

長門市

2025年
10月発行



子育て ガイドブック



長門市では、結婚から妊娠、出産、子育てまで、ライフステージを応援します！

長門市 × 株式会社 サイネックス

ながとで過ごす週末には ワクワクがいっぱいだ。

この週末は、友達家族も誘ってセンザキッチンに遊びに行こう。木のおもちゃでたっぷり遊んで、遊覧船にも乗れたら子供たち、喜ぶだろうな。

お昼は楽しく BBQ。お肉やお魚を揃えて、グリルハウスで焼いて食べよう。あ、来週のご飯の材料も買っておかなくちゃ。……ついでに、この間見たステキな器、まだあったら買っちゃおうかな？



センザキッチン
SenzaKitchen

道の駅センザキッチン
住所：山口県長門市仙崎4297-1
TEL：0837-27-0300
運営：ながと物産合同会社



はじめに

長門市では、子育てに役立つ行政情報、親子で楽しめるスポットなどを紹介した「長門市子育てガイドブック」を作成しています。

本誌は、地域を挙げて子育てを応援する「官民協働」の取組として、各事業所からいただいた協賛により発刊するものです。

長門市子育て支援情報サイトとともに、子育てのお助けアイテムとして活用しながら、長門市での子育てをめいっぱい満喫してください。

令和7年10月

もくじ

- 4 お出かけ
- 10 子育てカレンダー
- 12 妊娠したら
- 18 赤ちゃんが生まれたら
- 24 子育て支援
- 30 保育園・幼稚園

36 ひとりで悩まないで

42 手当や制度

47 もしものときは

49 医療機関

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 —

小児歯科・矯正歯科

医療法人

田中歯科医院



長門市東深川906-1(緑ヶ丘)

0837-22-6480



お子様の歯の心配は
何でもご相談ください

こども
を守る

大人の防災グッズに**プラス**しよう!

防災グッズチェックリスト

いざという時のために、備えておきたい
防災グッズ。大人の防災グッズにプラス
して、こども用の防災グッズも見直し、
備えておきましょう。



緊急避難時!

おさんぽバッグに**プラス**

☒ 母子健康
手帳

☒ 止血パッド

☒ 笛

(万が一閉じ込め
られた時に)

☒ お菓子

(キャラメル・あめなどカ
ロリーの高いものを少し)

☒ 抱っこ紐

(ベビーカーの時も持ち歩
くと、避難時に便利です)

お散歩
楽しいね!



常にバッグに
入れておき、
誰でもすぐに
わかり使える
ように!

抱っこ紐はバッグ
に入る軽量タイ
プや、ウエスト
に収納するタイ
プが持ち歩き
に便利!

自宅から避難時!

非常持ち出し品に**プラス**

☒ 防災頭巾・ヘルメット

☒ レインコート

☒ マスクや軍手

☒ 衣料品3日分 (特に下着)

☒ おむつ3日分

☒ おしりふき (ウェットティッシュ)

☒ 粉ミルク3日分

☒ 哺乳瓶 (使い捨てタイプ)

☒ こどもの食料3日分 (月齢に合っ
た好きな物)

☒ 離乳食スプーン

☒ 食品用ラップ (スプーンや皿に巻け
ば汚さず使える)

☒ 紙コップ&ストロー

☒ 軽くて小さいおもちゃ

着て行く



個包装の
物が便利!

おり紙など

広 告

警備業務 交通誘導・鉄道(列車見張り)

誠実・責任・信頼



ナガト警備保障(有)

長門市深川湯本10584番地25

TEL(0837)23-0234 FAX(0837)23-0235

交通1級・2級の有資格者優遇

災害後自宅で
過ごすための！

非常用備蓄にプラス



ベビーフードは
そのまま食べられる
瓶や容器入りが便利

☑ 飲料水7日分（1人1日3リットル、
粉ミルク用も）

☑ 粉ミルク7日分

☑ こどもの食料7日分（月齢に合っ
た好きな物）

☑ おむつ&おしりふき7日分



『使える備え』にしよう！

こどもの防災グッズのそろえ方のコツ！



☑ 買い置きを備蓄に！
「ローリングストック」を活用！

普段から多めに買い置きを
しストックにする「ローリン
グストック方式」を活用し
ましょう。年齢に合わせて
変化していく非常食や消耗
品（おむつなど）の管理がし
やすくなります。



☑ こどもの食べられるものを
用意しよう！

防災用のお菓子やパン、フ
ルーツの缶詰などこどもが
食べ慣れたものや好物を
用意してあげましょう。ア
レルギーがある場合は、少
し多めにアレルギー対応
食を用意しましょう。



☑ 持ち出し品は持ち出せる重さに！



持ち出し品は最小限に、
用途が併用できるものを
活用しましょう。特に小さ
いこどもがいる場合、こど
もを抱っこした状態で一
緒に持てる重さか一度確
認してみてください。

☑ 避難生活の不安をやわらげよう！



その子ならではの日常
に必要なものがあれば
用意を。また発熱材やカ
セットコンロ&ガスボン
ベを用意しておく、温
かいものを食べること
ができ、気持ちもほっと
暖まります。

広 告

これからも地域のために！ 未来のために！



萩山口信用金庫

<https://www.shinkin.co.jp/hagi-yamaguchi/>

長門支店・仙崎支店・油谷支店

〒759-4101 長門市東深川1383番地4

☎ 0837-22-0828

親子で楽しく お出かけ

子育て関連施設



お
出
か
け

親子で遊びに行こう！ 子育て支援センター

長門市内には、7か所の子育て支援センターがあります。
安心できる環境の中で子どもが遊びながら、ママ・パパたちは子育ての相談や子育て仲間との情報交換をすることができ、気分転換にもなります。
是非、支援センターにお出かけください。



ベビーベッドも
完備しています！



みのり保育園
子育て支援センター
(わくわくひろば もみり)

みのり保育園内に併設の施設。季節を感じる多彩な小行事もお楽しみください。

☎ 0837-22-2062

🕒 9時30分～15時30分

📍 長門市西深川3766(みのり保育園併設)

🕒 火～土曜日



三隅保育園
子育て支援センター
(わくわくひろば もみり)

ゆったりとした環境の中に様々な遊びのコーナーを設け、子どもたちが自由に遊びながら利用者さん同士の交流もできます。

☎ 0837-43-2381

🕒 9時30分～15時30分

📍 長門市三隅下473(三隅保育園併設)

🕒 月・火・木・金曜日

広 告



家庭用・業務用エアコン
電気・LED、照明・ボイラー工事
販売・施工・修理・保守

株式会社
なかの空調サービス

長門市油谷角山1750番地1

TEL 0837-32-2152

FAX 0837-32-2503 mail htc11816@hotmail.co.jp



乳幼児のお子さんと一緒に、ゆっくりとおちついて遊べます。遊びながらいろいろな方と交流をして子育ての輪を広げます。

- ☎ 0837-37-5511
 時 9時30分～15時30分
 所 長門市日置上5926(日置保育園併設)
 開 火・木・金曜日



快適な室内環境で、年間を通じていろいろなイベントを行い、子どもと一緒に楽しめる場所です。

- ☎ 0837-32-1506
 時 9時30分～15時30分
 所 長門市油谷新別名10672-1
 (わいわい子どもセンター内)
 開 月・水・金曜日



子育て親のための情報交換、お友達づくり、癒しの場としてお気軽にご利用ください。

- ☎ 0837-22-2033 時 10時～12時
 所 長門市東深川980-26
 (深川幼稚園併設)
 開 月～金曜日



積み木やおもちゃ作り、おやつ作り、絵本の読み聞かせ、リズム遊びなどをしています。

- ☎ 0837-27-0415 時 9時30分～12時
 所 長門市仙崎446-1
 (あおい幼稚園併設)
 開 火・水・金曜日



愛子さまご愛用の木製玩具も取り揃えた充実した施設です。育児講座・サークル活動も魅力満載。

- ☎ 0837-26-1327 時 9時～15時
 所 長門市仙崎1263-1(みずッ保育園併設)
 開 月～金曜日



広 告

山口県に生まれてきてくれた赤ちゃんに

はじめましてBOX

「生まれてきてくれてありがとう」の気持ちを込めて「はじめましてBOX」を無料でお届け！



申込条件
 山口県内に住む1歳未満のおさんがいらっしゃる方

詳しくはコチラから

生活協同組合 コープやまぐち

子育てサポートサポ



お子様がいらっしゃるご家庭のお買い物をお手伝いする子育て応援サービスです。
 お申込みはコチラから

お子さんの年齢に合わせてお得なサービスがあります

0歳～1歳になるまで	無料商品プレゼント/宅配利用料 無料
1歳～3歳になるまで	宅配利用料 無料
3歳～7歳になるまで	宅配利用料 減額

※妊娠中に「ここサポ」のご登録をされた方は、登録受付後より宅配利用料が無料となります。

お問い合わせ 問合せセンター TEL.0120-49-5657
 月～金/8:30～20:00 土/9:00～17:00

出張ひろば (学校内子育てひろば)

親子で学生と
ふれあってみませんか！

定期的に市内の学校へ
「子育て支援センター」が出張
開設します。

学生が赤ちゃんとその家族に出会うことで“命”と向き合い子育て中の
保護者の方の新しい交流が生まれることを目指します。

所 子育て支援課 ☎ 0837-23-1156



親子の交流ひろば



学生と乳幼児親子の
ふれあい体験会



生徒の手作り
おもちゃ等の
プレゼント



広 告

総合建設業・一級建築士事務所



ナカケン株式会社

代表取締役 中 原 晃 弘

〒759-4101 山口県長門市東深川1005番地

TEL 0837-22-0738 FAX 0837-22-3960

親子で楽しく

お出かけ

長門市の公園など

長門市総合公園は、市民の憩いと交流の場、スポーツ・レクリエーション・文化活動の拠点として、芝生広場、複合遊具、テニスコートなど、子供からお年寄りまで楽しめる公園となっています。

お出かけ



ちびっこ広場

幼児対象の複合遊具

長門市総合公園

芝生広場

約3,500㎡の
広い広場



ローラー滑り台

全長113mの滑り台



園内マップ



広 告

子育て世代に
安心の住まいを
提案します!!

