

小林市 子育て応援BOOK



令和8年5月

もくじ

妊娠がわかったら

3・4ページ

- 母子健康手帳の交付
- 妊婦健康診査
- 赤ちゃんの沐浴体験
- 里帰り等妊産婦及び乳児健康診査費用助成
- 出産支援金
- 小林市子育て情報アプリ「こすもす」♪
- 出産サポート119
- 妊婦支援給付金（1回目）
- 高齢出産での気がかり
- 若年層の妊娠と出産

赤ちゃんが生まれたら

5・6ページ

- 出生届
- 出生連絡票（兼低出生体重児出生届）
- おめでとう赤ちゃん祝品
- 妊婦支援給付金（2回目）
- 出産育児一時金
- 児童手当
- 子育て支援子ども医療費助成制度
- マイナンバーカード1枚で病院受診が可能
- 学校・保育所等でのけがは子ども医療費助成は利用できません
- 上手なお医者さんのかかり方

親子健康づくり

7・8ページ

- こんにちは赤ちゃん訪問
- 産後ケア
- 乳幼児健康診査
- キッズフロア
- のびのび子育て相談
- もぐもぐクッキング（離乳食教室）
- ことばの相談
- 予防接種
- 風しん任意予防接種費用助成
- 歯っぴ〜教室
- フッ化物個別塗布
- 巡回療育相談
- 里帰り出産等で県外での予防接種を希望される方へ

子どもと一緒にでかけよう

9・10ページ

- 地域子育て支援センター
- 児童センター
- TENAMU公共スペース
- 児童遊園
- 屋内遊び場
- 小林市立図書館
- 読み聞かせ
- 生涯学習講座
- 児童用プール
- 小林総合運動公園

保育所・認定こども園・幼稚園・小規模保育事業所

11・12ページ

- 保育所・小規模保育事業所
- 認定こども園
- 幼稚園
- 認可保育所、認定こども園、幼稚園等の施設一覧
- 保育の必要性の認定
- 入園申込
- 認可保育所、認定こども園、幼稚園等の空き情報について
- 特別保育
 - ・延長保育
 - ・休日保育
 - ・一時保育
 - ・幼稚園型一時預かり（預かり保育）
 - ・障害児保育
 - ・病後児保育
- 認可外保育施設
- こども誰でも通園制度（乳児等通園支援）

小学校に入学したら

13ページ

- 放課後児童クラブ
- 放課後子ども教室
- 就学援助
- 就学に関する手続きについて

手助けが必要なとき

14ページ

- ファミリー・サポート・センター
- 病後児保育 病後児ケアハウス・こすもす

ひとり親家庭への支援

15ページ

- 児童扶養手当
- 母子父子寡婦福祉資金貸付制度
- ひとり親世帯つなぎ資金
- ひとり親家庭医療費助成
- 自立支援教育訓練給付金
- 高等職業訓練促進給付金
- ひとり親家庭等日常生活支援事業
- ひとり親家庭への支援について

障がいがある子どもへの支援

16ページ

- 手帳の交付
 - 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳
- 自立支援医療費（育成医療）の支給
- 障害児福祉手当
- 特別児童扶養手当
- 児童通所支援

もくじ

子どものこと、子育てのことで悩んだら 17・18ページ

- 総合相談窓口
- 電話相談窓口（こども課以外）
 - ・子育ての悩み
 - ・児童虐待相談
 - ・小児救急医療電話相談
 - ・いじめ、不登校、発達や就学、子育て、しつけに関すること
 - ・女性の心や身体に関する相談
 - ・不妊に関する相談
 - ・障がいに関する相談
 - ・DV（家庭内暴力相談）
- 子育て家庭の防災（災害時の情報取得について）



こども救急ガイド

19～24ページ

- 救急の見極めとその後の対処
 - （1）ひとつでも当てはまったら局番なしの119番!!
 - （2）こどもの様子を確認しましょう
 - （3）受診が必要な場合
 - （4）医療機関受診のめやす
- 時間外急病診療電話案内・在宅当番医
- もしもに備えて
- 日本小児学会「ONLINE こどもの救急」
- 症状別対応方法
 - ・熱がでた
 - ・けいれん・ひきつけをおこした
 - ・吐いた（嘔吐）
 - ・下痢をした
 - ・おなかが痛い（腹痛・便秘）
 - ・咳がでる・ぜえぜえする
 - ・ブツブツ、痛い・かゆい湿疹・発疹
 - ・誤飲・誤食（タバコなど）

各担当電話番号一覧

市外局番（0984）

内容	担当課	電話番号
妊娠、出産、健診に関すること	こども家庭センター （こども課）	23-4319
ひとり親支援に関すること		
子どもの貧困、虐待等に関すること		
保育所等に関すること	こども課	23-1278
子育て支援に関すること （こども医療、児童手当、放課後児童クラブ、児童扶養手当など）		
障がいに関すること	福祉課	23-0111
戸籍届に関すること	市民課	23-1112
小・中学校に関すること	学校教育課	23-0424
出産育児一時金について（国民健康保険のみ）	ほけん課	23-0116



妊娠がわかったら

問い合わせ

こども家庭センター（こども課）

☎0984-23-4319

母子健康手帳の交付

母子健康手帳は、妊娠中や出産時の状況、お子さんの発育発達の様子、予防接種などを記録する大切な手帳です。

医療機関等で検査を受けて妊娠が分かったら、母子健康手帳の交付を受けましょう。

【交付日】

毎週月曜日（祝日除く） 9:00～11:30

※都合が悪い場合はお問い合わせください。

【手続きに必要なもの】

- ・医療機関等で発行された妊娠届出書
- ・個人番号確認書類
- ・本人確認書類



※妊婦給付認定の申請は、妊娠届を届け出るにより行うことができます。審査後に妊婦給付認定通知書を送付します。

妊婦健康診査

医療機関で受診する妊婦健康診査の費用を助成しています。

母子健康手帳交付の際、「妊婦健康診査助成券」（14回分）をお渡ししています。

※里帰り出産等のため県外での受診を希望する場合は事前にご相談ください。

赤ちゃんの沐浴体験

赤ちゃんを迎え、お母さんとお父さんになれる方へ、赤ちゃん人形を使って、赤ちゃんの沐浴体験を行っています。

【対象者】 妊婦およびその夫（パートナー）

要 申込

里帰り等妊産婦及び 乳児健康診査費用助成

里帰り等の理由により、交付された妊婦健康診査助成券等が使用できず自己負担された方に対し、費用の一部を助成します。

【対象者】

- ・健康診査を受診した日において、小林市に住所を有する妊産婦及び乳児

【対象の健康診査】

- ・妊婦一般健康診査
- ・産婦健康診査
- ・子宮頸がん検査
- ・新生児聴覚検査
- ・乳児一般健康診査
- ・乳児精密健康診査

【手続きに必要なもの】

- ・母子健康手帳
- ・印鑑
- ・通帳またはキャッシュカード
- ・使用しなかった助成券及び受診票
- ・医療機関等が発行した領収書・明細書
- ・本人確認書類



要 事前相談 要 申請 審査 有

出産支援金

妊娠出産に係る経済的負担の軽減や、安心して子どもを産み育てることができる環境づくりを推進することを目的として、妊婦の方に小林市出産支援金を給付します。

【対象者】 妊娠22週目以後の妊婦

【支援金の額】 妊娠1回につき 3万2千円

【手続きに必要なもの】

- ・母子健康手帳
- ・印鑑
- ・本人確認書類
- ・通帳またはキャッシュカード



要 申請 審査 有

小林市子育て情報アプリ「こすもす」♪

子育て情報アプリ「こすもす」(母子モ)の提供をしています。

妊婦の健康状態やお子さんの成長記録、予防接種のスケジュール管理ができ、それを家族で共有することができます。子育てを楽しくするひとつのツールとして、母子健康手帳と併せてご活用ください。

