



しもつけっ子

安心子育て ハンドブック

2026-2027

下野市子ども
家庭センター
「ふわり」

下野市安心子育て
サービス 月齢・
年齢ごと早見表

お出かけ
しましょう

妊娠したら

赤ちゃんが
生まれたら

医療機関

相談窓口

子どもを
預ける

こんな時は

必要な支援

下野市 × 株式会社 サイネックス

「しもつけっ子安心子育てハンドブック」は、
電子書籍でもご覧いただけます



とっても便利！

しもつけっ子 安心子育てハンドブック の使い方

「しもつけっ子 安心子育てハンドブック」は、お子さんを授かった方、これから下野市で子育てされる方を応援する様々な情報をまとめたものです。子育て関連施設や子育てカレンダーも掲載していますので、ぜひ毎日の暮らしの中でお役立てください。

利便性

行政情報の内容ごとに大きく見出しをつけることで、どのような情報が掲載されているのか分かりやすく表示。

検索性

各項目を色分けすることで、取り出したい情報の検索性を高める補助的な役割を果たします。

医療機関

市内医療機関

小山地区医師会会員を掲載（順不同）

※受付時間や休診日は各医療機関にお問い合わせください。
※主な診療科目は、小山地区医師会及び各医療機関ホームページより引用しています。

医療機関名	所在地	電話 (0249)	主な診療科目
あんのぎクリニック	仁徳川1518-1	32-6601	内科、消化器科、肝臓内科、内視鏡内科
あかべこどもクリニック	緑5-17-12	40-7300	小児科
かたかへっすクリニック	東跡寺2066-1	39-8987	小児科
カサザ・アレルギー・クリニック	花園1-29-4	40-1337	アレルギー科、皮膚科、リウマチ科、内科、小児科
しもつけクリニック	東跡寺3171-4	32-6331	内科、消化器内科（肝・胃腸・内臓病）、内科、皮膚科、呼吸器科、消化器科、アレルギー科
いずき内科・産婦人科	東跡寺2480-10	40-1260	一般診療、一般不妊治療、産婦人科、アレルギー科
いづきクリニック	東跡寺3154-2	40-1121	一般診療、男性不妊治療、産婦人科
いさひクリニック	緑3-18-16	32-6011	内科（在宅医療）
いずみ内科	東跡寺2472-15	47-1070	アレルギー科、小児科、呼吸器科、皮膚科、リウマチ科
いずみ産婦人科クリニック	東跡寺2221-3	44-6100	産婦人科、小児科、リウマチ科
いもも在宅クリニック	花園1-13-2	39-8732	内科（在宅医療）
西草クリニック	緑2-3291-1	40-0123	産婦人科、内分科、皮膚科、アレルギー科、小児科
西草クリニック	東跡寺6-122	44-6630	産婦人科、アレルギー科、リウマチ科、小児科

バッグにも入るサイズ
だから外出先でも
気軽に調べられます！

「外出先で子どもがケガをした！」「親子で遊びに行ける場所ってどんなところがある？」など、バッグの中に入れておくことで様々な場所で気軽に調べられ、活用できますよ。

行政情報のほかにも、親子でお出かけできる地域子育て支援センター・児童館・公園などの紹介も掲載。

親子で遊びに行ける
お出かけ情報も満載！

たとえ急な病気になっても
お医者さんがすぐ見つかる！

お医者さん・歯科医院のリストを掲載しています。お子さんの急な病気などで困ったときはご覧ください。



\\ こども家庭センター //

「ふわり」



ふわりは、妊娠・出産・子育ての総合相談窓口です。こんな時は、ひとりで悩まず、お電話ください。

初めての妊娠 出産で不安	夜泣きで眠れず 身も心もヘトヘト	誰も育児に 協力してくれない	怒鳴ったり、 たたいてしまう
母乳やミルクは 足りてるかな？	離乳食の進め方が わからない…	子育てがづらい イライラする	こどもの問題行動に 困っている
こどもの発育や 発達が気になる	… ?	… ?	こどもとすこし 離れたたい
思いがけず 妊娠したかも…			近所の家から 怒鳴り声や泣き声が 聞こえて心配

こんな時は
こちらへ
お電話ください

すこやか親子グループ
(0285)32-8921

相談受付	月～金曜日9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
延長窓口	火曜日のみ～19:00まで ※母子手帳交付、出生・転入に 伴う母子保健関係の手続のみ (相談対応は17:00までとなります)

こんな時は
こちらへ
お電話ください

家庭相談グループ
(0285)32-8922

相談受付	月～金曜日9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
------	--------------------------------

ためらわずにご連絡ください

相談には、保健師・助産師・管理栄養士・社会福祉士・心理士等の専門の資格を持った職員や、家庭相談員・女性相談支援員等が応じます。一人ひとり違う悩みに寄り添い、あなたの子育てをサポートします。

下野市健康福祉部
こども家庭センター「ふわり」
〒329-0492 笹原26番地
下野市役所1階(健康福祉部内)

広告

愛泉学園
ASEN GAKUEN
～こどもたちの未来を～

愛泉幼稚園
ASEN Kindergarten

幼保連携型認定こども園
愛泉幼稚園
〒329-0414 下野市小金井4-12-8
☎ 0285-44-7783
FAX. 0285-44-7784

愛泉第二幼稚園
ASEN 2nd Kindergarten

幼保連携型認定こども園
第二愛泉幼稚園
第二愛泉保育園
〒329-0412 下野市柴1403
☎ 0285-44-2838
FAX. 0285-44-2840

下野市委託施設
愛泉ベビーケア
AISEN Baby Care

月曜日～金曜日
午前8時～午後5時
生後6ヶ月～小学3年生(6年生まで応相談)
1時間150円(給食代別途)
認定こども園 愛泉幼稚園

できます! TeOTe (テオテ)

ネットde予約

体調不良児保育
病児保育

お電話 0285.44.7783
栃木県下野市小金井4-12-8

INDEX

1 下野市こども家庭センター「ふわり」

4 下野市安心子育てサービス 月齢・年齢ごと早見表

6 お出かけしましょう

- 地域子育て支援センター 6
- 季節を味わうイベント 8
- 児童館 9
- 保健福祉センター 11
- おすすめの公園 12

15 妊娠したら

- 妊娠届、母子健康手帳の交付 15
- 妊産婦健康診査受診票・新生児聴覚検査受診票・
1か月児健康診査受診票 15
- 妊婦支給給付金(1回目・2回目) 15
- 伴走型相談支援(妊娠8か月頃アンケート・相談) 15
- 子育て支援アプリ「しもつけっ子 すくすくナビ」 16
- フレッシュママ・パパ教室(両親学級) 16
- Hello Babyママパパ個別相談 16
- 個別心理相談 16
- 個別栄養相談 16
- 父子手帳の交付 17
- 予防接種 17
- 妊産婦医療費助成 17
- おもいやり駐車スペース利用証 17
- 国民健康保険 出産育児一時金(直接支払制度) 18
- 国民年金保険料の産前産後期間の免除 18

- 国民健康保険税 産前産後期間における減額届出 18

19 赤ちゃんが生まれたら

- 出生届 19
- 国民健康保険 出産育児一時金
(直接支払制度を利用しない場合) 19
- こども医療費助成 19
- 児童手当 20
- 育児ママ・パパリフレッシュ利用券 20
- 産後ケア事業 20
- 赤ちゃんの健康管理 21
- 新生児訪問・こんにちわ赤ちゃん訪問 21
- 育児・栄養相談事業 21
- 個別心理相談 21
- 乳幼児健康診査等 22
- 2歳児歯科検診 22
- 子育て巡回相談事業 22
- しもつけっ子応援プロジェクト 22
- 予防接種一覧 23

26 医療機関

- 市内医療機関 26
- 市内歯科医療機関 28
- 医者にかかる10箇条 29
- 小山医療圏(小山市・下野市・野木町・上三川町)の
救急医療体制 29
- みんなで救急医療を守ろう！ 30
- 皆さまへ3つのお願い 30
- 役立つ情報一覧 30
- 小山医療圏(小山市・下野市・野木町・上三川町)の
救急医療情報 30
- 電話相談・一次(初期)救急医療機関 30
- お子さんの体調が悪いときは... 32

— 広 告 —



信頼と安心の産婦人科提携サロン

ママとアロマ

**マタニティ & 産後のための
アロマセラピーサロン**

HPをご覧ください



赤ちゃんと来られる託児付

産後1カ月~どうぞ!!

マタニティアロマは臨月もOK

産後ママはもちろん、妊婦様も安心してケアを受けられるアロマサロンです

2 しもつけっ子 安心子育てハンドブック

33 相談窓口

子育てに悩んだら(相談窓口一覧)

どんなことでもお話ししてみましょう	33
●妊娠・出産・育児相談	33
●乳幼児健康相談・発達相談・栄養相談	33
●個別心理相談	33
●児童家庭相談	33
●児童家庭相談(栃木県児童相談所の受付)	33
●テレホン児童相談	33
●児童家庭相談 (栃木県児童家庭支援センターの受付)	34
●就学相談、いじめや不登校、学校に関する事	34
●DV(女性相談)ホットライン	34
●DV相談	34
ライフステージごとの相談窓口一覧	35
●未就園児	35
●保育園・認定こども園・幼稚園児	35
●教育・保育施設・小・中学校及び義務教育学校に 在籍する年長児童生徒	35
●DV相談	36
●ストップ!児童虐待	37
●みんなで守ろう!こどもの笑顔☆	37
たかが夫婦げんかと思いませんか?	38
愛の鞭(むち)をやめて、こどもを健やかに 育みましょう。	38

39 こどもを預ける

●その他のサービス・施設	39
●下野市内の教育・保育施設	40
●教育・保育施設等で利用できる子育て支援事業	40
●「子ども・子育て支援制度」について	41
下野市内の教育・保育施設	42
●1.認可保育園一覧	42
●2.認定こども園一覧	43
●3.幼稚園一覧	45

●4.地域型保育事業(小規模保育事業B型)	46
●5.認可外保育施設	46
●6.学童保育室	47
●民間学童保育室	47
●7.ファミリー・サポート・センター	48
●8.子育て短期支援事業(ショートステイ)	48

49 こんな時は

子どもの病気が治りかけたが、仕事に行かないと…	49
●病後児対応型	49
子どもの具合が悪く昨日受診した。熱はあるが 食欲はあり、おう吐・下痢等もなく症状は安定している。 今日はどうしても仕事に行かないと…	50
●病児対応型	50

51 必要な支援

手当について	51
●障害児福祉手当	51
●特別児童扶養手当	51
●難病患者等福祉手当	52
医療給付について	52
●養育医療給付	52
●育成医療給付	52
●難病医療費助成制度・ 小児慢性特定疾病医療費助成制度	52
障がい児へのサービス給付について	53
●児童福祉法によるサービス	53
●地域生活支援事業によるサービス	53
●児童発達支援・放課後デイサービス施設	54
●ひとり親家庭のために	55

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 —

楽しさいっぱいのECCジュニアで!!



ECCジュニア 仁良川教室

下野市仁良川1636-36-11

- 土曜クラスもあります
- 各種資格試験対応
- さんすう・計算コースあります

TEL.
0285-36-3322



英語・英会話
生徒募集!!



下野市安心子育てサービス 月齢・年齢ごと早見表

下野市安心子育てサービス 月齢・年齢ごと早見表

健康・
予防接種等

申請・提出等

市のサポート

胎児期

妊娠

- 妊産婦健康診査 -P15
- RSウイルス
(母子免疫ワクチン) -P17
- 風しん予防接種助成 -P17

新生児期

出産

新生児聴覚検査
産後2週間健診
産後1か月健診
1か月児健診 -P15

乳児期

1ヶ月

2ヶ月

3ヶ月

4ヶ月

4か月児
健診
-P22



- 妊娠届、母子健康
手帳の交付 -P15
- 妊婦支援給付金
(1回目・2回目) -P15
- 妊産婦医療費助成 -P17
- おもいやり駐車スペース
利用証 -P17
- 出産育児一時金 -P19
- 妊娠8か月アンケート
-P15
- 父子手帳の交付 -P17

児童手当 -P20

国民年金保険料の産前産後期間の免除 -P18
(出産予定日の6か月前から)

国民健康保険税 産前産後期間の減額 -P18
(出産予定日の6か月前から)

こども医療費助成 -P19

育児ママ・パパリフレッシュ利用券 -P20 ※生後3か月～1歳児未満

出生届出時、「お誕生連絡票」の提出(面接)
「お誕生セット」等の配布

マイナンバーカードの発行申請

- 電話相談 -P33
- 妊婦訪問 -P33
- フレッシュママ・パパ教室
(両親学級) -P16
- Hello Baby ママパパ
個別相談 -P16
- 個別心理相談 -P16
- 個別栄養相談 -P16
- 伴走型相談支援
(妊娠8か月頃
アンケート・相談) -P15

産後2週間

電話相談 -P33

こんにちは
赤ちゃん訪問 -P21

見守り訪問
+おむつ券交付
-P22

新生児訪問 -P21

・育児・栄養相談事業(電話・来所・訪問) -P21 ・個別心理相談 -P21

・産後ケア(宿泊型・通所型・訪問型) ※1歳まで -P20

・地域子育て支援センターつくし・ゆりかご・みるく※就学前まで -P7
・児童館(南河内・国分寺東・国分寺駅西・国分寺姿西・石橋)

— 広 告 —



ましやま

増山デンタルクリニック

歯科・小児歯科
歯科口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:30	●	●	●	/	●	●	/	/
15:00～18:30	●	●	●	/	●	▲	/	/

▲土曜の午後の診療を16:30までとさせていただきます。 ※祝日のある週は木曜日も診療します。

休診日 日曜・祝日・木曜

小金井4-5-2(国道4号沿い)

☎ 0285-40-8204



5ヶ月

6ヶ月

10ヶ月

1歳

幼児期

2歳

3歳

4歳

5歳

児童

6歳

予防接種 **P23**

10か月児
健診
P22

1歳6か月児
健診
P22

2歳児
歯科検診
P22

3歳児
健診
P22

5歳児
健診
P22

就学児
健診

※お誕生セット等について

乳幼児健診カレンダー、子育てハンドブック、救急ガイドブックが入った「**お誕生セット**」と予防接種ガイドブック、予防接種予約票等が入った「**予防接種セット**」を出生届出時にこども家庭センター窓口でお渡しします。

しもつけっ子 応援プロジェクト

おむつ券交付
(10か月健診時)
P22

【就学以降】

- ・学童保育 **P47**
- ・就学援助制度 **P55**
- ・学校教育サポートセンター **P35**

・子育て巡回相談事業 **P22**

・子育て短期支援事業(ショートステイ)※18歳まで **P40**

ファミリー・サポート・センター **P39** ※生後6か月～小学生以下まで

・保育園、幼稚園、認定こども園※0歳～就学前まで **P42**
※0歳児から18歳未満 **P9～11**

下野市安心子育てサービス月齢・年齢ごと早見表

下野市内のお母さんへ 家族の行事に思い出あふれる空間を

源天割身盛り合わせ

お祝い初め

お誕生日祝い

地蔵の集まり

役買・法事

新刺身

焼き鳥盛り合わせ

サブライスクーキ

お座敷半個室

ソファ個室

榻榻み個室

お子様のイスもご用意

個室は2室のみ ご予約はお早めに

Instagram 更新中!