あなたの
近くに
寄り添う
工務店!!

(有)深水工務店

長門市仙崎399-1 (ゆめマート南仙崎店前)

TEL 0837-26-0586

FAX 0837-26-3625

住 宅 ビルサッシ 板硝子

エクステリア シャッター 他

吉富ガラス店

長門市東深川駅前645-8

TEL.0837-22-1544

七重川河川プール

県内でも屈指の温泉地「俵山温泉」からさらに奥に車で5分。夜はホテルが飛び交う七重川沿いに作られた「七重川河川プール」には、遠方からのお客さんも含め、毎年、たくさんの家族連れでにぎわいます。



プールの横には管理棟、トイレ、更衣室があります。

自然の森から発生するマイナスイオンを十分に浴びながら、楽しい夏休みの思い出づくりにプール遊びはどうでしょうか。



プールだけでなく、川遊びもできます。

川を上ると「七段の滝」があり、見どころ満載です！



広 告

●新築●増改築●水廻りリフォーム●古民家再生

(株)油谷住建 一級建築士事務所



油谷久富 ☎32-0133(代) FAX32-2839





長門おもちゃ美術館

「長門おもちゃ美術館」は、木育の推進拠点となる体験型ミュージアムです。0歳から100歳までの様々な世代が、おもちゃを媒介に、楽しくコミュニケーションがとれる「多世代交流の場」となっています。

- 所 長門市仙崎4297-1 (道の駅センザキッチン内)
- 時 10時～16時 (入館15時30分まで)
- 休 木曜日、年末年始、12月から翌年3月においては水・木曜日
- 料 1歳未満無料 こども200円 おとな400円
平日限定半年パスポート (こども700円 おとな1,500円)
キッズクルーズ船 1人500円
- 電 0837-27-0337



広 告



一般社団法人 長門市西深川4099-1
リフォレながと (林業センター2階)
TEL 0837-27-0143
Mail info@refore.jp

人と山をつなぎ 未来の森林を創造する

長門市の人口は伐採時期を迎えています。山林の高齢化が進むと、山林が担ってきた多面的機能(洪水の緩和や水質浄化、土砂崩れ防止など)が低下する恐れがあります。伐採・再造林や間伐などの適切な管理により森林の若返りを促すことができます。長門市の次世代の子に美しい山林を残せるように、リフォレながとは活動しています。

山林のことなら なんでもご相談ください

お気軽に
お越し
ください

長門市の山を
次世代に残せる
ようお手伝い
します！

調査から伐採・
植栽まで長期に
支援いたします！

長門市内の山林なら**無料**で
調査いたします(すず・ひのきのみ)

※お持ちの山林の植生により対応が
難しい場合がございます



子育てカレンダー



妊娠

出産

乳幼児

相談



 **P36** こども家庭センター「ここいく」 ☎0837-23-1225

 **P17** 保健センター ☎0837-23-1133

届出
など



 **P12** 妊娠届
(母子健康手帳交付)

 **P18** 出生届

 **P18** 健康保険加入

 **P19** こんにちは赤ちゃん訪問

訪問
・
健診



 **P24** 母子保健推進員の訪問

 **P12** 妊婦健康診査  **P19** 産婦健康診査

 **P20**
乳幼児健康診査

 **P13** 妊婦歯科健康診査



 **P14** パパママ入門教室

 **P19** すくすく

 **P14** 健やかマタニティ教室

 **P20** むし歯予

学ぶ、
遊ぶ



 **P4,P5** 子育て支援センター

 **P24** 子育て輪づくり

広 告

ほっちゃテレビのインターネット

ほっちゃ光

速さで選べる**4**プラン
人気は**120M**
コスト重視、
動画もサクサク
月額**4,400円**

超 高 速
制限なし

とことんこだわりの・・・
1G 月額**6,600円**

30Mコースや
300Mコースもあり

HO-T-CHA
ほっちゃテレビ

お問い合わせはこちら
0837-23-1541

ほっちゃテレビ公式サイト
<https://www.hot-cha.tv>



就学までの成長にあわせたサポートカレンダーです。忘れないようにチェックしましょう。

就学



P19 乳幼児育児相談・栄養相談



P20

5歳児すこやか相談会



就学时健診



赤ちゃん教室

防教室

未就園児対象

(主催:長門市母子保健推進協議会)



広告



ISHIN REAL ESTATE CO., LTD.

株式会社 維新不動産

〒759-4101 山口県長門市東深川1388番地
マイファムスビルD (「長崎ちゃんめん」隣り)

TEL:0837-23-5370 FAX:0837-22-8475

E-mail ishin-real-estate@outlook.jp
<http://ishin-real-estate.sesh.estate/>

障がいを持つ方々が安心して通える“居場所”で
少しずつ社会とつながる力を育みます。

特定非営利活動法人

長門市手をつなぐ親の会



就労継続支援 B 型事業所

友愛センター

長門市油谷新別名1098番地1 TEL:0837-32-2633

妊娠したら



母子健康手帳の交付

☎ 保健センター ☎0837-23-1133

妊娠の届出をおこなうと、母子健康手帳を交付します。交付時には保健師等が面接し、妊娠中の体や心の変化、注意することなど、色々な話を一緒にします。できるだけご本人がお越しください。お父さん(夫)の同伴も大歓迎です。

- 持参物**
- ・ **妊娠届** (病院で用紙を受け取ってください。ない場合は、病院で発行された分娩予定日がわかるものを持ってお越しください。)
 - ・ **マイナンバーカード／通知カードと本人確認書類(運転免許証など)**
※代理人がお越しになる場合には、上記の2つに加え、委任状と代理人の本人確認書類をお持ちください。

場 所 ・ 長門市保健センター

※母子保健法の改正に伴い、平成28年1月1日から妊娠届に個人番号の記入が必要になりました。

安心して出産するために

妊婦健康診査

☎ 保健センター ☎0837-23-1133

妊婦健康診査は、お母さんとおなかの赤ちゃんの健康を守り、妊娠が順調に経過しているかどうか確認するためのものです。出産までに必要な回数(14回)を公費負担で受けることができます。多胎児を妊娠した妊婦さんは14回に加えて、5回程助成します。

対 象 長門市に住民登録のある妊婦

場 所 県内の医療機関等

費 用 受診票の検査項目に限り無料

持参物 母子健康手帳、妊婦健康診査受診票

※里帰り出産などで県外の医療機関で妊婦健康診査を受ける場合には、事前に長門市保健センターにご連絡ください。



子どもと遊ぼう

床に仰向けに寝かせ、両足を持って、前後に行ったり来たり。最初のうちは、子どもの膝を曲げて押しますが、しだいに自分でつばろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

🌱 妊産婦アクセス支援事業

☎ 保健センター ☎0837-23-1133

分娩取扱施設が遠方となる妊婦さんの分娩時の移動にかかる交通費と出産前待機のための宿泊費を助成します。

持参物 母子健康手帳

振込先金融機関の通帳又はキャッシュカード(写)

分娩に伴う入院時の診療明細書又は領収書(写)

タクシー利用の場合は、タクシー料金の領収書(発着地が記載されていること)

宿泊を要した場合は、宿泊施設の領収書

🌱 妊婦歯科健康診査

☎ 保健センター ☎0837-23-1133

妊娠中は、普段よりお口の中の環境が悪くなりがちです。また、歯周病などがあると早産や低出生体重児の出産を引き起こす可能性が高くなります。妊婦歯科健康診査は、妊娠期間中に一度に限り歯科医院にて無料で歯科健診が出来ます。

