	三沢市	0歳から2歳まで
浩々学園	八戸市	2歳から18歳まで
美光園	七戸町	2歳から18歳まで
ミラクルキッズ	六戸町	2歳から18歳まで
あけぼの学園	十和田市	2歳から18歳まで

問い合わせ

三戸町こども家庭センター「SAN(ぽぽ)」（住民福祉課内） ☎20-1151



「そろって本当？」 子育ての疑問



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。



親子の遊び場・交流

総合福祉センター内に「のぼたん広場」を開設しています。子育て中の親子が気軽に集まって仲間づくりをしたり、子育てに関する相談対応や情報提供、講習などの子育て支援を行っています。支援員がわらべうた遊びや絵本の読み聞かせ等も行っていますので、お気軽にご利用ください。

◆のぼたん広場

開設曜日・時間

毎週月～日曜日 8:15～16:45
(支援員対応は月～金曜日) 9:00～15:00
※年末年始(12/29～1/3)は閉館

■親子交流

仲間との出会いの場づくり、相談対応・援助

<パンダひよこ合同コース(生後2ヶ月～よちよち歩きまでのお子さんを持つ親子)>

毎週木曜日 10:30～12:00

<フリーday(生後2ヶ月～就園前のお子さんを持つ親子)>

毎週月・水・金曜日

■おしゃべりサロン&マタニティのママ体験

おしゃべりやお茶を楽しむリラクスタイムの場合 水曜日(月1回)

■講習

子育て及び子育て支援に関する講習等の実施、ミニ保育講座、みんなの体験広場など不定期に開催
その他、季節により様々なイベントがあります。

「のぼたん通信」やホームページにも情報掲載しています。

『NPO法人子育て支援ネットゆりかご』

☎20-0070 FAX 20-0071

E-mail yurikago3@gmail.com

ホームページ <http://yurikago289.blog55.fc2.com>



「そろって本当？」 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。



あおもり子育て応援パスポート

あおもり子育て応援パスポート事業とは、地域・社会全体で子育てを応援し、子育てに優しい地域・社会づくりを目指して、18歳未満のお子さんがいる子育て家庭や妊婦さんを「あおもり子育て応援わくわく店」などの協賛店が応援する事業です。

県内の協賛店でパスポートを提示すると、各協賛店舗が独自に設定している割引などの様々なサービスが受けられます。

詳細、申し込みについては、『あおもり子育て応援パスポートに関するWebサイト』をご覧ください。



問い合わせ

青森県こども家庭部こどもみらい課

☎017-734-9302 FAX 017-734-8091

あおもり子育て応援パスポートに関するWebサイト

あおもり子育て応援パスポート

検索

<http://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kodomo/kosodateouenpassport.html>

ファミリー・サポートセンター

「買い物に行く時間だけ預かってほしい」「学童保育が終わった後、面倒をみる人がいない」「熱が下がったけど、あと一日休ませたい」等の時に利用できます。利用には、事前登録が必要です。

利用時間 7:00～21:00

料金 <平日> 1時間500円
<その他> 1時間600円

預かる場所 提供会員の自宅(八戸市及び三戸郡内に提供会員が登録されています)

問い合わせ・申し込み

八戸市ファミリーサポートセンター

☎0178-71-2750 FAX 0178-71-2751

子育てのサポートについて



「そろって本当？」 子育ての疑問



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。



子どもを預かってほしいとき

保育所・認定こども園及び利用料の軽減について

ご家族が日中仕事などで、お子さんを家庭で保育できない場合、ご家族に代わってお子さんをお預かりします。0歳から利用できます。

区分	施設名	利用定員	開所時間	子育て支援
保育所	三戸保育園 (☎22-2413)	45人	7:00～18:00 (日、祝日を除く)	☆延長保育 19:00まで ☆一時預かり
認定こども園	ミューズ保育園 (☎22-1515)	1号:15人 2・3号:70人	7:15～18:15 (日、祝日を除く)	☆延長保育 19:30まで ☆一時預かり
	いずみ幼稚園 (☎22-1155)	1号:15人 2・3号:60人	7:00～18:30 (日、祝日を除く)	☆延長保育 19:00まで
児童館	斗川児童館 (☎25-2109)	30人 (3～5歳児)	7:30～19:00 (日、祝日を除く)	

☆保育所・認定こども園(2・3号:保育部門)の利用申込先は役場、認定こども園(1号:教育部門)は各施設です。

☆施設を見学される場合は、直接施設にご連絡をお願いします。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

保育料無償化

三戸町にお住まいの、保育施設に在園している全てのお子さんを対象に、保育料を無償化しています。町外の保育施設を利用される場合も対象です。

※保育料のほかに、各園から徴収されている費用(延長保育料や預かり保育料、主食費など)は、無償化の対象外です。

手 続 き

■認可保育施設について(町内施設:いずみ幼稚園、三戸保育園、ミューズ保育園)