QRコード

スタッフ集団が本気でエンターテインメント

魚屋食処 源天

下野市川中子 3328-2

ご予約受付時間 10:00～21:00

全てのご予約はこちらまで

※休日・月曜日

営業時間

ランチ ■平日祝日 11:30～14:00 (13:30ラストオーダー)

ディナー ■平日 17時～22時 (21時ラストオーダー)

■週末 17時～23時 (22時ラストオーダー)

※状況次第変更あり

☎0285-44-9448

しもつけっ子 安心子育てハンドブック 5



地域子育て支援センターは、 就学前のお子様と保護者が気軽に遊びに来て、 安心して過ごせるスポットです

お出かけしましょう

- 同じ年の子どもやお母さんたちとかかわりたい…
- 保育施設や一時預かりなどの情報を知りたい…
- 相談できる相手が近くにいない…
- 子育ては初めて、分からないことばかり…



など、子育てに悩んだり不安に思ったりしている方に少しでもお手伝いできればとの思いで、支援センターがあります。

支援センターでは、保育士と歌ったり、踊ったり、手遊びしたり、絵本を見たり、季節の制作をしたり、みんなでいろいろな遊びを楽しんでいます。また子育てに関する講座や関連情報もあります。

親子でリフレッシュするスポットとしても気軽に利用できます。

支援センターに来てみませんか？支援センターは、みなさんと一緒に子育てを楽しみ、応援していく施設です。

— 広 告 —

●●●●●●●●●●●●●●●● お子さんの視力、大丈夫ですか？ ●●●●●●●●●●●●●●●●

弱視の治療は「9歳まで」がタイムリミット 弱視は、**早期に発見・治療**すれば治る病気です



医療法人社団 寿北会

まきた眼科
石橋院

下野市下古山88-1 TEL.0285-53-8222



HPは
こちら



窓口受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	●	●	休	●	●	●	休
14:15～17:30	●	●	休	●	手術	●	休

診療科目：眼科、小児眼科

※当院で初めてコンタクトレンズを装着される方の受付は、午前11:00まで、午後は17:00までとなります。

◎金曜日は午後は手術日のため、外来診療は行っておりません。



🚩 ゆりかご

ゆりかごでは、リトミック・英語遊び・造形教室・親子ヨガなど親子で楽しめる活動をたくさん行っています。ゆりかごに遊びに来てくださいね♡



🚩 つくし

中庭に砂場やすべり台があり、戸外遊びも楽しめます。また、親子でふれあい楽しめる行事が盛りだくさんです。ぜひ遊びに来てください。



お出かけしましょう

🚩 みらく

身体測定や親子ヨガ、季節の制作などを行っています。親子でさまざまな活動に参加し、この時期ならではの楽しい思い出を作りに来てください。



施設名	開所時間	休園	住所	電話番号
つくし	9:00~12:00 13:00~16:30	土・日・祝日年末年始	小金井789 (保健福祉センターゆうゆう館内)	43-1233
ゆりかご	9:00~15:30	土・日・祝日年末年始	薬師寺1584-6 (あおば保育園内)	48-5530
みらく	9:00~15:30	土・日・祝日年末年始	下古山3025-1 (認定わかばこども園内)	39-6305

— 広 告 —

社会福祉法人
内木会

の子育て支援センターで

みんなであそぼ

子育てを楽しもう！

子育てが楽しくなる場所

- * あおば保育園
子育て支援センター ゆりかご
- * 認定わかばこども園内
子育て支援センター みらく

新米パパもママも
マタニティさんも
大歓迎！

日々の
イベント情報など
はこちらをチェック！

子どもを笑顔で
繋がる子育ての
輪を広げよう！

季節を味わうイベント



天平の花まつり

桜の名所、天平の丘公園は、3月末頃から4月までの約1か月間、多種多様な桜を楽しめるスポット。出店やステージイベント、ロードトレイン・ミニ新幹線の運行があり、家族連れで楽しむことができます。

時期 3月～4月 場所 天平の丘公園

東の飛鳥 芋煮会

直径2.5mの大鍋で、下野市産のサトイモ・長ネギ・ゴボウのほか、生産量日本一を誇るかんぴょうなどを使い、約3,000食分の芋煮を調理します。前売り券のほか当日券を販売。毎年短時間で完売する、人気のふるさとの味です。

時期 11月 場所 天平の丘公園



天平マラソン大会

日光連山から吹き下ろす風に負けず、自己ベスト更新を目指し、ランナーが駆け抜けます。平坦で走りやすいコースは親子にも人気です。

時期 1月 場所 天平の丘公園

ともしび 灯プロジェクト

しもつけ燈桜会

時期 7月 場所 天平の丘公園

天平年間に建立された下野国分寺には、灯明皿(とうみょうざら)に明かりを灯して仏に国の安寧を祈願する「梅過会(けかえ)」という行事がありました。これを現代風にアレンジし、カップ型灯籠約6,000個の明かりが幻想的な雰囲気を出します。



エゴマ灯明の会

時期 9月 場所 下野薬師寺跡

古代の下野薬師寺では、明かりを灯して仏に供養する「万燈会(まんどうえ)」が執り行われていました。当時と同様にエゴマ油を燃料としています。月明かりのもと灯明の幽かな光に包まれながら、秋の夜を過ごすことができます。



— 広 告 —

郷土を愛し、愛される企業を目指し、私たちはさらに歩み続けます。



総合建設業
株式会社小林工業

〒329-0511 下野市石橋253 TEL.0285-53-0633

URL : <https://www.kobayashikogyo.com/>



児童館



児童館は、0歳児から18歳未満の子どもたちが安全・安心に集える施設で、遊びの場と遊びを提供し、子どもたちが心身ともに健やかに成長できるようお手伝いをしています。

異なる年齢間で遊んだり、地域の方と季節の行事を一緒に楽しむことで、人とかかわり方やルールを学ぶことは、子どもたちが成長するために重要なことです。

未就園児向けの親子教室、絵本の読み聞かせやリズム遊び、季節の行事などを通して、親子間のコミュニケーションのお手伝いもしています。

登録制と自由参加がありますので、児童館にお問い合わせください。

子育てに関する相談にも応じています。一人で抱え込まないで相談しましょう！

ぜひ、お子様と一緒に遊びに来てください！

対象 0歳児から18歳未満の児童 ※乳幼児は保護者と一緒にご来館ください。

時間 9:00～17:00 **休** 日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)



施設名	住所	電話番号
南河内児童館	緑3-5-4	44-8420
国分寺東児童館	駅東7-4	44-2604
国分寺駅西児童館	小金井5-22-1	44-0786
国分寺姿西児童館	国分寺1599-2	44-9318
石橋児童館	石橋629-1	52-1129



お出かけしましょう

— 広 告 —

(有) 添野工務店



栃木県下野市柴271-7

TEL: 0285-48-0110

活動のひとコマ



南河内児童館

週1回の親子教室では、ふれあい遊びや季節の制作、講師による食育講話や親子ピクスなど、楽しい内容をたくさん企画しています。



国分寺東児童館

館内には絵本、ままごとセット等があり、好きな遊びを見つけ、広いホールで体を動かして楽しく遊べます。



お出かけしましょう



国分寺駅西児童館

児童館に併設している公園で地域の皆さんからルールを教わりながらグラウンドゴルフを楽しめます。



— 広 告 —

お子様カット

幼児もOK♪

経験豊富な女性美容師が丁寧にカットさせていただきます♪

お花がいっぱいの
店内です!



赤のキッズカー
あります!

一度見たら
忘れられない外観!



美容室Beans

☎0285-44-7204

ご予約は
お電話から!!

下野市柴1026-1

※ご予約の連絡は土・日・月・火のみ承っております。





国分寺姿西児童館

小学生行事「親子DE生け花」

講師の方に本格的なアドバイスを
受けながら、素敵な作品をつくる
ことができます。

石橋児童館

親子教室「楽しい音楽会」

童謡やアニメの曲に合わせて一緒
に歌ったり、踊ったり楽しいひと時を
すごせます。



お
出
か
け
し
ま
し
よ
う

保健福祉センター

各種健診・両親学級などは、保健福祉センターで行っています。詳しい行事
予定などは健康増進課(☎32-8905)へお問い合わせいただくか、市ホーム
ページをご覧ください。

おさまの健診・両親学級はこども家庭センター(☎32-8921)へお問い合わせく
ださい。

きらら館

所在地 下古山1220



ゆうゆう館

所在地 小金井789



広 告



そろばん

さんすう

キッズ

英語

国語

算数が苦手なで困っている お子さんでも救いたい! その熱意で50年

そろばん さんすう キッズ 育脳トライアル

SSK 育脳教室

幼児～一般

無料体験教室受付中!

授業料【入学金】5000円
【月謝】8000円(教材費別途)

考える力

自主学習をする力

自分でやり抜く力

社会にでてから活躍できる子を育てる

SSK育脳教室 検索

◆(下野市川島教室) 旧吉田東小学校東側

事務局: 下野市中川島5-2 ☎090-8163-1297

書ききれない
熱意はHPで!



おすすめの公園

祇園原公園

自治医大駅から東に約600m、住宅地の中にある公園。竪穴式住居、ブランコ、ジャングルジム、3段鉄棒など。

所在地 祇園3-4 砂 ト 水 駐



諏訪山公園

自治医大駅から南東に約600m、恐竜のモニュメントがある、通称恐竜公園。複合遊具、滑り台、ブランコなど。

所在地 緑1-2 砂 ト 水 駐



別処山公園

市南東部の田園地帯にある公園。コンビネーション遊具、ブランコ、滑り台、動物型置物遊具など。

所在地 絹板611-1 砂 ト 水 駐



— 広 告 —



**お車のこと
ご相談ください!!**

・私たちが元気に明るく接客させていただきます!
・ゆっくりできて、安らぎを感じる商談ルームであなたのお車選びを!
・下野市役所前に移転した新店舗でお待ちしております!

新車
未使用車

中古車
オークション

トータル
カーライフ
サポート

下取り・買取り

車検・点検

取付・施工

修理・钣金

ロード
サービス

レンタカー

WING 株式会社SBS ウイング

下野市医大前1-8-2
0285-40-1246



砂 … 砂場 ト … トイレ 水 … 水飲み 駐 … 駐車場



姿川アメニティパーク

石橋中そばの姿川沿いにあり、童話の世界を思わせる赤い風車が目印。堤の桜並木は見事。

所在地 石橋1119-1 ト 水 駐



三王山ふれあい公園

ふれあい館から道路を挟んだ東側。キャンプサイト(有料)、ドッグラン(有料)、築山、芝生広場、各種遊具、木漏れ日の降り注ぐ森林散策路などがあり、自然に囲まれている。

所在地 三王山700-1 ト 水 駐



グリムの森

雑木林を活かした公園とドイツをイメージして造られたグリムの館。自然を体験できるイベントを開催。冬はイルミネーション。遊具あり。

所在地 下古山747 ト 水 駐

大松山運動公園

広場、各種遊具、運動場、図書館もある公園。市街地にあり、ウォーキングを楽しむ市民が多い。スポーツ交流館もあり、スポーツ活動の拠点。

所在地 大松山1-7-2 ト 水 駐



お出かけしましょう

— 広 告 —



一般社団法人

にこにこ保育園



小規模保育事業B型

少人数制の保育園の良さを活かし、子ども達1人ひとりに対してのかかわりや成長を大切にしています

下野市上大領313-40 ☎0285-37-6942

開園時間/月～金 7:00～18:00

土曜保育：利用児童に応じて実施予定

見学・一時保育もお気軽に問合わせください



対象
2ヵ月～2歳

ひのきを使用した
机や斜面の
遊具

砂 … 砂場 ト … トイレ 水 … 水飲み 駐 … 駐車場



天平の丘公園

園内に史跡下野国分寺跡・尼寺跡や資料館がある。食事ができる古民家カフェや大型遊具もあり、平地林が広がる歴史や自然を満喫できる公園。

所在地 国分寺993-1 ト 水 駐

葛巻(つるまき)公園

姿川沿いの水辺公園。遠くまで見渡せる築山とローラー滑り台、ブランコ、ターザンロープ、複合遊具、キャンプサイト(有料)、研修棟(有料)、花広場などがある。

所在地 箕輪420-2 ト 水 駐



けんこう広場

コンビネーション遊具、健康(ストレッチ)遊具あり。トイレは隣接のコミュニティセンターへ。

所在地 柴896-1 ト 水 駐



日砦公園

小金井駅から西へ約500m。ブランコ、滑り台、ジャングルジム、シーソー、鉄棒など遊具多数。トイレは公園内の児童館へ。

所在地 小金井5-22-1 砂 ト 水 駐

— 広 告 —

小さなお子様がいるご家庭も！

大工工事

塗装工事

内装工事

お家のお掃除
(ハウスクリーニング)

電気工事

まずはお気軽にお問合せください。訪問・御見積無料！

▼お問い合わせはこちら

0285-38-7820

〒329-0502 下野市下古山3198

お家のこと
まるごと
対応できます!!

