

2026

令和8年度版

佐伯市
赤ちゃん
こんにちは



佐伯市 × 株式会社サイネックス

いつでも！誰でも！どこからでも！

佐伯市 赤ちゃん こんにちは



電子ブック案内



タブレット

パソコン

スマートフォン

2026年4月より公開

電子ブックはこんなときに活用できます



外出中に子どもが
発熱して困った…
どうしよう



次の遊び場は
どこにしようかと
悩んだら



初めての妊娠で
手続きや支援制度が
わからない

ブックマークは
こちらから



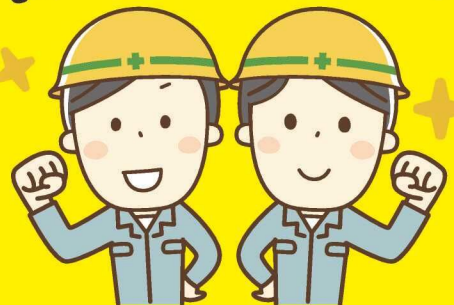
◎家の片付け処分

◎木の伐採・草刈り

◎空き家解体

お見積
無料!

お気軽にご相談下さい!



TEL 0972-23-4748

〒876-0042 佐伯市大字稲垣1278番地

(株)香川建設



発刊にあたって



佐伯市は、「いつも子どもがまんなか」を基本理念として、子どもたちが心身ともに健やかに、心豊かにたくましく育つための政策を推進し、関係機関・団体と連携しながら、さまざまな子ども・子育て支援事業に取り組んでいます。

そこで、本市の子ども・子育て支援サービスの周知を図るために、これから子育てをされる方や現在子育てをされている方の情報誌として、佐伯市子育てガイドブック(赤ちゃんこんにちは)を、(株)サイネックスとの官民協働事業により発行しています。

この子育てガイドブック(赤ちゃんこんにちは)は、保健・医療・福祉の各種制度や相談窓口などの情報と併せて、地域の団体や事業所の情報を掲載しています。

皆様には、この子育てガイドブック(赤ちゃんこんにちは)をご活用いただくとともに、佐伯市の市政へのご理解とご協力をお願いいたします。

広 告

トイレ
脱衣室の
リフォーム

キッチン
台所の
リフォーム

ユニットバス
お風呂の
リフォーム

「その家に住んでいろ
人の気持ちになつて」
リフォーム工事を行っています。

水回りのリフォームから、
小さな補修工事。
水道管や下水道管敷設工事、
給排水衛生空調工事など、
自社で40年以上培ってきた
ノウハウを活かして、今日も



✕ 小さな修理・補修のリフォームも喜んで対応しております。

■ 合併処理浄化槽設置工事 ■ 蛇口の水漏れ ■ 排水つまり ■ 水回りリフォーム ■ エアコン設置 ■ 電気工事

株式会社 つるみ水道工事

〒876-0037 大分県佐伯市大字長谷9099番地

代表取締役 清水 靖宣

TEL 0972-23-1133 FAX 0972-23-2556

つるみ水道工事 🔍

INDEX

- 発刊にあたって 1
- INDEX 2
- 子育てカレンダー 4
- 佐伯市こども家庭センター
まあるのご案内 6
- 妊娠～出産～子育てセルフプラン 8

妊娠した方へ

10

- 1) 母子健康手帳等を受け取りましょう
..... 10
- 2) 妊娠中の相談窓口 10
- 3) 両親学級 10
- 4) 妊娠期からのサービス 11
- 5) ペリネイタルビジット事業 11

赤ちゃんが生まれたら

12

- 1) 出産後の届出 12
- 2) 赤ちゃん訪問 12

- 3) 産後ケア事業 12
- 4) 産後のところ 13
- 5) 民生委員
(主任児童委員)による相談・訪問 13

給付について

14

- 1) 妊娠・出産・育児等に関する給付 .. 14

子育て相談について

15

- 1) 母子健康相談 15
- 2) 児童家庭支援センター
HOPE(ホープ) 16
- 3) 子育て応援相談窓口 一覧 16

予防接種を受けましょう

18

- 1) 定期予防接種 18
- 2) 任意予防接種 18

乳幼児健診等について

19

- 乳幼児健診等 19

広 告



ありのままに生き生きと ともに育ちあう

学校法人 佐伯大谷学園 幼保連携型認定こども園

ルンビニこども園

佐伯市城下東町 5-4 電話 0972-23-6160

未就園児の親子の交流の場として「ににに広場」を開催しております。

ルンビニこども園 佐伯市 検索

くわしくはHPをご覧ください。



- フッ化物塗布事業 …………… 19
- ブックスタート …………… 19
- 離乳食講習 …………… 19

保育所について

20

- 1) 認可保育所・認定こども園・地域型保育・私立幼稚園・認可外保育園一覧表 …………… 21

子育てを応援します

22

- 1) 佐伯市地域子育て支援拠点事業 … 22
- 2) 子育てサロン・サークル・児童クラブ …………… 24
- 3) 利用できるサービス …………… 26
- 4) その他の情報 …………… 27

障がいのある子どものための支援

28

- 1) 子どもの発達を支援する福祉サービス …………… 28
- 2) 日中一時支援事業 …………… 28
- 3) 佐伯市基幹相談支援センターすきっぷ …………… 28

不妊に関すること

29

- 1) 佐伯市子宝支援事業 …………… 29
- 2) 大分県の助成事業 …………… 29
- 3) 不妊の悩みについての相談窓口 … 29

ひとり親家庭のために

30

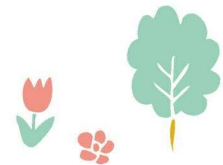
医療機関等

31

- 1) 産婦人科 …………… 31
- 2) 婦人科 …………… 31
- 3) 助産院 …………… 31
- 4) 小児科 …………… 32
- 5) 精神科・心療内科 …………… 32
- 6) その他 …………… 32

UD
FONT

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



広 告



医療法人 鶴翔会

やつか眼科

佐伯市船頭町2番40号

TEL.0972-22-0055

FAX.0972-22-0263



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
15:00～17:00	●	手術	/	手術	●	/
休診日：日曜、祝日						



子育てカレンダー



	妊娠準備期	妊娠期	出産	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月
健康	妊婦健康診査▶P10	産婦健康診査▶P10		予防接種▶P18							
	妊婦歯科診査▶P10		1か月児健診▶P19				乳児健診(集団)▶P19		乳児健診(6~8か月・個別)▶P19		
届出	不妊治療費助成▶P29										
	妊娠届・母子健康手帳交付▶R10										
	妊婦のための支援給付▶P10	妊婦のための支援給付▶P10									
	妊産婦健診費用助成▶P10										
	妊産婦健診等支援事業▶P10										
	さいきっ子医療費助成▶P12										
	未熟児養育医療▶P14										
児童手当▶P14											
子育て支援	妊婦等包括相談支援事業▶P9										
	妊娠・出産・子育てに関する相談、妊婦・乳児電話健康相談、母子健康相談▶P15										
	ペリネイタルビジット事業▶P11										
	赤ちゃん訪問▶P12										
	家庭訪問、養育支援訪問▶P15										
	ふあみりークラス▶P10								発達相談、巡回相談・幼児精密検査▶P19		
	産後ケア事業▶P12										
	ホームスタート▶P26										
	すくすく相談▶P15										
	ブックスタート▶P19									のびのび教室	
	離乳食講習▶P19										離乳食講習
佐伯市地域子育て支援拠点事業▶P22											
子育てサロン・サークル・児童クラブ▶P24											
母子健康手帳アプリサービスの提供▶P11											
大分あったか・はーと駐車場利用証制度▶P11											
預かり										認可保育所・認定こども園・地域型保育・	
											ファミリー・サポート・センター事業▶P26
											一時預かり事業▶P26
											佐伯市病児・病後児保育▶P26

広告

コープおおいたの宅配は 育児中のママ・パパをサポートします!

重い荷物が
自宅に届くので
便利です

アプリで注文!
買い物の手間が
省きました♪

離乳食の
種類が豊富で
助かります

個人配達

妊娠期~1歳未満まで

個配登録 手数料 無料!!