保育所(園)、認定こども園、小規模保育施設に通っているお子さんについては、無償化の手続きは不要です。

■認可外保育施設について(町内施設:企業主導型保育施設ヴィーナス)

認可外の保育施設を利用するお子さんについては、無償化の手続きが必要です。詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

副食費(おかず代)免除

3～5歳児のお子さんのうち、下記の条件(国の免除対象)を満たす方は、手続き不要で副食費が免除となります。

国の免除対象外のお子さんに対しては、町が独自に免除としますので、保護者の負担はありません。

<国の免除対象>

- ①1号認定
 - ・市町村民税所得割合算額 77,101円未満
 - ・所得に関わらず小学校3年生から数えて第3子以降
- ②2号認定
 - ・市町村民税所得割合算額 57,700円未満(要保護者等77,101円未満)
 - ・所得に関わらず小学校就学前のお子さんの最年長から数えて第3子以降

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

一時預かり

家庭で保育ができなくなった場合や、子育てから少し離れてリフレッシュしたい時にも利用できます。

利用料金は、4時間未満は500円、4時間以上は1,000円です。利用希望日の前日正午までにお申し込みください。

実 施 施 設	ミューズ保育園、三戸保育園
問い合わせ・申し込み	ミューズ保育園 ☎22-1515
	三戸保育園 ☎22-2413
	住民福祉課 ☎20-1151

病後児保育『ジャブ』

お子さんが病気等で集団生活が困難で、かつ保護者が就労のため自宅での保育が困難な場合、病気等の回復期にあるお子さんを一時的に預かります。利用には事前登録が必要です。

利 用 対 象	三戸町内在住の生後6か月～小学校6年生
利 用 定 員	4人
利用日・時間	月曜日～土曜日(日曜日、祝日及び年末年始を除く) 午前7:30～午後6:00
利 用 料 金	4時間以内…………… 500円 4時間以上8時間未満…………… 1,000円 8時間を超えた場合30分ごとに… 200円
利用可能疾患	風邪、腹痛など、子どもが日常的にかかる病気 喘息、アレルギーなどの慢性的な病気、やけど 骨折などの外傷など

※こんな時は利用できません

体温が37.5℃以上あるとき・嘔吐が続いて食事が摂れない・朝食時に液体のものしか摂取できない・喘息が強く呼吸困難な症状が見られる・顔色が悪くぐったりしていて反応が鈍い など

利用申込・予約・問い合わせ先

病後児保育『ジャブ』(旧中央保育所) ☎23-0771 FAX 23-0775

子どもを預かってほしいとき

学童保育等

保護者が就労等により、放課後、お子さんの保育ができない場合、児童館が利用できます。

施設名	対象児童
町立中央児童館 ☎22-3361	小1～小6
町立斗川児童館 ☎25-2109	小1～小6

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

小学生の放課後の居場所

大人数が苦手、友達関係に悩んでいる等、様々な理由があって、中央児童クラブ等を利用できない子どもたちに「安全で安心な心休まる居場所」を提供しています。

施設名	対象者	開設時間
ほっとステーション (ふくじゅそう3階) ☎20-0070	少人数の環境等を必要とする 小1～小6	<平日> 15:00～17:50 <土曜・長期休業> 10:00～15:00

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151



「そろって本当？」子育ての疑問



Q 授乳は必ず3時間おきにするの？

A 母乳の場合は赤ちゃんが欲しがるタイミングで

母乳は赤ちゃんの欲しがるときにあげましょう。授乳を繰り返すことで母乳が作り続けられることになり、徐々に赤ちゃんとの授乳のペースも安定してきます。育児用ミルクは商品に記載されている月齢に合わせた量などを参考にしてあげてください。



ひとり親家庭のために

児童扶養手当

離婚、死別、未婚等で母子・父子家庭になった方や、父母のない児童を養育している方に手当が支給されます。父または母に重度の障がいがある場合や一定の障がいのある20歳未満の児童を養育している方も対象となります。(所得制限があります。)

支給額

令和8年4月現在

子どもの人数	全部支給	一部支給
第1子	48,050円	48,040円～11,340円
第2子以降加算額	11,350円	11,340円～ 5,680円

支給月 1月、3月、5月、7月、9月、11月

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

ひとり親家庭医療費

離婚、死別、未婚等により、母子・父子家庭になった方や父母のない児童を養育している方を対象に、児童が18歳に達した年度末まで、医療費を助成する制度です。(所得制限があります。)

助成の範囲

保険適用分の医療費一部負担のうち、児童は全額、父母は保険医療機関ごと(調剤薬局の場合、処方箋発行元の医療機関と合算した額)に、1か月につき1,000円を控除した額を助成します。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

