根室市

子育てガイドブック





子ども向け屋内遊戯施設「ふるさと遊びの広場」わんぱーく　より

根室市こども家庭センター



すくすく





妊娠・出産のこと、子育てのこと、気持ちのこと
お気軽にご相談ください

妊娠期　出産　乳児期　幼児期　就学後から18歳ころまで



妊娠・出産

初めての妊娠・出産で不安
産後の生活が心配
なんとなく気分が落ち込む
母乳やミルクが足りているか心配
赤ちゃんが泣いてばかりで大変



子育て

こどもの成長や発達が気になる
こどもとうまく関われない
育児に疲れてイライラする



地域のみなさま

虐待やヤングケアラーが心配な家庭がある
近所から怒鳴り声や泣き声が聞こえる

根室市
こども家庭センター すくすく

根室市役所1階　窓口7番
〒087-8711　根室市常盤町2丁目27番地

問い合わせ
TEL　0153-23-6111（内線2123・2124）
FAX　0153-24-8692



○ はじめに



「根室市子育てガイドブック」は、子育てに関する様々な制度や生活情報をまとめ、市民の皆さんにわかりやすくご案内するため、作成いたしました。

子育ての不安や悩みを少しでも解消していただき、このガイドブックが少しでもお役に立てれば幸いです。

なお、掲載内容は２０２６年７月の情報のため、発行後に制度や施設の内容、利用料金などが変更となっている場合もありますので、最新の情報につきましては、各担当へお問合せをいただきますようお願いいたします。

○ 子育てガイドブック　もくじ

- 子育てカレンダー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
- 赤ちゃんが生まれるまで ・・・・・・・・・・・・・・・・・3
  妊娠届出の提出及び母子健康手帳の交付／パパママ学級等
- 赤ちゃんが生まれたら ・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
  各種手続き（出生届／出産祝金の支給／児童手当等）
- こどもの健康 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8
  新生児家庭訪問／健康相談／乳幼児健康診査・相談教室等
- 育児・子育て支援 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11
  子育て相談所「ぶらんこ」／つどいの広場「クルクル」／一時保育等
- ひとり親家庭への支援 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・15
  児童扶養手当／ひとり親家庭等医療費助成等
- こどもの発達や障がいへの支援 ・・・・・・・・・・・・・・・17
  乳幼児発達健診・幼児発達相談／こども発達支援事業／巡回児童相談等
- 保育所・幼稚園・認定こども園 ・・・・・・・・・・・・・・・22
- 学校に入ったら ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・29
  小学校・中学校・義務教育学校、入学・転入・転出手続きなど
- 主な施設 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・32
  総合文化会館／図書館／温水プール／青少年センター等
- いざというときに ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・37
  医療機関／急な病気や事故など
- 各種事業の紹介 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・41
  根室市公式LINE／母子手帳アプリ／親子のための相談LINE／にんしんSOS
- ねむろ子育てマップ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・47