生活協同組合
コープおおいた
三重センター

☎0974-22-5522

[受付時間] 月~金 9時~17時 (土・日曜除く)
豊後大野市三重町菅生437-4 ※個配登録手数料は予告なく変更する場合がございます。



9か月 10か月 11か月 1歳 1歳6か月 2歳 3歳 3歳6か月 4歳 5歳 6歳 就学

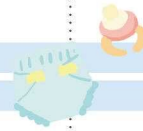
乳児健診(9~11か月・個別) ▶ P19

1歳6か月児健診 ▶ P19

3歳児健診 ▶ P19

5歳児発達相談会 ▶ P19

フッ化物塗布受診券配布 ▶ P19



▶ P19

おやこの教室 ▶ P15

▶ P19



私立幼稚園・認可外保育園 ▶ P20-21

一時預かり事業 ▶ P26



ショートステイ(HOPE) ▶ P16

広 告

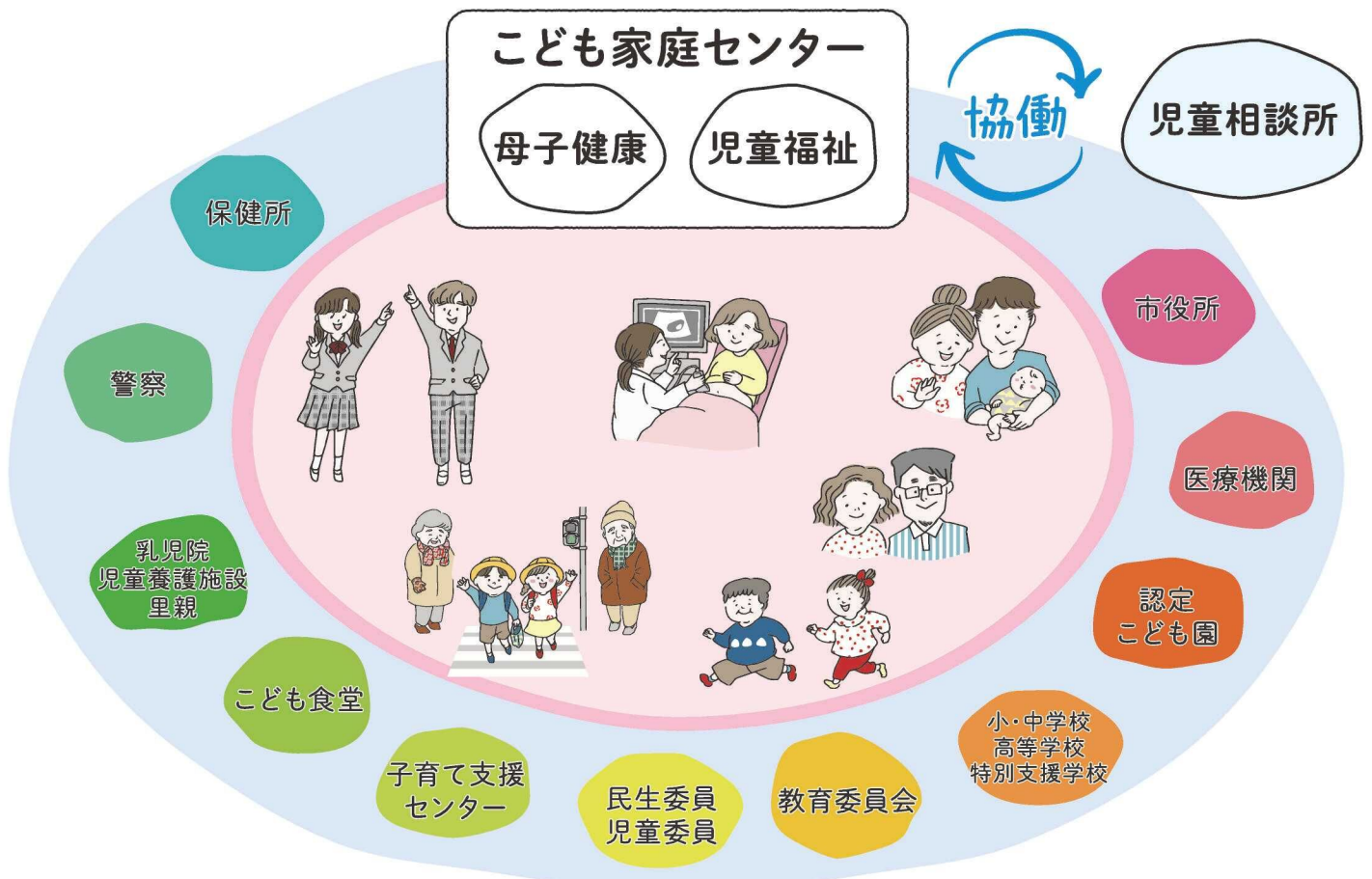
**赤ちゃんの成長と
家族のしあわせを
応援しています。**

谷川建設工業株式会社
代表取締役社長 谷川 雄太

妊娠期～
子育て期まで
切れ目のない
支援を行います

佐伯市こども家庭センター まあるのご案内

令和7年4月に佐伯市役所2階こども福祉課に「佐伯市こども家庭センターまある」を設置しました。母子保健と児童福祉の2つの機能を一体化し、妊娠期からすべての妊産婦と子ども、保護者を包括的に切れ目なく支援していきます。こども家庭センターが中核となり、ネットワークの調整を行います。



広告

★赤ちゃん撮影会 (0才～2才)
(photobase)
季節ごとに開催中
(ひと月前よりInstagramでお知らせ)

★人気の箱フォト (要予約)

★記念撮影 (要予約)
《お宮参り》《百日記念》
《家族写真》《753》

スマホプリント・証明写真

カメラのキモト
TEL.0972-22-0440
佐伯市大手町 2-2-4 定休日 日曜(予約営業)

佐伯駅 →
217
さいき組/桜ホール
うまいもん通り
信用金庫
佐伯セントラルホテル
商工会議所

民間車検工場 (九州運輸局指定工場)
フォークリフト検査工場

子育て中の
お父さん
お母さんを
応援しています

株式会社 **つるやオート**

バイクの車検・普通車、大型車の修理
車検、钣金、塗装

「赤ちゃんこんにちは」を見たご連絡いただければ
オイル交換工賃無料 サービス
いたします

あいおいニッセイ同和損保代理店 つるや保険サービス

〒876-0811 佐伯市鶴谷町 1丁目4番23号
TEL 0972-24-1256
http://www.tsuruya-auto.co.jp/ FAX 0972-22-9288

妊娠中のことについて相談したい…



こんなことで悩んでいませんか？

育児や家事のストレスを相談できる相手がいない。誰かに聞いてほしい…

なかなか話せる言葉が増えない…



赤ちゃんの体重の増えが心配…



子どもを連れて遊びに行ける場所がわからない…



妊娠期や子育て期は、だれでも不安になることがあります。一人で悩まず、いつでもお気軽にご相談ください（電話相談、来所相談、訪問相談ができます）。

佐伯市こども家庭センターまある



〒876-8585 佐伯市中村南町1-1 佐伯市こども福祉課内

開所日 月～金曜日（祝日除く） 時間 8:30～17:00

専用ダイヤル ☎23-4515



— 広 告 —

持続可能な林業を ～ Sustainable Forestry ～



佐伯広域森林組合

Saiki Forest Owners' Co-operative Association

佐伯市宇目大字南田原 283 番地 2




TEL 0972-54-3326

佐伯広域森林組合

検索



妊娠～出産～子育てセルフプラン

妊娠各期	妊娠初期															妊娠中期								
妊娠月	2か月					3か月					4か月					5か月			6か月		7か月			
妊娠週数	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
妊婦健診間隔	4週間に1回															2～4週間に1回								
わたし・家族ができること 決めておいてほしいこと	<ul style="list-style-type: none"> ○ こども家庭センターの電話番号を登録する ○ 母子モアプリを登録する ○ 禁煙をする ○ 禁酒をする ○ 治療中の病気がある方は主治医に伝える ○ 薬を飲んでいる方は主治医と相談する ○ 体調について医師や助産師に相談する ○ 妊婦健診を受ける 															<ul style="list-style-type: none"> ○ 産後の滞在先を決めて産後のサポートの確認する ○ 里帰りする場合は、時期や交通手段を決める ○ 家事・育児の分担を決める ○ 妊婦健診・歯科健診を受ける ○ 両親学級等に参加する 								
必要な手続き等	<ul style="list-style-type: none"> ○ 妊娠届出時に面談を受ける →妊婦のための支援給付(5万円)の申請をする ○ 出産する病院を決定し、予約する ※里帰り出産を予定している方は、分娩施設での初回受診時期の確認をする ○ 県外で妊婦健診を受ける場合の償還払いの手続きの確認をする 															<ul style="list-style-type: none"> ○ 妊娠7～8か月アンケートに返信する ○ 大分あったか・はーと駐車場利用制度の申請をする 								
働いている方	<ul style="list-style-type: none"> ○ 勤務先に出産予定日を伝える ○ 妊娠中の働き方(時間外労働、休日労働、深夜業の制限など)の希望を伝え、相談する ○ 体調が悪い場合は、医師や助産師に相談し「母性健康管理指導事項連絡カード」の提出をする ○ 妊婦健診受診の時間が必要な場合は申請をする 															<ul style="list-style-type: none"> ○ 産休について勤務先に報告しスケジュールを立てる ○ 育休について家族で話し合う ○ 仕事の引継ぎ準備をする ○ 育休を取る場合は保育園等の情報収集を始める 								
きょうだいがいる方	<ul style="list-style-type: none"> ○ 体調不良時や出産時(入院中)のサポート体制を家族内で決めておく ○ 所属先(保育園等)がある場合、こども福祉課へ妊娠の報告をする ○ 所属先(保育園等)がない場合は、一時保育やファミリーサポート等の情報を収集する 																							

佐伯市では、母子手帳交付時から出産され、子育てをしていく期間、安心して過ごせるようにお手伝いさせていただきます。

下のプランをぜひご活用いただき、必要な手続きや出産までに決めておくことなどをご確認ください。


妊娠後期														赤ちゃんが生まれたら						
8か月				9か月				10か月												
28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41							
2週間に1回							1週間に1回													
<ul style="list-style-type: none"> ○ 入院セットの準備をする ○ 出産の準備や産後のことでわからないことは助産師や保健師に相談する ○ 育児グッズをそろえる ○ 産科やタクシー会社などの連絡先を登録する ○ 妊婦健診を受ける ○ 産前・産後のサービスについての情報を収集する 							<ul style="list-style-type: none"> ○ 出生届を提出する ○ さいきつ子医療費助成、児童手当の申請をする ○ 出産一時金の申請をする ○ 産婦健診を受ける ○ 「産婦・乳児訪問」で面談を受ける →妊婦のための支援給付(5万円)の申請をする ○ 里帰り出産等で妊婦健診・産婦健診 新生児聴覚検査を自己負担した場合は償還払いの申請をする ○ 産後のことでわからないことは助産師や保健師に相談する ○ 産後ケア事業の利用を検討する ○ かかりつけの小児科医を決める ○ 予防接種の予約をする ○ 母子健康相談の利用方法を確認する ○ 子育てサービスや交流の場を利用する ○ 乳児健康診査を受ける 													
<ul style="list-style-type: none"> ○ 出産一時金の直接支払い制度についての確認をする 							<ul style="list-style-type: none"> ○ 勤務先に産後の働き方の希望を伝える ○ 産休を取得する 							<ul style="list-style-type: none"> ○ 勤務先に出産日を報告し、産休期間を確定させる ○ 職場復帰の時期を検討し、育児休業を申請をする ○ 保育園利用申し込み準備を始める ○ 社会保険料等の免除を勤務先に申請をする 						
<h3>妊婦等包括相談支援事業</h3> <p>佐伯市はすべての妊婦・子育て世代の方々が安心して出産・子育てができるよう、妊娠期から切れ目なく身近で相談に応じ、様々なニーズに即した必要な支援につなぐ伴走型相談支援の充実を図るとともに相談体制の提供と経済的な負担軽減を目的とした支援を一体的に実施しています。</p> 																				

妊娠した方へ



妊娠した方へ

1) 母子健康手帳等を受け取りましょう

予約方法	面談場所	持ってくるもの
医療機関等で妊娠を確認できたら ※12週までに下記QRコードから必要事項 を入力し、面談の予約を取りましょう。 	・こども福祉課 こども家庭センター 佐伯市役所2階 Tel23-4515	・マイナンバーが確認できるもの ・身分確認ができるもの(運転免許証等)