○主な機能 お子さんの成長記録 子育て情報発信 予防接種スケジュール管理 など



出産サポート119

出産予定の妊婦の不安等を軽減するため、緊急の出産時に、妊婦を救急車で産院等に搬送する「小林市出産サポート119」を行っています。

【対象者】

- ・市内に居住する妊婦
- ・里帰り出産のため市内に滞在している妊婦

【手続きに必要なもの】

- ・母子健康手帳
- ・本人確認書類



要 申込

妊婦支援給付金（1回目）

全ての妊婦・子育て家庭が安心して出産や子育てができるように、妊婦支援給付金を支給します。

【対象者】

- ・市内に住所を有し、母子健康手帳を取得している方
- ・妊娠届出をした妊婦で、保健師等の面談を受けた方

【給付金の額】 妊婦1人あたり5万円

【手続きに必要なもの】

- ・妊婦給付認定通知書 ・母子健康手帳
- ・印鑑 ・本人確認書類
- ・通帳またはキャッシュカード



要 申請 審査 有

【高齢出産での気がかり】

35歳以上ではじめて出産する場合は、一般的に「高齢出産」と呼ばれます。20代の出産と比べると、生殖機能や体力の低下を意識しなければなりません。生活習慣病の兆候が現れやすくなり、先天異常の発症率や流産率もやや高くなります。

しかし、出産はどんな状況であっても多少の不安と期待がともないます。必要以上に高齢出産を恐れず、リスク等をしっかり理解し、十分にケアしながらマタニティライフを楽しみましょう。

【切迫流産】

妊娠22週未満の時期に子宮出血があることを切迫流産といいます。現代では高い確率で妊娠の継続が可能となっています。おなかの張りや少量の出血など、ちょっとした気になることがあったら、ためらわず医師の診断を仰ぎましょう。

【妊娠高血圧症候群】

赤ちゃんが大きくなり、血管や腎臓などに負担がかかる妊娠後期に発生しやすく、具体的な症状に高血圧やタンパク尿があげられます。カロリーや塩分を控えた食生活、休息を十分にとることで、リスクを軽減していきましょう。

【妊娠糖尿病】

妊娠後に発症、認識された糖尿病のことで、なるべく早い時期に検査をして、治療することが大切です。

若年層の妊娠と出産

- 問 ・こうのとりのゆりかご ☎0120-783-449（24時間受け付けします）
・メール こうのとりのゆりかご相談メール係（ninshin-sos.jp内）

近年、20代での妊娠、出産が低下している一方で、10代での出産はごく僅かずつですが、増加しています。高齢出産に対して、20歳未満で妊娠し、出産することを若年出産と定義されています。

【若年層の妊娠・出産にともなう問題】

若年層で安易に性行為をし、予期しない妊娠が増えています。十分な知識がないまま妊娠し、その結果、中絶を選択し、将来の妊娠に備えるべき体が傷つく場合があります。中絶手術は、女性の心身に大きな負担となります。

未成年で出産した場合、体が未熟でホルモンバランスが整っていないため、子宮への負担が大きく、赤ちゃんの成長が未熟で低体重で生まれることも多くなります。また、社会的には女性の学業が中断され、本人が望む未来の選択ができないこともあります。

女性は自分自身で「産む・産まない・いつ・何人子どもを持つか」など自分で決める権利を持っています。

【予期しない妊娠や、子どもを育てられないと悩んでいるあなたへ】

もし、予期しない妊娠に悩んでいたら、ぜひご相談ください。

赤ちゃんが生まれたら

出生届

問 市民課 ☎0984-23-1112

お子さんが生まれた日を含めて14日以内（国外で生まれた場合は3か月以内）に届出をします。

【手続きに必要なもの】

- ・出生届
- ・母子健康手帳



出生連絡票（兼低出生体重児出生届）

問 こども家庭センター ☎0984-23-4319

訪問指導、赤ちゃん健康診査や予防接種などを受けるために大切な届出です。また、出生体重が2,500g未満の赤ちゃんは、母子保健法で届出が義務づけられています。

おめでとう赤ちゃん祝品

問 こども課 ☎0984-23-1278

小林市で生まれた赤ちゃんの誕生を祝福し、市長からの応援メッセージと育児用品を贈ります。

【対象者】

出生届時から小林市に住民登録している赤ちゃん

【手続きに必要なもの】

- ・母子健康手帳



要 申請

妊婦支援給付金（2回目）

問 こども家庭センター ☎0984-23-4319

全ての子育て世帯が、安心して子育てができる環境整備に向けて、妊婦支援給付金を支給します。

【対象者】

申請時に市内に住所を有し、
出産予定日の8週間前の日以降の妊産婦

【給付金の額】

生まれた子1人あたり5万円

【手続きに必要なもの】

- ・妊婦給付認定通知書
- ・母子健康手帳
- ・通帳またはキャッシュカード
- ・本人確認書類
- ・印鑑



要 申請 審査 有

出産育児一時金

問 ほけん課 ☎0984-23-0116

各種健康保険に加入している方が出産した時に支給されます。

原則として健康保険から直接、医療機関に支払われます（直接支払い制度）。

※出産費用が支給額より低かった場合、または直接支払制度を利用せず、後日、国民健康保険から受取りを希望する場合は、支給申請が必要です。

※国民健康保険以外にご加入の方は、勤務先へお問い合わせください。

※国民健康保険にご加入の方の手続きは、市ほけん課で行います。

【手続きに必要なもの】

- ・出産された方の健康保険情報が確認できるもの
（保険証登録のあるマイナンバーカード
または資格確認書など）
- ・印鑑
- ・通帳
- ・出生証明済みの母子健康手帳
- ・出産費用がわかる領収書・明細書
- ・直接支払制度に関する合意書
（直接支払制度を利用された方のみ）
- ・申請者の本人確認書類

児童手当

問 こども課 ☎0984-23-1278

高校生年代（18歳到達後最初の3月31日まで）までの児童を養育している方に支給する制度です（外国人の方も可。公務員は職場に申請。）。

【支給額（児童一人あたりの月額）】

	3歳未満	3歳以上高校生年代
第1子 第2子	15,000円	10,000円
第3子以降	30,000円	

※「第3子以降」とは、受給者が養育する子で、22歳到達後最初の3月31日までにある子から数えて3番目以降の児童

【支給月】

偶数月（2月、4月、6月、8月、10月、12月）の10日
※出生・転入の翌日から15日以内に申請してください。

【手続きに必要なもの】

- ・請求者名義の振込口座が分かるもの
- ・本人確認書類（運転免許証等）
- ・請求者と配偶者等の個人番号のわかるもの
- ・請求者の健康保険情報がわかるもの



要 申請

子育て支援子ども医療費助成制度

問 こども課 ☎0984-23-1278

健康保険が適用された医療費の一部を助成します。

【対象者】

健康保険に加入している0歳から15歳到達後最初の3月31日までの児童

【助成内容】

【誕生から未就学児の自己負担上限額】

入院・通院 1 診療報酬明細につき **350円**
※調剤薬局は全額助成

【小学生から中学生の自己負担上限額】

入院・通院 1 診療報酬明細につき **800円**
※調剤薬局は全額助成

【手続きに必要なもの】

- ・子どもの健康保険情報が確認できるもの
(保険証登録のあるマイナンバーカード
または資格確認書など)
- ・保護者の本人確認書類



要 申請

【マイナンバーカード1枚で病院受診が可能】

国の事業を利用して、マイナンバーカードで子ども医療費やひとり親家庭医療費の受給資格を確認(「オンライン資格確認」)できる体制を整備しています。

オンライン資格確認に対応可能な一部の医療機関では、従来の紙の受給資格証の提示が不要(※)

※医療機関のシステムが整備されている必要があります。
※オンライン資格確認に対応していない医療機関では、引き続き紙の受給資格証の提示が必要です。



【学校・保育所等でのけがは子ども医療費助成は利用できません】

学校や保育所等での負傷や疾病については、災害共済給付制度を優先させることとしていますので、市が行う医療費助成(子ども医療費助成やひとり親家庭医療費助成等)は対象外です。

病院等を受診するときは、子ども医療費受給資格証(緑色の受給者証)やひとり親家庭医療費受給資格証(黄色の受給者証)を使用せず、医療費の自己負担分(2割又は3割)を支払い、学校や保育所等を通じて災害共済給付の申請をしてください。



上手なお医者さんのかかり方

お子さんの急な体調不良に慌てないためには、病気に関する基本的な知識や受診できる医療機関の情報などを知っておくことがとても大切です。いざというときに慌てないために必要なポイントを紹介します。
(P19～P24の「こども救急ガイド」には、症状別の対応方法などを記載しています。)

【なんでも相談できるかかりつけ医を持ちましょう】

「かかりつけ医」とは、お子さんの体質や病歴を理解してくれる「一番身近なお医者さん」のことです。特に子どもは個人差も大きいので、継続して診療を受けることで、お子さんが過去にどんな病気をし、どんな症状が出やすいかを把握してもらい、お子さんにあった病気の知識や緊急時の対処法を知ることができます。もしものケガ・急病の時も、的確な助言や指導、診察を受けられるようにしておきましょう。健康診断や予防接種などもかかりつけ医での受診をお勧めします。