対 象 長門市に住民登録のある妊婦

場 所 市内の契約歯科医院

費 用 無料

持参物 母子健康手帳、「8020」歯っぴいママ歯科健診票

🌱 妊娠後期面談

☎ 保健センター ☎0837-23-1133

出産を控える妊娠後期の全妊婦さんを対象に、保健師などが面談をし、相談に応じます。

妊娠したら



子どもと遊ぼう //

子どもをおなかにまたがせ、仰向けに寝ます。膝を立てておなかの力を使い起き上がり、**おでことおでこでごっつんこ**。親の腹筋の運動にもなります。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

🌱 健やかマタニティ教室

📍 保健センター ☎0837-23-1133

健やかマタニティ教室では、歯科衛生士による妊娠中の歯のケアのお話や、栄養士による妊娠中の食事のお話、助産師による楽なお産のための体操等を行います。また、妊婦さん同士の交流を図ります。

対 象 市内在住の妊婦

場 所 長門市保健センター

※詳しい日程は、広報や母子保健カレンダーをご覧ください。

※予約が必要となります。教室の1週間前までにご連絡ください。

🌱 パパママ入門教室

📍 保健センター ☎0837-23-1133

子育ては、両親の共同作業です。パパママ入門教室では、赤ちゃん人形を使って、お風呂に入れる練習や抱っこの仕方等の体験ができます。また、これからママ仲間・パパ仲間になる方々と、楽しい時間を過ごしましょう。

対 象 市内在住の妊婦とその家族

時 間 13時30分から16時

場 所 長門市保健センター

内 容 赤ちゃんの沐浴練習／赤ちゃんの抱っこの仕方・オムツの替え方体験／質問タイムなど

※詳しい日程は、広報や母子保健カレンダーでご確認ください。

※予約が必要となります。教室の1週間前までにご連絡ください。

— 広 告 —



**長門ファミリーはり・きゅう
整骨院・整体院**

マタニティ整体/産後骨盤調整

長門市東深川1384-1
【予約制】0837-22-7289

お問合せ
LINE追加



妊娠中に特にとりたい栄養

保健センター ☎0837-23-1132

鉄分

推奨量 初期8.5mg、中期・後期14.5mg

はたらき 妊娠が進むにつれ、必要となる血液量が増えるため、鉄欠乏性貧血になりやすくなります。出産時の異常出血等の予防のため、また産後の体力回復や母乳分泌のためにも鉄分の多い食品をしっかりと摂取しましょう。

多く含む食品 卵、あさり、レバー、赤身牛肉、大豆製品、ほうれん草、ひじきなど

吸収をよくするために 鉄分は、それだけでは体内に吸収されにくいので、ビタミンCやたんぱく質の多い食品と一緒にとりましょう。



妊娠したら

カルシウム

推奨量 650mg

はたらき 赤ちゃんの骨や歯の成長に必要な栄養素。妊娠中の血圧を下げる効果もありますので、妊娠高血圧症候群の予防にもなります。

多く含む食品 牛乳・ヨーグルトなどの乳製品、豆腐などの大豆製品、小魚や緑黄色野菜など。とりわけ乳製品は吸収のよいカルシウム源です。

吸収をよくするために きのこと類やサケ、サンマなどに多く含まれるビタミンDと一緒にとりましょう。



広告

子育てを頑張るお母さまへ
料理のお手伝い

—創業明治五年—

Ⓜ 大津醤油株式会社

長門市日置上2574番地

TEL.0837-37-3150

大津醤油株式会社ウェブサイト▶



葉酸

推奨量 中期・後期480 μ g

はたらき 胎児の神経系、脳の発達に大切な働きをするだけでなく、貧血予防にも必要です。特に妊娠12週までは、不足しないよう積極的にとりましょう。

食事だけでは十分な量の摂取が難しいため、吸収率の高いサプリメントでの摂取が勧められています。

※妊娠を計画している者と妊娠初期の者について、食品からの240 μ gの摂取に加えてサプリメントで+400 μ gの付加が推奨。

多く含む食品 ほうれん草、ブロッコリー、枝豆、いちご、納豆等



妊娠したら

ビタミンC

推奨量 110mg

はたらき 新生児の壊血病の予防に必要です。
鉄分の吸収をよくする働きもあります。

多く含む食品 レモン、いちご、ピーマン、じゃがいも、ブロッコリー、さつまいもなど



※推奨量は「日本人の食事摂取基準(2025年版)」より引用



子どもと遊ぼう

バスタオルを2回ほど結び、タオルのボールを作ります。お座りしている子どもの胸あたりに投げて、キャッチさせます。子どもにタオルボールを**抱っこ**させ、「つかむ」感覚を覚えさせましょう。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

保健センターの紹介

◆保健センターの業務内容

妊婦さんや小さなお子さんがあるご家庭を訪問し、健康状態や発育の確認、育児に関する相談を行っています。

また、保健センターでは、健やかマタニティ教室や育児相談を開催して、妊娠や子育てに関する相談を行っています。

妊娠、子育てでわからないこと、不安なことなど、お気軽にご相談ください。

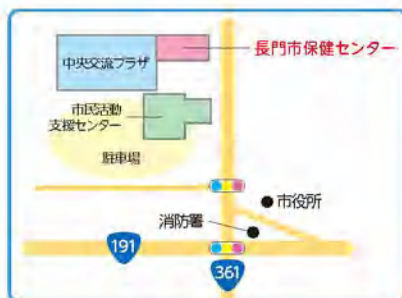
◆主な業務

- 生活習慣病の予防及び健康増進に関すること
- がん検診に関すること
- 心の健康づくりに関すること
- 母子保健に関すること
- 予防接種に関すること
- 健康診査に関すること

◆長門市保健センター

長門市東深川1326番地6

☎0837-23-1133 FAX0837-23-1168



妊娠したら



保健師

私たちが
サポート
します！



管理栄養士

— 広 告 —

山口県知事登録業者
全国ビルメンテナンス協会会員

有限会社 長門ビルサービス

代表取締役 下松 智

長門市仙崎888-1
TEL:0837-26-1598 FAX:0837-26-0763



赤ちゃんが生まれたら



赤ちゃんの届出・手続き

	届出期間	内 容	必要なもの	問い合わせ先
出生届	出生したその日から14日以内	赤ちゃんの戸籍届出・住民登録の手続き	☒ 出生届(右半面に医師または助産師の出生証明を受けたもの) ☒ 母子健康手帳 ☒ 届出をする人の印鑑	総合窓口課 ☎0837-23-1127 またはいずれかの役所 ・出生地 ・本籍地
健康保険	出生後できるだけ早く(国民健康保険の場合は出生したその日から14日以内)	赤ちゃんの健康保険加入(保険証)の手続き	☒ 印鑑 ☒ (保護者の)健康保険証 ☒ 母子健康手帳 ※その他、ご加入の保険の窓口にお問い合わせください。	下記のいずれか ・現在加入している勤務先の健康保険の窓口 ・国民健康保険の場合は住んでいる地域の役所 総合窓口課 ☎0837-23-1130
・出産育児一時金 ・出産手当金(国民健康保険にはありません)	出産育児一時金は出産日の翌日から2年間で申請する場合があります(妊娠中に医療機関で申請する場合があります) 出産手当金については、ご加入の健康保険にお問い合わせください。	健康保険から出産に際し、支給されるもの ※直接支払制度を利用の場合、健康保険から医療機関に直接支払われます。なお、満額に満たない場合は差額が支給されます。	ご加入の健康保険によって必要な書類が異なりますので、ご加入の保険の窓口にお問い合わせください。	・出産した方(産婦)がご加入の健康保険の窓口 ・国民健康保険の場合は、住んでいる地域の役所 総合窓口課 ☎0837-23-1129

※児童手当、乳幼児医療費助成制度についてはP42を参照



子どもと遊ぼう

親は膝を曲げて座ります(体操座り)。子どもを膝のてっぺんに座らせ、親の足先に向けて滑らせます。



出典：厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

産婦健康診査

☎保健センター ☎0837-23-1133

産婦健康診査は、出産後間もない時期のお母さんのところとからだの健康状態をチェックするためのものです。産後2週間と産後1か月の健康診査を無料で受けることができます。

対 象 長門市に住民登録のある妊婦

場 所 県内の医療機関等

費 用 受診票の検査項目に限り無料

持 参 品 母子健康手帳、産婦健康診査受診票

新生児聴覚検査

☎保健センター ☎0837-23-1133

医療機関で新生児を対象に行う耳の聞こえの検査を無料で受けることができます。

こんにちは赤ちゃん訪問

☎保健センター ☎0837-23-1133

赤ちゃんが生まれた全てのご家庭に保健師等が訪問して、赤ちゃんの体重測定や育児相談及び産後の健康相談に応じています。

すくすく赤ちゃん教室

☎保健センター ☎0837-23-1133

離乳食や予防接種、子どもの病気や対処方法など子育て中に知りたい内容の教室を開催しています。ママ仲間との交流もできるのでぜひご参加ください。

※詳しい日程は、広報や母子保健カレンダーでご確認ください。

※予約が必要となります。教室の1週間前までにご連絡ください。

乳幼児育児相談・栄養相談

☎保健センター ☎0837-23-1133(他各地区保健センター)