▶ **母子健康手帳** ～妊娠中の様子や、お子さんの成長を記録しましょう～

▶ **妊婦・産婦・乳児健康診査受診票** ～指定された検査項目のみ、公費(無料)で受診できます～

妊 婦：妊婦健診受診票(15枚とABC券)・妊婦歯科健診受診券を利用できます。

※多胎児妊娠の方は、妊婦健康診査受診票を追加で5枚お渡しします。

産 婦：産婦健康診査受診票(2枚)を利用できます。

新生児：新生児聴覚検査受診票を利用できます。

乳 児：乳児健康診査受診票3枚(「1か月」、「6か月～9か月になる前日まで」と「9か月～1歳になる前日まで」)を利用できます。

上記の健診を県外で受診する場合 届出先：こども福祉課 こども家庭センター 佐伯市役所2階 Tel23-4515

①窓口で一旦自己負担し、後日払い戻しの手続きをしましょう。未使用の受診票のみ手続きができます。

※申請用紙はホームページでダウンロードできます。

②妊婦歯科健診の受診券は適用外です。

▶ **妊産婦健診等支援事業**(届け出先：こども福祉課 こども家庭センター 佐伯市役所2階 Tel23-4515)

住民登録のある自宅から最寄りの産科医療機関までの距離が20kmを超える妊産婦へ交通費等を助成します。

▶ **佐伯市妊婦のための支援給付**

妊娠の届出をし、保健師等と面談を行った妊婦さんが給付の対象です。

～お母さんとおなかの赤ちゃんの健康のために、妊婦健診は必ず受けましょう～

2) 妊娠中の相談窓口

電話相談・所内相談・訪問相談	お問い合わせ先
電話や窓口でご相談ください。必要に応じて、保健師・助産師などが家庭訪問いたします。	佐伯市こども福祉課 こども家庭センター (佐伯市役所 2階) Tel23-4515

3) 両親学級(佐伯市子育て・子育て支援室「さくらっ子」 Tel28-5370)

佐伯市子育て・子育て支援室「さくらっ子」では、「ふぁみりークラス」プレママ・プレパパ事業を毎月1回日曜日に開催しています。「妊娠出産編」、「子育て編」の2回シリーズで開催予定です。

詳細は、「さくらっ子」ホームページをご確認されるか、上記連絡先までお問い合わせください。

4) 妊娠期からのサービス

▶ 佐伯市子育て・子育てアプリ「さいきっず まある」

子育てに必要な情報が配信される母子手帳アプリです。アプリをダウンロードすると佐伯市や大分県の子育て情報が配信されます。

日々の記録や、大切な思い出の保存、予防接種のスケジュール管理など、これからの子育てに役立つ機能もあります。紙の母子健康手帳と併せて使うと便利です。

※アプリのご利用はアプリストアからインストールしてください。利用料は無料です。

※「母子モ」で検索またはQRコードから

▶ お問い合わせ先 佐伯市こども福祉課 こども家庭センターまある TEL23-4515



▶ 大分あったか・はーと駐車場利用証制度 (大分県南部保健所 健康安全企画課 TEL22-0562)

妊産婦の方、介護の必要な方など、車の乗降や歩行が困難な方からの申請を受け「大分あったか・はーと駐車場利用証」を交付します。妊娠7か月から産後12か月(多胎児妊産婦については、妊娠6か月～産後3年)の期間に利用できます(妊娠5か月から事前受付可)。

※郵送・電子申請も可能です。詳しくは、大分県福祉保健企画課のホームページをご覧ください。



5) ペリネイタルビジット事業

産婦人科医が、育児不安などで保健指導が必要と思われる妊産婦に対して、小児科医への紹介状を交付します。小児科医は紹介状を持参した妊産婦に対し育児等の保健指導を行います。かかりつけの産婦人科にご相談ください。



広告

お気軽にご連絡を 

24-2758

一般廃棄物収集運搬
産業廃棄物収集運搬・処分
古紙回収・リサイクル

 HIROHAMA KANKYO CORP.

有限会社 **広浜環境**

〒876-0822 佐伯市西浜 8-12


ごみのこと
古紙のこと
ご相談下さい

赤ちゃんが生まれたら



赤ちゃんが生まれたら

1) 出産後の届出

名称	必要な書類等	届出先
出生届書(出生証明書) 届出は14日以内	①出生届(出生証明書) ※出産した病院・産院等に あります ②母子健康手帳 マイナンバーカード申請を出生 届と同時に申請可能です (父または母による申請が必要です)。	佐伯市 市民課 Tel.22-3818 または各振興局
低体重児出生届 (赤ちゃんが2,500g 未満で生まれたら)	①母子健康手帳と一緒に交付 されたハガキ ※必要事項をハガキに記入し、切手を貼 付し郵便ポストへ投函して届出ます。 ※赤ちゃんの個人番号が届いたら出 来るだけ早めに郵送してください。	こども福祉課 こども家庭センター 佐伯市役所2階 Tel.23-4515
さいきつ子医療費 受給資格者証 	①お子さんの健康保険の確認 ができるもの ※電子申請は左のQRコード からお手続き可能です。 佐伯市に住居票のある0歳から 18歳到達後最初の3月31日ま での児童の医療費(保険診療での自 己負担金)を助成する制度です。	佐伯市 こども福祉課 Tel.22-3180 または各振興局

2) 赤ちゃん訪問 (乳児家庭全戸訪問事業)

赤ちゃんが生まれたら、ご家庭に保健師や助産師が訪問します

訪問時期	生後4か月頃まで (里帰り先(市外)での訪問を希望される場合は、下記担当窓口までご連絡ください)
内容	出生届出を確認した方に、電話連絡させていただいて家庭訪問します。 赤ちゃんの体重測定、育児や産後の体調について等、ご相談ください。
担当窓口	こども福祉課 こども家庭センター 佐伯市役所2階 Tel.23-4515



※佐伯市妊婦のための支援給付の申請書を赤ちゃん訪問時にお渡しします。

3) 産後ケア事業 (佐伯市こども福祉課 こども家庭センター Tel.23-4515)

佐伯市では、産後1年未満の産婦さんと赤ちゃんの生活を応援するため、佐伯市の委託する産婦人科や助産院で身体やこころをゆっくり休めながら、授乳や育児に関する相談を受けることができます。お気軽にご相談ください。

対象は佐伯市に住居票がある、産後149日まで(訪問型は産後1年未満まで)の産婦さんと赤ちゃんで、支援を必要とするすべての方です。

産後ケア事業を利用するためには、利用前に必ず申請が必要です。原則、利用の5日前までにご申請ください。お急ぎの場合や利用方法が分からない場合は、お問い合わせください。

— 広 告 —

**家族の変化に
住まいで応えます**



佐伯不動産サービス 株式会社

佐伯不動産サービス

佐伯市日の出町3番15号

TEL 0972-28-5531





4) 産後のこころ

妊娠により、胎児の発育を促すホルモンや、流産を防ぐホルモンなど様々なホルモンの分泌が盛んになります。

産後は、それまで盛んに分泌されていたホルモンが急になくなるため、一時的に情緒不安定な状態になることがあります。家事、育児を休み、ゆっくりしても改善しない場合、産後うつ病などの可能性もあります。医師・保健師・助産師などに相談をしましょう。

※産後のホルモンのアンバランスを調整するには、約6週間が必要であるといわれています。

▶ マタニティーブルース ※意外に多くのお母さんが経験しています

▶ いつ頃起こる可能性があるの？

出産直後から数日間。一過性の経過で終わります。

▶ どんな症状？

涙もろい、疲労感、頭痛、食欲がない、不安になる、眠りが浅いなどの症状がみられます。

▶ どうすればいいの？

周囲からのサポートを受けて、とにかく休みましょう。心身ともにリラックスすることで解消します。

▶ 産後うつ病 ※産後のお母さんの1～2割が経験します

▶ いつ頃起こる可能性があるの？

出産後1週間位から出現し、産後数か月まで続くことがあります。

1か月健診が終わって一息つく時期に「産後うつ病」になる方が多いといわれています。里帰りをして親元で過ごす時期は、手伝ってもらったり話し相手もいて、うつ状態にはなりにくいのですが、自宅に戻った後の情緒不安や体調不良などに注意が必要です。