こんな時の対処法

❶ 頭を強く打った！

意識がない場合は頭を高くして寝かせ、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。



障がいのある子どもさんと保護者への支援制度について

障がい者手帳の交付

障がい者手帳には、身体障害者手帳、愛護（療育）手帳、精神障害者保健福祉手帳の3種類があり、取得することで、障がいの種類や等級に応じた様々なサービスを受けることができます。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

特別児童扶養手当

精神または身体に中度以上の障がいをもつ20歳未満のお子さんを監護している父または母、もしくは父母にかわって児童を養育している方で、県が認定した方に手当が支給されます。（所得制限があります。）

支給額 重度障がい児の場合 1人につき月額58,450円
中度障がい児の場合 1人につき月額38,930円
（令和8年4月現在）

支給月 4月、8月、11月

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

障がい児福祉手当

精神または身体に重度の障がいをもつため、日常生活において常時の介護を必要とする状態にある在宅の20歳未満のお子さん本人に支給されます。（所得制限があります。）

支給額 16,560円（令和8年4月現在）

支給月 4月、8月、11月

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

育成医療

身体に障がいがあり、放置すれば将来障がいを残すおそれの大きい疾病のあるお子さん（18歳未満）が、指定の医療機関での入院治療や手術によって確実な治療効果が期待できる場合、医療費の一部を助成する制度です。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

障がい児通所支援事業

障がい児通所支援事業は、18歳未満の障がいがあるお子さんが事業所に通所し、障がいに応じた指導や訓練を受けることができます。サービスの利用は、障がい児相談支援担当者が相談に応じ、一緒に考えて決めます。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

医療的ケア児等の支援

日常生活及び社会生活を営むために、医療的ケアが必要なお子さんや重症心身障がい児とその家族の方に、専門的な相談や発達段階に応じた必要な支援やサービスを受けることができます。

問い合わせ 住民福祉課 ☎20-1151

名 称	サービス種類	住 所	電話番号
NPO法人とらいはあと	児童発達支援・放課後等 デイサービスMerrily 障がい児相談支援Faithful	同心町字熊ノ林11-90	23-5970
相談支援事業所移山寮	障がい児相談支援	五戸町正場沢長根8-1	0178-62-6500
相談支援センター虹	障がい児相談支援	五戸町市川道十文字1-16	0178-62-6183
地域生活支援センター清岳園	障がい児相談支援	南部町平字広場21-4	0178-51-6766
サポートセンターあさひ	放課後等デイサービス	南部町下名久井字前田 17-1	0178-76-1211
児童デイサービス 「なんぷ」 「にこチャオ」	放課後等デイサービス	南部町沖田面門前下 39-1 田子町田子字長坂35	23-0250
清岳園いっぽ	放課後等デイサービス	南部町下名久井字高森 57-11	0178-76-3341

広 告

障がいのある子どもさんと保護者への支援制度について

特定非営利活動法人 とらいはあと



相談支援事業所

児童発達支援 放課後等デイサービス

就労継続支援 B型事業所

生活介護 自立訓練（生活訓練）

共同生活援助 （グループホーム）

Faithful（ふいすふる）

【サービス内容】

計画相談支援・障がい児相談支援・地域移行支援・地域定着支援。福祉サービスの利用に関するあらゆる相談を受け付けております。

【事業所の特徴】

医療的ケア児等コーディネーターの資格を持つ相談支援専門員を配置しています。医療的ケアが必要な方への相談・調整も安心してお任せください。
■営業時間 9:00～17:00
■休業日 土・日・祝、お盆、年末年始



Merrily（めりりり）

児童発達支援

【対象】0歳～6歳
障がいまたはその疑いのあるお子様へ、将来を見据えた早期の療育支援を行います。

■営業時間 9:00～12:00
■休業日 土・日・祝、お盆、年末年始

※送迎サービスはございません。

放課後等デイサービス

【対象】6歳～18歳
自立に向けた訓練や社会との交流の場を提供し、健やかな成長を支援します。

■送迎 学校への迎え、お迎え、自習室での送迎は無料です。
送迎経路として保護者の送迎方法や通学困難を解消するため、発達障がいへの対応を講じています。（バス・スクールバス等）

■昼食提供 1日300円
■送迎時間 9:00～17:00
■休業日 日、GW、お盆、年末年始、他法人カレンダーによる
同事業所ととらいいはあと（co-mi）を導入。支援者の視点とデータ分析を駆使し、個差のある療育で成果を見える化します。