Liberty Home
リバーティーホーム

@LIBERTY_HOME24

妊娠したら



妊娠から出産に至るまでの時期は、女性の体や心に大きな変化が起こります。赤ちゃんが生まれてくるまで、夫婦や家族で協力しながら、健やかな妊娠期を過ごしましょう。

▶ 妊娠届、母子健康手帳の交付

問 こども家庭センター ☎32-8921

母子健康手帳は、妊娠・出産・育児に関する記録帳です。妊産婦健康診査や乳幼児健康診査、予防接種などを受ける時に必要です。

- **手続き** しもつけオンラインサービスより予約し、こども家庭センター窓口へ母子健康手帳交付は予約制になります。詳細はホームページをご参照ください。交付後に妊産婦医療費助成(P17)の手続きもご案内します。

必要なもの 妊娠届出書・個人番号確認書類

※代理人申請の場合は、委任状及び代理人の身分証明書

▶ 妊産婦健康診査受診票・新生児聴覚検査受診票・1か月児健康診査受診票

問 こども家庭センター ☎32-8921

母子健康手帳の交付を受けた方には、公費負担による14回分(多胎児は19回分)の「妊婦健康診査受診票」と2回分の「産後健康診査受診票」と「新生児聴覚検査受診票」「1か月児健康診査受診票」を交付します。公費負担の限度額は、妊婦健康診査については、1回目 が20,000円、8回目 が11,000円、11回目 が9,000円で、その他の回は5,000円、新生児聴覚検査及び産後健康診査、1か月児健康診査については5,000円です。その金額を超えた部分は自己負担となります。

▶ 妊婦支援給付金(1回目・2回目)

問 こども家庭センター ☎32-8921

妊娠期から子育て期にわたり安心して出産・子育てができるよう、相談やサービスの紹介などの支援とともに、「妊婦支援給付金」を2回に分けて給付します。

- **手続きの時期** 1回目 妊娠届出の面談時
2回目 妊娠8か月頃の面談時
- 支給対象者** 妊婦
- 給付額** 1回目 5万円 2回目 胎児の数×5万円
- 必要なもの** 妊婦名義の通帳(口座番号が確認できるもの)のコピー・本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)のコピー

▶ 伴走型相談支援(妊娠8か月頃アンケート・相談)

問 こども家庭センター ☎32-8921

体調や出産準備、産後のことについての情報提供とアンケートを実施します。

また、妊婦支援給付金のお手続き時に、面談を実施します。

- **対象** 妊娠8か月頃の妊婦とご家族

妊娠したら

▶子育て支援アプリ「しもつけっ子 すくすくナビ」

問 こども家庭センター ☎32-8921

お子さんの成長記録の保存や市からのお知らせ配信、予防接種スケジュール管理など妊娠期から子育て世代まで役立つ機能が満載のアプリです。

利用料金は無料ですので、ぜひご利用ください。



ホームページ

▶フレッシュママ・パパ教室(両親学級)

問 こども家庭センター ☎32-8921

出産を控えたママやパパのために、安心して出産が迎えられ、赤ちゃんとの生活が楽しく送れるよう、保健師や助産師による両親学級を実施しています。

●対象 出産を控えたママ・パパ

●手続き しもつけオンラインサービスにて事前予約

▶Hello Babyママパパ個別相談 問 こども家庭センター ☎32-8921

出産を間近に控えたママ・パパの疑問や不安などの相談を個別にお受けします。

●対象 出産を控えたママ・パパ

●手続き こども家庭センター(要電話予約)

▶個別心理相談

問 こども家庭センター ☎32-8921

公認心理師・臨床心理士による妊娠から出産、育児についての個別相談を実施します。

●対象 妊娠中の方、就学前のこどもを養育している保護者

●手続き こども家庭センター(要電話予約)

▶個別栄養相談

問 こども家庭センター ☎32-8921

管理栄養士による、妊娠中の食事、離乳食、幼児食についての個別相談を実施します。

●対象 妊娠中の方、就学前のこどもを養育している保護者

●手続き こども家庭センター(要電話予約)

— 広 告 —

安産と子育ての神様



詳しくは 薬師寺八幡宮 で 検索

安産祈願・初宮参り
七五三参り・十三参り

御社殿(栃木県指定有形文化財)

薬師寺八幡宮

ご祈祷 9:00~16:00(要予約)
下野市薬師寺1505 ☎ 0285-48-0139



▶ 父子手帳の交付

問 こども家庭センター ☎32-8921

お父さんの家事・育児を応援するために、これからお父さんになる方を対象に、「父子手帳」を配布しています。この手帳に、市で実施する「フレッシュママ・パパ教室」の出席等の記録を行っています。

▶ 予防接種

問 健康増進課 ☎32-8905

妊娠期などの予防接種は以下のとおりです。詳しくは市HPをご確認ください。

ワクチンの種類	対象者	助成額
定期接種 RSウイルス (母子免疫 ワクチン)	妊娠28週0日から36週6日に至るまでの方	●費用は無料です ※妊娠毎に1回
任意接種 風しん	19歳以上で、抗体検査により抗体値が低値であるいずれかに該当する方 ①妊娠を予定または希望している49歳以下の女性 ②①の配偶者 ③妊娠している方の配偶者	●風しんワクチン:1回 3,000円 ●麻しん風しん混合ワクチン(MR):1回 5,000円 ※助成は生涯1回

妊娠したら

▶ 妊産婦医療費助成

問 社会福祉課 ☎32-8902

母子健康手帳の交付を受けた月の初日から、出産(流産)した月の翌月末日までの医療費(保険診療分のうち、附加給付や高額療養費等を差し引いた額)を助成します。

●手続き 社会福祉課窓口

必要なもの マイナ保険証(資格確認書または資格情報のお知らせ)・母子健康手帳・妊産婦名義の通帳

▶ おもいやり駐車スペース利用証

問 社会福祉課 ☎32-8900

店舗や病院などの施設に用意されている妊婦等優先の駐車スペースを利用するための利用証の交付をしています。

●対象 妊娠7か月から産後1年の方 ※多胎児の場合、妊娠6か月から産後2年の方

●手続き 社会福祉課窓口

必要なもの 母子健康手帳

— 広 告 —



Amie助産院

下野市の助産院

Amie助産院

私たちの想い

私たちの助産院は、妊娠・出産・育児に関する悩みを、いつでも気軽に相談できる「身近な存在」でありたいと思っています。頑張るママを決して一人にせず、心と体の両面から寄り添うケアを提供。安心して話せる場所、頼れる人がいることが、育児の力になります。産後ケアは、宿泊・日帰りのご利用ができます。

受付時間 9:00~17:00(分娩対応あり)
休診日:日曜、祝日 駐車場無料 8台あり

詳しくはHPをご覧ください!



下野市仁良川1335-1
TEL.0285-42-5856

▶ 国民健康保険 出産育児一時金(直接支払制度)

問 市民課 ☎32-8895

国民健康保険に加入中の方が、出産される医療機関等で手続きを行うことにより、国民健康保険から医療機関に直接、出産育児一時金が支払われます。これにより出産にかかるまとまった費用を事前に用意する必要がなくなります。

●対象

国民健康保険に加入中で出産予定の方(会社を退職後、6か月以内に出産予定の方は、以前加入していた健康保険から出産育児一時金が支給されますので、ご相談ください。)

●手続き

出産される医療機関にてマイナ保険証等を提示のうえ手続きしてください。

※社会保険等に加入の方は、加入保険にお問い合わせください。

▶ 国民年金保険料の産前産後期間の免除

問 市民課 ☎32-8895 または、栃木年金事務所 ☎0282-22-4131

国民年金第1号被保険者の方が出産した際に、出産月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は出産月の3か月前から6か月間)の国民年金保険料が免除されます。

●対象 妊娠85日以上の出産で、国民年金第1号被保険者の方

●手続き 市民課窓口

※届出は出産予定日の6か月前から受け付けられます。出産後も届出が可能です。

必要なもの 本人確認書類

※出産前の届出の場合は母子健康手帳等出産予定日の分かるもの

※出産後の届出で、子と別世帯の場合は、出産日と親子関係を明らかにする書類

▶ 国民健康保険税 産前産後期間における減額届出

問 税務課 ☎32-8891

産前産後期間相当分(4か月)の所得割額と均等割額が免除されます。(多胎妊娠の場合は6か月分) 出産予定日の6か月前から届出ができます。出産後の届出も可能です。

※減額をうけるためには、納税義務者(世帯主)から届出が必要です。

●対象 国民健康保険に加入中のお産予定の方、または出産されている方で、妊娠85日以上のお産が対象です。

●手続き 税務課窓口

必要なもの 減額届出書・本人確認書類・母子手帳など出産予定または出産日や、単胎妊娠または多胎妊娠が確認できる書類、出産後に届出を行う場合は、親子関係を明らかにする書類

赤ちゃんが生まれたら



▶ 出生届

問 市民課 ☎32-8897

出生日から14日以内に出生届を出してください。戸籍に記載されるお子様の名前のフリガナは、一般的な読み方として認められるものです。詳しくは法務省HPをご覧ください。

- 手続き 市民課窓口
必要なもの 出生証明書・母子健康手帳

▶ 国民健康保険 出産育児一時金(直接支払制度を利用しない場合)

問 市民課 ☎32-8895

国民健康保険の加入者が出産した場合、世帯主に支給されます。

- 対象 妊娠85日以上の出産で国民健康保険に加入の方(社会保険等から支給される方は除く)
- 手続き 市民課窓口
必要なもの ・マイナ保険証(資格確認書または資格情報のお知らせ)
・本人確認できる書類・出生が確認できる証明書、分娩に係る領収書

※社会保険等に参加の方は、加入保険にお問い合わせください。

▶ こども医療費助成

問 社会福祉課 ☎32-8902

子どもの誕生日(転入日)から、18歳に達する日以後の最初の3月31日(転出日)までの医療費(保険診療分のうち付加給付や高額療養費等を差し引いた額)を助成します。

- 対象 18歳到達後の最初の3月31日までのお子様を養育している保護者
- 手続き 社会福祉課窓口
必要なもの 子どものマイナ保険証(資格確認書または資格情報のお知らせ)・保護者名義の通帳

赤ちゃんが生まれたら

— 広 告 —





七五三参り



安産・初宮
方位除け・厄除け

下野星宮神社

下野市下古川1530 TEL.0285-53-1706



X (Twitter) Instagram

▶ 児童手当

問 子育て応援課 ☎32-8903

高校生年代までの子どもを養育している方に手当を支給します。

- **対象** 18歳到達後の最初の3月31日までの子どもを養育している保護者
- **手続き** 出生届(転入届)後、子育て応援課窓口
必要なもの 保護者名義の通帳・マイナ保険証(資格確認書または資格情報のお知らせ)・個人番号確認書類
※公務員の方は勤務先での手続きとなります。

▶ 育児ママ・パパリフレッシュ利用券

問 子育て応援課 ☎32-8903

在宅乳幼児を養育する保護者が、リフレッシュのために一時的な保育サービス(一時保育)を利用できる利用券を、発行します。(令和9年3月末で事業を終了します。)

- **対象** 保育園等に入園していない、生後3か月から1歳未満の健康な乳児を養育している方
- **施設** あおば保育園、むつみこども園、第二愛泉幼稚園、認定わかばこども園、愛泉幼稚園、第二薬師寺幼稚園、薬師寺幼稚園、グリム保育園、野ばら幼稚園、石橋幼稚園、わかくさ保育園、認定みらいこども園、薬師寺幼稚園分園、吉田保育園、認定こがねいこども園
- **手続き** 子育て応援課窓口

▶ 産後ケア事業

問 こども家庭センター ☎32-8921

退院後の母子に対して心身のケアや育児のサポート等を宿泊型・通所型(1日、半日)・訪問型で行います。

- **対象** 下野市民で出産後1年未満のお母さんと赤ちゃん(宿泊型のみ生後4か月以下)で出産後に心身の不調、または育児不安がある方、産後の経過に応じた休養や育児のサポートが受けられない方など
- **その他** 利用施設、サービス内容など詳しくはお問い合わせください。

赤ちゃんが生まれたら

下野市は、当市の歴史的特性を**東の飛鳥**と名付け、
シティプロモーションに取り組んでいます。

1,500年前の飛鳥時代から、下野市は自然災害が少なく、とても住みやすい(くらしに**ウツツケ**な)場所でした。

そのため、東国を代表する史跡等が多数所在し、その価値は奈良県の飛鳥地方と並ぶほどといわれており、歴史文化の特性を東の飛鳥と名付けました。

東の飛鳥プロジェクトご紹介ページ



赤ちゃんの健康管理

▶ 新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問

問 こども家庭センター ☎32-8921

生後4か月未満の乳児がいる家庭を助産師や保健師が訪問し、不安や悩みを聞き、子育てに関する情報提供等を行います。

●対象 出生届時に提出していただいた「お誕生連絡票」をもとにご連絡します。

▶ 育児・栄養相談事業

問 こども家庭センター ☎32-8921

親子の育児に関する不安を聞き、乳幼児の心身の成長・発達を支援していくため保健師、助産師、管理栄養士が個別に相談をお受けします。

●対象 就学前の乳幼児で相談を希望する方

●実施月 日時は広報紙、ホームページ等を参照。

●費用 無料

▶ 個別心理相談

問 こども家庭センター ☎32-8921

臨床心理士、公認心理師による、育児等についての個別相談を実施します。

●対象 就学前のこどもを養育している保護者

●実施月 日時は広報紙、ホームページ等を参照。

●費用 無料

赤ちゃんが生まれたら

— 広 告 —



まざあーずへいぶん佐藤助産院

●産後ケア ●乳房ケア ●ショートステイ

へいぶん(haven)とは、
安息所の意味です。
そんな心身ともにリラックスできる場所
ありたいと思っています。

TEL.0285-44-3603 下野市薬師寺3178-10



▶ 乳幼児健康診査等

問 こども家庭センター ☎32-8921

4か月・10か月・1歳6か月・3歳・5歳児健診

- **受診方法** 対象者宛に個別通知します。日程は市広報、ホームページをご参照下さい。
- **費用** 無料

▶ 2歳児歯科検診

問 こども家庭センター ☎32-8921

市内の歯科医療機関にて、歯科検診等を行います。

- **対象** 2歳児に達するお子さん
- **受診方法** 対象者宛個別に通知します。
- **費用** 無料

▶ 子育て巡回相談事業

問 こども家庭センター ☎32-8921

お子さんの発育発達や育児に関する心配事を、公認心理師、臨床心理士、管理栄養士、子育て支援センター保育士等が個別で相談をお受けします。

- **対象** 就学前の親子
- **実施月** 「つくし」「ゆりかご」「みるく」各子育て支援センターにて実施。日時は市広報、ホームページ、各地域子育て支援センター月間予定表等を参照。
- **費用** 無料