【日頃からお子さんの様子をしっかりと観察しましょう】

日頃からお子さんの特徴やくせ、体調を把握し、もしもの急病などの時にも、早めに発見できるようにしましょう。

【急な病気や事故でない場合は、診療時間内の受診をお願いします】

昼間、子どもの体調がおかしいと思ったら早めにかかりつけ医に診てもらいましょう。診療時間内はスタッフがそろっているので、充実した診療を受けることができます。また、診療時間外の救急診療は、緊急事態に備えるためのもので、医療スタッフや検査機器は重症の患者さんのために優先して運営されています。夜間や休日の急な病気で緊急を要する時以外は、診療時間内に受診しましょう。

親子健康づくり

問い合わせ

こども家庭センター（こども課）

☎0984-23-4319

こんにちは赤ちゃん訪問

生後4か月までの赤ちゃんがいるご家庭を母子保健推進員、母子保健専門員、保健師が訪問します。育児や産後のお母さんの健康に関する悩みや不安など、何でもご相談ください。

産後ケア

出産後1年未満の母子に対して心と体のケアや育児のサポートを行います。宿泊型・通所型・訪問型があります。

要 申込

乳幼児健康診査

子どもの健やかな成長のために、病気の早期発見や発達段階に応じた適切な援助や指導ができるよう、乳幼児健康診査を実施しています。

○1か月児健康診査

母子健康手帳交付時に配付しました産婦健康診査受診票（産後1か月）を利用して受診してください。

○赤ちゃん健康診査（3～4か月）※対象者には個別通知。

【主な内容】

・問診 ・計測 ・小児科医師の診察 ・育児相談 ・ブックスタート（絵本の紹介など）

○6～7か月児健康診査

母子健康手帳交付時に配付しました乳児一般健康診査受診票（1回目）を利用し、県内の医療機関（小児科）で計測や小児科医師の診察を受けてください。

○9～10か月児健康診査

母子健康手帳発行時に配付しました乳児一般健康診査受診票（2回目）を利用し、県内の医療機関（小児科）で計測や小児科医師の診察を受けてください。

○1歳6か月児健康診査 ※対象者には個別通知

【主な内容】

・問診 ・計測 ・小児科医師の診察 ・歯科医師の診察 ・歯科指導 ・子育て相談 ・栄養相談

○3歳児健康診査 ※対象者には個別通知

【主な内容】

・問診 ・計測 ・小児科医師の診察 ・歯科医師の診察 ・歯科指導 ・子育て相談 ・栄養相談

○4・5歳児健康相談（年度内に5歳になる子ども）

【主な内容】

・健康調査 ・子育て相談

キッズフロア

子どもの身体計測と月齢に応じた「育児」「栄養」「おっぱい相談」等の個別相談を行っています。

※おっぱい相談を希望される方は、タオル(3枚程度)をご持参ください。

【対象】 乳幼児と保護者

のびのび子育て相談

子どもの行動やくせ、言葉や体の発達など子育てにいろいろな迷いや悩みがつきものです。遊びの様子を観察しながら、心理士や保健師等が子育ての悩みを一緒に考えていく相談です。

【対象】 1歳6か月～小学校就学前の親子

要 申込

もぐもぐクッキング（離乳食教室）

離乳食の意識や具体的な進め方について講話や実習を行います。

【対象】 乳児の保護者

要 申込

歯っぴ〜教室

赤ちゃんからの虫歯予防について歯科衛生士、管理栄養士などによる講話があります。

【対象】 乳幼児の保護者（概ね2歳まで）

要 申込

ことばの相談

言葉の発達や発音等の相談や、言葉の発達を促すアドバイスを言語聴覚士から受けることができます。

【対象】 2歳ごろから

要 申込

フッ化物個別塗布

3歳6か月に達するまでに3回使用できるフッ化物個別塗布券を、2歳の誕生日前に送付します。

【対象】 2歳～3歳6か月に達するまで

予防接種

子どもを病気から守るため、スケジュールを確認しながら健康状態の良いときに予防接種を受けましょう。

※予防接種は、県内の医療機関で接種することができます。必ず電話で予約してから受診しましょう。

※詳しくは市ホームページをご確認ください。



巡回療育相談

お子さんの運動の発達(お座り、はいはい、歩き方など)について、小児整形外科の医師や作業療法士、理学療法士などが相談に応じ、生活上のアドバイスを受けることができます。

【対象】 未就学児

要 申込

風しん任意予防接種費用助成

風しんに係る抗体検査において、抗体価が低いと判定され、予防接種を受けた方に費用の一部を助成します。

【対象者】

予防接種を受けた日において小林市に住所を有する以下に該当する者

- ・妊娠を希望する女子又はその配偶者
- ・風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者

【助成額】

- ・風しんワクチン
かかった費用から2,500円を差し引いた額
- ・麻しん風しん混合ワクチン
かかった費用から4,000円を差し引いた額

【手続きに必要なもの】

- ・領収書 ・住民票 ・印鑑 ・抗体検査の結果が分かる書類
- ・通帳またはキャッシュカード ・母子健康手帳

要 申請

審査 有

【里帰り出産等で県外での予防接種を希望される方へ】

長期の里帰りや県外での入院等、事情があり宮崎県外での定期予防接種を希望する方は、事前に「予防接種実施依頼書」の交付を受けることで接種にかかった費用を小林市に請求することができます（上限あり）。

○手続きについて

事前に手続きが必要です。

必ず、予防接種を受ける前にご連絡ください。

要 事前相談

要 申請

審査 有

子どもと一緒にでかけよう

地域子育て支援センター

問 こども家庭センター ☎0984-23-4319

親子で一緒に遊んだり、子育て仲間との出会いの場としてご利用ください。
子育てに疲れた時や不安や悩みがある時もいつでもお越しください。

施設名	開館日・時間	実施場所	問い合わせ	ホームページ
子育て支援センター 「おひさま」	月曜～土曜 9:00～12:00 13:00～16:00	小林市総合運動公園 複合体育館（ひらぎ アリーナ）内	(0984) 23-0320	
子育て支援センター 「チボリーノ館」	月曜～金曜 9:00～12:00 13:00～16:00	認定こども園 こぼと保育園	(0984) 22-2102	
野尻のびのび子育て支 援センター	月曜・水曜・金曜 9:00～12:00 13:00～16:00	認定のじりこども園	(0984) 44-1138	

児童センター

問 こども課 ☎0984-23-1278

地域の子どもや保護者に、安全で安心して過ごせる居場所を提供し、健全な遊びを通じて心身の健康を増進し、情操を豊かにすることを目的とした施設です。

また、地域住民活動を通じた健康づくりやコミュニティの醸成を図る活動拠点としても利用されています。

ご利用に関しては、問い合わせ先までご連絡ください。

児童館名	開館日・時間	所在地
中央児童センター	水曜 13:00～17:00 土曜・日曜 10:00～17:00	細野385-1
西小林児童センター	※第3日曜日、祝日 及び年末年始を除く。	北西方1244-4



TENAMU公共スペース

問 TENAMU公共スペース
☎0984-22-1076

TENAMU 2 階にある木育キッズコーナーは、木のおもちゃや絵本などお子様と自由に過ごせる子育て支援スペースです。木のおもちゃと木の香りに囲まれたリラックスできる空間で親子で楽しむことができます。

【利用時間】

10:00～21:00

※木育キッズコーナー利用時間

10:00～17:00

児童遊園

問 こども課 ☎0984-23-1278

施設名	施設名
上町児童遊園	石塚児童遊園
城山児童遊園	新田場児童遊園
細野児童遊園	池ノ原児童遊園
八幡原児童遊園	大脇児童遊園
橋谷児童遊園	野尻中央児童遊園



※施設の所在地は、右の二次元バーコードから確認ください。

屋内遊び場（小林市総合運動公園複合体育館「ひらぎアリーナ」内）

問 こども課 ☎0984-23-4319

就学前の子どもと保護者が天候に左右されずに安心して過ごせる屋内施設です。

市の花「コスモス」をモチーフにしたカラフルな幼児向けのコンビネーション遊具を設置しています。登る・滑る・渡るなど思いっきり遊びながら挑戦する気持ちを育めます。

小林市立図書館

施設名	開館日・時間	所在地	問い合わせ
本館	火曜～土曜 9：00～19：00 日曜・祝日 9：00～17：00	細野367-1	0984-22-7913
須木分館	火曜～日曜 9：00～17：00	須木中原1741-1 (須木総合ふるさとセンター内)	0984-48-2954
野尻分館	火曜～土曜 10：00～18：30 日曜 10：00～17：00	野尻町東麓1183-2 (野尻庁舎内)	0984-44-1100 (内線273)