Hopeful（ほーぷふる）

【サービス内容】

無理のない範囲で作業を行い、一般就労等を目指すスキルを身につける場を提供します。農作業（野菜・果物等）、内職、古紙回収、清掃、食品加工、梱包、ボランティア等

【支援体制の特徴】

送迎・昼食を無料で提供。入浴利用についてもご相談に応じます。

■営業時間 9:00～15:00
■休業日 日、GW、お盆、年末年始、他法人内カレンダーによる



Heartful（はーとふる）

生活介護

日常生活の介護や創作活動を通じ、身体・生活能力の向上を目指します。

【支援体制の特徴】
送迎・昼食・入浴をすべて無料で提供し、日々の生活を総合的にサポートします。

自立訓練（生活訓練）

日常生活や金銭管理、マナー習得など、自立に向けた意欲付けを支援します。

■営業時間 9:00～15:00
■休業日 日、GW、お盆、年末年始、他法人内カレンダーによる

三戸町大字梅内字
桐釈162-8

Colorful（からふる）

【サービス内容】

共同生活を営む住居にて、夜間の相談や入浴・食事の介護、日常生活上の援助を行います。

【対象】
原則18歳以上の方。
15歳以上の障がい児についても、児童相談所や市町村が必要と認めた場合は利用可能です。

【環境】

商店街まで徒歩5分。地域とのつながりを持ちながら、安心して自分らしく暮らせる環境です。



三戸町町内
（商店街まで徒歩5分）

三戸町大字同心町字熊ノ林11-90

問い合わせ先

Mail : info@npo-tryheart.com TEL.0179-23-5970 FAX.0179-23-0337

関連施設連絡先一覧

名 称	住 所	電話番号
三戸町役場 住民福祉課 健康長寿課 教育委員会事務局	在府小路町43	20-1151 20-1152 20-1157
総合福祉センターふくじゅそう	在府小路町17	20-0070
三戸町社会福祉協議会	在府小路町17	22-0262
三戸町立中央児童館	梅内字権現林139	22-3361
三戸町立斗川児童館	斗内字清水田91	25-2109
三戸保育園	同心町字古間木平14-2	22-2413
認定こども園 ミューズ保育園	川守田字落合62-2	22-1515
認定こども園 いずみ幼稚園	川守田字正浄寺20-1	22-1155
病後児保育「ジャブ」	梅内字桐萩217	23-0771
NPO法人 子育て支援ネットゆりかご	在府小路町17	20-0070
八戸市ファミリーサポートセンター	八戸市根城8-8-155 (八戸市総合福祉会館)	0178-71-2750
三戸中央病院	川守田字沖中9-1	20-1131
田島医院	二日町6	22-2228
松尾歯科医院	八日町53-2	22-2963
北村歯科医院	川守田字沖中3-2	22-0320
さとうデンタルクリニック	八日町19-1	22-1711

救急にかかる前に！

子どもの急な病気に困ったら、まず☎！

小児救急電話相談

#8000 または
☎017-722-1152

「虐待？」かなと思ったら

子ども虐待ホットライン

(24時間受付フリーダイヤル)

0120-74-6552

八戸児童相談所

児童相談所全国共通ダイヤル

☎189

こんな時の対処法

❷ 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。



子育てに関する相談

誰でもいつでも気軽に相談できます。個人の秘密は厳守します。

■ 電話相談

妊娠・出産・育児に関すること 健診・予防接種に関すること 健康・発達に関すること ※家庭訪問も行います。	健康長寿課	☎20-1152 ※E-mail:sanpopo@town.sannohe.lg.jp QRコードからもアクセス できます 
子育て全般・保育園等の入所に関すること 障がい・ひとり親家庭に関すること	住民福祉課	☎20-1151
小・中学校に関すること	教育委員会	☎20-1157

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**。

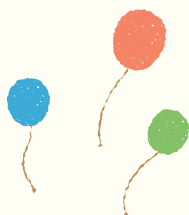
衣類は**脱がさず**そのまま冷やします。

※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。



おでかけ ガイド

MAP



おでかけガイド

ベビーカーマークを知っていますか？

ベビーカーは、ベビーカーを
安心・安全に使用するためのマークです。

ベビーカーを安心して利用できる場所や設備（エレベーター、鉄道やバスの車両スペース等）を表しています。

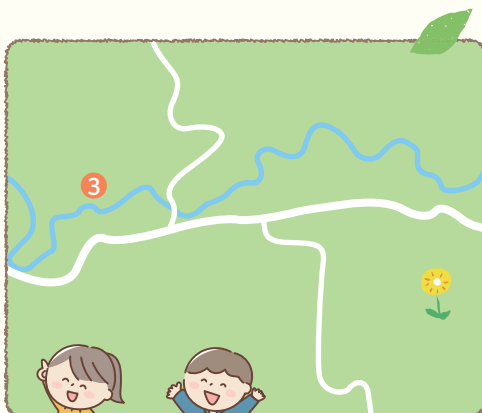


ベビーカー使用禁止マーク

ベビーカーの使用を禁止する場所や設備（エスカレーター等）を表しています。



出典：国土交通省



① 三戸町役場

② 斗川支所

③ 猿辺支所

④ 中央公民館、町民体育館

⑤ 国史跡三戸城跡城山公園

⑥ 関根ふれあい公園

⑦ 松原公園

⑧ こども図書館(三戸町立図書館)