▶ どんな症状？

1日中憂うつだったり、不眠、不安、倦怠感、家事や育児への気力がなくなる等の状態です。

▶ どうすればいいの？

周囲からのサポートを受けてとにかく休みましょう。症状が続く場合は、専門家へ相談しましょう。

5) 民生委員(主任児童委員)による相談・訪問

厚生労働大臣から委嘱を受け、地域で児童(0歳～18歳)の福祉問題への相談援助活動や地域での子どもの見守り活動等を行っています。

佐伯市では、民生委員(主任児童委員)が、生後6か月頃に赤ちゃんのいる家庭を訪問する「おめでとう訪問事業」を実施しています。

※民生委員(主任児童委員)には、守秘義務が課せられており、プライバシーは厳守します。



「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。



給付について



1) 妊娠・出産・育児等に関する給付

名称	対象者等	内容・必要書類等	問合せ・提出先
妊娠高血圧症候群等療養援護費給付	前年の所得税額が15,000円以下の世帯の妊産婦	妊娠高血圧症候群、糖尿病、貧血、産科出血、心疾患等で7日以上入院治療した場合に21日を限度として療養に要する費用の一部が支給されます(所得制限があります)。	大分県南部保健所 地域保健課 Tel22-0562
出産育児一時金直接支払制度	健康保険に加入しており、出産された方(妊娠85日以上で死産・流産された方も対象になります)	お子さん1人につき50万円(医療機関によっては48万8千円)が支給。 出産費用が50万円を超える場合は、その差額を医療機関へ支払い、50万円未満の場合はその差額分を加入されている保険者へご請求ください。	<ul style="list-style-type: none"> 国民健康保険の加入者 佐伯市保険年金課 Tel22-3199 社会保険等の加入者 出産時に加入している事業所
佐伯市妊婦のための支援給付	①妊娠の届け出をした妊婦 ②乳児訪問を受けた産婦	①、②ともに、給付を受けるには、保健師等との面談が必要です。面談後に、申請書類をお渡します。 (支給金額) ①5万円 ②出生した子ども1人につき5万円	佐伯市こども福祉課 こども家庭センター Tel23-4515
児童手当 届出は、 生まれた日を含 めて16日以内	市内に住所があり、高校生年代(18歳到達後最初の3月31日)までの児童を養育している人に支給します。 請求者は、児童を養育している人(主に児童の父母)のうち、原則として所得の高い人です。	①請求者名義の通帳 ②請求者と配偶者のマイナンバーが確認できるもの ③身分確認ができるもの(マイナンバーカード、運転免許証等) ※その他必要に応じて提出する書類がある場合があります。 【支給月額】 3歳未満 15,000円 3歳以上～18歳到達後 3月31日までの児童 10,000円 ※第3子以降 30,000円 (22歳の誕生日後の最初の3月31日までの養育している子のうち、3番目以降)	佐伯市こども福祉課 Tel22-3180 または各振興局
産前産後期間の国民健康保険税・国民年金保険料免除制度	妊娠または出産した ①国民健康保険被保険者 ②国民年金被保険者	産前産後期間の国民健康保険税・国民年金保険料が免除されます。 ※産前産後期間は、単胎妊娠の場合は4か月間、多胎妊娠の場合は6か月間です。	佐伯市保険年金課 Tel22-3187 Tel22-3199
未熟児養育医療	身体の発育が未熟なまま出生した児	指定された医療機関に入院時の保険診療分の自己負担額を助成します。所得に応じて自己負担があります。 出生後1か月以内にこども福祉課で申請してください。 対象になる方は、医療機関から説明を受け、養育医療意見書を受け取ります。 必要書類等は担当課へお問い合わせください。	佐伯市こども福祉課 Tel22-3180
自立支援医療(育成医療)	障がい、疾患のある18歳未満の児童	身体に障がいのある児童または現にある疾病に対する治療を行わないと、将来一定の障がいを残すと認められる児童であって、確実な治療の効果を期待できる者に、その治療に要する医療費を一部支給する制度です。	佐伯市障がい福祉課 Tel22-4514
小児慢性特定疾病医療費助成	18歳未満の児童で厚生労働大臣が定める疾病及びその疾病の状態の程度に該当する場合 ※該当するかは主治医へご相談ください。	小児がん等特定の疾病で長期にわたり療養を必要とし、療養のための多額の費用を要するものに、医療費の自己負担分を補助するものです。審査会において認定されない場合があります。 ※継続の場合は必要に応じて20歳未満まで延長できます。	大分県南部保健所 地域保健課 Tel22-0562
小児慢性特定疾病児童助成金支給	大分県が発行する小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けている児童の保護者に、小児慢性特定疾病児童1人につき、1年度当たり15,000円を支給する制度です。		佐伯市障がい福祉課 Tel22-4514
障害年金	20歳になった時に障がいが残った場合には、障害年金を申請することができます。		佐伯市保険年金課 Tel22-3187
特別児童扶養手当	20歳未満で、精神または身体に法で定める中程度以上の障がいがある児童を家庭で監護、養育している父母等に支給されます。		佐伯市障がい福祉課 Tel22-4514
障害児福祉手当	在宅で身体または精神に政令で定める程度の重度の障がいがあるために、日常生活に常時の介護を必要とする20歳未満の児童に支給されます。		佐伯市障がい福祉課 Tel22-4514

子育て相談について



子育て相談について

1) 母子健康相談(佐伯市こども福祉課 こども家庭センター TEL23-4515)

子どもの健康、発育、発達など子育てに関する全般的な相談や身体計測・離乳食相談などお気軽にご利用ください。

▶ 母子健康相談 (要予約)

曜日:毎週金曜日(祝日除く)
 時間:9:00~12:00、13:20~15:00
 ※母子健康相談は、和楽で行っており、曜日と時間が決まっています。
 お問い合わせは、月~金曜日
 8:30~17:00の間でお受けします。
 持ち物:母子健康手帳



▶ 家庭訪問・養育支援訪問

妊娠経過や赤ちゃんの成長・発達、育児に関係する心配事などのある方に保健師等がご自宅に訪問して、相談をお受けします。
 佐伯市では、安心して子育てが出来るように支援しておりますので、お気軽にご連絡ください。

▶ おやこの教室

対象:1歳6か月~2歳児
 おやこ遊びと希望者に個別相談(発達や育児に関する事)を行います。



▶ すくすく相談

育児不安の軽減などにより、安心して子育てが出来るよう臨床心理士による個別相談を行っています。育児に対して不安なことが多い、イライラして子育てがうまくいかないなど気がかりなことがありましたら、ご相談ください。



▶ 巡回療育相談

対象:未就学児
 発達の専門スタッフによる心と体の発達に関する相談です。

▶ 幼児精密検査

対象:未就学児
 臨床心理士による個別相談・発達検査を行います。

広告

住宅設備の設置・販売

トイレやお風呂、洗面台、システムキッチン、蛇口等のリフォームお任せ下さい。

水廻りのお困り事 ご相談ください!!



ポンプ販売、修理、据付 ボイラー販売、修理、据付

有限会社 豊徳は、佐伯の子育て世代を応援します!

見積無料・困ったら、すぐにお電話を

有限会社 豊徳

佐伯市中の島1丁目2-27

TEL 0972-22-3080 FAX 0972-24-3097



ENEOS ENEOS 株式会社
 ENEOS グローブ(株) 特約店
 ブリヂストンタイヤ株式会社

あなたのカーライフをトータルサポート!!

株式会社 山作

〔城東橋サービスステーション〕
 〔豊南サービスステーション〕
 〔駅前サービスステーション〕

車検・整備・コーティング

レンタカー・カーリース

洗車・灯油配達

自動車販売・タイヤ販売

〔本社〕佐伯市葛港17番3号

TEL 0972-22-3561



2) 児童家庭支援センターHOPE(ホープ) (佐伯市中村東町3番18号 TEL.28-6317)

児童家庭支援センターは、児童福祉法によって設置されている相談機関です。子育てのこと、経済的な困り、毎日の生活のことなど、どんな些細なことでも相談ができる場所です。電話・来所・訪問による相談を行い、夜間や休日の対応も必要に応じて行います(電話相談は、365日24時間対応)。

相談は、無料です。秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

また、子どもさんを短期間お預かりすることで、家庭を支援するショートステイなども行っています。

※ショートステイのご利用には、こども家庭センターでの申請が必要になります。

3) 子育て応援相談窓口 一覧

相談内容	相談先	TEL		
子育てに関する悩み・相談	佐伯市こども福祉課 こども家庭センターまある	母子保健担当 23-4515 児童福祉担当 22-3976	月～金：8:30～17:00	
	いつでも子育てホットライン	0120-462-110	24時間365日対応	
おっぱいに関する悩みがあるとき	大分県助産師会 赤ちゃん&おっぱい電話相談	097-594-5938	毎日10:00～16:00 土日・祝日は留守電で当番助産院を紹介しします	
	おっぱい	わたなべ助産院 22-9955	市内長良	
	マッサージ	かっちゃん助産所 080-5211-6073	市内護江	
夜間・休日に子どもを病院に連れていくか迷ったとき	大分県こども救急医療電話相談	#8000	月～土：19:00～翌朝8:00	
		097-503-8822	日・祝日：8:00～翌朝8:00	
	佐伯市小児救急当番医 受入対象：救急医療を要する子ども			通常の診療体制とは異なります。受診する際は、医療機関に必ず電話でご連絡ください。
		診療時間	医療機関名	
月	17:00～19:00 (祝日除く)	塩月内科小児科医院	20-0070	
火		西田病院 小児科	22-0180	
水		西田病院 小児科	22-0180	
木		桑畑小児科医院	22-1965	
金		西田病院 小児科	22-0180	
日	10:00～12:00	市内の小児医療機関が交代で診療	24-0112(日曜日のみ) 市報や佐伯市医師会のHPなどで、事前に当番医をご確認ください。	



子育て相談について

広告

山林・森林・立木 買取ります!!

山林・森林 財産処分、譲渡 ご相談下さい!!

株式会社 山王

佐伯市宇目大字千束 1498 番地 1

TEL 0972-48-9233

詳しくは
コチラ

相談内容	相談先	TEL	
発達のおくれ・発達障がいに関する悩みがあるとき	佐伯市子ども福祉課 子ども家庭センター まある(佐伯市役所2階)	23-4515	月～金：8:30～17:00
	佐伯市障がい者相談支援センター すきっぷ (佐伯市保健福祉総合センター和楽内)	24-8521	月～金：8:30～17:00
不妊に関する悩みがあるとき	おおいた不妊・不育相談センター hopeful (大分大学医学部附属病院内)	080-1542-3268	火～金：12:00～20:00 土：12:00～18:00
		メール：hopeful@oita-u.ac.jp 随時	
思いがけない妊娠の心配があるとき	おおいた妊娠ヘルプセンター	0120-241-783	水～日：11:30～19:00 (年末年始除く)
		メール：ninsin-783@sage.ocn.ne.jp 随時	
ひとり親家庭に関する悩みがあるとき	佐伯市子ども福祉課 子ども福祉係	22-3180	月～金：8:30～17:00
こころの悩み相談	大分県こころとからだの 相談支援センター(こころの電話)	097-542-0878	月～金：9:00～12:00 13:00～16:00
不登校・引きこもりに悩んでいるとき	大分県中央児童相談所	097-544-2016	月～金：8:30～17:15(祝日・ 年末年始除く)
		0120-462-110	24時間365日対応
養育困難・虐待の相談			
思春期のからだや心・性に関する悩み	思春期・FP相談LINE (LINE専用の相談窓口です)	HPのQRコード から友達追加	HP： http://www.jfpa.or.jp/ puberty/telephone/ 月～金：10:00～16:00
DV(夫などからの暴力)に関する悩みがあるとき	大分県子ども・女性相談支援センター (大分県婦人相談所)	097-544-3900	月～金：9:00～21:00 土・日・祝：13:00～17:00 18:00～21:00
女性総合相談(セクハラ・ストーカーなど女性の人権について)	女性の人権ホットライン	0570-070-810	月～金：8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
児童虐待を受けたと思われる子どもを発見したとき	佐伯市子ども福祉課 子ども家庭センターまある	22-3976	月～金：8:30～17:00 (祝日・年末年始除く)
	大分県中央児童相談所	097-544-2016	月～金：8:30～17:15
		0120-462-110	24時間365日対応
児童相談所全国共通ダイヤル		189	24時間365日対応
18歳までの子ども専用電話	チャイルドラインおおいた	0120-99-7777	16:00～21:00

広 告

私たちは、佐伯市の子育て世代を応援します!!