【休館日】

- ・毎週月曜日
- ・年末年始（12月29日～1月3日）
- ・特別整理期間（蔵書点検）
- ・毎月1日 ※1日（月曜）の場合は2日（火曜）
- ・祝祭日（須木分館・野尻分館のみ）

読み聞かせ

問 小林市立図書館「本館」 ☎0984-22-7913

絵本であそぼ0・1・2

子うさぎ文庫において読み聞かせ、手あそび、歌あそび、赤ちゃん体操など赤ちゃんと一緒に絵本を楽しむ時間を設けています。
※乳幼児対象の絵本講座や育児相談等もあり

【実施日】 毎月第2水曜日 10:30～

絵本の読み聞かせ

市立図書館本館において絵本の読み聞かせ、手あそびなどを行っています。親子で楽しいひとときを過ごしませんか？

【実施日】 毎週土曜日（①11:00～、②14:00～）

生涯学習講座

問 社会教育課 ☎0984-22-3482

小林中央公民館が実施する生涯学習講座では、親子参加や小学生対象の講座も実施しています。

※詳しくは市ホームページをご確認ください。
※事前の申込みが必要です。開催場所は、各講座ごとに異なります。



小林市総合運動公園

問 建設課 ☎0984-23-0311
スポーツ振興課 ☎0984-22-7911

多目的広場、展望広場、陸上競技場、野球場、テニスコート、プール場、冒険の森、アスレチックがあり、スポーツのまち小林の拠点施設として、広く利用されています。

【中央広場】

運動公園の中央に位置する芝生広場です。さまざまな遊具が設置しており、子どもたちが年齢や運動能力に応じて楽しめるふれあいの場となっています。



【冒険の森】

斜面や立木を利用した17種類のさまざまなアスレチックがあります。自然のなかで雄大な風景を満喫しながら心も体もリフレッシュできます。



児童用プール

問 こども課 ☎0984-23-1278

施設名

緑ヶ丘児童用プール

細野児童用プール

新竹児童用プール

【開設期間】

夏休み期間中

【利用時間】

10：00～12：00

【定休日】

毎週金曜日（水入れ替えのため）
お盆期間

※定休日は変更になることがあります。
二次元バーコードからご確認ください。



保育所・認定こども園・幼稚園・小規模保育事業所

問い合わせ

こども課 ☎0984-23-1278

保育所・小規模保育事業所

就労等のために家庭で保育ができない保護者に代わって保育する施設

【対象年齢】

- ・保育所 0歳～小学校就学前
- ・小規模保育事業所 0歳～2歳

認定こども園

幼稚園と保育所の機能をあわせもち、教育・保育を一体的に行う施設

【対象年齢】

0歳～小学校就学前

幼稚園

小学校以降の教育の基盤をつくるための幼児期の教育を行う施設

【対象年齢】

満3歳～小学校就学前

【認可保育所、認定こども園、幼稚園等の施設一覧】

小林市内の認可保育所等の施設は、右の二次元バーコードから確認ください。
※市ホームページの園名をクリックすると各園のホームページを確認することができます。



保育の必要性の認定

保育所、認定こども園等を利用する場合には、お住まいの市町村から教育・保育給付認定を受ける必要があります。

認定の区分は年齢や保育の必要性の有無によって、3種類あります。保育所等を利用する場合には、2号認定（満3歳以上）または3号認定（満3歳未満）を受ける必要があります。

認定区分	年齢	保育の必要性	教育・保育時間	利用できる施設
1号認定	満3歳以上	なし	教育標準時間（1日4時間を標準）	幼稚園 認定こども園
2号認定		あり	保育標準時間（1日最長11時間） 保育短時間（1日最長8時間）	保育所 認定こども園
3号認定	満3歳未満			

入園申込

保育所・認定こども園・幼稚園・小規模保育事業所に入園を希望する方を対象に、入園申込受付を行っています。随時受け付けますので、こども課または各園へご相談ください。

※施設等の種類によって申込方法が異なります。

1号認定（幼稚園、認定こども園の利用）を希望する場合

- 施設へ直接申込

2号・3号認定（保育所、認定こども園、小規模保育事業等の利用）を希望する場合

- 市（こども課）の窓口へ申込

※詳しくは市ホームページに掲載しています。右の二次元バーコードからご確認ください。



【認可保育所、認定こども園、幼稚園等の空き情報について】

小林市内の認可保育所等の空き状況は、右の二次元バーコードから確認ください。
あくまでも目安であり、入園をお約束するものではありません。
入園申込の際の参考としてご利用ください。



特別保育

延長保育

開所時間の前後において、通常の保育時間を超えて保育を行います。延長時間・料金は、施設によって異なります。

一時保育

保護者の就労や病気やけが、冠婚葬祭、また育児による疲れなどにより一時的に保育が困難となる児童を保育所等において保育します。

障害児保育

保育に欠ける児童であって、集団保育が可能で日々通所できる場合は、通常保育を利用できます。
※入所希望の保育所等にお問い合わせください。

休日保育

保護者の就労形態ややむを得ない事情のため、日曜日・祝日において家庭保育が困難となる児童を保育所において保育します。原則、在園児のみの保育とします。

幼稚園型一時預かり（預かり保育）

教育時間の前後や土曜日、長期休業中に幼稚園等において預かります。時間や料金は施設によって異なります。

病後児保育（詳細は別記 P14）

病気の回復期にある乳幼児を、保護者が就労等で保育ができないときに一時的に預かります。

認可外保育施設

「認可外保育施設」とは、保育を行うことを目的とする施設であって、認可保育所以外のものを総称しています。個人、団体、民間会社等が設置しており利用形態も様々です。
※必ず希望施設に直接連絡し、見学してから、申請書等を提出してください。
※保護者が直接施設に申し込みます。

小林市内の認可外保育施設の施設は、右の二次元バーコードから確認ください。
※市ホームページの園名をクリックすると各施設のホームページを確認することができます。



こども誰でも通園制度（乳児等通園支援）

保護者の就労等の理由を問わず、月10時間まで幼稚園・保育所・認定こども園等を利用できます。

【利用対象者】以下の全てに該当するお子さんが利用できます。

- (1) 0歳6か月から満3歳未満まで（※対象年齢は実施施設により異なります。）
- (2) 幼稚園、保育所、認定こども園、地域型保育事業所、企業主導型保育施設に在籍していない

【利用時間】一人当たり月10時間まで

※利用時間は実施施設により異なります。

※1回の最低利用時間は、1時間からです（1時間以降は30分単位で利用可能）。

【利用料金】一人1時間当たり300円程度 ※給食やおやつ等がある場合は、別途料金がかかります。



要 申請

要 申込

小学校に入学したら

放課後児童クラブ

問 こども課 ☎0984-23-1278

小学校の余裕教室や保育所等において、放課後に帰宅しても、仕事などで保護者が自宅にいない小学生の放課後の居場所を提供します。

【開設日】 月曜～土曜 ※日曜、祝日、年末年始を除く。

【費用】 月3,000円 ※別途おやつ代2,500円程度、保険料が必要

【時間】 授業がある日 放課後 ～18:00
授業のない日 8:00～18:00（土曜日、春・夏・冬休み期間）



要 申請 審査 有

放課後子ども教室

問 社会教育課 ☎0984-22-7912

小学生を対象に放課後及び週末等に小学校の余裕教室や公民館等で体験、交流、学習活動の機会を提供します。

【費用】 無料 ※別途実費、保険料が必要

名称	実施施設	開設日
にっこば茶飲ん場 放課後子ども教室	西小林小学校地域開放教室	第1・第3水曜日及び 偶数月の第1土曜日
幸ヶ丘放課後子ども教室	幸ヶ丘小学校生活科室	毎週月・水・金曜日
栗須っ子クラブ	野尻町いきいきコミュニティセンター	毎週火・木曜日
紙屋っ子クラブ	紙屋地区公民館	毎週水・金曜日
永久津放課後子ども教室	永久津小学校多目的教室	毎週火・木・金曜日