⑨ ふくじゅそう
(子育て支援拠点「のぼたん広場」、
社会福祉協議会)

⑩ ミューズ保育園

⑪ 三戸保育園

⑫ いずみ幼稚園

⑬ 中央児童館

⑭ 斗川児童館

⑮ アップルドーム

⑯ ジョイワーク

おでかけガイド

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ふん



1



2



3



4

こたえ:2

おでかけ ガイド

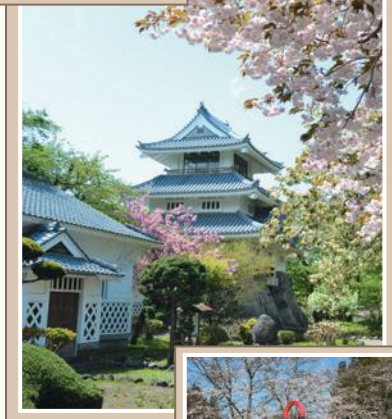
公園

5

国史跡三戸城跡城山公園

三戸町を一望できる高台にある公園です。滑り台やブランコなどの遊具があります。春は桜の名所として親しまれ、広い敷地で散策や外遊びを楽しめます。三戸城や城門、資料館もあり、歴史が学べます。

所在地 梅内城ノ下



7

松原公園

公園付近には、陸上競技場やテニスコートがあり、子どもから大人まで十分に楽しめます。

所在地 川守田西松原



広告



安心と信頼を
真心で



高齢者の方が安心して過ごせる、
充実と信頼のケアをご提供いたします。

特別養老ホーム鶴亀荘
(入所・短期入所)
tel.0179-23-4111
fax.0179-23-4114

デイサービスセンター 鶴亀
(通所介護)
tel.0179-23-4113
fax.0179-23-4114

居宅介護支援事業所 鶴亀
tel.0179-23-4833
fax.0179-23-4834

グループホーム 鶴亀
(認知症対応型共同生活介護)
tel.0179-23-4112
fax.0179-23-4118



社会福祉法人 恵心会

三戸郡三戸町大字斗内字和郎60-1 tel.0179-23-4111



施設の「見」学、歓迎！ お気軽にお問い合わせください。

6

関根ふれあい公園

ぶらんこや鉄棒など楽しい遊具のほか、芝生の広場やバスケットコートがあり、のびのびと過ごせます。

所在地 川守田関根川原88



— 広 告 —

ボイラー
トイレ
下水
井戸ポンプ

水のトラブル

詰まり・水漏れ・故障
お任せ下さい!

有限会社水幸設備工業

〒039-0112 三戸町大字梅内字桐萩3-7
TEL.0179-22-1748 FAX.0179-23-5382

即解決!

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

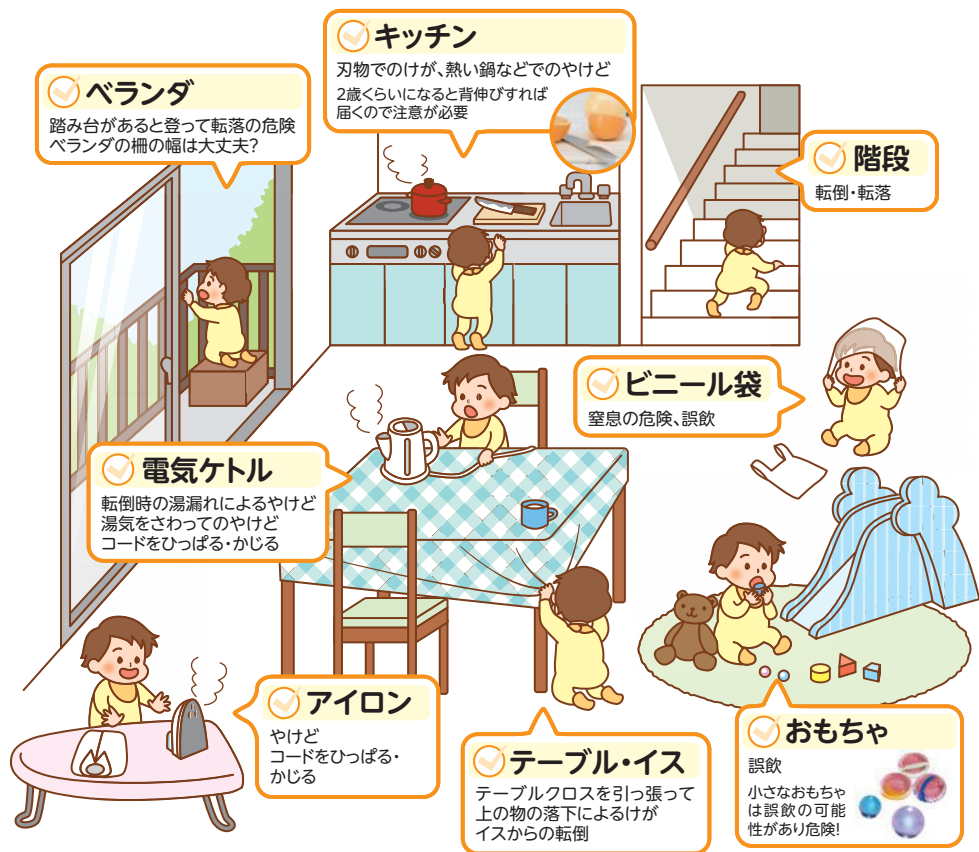
私たちは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています
 八戸圏域水道企業団指定工事店