丁寧な搬出・運搬が当社の使命です。

東明運送有限公司



トラックドライバー募集中

お気軽にお問合せ下さい!

佐伯市宇目大字小野市 4973-1 TEL 54-3617 / FAX 54-3561

予防接種を受けましょう



1) 定期予防接種 (佐伯市健康増進課 TEL23-4500)

大切なお子さんを感染症から守るため、予防接種を受けましょう。対象の時期になったら予防接種のお知らせをお送りします。生後2か月ごろのお知らせには、冊子「予防接種と子どもの健康」を同封しています。お知らせが届いたら、冊子をよく読み、お子さんの体調が良い時に協力医療機関へ予約してください。県外の医療機関など、協力医療機関以外で接種する場合は、「定期予防接種実施依頼書」の発行が必要です。事前にお問い合わせください。接種当日は、母子健康手帳を持って医療機関に行きましょう。



■接種できる期間 ■効果的な接種期間

定期予防接種	対象期間	産前	2か月	3か月	5か月	6か月	8か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
RSウイルス	妊娠28週から37週に至るまでの間	■																						
			・1回接種 ・妊娠終了予定の14日前までに1回接種が望ましい																					
B型肝炎	1歳に至るまでの間		■	■	■	■	■	■																
			・3回接種																					
ロタウイルス (ワクチンが2種類あり、 接種回数異なります)	<ul style="list-style-type: none"> ・ロタリックス:6週~24週(約5か月半) ・ロタテック:6週~32週(約7か月半) ※2種類のワクチンのうち、どちらか1種類を接種。 		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
			<ul style="list-style-type: none"> ・2回接種 ・3回接種 																					
			・どちらのワクチンも初回の接種は、生後14週と6日(約3か月と10日)までに受けてください。																					
小児肺炎球菌	2か月から5歳に至るまでの間		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
			・初回接種が生後2か月~7か月:4回。7か月~12か月:3回。12か月~24か月:2回。24か月~60か月:1回																					
5種混合:DPT-IPV-Hib (ジフテリア・百日せき 破傷風・ポリオ・ヒブ)	2か月から7歳半に至るまでの間		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
			<ul style="list-style-type: none"> ・1期初回:3回接種 ・1期追加:初回接種終了後から6か月~18か月の間隔を置いて1回接種 																					
BCG	1歳に至るまでの間		■	■	■	■	■	■																
			・1回接種																					
MR (麻しん・風しん混合)	1期:1歳から2歳に至るまでの間 2期:5歳以上7歳未満で、就学前1年間								■															
			<ul style="list-style-type: none"> ・1期:1歳~2歳未満の間に1回接種 ・2期:小学校就学前の1年の間に1回接種 																					
水痘	1歳から3歳に至るまでの間								■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
			・2回接種																					
日本脳炎	1期初回・1期追加接種: 6か月から7歳半に至るまでの間 2期:9歳以上13歳未満																							
			<ul style="list-style-type: none"> ・1期初回:2回接種 ・1期追加:1回接種 ・2期:1回接種 																					
2種混合 (ジフテリア・破傷風)	11歳以上13歳未満																							
			・4種混合の2期として1回接種																					
HPV(子宮頸がん)	小6から高1相当の女子																							
			・3回接種。ただし9価ワクチンで、1回目の接種を15歳未満で行った場合、2回接種。																					

予防接種を受けましょう

2) 任意予防接種 (佐伯市健康増進課 TEL23-4500)

接種を希望するときは、医療機関に相談しましょう。

佐伯市で助成している任意予防接種…佐伯市に住民票があり、要件を満たし、佐伯市の協力医療機関で接種した場合のみ助成できます。

- ▶おたふくかぜワクチン 無料で1回接種できます。[接種時期:生後12か月~24か月未満]
- ▶成人の風しんワクチン 助成:5,093円(医療機関単価との差額は自己負担)
要件:風しんの抗体価がHI法…16以下 EIA法IGg…8.0未満
対象:(女性)20歳以上で妊娠の希望があり、要件を満たす方
(男性)妻が妊婦で、共に要件を満たす方

乳幼児健診等について



乳幼児健診等

乳幼児の健やかな成長のため、定期的な健診を実施しています。育児に関する不安や疑問を解消する機会でもありますので、必ず受診しましょう。

	対象	内容
乳児健康診査	①1か月頃	乳児健康診査受診票を利用して医療機関で受診してください。
	②4～5か月頃	集団健診(個別に案内します) ・問診・個別相談・身体計測・内科診察・離乳食講習・ブックスタート
	③6～8か月頃	乳児健康診査受診票を利用して医療機関で受診してください。
	④9～11か月頃	乳児健康診査受診票を利用して医療機関で受診してください。
のびのび教室	8～9か月頃	※個別に案内します。 ・身体計測・発達や育児の話・歯の健康の話・離乳食講習
1歳6か月児健康診査	1歳6か月頃	※個別に案内します。 ・問診・個別相談・身体計測・内科診察・歯科診察・歯科指導・栄養指導
3歳児健康診査	3歳6か月頃	※個別に案内します。 ・問診・個別相談・身体計測・内科診察・歯科診察・歯科指導・栄養指導・検尿・視覚検査
5歳児発達相談会	5歳になる年度	※相談会のご案内を送付します。 就学に向けて、対人関係・社会性の発達・集団でのルール理解・コミュニケーションの発達等の成長を確認する相談会です(予約制)。 ・問診・診察・心理発達相談・教育相談

フッ化物塗布事業

1歳6か月児健診と3歳児健診でフッ化物塗布券を配布します。歯科医療機関を予約して定期的に塗布しましょう。

ブックスタート

4～5か月児健診で絵本をお渡しして、読み聞かせサポーターから読み聞かせをしてもらいます。

離乳食講習

栄養士による離乳食の講話と離乳食の試食があります。希望される方は、個別で栄養士に質問ができます。



「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けず、子どもの様子を見ながら、あせらずに進めましょう。



保育所について



◎保育所へ入所申込みできる児童

その家庭が次のいずれかの事情に該当し、保護者がその児童を保育できない場合

- (1) 就労(家庭外・家庭内)※
- (2) 出産 (3) 疾病等 (4) 病気の看護等
- (5) 災害 (6) その他

※就労の最低基準

昼間の就労	就労時間/日	就労日数/週
基本	4時間以上	4日以上
許容範囲	6時間以上	3日以上

夜間就労の方は、ご相談ください。

○「出産」の場合は予定月を挟んだ産前産後各2か月の最長5か月間(多胎妊娠の場合は予定月を挟んだ産前産後各3か月の最長7か月間)申し込み可能です。

◎佐伯市休日保育事業

全ての保護者の就労等により、日曜や祝日(12月29日～1月3日は除く)に常態的に保育が必要な子どもをお預かりする事業です。

利用希望月の前月10日までに申請書と休日に保育ができないことを証明する書類(保護者全員分)をこども福祉課へ提出してください。

実施施設	やよいこども園(佐伯市弥生大字上小倉1201-1)
対象児童	佐伯市に住民票のある2歳児以上(4月1日現在)で、かつ、認可保育所等に在籍する保育利用(2・3号)の児童
利用条件	直近の保護者の休日(平日1日)を家庭での保育日とします。

※利用には、定員があります。また、実施施設以外の在園児は、慣らし保育が必要です。

お問い合わせ先

佐伯市こども福祉課 こども福祉係 TEL22-3972(2階48番)

上浦振興局	32-3111	宇目振興局	52-1111	本匠振興局	56-5111	直川振興局	58-2111
弥生振興局	46-1111	鶴見振興局	33-1111	米水津振興局	35-6111	蒲江振興局	42-1111