要 申請

就学援助

問 学校教育課
☎0984-23-0424

経済的理由によって就学が困難な児童及び生徒の保護者に対し、学用品費、学校給食費、医療費などの経費について一部支援を行っています。

希望する方は、在籍校または学校教育課へご相談ください。

※申請は各学校にて受け付けます。

要 申請 審査 有

【就学に関する手続きについて】

問 学校教育課
☎0984-23-0424

小林市では、子どもたちが心身共に健やかに育つようさまざまな就学支援を行っています。

右の二次元バーコードからご確認ください。
※不明な点等あるときには、お気軽に
お問い合わせください。



手助けが必要なとき

ファミリー・サポート・センター【会員登録制】



小林市こども家庭センター
月曜～金曜 9:00～17:00

☎0984-23-4319
(年末年始・祝日を除く)

育児の手助けをしてほしい人〈おねがい会員〉と、育児の協力をしてくれる人〈まかせて会員〉が助け合う、相互援助活動です。急に援助が必要な時に、短時間の補助的なサポートです。

【こんなとき、預かります】

- ・保育園や幼稚園、学校などの「開始時間まで」「終わった後」「保育施設などへの送迎」等
- ・残業、休日出勤などの「抜けられない仕事の時」
- ・通院や冠婚葬祭、行事参加、急な外出などの「子ども連れでは行きづらい時」等

【対象】

小林市在住または小林市に勤務している方で、生後3か月から小学生までの子どもがいる方

【費用】

- ・児童1人につき 500円（月曜～金曜7:00～19:00 ※祝日・年末年始を除く。）
- ・児童1人につき 600円（上記以外）



要

申請

要

申込

病後児保育 病後児ケアハウス・こすもす



病後児ケアハウス・こすもす（認定こども園こすもす隣接）

☎0984-23-5204

乳幼児及び児童が病気の回復期にあり、集団保育が困難で、保護者が勤務・傷病・事故・出産等、やむを得ない事情のため保育ができない場合、一時的に児童を預かります。専属の看護師、保育士がお世話します。

【対象】 市内在住の生後2か月～小学校6年生

【定員】 1日あたり4名

【費用】 1日（8時間以内）1,500円 半日（4時間以内）800円 延長（30分ごと）100円

【利用時間】 8:30～17:00（日曜・祝日・年末年始は休園）※勤務時間等に合わせて対応します。

【利用方法 原則として予約が必要（前日の17:00まで）】

※利用方法については、申請書等必要な書類がありますので、お問い合わせください。

【手続きに必要なもの】

- ・登録申請書（年度初回のみ）
- ・利用申込書
- ・子どもの健康保険情報が確認できるもの（保険証登録のあるマイナンバーカードまたは資格確認書など）
- ・母子健康手帳（必須）
- ・医師連絡票（必須）
- ・お薬依頼票（お薬手帳）



要

申請

要

申込

ひとり親家庭への支援

問い合わせ

こども課 ☎0984-23-4319

児童扶養手当

問 こども課
☎0984-23-1278

母、父又は父母にかわって児童を養育している養育者（児童と同居し、監護し、生計を維持している人）に手当を支給する制度です。

受給の要件があります。ご確認の上、申請してください。

※児童（18歳到達後の最初の3月31日まで、障がいがある場合20歳未満）

要 申請 審査 有



母子父子寡婦福祉資金貸付制度

ひとり親、寡婦の方が経済的な自立や児童の就学・就労などで資金の貸付が必要となったとき、母子・父子自立支援員が資金の貸付や償還の相談に応じます。

※相談等で来所の際は必ず事前にご連絡ください。

ひとり親世帯つなぎ資金

ひとり親家庭、寡婦の方が緊急にお金が必要になったときの臨時的な貸付制度です。

【対象】

小林市ひとり親福祉協議会に6か月以上加入している方

【貸付限度額】

1世帯につき 1回 50,000円（無利子）

【償還期限】

貸付の日から6か月以内かつ年度内

【償還方法】

月賦又は一括払い



【ひとり親家庭への支援について】

こども課に母子・父子自立支援員を配置し、ひとり親家庭及び寡婦の経済上の問題、児童の就学、就職の問題、家庭紛争等の身の上相談に応じ、自立に必要なアドバイスや支援を行っています。

お気軽にこども課へご相談ください。

※ひとり親家庭支援については、市ホームページにも記載しています。



ひとり親家庭医療費助成

問 こども課 ☎0984-23-1278

ひとり親家庭の健康保険が適用された医療費の一部を助成します。なお、所得制限があり、児童が18歳に達した後は扶養状況の確認が必要になります。

【対象】

- ・20歳未満の児童を扶養している父または母
- ・ひとり親の扶養を受けている児童（18歳到達後の最初の3月31日まで）
- ・父母のいない児童

【助成内容】

入院・通院に係る医療費の一部
（1人あたり月額1,000円を超える分）

要 申請 審査 有



自立支援教育訓練給付金

ひとり親家庭の母または父が就労につなげる能力開発のため、雇用保険制度の教育訓練給付の指定講座を受講した場合、講座終了後に受講料の一部を給付します。

要 事前相談 要 申請 審査 有

高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭の母または父が、就職に有利な資格（看護師、介護福祉士等）を取得するために養成機関において6か月以上修業する場合に、経済的な支援をします。

【給付額】

修業開始から終了までの期間月額

- ・前年度住民税非課税世帯の方
…月額10万円(最終12か月は14万円)
- ・前年度住民税課税世帯の方
…月額7万500円(最終12か月は11万500円)

要 事前相談 要 申請 審査 有

ひとり親家庭等日常生活支援事業

ひとり親家庭、寡婦の方が資格取得のための修業や、病気等日常生活を営む上で一時的に支援が必要な場合などに、「家庭生活支援員」を派遣し、「生活支援」や「保育サービス」を受けることができます。

要 申請 審査 有

障がいがある子どもへの支援

問い合わせ

福祉課 ☎0984-23-0111

手帳の交付

障がいのある方の日常生活を支援し、各種の支援制度を受けやすくするために必要なものです。

身体障害者手帳

本人（15歳未満の児童の場合はその保護者）の申請に基づいて、目・耳・手足などの身体に決められた程度の永続する障がい認められたとき手帳が交付されます。



要 申請

審査 有

療育手帳

知的障がい者（児）または保護者等の申請に基づいて、障がいがあると判定された方に、手帳が交付されます。県児童相談所（福祉こどもセンター）の判定を受ける必要があります。



要 申請

審査 有

精神障害者保健福祉手帳

精神障がい者の社会復帰の促進を図るため、本人または保護者等の申請に基づいて交付されます。



要 申請

審査 有

自立支援医療費（育成医療）の支給

18歳未満の身体に障がいのある児童、または将来において障がい児となるおそれのある児童に対し、障がいを軽くしたり回復させる治療（手術）を受けの場合の医療費の一部又は全部を支給します。

【費用】

本人と同じ医療保険に加入している人の、前年の収入や住民税所得割課税額に応じて自己負担があります。

入院時の食事代は原則自己負担です。



要 申請

審査 有

特別児童扶養手当

身体または精神に中度以上の障がいがある20歳未満の児童を養育している父母または養育者に支給されます。

※障がい児施設に入所していない等の要件があります。



要 申請

審査 有

障害児福祉手当

政令で定める程度の重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時の介護を必要とする20歳未満の方に支給されます。

※障がい児施設に入所していない等の要件があります。



要 申請

審査 有

児童通所支援

療育や訓練等が必要な児童に対し、日常生活の基本的な動作の指導、知識や機能の提供、集団生活への適応訓練等の支援を行う児童通所事業所への通所の決定とその実施に係る費用の一部を支援します。