▶ しもつけっ子応援プロジェクト

問 ①②について こども家庭センター ☎32-8921

乳幼児おむつ券について 子育て応援課 ☎32-8903

乳児の成長過程や養育状況を確認するため、助産師や保健師による継続的な見守りを行います。

- **実施時期等** ①こんにちは赤ちゃん訪問の概ね1か月後に訪問(見守り訪問)
②10か月児健診時
- **その他** 上記①②の際に、乳幼児おむつ券(20,000円相当)を交付します。

— 広 告 —



バンビキッズデンタル

小児歯科・小児矯正

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:20~12:40	★	●	●	—	●	●	▲	—
14:20~18:20	★	●	●	—	●	※	※	—

★第1・3月曜、▲第2・4日曜はお休み
※土曜、第1・3日曜は17時まで
下野市駅東1-10-15
☎0285-21-5518

▶ 予防接種一覧

問 健康増進課 ☎32-8905

下記は標準的な接種を示したものです。予防接種法により接種開始時月齢等で接種回数や接種間隔が細かく設定されている場合があります。詳細については「こどもの予防接種ガイドブック(市HPに掲載あり)」をご覧ください。健康増進課にお問い合わせください。なお、既定の接種スケジュールから外れると、全額自己負担での接種となる場合があります。

● 予防接種法の年齢の考え方

- 「生後〇歳に至るまで」「生後〇歳未満」とは、誕生日の前日までです。
- 「生後〇か月に至るまで」とは、当該月の同日の前日までです。例えば、「生後3月に至るまで」であれば、4月1日生まれの方の場合、3か月後の同日(7月1日)の前日(6月30日)となります。

ワクチンの種類		対象者	標準的な接種スケジュール(回数)	
定期接種	小児用肺炎球菌	生後2月から生後60月(5歳)に至るまで	初回	生後12月に至るまでの間に、27日以上の間隔をあけて3回接種
			追加	初回接種終了後、60日以上の間隔をあけて、生後12月から15月に至るまでの間に1回接種
	B型肝炎	生後1歳に至るまで	初回	生後2月に達した時から生後9月に達するまでの間に27日以上の間隔をあけて2回
			追加	1回目の接種から139日以上の間隔をあけて1回接種
	五種混合	生後2月から生後90月(7歳6ヶ月)に至るまで	初回	生後2月から生後7月に至るまでの間に、20日から56日までの間隔をおいて3回接種
			追加	初回接種終了後から6月から18月までの間隔をおいて1回接種
	BCG	生後1歳に至るまで	生後5月から生後8月に至るまでの間に1回接種	
	MR	1期:生後12月から生後24月に至るまで 2期:年長児	1期	生後12月から生後24月に至るまでの間に1回接種
			2期	年長児(小学校または義務教育学校に入学する前年度の4月1日～3月31日までの間)に1回接種

赤ちゃんが生まれたら

— 広 告 —

こどもはなないろ  こどもは みんなで育てよう

なんでも相談！

にじいろこども
診療所

小児科 アレルギー科 国分寺小学校 そば 44-7716






ワクチンの種類		対象者	標準的な接種スケジュール(回数)	
定期接種	水痘	生後12月から生後36月に至るまで	初回	生後12月から生後15月に至るまでの間に1回接種
			追加	初回接種後、6月から12月までの間隔をあけて1回接種
	日本脳炎	1期:生後6月から生後90月に至るまで 2期:9歳以上13歳未満	1期初回	3歳に達した時から4歳に達するまでの間に、6日から28日までの間隔をあけて2回接種
			1期追加	1期初回接種終了後おおむね1年の間隔をあけて1回接種
			2期	9歳児に1回接種
	二種混合	11歳以上13歳未満	1回	11歳児に1回接種
	HPV	小学校または義務教育学校6年生～高校1年生相当の女子	シルガード9(9価)	1回目の接種を15歳までに受ける場合、6月間隔をあけて2回目接種 1回目の接種を15歳になってから接種する場合、1回目から2月をおいて2回目、1回目から6月をおいて3回目を接種
	ロタ	ロタリックス(1価)	2回	生後2月～生後24週の間に4週以上の間隔をあけて2回接種 ※1回目は生後14週6日までに接種
		ロタテック(5価)	3回	生後2月～生後32週の間に4週以上の間隔をあけて3回接種 ※1回目は生後14週6日までに接種

赤ちゃんが生まれたら

- 定期接種は小山地区医師会、県内相互乗入協力医療機関であれば事前手続きなしで接種できます。
- 最新の情報は市のHPをご覧ください。

— 広 告 —

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	●	●	★	●	●	●	●	●
14:30～16:30	●	★	●	●	★	◎	●	●
16:30～18:30	●	●	—	●	●	●	—	—

土・日・祝日も休まず診療

おだかキッズクリニック

下野市薬師寺2866-1
0285-39-8987

・診療の予約はWEBからのみとなります。

・★は予防接種

・◎土曜日の午後は15:30～18:30の診療です。

詳しくはホームページをご覧ください。

ワクチンの種類		対象者	標準的な接種スケジュール(回数)	
任意接種	おたふくかぜ	1期:1歳以上2歳未満 2期:年長児 ※おたふくかぜにかかったことがある場合は対象外	2回	1期:1歳以上2歳未満の間に1回接種 3,000円/回を助成 ※自己負担あり 2期:年長児(小学校または義務教育学校に入学する前年度の4月1日～3月31日までの間)に1回接種
	インフルエンザ	生後6カ月から高校3年生相当まで	年齢により1回～2回	10月1日～翌年3月末日までの間に、2～4週以上の間隔をおいて2回接種(13歳以上は1回接種) 2,000円/回を助成 ※自己負担あり

※任意接種を小山地区医師会加入医療機関以外で接種希望の場合は、事前に申請が必要となります。接種前に市健康増進課へお問い合わせください。

MEMO

赤ちゃんが生まれたら

— 広 告 —



グリム

こどもとアレルギーのクリニック

小児科・アレルギー科・皮膚科・内科

お子さんご家族の皆さんの健康をサポートいたします。お困りの際はお気軽にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	●	●	●	—	●	★	—
14:30～18:00	●	●	●	—	●	★	—

★土曜日は8:45～12:00、13:30～16:00

< 予防接種 >

月・火・水・金 11:30～

土 13:30～

HPは
こちら



LINE
登録は
こちら



下野市下古山2-6-17 ☎ 0285-51-1515

医療機関



市内医療機関

小山地区医師会会員を掲載（順不同）

※受付時間や休診日は各医療機関にお問い合わせください。

※主な診療科目は、小山地区医師会及び各医療機関ホームページより引用しています。

医療機関名	所在地	電話 (0285)	主な診療科目
あんずの森クリニック	仁良川1518-1	32-6601	内科、消化器科、肝臓内科、内視鏡内科
おかべこどもクリニック	緑5-17-12	40-7300	小児科
おだかキッズクリニック	薬師寺2866-1	39-8987	小児科
カナザワ・アレルギー・クリニック	祇園1-25-4	40-1337	アレルギー科、皮膚科、リウマチ科、内科、小児科
しもつけクリニック	薬師寺3171-4	32-6331	内科、消化器内科（肝・胃腸・内視鏡）
すずき内科・循環器科	薬師寺2489-10	40-1260	内科、循環器科、呼吸器科、消化器科、アレルギー科
中央クリニック	薬師寺3154-2	40-1121	一般婦人科、一般不妊治療、高度生殖医療、男性不妊治療
つるかめ診療所	緑3-18-16	32-6011	内科（在宅医療）
南河内診療所	薬師寺2472-15	47-1070	内科、消化器内科、呼吸器科・アレルギー科、小児科、神経内科、皮膚科、リハビリ科
薬師寺運動器クリニック	薬師寺3221-3	44-6100	整形外科、リハビリ科、リウマチ科
れもん在宅クリニック	祇園1-13-2	39-8732	内科（在宅医療）
若草クリニック	緑2-3291-1	40-0123	糖尿病内科、内分泌内科、脂質代謝内科、内科、アレルギー科、小児科
駅東ラッコ整形外科クリニック	駅東6-1-22	44-6820	整形外科、リハビリ科、リウマチ科
海老原医院	小金井5-26-10	44-0163	内科、消化器内科、小児科、皮膚科、アレルギー科
岡田医院	小金井2976	44-0021	内科、循環器科、消化器内科

— 広 告 —



CENTRAL CLINIC
●中央クリニック

医療法人三秀会

中央クリニック



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9時～午後1時	●	●	●	●	●	●	休
午後3時～午後6時	●	●	●	●	●	●	休

産科、婦人科（不妊治療）
泌尿器科（不妊治療）

〒329-0431

下野市薬師寺3154-2

☎0285-40-1121

ホームページ
<https://www.centralclinic.or.jp>
関連施設
医療法人三秀会宇都宮中央クリニック
☎028-636-1121





医療機関名	所在地	電話 (0285)	主な診療科目
小山富士見台病院	柴1123	44-0200	精神科、心療内科、神経科、内科
回生眼科	医大前4-8-1	44-1166	眼科、漢方内科
木村クリニック	笹原230-6	44-8211	婦人科、内科
小金井中央病院	小金井2-4-3	44-7000	外科、消化器外科、内視鏡外科、大腸・肛門外科、乳腺外科、内科、消化器内科、腎臓内科(人工透析)、血液内科、循環器内科、呼吸器内科、内分泌・代謝内科、整形外科、泌尿器科、皮膚科、放射線科、救急科、リハビリテーション科
国分寺さくらクリニック	小金井777-1	40-0203	耳鼻咽喉科、リウマチ科・アレルギー科、内科、循環器内科、睡眠時無呼吸症外来(SAS)
自治医大ステーション・ブレインクリニック	医大前3-2-2-3F	37-8721	脳神経内科
しもつけ痛みのクリニック	柴871-7	40-0307	麻酔科、内科
せいいかい メディカルクリニック OYAMA	駅東5-13-16	44-8345	内科、外科、透析、バスキュラーアクセスクリニック
たかはし眼科クリニック	小金井1-34-6	44-8822	眼科一般、小児眼科
ちば整形外科クリニック	烏ヶ森1-4	40-0811	整形外科、リウマチ科、リハビリ科
にじいろこども診療所	小金井4-1-1	44-7716	小児科、アレルギー科
宮澤クリニック	柴291-2	44-3309	内科、消化器内科、アレルギー科
めぐみ乳腺クリニック	小金井2609	40-0088	乳腺外科、内科、外科
和田マタニティクリニック	小金井1-30-6	40-5503	産科、婦人科
石橋総合病院	下古山1-15-4	53-1134	内科、外科、整形外科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリ科、麻酔科、脳神経外科、形成外科、脳神経内科、糖尿病・内分泌代謝内科
大栗内科	石橋811-1	53-5850	循環器科、呼吸器科、内科、精神科、心療内科
大柳内科・眼科	文教2-7-14	51-2400	内科、消化器内科、呼吸器内科、循環器内科、アレルギー科、眼科
かくた呼吸器内科・ 乳腺クリニック	石橋549	53-5665	呼吸器内科、アレルギー科、一般内科、乳腺科、消化器内科、一般外科
柏木ひふ科	下古山1-1-10	53-5102	皮膚科
グリムこどもとアレルギーの クリニック	下古山2-6-17	51-1515	小児科、アレルギー科、内科
佐藤内科	石橋839-14	53-1305	内科、消化器科、アレルギー科、小児科、耳鼻咽喉科、皮膚科
島田クリニック	石橋238-1	53-8000	内科、消化器科、循環器科、小児科、整形外科
そうとめ皮膚科クリニック	石橋803-1	53-0015	皮膚科、形成外科、小児皮膚科、美容皮膚科
とちぎスポーツ整形外科 クリニック	花の木2-5-20	39-6100	整形外科、リハビリ科

医療機関名	所在地	電話 (0285)	主な診療科目
とちぎっ子発達クリニック	下古山3294-1	32-6502	発達障害、小児リハビリテーション、心理検査
都丸整形外科	文教1-11-16	52-1010	整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科
新島内科クリニック	文教3-10-4	53-8820	内科、脳神経内科、循環器科
早田耳鼻咽喉科	文教1-19-6	53-8733	耳鼻咽喉科
ふじたクリニック	大光寺1-11-10	51-2727	内科、外科、消化器科、肛門科、小児科
藤原整形外科	下古山3378-1	52-0755	整形外科
まきた眼科 石橋院	下古山88-1	53-8222	眼科(眼科一般・小児眼科)

市内歯科医療機関

小山歯科医師会の会員を掲載(順不同)

