根室市
Nemuro-city

根室市の公式LINE

友だち登録
（ID：@nemurocity）

生活情報や防災情報など
市役所からのお知らせを配信します。

問合先　市総務課広報広聴担当　☎：0153(23)6111番　内線 2342

根室市
NEMURO-CITY

根室市のママ&パパへ



予防接種モ!　成長記録モ!　街の育児情報モ!

地域とつながる母子手帳アプリ

妊娠から出産、育児までをフルサポート

利用料金
無料!



母子手帳アプリ

すくすくねむろ

by 母子モ

母子モ(ボシモ)で検索!
アプリストアからダウンロード
母子モ　検索

Download on the App Store
GET IT ON Google Play

18歳までのお子さまのいる保護者の方が対象です。

サービスに関するお問い合わせ
株式会社エムティーアイ コンタクトセンター
E-mail：bosai_info@cc.mti.co.jp

その他お問い合わせ
根室市役所　健康福祉部こども支援課こども支援担当
TEL：0153-23-6111　受付時間：平日 8:50 ～ 17:20（土日祝日は除く）

Apple および Apple ロゴは米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は、Apple Inc. のサービスマークです。Google Play および Google Play ロゴは Google LLC の商標です。

エムティーアイ

北海道

ほっかいどう
親子のための相談LINE

子育てや親子関係について悩んだときに、
子どもとその保護者の方などが相談できる窓口です。
ひとりで悩まずに気軽に相談してください。
専門の相談員がご相談にお応えします。



**二次元コード
から友達登録を
お願いします。**

［こども家庭庁
全国共通アカウント］

- 相談は無料です
- 秘密は守ります※
- 匿名での相談OKです

※身体や命に危険があると判断したときなど
緊急の場合は、関係機関に連絡して
安全を確保する場合があります。

対　　象	道内（札幌市を除く）にお住まいの子ども・保護者など
受付時間	平日・午前9時～午後5時
お問合せ	北海道保健福祉部子ども政策局子ども家庭支援課　TEL：011-204-5237

急ぎの場合、下記の電話相談をご利用ください。管轄の児童相談所につながります。

虐待かもと思ったら　児童相談所虐待対応ダイヤル　いちはやく　**189**

子育てに悩んだら　児童相談所相談専用ダイヤル　**0120-189-783**　いちはやく　なやみ

－思いがけない妊娠に関する相談窓口－

にんしんSOSほっかいどう サポートセンター

生理が
遅れている・・・

お金がなく
病院に行けない

ひとりで悩まずに・・・
いつでも
ご相談ください

中絶するか
悩んでいる・・・

自宅で出産してしまい
どうしたらよいか
わからない

080-4621-7722

相談時間：24時間365日（相談無料）

※パートナーやご家族からの相談も受け付けています

https://ninshin-sos.com/

ninshin-sos@
muginoko.com

来所相談：札幌市東区北３５条東９丁目１－１４
西尾記念ビル３階

LINE

LINE

秘密は守ります
匿名で大丈夫

相談員は
全員女性です

にんしんSOSほっかいどう　検索

実施：北海道・札幌市
（社会福祉法人 麦の子会運営）

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 PARK

公式インスタグラム 開設しました!!

WANPARK.NEMURO

満員情報や団体予約の状況など
随時アップします！
DMやコメントの返信はいたしかねます。
問い合わせは電話でお願いします。

・入場料：無料
・利用対象者：中学校就学前のお子様
※小学校3年生以下のお子様は同伴者の付き添いが必要です。
なお、小学校4年生以上は、同伴者の付き添いがなくても遊べます。
中学生・高校生は同伴者がいても遊具等のご利用はできません。

利用時間

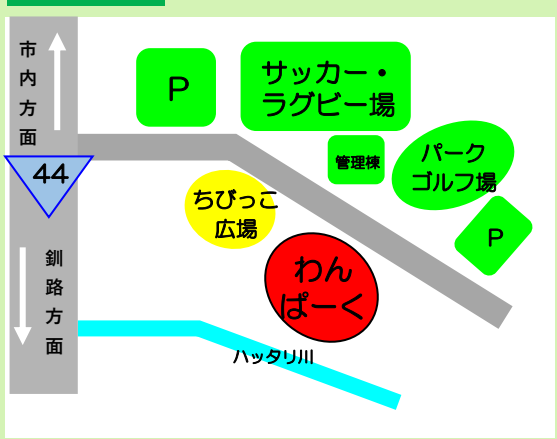
午　前　9：30～11：30
午　後　1：00～ 4：45

ー問い合わせ先ー

〇わんぱーく　根室総合運動公園内
〒087-0025 根室市西浜町1丁目
☎0153-27-6080

〇根室市役所
建設水道部都市整備課都市公園担当
〒087-8711
根室市常盤町2丁目27番地
☎0153-23-6111(内線3212)

アクセス



O’hanaでいっしょに
お子さまの預かりの活動をしませんか

ファミリーサポートは有償ボランティア活動です



「近くに頼れる親戚がいない」
「祖父母も働いていて、子どもを預けにくい」
「安心して、一息つける時間がほしい」
そんな子育て家庭を、地域で支えるのがファミサポです。

提供会員は、有償ボランティアとして
利用会員のお子さんをお預かりします。

活動報酬は 800～1,200円／1時間
（報酬は30分単位で、時間帯や曜日により異なり、
きょうだい児預かりの場合は1,200円～となります。）

活動開始前に、計24時間の提供会員養成講習会を
受講・修了していただきます。



子どもが好き。人の役に立ちたい。
そんな思いを、地域の子育て支援につなげてみませんか。



問い合わせ・会員登録

ファミリーサポートや提供会員についてのご質問、
提供会員養成講習会の日時など、お気軽にお電話ください。

根室市ファミリーサポートセンター
O'hana 0153-27-6972

O’hana Instagram

提供会員登録フォーム