【費用】

世帯の所得に応じて、負担上限月額が設定されます。通所事業所での食費は原則自己負担です。

要 申請

審査 有

※その他の支援制度についてはお気軽にお問い合わせください。

子どものこと、子育てのことで悩んだら

総合相談窓口

小林市こども家庭センター

小林市総合運動公園複合体育館（ひいらぎアリーナ）内
月曜日～金曜日 8：30～17：15（祝日、年末年始を除く。）

☎0984-23-4319

妊娠や出産、育児についての悩み、虐待をしてしまう、子育てが辛い等、子どもに関する心配事、悩み事をお気軽にご相談ください

電話相談窓口

【子育ての悩み】

【内容】

専門の電話相談員が、土曜、日曜、祝祭日や平日の夜間も子どもや家庭に関する様々な悩み事に電話で応じています。保護者の方でも、本人でも、気軽に相談できます。

【時間】 9：00～24：00 年中無休

【相談先】

・子ども・ほほえみダイヤル
（宮崎中央福祉こどもセンター）

☎0985-28-4152

【児童虐待相談】

【内容】

児童虐待に関する専門的な相談、児童の発達や子育ての相談、非行等の相談、保護者の病気や死亡により子どもを育てられなくなったなどの相談に応じます。

【相談先】

・児童相談所全国共通ダイヤル
☎189（イチハヤク）

・都城児童相談所（宮崎県南部福祉子どもセンター）
☎0986-22-4294

【小児救急医療電話相談】

【内容】

お子さんが急な病気やケガで心配なとき、ご相談ください。

【時間】 19：00～翌朝8：00 年中無休

【相談先】

・宮崎県医師会 ☎0985-35-8855
※携帯電話、プッシュ回線 #8000

【いじめ、不登校、発達や就学、 子育て、しつけに関すること】

【相談先】

・ふれあいコール（宮崎県教育研修センター）
☎0985-38-7654 / 0985-31-5562

・24時間子供SOSダイヤル
☎0120-0-78310

【女性の心や身体の健康に関する相談】

【相談先】

女性専門相談「スマイル」（宮崎県中央保健所）
☎0985-28-2668

【不妊に関する相談】

【相談先】

不妊専門相談センター「ウイング」
（宮崎県中央保健所）
☎0985-28-2668

【障がいに関する相談】

【内容】

障がいのある方の日常生活での困り事や福祉サービスなど様々な相談に応じます。お気軽にご相談ください。

【時間】 月曜日～金曜日 8:30～17:15
(祝日、年末年始は除く。)

【相談先】

- ・にしろ基幹相談支援センター
(小林市八幡原市民総合センター内)
☎0984-22-2373

【DV（家庭内暴力相談）】

【内容】

DVに関する相談に応じます。

【相談先】

- ・配偶者暴力相談支援センター
(宮崎県女性相談所)
☎0985-22-3858
- ・DV相談ナビ ☎ #8008

子育て家庭の防災（災害時の情報取得について）

小林市メール配信サービス

災害発生時の避難所情報をはじめ、防犯情報、不審者情報等を随時配信しています。どなたでもご利用になれますので、配信を希望される方は、インターネットに接続しているパソコン、または携帯電話からメールアドレスの登録をお願いします。スマートフォンなどのカメラ機能で、右の二次元バーコードを読み取り、サイトにアクセスして、「空メールを送信する」から空メールを送信して、受信メールに従い登録をお願いします。



※パソコンからのメールを受信しない設定になっている場合があります。
「@city.kobayashi.lg.jp」を受信できるよう設定が必要です。

小林市公式LINE

コミュニケーションアプリ「LINE」の公式アカウントを活用し、市政に関する情報を配信しています。また、LINE上のメニューからは知りたい情報にアクセスできるようになっています。

LINEアプリをインストール済みの方は、右の二次元バーコード・友達追加ボタンから、小林市LINE公式アカウントを友達に追加できます。

また、LINEアプリ内からアカウント名「小林市」やLINE ID「@kobayashi-city」で検索して友達に追加することもできます。



小林市総合防災マップ

「小林市総合防災マップ」には、毎日の安全安心な市民生活に関する情報を掲載しています。防災への対策やチェック項目、災害が発生したときの避難方法、各地域の避難場所などをイラストなどでわかりやすくまとめています。

自分の住んでいる地域を一度確認し、各家庭での災害に備えた準備などに活用ください。



小林市ホームページ（安全・安心情報）

小林市ホームページのトップ画面「安全・安心情報」からも防災情報を確認できます。



こども救急ガイド

救急の見極めとその後の対処



(1) ひとつでも当てはまったら局番なしの119番!!

- ☐ けいれんが5分以上続く。何度も繰り返す。止まらない。
- ☐ 息が苦しく、しゃべれない。呼吸が極めて困難になっている。
- ☐ 意識がおかしく、ボーっとして呼びかけに答えない。意識がない。
- ☐ ぐったりして顔が白く（青く）、くちびるや爪が紫色（青色）。
- ☐ 出血が激しく、止まらない。傷が大きく、深い。
- ☐ 広範囲のやけど（片腕や片足全部など）。やけどで皮膚が黒い（白い）。

ひとつもあてはまらなかったらあわてずに

(2) こどもの様子を確認しましょう

- ☐ 機嫌よく遊べる
- ☐ 水分が取れている
- ☐ よく眠れる
- ☐ おしっこが出ている

※全てあてはまればあわてずに、診療時間内に、かかりつけ医又は専門の科を受診しましょう。

月齢の低い（0～3か月）赤ちゃんの場合は症状が急変しやすいので、上記にかかわらず早めに受診しましょう。

(3) 受診が必要な場合

受診を決めたら、事前に受診可能な医療機関を確認しましょう。

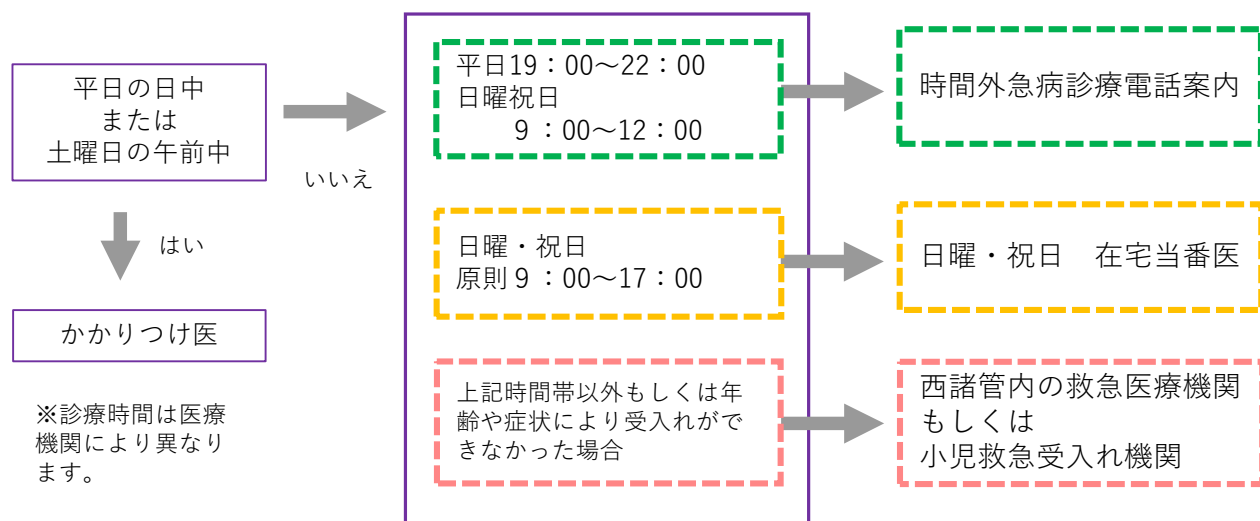
いろいろな症状があるときや、どの科を受診してよいか分からないときは、まずかかりつけの小児科を受診しましょう。

こどもの病気であっても、症状によっては、その専門の診療科への受診が適当である場合があります。

たとえば ●やけど → 皮膚科 ●切り傷など外傷 → 外科
●鼻血・他の症状がなく長引く鼻水 → 耳鼻咽喉科 など

※受診せずに様子をみるときも、適切な看護ときめ細かな経過観察が大切です。

(4) 医療機関受診のめやす



時間外急病診療電話案内・在宅当番医

●時間外急病診療電話案内

☎0984-23-8212

平日夜間：19時から22時まで

日曜祝日：9時から12時まで

（日曜・祝日は原則小児科対象）

※受診可能な医療機関を案内するもので、病気に
関する相談を受けることはできません。

●在宅当番医

原則 9時から17時まで

在宅当番医の情報は以下でご確認ください

①各市・町の広報紙やホームページ

②西諸医師会のホームページ

③新聞やNHK地デジデータ放送

※ 当番医が小児科でない場合があります。

※ 医療機関により、診療時間が異なる場合があります。

●西諸管内の救急医療機関

年齢や症状により受入れができないことがあります。

●小児救急受入れ機関（19時から翌午前7時まで）

◆宮崎市夜間急病センター小児科 ☎0985-29-0119

宮崎市北高松町5-30 県立宮崎病院敷地内（小林市中心部から車で約1時間20分）

◆都城救急医療センター ☎0986-36-8890

都城市太郎坊町1364-1（小林市中心部から車で約50分）

受診するべきかどうかで迷ったときは・・・ 宮崎県子ども救急医療電話相談

お子さんが急な病気やけがで心配なとき、ご
相談ください。

【相談対象者】

・県内に住む15歳未満の子ども及びその保護者

※直接お子さんの状態を見ておこなう診断・治療で
はないので、限界があることをあらかじめご承知く
ださい。

プッシュ回線対応

固定電話、携帯電話

8000

ダイヤル回線からは

☎0985-35-8855

【相談時間】

平日・土曜

午後6時から翌朝午前8時まで

日曜・祝日

午前8時から翌朝午前8時まで

もしもに備えて

★受診のとき持っていくもの

- 子どもの健康保険情報が確認できるもの
- お金 ■ 各医療費受給者証
- 診察券 ■ 母子健康手帳
- お薬手帳（飲んでる薬や薬の名前がわかるもの）
- お子さんの状態がわかるもの
（例：体温などを記録したメモ、便の入ったオムツ）
- 靴（そのまま入院することもあるため）