※受付時間や休診日は各医療機関にお問い合わせください。

※主な診療科目は、小山歯科医師会及び各医療機関ホームページより引用しています。

医療機関名	所在地	電話 (0285)	主な診療科目
岩井歯科クリニック	緑1-9-1	40-1177	歯科、小児歯科、矯正歯科
海老原歯科医院	祇園5-7-3	44-8148	歯科、小児歯科
さいとう歯科口腔外科 クリニック	緑2-3290-5	38-8290	歯科、小児歯科、口腔外科、矯正歯科
野口歯科クリニック	薬師寺3383	44-8880	歯科、小児歯科、矯正歯科
山本歯科医院	薬師寺1516-4	48-0058	歯科、矯正歯科
おがわら歯科医院	柴1419-10	40-5525	歯科、小児歯科、矯正歯科、口腔外科
おさの歯科医院	医大前4-9-4	44-6188	歯科
五月女歯科医院	駅東5-12-15	44-8241	歯科
ハラダ歯科医院	小金井1-5-4	44-4182	歯科、小児歯科
バンビキッズデンタル	駅東1-10-15 M village2階	21-5518	小児歯科、小児予防歯科、小児矯正
増山デンタルクリニック	小金井4-5-2	40-8204	歯科、小児歯科、歯科口腔外科
山中歯科医院	小金井2966	44-0401	歯科
ゆきこ歯科	駅東7-12-11	44-6480	歯科、小児歯科、小児矯正
伊沢歯科医院	下古山1-12-2	53-0235	歯科、小児歯科
金田歯科医院	下古山16-19	53-7475	歯科、小児歯科
さくら歯科医院	下古山2-1-6	53-8888	歯科、小児歯科、歯科口腔外科
どい歯科口腔外科 クリニック	石橋571-1	32-6121	歯科、小児歯科、矯正歯科、口腔外科、口腔内科
とまるデンタルクリニック	下古山字新田 上3300-18	38-8246	歯科、小児歯科、矯正歯科、口腔外科
とみざわ歯科	文教3-8-8	39-6308	歯科、小児歯科、矯正歯科、歯科口腔外科
豊田歯科医院	大松山1-4-1	53-0307	歯科、小児歯科、歯科口腔外科
山崎歯科医院	石橋284-21	53-0275	歯科

いしや かじょう 医者にかかる10箇条

—あなたが“いのちの主人公・からだの責任者”—

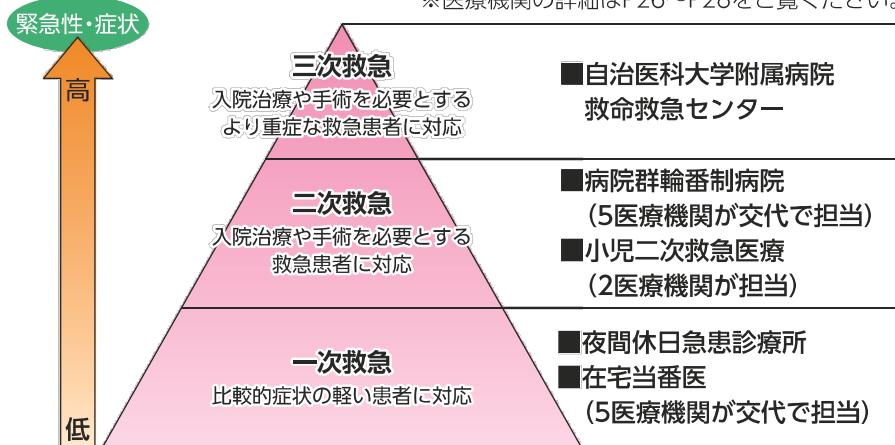
1. 伝えたいことはメモして準備
2. 対話の始まりはあいさつから
3. よりよい関係づくりはあなたにも責任が
4. 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
5. これからの見通しを聞きましょう
6. その後の変化も伝える努力を
7. 大事なことはメモをとって確認
8. 納得できないときは何度でも質問を
9. 医療にも不確実なことや限界がある
10. 治療方法を決めるのはあなたです

出典：認定NPO法人ささえあい医療人権センターCOMIL

小山医療圏(小山市・下野市・野木町・上三川町)の救急医療体制

小山医療圏では、下図のように、患者の容態等により各医療機関が連携して24時間救急の受入ができるよう体制を整備しています。

※医療機関の詳細はP26～P28をご覧ください。



『そろって本当?』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って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。



みんなで救急医療を守ろう！

▶ 皆さまへ 3つのお願い

安心して救急医療を受診できる環境は、救急医療を正しく理解し利用するという皆さま一人ひとりの意識と協力が必要不可欠です。

大切な命を救うため、救急医療を本当に必要とする人のために、適正な利用にご協力ください。

1. かかりつけ医(医科・歯科・薬局)をもちましょう

2. 出来るだけ診療時間内に受診しましょう

3. 救急車は本当に必要な時だけ利用しましょう

こんなときはすぐに119番！！

- 意識がないとき
- けいれんが止まらないとき
- 息づかいがあらく呼吸が困難になっているとき
- 腹痛(頭痛・胸痛・腰痛)があるとき
- 出血が激しく止まらないとき

救急車がくるまでに準備しておく便利なもの (総務省消防庁救急車利用リーフレットより)

- マイナ保険証(資格確認書または、資格情報のお知らせ)や診察券
- お金 ●靴 ●普段飲んでいる薬(お薬手帳)

乳幼児の場合はさらに

- 母子健康手帳 ●紙おむつ ●哺乳瓶 ●タオル

▶ 役立つ情報一覧

🍎 Q. かかりつけ医ってどうやって探せばいいの？



かかりつけ医の見つけ方・探し方
(厚生労働省ホームページ)



とちぎ医療情報ネット
(栃木県作成)

🍎 Q. この症状、救急車を呼んだほうがいい？



救急電話相談窓口
(栃木県ホームページ)



全国版救急受診アプリ
「Q助」



こどもの救急



こども救急ガイドブック
(栃木県作成)

小山医療圏(小山市・下野市・野木町・上三川町)の救急医療情報

夜間・休日の急な病気やけがの時は…

▶ 電話相談・一次(初期)救急医療機関

●とちまる救急安心電話相談

電話番号 #7119(または☎028-623-3344)

対象者 大人(概ね15歳以上)

電話番号 **#8000** (または☎028-623-3511)

対象者 子ども (概ね15歳未満)

相談時間 月曜日～金曜日 16:00～翌朝10:00

土・日・祝休日 24時間(10:00～翌朝10:00)

経験豊富な看護師が、家庭での対処法や救急医療の受診の目安などをアドバイスします。

🍎 小山市健康医療介護総合支援センター【健康の森 さくら内】



● 夜間休日急患診療所

小山市神鳥谷2251-7 ☎0285-39-8880 FAX0285-39-8882

平日	19:00～22:00	内科・小児科
土曜日	19:00～22:00	内科・小児科
日曜、祝日、振替、年末年始 (12月31日～1月3日)	10:00～12:00 13:00～17:00、18:00～21:00	内科・小児科

※受付時間は診療終了15分前までとなります。

※内科医等が小児科の診療を担当することがありますので、事前に電話をしてから来院してください。

※夜間休日急患診療所及び休日急患歯科診療所の南側に夜間休日対応の院外薬局(3薬局)があります。

● 休日急患歯科診療所

☎0285-39-8881 FAX0285-39-8883



日曜、祝日、振替、年末年始(12月31日～1月3日)	10:00～12:00、13:00～16:00
----------------------------	-------------------------

※受付時間は診療終了15分前までとなります。

🍎 救急車で搬送するなど緊急性が高く、高度な治療を必要とする場合

二次救急医療機関(入院を必要とする患者の受入病院)

● 病院群輪番制病院

新小山市民病院 ☎0285-36-0200 (月・水・金・土・日曜日)

石橋総合病院 ☎0285-53-1134 (火・木曜日)

光南病院 ☎0285-45-7711 (火・木曜日)

小金井中央病院 ☎0285-44-7000 (金曜日)

自治医科大学附属病院救命救急センター ☎0285-44-2111 (日曜日)



新小山市民病院



自治医科大学
附属病院

● 小児二次救急医療機関

新小山市民病院 ☎0285-36-0200 (毎日の夜間、日曜・祝日の昼間)

自治医科大学附属病院救命救急センター ☎0285-44-2111 (毎日の夜間)

三次救急医療機関(手術や入院を必要とする重症な患者の受入病院)

自治医科大学附属病院救命救急センター ☎0285-44-2111 (毎日の夜間)

医療
機
関

🍎 比較的症状が軽い場合は、一次(初期)救急医療機関(「夜間休日急患診療所」・「在宅当番医」、歯科の場合は「休日急患歯科診療所」)を受診しましょう。

一次(初期)救急医療機関では、応急的な処置に限られます。必要であれば、翌日以降、診療時間内にかかりつけ医を受診しましょう。

●在宅当番医 1日2医療機関が救急患者(軽症)の診療を行います。

毎日(下記日程を除く)	17:00～翌日9:00
土曜日、休前日、年末年始(12月29日～1月2日)	17:00～翌日17:00
各医療機関の当番日についてはお住いの市・町の広報紙・ホームページをご確認ください。	

※受診する際は、必ず事前に病院へ電話をしていただきますようお願いします。

各医療機関では医師が交代で当直制をとっており希望する治療が困難な場合もあります。

医療機関

小山整形外科内科

小山市雨ヶ谷753

☎0285-31-1331



光南病院

小山市乙女795

☎0285-45-7711



石橋総合病院

下野市下古山
1-15-4

☎0285-53-1134



小金井中央病院

下野市小金井
2-4-3

☎0285-44-7000



野木病院

野木町友沼
5320-2

☎0285-57-1011



下野市お問い合わせ先

下野市健康増進課 ☎0285-32-8905

詳しくは下野市ホームページ

夜間・休日診療



🌿 お子さんの体調が悪いときは…

こどもによくある病気やけがをしたときの家庭における対処法や、救急外来を受診するポイントをまとめた「こども救急ガイドブック」をご参照下さい。

編集：一般社団法人栃木県医師会 発行：栃木県



相談窓口



● **子育てに悩んだら** ※相談時間は、年末年始・祝日はお休みです。
(相談窓口一覧) どんなことでもお話ししてみましょう

▶ 妊娠・出産・育児相談

保健師や助産師等による妊娠から出産、育児についての総合相談(電話・来所・訪問)(P1参照)

- 相談受付 月～金曜日 9:00～17:00
- 場所 こども家庭センター 笹原26 ☎32-8921

▶ 乳幼児健康相談・発達相談・栄養相談

保健師、助産師、管理栄養士や公認心理師、臨床心理士等による健康・発達相談

- 相談受付 月～金曜日 9:00～17:00
- 場所 こども家庭センター 笹原26 ☎32-8921(要電話予約)

▶ 個別心理相談

公認心理師、臨床心理士による妊娠から出産、育児についての個別相談

- 相談受付 月～金曜日 9:00～17:00
- 場所 こども家庭センター 笹原26 ☎32-8921(要電話予約)

▶ 児童家庭相談

家庭相談員、保健師、社会福祉士による子育て、非行、性格行動、しつけ、虐待などの相談

- 相談受付 月～金曜日 9:00～17:00
- 場所 こども家庭センター 笹原26 ☎32-8922

▶ 児童家庭相談(栃木県児童相談所の受付)

児童福祉司、児童心理司、医師などによる様々な相談

- 相談時間 月～金曜日 8:30～17:15
- 場所 栃木県 県南児童相談所 栃木市沼和田町17-22 ☎0282-24-6121

▶ テレホン児童相談

お子さんについての悩みをお持ちの方やこども本人が気軽に相談できます。

- 相談時間 毎日 9:00～20:00
- 場所 栃木県 ☎028-665-7788

▶ 児童家庭相談(栃木県児童家庭支援センターの受付)

こども、家族および学校等に関する悩み相談

🍎 児童家庭支援センターにこここ広場

●相談時間 月～金曜日 9:00～17:00

●場所 済生会宇都宮乳児院内 宇都宮市竹林945-1 ☎028-623-4152

●eメール nikoniko@sunyuuji.org

🍎 児童家庭支援センターちゅうりっぷ

●相談時間 年中無休 24時間

●場所 社会福祉法人養徳園内 さくら市喜連川11025 ☎028-686-2220

●eメール youtokuenhp@mbr.nifty.com

▶ 就学相談、いじめや不登校、学校に関すること

いじめや不登校、学習、就学に関する相談

●相談時間 月～水・金曜日 9:00～16:00 木曜日 9:00～17:30

●場所 学校教育サポートセンター 花の木2-4-12 ☎52-1140

▶ DV(女性相談)ホットライン ※緊急時は警察110番へ

女性相談支援によるDV・夫婦・家族・離婚などの相談

●相談時間 月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00

●場所 こども家庭センター 笹原26(市役所内) ☎32-8724

▶ DV相談 ※緊急時は警察110番へ

●相談時間 毎日24時間

●場所 DV相談+ (プラス) (内閣府) ☎0120-279-889

栃木県警察本部県民相談室 ☎028-627-9110

🍎 女性のための相談

●相談時間 月～日曜日 9:00～16:00 (月～金曜日は20:00まで相談可)

●場所 とちぎ男女共同参画センター相談ルーム ☎028-665-8720

🍎 男性のための相談

●相談時間 月・水曜日 17:30～19:30

●場所 とちぎ男女共同参画センター相談ルーム ☎028-665-8724

🍎 下野障がい児者相談支援センター

障害者手帳の有無に関わらず市内にお住まいの障がいのある方やご家族などが気軽に相談できる窓口です。

●相談時間 月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:15 (祝日、年末年始を除く)