おでかけガイド

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。
あてはまる場所や物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。



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！



えいげんこ



1



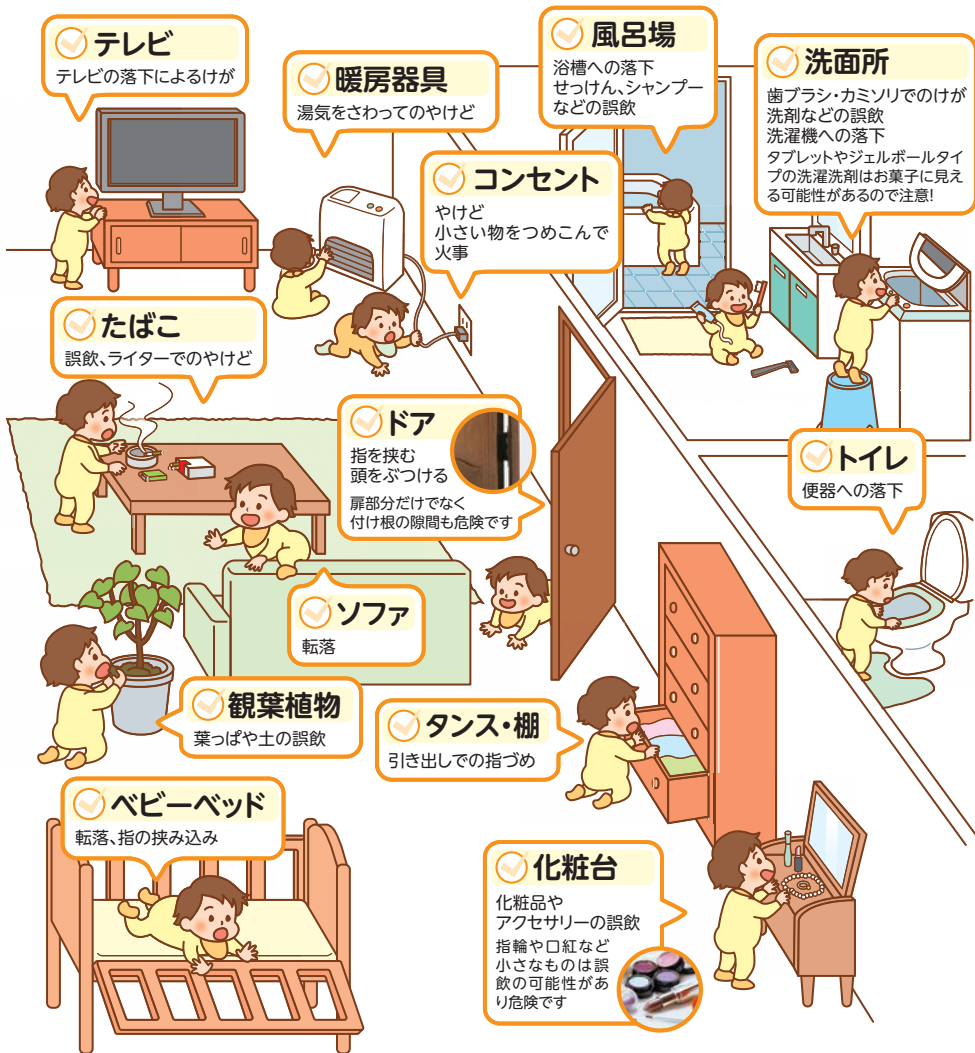
2



3



4



広 告

無料見積もり 致します。
ご相談 下さい。



有限会社 三戸清掃社

- 一般廃棄物収集
- 家屋片付け
- 産業廃棄物収集運搬
- 浄化槽管理、清掃
- 排水管洗浄
- グリストラップ清掃

三戸町大字同心町字金堀17-4

TEL (0179) 22-2868

FAX (0179) 23-5033

Instagram



HP



サービス本意

早く
きれいに



もしものために

当社は、各プロジェクトをスケジュール通りに最高の品質で仕上げます。

専門的なサービスや料金、顧客満足度において、常に高い水準と、お客様の期待を上回るサービスの提供に努力を注いでいます。

子どもの体調不良や もしものときに

子どもの急な病気やけがなどに備え事前に確認しておきましょう。

青森県子ども医療でんわ相談（#8000）

休日・夜間の急なお子さんの病気に困ったら、すぐに受診したらよいのか、自宅で様子を見ても大丈夫なのか、不安な時にご利用ください。小児科医の支援のもと看護師がアドバイスします。