広告

法人設立 55周年

ずっと子どもたちの笑顔とともに

0歳児から5歳児までの就学前一貫教育

社会福祉法人 佐伯民生福祉会

さいきこども園

佐伯市蟹田 7-12
TEL:0972-22-0644
FAX:0972-28-7338

みなとこども園

佐伯市鶴谷町 1-5-15
TEL:0972-22-5399
FAX:0972-22-5336

みなみこども園

佐伯市中の島 2-19-36
TEL:0972-23-0567
FAX:0972-23-0569

長島保育園

佐伯市長島町 2-27-1
TEL:0972-24-0522
FAX:0972-24-1103

八幡保育園

佐伯市戸穴 7-2
令和8年度は、休園中

各園の詳細は
ホームページをご覧ください。

<https://saikiminsei.jp>

佐伯民生福祉会 検索

1) 認可保育所・認定こども園・地域型保育・私立幼稚園・認可外保育園一覧表

●申込み こども福祉課又は各振興局 ただし、幼稚園利用・認可外利用は、直接各施設

		保育所・園名	住所	電話番号	開所時間	定員	一時預かり	延長保育	対象乳幼児
認可保育所	私立	大日保育園	若宮町1-32	22-2430	7:00~18:00	80	—	~18:30	6か月以上
		長島保育園	長島町2-27-1	24-0522	7:00~18:00	50	○	~18:30	6か月以上
	公立	つるおか保育所	鶴岡町2-3-8	20-3050	7:30~18:30	120	○	—	10か月以上
		畑野浦保育所	蒲江大字畑野浦596-23	45-0038	7:30~18:30	32	○	—	6か月以上
認定こども園	私立	やよいこども園	弥生大字上小倉1201-1	46-1591	保育園7:00~18:00	110	○	~18:30	7か月以上
					幼稚園8:00~14:00	25	—	—	満3歳児以上
		にじいろこども園	弥生大字大坂本1065-1	46-1441	保育園7:30~18:30	40	○	—	10か月以上
					幼稚園8:00~14:00	10	—	—	満3歳児以上
		カトリック佐伯幼稚園	中村東町7-3	22-2182	保育園7:30~18:30	80	—	—	1歳児以上
					幼稚園8:00~14:00	55	—	—	満3歳児以上
		ルンビニこども園	城下東町5-4	23-6160	保育園7:00~18:00	110	—	~18:30	5か月以上
					幼稚園8:00~14:15	135	—	—	満3歳児以上
		みなみこども園	中の島2-19-36	23-0567	保育園7:00~18:00	120	○	~18:30	6か月以上
					幼稚園8:00~14:00	15	—	—	満3歳児以上
	みなとこども園	鶴谷町1-5-15	22-5399	保育園7:00~18:00	70	○	~18:30	6か月以上	
				幼稚園8:00~14:00	10	—	—	満3歳児以上	
	さいきこども園	蟹田7-12	22-0644	保育園7:00~18:00	90	○	~18:30	6か月以上	
				幼稚園8:00~14:00	10	—	—	満3歳児以上	
	ふれあいこども園	新女島2丁目6930	22-9933	保育園7:00~18:00	70	○	~19:00	6か月以上	
				幼稚園8:00~14:00	10	—	—	満3歳児以上	
松浦こども園	鶴見大字沖松浦745-1	33-0096	保育園7:00~18:00	30	○	~18:30	6か月以上		
			幼稚園8:00~14:00	5	—	—	満3歳児以上		
さくらこども園	新女島2丁目6945-3	28-8877	保育園7:00~18:00	70	○	~18:30	6か月以上		
			幼稚園8:00~14:00	10	—	—	満3歳児以上		
公立	ほんじょうこども園	本匠大字笠掛1381-1	56-5033	保育園7:30~18:30	60	○	—	7か月以上	
				幼稚園8:30~12:30	5	—	—	満3歳児以上	
	なおかわこども園	直川大字上直見577	58-2146	保育園7:30~18:30	36	○	—	9か月以上	
				幼稚園8:30~12:30	4	—	—	満3歳児以上	
かまえこども園	蒲江大字蒲江浦404-1	42-5500	保育園7:30~18:30	115	○	—	6か月以上		
			幼稚園8:30~12:30	5	—	—	満3歳児以上		
うめこども園	宇目大字千束2137-2	52-1013	保育園7:30~18:30	41	○	—	10か月以上		
			幼稚園8:30~12:30	8	—	—	満3歳児以上		
地域型保育	私立	(福)長陽会 愛	大字長良4954	28-3322	7:00~18:00	5	—	~18:30	6か月~2歳児
		ながと保育園	鶴岡町1丁目2151-1	20-3399	7:00~18:00	7	—	~19:00	10か月~2歳児
		花みずき保育園	大字池田2256-7	23-1155	7:00~18:00	4	—	~19:00	10か月~2歳児
私立幼稚園		みのり幼稚園	大字長谷9682-17	23-0408	8:00~15:00 ※預かり~17:30	110	—	—	満3歳以上
認可外保育所		しろやま共同保育園	中の島1-4-45	23-1850	平日 7:00~18:00 土曜 7:00~13:00	60	○	~18:30 ~18:00	おおむね10か月以上

保育所について

子育てを応援します



※利用方法等が変更になる場合があります。おたより、ホームページ等でご確認ください。

1) 佐伯市地域子育て支援拠点事業

0歳～就学前のお子さんと保護者を対象に、相互交流や子育ての不安や悩みを相談できる場を提供しています。市内に6か所あり、お住まいの地域にかかわらず、どの拠点でもご利用いただけます。利用は無料です。お気軽にご利用ください(詳細は直接お問い合わせください)。

▶ 弥生地域子育て支援センター「からふる」

道の駅やよいの近くにあります。乳幼児親子が屋内外で自由に遊んだり、交流ができる場所です

- 行事…季節にあわせた製作や、体を使った遊びなどを行います
- 絵本貸し出し…赤ちゃん向け・幼児向けの絵本を多数そろえています
- ホームスタート(随時)…育児や家事のお手伝いがほしいときや相談があるとき、無料でボランティアが家庭に出向きます。妊婦さんから乳幼児のいる家庭で利用できます

※詳しくはホームページや毎月発行の「みんなあつまれ」をご覧ください。

電話	46-2677
開所日	月～土曜日(祝日・年末年始除く)
開館時間	月～金曜日9:00～17:00 土曜日9:00～16:00



▶ 蒲江ふれあい広場

芝庭と広い室内があるふれあい広場です。みんなが仲よくなるようなアットホームさが魅力です。

- 【わくわく積み木】隔週火曜日 10:30～11:30
積み木で遊びながら学びを深め広げましょう。絵本、歌遊びもあります!!
 - 【親子ふれあいあそび】第2金曜日 10:00～11:30
乳幼児さんとのスキンシップや、ママたちの交流の場に!
- ※随時おたよりにて季節の行事などをお知らせしています。
佐伯市社会福祉協議会のホームページや、「Instagram」からもご覧いただけます。
予定は変更する場合があります。

電話	42-1620(蒲江放課後児童クラブ兼用)
開館日	火・木・金(祝日・年末年始を除く)
開館時間	9:30～14:30



子育てを応援します

広告

地域のお客様の豊かな食生活と健やかな暮らしをサポート

株式会社 マルミヤストア

代表取締役 池邊 恭行

本社 大分県佐伯市野岡町二丁目1番10号
TEL 0972-23-8111 FAX 0972-24-3188

<https://marumiya-store.co.jp>
WEB チラシもホームページから!

マルミヤストア 検索

Cosmo Town Dental Clinic

コスモタウン歯科

院長 柳川 功匡

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM9:00～PM12:00	●	●	●	/	●	●	/
PM2:00～PM 6:00	●	●	●	/	●	17:00 まで	/

休診日 日曜・祝日・木曜

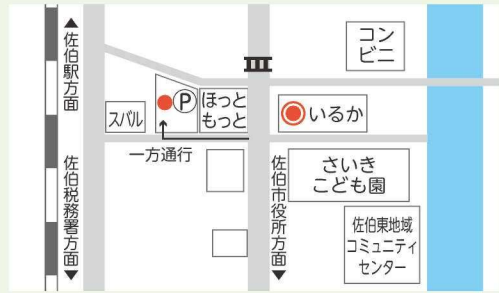
〒876-0047 大分県佐伯市鶴岡西町1丁目228番地
TEL (0972)28-7885
FAX (0972)28-7887

▶ 子育てひろば「いるか」(さいきこども園となり)

親子でゆっくり遊べるひろばです。ベビーマッサージ、リトミック、親子体操、食育の日、英語あそび、自由遊びなどを行っています。いるかのホームページとInstagramに行事予定を載せています。

電話	090-4341-3270
開所日	火・水・金曜日(祝日除く)
開所時間	9:00~16:00

※駐車場は、ほっともつと裏のさいきこども園駐車場をご利用ください。



▶ 子育てひろば「あおぞら」(松浦こども園内)

親子でゆっくり遊べるひろばです。制作やランチDAY、あおぞらカフェなどを行っています。子育て相談は随時受け付けています。

電話	33-0096
開所日	月・水・金曜日(祝日除く)
開所時間	9:30~14:30



▶ 子育て支援センター「ほほえみひろば」(ふれあいこども園内)

親子でゆっくり遊べるひろばです。季節の行事や、手形アート、親子クッキング、ワークショップ、ほほえみカフェ、リトミックなど親子で楽しめる活動を行っています。

※内容によっては、事前予約が必要な場合があります。事前にお問い合わせください。

電話	22-9933
開所日	月~金曜日(祝日除く)
開所時間	9:30~14:30



広告

有限会社 大間パイプ
Flying with belief

水回りに関すること 空調に関すること 電気に関すること

佐伯市大字長良 861-1
TEL.0972-22-9027
FAX.0972-22-9038

親子でゆっくり遊べる広場です。
子育て支援センター 「ほほえみひろば」

子育ての相談や話しをししたり、ふれあいながら子育てを応援します。

季節の行事や、手形アート、親子クッキング、ワークショップ、ほほえみカフェ、リトミックなど、親子で楽しめる活動を行っています。

開所日：月曜～金曜（祝日は除く）
 開所時間：9:30～14:30
 事前にお問合せください。

TEL.0972-22-9933
 佐伯市新女島2丁目6930番地
 社会福祉法人はばたき ふれあいこども園内

▶ 子育て・子育て支援室「さくらっ子」(さいき城山桜ホール 2階)

さくらっ子は、「いつも 子どもが まんなか」を大切な軸とし、「子どもと大人が共に育ちあう」居場所を作ります。

施設内には、おうちの方と未就学のお子さんが無料で一緒に遊べる「さくらっ子広場」や、生後6か月～就学前のお子さんをお預かりする一時預かり「さくらっ子ルーム」があります。

広場では、はとぼぽ体操や手遊び、季節の工作などの行事の他に、マタニティヨガ、音楽遊び、親子クッキング、ベビーマッサージ、子育てに関する相談会や講座、多胎児サークルさくらんぼの会、小学生向けの体験活動など、いろいろな活動を行っています。

詳しくは、毎月発行の「さくらっ子通信」や、HP、Instagram、Facebookをご覧ください。

電話 28-5370

開館日 月～日曜日(第2・4火曜日除く)

開館時間 9:00～18:00

○育児の「うれしかった」「困った」「どうしよう」を一緒に話しましょう。
さくらっ子が「子育て」を応援します！



2) 子育てサロン・サークル・児童クラブ

▶ ① 子育てサロン (佐伯市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL22-2150)

親子が気軽に集まりおしゃべりをしながら情報交換をして、楽しい時間を過ごす場所です。参加費(100円程度、サロンによって異なります)が必要です。開催日や時間等は変更されることがあります。どのサロンにも参加できます。状況によっては、活動を休止している場合もあります。詳細については、佐伯市社会福祉協議会のホームページの子育てサロンのページで確認をしていただくか、お問い合わせください。

サロン名	場所	開催日	時間
スリングの輪	佐伯地域コミュニティセンター	第1金曜日	10:00～12:00
子育てサロン しんめじま	新女島区公民館	第3水曜日	10:00～11:30
子育てサロン ほのぼの	下堅田地域コミュニティセンター	第4水曜日	10:30～12:00
子育てサロン エンゼル	蒲江ふれあい広場 (TEL42-1620)	第4金曜日	10:00～11:30
サロンわらべ	西上浦地区コミュニティセンター	第2土曜日	10:00～11:30
子育てサロン 風の子	幼児クラブ風の子	月曜日・金曜日	10:30～12:00

子育てを応援します

広告



▶ ② つるおか子どもの家 (Tel.20-0726)

乳幼児を対象に、親子で気軽に遊びに行ける場所です。

サロン名	対象	場所	開催日	時間
トトロの広場	0歳～未就園児の親子	つるおか子どもの家	毎週火曜日	9:30～12:30
陽だまりカフェ	さいきファミリー・サポート・センター会員	つるおか子どもの家	月～金曜日	9:30～12:00

▶ ③ どたばたママのティータイム (わたなべ助産院 代表者 渡辺美代子 : Tel.22-9955)