●場所 社会福祉課内 笹原26 ☎37-9970

ライフステージごとの相談窓口一覧

▶ 未就園児

身近な相談窓口	電話	所在地
子育て応援課	32-8903	笹原26(市役所内)
こども家庭センター	32-8921	笹原26(市役所内)
子育て支援センター つくし	43-1233	小金井789(ゆうゆう館内)
子育て支援センター ゆりかご	48-5530	薬師寺1584-6(あおば保育園内)
子育て支援センター みらく	39-6305	下古山3025-1(認定わかばこども園内)
児童館	南河内児童館	44-8420 緑3-5-4
	国分寺駅西児童館	44-0786 小金井5-22-1
	国分寺東児童館	44-2604 駅東7-4
	国分寺姿西児童館	44-9318 国分寺1599-2
	石橋児童館	52-1129 石橋629-1

▶ 保育園・認定こども園・幼稚園児

身近な相談窓口	電話	所在地
通園している施設	—	—
子育て応援課	32-8903	笹原26(市役所内)
こども家庭センター	32-8921	笹原26(市役所内)

▶ 教育・保育施設・小・中学校及び義務教育学校に在籍する年長児童生徒

● 相談内容

入学に向けての就学相談、子どもの発達や関わり方に関する相談などに応じます。

- 入学するにあたり、不安なことがある。
- 子育てに自信がない。
- 子どもの発達が気になる。(身体の動きがぎこちない、身の回りのことが上手くできない、動き回ってじっとしていることが苦手、話すことが苦手、話を聞くことが苦手、気持ちのコントロールが苦手など)

- 学校、幼稚園、保育園に行くのを嫌がる。
- 学校生活や集団行動にうまくついていけない。
- 自信がなさそうにぼんやりしていることが多い。
- 友達との関係が作りにくい。
- 学習のつまづきがある。(聞く・話す・読む・書く・計算することが苦手)
- 発達検査や病院の受診が必要か、アドバイスが欲しい。

学校教育サポートセンター相談ルーム「あおぞら」では教育相談員を配置しています。相談については秘密を守ります。いつでも気軽にご相談ください。

● 相談場所 学校教育サポートセンター 花の木2-4-12

● 相談の申し込み

相談の申し込みは予約制です。下記にご連絡ください。

☎0285-52-1140

月・火・水・金曜日 9:00～16:00 / 木曜日 9:00～17:30(長期休業中は16:00まで)

※ 祝祭日、お盆期間、年末年始はお休みです。

相談窓口

▶ DV相談

配偶者暴力(DV)とは、配偶者または事実婚のパートナーなど親密な関係にある人または親密な関係にあった人からの暴力のことです。男女どちらも被害者になりえます。

🍎 DVに当たる行為とは

●身体的暴力

平手で打つ、足で蹴る、身体を傷つける可能性のあるもので殴る、げんこつで殴る、刃物などの凶器を身体につきつける、髪を引っ張る、首を絞める、腕をねじる、引きずりまわす、物を投げつける など

●精神的暴力

大声で怒鳴る、「誰のおかげで生活できるんだ」などと言う、実家や友人とつきあうのを制限したり電話や手紙を細かくチェックしたりする、何を言っても無視して口をきかない、人の前でバカにしたり命令するような口調でものを言ったりする、大切にしているものをこわしたり捨てたりする、生活費を渡さない、外で働くなど言ったり仕事を辞めさせたりする、こどもに危害を加えるといっておどす、なぐるそぶりや物をなげつけるふりをしておどかす など

●性的虐待

見たくないのにポルノビデオやポルノ雑誌をみせる、いやがっているのに性行為を強要する、中絶を強要する、避妊に協力しない など

DVは家庭内で暴力が起きることが多いため、他の人からは見つかりにくく、長期間にわたって繰り返される可能性があります。

ひとりで悩んでいませんか？ DVに悩んでいたらまずは相談をしてください。相談は無料で秘密は守られます。相談先はDV(女性相談)ホットラインやDV相談がありますので、P34をご覧ください。

相談窓
口



『そろって本當?』 子育ての疑問 Q & A

Q 利き手は直した方がいい?

A 使いやすい手を使わせてあげて!

以前は様々な物が右手用に作られていたため、右手への矯正が一般的でしたが、最近は左手用の製品も充実しており、不便も無くなってきています。無理な矯正は子どもの負担となるため、使いやすい手を使わせてあげてください。



ストップ！児童虐待

▶ みんなで守ろう！こどもの笑顔☆



こども虐待防止の
オレンジリボン

🍎 虐待に当たる行為とは

● 身体的虐待

叩く、殴る、蹴る、首を絞めるなどの暴力、戸外に締め出す、泣きやまないのを激しく揺さぶる など

● 性的虐待

性的行為の強要・そのかし、こどもをポルノの被写体にする など

● ネグレクト(養育の怠慢・拒否)

食事を与えない・家にこどもを残し度々外出する・病気や虫歯の治療をしない・こどもの意思に反して学校に登校させない・同居人からの虐待行為を放置している など

● 心理的虐待

無視する・拒否の態度をとる・ひどく怒鳴る・自尊心を傷つける言動をする・こどもの前でDVを見せる など

「しつけ」のつもりが虐待になっていませんか？

* こどもを傷つけるような言葉で叱る * 「しつけのため」という体罰
こどもの心を傷つけることや体罰では、しつけはできません。

こども家庭センター ☎32-8922

● 相談時間 月～金曜日(年末年始・祝祭日を除く) 9:00～17:00

県南児童相談所 ☎0282-24-6121

● 相談時間 月～金曜日(年末年始・祝祭日を除く) 8:30～17:15

児童虐待緊急ダイヤル(休日・夜間) ☎028-686-3005

児童相談所虐待対応ダイヤル「189」

☎189(通話料無料、お近くの児童相談所につながります) いちはやく
いちはやく

相談窓
口

相談・通告から“支援”が始まります。「もしかして虐待？」と思ったら、ためらわずにお知らせください。



『そろって本当？』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。



● たかが夫婦げんかと思っていませんか？

こどもの目の前での配偶者間の心身に対する暴力(DV)は
こどもへの心理的虐待にあたります

毎日のように夫婦げんかをしていると…

怒鳴り声
叫び声
暴力・暴言



恐ろしい表現
物の壊れる音

ぼく(わたし)のせいでは
けんかしているのかな…

けんかを
やめさせるには
どうしたら
いいかな…



こどもはこんなことを感じます

- 不安や心配が大きくなる
- おびえる 親を怖がる
- 自分は悪い子だ
- 自信がなくなる
- 自分は大切な存在だと思えなくなる
- 暴力を使ってものごとを解決するのがあたり前だと思う
- 話してはいけない、話しても仕方ないと思う

こどもにこんなことが起こります

- 親から離れない
- 口げんかでも過剰に反応する
- 頭痛 腹痛 吐き気 発熱
- 寝つきが悪くなる
- おねしょをするようになる
- 夜泣き 萎縮する
- 落ち着かない
- 集中できない
- びくびくする
- 暴力的な言葉や行動をとるようになる
- ぼーっとする
- かんしゃくを起こす

その結果こどもの成長(発達)に
長期的な悪い影響を与えます

- 友達とうまく遊べない
- トラブルが多くなる
- 学校や幼稚園に行きたがらない
- 弱いものやペット等をいじめる
- 自分を傷つけてしまう
- 大人になっても良好な人間関係がつかれなくなる
- 投げやりになる
- 成績が上がらない・下がる

家庭は本来
こどもにとって
一番安心できる場所です。
お父さん お母さんは
こどもにとって 守ってくれる
一番の存在です

● 愛の鞭(むち)をやめて、こどもを健やかに
育みましょう。



こどもを預ける



こどもを預けることができる場所は、就学前では主に保育園、幼稚園、認定こども園、認可外保育施設、就学後では学童保育室があります。問い合わせや見学をして、お子さんとご家庭に合った施設を選びましょう。

上記の施設の他に、ファミリー・サポート・センターやショートステイも利用できます。

🍎 保育園

就労などのため、家庭での保育ができない保護者に代わって保育する施設です。

🍎 幼稚園

小学校以降の教育の基礎を作るための幼児期の教育を行う施設です。

🍎 認定こども園

就学前のこどもに幼児教育、保育を提供する機能を併せ持ち、地域における子育て支援機能が整っている施設です。

🍎 認可外保育施設

国の基準に縛られない民間独自の施設で、保育園・幼稚園とは違った雰囲気・保育内容が特徴です。

🍎 学童保育室

保護者が就労等により日中不在にしている小学生を対象として、授業の終了後に適切な遊び及び生活の場を与えて、健全な育成を図ることを目的とする施設です。

🔍 その他のサービス・施設

🍎 ファミリー・サポート・センター

『子育ての手助けをして欲しい人(依頼会員)』と『子育てのお手伝いをしたい人(提供会員)』が会員となって、会員による子育ての相互援助活動を行う組織です。

センターは、依頼会員のニーズにあった提供会員を紹介し、条件にあった子育て支援ができるよう、サポートします。

こどもを預ける

地元とともに
創業105年
総合建設業

新築・お家のこと
まずはお気軽にお問い合わせください

 **伊沢建築工業有限会社**

下野市川中子2717 ☎0285-44-2016
E-mail:izawakenchikukogyo@gmail.com

🍎 子育て短期支援事業(ショートステイ)

保護者の疾病や疲労など、身体上・精神上・環境上の理由により、児童の養育が困難となったときに、乳児院・児童養護施設等で原則7日(6泊)以内養育・保護を行います。

▶ 下野市内の教育・保育施設

🍎 子ども・子育て支援新制度における「教育・保育施設」とは？

部屋の面積、職員の配置、給食などの面で国の基準を満たしている施設で、運営費の一部に公費が使われています。

🍎 公立と私立の違いって？

教育・保育施設には公立と私立があり、教育・保育の方針や保育時間などに違いがあります。保育料はどちらも市の基準で決まります。

▶ 教育・保育施設等で利用できる子育て支援事業

🍎 延長保育

保育園、認定こども園に入園している方の保育標準時間の保育時間は18時までですが、お仕事の都合などで遅くなる場合、別表(42ページ以降)のとおり延長できます。なお、延長保育料は別途いただきます。

🍎 一時保育

仕事をしていなくても、冠婚葬祭や通院、リフレッシュのために一時間単位でお預かりします。一時保育を行っている施設に直接ご相談いただき、事前に面接をしてからのお預かりとなります。

※実施施設は、P42～P44をご覧ください。

🍎 休日保育

日曜日または祝日において就労等の事情によりお子さんを家庭で保育できない保護者のために預かり、保育することができます。

●実施施設 薬師寺幼稚園

●対象 下野市内の生後3か月～5歳児

●利用時間 7:00～17:30

※詳細は薬師寺幼稚園に連絡して下さい。事前登録が必要です。

— 広 告 —

こどもを預ける



これからも地域の中に。
もっと頼れる存在に。

「どこに頼めばいい?」を、ひとつの窓口で。
住まいのお困りごとを、気軽にご相談ください。



House
cleaning
ハウス
クリーニング



House
maintenance
ハウス
メンテナンス



Reform
リフォーム



Energy
エネルギー

2026年4月ミライフは
シナネン株式会社に変更しました。

シナネン(株)下野店

 **0120-046-370**

〒329-0502 栃木県下野市下古山3261-4

対応エリア
下野市 上三川町 壬生町 鹿沼市
宇都宮市 さくら市 高根沢町
那須烏山市 日光市

お問い合わせ
フォーム

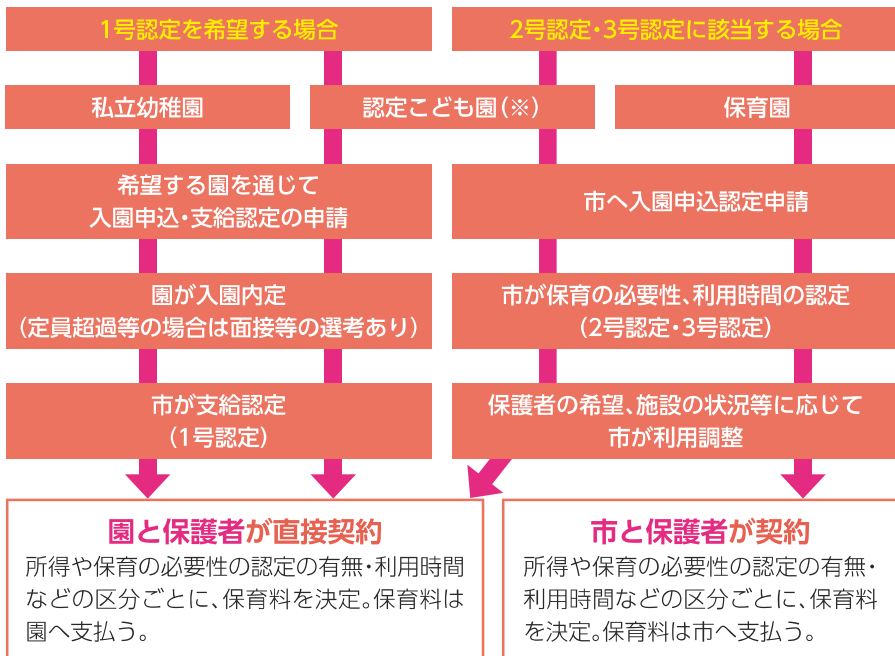


資料番号 6003K

▶「子ども・子育て支援制度」について

平成27年4月から「子ども・子育て支援新制度」が始まりました。これまでと教育・保育内容が大きく異なるものではありませんが、3つの認定区分に応じて、申込み方法及び施設の利用先が決まります。

🍎 新制度による利用の流れ



認定区分	対象児童	利用できる施設
1号認定	満3歳以上のお子さんで、保育を必要とせず、教育のみを希望する方	幼稚園 認定こども園
2号認定	満3歳以上のお子さんで、保護者の就労等の「保育の必要な事由」に該当し、保育園等での保育を希望する方	保育園 認定こども園
3号認定	満3歳未満のお子さんで、保護者の就労等の「保育の必要な事由」に該当し、保育園等での保育を希望する方	保育園 認定こども園

