

2026年1月開設

根室市こども家庭センター

すくすく



根室市こども家庭センター『すくすく』を開設しました



保健師、管理栄養士、保育士などの専門スタッフが妊娠・出産・子育て(0~18歳)について各種ご相談に対応し切れ目のない支援を提供することで、子育ての不安や負担を軽減し、子どもたちの健やかな「すくすく」とした成長を支える事をめざします。

こんな時、ご相談ください

妊娠期

- ・初めての妊娠・出産で不安
- ・出産に必要な準備がわからない
- ・予期せぬ妊娠で、誰にも相談できない

出産後

- ・母乳やミルクが足りているかな?
- ・赤ちゃんが泣きやまない
- ・赤ちゃんのお世話が上手にできない
- ・眠ることができない

子育て期

- ・離乳食はこれでいいのかな?
- ・育児につかれてイライラしてしまう
- ・子育てが辛い
- ・言葉がゆっくり、落ち着きがない...どうしたらいい?

子ども(本人)からの悩み

- ・学校へ行きたくない
- ・家に帰りたくない
- ・家のことや家族のお世話で自分のやりたいことができない

就学後から18歳ごろまで

- ・子どもの成長や発達が気になる
- ・子どもの情緒が不安定

地域のみならず

- ・虐待やヤングケアラーが心配な家庭がある



支援



根室市
こども家庭センター

すくすく

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2122・2123)
FAX 0153-24-8692



妊娠期～子育て期の基本スケジュール

妊娠中

妊娠前期（～15週）

- 母子健康手帳の交付
- マタニティブック
- 妊婦支援給付金(妊娠)

妊娠中期（～27週）

- パパママ学級(母親学級)

妊娠後期（28週～）

- 妊娠8ヵ月アンケート
- 妊婦支援給付金(後期・出産)
- 出産入院時の市立保育所での
兄弟預かり(2子目以降)
- 国民年金保険料の免除申請
- 健康相談・家庭訪問

妊娠後期（36週～）

経済的に困窮している方
(生活保護・非課税世帯など)

- 助産制度
- 粉ミルク受給券の申請

出産後～産後1ヵ月

- 出生届
- 赤ちゃんの健康保険証申請
- こども医療費受給資格証の申請
- 児童手当の申請
- 出産祝金、
乳児おむつ用品購入券の申請
- チャイルドシート購入助成
- おむつ類の無料収集
- 赤ちゃん訪問
- 妊婦支援給付金(出産)
※妊娠後期に申請されていない方
- 産前産後ケア事業/産後ケア事業
- ファミリーサポート事業

～ひとり親の方～

- 児童扶養手当の申請
- ひとり親家庭等医療費受給者証の申請
- ひとり親生活支援(おむつ用品関連)

- 2週間健診
- 1ヵ月健診

0歳～就学前

2ヵ月～

- 予防接種
- 新ママ交流会

4ヵ月～

- 4ヵ月児健康診査
- 離乳食教室

9ヵ月～10ヵ月

- 9～10ヵ月児健康相談

1歳6ヵ月

- 1歳6ヵ月児健康診査
- フッ素塗布の助成

3歳～就学

- 3歳児健康診査
- 5歳児健康診査