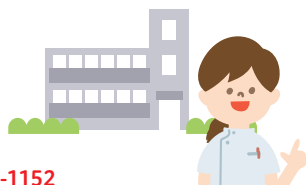


青森県HP

受付時間 平日18:00～翌朝8:00
土曜13:00～翌朝8:00
日・祝日8:00～翌朝8:00(24時間)
※8/13と12/29～1/3は、日・祝日と同じ

電話番号 局番なしの **#8000**

ダイヤル回線電話、公衆電話からは **☎017-722-1152**



こどもオンライン診療

発熱、せき、のどの痛み、吐き気、頭痛など、こどもの体調不良時に自宅からビデオ通話で診療が受けられます。小児への診療は、小児科医療機関での対面診療が原則でオンライン診療は、対面診療を補完するものです。



青森県HP

対象 青森県内在住の4歳～18歳(高校3年生)
※4歳未満のお子さんは、**#8000**にご相談ください。

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



こたえは

ためらず救急車を呼んでほしい症状

こんな症状がみられたら、ためらずに119番に連絡してください！
重大な病気やけがの可能性あります。



※消防庁ホームページより

他にもこんなことがあったら、
救急車を呼びましょう！

- ☑ 意識がない(返事がない)またはおかしい(もうろうとしている)
- ☑ けいれんが止まらない。止まっても、意識がもどらない
- ☑ 変なものを飲み込んで、意識がない
- ☑ 虫に刺されて、全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった
- ☑ 痛みのひどいやけどや広範囲のやけど
- ☑ 交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- ☑ 水におぼれている
- ☑ 高所から転落
- ☑ 乳児(生後3か月未満)の様子がおかしい

※上記ほか、いつもと違う症状で、様子がおかしい場合

子どもの心肺蘇生

心肺蘇生は成人と同様、胸骨圧迫(心臓マッサージ)と人工呼吸の組み合わせを絶え間なく続けます。「日本医師会 救急蘇生法」をスマートフォンに登録しておきましょう。詳細は、二次元コードから。



- ▶ 胸の厚みの約1/3沈む深さまで強く圧迫
- ▶ 人工呼吸ができる場合は、気道を確保し人工呼吸を2回行う
- ▶ 胸骨圧迫(心臓マッサージ)30回と人工呼吸2回を交互に行う



赤ちゃんに多い誤飲の処置

反応がある場合

口の中の異物を調べながら、「背部叩打法」を行う。



気道異物の除去

- ① 救助者の片腕に、うつぶせに乘坐、手のひらで乳児のおごを支えつつ、頭を体より低く保つ。
- ② もう一方の手のひらの基部で、背中の中真ん中を数回強く叩く。



※処置方法の詳細は、二次元コードからご確認ください。

日本医師会HP

もしものために

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

(いりふ)5:まなこ

いざというときに

赤ちゃん家庭の 防災

災害はいつ起こるかわかりません。妊娠中や赤ちゃんがいるときに災害が起きたときを想定しておきましょう。

事前対策が大事

▶ 非常用持出袋を用意しておきましょう！

避難する際には赤ちゃんを抱えて避難しなければなりません。実際に赤ちゃんを抱えて持てる量なのか、しっかり確認しておきましょう。また、両手が使えるようリュックにつめておきましょう。

お母さん・赤ちゃん用必要グッズ

- | | | |
|--|--|---|
| ☒ 母子健康手帳 | ☒ 紙おむつ、お尻ふき
(お尻ふきは、身体も拭ける) | ☒ 使い慣れたおもちゃ |
| ☒ 子ども医療証 | ☒ 授乳関連グッズ：
授乳用ケープ、ミルク、
哺乳瓶、調乳用の水
(日頃の授乳方法にあわせて準備) | ☒ 普段使っている薬 |
| ☒ 診察券 | | ☒ 抱っこ紐 |
| ☒ 生理用品 | | ☒ 靴(子どもには靴をはかせるように) |
| ☒ 帽子(頭を守るもの) | ☒ ガーゼ・ハンカチ | ☒ 着替え
(肌着、長袖、長ズボン、防寒着) |
| ☒ 離乳食 | | |