★持っていくと役に立つもの

- 着替え ■ ビニール袋 ■ オムツ
- タオル、バスタオル ■ ティッシュペーパー
- 待ち時間のためのおもちゃや絵本

※緊急に備えて、これらをひとつのカバンなどに
まとめておくと便利です。

日本小児学会 「ONLINE こどもの救急」

日本小児科学会は、小児の救急外来の受診の目安
を保護者に提供する「ONLINE こどもの救急」を
WEB で提供しています。ぜひご活用ください。

対応言語：日本語、英語、簡体中文、繁体中文

（文書取扱 小林市こども課）

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



症状別対応方法

熱がでた

38度以上の熱で・・・

・次の項目に**1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！**

- | | | |
|--|---|------------------------------------|
| ☐ 生後3か月未満である | ☐ 不機嫌でぐったりしている | ☐ 呼吸がおかしい |
| ☐ 嘔吐（おうと）や下痢を繰り返す | ☐ 顔色が悪く、苦しそう | ☐ 水分を受け付けない |
| ☐ けいれんを起こしている | ☐ おしっこが出ない（とても少ない） | |

こんな時は様子を見ましょう

- ☐ 機嫌よく遊んでいる ☐ 水分や食事がとれている ☐ おしっこが出ている ☐ 発熱以外に重い症状がない



【看護のポイント】

- 呼吸・顔色・機嫌などの異常に注意しましょう
- 脇の下で熱を測るときは、脇の下の汗を拭きましょう
- 水分補給・着替え・換気はこまめに行いましょう
- 室温や衣類・寝具の調整しましょう
- 熱が下がると体は楽になりますが、病原体も活動しやすくなるため、解熱剤は辛そうな時だけ使うようにしましょう

高熱で脳がダメージを受けることはありません。

止まらないけいれんや意識障害、激しい頭痛といった症状は危険です。



けいれん・ひきつけをおこした

けいれんしている時間が・・・

● **5分以上続く** ● **意識の消失** の場合は、**すぐに119番！！**

【注意】

- ・叩いたり揺すらない！
- ・口に手などを入れない！

・5分以内に止まり、意識がある状態

次の項目に**1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう**

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ 生後6か月未満である | ☐ 激しい嘔吐（おうと）をとこなう | ☐ けいれんに左右差がある |
| ☐ ひどく顔色が悪い | ☐ 生後初めてのけいれんである | ☐ けいれんの後、手足にまひが残る |
| ☐ けいれんがおさまっても意識がぼんやりしている | ☐ 半日以内に2度以上繰り返してけいれんを起こした | |
| ☐ 一度眠ってしまったも、目覚めた際普段と様子が違う | | |

こんな時は様子を見ましょう

- ☐ けいれんが1回だけで5分以内 ☐ 目を開けて、周囲の呼びかけに反応したり、泣いたりする



【看護のポイント】

- けいれんの時間の確認と記録（長さ・回数）
- 衣服をゆるめる（呼吸が楽にできるようにしましょう）
- 顔を横に向けて寝かせる（嘔吐物による窒息防止）
- けいれんが止まったら体温を測る（診断の際の参考になります）
- こまめな経過観察（熱・目つき・手足の動き・吐き気など）
- 舌を噛まないようにと、口の中に指やものを入れてはいけません

あわてて抱き上げたり、ゆすったり、頬をたたいたりはいしないでください。

落ち着いて呼びかけ、反応を確かめてください。



※けいれん（ひきつけ）とは

急に体の一部または全身をピクピク・ガクガクさせたり、意識がなくなり白目をむいてグーッと突っ張ったりすることをさします。

急な発熱の際に起こす「熱性けいれん」と、大泣きして起こす「憤怒けいれん」は幼児によくみられます。

吐いた（嘔吐）

何度も吐く

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！

- | | | |
|---|--|---|
| ☐ 生後3か月未満である | ☐ 何も飲ませなくても何回も吐く | ☐ 吐いたあとと元気がない |
| ☐ 激しい泣き方を繰り返す | ☐ 強い頭痛や腹痛をともなう | ☐ ひきつけ（意識障害）を起こす |
| ☐ おしっこが半日くらい出ない | ☐ 大便に血液が混ざっている | ☐ 嘔吐と下痢を何度も繰り返す |
| ☐ 唇や舌（口の中）が乾いている | ☐ 吐いたものに血液（赤）や胆汁（緑色）が混ざっている | |

こんな時は様子を見ましょう。

- ☐ 食欲もあり機嫌もよい ☐ 吐き気がとまった後、水分が飲める ☐ 下痢や発熱がなく、全身状態がよい



【看護のポイント】

- 吐いたものが気管に入らないよう横向きに寝かせる
- 吐き気が強い間は、無理に飲ませない（吐き気止めは医師の指示に従う）
- 炭酸飲料、牛乳、柑橘系飲料（オレンジジュースなど）は飲ませない（吐き気が増すこともあります）
- 吐いたものを始末したら、よく手を洗う（感染の拡大を防ぐ）

吐いた後すぐに水分を与えず、吐き気がとまってから、湯冷ましか薄いお茶または市販の経口補水飲料をスプーンで少しずつ飲ませます。吐かなければ5～10分おきに徐々に量を増やして飲ませ、4～5回飲ませて吐かなければ診療時間内になってから受診しましょう。



【経過の観察】

- 吐いた回数（時間と経過）、吐いた内容の確認
- 腹痛（おなかを触って反応を見る）、下痢の有無
- 体温を測る
- 頭痛や機嫌、意識障害の有無

赤ちゃんの場合で

吐いた後にケロリとしていれば、心配ありません。

幼児の場合で

感染性胃腸炎の時は吐きやすくなります。

下痢をした

便の色、その他の症状をみる

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！

- | | | |
|--------------------------------------|--|--|
| ☐ 脱水症状がある | ☐ 高熱がある | ☐ おしっこの量が少ない |
| ☐ 便が水っぽく白っぽい | ☐ 機嫌が悪く水分がとれない | ☐ 下痢の回数が多い |
| ☐ 便に血液が混ざっている | ☐ 嘔吐（おうと）や強い腹痛がある | ☐ 便が海苔（のり）の様に黒っぽい |

こんな時は様子を見ましょう。

- ☐ 熱もなく、機嫌も良い ☐ 食欲がいつもと変わらず、水分が取れている ☐ おしっこが普段と変わりなく出る



【看護のポイント】

- お腹を冷やさない
- 水分補給を十分にする
- 下痢の回数や便の様子をメモする
- 発熱や発疹の有無を確認する
- こまめな「おしり」のケア（かぶれないようこまめに洗う）
- 自身の手洗い（感染症の可能性もありますので注意します）

下痢はお腹に入った悪いウイルスなどを体外に排出するためにおこります。下痢止めなどで抑えてしまうと、ウイルスなどが腸内で増えて、症状が悪くなることがあります。下痢を無理にとめないことも大切な治療です。



水分補給は、

下痢をしたあと、長くて3時間程度で湯冷ましか薄いお茶または市販の経口補水飲料を与えてください。最初は吐き気を示すことがありますので、多くても20ml程度で様子を見ます。回復期の食事としては、加熱した炭水化物（おかゆ・パン粥・うどんなど）を少量からとりましょう。炭酸・牛乳・柑橘系飲料や、消化されにくい食べ物は避けましょう。