長門市在住の乳幼児と保護者を対象に定期的に開催しています。身体測定のほか保健師や栄養士等が育児・栄養・発育・発達のことなど、色々なご相談をお受けします。

※詳しい日程は、広報や母子保健カレンダーでご覧ください。予約は必要ありません。

赤ちゃんが生まれたら

むし歯予防教室

☎保健センター ☎0837-23-1133

歯科衛生士によるむし歯予防に関するお話や正しいブラッシングの方法についての教室です。また、母子保健推進員によるエプロンシアターや食生活改善推進員による手作りおやつの配布もあります。

※詳しい日程は、広報や母子保健カレンダーをご覧ください。

※予約が必要となります。教室の1週間前までにご連絡ください。

乳幼児健康診査

☎保健センター ☎0837-23-1133

乳幼児を対象として以下の健康診査を行っています。お子さんの成長・発達をみるための大切な健診ですので、対象年齢になったら早めに受診してください。

※長門市から転出された場合は、各受診票は使用できません。転出先の保健センターにご相談ください。

健診の種類	受診時期	実施方法	注意事項
1カ月児健康診査	満1カ月になったら受けましょう。	個別健診	※県内の指定医療機関で受診できます。 ※個別通知は行いません。
3カ月児健康診査	満3カ月になって、首がすわった頃を目安に受けましょう。		
7カ月児健康診査	満7カ月になって、おすわりが上手にできるようになった頃を目安に受けましょう。		
1歳児健康診査	11カ月～1歳1カ月未満	集団健診	※健診時期が近づきましたら、受診票等を自宅に郵送します。
1歳6カ月児健康診査	1歳6カ月～2歳未満		
3歳児健康診査	3歳～4歳未満		

🏠個別健診 実施医療機関で受診

🏠集団健診 長門市保健センターで受診

5歳児すこやか相談会

☎保健センター ☎0837-23-1133

5歳児すこやか相談会は、お子さんの発達や育児について困っている保護者の方や、集団生活の中で困っているお子さんに対し、専門家が相談を行い、より良い支援を考えていくものです。

年中さんになったら、各保育園・幼稚園から相談会の案内と質問票が配られます。(保育園や幼稚園に通っていない方や、市外の園に通っている方には自宅に郵送します。)

予防接種について

☎保健センター ☎0837-23-1132

お母さんが赤ちゃんにプレゼントした免疫は、百日ぜきでは生後3カ月までに、麻疹(はしか)では生後12カ月までにはほとんど自然に失われていきます。

そのため、この時期を過ぎると、赤ちゃん自身で免疫をつくって病気を予防する必要があります。その助けとなるのが予防接種です。

さまざまな感染症から赤ちゃんを守るため、予防接種を受けましょう。

予防接種には、定期予防接種と任意予防接種があります。定期予防接種とは、予防接種法で定められたもので、受けることが望ましいとされ、保護者に接種の努力義務が課せられています。任意予防接種は、保護者が接種をするかどうか判断する予防接種です。

定期予防接種

接種方法 指定医療機関で接種

費用 対象年齢であれば無料

持参するもの 母子健康手帳

その他 対象年齢を過ぎたり、
指定医療機関以外で接種をすると有料となります。

定期予防接種の

①種類 ②対象年齢 ③接種回数と間隔

④望ましい時期

などは「長門市健康ガイド」で確認しましょう！

赤ちゃんが生まれたら



子どもと遊ぼう //

「すべり台」の要領で座ります。親のほうを向いて、足の甲の上に座ります。落ちないようにすねにしがみついてもかまいません。親はおなかに力を入れて、足先を持ち上げ、上下に動かします。親の腹筋も鍛えられます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

子どもの予防接種

保健センター ☎0837-23-1132

予防接種は種類により受ける時期・回数などが定められています。下記の表を参考に、接種のスケジュールをたてて、受け忘れがないようにしましょう。

定期予防接種のスケジュール(R7年10月現在)

種類と対象年齢等		月齢	合計回数	誕生																	
				1 1 ヵ 月	2 2 ヵ 月	3 3 ヵ 月	4 4 ヵ 月	5 5 ヵ 月	6 6 ヵ 月	7 7 ヵ 月	8 8 ヵ 月	9 9 ヵ 月	10 10 ヵ 月	11 11 ヵ 月	1 1 歳	2 2 ヵ 月	3 3 ヵ 月				
肺炎球菌	不	生後2～7ヵ月未満で開始 【お勧め】	4回		①	②	③	27日以上あけて3回接種						④	3回目から						
	不	生後7ヵ月～1歳未満で開始	3回	②③は2歳まで ②が1歳を超えた場合は ③は行わず④のみ行う。				①	②	27日以上あけて2回				③							
	※1回目を接種する月齢によって回数、間隔が違います。	生後1歳～2歳未満で開始	2回						②は2歳までに行う。2歳を超えた場合は行わず、追加接種③は行う。				①		②						
		生後2歳～5歳未満で開始	1回																		
B型肝炎	不	出生後～1歳未満	3回		①	②			③	27日以上の間隔で2回接種後、											
4種混合 5種混合	不	生後2ヵ月～7歳6ヵ月未満	4回		①	②	③	20日以上あけて3回接種													
BCG	生	出生後～1歳未満	1回					①	生後5～8ヵ月未満で接種												
麻しん風しん 混合(MR)	生	1期:生後1歳～2歳未満	2回											①	1歳を						
		2期:年長児																			
みずぼうそう	生	生後1歳～3歳未満	2回											①							
日本脳炎	不	生後6ヵ月～7歳6ヵ月未満	3回																		
ロタウィルス ロタリックス(1価)	生	生後6週～生後24週	2回		①	②						27日以上あけて2回									
ロタウィルス ロタテック(5価)	生	生後6週～生後32週	3回		①	②		③				27日以上あけて3回									

赤ちゃんが生まれたら

〈色分け等の説明〉



予防接種法で接種を勧奨されている年齢。
この期間内であれば、原則無料で受けられる。



病気にかかりやすい時期を考慮して、この時期
に受けるように勧奨されている年齢。

①②③④ 望ましい接種時期。 数字は接種回数



任意接種のできる年齢

不 不活化ワクチン

生 生ワクチン

4 カ 月	5 カ 月	6 カ 月	7 カ 月	8 カ 月	9 カ 月	10 カ 月	11 カ 月	6 カ 月
								2 歳
								3 歳
								4 歳
								5 歳
								6 歳
								7 歳
60日以上あけて、1歳以降に接種								
2回目から60日以上あけて、1歳以降に接種								
60日以上あけて2回接種								
①								
1回目から139日以上あけて1回								
④ 3回目から6カ月以上あけて1回接種 標準的は3回目から12カ月以上18カ月未満								
11歳以上13歳未 満で追加接種(2 種混合予防接種) があります。								
過ぎたらできるだけ早く								
年長さんになったらできるだけ早く ②								
② 1回目から3カ月以上あけて接種 標準的は6カ月から12カ月あけて接種								
6日以上あけて接種 ① ③								
2回目から6カ月以上あけて接種 標準的は2回目から概ね1年あけて接種								
9歳以上13歳未 満で追加接種 があります。								

〈ワクチンの間隔〉

不活化ワクチン 間隔の規定なし

生ワクチン

27日以上あける

不活化ワクチン

生ワクチン

例 月曜日に接種したら、4週間後の月曜日に
別の予防接種が可能

同じワクチンを複数回接種する場合には、
それぞれ左記のスケジュールのような定
められた間隔があります。



予防接種のスケジュールを立てるポイント

- ①接種可能な時期になったら、なるべく早く受けましょう。
- ②複数回数接種するものは、忘れずに次の予定を組みましょう。(決まった回数を接種しないと十分な効果がありませんので、ご注意ください。)
- ③麻しん(はしか)と風しん(3日はしか)は、1歳になるとかかりやすく、かかると重症になることがありますので、1歳になったらできるだけ早く、“麻しん風しん混合(MR)”の予防接種を受けましょう。
- ④スケジュールどおりに接種ができなくなった場合は、早めに主治医や保健センターに相談してください。



赤ちゃんが生まれたら

子育て支援



ぼすい 母推さんをご存知ですか？(母子保健推進員)

母子保健推進員は、長門市の依頼を受けたボランティアです。妊婦さんや子育て中のお父さんやお母さんに色々な声かけをしてくれたり、相談にのってくれたり…子育ての不安や疑問に対するアドバイザーとして地域で活躍中です!!