▶ 家族で話し合いましょう！

次のことを確認する

- 各種ハザードマップで自宅周辺の危険箇所を把握する
- 避難は、「難」を「避ける」こと。感染症等への対策も踏まえて、避難所への避難だけでなく安全な場所にある親戚宅や知人宅への避難も検討しておく
- 災害時の家族の連絡方法を決めておく
- 家庭での役割分担を決めておく(ドアを開ける、火の始末、ブレーカーを切るなど)
- 三戸町からの災害情報の入手手段を把握する



街を造り、街を守る

創業以来この地でまちづくりやインフラ整備維持に携わり、地域の安全・安心に貢献します。

- 測量業登録 第(7)-22999号
- 補償コンサルタント登録 補08 第3865号
- 二級建築士事務所 青森県 第1989号



Inouesokki.Survey Project.CO.,LTD

有限会社 井上測企

〒039-0132 三戸町大字在府小路町32-1

TEL ▶ 0179-22-1705

FAX ▶ 0179-22-1735

E-mail ▶ ins@ahcmail.jp



井上測企

check!

事前にチェック&登録!



三戸町防災メール

災害に備えて、緊急情報が届くようにメールの登録をしておきましょう。



三戸町防災情報サイト

専用のホームページから、いざというときの情報がまとめて確認できます。



青森県防災アプリ

様々な防災情報を一元的に入手できる、多機能な防災アプリです。ぜひダウンロードください!

ケーススタディ

▶ 妊娠中に避難生活をするようになったら?



●冷え

妊娠中は冷えるとおなかが張りやすくなります。できるだけ温かくしましょう。

●エコノミークラス症候群

妊婦は血栓ができやすいため、ときどき体を動かし、水分を十分とって予防しましょう。また、トイレは我慢しないようにしましょう。

●妊娠高血圧症候群

避難所の食事は塩分が高いこともあり、血圧が高くなることがあります。目がチカチカする、耳鳴り、頭痛、吐き気などの症状があれば、受診できるよう手配してもらってください。

▶ 赤ちゃんが一緒にいるときに地震がおきたら?

●地震発生時

赤ちゃんや子どもを抱き、特に頭を守るようにしてテーブルや机などの下に体を隠しましょう。

●揺れがおさまったら

火の始末をしましょう。また、倒れた家具や割れたガラスの破片が散乱している可能性があるので、室内でも靴を履いて行動しましょう。

●屋外避難 / 屋内避難

テレビやラジオで情報を収集し、必要に応じて避難の準備をしましょう。津波の心配がなく自宅が無事であれば、避難所よりも「在宅避難」が有効です。

広 告

もしものために



守る力が この町の土台を支える

山田組は、自然災害から暮らしを守る「山・川の整備」や、安全な交通を支える「道路工事」、人々の暮らしを守る「防災・公共工事」など、地域インフラに関わる幅広い事業を展開しています。

ホームページは
こちらから



(総合建設業)

株式会社 山田組

〒039-0141 三戸町大字川守田字寺ノ沢21-3
TEL 0179-23-3285 FAX 0179-23-3287

11ひきのねこのまち

さんのへ 子育てガイドブック

令和8年7月発行

発 行

三戸町／株式会社サイネックス



三戸町HP



サイネックスHP

制 作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3
TEL.03-3265-6541 (代表)

広告販売

株式会社サイネックス 青森支店
〒030-0802 青森県青森市本町1丁目2番15号
TEL.017-775-3623

※掲載している広告は、令和8年6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、転載することをご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

あなたと子供たちの成長が、 まちの発展につながる。

暮らしの安全を、
確かな技術で
支え続ける



— 人を守る仕事

暮らしを止めない。それが、私たちの使命。

"除雪作業、災害復旧、異常気象の緊急対応など、災害時に人々の命を守るための工事を行っています。"



— 川を守る仕事

流れを整え、暮らしを守る。

集中豪雨や雪解けによる増水・氾濫から地域を守るため、河川の護岸整備や河道掘削、排水路の施工を行っています。



— 道を守る仕事

この道が、日常をつなぐ。

地域の幹線道路や生活道路の整備、舗装修繕、道路構造物の保守などを通じて、安全で快適な移動環境を提供しています。



— 山を守る仕事

土をおさえ、まちをまもる。

急傾斜地や山腹の崩壊を防ぐための法面工事や治山工事を行い、土砂災害の未然防止に貢献しています。



事業内容／各種官公庁発注工事の請負、施工（橋梁、道路、河川、農地整備工事など）・その他民間工事（解体、外構工事など）



YAMAKIN

〈総合建設業〉

株式会社 山田組



〒039-0141 三戸町大字川守田字寺ノ沢21-3 TEL 0179-23-3285 FAX 0179-23-3287

11^{ひき}きのおこのまち

さんのへ

子育てガイドブック