乳児を子育て中のお母さんが気軽に集まれる場所です。わたなべ助産院で出産されていない方でも利用できます。フリーマーケットなどのイベントも実施しています。

対象	場所	参加費	開催日	時間
0歳～1歳頃のお子さんと保護者	わたなべ助産院	おやつ代300円	第1水曜日	10:30～12:00

▶ ④ 乳幼児クラブ 風の子 (尾崎 紀美子 Tel.090-5381-7249)

親子のふれあいや季節の行事を行ったり、お母さんたちの情報交換の場として活動しています。育児相談も随時受けています。いつでもお立ち寄りください。

対象	場所	開催日	時間
0歳～未就園児の親子	風の子ハウス弥生大字門田213-4(須平)	毎週月・金曜日	10:30～12:00

▶ ⑤ 子育て支援の部屋『来よ！来よ！』 (一般社団法人共生社会サポート機構 とんとんとん)

子育て中の方がお子さんを連れて安心して来れるお母さんの居場所です。話をしながら、お茶やコーヒーを飲んでほっと一息つけます。心配なことや不安なことなど相談もお受けします。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

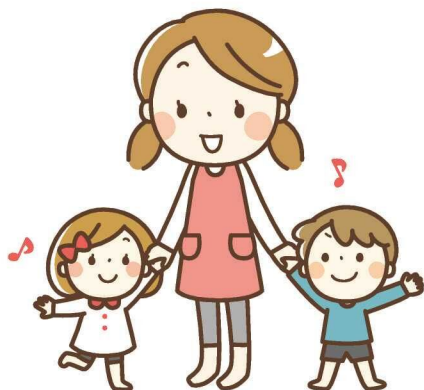
対象	場所	開催日	時間
新生児～未就学のお子さんと保護者	まちなかコミセン(仲町)	第1・第3水曜日	10:00～12:00



▶ ⑥ 児童クラブ (放課後児童健全育成事業:こども福祉課こども福祉係 Tel.22-3972)

昼間、保護者のいない家庭の児童(1年生～6年生)を対象に「遊びの場」や「生活の場」を提供し、子どもの健やかな成長を手助けします。

佐伯市には24の児童クラブがあり、運営は民間で実施されています。



— 告 告 —

不動産のお悩み事
なんでもご相談ください!



株式会社
みつわ不動産

0972-22-7832

大分県佐伯市大手町2丁目2番1号 HP <http://mitsuwa-f.com>

子育てを応援します

3) 利用できるサービス

➤ ①ファミリー・サポート・センター事業(さいきファミリー・サポート・センター つるおか子どもの家 Tel.20-0726)

育児の手助けができる人(まかせて会員)と、育児の手助けが必要な人(おねがい会員)を会員登録し、おねがい会員や児童クラブからの依頼に応じてまかせて会員を紹介する制度です。保育園等を利用していないお子さんの見守り、保育園等の開始前や終了後の支援、通院や参観日、冠婚葬祭の参加などの場合に利用できます。

●利用時間と料金 ※その他、実費がかかる場合があります。 ※会員登録時、印鑑が必要です。

対象	曜日	時間	1時間当たりの料金	問合せ時間等
6か月以上の子どもから 小学校6年生まで	月～金曜日	7:00～19:00	600円/1時間	月～金曜日9:30～17:30 (緊急時にご相談ください)
	土・日・祝日及び上記以外		700円/1時間	
6か月未満の乳児の預かり(わたなべ助産院と連携)			1,000円/1時間	

➤ ②一時預かり事業

認可保育所(21ページ参照)にて市内に居住する満1歳から就学前までの保育所・こども園・幼稚園に通っていないお子さんを対象に、一時的に認可保育所でお預かりするサービスです。様々な事情により家庭での保育ができない場合や、育児疲れの解消などに利用できます。

利用希望日の1週間前までに申し込みが必要です。

施設	問合せ先	時間・料金
公立保育所・公立こども園	佐伯市こども福祉課(Tel.22-3972)	半日(4時間以内):900円
私立保育所・私立こども園	各施設に直接お問い合わせください	1日(4時間以上):1,800円
しろやま共同保育園(認可外保育所)	しろやま共同保育園(Tel.23-1850)	直接お問い合わせください

➤ ③佐伯市病児・病後児保育(にしだキッズクラブ Tel.23-0255)

子どもが病気の際、仕事の都合などで、看病等が家でできない場合に施設で一時的に保育する事業です。

対象	曜日	時間	半日料金 (5時間以内)	1日料金	備考
生後6か月～ 小学6年生まで	月～土曜日 (日・祝・お盆・年末年始は除く)	8:00～18:00	1人:800円	1人:1,500円	給食代(希望者のみ) 500円

※電話受付は、7:30より可能です。

※ネットで空き状況の確認や予約が可能です(病児保育ネット予約サービス「あずかるこちゃん」)。

➤ ④ホームスタート・ふれみらさいき(社会福祉法人子ども未来ネット弥生 弥生地域子育て支援センター内 Tel.46-2677)

育児や家事のお手伝いがほしいときや相談があるとき、子育て経験のあるボランティアが家庭に出向きます。妊婦さんから乳幼児のいる家庭が対象で、週1回2時間×4回を、無料で利用できます(ベビーシッターや家事代行ではありません)。詳しくは、チラシやHPをご覧ください

➤ ⑤子ども食堂(佐伯市社会福祉協議会 地域福祉課 Tel.22-2150)

子どもの居場所作り・学習支援をしたり、幅広い世代の方々が関わりを持てる地域交流の場です。

食堂名	場所	開催日時・対象	料金
どっぽちゃん食堂	佐伯地域コミュニティセンター	第1土曜日11:00～なくなり次第終了	大人100円/高校生以下無料
直川つぼみ食堂	直川地域コミュニティセンター	第1土曜日11:30～13:30	100円
とんとんとん食堂	まちなかコミセン(仲町)	第1・3日曜日11:30～13:00	大人200円 高校生100円/ 中学生以下無料
しあわせ食堂	八幡地域コミュニティセンター	第4日曜日11:30～13:00	大人200円/高校生以下無料
ひだまり	弥生地域コミュニティセンター	第3金曜日18:30～20:00(申込制)	大人100円/高校生以下無料
スマイルキッチン	上小倉地区公民館	毎月最終土曜日11:30～14:30	子ども無料 大人200円
かまえEびしょ	蒲江地域コミュニティセンター 上入津分館	毎月第2土曜日11:00～13:00	高校生以下無料 大人200円
蒲江子ども食堂	蒲江地域コミュニティセンター	毎月第3土曜日11:00～13:00	小学生以下無料 中・高校生100円 大人200円
こんにち輪 つるみ食堂	あおやぎ食堂さん跡	毎月第3土曜日11:00～14:00	高校生まで100円 大人200円

※ひだまりはひとり親家庭の方を対象にしています。その他の食堂は子どもから高齢者までどなたでもご利用いただけます。

⑥ 困ったときに利用できるサービス

事業所名・連絡先	サービス内容	金額等	備考
コープおおいた 生活支援事業 スマイルさぽーと Tel.097-574-6232	産前産後のお手伝い、 託児、家事代行等 ※コープおおいたの 組合員になってか らのご利用となり ます。 ※佐伯市内の方が伺 います	家事代行 平日(9:00~17:00) 2,200円/1時間 時間外 2,750円/1時間	※年間登録料 1,000円がか かります。
		土日・祝日(9:00~17:00) 2,750円/1時間 時間外 3,300円/1時間	
		託児 平日(9:00~17:00) 2,530円/1時間 時間外 3,190円/1時間	※交通費が別途 かかります。
		土日・祝日(9:00~17:00) 3,190円/1時間 時間外 3,740円/1時間	
(社)グリーンコープ ふくしサービスセンター おひさま Tel.0972-64-7227	幼稚園、保育所等の送 迎、産前産後のお手伝 い、利用者自宅等での 託児等	<ul style="list-style-type: none"> 平日(9:00~17:00) 2,750円/1時間 平日時間外(6:00~9:00、17:00~22:00) 土日祝日 3,080円/1時間 夜間 22:00~6:00 3,850円/1時間 	※交通費は別途 かかります。
子育て・子育て支援室 「さくらっ子」 Tel.28-5370	生後6か月~小学校入 学前のお子さんの一 時預かり ※在園児の方は、要相談 ※里帰り出産の方は、 要相談	開館日の9:00~17:00まで ・1時間/150円 4時間/500円 8時間/1,000円 ※詳しくは、「さくらっ子」にお問合せください。	※利用予定日の 3日前までに 予約が必要で す。

4) その他の情報

▶ おおいた子育て応援パスポート (大分県福祉保健部 こども未来課 Tel.097-506-2712)

大分県では、地域が一体となって子育てを応援する「おおいた子育て応援パスポート事業」に取り組んでいます。利用登録をして、子育て応援店でパスポートを提示すると、様々なサービスが受けられます。(詳しくは、ホームページ<https://www.oita-kosodate.jp>をご覧ください)

<p>大分県子育て支援ポータルサイト 大分県は「子育て満足度日本一」を目指しています!</p> <p> 子育てのタネ 大分県子育て支援ポータルサイト</p> <p>詳しくはこちら→ </p>	<p>大分県LINE公式アカウント</p> <p>子育てのお悩みを チャットで相談できます!</p> <p></p> <p>詳しくはこちら→ </p>	<p>おおいた子育て満足度日本一</p> <p>Instagram</p> <p>詳しくはこちら→ </p> <p>KOSODATEMANZOKUDONNO1</p>	<p>おおいた子育て満足度日本一</p> <p>facebook</p> <p>詳しくはこちら→ </p>
--	---	---	---

▶ 佐伯市の防災情報 (佐伯市防災危機管理課 Tel.22-4567)

佐伯市では、佐伯市公式LINEやさいき防災メールなど、様々な形で防災情報を発信しています。特に防災情報や災害時の避難情報などは、貸出無料の「佐伯市防災・行政ラジオ」やダウンロード無料の「おおいた防災アプリ」が便利です。詳しくは、佐伯市ホームページ「防災サイト」をご覧ください。



防災ラジオ



防災アプリ

※災害時には、安否確認等のために妊婦届や健診結果等の情報を利用することがあります。

子育てを応援します

障がいのある子どものための支援



1) 子どもの発達を支援する福祉サービス (佐伯市障がい福祉課 Tel.22-4514)