げんき通信の発行

乳幼児のいる家庭への声かけ(家庭訪問)

子育て輪づくり・イベントの開催

むし歯予防の推進



母子手帳アプリ「ハローベビーながさぽBY母子モ」

図 長門市保健センター ☎0837-23-1133

妊娠期から出産・子育て期までの必要な情報収集、予防接種スケジュール管理、お子様の成長を簡単に記録などのサポートをしてくれるアプリです。ぜひご利用ください。

アプリストアからダウンロードして、**カンタン登録**



母子モ(ボシモ)で検索 /

or

こちらを
読取り



広告

子育て支援センター にこここクラブ

子育てとくつろぎの空間
コーヒーマーカー導入・お茶だけでもどうぞ
お友だちづくりに、休憩に

場所: 深川幼稚園内 長門市東深川980-26
電話: 0837-22-2033 月～金 10:00～12:00



🌱 木育推進(誕生祝い品)

📍 農林水産課 ☎0837-23-1142

長門市で育った木を使用し、長門市の職人が作った、長門市にちなんだ木のおもちゃを新生児に贈呈します。

誕生祝い品は「ぞうさんの積み木」、「にわたりの親子」、「ながとの海のオクリモノーゆらゆらー」です。

どちらの誕生祝い品も、このまちで生まれた童謡詩人金子みすゞが「命の慈しみ」を作品においてうたったように、長門の人々が受け継いでいる命を大切にす文化を次の世代に引き継いで欲しいという想いを込めています。



🌱 休日保育

対象児童 認可保育所に通園している1歳以上の児童で、日曜日及び祝日に仕事などにより家庭における保育が困難なとき

保育期間 1日を単位(保育希望日の1カ月前までに、申し込んでください)

保育時間 原則として、8時から18時まで

実施保育所 みのり保育園 ☎0837-22-2060

申し込み先 子育て支援課 ☎0837-23-1156

🌱 一時保育

対象児童 小学校就学前までの未就園児が対象で、家庭において保育が一時的に困難になった場合(断続的就労、疾病、冠婚葬祭、通院など)

保育期間 1日を単位として、週に3日程度、月に12日以内

利用料 1日につき1,800円、半日(昼食なし)900円

実施保育所 市内保育園

**問い合わせ
申し込み先** 子育て支援課 ☎0837-23-1156、各保育園



子どもと遊ぼう //

親子で向かい合って両手をつなぎます。子どもは、親の右足の上に左足、左足の上に右足をのせます。親の両足に、子どもが乗っかる形で、つないでいる両手でバランスをとりながら、二人三脚のように、息を合わせて一歩ずつ前進します。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

長門市ファミリーサポートセンター

子育ての援助を受けたい人(依頼会員)と行いたい人(提供会員)がお互いに会員になり、提供会員が依頼会員のお子さんの世話を有料で援助するシステムです。

対 象 生後6カ月から小学校6年生まで

住 所 長門市東深川1321-1
長門市地域福祉センター
2階

電 話 ☎0837-23-1610

🌸 保育施設・学校及び習い事への送迎

🌸 子どもの預かり

- ① 保育施設の保育開始時間まで、および保育終了後
- ② 学校行事・冠婚葬祭・通院などの場合
- ③ 児童クラブ開始前、および終了後 など

長門市ファミリーサポートセンターのしくみ

このサービスを受けたり、援助するためには
会員になる必要があります。

子どもの
送り迎えをお願い
したいのですが

はい
いいですよ

事前打ち合わせ・援助活動

依頼会員

提供会員

はい、どなたか
連絡して
みましょう

お願いでき
ますか？

援助依頼の申し込み

援助活動の依頼

長門市
ファミリーサポートセンター

サービスの
報酬

- 平日(月～金)7時～19時 600円/1時間
- 土・日・祝日・上記以外の時間 700円/1時間
- 年末年始(12/29～1/3) 800円/1時間



『ももって本当?』 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。



子育て短期支援(ショートステイ)

 子育て支援課 こども家庭センター「ここいく」 ☎0837-23-1225

児童を養育している家庭の保護者が、疾病などの理由により、一時的に児童を養育することが困難になった場合や、子育てに係る保護者の負担の軽減が必要な場合に利用できます。

対 象 児童または母子

実施施設 児童養護施設 俵山湯の家(長門市俵山4827-1)

利用料金 2歳未満児:1日あたり4,300円 2歳以上児:1日あたり2,350円
親子入所する場合の親及び緊急一時保護の親:1日あたり670円
※世帯の状況により軽減措置があります。

子育て短期支援(トワイライトステイ)

 子育て支援課 こども家庭センター「ここいく」 ☎0837-23-1225

児童を養育している家庭の保護者が、仕事などの理由により、平日夜間や休日に不在となり、児童を養育することが困難な場合や、子育てに係る保護者の負担の軽減が必要な場合に利用できます。

対 象 児童

実施施設 児童養護施設 俵山湯の家(長門市俵山4827-1)

利用料金 トワイライト:1日あたり450円 宿泊:1日あたり450円
休日預かり:1日あたり1,000円
※世帯の状況により軽減措置があります。

産後ケア事業

 子育て支援課 こども家庭センター「ここいく」 ☎0837-27-0077

対 象 者 長門市に住民票がある、産後ケアを必要とするいずれかの人が
・出産後1年以内の母子
・1年以内に流産等を経験した人
・1歳未満の子を養育する養親及び里親

内 容 助産師等の専門スタッフから、からだところ、育児のサポートを受けることができます。
からだサポート:体調管理、栄養管理、おっぱい相談
ところサポート:育児相談、ところの休養
育児サポート:沐浴方法、授乳方法の指導、相談

ショートステイ(宿泊型)

医療機関に宿泊し、助産師等の専門スタッフから産後ケアを受けられます。(上限7日間)

アウトリーチ(訪問型)

助産師が自宅を訪問し、産後ケアを受けられます。1日2時間(上限7日間)

- 利用者負担** ショートステイ1日3000円、アウトリーチ1日750円
 ※生活保護世帯、市民税所得割額77,101円未満の世帯は無料
 ※ショートステイでは、ミルクやおむつ代等、実費が必要となった場合は自己負担となります。

子育て世帯訪問支援事業

子育て支援課 こども家庭センター「ここいく」 ☎0837-27-0077

対象者 長門市に住民票があり、家事・育児に対して不安や負担を抱えており、訪問支援が必要と長門市が認めた家庭(18歳未満のお子さん、妊産婦、ヤングケアラーのいる家庭)。

内容 ヘルパー資格をもつ専門スタッフが自宅を訪問し、家事や育児をサポートします。
 ①家事支援…食事の準備・片付け、掃除、洗濯、買い物
 ②育児支援…沐浴・おむつ交換の準備や片づけなど
 ③相談事業…悩みや不安の傾聴、相談・助言

利用者負担 1回1時間あたり300円(30分あたり150円)
 ※生活保護世帯、市民税所得割額77,101円未満の世帯は無料

放課後児童クラブ(学童保育)

保護者や同居親族が昼間家庭にいない児童を預かります。

対象 小学校に就学している児童

実施期間 月曜日～土曜日 ※年末年始(12/29～1/3)、盆(8/13～16)、祝日は閉所

利用時間 放課後～19時(土曜日・長期休暇中は8時～19時)

負担金額 3,000円(おやつ代を含みます。)※世帯の状況により軽減措置があります。

クラブ名	場 所	問い合わせ先
深川児童クラブ	深川小学校敷地内	子育て支援課 ☎0837-23-1164
仙崎児童クラブ	仙崎小学校敷地内	子育て支援課 ☎0837-23-1164
三隅児童クラブ	明倫小校舎内	三隅支所 ☎0837-43-0221
日置児童クラブ	日置小校舎内	日置支所 ☎0837-37-2193
油谷児童クラブ	わいわい子どもセンター	油谷支所 ☎0837-32-1111

放課後子ども教室

放課後等に小学校の余裕教室等を利用して、子どもたちに安全で安心な居場所を提供する取り組みです。

対象 対象小学校区内の小学1～6年生

実施期間 平日放課後

負担金額 おやつ代や保険料など各教室で異なります。詳しくは各教室へお問い合わせください。

開催地区	場 所	問い合わせ先
通	通小学校	通出張所 ☎0837-28-0244
向陽	向陽の里(旧向陽保育園)	子育て支援課 ☎0837-23-1156
依山	依山小学校	依山公民館 ☎0837-29-0063
神田	神田小学校	日置支所 ☎0837-37-2111
向津具	向津具小学校	向津具出張所 ☎0837-34-1111

※通小学校と神田小学校につきましては、令和8年度より閉校となります。

高等学校生徒通学費支援

☎ 子育て支援課 ☎0837-23-1187

高等学校への通学の際にJRやバスなどの公共交通機関を利用した方の通学費を一部助成します。

対 象 次の条件①～③全てに該当する保護者の方が対象となります。ただし、生徒が次の①～④のいずれかに該当する場合は対象となりません。

★条件①～③(保護者について、すべて該当することで助成対象となる条件。)