🍎 利用者支援事業

● 特定型

市内の教育・保育施設や地域の子育て支援事業等を円滑に利用できるよう、情報提供や相談に応じます。また、必要に応じ関係機関との連絡調整等をして支援をします。

担当 子育て応援課 ☎32-8903

●こども家庭センター型

全ての妊産婦及びこどもとその家族等に対して、妊娠期から子育て期にわたるまでの母子保健や育児に関する様々な悩み等に対し、相談支援を行います。

担当 こども家庭センター ☎32-8921・32-8922

●妊婦等包括相談支援事業型

妊婦・その配偶者等に対して、妊娠時から寄り添い、継続的な情報発信及び出産・育児等の見通しを立てるための面談等を行い、相談支援を行います。

担当 こども家庭センター ☎32-8921

下野市内の教育・保育施設

▶ 1. 認可保育園一覧

施設名	利用 定員	受入年齢	通常保育 時間※1	延長保育 時間	一時 保育	誰でも 通園制度	電話番号 (0285)	所在地
公立	グリム 保育園	150	生後2か月～	7:00～ 18:00	19:00 まで	○	52-1127	下長田69
	しば 保育園	70	生後2か月～				44-2788	駅東 6-10-3
私立	あおば 保育園	70	生後2か月～ 2歳児	7:00～ 18:00	20:00 まで	○	48-5530	薬師寺 1584-6
	わかくさ 保育園	80	生後2か月～			○	58-7438	薬師寺 3151-2
	吉田 保育園	45	生後2か月～		19:00 まで	○	48-5054	本吉田 783-1

※1 通常保育時間は、就労時間等により、保育標準時間(11時間)・保育短時間(8時間)に区分されます。保育短時間の時間帯は施設により異なります。



学校法人 むつみ学園
認定こども園 むつみこども園
「自分らしく生きる太陽の子」
Child is the sun. Be myself.
～自分らしく生き、世の中に貢献すること～
よく見て、よく聞いて、よく考えて、心で感じて、集中！！

〒329-0412 下野市柴769-17
TEL:0285-44-0405 FAX:0285-44-0462

▶ 2. 認定こども園一覧

施設名		認定 区分	利用 定員	受入年齢	教育・保育時間 ※1	延長 保育	一時 保育	誰でも 通園制度	電話番号 (0285)	所在地
私立	むつみ こども園	1号	45	満3歳～	8:00～14:30	20:00 まで	要 相 談		44-0405	柴 769-17
		2号	105		7:00～18:00		○			
		3号	94	生後2か月～ 満3歳未満						
	第二愛泉 幼稚園	1号	84	満3歳～	9:00～14:00	20:00 まで	-		2歳以上 44-2838 0・1歳児 40-1155	柴1403
		2号	94		7:00～18:00		○			
		3号	93	生後4か月～ 満3歳未満						
	愛泉 幼稚園	1号	35	満3歳～	9:00～14:00	19:00 まで	-		44-7783	小金井 4-12-8
		2号	74		7:00～18:00		○			
		3号	61	生後4か月～ 満3歳未満						
	第二 薬師寺 幼稚園	1号	55	満3歳～	9:00～14:00	20:00 まで	3 歳 児 ま で	○	44-9988	祇園 4-6-3
		2号	135		7:00～18:00					
		3号	93	生後2か月～ 満3歳未満						
	野ばら 幼稚園	1号	105	満3歳～	8:30～14:00	19:00 まで	-		53-5508	中大領 386-1
		2号	131		7:00～18:00		○			
		3号	76	生後2か月～ 満3歳未満						
	薬師寺 幼稚園	1号	105	満3歳～	9:00～14:00	20:00 まで	-	○	48-0132	薬師寺 1584-2
		2号	274		7:00～18:00		○			
		3号	135	生後2か月～ 満3歳未満						

— 広 告 —

こどもを預ける

じょうぶなからだ・やさしいところ・かんがえるこども



学校法人伊沢学園 認定こども園

野ばら幼稚園

〒329-0515 下野市中大領386-1

Tel 0285-53-5508

<https://nobara-kids.net/>



	施設名	認定 区分	利用 定員	受入年齢	教育・保育時間 ※1	延長 保育	一時 保育	誰 でも 通園 制度	電話番号 (0285)	所在地
私立	薬師寺 幼稚園 (分園)	3号	30	生後2か月～ 2歳児	7:00～18:00	20:00 まで	○	○	38-8418	下古山 3-12-28
	認定 みらい こども園	1号	18	満3歳～	8:30～14:30	19:00 まで	-	○	38-6123	緑 2-3292-1
		2号	56							
		3号	51	生後2か月～ 満3歳未満	7:00～18:00		○			
	認定 わかば こども園	1号	4	生後2か月～	8:30～14:30	20:00 まで	○	○	39-6305	下古山 3025-1
		2号	56							
		3号	51		7:00～18:00					
	認定 こがねい こども園	1号	9	生後2か月～	9:00～14:00	19:00 まで	○	○	44-3377	小金井 1249-1
		2号	55							
		3号	50		7:00～18:00					

※1 通常保育時間は、就労時間等により、保育標準時間(11時間)・保育短時間(8時間)に区分されます。保育短時間の時間帯は施設により異なります。

●認定こども園の未就園児教室／市内認定こども園では、子育て支援の一環として月に数回、未就園児教室を開催しています。詳しくは、各園にお問い合わせください。

🍎 入園について

新規で入園を希望される場合は、事前に見学を行い、保育内容などを確認の上お申し込みください。

- 施設の見学については事前に予約が必要です。
- 見学は随時受け付けておりますが、園行事等の都合でお断りさせていただく日もありますので、見学前に必ず各施設にご連絡をお願いします。

●4月入園希望者の受付期間

前年度10月1日～10月31日

●5月～11月入園希望者の受付期間

入園希望月の前々月の末日まで

(例:6月入園希望⇒4月1日～4月30日まで)

●12月から3月入園希望者の受付期間

10月1日から10月31日

※市外保育園・認定こども園を希望する方は、希望施設所在地市町村と協議が必要となりますので、申し込み期限をご確認の上お早めにお申し込みください。

▶ 3. 幼稚園一覧

施設名	利用 定員	開園時間	延長時間	バス	昼食	保育 未満児	通園 制度 誰でも	電話番号 (0285)	所在地
私立 石橋幼稚園	30	9:00～ 14:00	18:00 まで	○	給食 週5回	○	○	53-0218	石橋535

- 入園に関するお問い合わせや申し込みについては、園に直接ご連絡ください。
- 幼稚園の未就園児教室
市内幼稚園では、子育て支援の一環として月に数回、未就園児教室を開催しています。詳しくは、園にお問い合わせください。
- より詳しい情報は、栃木県幼稚園連合会のホームページ(<http://www.youchien/or.jp>)をご覧ください。

🍎 保育料の無償化

幼児教育・保育無償化制度により、下記の施設・サービスの利用者について、無償化の対象となります。

【対象者】

- 特定教育・保育施設(新制度の幼稚園、保育所、認定こども園等)を利用する方
- 従来どおりの幼稚園を利用する方
- 認可外保育施設(ベビーシッター含む)を利用する方
- 幼稚園や認定こども園の預かり保育事業を利用する方
- 一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業を利用する方(未就園児のみ)

🍎 こども誰でも通園制度について

保護者の働き方に関係なく、生後6か月から満3歳未満のお子さんが、保育園などに月10時間まで通える制度です。

●ご利用のメリット

- ①こどもたちが同年代の仲間と遊び、社会性を育むことができます！
- ②保護者が育児の相談やアドバイスを受けることができます！
- ③家庭だけではできない体験を通じてこどもの成長を応援します！

こどもを預ける

— 広 告 —



下野市 英会話教室





Rainbow English Club

TEL: 0285-48-5332

赤ちゃんから小学生までの無料体験教室を行っています！楽しく英語を学んでみませんか？お気軽にお問い合わせください☆

☆レッスン時間は曜日により異なります。体験レッスンの際にご相談ください。

当教室はフォニックスに力を入れています！詳しくHPをご覧ください♪

栃木県下野市仁良川1421-4



▶ 4. 地域型保育事業(小規模保育事業B型)

🍎 1～3の認可施設のほか、市が認可する保育事業(施設)です。

● 小規模保育事業B型

施設名	利用 定員	受入年齢	保育時間 ※2	延長保育	一時 保育	障がい 児保育	電話番号 (0285)	所在地
私立 にこにこ 保育園	12	生後2か月 ～2歳児	標準時間 7:00～18:00 短時間 8:00～16:00	19:00 まで	○	※1	37-6942	上大領 313-40

※1 障がい児保育は、軽度障がい児保育として、集団保育が可能な場合に限り、相談の上お預かりします。

※2 通常保育時間は、就労時間等により、保育標準時間(11時間)・保育短時間(8時間)に区分されます。

▶ 5. 認可外保育施設

現在届出がされているのは以下の施設です。施設の詳細、受入年齢や空き状況などについては直接施設にお問い合わせください。

施設名	住所	電話番号	備考
トータスキッズしもつけ	下古山2522-1	38-6750	
キッズライン	上大領297-9	050-3568-4392	ベビーシッター
株式会社フレンド駅前託児所	医大前2-1-5	0285-37-7130	事業所内保育施設
自治医大 医師・研究者キャリア支援センター 保育ルーム「あいりす」	祇園2-36-3 自治医科大学 2号館2階	58-7572	事業所内保育施設



**体験レッスン&
レッスン見学受付中!!**

(株)ヤマハミュージックジャパン
石橋センター
下古山2-1-10 ☎0285-53-7132



自治医大センター
医大前3-8-7 ☎0285-44-2066




▶ 6. 学童保育室

公立学童保育室は、保護者やご家族が就労等により日中不在にしている小学生をお預かりしています。長期休業中のみのお預かりも可能です。

詳しくは、子育て応援課(☎32-8903)へお問い合わせください。

学校名	場所	所在地
南河内小中	南河内小中	薬師寺986-1
祇園小	南河内児童館	緑3-5-4
緑小	南河内児童館	緑3-5-4
国分寺小	国分寺駅西児童館	小金井5-22-1
	国分寺小	小金井4-2-3
	国分寺姿西児童館	国分寺1599-2
国分寺東小	国分寺東小	柴897-1
石橋小	石橋小	花の木1-4
細谷小	細谷小	細谷693
古山小	古山小	下古山3-1-4
石橋北小	石橋北小	上古山1922

※市内幼稚園・認定こども園でも学童保育を行っている所もありますので、各施設へお問い合わせください。

▶ 民間学童保育室

場所	所在地	電話番号(0285)
薬師寺幼稚園学童クラブ	薬師寺1584-2	48-0132
第二薬師寺幼稚園学童クラブ	祇園4-4-14	44-9988
吉田保育園学童保育室	本吉田783-1	48-5054
第二愛泉学童ハローキッズ	柴1403	44-2838
むつみっ子学童保育	柴769-17	44-0405
放課後児童クラブわかば	下古山3023-1	37-6354

民間の学童保育室の詳細については各学童保育室へ直接お問い合わせください。

こどもを預ける

— 広 告 —



下野市の不動産のことはお任せください！

不動産売買（不動産の買取・販売）・不動産仲介（不動産売却・購入の仲介）
貸家・アパート・マンションの賃貸

安心のお取引をお手伝い致します。



栃木県知事免許(13)第1694号

 **株式会社 高山商事**
TAKAYAMA CORPORATION

[営業時間] AM 9:00 ~ PM 6:00 ☎329-0511 栃木県下野市石橋428-3
[定休日] 水曜日・日曜日
※土曜日は営業致します。

TEL.0285-53-3411



▶ 7. ファミリー・サポート・センター 問 ファミリーサポートセンター ☎40-5963

🍎 会員は次の3種類で、事前登録が必要です。

- **依頼会員** 市内に居住又は勤務している方で、生後6か月から小学生以下の子どもの保護者
- **提供会員** 市内に居住している20歳以上の方で、心身ともに健康で、積極的に援助活動ができる方
- **両方会員** 依頼会員・提供会員の両方を兼ねる方

※センター運営のために、アドバイザーが配置されています。

🍎 援助内容(例)

- 保育園や幼稚園の登園前の預かり及び送り、迎え及び帰宅後の預かり
- 学童保育の迎え、帰宅後の預かり、習い事の送迎
- 保護者の病気、ケガ、入院で一時的に子どもの世話ができないとき
- 産前産後の妊産婦で、子どもの世話ができないとき
- 仕事、行事、研修、冠婚葬祭などで子どもの世話ができないとき

※料金は、依頼会員が提供会員に直接支払います。お問い合わせは、下野市ファミリー・サポートセンター（保健福祉センターゆうゆう館内） 小金井789 ☎40-5963

▶ 8. 子育て短期支援事業(ショートステイ) 問 こども家庭センター ☎32-8922

🍎 対象児童

市内に居住する児童で、下記の理由によって家庭での養育が一時的に困難となった場合に、乳児院・児童養護施設・助産院・里親で原則7日(6泊)以内の養育・保護を行います。

- 保護者の疾病
- 保護者の育児疲れ、育児不安等による身体上又は精神上的の疲れや不安
- 保護者の出産、看護、事故、災害、失踪等
- 保護者の冠婚葬祭、転勤、出張又は学校等の公的行事への参加等
- 経済的問題等により緊急一時的に保護を必要とする場合

🍎 預け先

● 乳児院

済生会宇都宮乳児院…宇都宮市竹林町945-1／すみれ乳児院…小山市三峯2-1-21

● 児童養護施設

きずな…宇都宮市睦町3-7／ネバーランド…鹿沼市下奈良部町1-81
アリスとテレス…野木町南赤塚1219-3

● 助産院 まざあーずへいぶん 佐藤助産院…薬師寺3178-10

● 里親 市内の里親さんになります。

🍎 利用の申請

印鑑をご持参のうえ、遅くとも利用日の7日前までにこども家庭センターに申請してください(緊急の場合は要相談)。

お子さんが病気の場合や、施設の状況などにより、利用できない場合があります。

こんな時は



子どもの病気が治りかけたが、仕事に行かないと…

「病後児対応型保育」のご利用をご検討ください。

▶ 病後児対応型

● 病後児対応型とは

病気が回復している途中で自宅での静養を必要とするお子さんを、保護者が仕事や傷病・事故、出産、看護・介護・冠婚葬祭などの理由で保育する事が困難な場合、病後児保育施設でお預かりします。