身体や心の発達に心配のある0歳から小学校入学前(未就学)や小学生～18歳(就学児)を対象に、発達の段階に応じたサービスを提供しています。

▶ 児童発達支援とは

未就学児の発達や集団生活の適応等に困りのある(療育の必要性が認められる)児童が通所することで、日常生活における基本的動作の指導、自活に必要な知識や技術、または集団生活への適応のための訓練を受けることができます。

▶ 放課後等デイサービスとは

学校(幼稚園、大学を除く)通学中の発達や集団生活の適応等に困りのある(療育の必要性が認められる)児童に対し、放課後や夏休み等の長期休暇中に、生活能力向上のための訓練等を継続的に提供して、学校教育と相まって児童の自立を促進するとともに、放課後等の居場所づくりを行います。

▶ 保育所等訪問支援とは

保育所等(児童が集団生活を営む施設。保育所、幼稚園、小学校など)に通う、発達の支援を必要とする児童につき、実際に集団生活を行っている場所へ専門のスタッフが訪問し、環境調整などのアドバイスや施設のスタッフ等に対して“発達の支援を必要とする児童”の集団生活の適応のために専門的な支援などを行います。

2) 日中一時支援事業 (佐伯市障がい福祉課 Tel.22-4514)

介護者等の学校行事への参加や通院などの都合で、障がいのある方の一時的な介助や見守り等が必要な場合に、日帰りで必要な時間だけ、事業所を利用することができます。

3) 佐伯市基幹相談支援センターすきっぷ (佐伯市保健福祉総合センター和楽1階 Tel.24-8521)

子どもの発達や福祉サービスに関する相談に応じます。

曜日	時間
月～金曜日(祝日除く)	8:30～17:00



「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。



不妊に関すること



不妊治療を受けている夫婦は治療の種類によって、佐伯市と大分県の2種類の助成を受けられます。

1) 佐伯市子宝支援事業 (佐伯市こども福祉課 Tel.23-4515)

対象者	対象となる費用
以下のすべてを満たす方 ◇当該申請に係る不妊治療を開始した日の1年以上前から佐伯市民であり、申請日から1年以上本市に居住予定である夫婦 ◇市税の滞納がない夫婦 ※年齢制限、所得制限はありません。	不妊治療の要した自己負担額の一部 (保険適用の有無は問わない) ※夫婦間の治療に限ります。 ※食事代など不妊治療に直接関係のない費用は除きます。 ※医療保険各法に基づく高額療養費制度や付加給付制度により給付された額を除きます。 ※大分県妊活応援検診費助成制度、大分県不妊治療費助成制度に該当する場合は、優先的に活用してください。助成を受けた場合は、その額を差し引いた額を助成対象とします。

※申請に必要な書類は、ホームページからダウンロードできます。詳細はお問い合わせください。



2) 大分県の助成事業

- ①妊活応援検診費助成制度 (大分県福祉保健部こども未来課 Tel.097-506-2672)
医師が必要と認める不妊検査で、検査開始日から1年以内の検査について、要した費用の自己負担額を助成します (上限3万円)。
- ②不育症検査費助成制度 (大分県福祉保健部 こども未来課 Tel.097-506-2672)
先進医療として告示されている不育症検査で、その実施医療機関として承認されている保険医療機関で実施した検査について、要した費用の自己負担額を助成します (上限6万円)。
- ③大分県不妊治療費等助成事業 (大分県南部保健所 地域保健課 Tel.22-0562)
保険適用の生殖補助医療と併用して実施した先進医療にかかる費用の一部を助成します (上限10万円)。
※詳細は各担当までお問い合わせください。
※大分県ホームページ <http://www.pref.oita.jp/site/funinpotal>

3) 不妊の悩みについての相談窓口

▶ 大分不妊・不育相談センター (hopeful)

医師・助産師・不妊カウンセラー・臨床心理士 (公認心理師)・胚培養士が妊活・不妊・流産・死産・不育症に悩むご夫婦へ医学的・専門的・心理的なご相談に応じます。

◎相談対応日時:火~金 12:00~20:00 / 土 12:00~18:00

電話で相談	080-1542-3268	火~金 12:00~20:00 / 土 12:00~18:00
メールで相談	相談フォームより問い合わせ (ホームページよりお入りください) → https://hopeful.wp.med.oita-u.ac.jp/	
来所して相談	まずは、電話か相談フォームから、相談内容・都合のよい日時をお知らせください。	

ひとり親家庭のために



児童扶養手当 (毎年8月に現況届提出)	18歳に達する日以降最初の3月31日までの児童(または、20歳未満で政令で定める程度の障がいの状態にある児童)を監護している母、もしくは監護し、かつ、これと生計を同じくする父または、当該父母以外の者で、当該児童を養育する者に支給される手当です。 ※所得の状況等により、支給額が一部または全部停止となる場合があります。
ひとり親家庭等の医療費 (毎年8月に現況届提出)	18歳に達する日以降最初の3月31日までの児童を監護しているひとり親家庭等の親とその児童及び父母のいない児童を対象に医療費の自己負担分を助成します。 親:一部自己負担金あり ※所得の状況等により、対象とならない場合があります。
母子・父子・寡婦 福祉資金貸付金	母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦及び父母のいない20歳未満の児童を対象に、無利子又は低利子で資金貸付を行っています。
自立支援教育訓練 給付金	母子家庭の母または父子家庭の父を対象に、資格取得のために教育訓練講座を受講する場合、訓練給付金を支給します(事前相談が必要です)。
高等職業訓練 促進給付金	母子家庭の母または父子家庭の父を対象に、資格取得のために養成機関で6月以上修業する場合、受講期間のうち一定期間について、高等職業訓練促進費を支給するとともに、入学支援修了一時金を修了後に支給します(事前相談が必要です)。

詳しくは担当までご連絡ください。
 (佐伯市こども福祉課 TEL22-3180)



「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。





1) 産婦人科

▶ 産科婦人科 すがのウィメンズクリニック

住所	鶴岡西町2丁目113番地
電話	23-3131
診療時間	9:00~12:30、16:00~17:30
休診日	土曜日午後、水曜日、日曜日、祝日
HP	http://www.sugano-clinic.jp

- 地域のかかりつけ医として、対応できるよう体制を整えています。
- 助産師による保健指導・母親学級に力を入れており、産後の授乳育児相談も行っています。
- 令和7年は、227名の赤ちゃんが生まれました（令和7年12月31日現在）。

2) 婦人科

▶ ひなた女性クリニック

住所	西谷町1-27
電話	20-3322
診療時間	9:00~17:30
休診日	木・日曜日、祝日
HP	http://hinata.saiki.jp/

診察は原則
予約制です

- お産は取り扱っていません。外来のみです。
- 急を要する場合は、この限りではありませんので、まずはお電話ください。

- 臨時休診や臨時診察は、InstagramやHPでご確認ください。
- 産後の月経異常やおりものの異常、乳腺炎の診察や治療、避妊指導等も積極的に行っています。
- HPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)を接種しています。

HP



Instagram



@HINATA_CLINIC_SAIKI

3) 助産院

▶ わたなべ助産院

住所	長良365-1
電話	22-9955
診療時間	9:00~17:30 日曜日午前中(予約制)
休診日	水曜日・日曜日午後・祝日 ただし、緊急の場合はいつでも対応します

妊娠の診断から、妊婦健診を行います。

- 正常妊娠・自然分娩を扱います。(正常な経過でないときは、嘱託医へ転院します)
- 母児同室・乳房ケアを中心に退院後スムーズに育児ができるよう支援します。
- 里帰り出産は、予定日の1か月前までにお越しください。
- 母乳外来:おっぱいのトラブル、定期手入れ、卒乳など
- 産後ケアを受け入れています。
産後の体力回復や育児技術の指導、乳房ケアのために利用できます。他院で出産した方やきょうだい児も利用可能です。
※詳細については、お問い合わせください。

▶ かつちゃん助産所

住所	護江629-2
代表者	衛藤美羽留
電話	080-5211-6073
診療	乳房ケア、産後ケア、育児・保健指導、電話相談等

※予約制。出張専門です。お産は取り扱っていません。

4) 小児科

▶ 桑畑小児科医院

住所	中村東町10-5	
電話	22-1965	
受付時間	午前 8:00～ 午後 12:00～	土曜日の受付・ 診療は17:00 終了です
診療時間	8:30～12:00 14:30～18:00	
休診日	日曜日、祝日	

▶ 塩月内科小児科医院

住所	女島1丁目7238番地1	
電話	20-0070	
FAX	20-0065	
受付時間	午前 12:00まで 午後 17:00まで 土曜日 13:00まで	
診療時間	月～金曜日 9:00～12:30 14:30～18:00 水曜日午後 15:00～18:00 土曜日 9:00～14:00	
休診日	日曜日、祝日	

▶ 西田病院

住所	鶴岡西町2丁目266番地	
電話	22-0180	
受付時間	7:30～11:30 13:30～17:00	
診療時間	9:00～12:30 14:00～17:30	
休診日	土曜日の午後、日曜日、祝日	
HP	nisida-med.jp	

5) 精神科・心療内科

▶ 在宅支援クリニック えがお

住所	大字池田2260-1
電話	24-2020
診療日	毎週水曜日、土曜日の午前

- 完全予約制です。
- 初めての方は、事前にご連絡ください。
- 内科の病気で受診もお受けします。

6) その他

▶ 大分県子ども救急医療電話相談

電話 (全国統一)	#8000
日時	月～土:19:00～翌朝8:00 日・祝日:8:00～翌朝8:00
電話 (大分県)	097-503-8822

- お子さんが病気やけがで心配なときや、病院に行ったほうが良いか迷ったときにお問い合わせください。
- 小児医療機関の看護師が対応します。
- 県境地域では(#8000)が県外につながる可能性があります。

▶ 小児救急ハンドブック

- お子さんの具合が悪くなった時に、しばらく様子を見ていいのか、すぐに医療機関を受診した方がよいのかなど、症状に合わせて具体的な対処法を記載しています。



「それって本当？」 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時にあげましょう。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ください。



佐伯市 赤ちゃんこんにちは

令和8年3月発行

発行

佐伯市／株式会社サイネックス



佐伯市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5-3-15
TEL.06-6766-3333(大代表)

広告販売

株式会社サイネックス 大分支店

〒870-0034 大分県大分市都町1-3-19
TEL.097-532-5227

※掲載している広告は、令和8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。

佐伯市
赤ちゃん
こんにちは