- ①市内に住所を有すること
- ②高等学校に通学する生徒を扶養していること
- ③市税を滞納していないこと

★①～④(生徒について、いずれかに該当する場合は、非該当となります。)

- ①市内に住所を有しないとき
- ②生活保護法に基づく保護を受けているとき
- ③児童福祉法に規定する里親に委託されているとき
- ④満18才に達した日以後最初の3月31日を超えて高等学校に在籍しているとき

助成金額 交通機関(バス・JR)の利用に必要な通学費のうち、次の基準額を超える額を助成します。

- ・所得税課税世帯 1か月あたり8,000円を超える額
- ・所得税非課税世帯 1か月あたり4,000円を超える額

子どもにやさしい学習支援事業

☎ 子育て支援課 ☎0837-23-1187

長門市の中学生を対象に学習を行うことのできる場を無料で提供します。

内 容 生徒が各自で持ち込んだ教材で学習を行い、必要に応じて学習指導員が共に考え、アドバイスをします。

日 時 毎週土曜日 14:00～16:00

会 場 市内5か所(仙崎、深川、三隅、日置、油谷)の交流プラザ(仙崎地区について、毎月第1、第3土曜日は長門市立図書館)

募集期間 随時募集

保育園・幼稚園



保育園・幼稚園(認定こども園)

保育園・幼稚園・認定こども園を利用するには、**保育を必要とする理由**に応じて「認定」を受ける必要があります。

認定区分 認定区分と利用可能な施設については、以下のとおりです。

※4月1日時点の年齢で判断してください。

認定区分	対象児童	利用可能施設
1号認定	満3歳以上の未就学児(2号認定除く)	幼稚園 認定こども園
2号認定	3歳以上の保育を必要とする児童	保育園 認定こども園
3号認定	3歳未満の保育を必要とする児童	保育園 認定こども園

有効期間 「1号認定」と「2号認定」は小学校就学前まで
「3号認定」は満3歳に達する日まで

※保育を必要とする理由によっても有効期間が変わります。

保育を必要とする理由	認定の有効期間
妊娠・出産	出産予定日から起算して8週間前の日の属する月の1日から出産後、出産日から起算して8週間を経過する日の翌日が属する月の末日まで
求職活動	最長90日を経過する日が属する月の月末まで ※就労が決まれば継続入所が可能
就学	卒業予定日まで
育児休暇中に既に保育 を利用している 児童の継続入所	育児休暇の終了(予定)日まで ※最長子どもが生後18カ月に達する月の末日まで

申込期間 4月当初の入所は、前年の11月の間
年度途中の入所は、入所を希望する月の2カ月前～1カ月前まで
※0歳児は生後6カ月からお預かりします。

申込場所 子育て支援課 ☎0837-23-1156

広 告

楽しい職場です。一緒に働いてみませんか！
どうぞお気軽にお電話ください！

高品質の電子部品製造(ワイヤーハーネス)


株式会社クボタ製作所
Kubota Manufacturing Co., Ltd.

美祿市於福町下783-1(宮の前)
TEL.0837-56-1150



保育料について

保育料 長門市にお住まいで、幼稚園・保育所・認定こども園を利用するすべての児童の保育料が無料です。

延長保育を利用する場合、利用料がかかります。みすゞ保育園、深川幼稚園、あおい幼稚園については、各園にお問い合わせください。

副食費(おかず代) 全額助成します。(認定こども園の教育認定を受けている児童で、長期休み、土曜日に利用される場合は、保護者負担になります。)

通園送迎費、行事費などは、保護者の負担になります。

保育園

通保育園 休園中

所 長門市通1187

恵まれた環境の中、よく見て、よく聞いて、よく考えてを基本理念にし、園外保育、遠足も街に出かけています。また地域の活動にも力を入れ、伝統的な行事はもちろんの事、お茶会では、礼儀作法を教わり芋植え芋掘りをし収穫する喜びと感動を味わせ、自然体験、社会体験、生活体験を重視し、いろいろな人とのふれあいにより、相手の気持ちのわかる健康で明るい子どもに成長するよう心がけています。



みのり保育園

図 ☎0837-22-2060 所 長門市西深川3766

利用可能時間(平日・土曜) 7:00～19:00 **入所可能年齢** 0歳児

みのり保育園は、「心も体も元気な子」「明るく思いやりのある子」「意欲的に活動できる子」を目標にして、一人ひとりの心に寄り添いながら、生きる力の基礎となる様々な経験を積み重ね、健やかに成長していく事をめざしています。



三隅保育園

図 ☎0837-43-2211 所 長門市三隅下473

利用可能時間(平日・土曜) 7:00～19:00 **入所可能年齢** 0歳児

ふんだんに木を使ったぬくもりのある明るい園舎と豊かな自然を身近に感じられる恵まれた環境の中、たくさんの【いのち】を感じながら子どもたちは遊びを楽しんでいます。遊びの場＝生活の場で様々な経験を積み重ね、一人ひとりの育ちを大切にしながら、生きる力や豊かな感性を育てています。また、三隅地区の保育園・小学校・中学校・地域が連携した三隅みすゞ学園では、めざす子ども像にむけた「知・徳・体」での取り組みを推進し、つながりのある育ちを大切にした保育を行っています。



日置保育園

図 ☎0837-37-2271 所 長門市日置上5926

利用可能時間(平日・土曜) 7:00～19:00 **入所可能年齢** 0歳児

地域施設と隣接した明るく開放的な園舎です。地域の人々にも愛されながら、子ども一人ひとりが明るく主体的に取り組めるような心を育て、健康で感性豊かな子どもを目指して保育しています。また、保護者との連携を大切に安心して預けられるように努めています。



黄波戸保育園

☎0837-37-2248 所 長門市日置上2388-26

利用可能時間(平日・土曜) 7:30~18:00 入所可能年齢 1歳児

広い園庭にあるシンボルツリーのイチョウの木や心地良い海風に見守られながら、家庭的な雰囲気の中でゆったりと過ごせる保育園です。小学校や地域の方々との温かな触れ合いを通して一人ひとりの心の育ちを応援し、子どもに寄り添った丁寧な保育に取り組んでいます。



菱海保育園

☎0837-32-0029 所 長門市油谷新別名10801

利用可能時間(平日・土曜) 7:00~19:00 入所可能年齢 0歳児

菱海保育園は自然豊かな環境に恵まれ、子どもたちは地域の方からたくさん愛され、大切にされています。

「元気なこども・やさしいこども・がんばるこども」をめざし、「たのしい!」「びっくりした!!」と心を動かす体験を大切にしていきます。



向津具保育園

☎0837-34-0142 所 長門市油谷向津具上1136-26

利用可能時間(平日・土曜) 7:30~18:00 入所可能年齢 0歳児

海と山に囲まれ、自然いっぱいの中で過ごす子どもたちは、毎日発見や学びがいっぱい! 地域とのつながりも強く、小学校との交流や地域行事へも参加しています。少人数の中で、ひとり一人の個性を大切にしながら、ゆったりと関わり、「たのしい・うれしい・大好きがいっぱい」な保育を目指しています。



みすゞ保育園

☎0837-26-1327 所 長門市仙崎1263-1

利用可能時間(平日・土曜) 7:00~19:00 入所可能年齢 0歳児

「明るく 正しく 仲よく そしてみすゞさんのようにやさしい人になります」。今日も園舎いっぱいに園児の元気な声が響きます。小さなかわいい掌を合わせご挨拶。小さなもの、弱いものに寄り添う「慈悲の心」と「智慧の眼」を育み、こころ豊かな、優しいお子さまの成長を保護者と共に見守り続けてまいります。



依山幼児園

☎0837-29-0830 所 長門市依山2334-1

利用可能時間(平日・土曜) 平:8:00~16:30 土:8:00~11:30

入所可能年齢 満2歳児

自然豊かな環境に恵まれ、地域とのつながりも強く、小学校との交流や、地域行事への参加などいろいろな人と触れ合うことで、心優しく相手を思いやる心が育つような保育に努めています。



幼稚園(認定こども園)

宗頭幼稚園 休園中

☎ 長門市三隅上3225-1

大自然に囲まれ恵まれた環境を活かし、地域の方やいろいろな人と関わりながら、魅力ある環境づくりに努めています。萩焼体験など様々な実体験を繰り広げ生きる力に働きかけています。子ども一人ひとりが自転車や一輪車等に挑戦し卒園式には、一輪車で入場することを目標に、頑張る姿を保護者の方とともにあたたかく見守り自己肯定感を培っていききたいと考えています。



深川幼稚園(認定こども園)

☎0837-22-2033 ☎ 長門市東深川980-26

「あそびがだいじ」を基本理念に、子どもたちが遊びを通して自然の不思議さ・面白さ・美しさに出会う園庭で毎日遊びます。野菜を栽培する広い畑とお花の迷路、芝生のサッカー場を隣接し、季節を感じる様々な体験を大切にしています。地域の方々や保護者の皆さまと一緒に子どもの成長を見届ける幼児教育を実践しています。



	利用可能時間(平日・土曜)	入所可能年齢
認定こども園深川幼稚園	7:30~18:30	満3歳児
キッズルームふかわ		0歳児

あおい幼稚園(認定こども園)

☎0837-27-0415 ☎ 長門市仙崎446-1

幼稚園は子どもが初めて出会うガーデンスクール(学校・社会)です。明るく・正しく・仲良くの教育方針に基づき、基本的な生活習慣を身に付けながら、1年間の様々な行事を体験し、よく食べ・よく遊び、遊びの中でひとりひとりの豊かな育ちを見守り、保護者の皆さまと一緒に悩みながら子どもの成長を楽しみます。



	利用可能時間(平日・土曜)	入所可能年齢
認定こども園あおい幼稚園	7:00~19:00	満3歳児
あおいランド		0歳児

保育園・幼稚園



「そろって本当？」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。



保育園・幼稚園マップ

この地図の制作にあたっては、ジオテクノロジー株式会社の地図データベースを使用しました。
©2025 GeoTechnologies, Inc.