● 利用対象

市内にお住まい又は保護者が市内に勤務する、乳幼児から小学校6年生までのお子さん

● 利用時間及び休日

7:30～19:00。ただし、土曜日、日曜日、祝日、年末年始(12月28日～1月3日)などを除きます。詳しくは、実施施設にお問い合わせください。

● 利用料金 1時間 150円

※利用料金は直接実施施設へお支払いください。

※給食費おやつ代等については、別にお支払いください。

● 実施施設 ※受付時間は、8:00から18:00まで。

キッズプラネット (特定非営利活動法人プラネット)※	緑4-15-3 グリーンヒルズ田村C-101	☎44-4888
認定こども園 むつみこども園	柴769-17	☎44-0405
認定こども園 認定みらいこども園	緑2-3292-1	☎38-6123
認定こども園 薬師寺幼稚園(分園)	下古山3-12-28	☎38-8418

● 申込み方法 事前に申し込みが必要です。詳しいことは、実施施設にお問い合わせください。

● その他 病後児対応型保育のための医師の診療情報提供書が必要です。



『ももって本音?』 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。



● 子どもの具合が悪く昨日受診した。熱はあるが食欲はあり、おう吐・下痢等もなく症状は安定している。今日はどうしても仕事に行かないと…

「病児対応型保育」のご利用をご検討ください。

▶ 病児対応型

● 病児対応型とは

当面の症状の急変が認められないが、病気の回復期に至っていないことから集団生活が困難であり、かつ保護者の就労等により自宅等での保育をすることが困難なお子さんを預かります。

● 利用対象

市内にお住まい又は保護者が市内に勤務する、生後6か月から小学校6年生までのお子さん

● 利用日時及び料金

実施施設により異なりますので、利用希望施設に直接お問い合わせください。

● 実施施設

自治医科大学医師・研究者キャリア支援センター保育ルーム「あいりす」	祇園2-36-3 自治医科大学2号館2階	☎58-7561
認定こども園 愛泉幼稚園	小金井4-12-8	☎44-7783
認定こども園 薬師寺幼稚園	薬師寺1584-2	☎48-0132
認定わかばこども園	下古山3025-1	☎39-6305
済生会宇都宮病院 おはなほいくえん	宇都宮市竹林町941-3	☎028-678-9600
新小山市民病院 病児保育室ひまわり	小山市神鳥谷2251-1	☎0285-39-8355

● 申込方法

子育て応援課に事前登録が必要となります。利用の際は病児保育のための医師の診療情報提供書が必要です。

詳細は希望施設に直接お問い合わせください。

こんな時は



『そろって本音?』 子育ての疑問 Q & A

Q お風呂上がりには湯冷ましを飲ませた方がいい?

A ミルクや母乳で水分補給はできます

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



必要な支援



● 手当について

▶ 障害児福祉手当

問 社会福祉課 障がい福祉グループ ☎32-8900

身体または精神に重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする状態にある20歳未満の方に対し手当が支給されます。在宅であること（入院は可）、本人及び扶養義務者の所得額により支給が制限される場合があります。申請後、審査により手当支給の可否を決定します。

月額16,100円（※手当額は改定されることがあります。）

● 手続き

必要なもの 障がいの内容により異なりますので上記へお問い合わせください。

▶ 特別児童扶養手当

問 社会福祉課 障がい福祉グループ ☎32-8900

身体又は精神に障がいのある20歳未満の児童を養育している方に対し手当が支給されます。本人及び扶養義務者の所得額により支給が制限される場合があります。手当の支給額は障がいの程度によって異なります。申請後、審査により手当支給の可否を決定します。

月額56,800円〔1級〕、37,830円〔2級〕（※手当額は改定されることがあります。）

● 手続き

必要なもの 障がいの内容により異なりますので上記へお問い合わせください。



『そろって本音?』 子育ての疑問 Q & A

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とタイミングで

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。



必要な支援

▶ 難病患者等福祉手当

問 社会福祉課 障がい福祉グループ ☎32-8900

県で特定医療費(指定難病)受給者証又は、小児慢性特定疾病医療費受給者証の交付を受けている方の申請により手当が支給されます。

月額2,500円(支給月:9月・3月の年2回)

● 手続き

必要なもの 受給者証、本人名義の通帳(患者が児童の場合は、保護者名義も可)

● 医療給付について

▶ 養育医療給付

問 社会福祉課 医療費助成グループ ☎32-8902

身体が発育が未熟なままで生まれ、入院養育が必要と医師が診断した1歳未満の乳児が、指定養育医療機関において入院治療を受ける場合に、その治療に要する医療費を公費により負担します。詳しくは上記までお問合せください。

● 手続き

必要なもの 養育医療給付申請書、養育医療意見書、世帯調書、お子様のマイナ保険証(扶養する保護者の保険証でも可)、お子様及び保護者、同居の親族の個人番号確認書類、申請者の本人確認書類(免許証等)

▶ 育成医療給付

問 社会福祉課 医療費助成グループ ☎32-8902

身体に障がいのある児童(18歳未満)で、確実な治療効果が期待できる方が、指定医療機関において機能回復のための医療を受ける場合に、その治療に要する医療費を公費により負担します。詳しくは上記までお問合せください。

● 手続き

必要なもの 育成医療支給認定申請書、育成医療意見書、児童と扶養者のマイナ保険証及び個人番号確認書類、申請者の本人確認書類(免許証等)

▶ 難病医療費助成制度・小児慢性特定疾病医療費助成制度

問 栃木県県南健康福祉センター

難病医療費助成制度……………健康対策課 ☎22-1509

小児慢性特定疾病医療費助成制度…健康支援課 ☎22-0488

児童福祉法や難病法で指定された疾病に罹患し、①一定の認定基準を満たしている方に対して、指定医療機関で②その治療を受ける場合に医療費の一部を助成する制度です。

● 手続き

申請書等を県南健康福祉センターで事前にご確認のうえ提出してください。

障がい児へのサービス給付について

▶ 児童福祉法によるサービス 問 社会福祉課 障がい福祉グループ ☎32-8900

🍎 児童発達支援

日常生活の基本的な動作の指導、知識技能の付与、集団生活への適応訓練等必要な支援を行います。

●対象者 療育の観点から集団療育及び個別療育が必要な未就学児

🍎 放課後等デイサービス

授業の終了後又は学校の休業日に生活能力向上のための必要な訓練、社会との交流促進等必要な支援を行います。

●対象者 学校に就学しており、授業の終了後又は休日に支援が必要な児童。

● 手続き(共通事項)

利用するには、障がい児支援利用計画案及び利用申請が必要です。市からの支給決定後に各事業所と利用契約を結んでいただきます。

自己負担は原則としてサービス利用費の1割負担です。(ただし、世帯の所得に応じ月の上限額が設定されます。)

※障がい児へのサービスはこのほかにもありますので、詳しくはお問い合わせください。

▶ 地域生活支援事業によるサービス

問 社会福祉課 障がい福祉グループ ☎32-8900

🍎 日中一時支援事業

障がい児等の家族の就労支援や日常的に介護している家族の一時的な休息のために、日中における活動の場を提供します。

🍎 重症障がい児者医療的ケア支援事業

医療的ケアを必要としている重症障がい児者に活動の場を提供し、その家族介護による疲労回復や自由な時間の確保を図ります。

●対象者 社会福祉課へ利用申請し、支給決定後に各事業所と利用契約を結びます。詳しくはお問合せください。

必要な支援



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

折って吹いて「折り紙遊び」

折り紙を使った知育遊びは、子どもの集中力アップにもってこい。はじめての折り紙遊びでおすすめなのが三角折りです。折り紙の基本動作が入っているので、練習代わりにたくさん折ってみましょう。机の上を立て、息を吹きかけたり、子どもたちは飛び散る様子に大興奮。



用意するもの ☆ 折り紙

児童発達支援・放課後デイサービス施設

施設名	住所	電話番号	児童 発達支援	放課後等 デイサービス
下野市こども発達支援センターこぼと園	下古山1220	44-6783	○	
下野市こども通園センターけやき	駅東3-1-19	40-0909	○	○
トータスジュニア下野	下古山2522-1	38-6740	○	○
トータスジュニア自治医大	薬師寺968-1	32-6666	○	○
トータスミドル自治医大	薬師寺970-2	37-6400		○
こどもサポート教室「きらり」下野校	駅東6-5-1	38-8803	○	○
ASKA club pure	医大前2-5-15	43-2525	○	○
重症児デイサービスDAIJI	薬師寺2859-3	39-7916	○	○
てらびあぼけっと 自治医大駅前教室	祇園1-7-23 堀之内ビル1階	37-8709	○	○
クローバーふたば	下古山3-12-27	38-7308	○	○
クローバーわかば	下古山3023-1	39-6305	○	○
クローバーしもつけ	石橋535	53-0128	○	○
fuwari～ふわり～	石橋796-10	38-6221	○	○
みのりの杜キッズスクール自治医大	祇園5-32-1	40-8201		○
みのりの杜キッズスクール小金井	小金井119	40-8555		○
多機能型重症児・者デイサービス 俱に	柴769-126	39-8730	○	○

必要な支援

ひとり親家庭のために

次のような手当・助成があります。また、自立に向けた支援もあります。

手当・助成名	内容
児童扶養手当	父母の離婚などにより父又は母と生計をともしない児童の母又は父が児童を監護するとき、もしくは父母が監護しない場合においては、父母以外の方（祖父母など）が当該児童を監護するときに、対象児童が18歳に達した日から最初の3月31日までの期間（一定の障がい有する児童は20歳未満）、手当を受け取ることができます。所得制限があるほか、公的年金との併給調整など詳細な条件があります。 詳細は子育て応援課（☎32-8903）にお問い合わせください。
遺児手当	両親又は父母の一方が死亡して遺児となった児童を養育している方に、義務教育修了前（中学校卒業前）までの間、手当を受け取ることができます。所得制限があります。 詳細は子育て応援課（☎32-8903）にお問い合わせください。
ひとり親家庭医療費の助成	ひとり親家庭の親と子が医療機関で診察を受けたとき、窓口で支払う自己負担額を助成します。何らかの医療保険に加入していることが必要で、他制度で助成を受けている場合や受給資格者（児童を扶養している父又は母、養育者）及び同居している扶養義務者（受給資格者の親や兄弟など）の所得制限により助成対象とならない場合があります。 詳細は、社会福祉課（☎32-8902）にお問い合わせください。
高等職業訓練促進給付金	ひとり親家庭の親（児童扶養手当受給者等）が就業に結びつきやすい資格を取得するために養成機関で修業する際に、生活に要する費用の一部を支給します。詳細な条件がありますので、必ず事前に子育て応援課（☎32-8903）へご相談ください。
自立支援教育訓練給付金	ひとり親家庭の親（児童扶養手当受給者等）が就職に必要な能力開発に取り組むために市があらかじめ指定した講座を受講した場合に、その費用の一部を支給します。詳細な条件がありますので、必ず事前に子育て応援課（☎32-8903）へご相談ください。
高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金	高等学校を卒業していないひとり親家庭の親（児童扶養手当受給者等）及び子が高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す場合に、対策講座の受講費用の一部を支給します。詳細な条件がありますので、必ず事前に子育て応援課（☎32-8903）へご相談ください。
就学援助制度	経済的な理由によって就学困難な児童・生徒、翌年度入学予定者について、小・中・義務教育学校でかかる経費（学用品費・給食費など）の援助を行い、義務教育の円滑な実施を図るものです。 詳細は学校教育課（☎32-8918）にお問い合わせください。

必要な支援



令和8年5月発行

発行

下野市／株式会社サイネックス



下野市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 栃木支店

〒321-0924 栃木県宇都宮市下栗1丁目21番18号

TEL.028-632-9711

※掲載している広告は、令和8年4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ブの登録商標です。

いつでも！誰でも！どこからでも！



しもつけっ子 安心子育てハンドブック

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6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



初めての妊娠で手続きや
支援制度がわからない



カレンダー形式の
手続き一覧はないかしら？



次の遊び場は
どこにしようかと悩んだら



冊子が見つからないから
電子ブックで読みたい

ブックマークは
こちらから





社会福祉法人内木会
学校法人内木学園の

しもつけ 子育て応援団

こどもとパパとママを笑顔で応援します!

一時預かり保育

認定こども園
あおば保育園 認定わがばこども園 第二薬師寺幼稚園
かなりや組 うぐいす組 ちゅうりっぷ組
認定みらいこども園 認定こども園 薬師寺幼稚園分園 認定こがわいこども園
あひる組 つぐみ組 かもめ組

てんとうし
チャイルド

*親子で参加する月3回90分の幼稚園体験!
歌・読み聞かせ・制作・戸外遊び等を
親子で楽しめます。

てんとうし
キッズ

親子で参加する月2回のイベント体験!
遠足・リズム運動・英語遊びなど。
同年齢のおともだちと交流できます。



園長
うちうみともえ&まちだまさよ

親子交流の場所から
パパ友・ママ友づくり
気になるあの子のケア
小学生の長時間預かりまで
何でもおまかせあれ!

社会福祉法人内木会
学校法人内木学園



<https://yakushiji.ed.jp>

内木会

認定こども園あおば保育園
認定こども園うぐいす幼稚園
認定こども園ちゅうりっぷ幼稚園
認定こども園かもめ幼稚園
認定こども園あひる幼稚園
認定こども園つぐみ幼稚園
認定こども園まめ幼稚園

認定こども園チャイルド
認定こども園キッズ
認定こども園ファミリー
認定こども園ベビー
認定こども園ジュニア
認定こども園シニア
認定こども園シニア
認定こども園シニア