便の色をチェックしよう

※便の色の目安です。色は食事の内容でも変わります

※便が水のように白色の時は感染症が疑われます。黒や赤色の時は上部消化管の出血や腸重積が疑われます。

正常な色   病的な色    正常な色でも、下痢が続くようであれば早めに受診しましょう。

おなかが痛い（腹痛・便秘）

おなかを痛がる

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ 赤い尿がでた | ☐ 大便に血が混じる | ☐ 下痢・嘔吐（おうと）をともなう |
| ☐ おなかが硬く張ってきた | ☐ おなかをかがめて痛がる | ☐ 泣き方が激しく泣き止まない |
| ☐ おなかが痛くて歩けない | ☐ 股のつけねや陰のうを痛がる | ☐ 顔色が悪く、ぐったりしている |
| ☐ 子どもからみて右下腹部を押すとひどく痛がる ☐ 赤ちゃんの場合、激しく泣いたり、間隔を置いて発作的に泣く | | |

こんな時は様子を見ましょう。

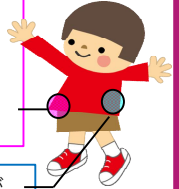
- ☐ 痛みが軽く、我慢できる、歩ける ☐ 排便によって痛みがおさまる

【看護のポイント】

- 自己判断で冷やしたり、温めたり、薬を飲ませたりしない
（おなかに炎症がある場合、温めると炎症を悪化させます）
- 簡単に痛みがとまるようなら、水分を少し飲ませる
（炭酸飲料や牛乳、オレンジジュース等の柑橘系飲料は飲ませない）
- 排便が3～4日ない場合、浣腸を試みましょう（市販のものを含み、年齢相当の用法・用量を守り使用すること）
- 排便で治ることもあるので、一度トイレに行かせてみましょう
便や尿が出たら異常がないかよく観察してください

おなかの右下を痛がる時は虫垂炎（盲腸炎）が疑われますので、発熱・吐き気・激しい泣き方などの他の症状があるか観察してください。

おなかの左上から左下にかけて痛がる時は便秘の可能性があります。



赤ちゃんの場合

話すことができませんので、顔色が悪く、手足を縮めたり体を丸めたりして激しく泣くときは腹痛を疑ってください。

幼児の場合

体調の悪さを腹痛という形で訴える場合があります。おなかのあちこちを軽く押して、どこが痛いかわかるように聞いてください。腹痛以外に原因があったとしても、本人に悪意はありませんので叱ってはいけません。

咳がでる・ぜえぜえする

咳がでる、ゼーゼー・ヒューヒューいう

- ☐ 息が苦しく、しゃべれない。呼吸が極めて困難になっている
- ☐ ぐったりして顔が白く（青く）、くちびるや爪が紫色（青色）

ひとつでもあてはまる場合は、すぐに119番！！

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう

- | | | | |
|---|---------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 咳がひどく、とまらない | ☐ 咳込んで何度も吐く | ☐ 会話や歩行が困難 | ☐ 横になって眠れない |
| ☐ 呼吸が早く浅い。肩で息をする。鼻を膨らます（息苦しそうである） | ☐ 機嫌が悪く水分がとれない | | |
| ☐ 息を吸うと、鎖骨の上やみぞおち、肋間（ろっかん）や喉仏の下が引っ込む | | | |

こんな時は様子を見ましょう。

- ☐ 睡眠・食事・運動がいつもどおり ☐ 横になって眠っている
☐ 医師に指示された薬の吸入や内服で改善する（自己判断による咳止め薬の使用で咳を止めてはいけません）

【看護のポイント】

- 咳や喘鳴（ぜんめい）が激しい時は、部屋を加湿する
（加湿器や湿った洗濯物を干すなどしても効果的です）
- 口や鼻に蒸しタオルをあてる
（タオルの温度と、呼吸ができるように注意しましょう）
- 水分の補給（湯冷ましや薄いお茶など。痰が切れやすくなります）
- 柑橘系飲料（オレンジジュースなど）、牛乳は飲ませない
- 熱が高いとき、呼吸困難があるときの入浴は避け、症状が咳だけのときは軽く入浴し、湯冷めしないよう早く寝かせましょう

急に咳込んだときは口の中に異物（おもちゃやビーナッツのかげらなど）がないか見てみましょう。

10分に1回程のゴホッという咳や、喘鳴（ぜんめい）が聞こえてもスヤスヤ眠れるときは様子をみても大丈夫でしょう。

発熱があるときや、何度も咳込んで吐くようなときは診察を受けましょう。



※ 喘鳴（ぜんめい）とは

鼻から気管支への気道に分泌物や痰（たん）が溜まり、狭くなっているときに聞こえる、ヒューヒュー・ゼーゼーといった音

ブツブツ、痛い・かゆい湿疹・発疹

ブツブツがでた

・次の項目に**1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！**

- ☐ 薬を飲んだ後に出た
- ☐ もりあがったリング状の輪っかがたくさん出てきた
- ☐ 発熱をともなっている
- ☐ 顔やくちびるが腫れぼったい。息苦しく声がかすれる
- ☐ 発疹がどんどん広がる
- ☐ かゆみが強い
- ☐ 機嫌が悪く目が赤い。くちびるも赤く、舌にイチゴのようなブツブツがある
- ☐ 足のヒザから下に暗い紫色の小さな点々が出ている。鼻血や関節痛、腹痛をともなう

上記に、ひとつも当てはまらない場合は、しばらく様子を見て、診療時間内に受診しましょう



【看護のポイント】

- からだを温めない（温めるとかゆみが強くなり、冷やすと楽になります）
- 爪切りや手袋をさせる（患部を掻くと悪化します）
- 清潔を保つ（刺激の弱い石けんを使い、柔らかいスポンジや手で優しく洗い、きちんと洗い流します）

写真が撮影できれば撮影して、受診の時に見せてください。



【経過観察】

- 発疹がでた時の状況（食事、場所、薬の服用等）
- どんな発疹か（形、色、大きさ等）
- 全身状態（顔、くちびる、目、舌、ヒザ下等）
- 発熱の有無
- かゆみ、痛みの強さ
- 発疹の広がり

熱がある・・・感染症であることが多いようです。人にうつる場合がありますので、医療機関受診の際は熱があることを伝えましょう。

熱がない・・・場所により大きさや形の違う淡紅色で蚊にさされたような発疹は、じんましんや虫さされであることが多いようです。皮膚の症状だけであわてて受診する必要はありません。

誤飲・誤食（タバコなど）

異物を飲み込んで・・・

- ☐ **せきがひどく呼吸がおかしい**
- ☐ **嘔吐（おうと）・吐き気が止まらない**
- ☐ **颜色が悪い**
- ☐ **けいれんを起こしている**

ひとつでもあてはまる場合は、**すぐに119番！！**

飲み込んだものが以下に該当する場合、**すぐに医療機関を受診！**

飲み込んだものに対応	水	牛乳	吐かせる
タバコの葉や吸い殻（タバコ2cm以上）	×	×	○
タバコを浸した灰皿や空き缶の汁	○	○	○
医薬品類	○	○	○
芳香剤・消臭剤等	○	○	○
防虫剤（ナフタリン等）	○	×	○
香水・ヘアトニック等	○	○	○
灯油・マニキュア・除光液等の揮発性物質（石油製品）	×	×	×
トイレ用洗剤・漂白剤等の強酸・強アルカリ	○	◎	×
金属・ボタン電池・不明物	×	×	×
水・牛乳：○飲ませる ×飲ませない 吐かせる：指をのどの奥にいれ舌を押し下げる			

落ち着いて周囲を確認し、何ほどの程度飲み込んでいるか確認しましょう。

受診の際は、飲み込んだものの成分がわかる説明書や箱、ビンなどを必ず持参してください。



中毒110番 （公益財団法人日本中毒情報センター）

化学物質（タバコ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによっておこる急性中毒について、実際に事故が発生している場合に限定し情報提供しています。

- ・ 大阪中毒110番（365日24時間対応）
☎072-727-2499
- ・ つくば中毒110番（365日9時から21時対応）
☎029-852-9999
- ・ タバコ誤飲事故専用電話
（365日24時間自動音声応答）
☎072-726-9922



発行 小林市こども課 0984-23-1278

※掲載されている情報は、令和8年5月現在の情報です。内容に不明な点等ある場合には、各担当課にお問い合わせください。