ひとりで悩まないで



🌱 長門市こども家庭センター「ここいく」

☎ 子育て支援課(こども家庭センター「ここいく」) ☎0837-23-1225・0837-27-0077

妊娠期から子育て期までのあらゆる悩みや困りごとに応じる総合相談窓口です。保健師・社会福祉士などの専門的な知識がある職員が、相談に応じ、さまざまな機関と連携をとりながら解決策を見つけるための支援を行います。まずはお気軽にご相談ください。

内 容 家庭の悩み: 近くに頼れる人がいない、夫が育児に協力してくれないなど
こどもの悩み: 家庭や学校のことで不安がある、家に帰りたくないなど
子育ての悩み: 若年や高齢での妊娠・出産で不安、こどもの発達が気にかかるなど
地域の人の心配: いつも同じ服で汚れている、よく怒鳴り声や泣き声が聞こえるなど

方 法 電話相談・面接・家庭訪問などで相談に応じます

相談日 月曜日から金曜日

時 間 8時30分から17時15分(祝日・年末年始はお休みです)

🌱 オンライン健康医療相談 ～小児科医・産婦人科医に無料で相談～

☎ 長門市保健センター ☎23-1133

小児科医、産婦人科医、助産師に無料で相談ができるサービスを実施しています。

お手元のスマートフォンから気軽に相談できます。対象者は、妊娠中から産後の方、新生児から15歳以下のお子さんです。相談方法については、「夜間相談」「いつでも相談」「日中助産師相談」がありますので、ぜひご利用ください。

※サービスを利用するには、「合言葉」で会員登録をする必要があります。

※本サービスは、遠隔健康医療相談サービスであり、医療行為ではありません。

いつでも相談

毎日24時間受付 原則24時間以内返信



ウェブサイトからテキストで相談

夜間相談

平日18時～22時 1枠10分の予約制



LINEのチャット / 音声通話 / ビデオ通話 / 電話

日中助産師相談

月・水・金 13時～17時 予約なし



助産師とLINEチャット

↓ まずは、LINEの友達追加を!



小児科オンライン
LINEアカウント



産婦人科オンライン
LINEアカウント

母子・父子自立支援員

☎ 子育て支援課 ☎0837-23-1178

ひとり親家庭のさまざまな悩みや問題について、母子・父子自立支援員が相談に応じ、自立のための就労支援や情報提供、助言を行っています。

対 象 ひとり親家庭の母または父、寡婦、離婚前の人など

相談内容 養育費や面会交流の相談 就労に関する相談 離婚前後の相談
ひとり親家庭、寡婦家庭の生活や自立のための相談 貸付相談など

相談方法 面接相談または電話相談
※制度による支援内容は、p45～p46をご覧ください。

山口県長門健康福祉センター

住 所 長門市東深川1344番地1 **電 話** ☎0837-22-2811

- ・小児慢性特定疾患などについて
- ・乳幼児発達クリニック(要予約)

萩児童相談所

住 所 萩市江向531番地1 **電 話** ☎0838-22-1150

- ・しつけや心身の発達・発育など子どもの養育について心配なとき
- ・その他18歳までの子どもに関する相談

民生委員・児童委員

民生委員・児童委員は地域での身近な相談相手として、市民と行政との間に立つて幅広い地域福祉活動を展開しています。お受けした相談の内容や個人的な秘密を漏らすことは決してありません。子育てや福祉に関する生活上の心配事や困り事がありましたら、お気軽にご相談ください。

問い合わせ 民生委員児童委員協議会事務局(地域福祉課) ☎0837-23-1245

主任児童委員

厚生労働大臣から委嘱を受けた児童に関する委員です。

通、仙崎、深川、三隅、日置、油谷、俵山地区にそれぞれ委員があり、どこに相談したらいいかわからない子育てについての悩みや不安を、一緒に解決方法を探します。

問い合わせ 民生委員児童委員協議会事務局(地域福祉課) ☎0837-23-1245

ひとりで悩まないで

あしすとパートナーによるピアカウンセリング(あしすとちゃわかい)

お子さんの成長に心配のある方、育児が上手くいかないと感じている方を対象に、先輩パパ・ママの体験談や、日ごろの悩みや疑問など、ざっくばらんに話をする、ほっと一息つける茶話会を開催します。

日 時 毎月第3日曜日 10:00～12:00

場 所 長門市西深川3767番地5(みのり保育園隣接)

参 加 料 無料

問い合わせ 長門市児童デイ・ケアセンターあゆみ ☎0837-23-1213
e-mail assist-partner@nagatokirari.org

個別相談 随時、電話やメールにて受付をしています。

あしすとパートナーとは

発達障害等のある子の子育てをした経験が誰かの参考になればと、相談を受けるための講座を受講し、市から認定されたアドバイザーです。

配偶者や交際相手からの暴力(DV)相談

☎ 市民活動推進課 ☎0837-23-1299

あなたが暴力の被害を受けたり、身近な人が被害を受けて悩んでいたらひとりで悩まず、相談機関へ相談しましょう。早めの相談が問題解決につながります。

窓 口	電話番号	
山口県男女共同参画相談センター	【相談専用】 ☎083-901-1122 【DVホットライン(緊急用)】 ☎0120-238-122	月～金曜日 8時30分～22時 土・日曜日 9時～18時
DV相談+(プラス)	☎0120-279-889(つなぐ はやく)	24時間対応
ストーカー・配偶者暴力対策本部 (レディース・サポート110)	☎0120-378-387 (フリーダイヤル) ☎083-932-7830	24時間対応
長門警察署(刑事生活安全課)	☎0837-22-0110	

無料法律相談(※要予約)

弁護士による無料法律相談です。

対象者 長門市民

時間 10時～15時(12時～13時をのぞく)

相談時間 1人30分以内(定員8人)

開催日・会場 市広報またはホームページでご確認ください。

予約先 市民活動推進課 ☎0837-23-1299 三隅支所 ☎0837-43-0221
問い合わせ 日置支所 ☎0837-37-2111 油谷支所 ☎0837-32-1111

一般相談

市政や日常生活上の諸問題に関すること等、どんなことでも相談に応じます。相談をお聞きし、担当部署あるいは適切な機関をご案内します。

相談時間 8時30分～17時15分(平日)

相談方法 電話または面接

問い合わせ 市民活動推進課 ☎0837-23-1299

消費生活相談

契約トラブル、サービスに関する苦情など専門の相談員が、相談を受けつけます。

相談時間 8時30分～17時15分(平日)

相談方法 電話または面接

問い合わせ 長門市消費生活センター ☎0837-23-1115

人権相談(予約不要)

差別を受けた、いじめを受けた、暴行・虐待などの人権相談について、法務大臣から委嘱された人権擁護委員が相談に応じます。

時間 10時～12時

開催日・会場 市広報またはホームページでご確認ください。

問い合わせ 市民活動推進課 ☎0837-23-1299 三隅支所 ☎0837-43-0221
日置支所 ☎0837-37-2111 油谷支所 ☎0837-32-1111

ひとりで悩まないで

行政相談(予約不要)

公正・中立の立場から、行政などへの苦情や意見、要望を受け、その解決や実現を推進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かすため、法務大臣から委嘱された行政相談委員が相談に応じます。

時 間 10時～12時

開催日・会場 市広報またはホームページでご確認ください。

問い合わせ 市民活動推進課
日置支所

☎0837-23-1299
☎0837-37-2111

三隅支所 ☎0837-43-0221
油谷支所 ☎0837-32-1111

虐待を防ごう

子どもへの虐待は必ずしも蹴ったり殴ったりすることに限られたものではありません。「子どもへの不適切な関わり・処遇」ということからすると、児童虐待は次の4つに分類されます。実際には、これらが重複していることがあります。

身体的虐待

- 打撲傷、あざ(内出血)、骨折、タバコによる火傷など、外傷を負わせたり、首を絞める、殴る、蹴る、投げ落とすなど、生命に危険のある暴行をしたりすること
- 意図的に子どもを病気にさせること

性的虐待

- 子どもへの性的暴行、強要、性器を触るまたは触らせる、性器を見せる、ポルノグラフィの被写体などを強要すること

ネグレクト

- 家に閉じ込める(子どもの意に反して登校させない)、重病になっても病院に行かない、乳幼児だけを家に残して頻繁に外出する、乳幼児を車に放置する など
- 食事を与えない、下着などを長期間不潔なままにしている、極端に不衛生な環境で生活させる など
- 子どもの情緒的な欲求にこたえなかったり、育児を放棄してしまったりすること

心理的虐待

- ことばによる脅かしや脅迫をすること
- 子どもを無視したり、拒否的な態度をとったりすること
- 子どもの心や自尊心を傷つけるようなことを言ったりしたりすること
- 子どもの前でDV(配偶者等暴力)をすること など

子どものSOSをキャッチしたら

虐待を疑わせるサイン(家庭・地域で)

虐待行為そのものを目撃したり、物音(叩く音や叫び声)を聞いたりすれば当然「わーっ虐待だあ」ということにはなりますが、実際のところ家庭という密室の中で行われているので、子どものSOSはなかなかわかりづらいものです。以下のサインが見えたら、迷わず通告・相談をしてください。(通告義務があります)

- 不自然な傷が多い
- 遅くまで徘徊している
- 衣服・身体がいつも汚れている
- いつもお腹をすかせている
- 食べ物を与えるとがつつ食べる
- あたりをうかがうような目つきで見る
- 暗い顔をして周りとうまく関われない
- 性的なことに過敏に反応する
- 年齢の割に性的なあそびにこだわるなど

通告・相談先

匿名でも可能です。秘密は守られます。

児童相談所虐待対応ダイヤル **189** (24時間対応)

※一部のIP電話からは繋がりません。

※これまで、児童相談所全国共通ダイヤルは10桁でしたが、子どもたちや保護者のSOSの声をいち早くキャッチするために覚えやすい3桁の189(いちはやく)になりました。

通告・相談先	電話番号
萩児童相談所	☎0838-22-1150
長門市こども家庭センター「ここいく」	☎0837-23-1225・0837-27-0077
地域福祉課(障害者支援班)	☎0837-23-1243

緊急の場合

☎長門警察署 刑事生活安全課 ☎0837-22-0110

ただし緊急の場合は110番通報を！

ひとりで悩まないで

手当や制度



🌱 児童手当

📞 子育て支援課 ☎0837-23-1187

児童を育てている保護者等に対して主に住所地の行政から手当として支給されます。児童手当は請求しないと支給されません。

対 象 0歳～高校生年代まで(18歳になった後の最初の3月31日まで)の児童を養育している方

支給額

0歳～3歳未満の児童	第1子、第2子	15,000円
	第3子以降	30,000円
3歳～高校生年代	第1子、第2子	10,000円
	第3子以降	30,000円

※養育している子のうち、大学生年代(18歳到達最後の年度末を経過した後、22歳最初の年度末まで)の子から数えて第1子、第2子と数えます。なお、大学生年代については、経済的負担がある場合に限り、子のカウントの対象となります。

📍 **現況届** 3歳未満の児童のいる受給者や、その他市より案内のあった受給者は毎年6月に「現況届」の提出が必要です。

🌱 乳幼児医療費助成制度

📞 子育て支援課 ☎0837-23-1187

乳幼児を育てている保護者等に対して医療保険適用の医療費(通院、入院、調剤)の自己負担額を助成します。申請しないと対象であっても助成を受けられません。

対 象 未就学児(満6歳になって最初の3月31日まで)
※所得制限なし

必要なもの 対象の乳幼児の健康保険加入が確認できるもの
(資格確認書、資格情報のお知らせ等)
父母のマイナンバーカード

🌱 子ども医療費助成制度

📞 子育て支援課 ☎0837-23-1187

児童を育てている保護者等に対して医療保険適用の医療費(通院、入院、調剤)の自己負担額を助成します。申請しないと対象であっても助成を受けられません。

対 象 小学1年生～高校3年生
※所得制限なし

必要なもの 対象児童の健康保険加入が確認できるもの
(資格確認書、資格情報のお知らせ等)
父母のマイナンバーカード

入学エール給付金

 子育て支援課  0837-23-1187

子どもたちの入学を祝い、これからの学校生活を応援するとともに、子育て世帯の経済的負担の軽減を図り子育てを応援するため入学エール給付金を支給します。

対 象

5月1日時点で市内に住所を有する、小学校及び中学校へ入学した新1年生の児童・生徒の保護者等

支払額

小学校入学児童 1人につき 50,000円
中学校入学生徒 1人につき 100,000円

すくすく赤ちゃん応援券

 子育て支援課  0837-23-1187

子育て世帯の経済的負担の軽減を図るとともに、市内で安心して子育てができる環境づくりのため、市内指定取扱店において、おむつ等の子育て用品を購入できる応援券を交付します。

対 象

満2歳未満の乳児の保護者
(応援券交付時に長門市の住民基本台帳に記載されていること)
※市外で出生し長門市へ転入された乳児も対象となります。

交付内容

対象乳児1人につき、48,000円相当分(1,000円券×48枚綴り)の応援券
※転入された方は月額2,000円として、転入の月から有効期限までの月数分の支給となります。

有効期限

対象乳児が2歳の誕生日を迎える月の前月末まで

未熟児養育医療給付制度

 保健センター  0837-23-1132

出生時の体重が2,000グラム以下または身体の発育が未熟なままで生まれ、入院を必要とする乳児に対して、指定養育医療機関に入院した場合にその治療に必要な医療費(医療保険における保険適用のもの)の給付を行う制度です。ただし、世帯の所得に応じて自己負担が発生する場合があります。

自立支援医療(育成医療)

 地域福祉課  0837-23-1243

18歳未満の身体に障害がある児童が手術等の治療により身体上の障害が軽くなるなど、確実な治療効果が期待される場合に、その治療に要する医療費の一部を公費により負担する制度です。制度を利用する場合、治療を行う前に申請をしていただく必要があります。必ず事前に申請窓口までご相談ください。

対象障害

肢体不自由、視覚障害、聴覚障害、音声言語そしゃく機能障害、心臓機能障害、腎臓機能障害、肝臓機能障害、呼吸器障害、膀胱・直腸及び小腸機能障害並びに先天性によるその他の内臓機能障害 など

出産・子育て応援ギフト (妊婦のための支援給付金)

 保健センター  0837-23-1132

すべての妊婦・子育て世帯が安心して出産・子育てができるよう、出産準備や子育てにかかる経済的な負担軽減を図るため、出産・子育て応援ギフトの支給を行います。

対 象

令和7年4月1日以降に妊娠された方
令和7年4月1日以降に出産された方

支払額

出産応援ギフト:妊娠1回につき5万円
子育て応援ギフト:胎児1人につき5万円

手当や制度

軽度・中等度難聴児補聴器購入費等補助

 地域福祉課  0837-23-1243

身体障害者手帳の交付対象とならない程度の難聴児に対して、言語能力の健全な発達を図るため、補聴器の購入費用の一部を助成する制度です。

補助を受ける場合は、補聴器を購入する前に申請をしていただく必要があります。事前にご相談ください。

助成対象 身体障害者手帳の交付とならない程度で18歳未満の児童

※両耳の聴力レベル30デシベル以上70デシベル未満

※医師が必要と認める場合は30デシベル未満も対象となります。

障害児福祉手当

 地域福祉課  0837-23-1243

重度の障害のため、日常生活において常時介護を必要とする在宅の20歳未満の方に支給されます。(所得制限などの制約があります。)

手当額 (2025年度) 月額 16,100円

必要なもの ●認定請求書・所得状況届

●認定診断書

○申請者、配偶者、対象となる児童及び同居の扶養義務者のマイナンバーカード

○身体障害者手帳または療育手帳(交付されている方のみ)

○請求者本人の年金証書(写)及び年金受領額のわかるもの(受給されている方のみ)

○本人名義預金口座通帳

※その他、追加で提出いただく書類がある場合もあります。

特別児童扶養手当

 子育て支援課  0837-23-1187

身体または精神に障害のある20歳未満の障害児を養育している保護者に支給されます。(所得制限などの制約があります。)

手当の対象となる児童の障害の程度

1級(重度) ●身体障害者手帳の判定がおおむね1,2級(内部的疾患含む)程度に該当するもの

●療育手帳の判定が最重度、重度程度の知的障害である場合または同程度の精神障害がある場合

2級(中度) ●身体障害者手帳の判定がおおむね3級(内部的疾患含む)程度に該当するもの

●療育手帳の判定が中度程度の知的障害である場合または同程度の精神障害がある場合

※障害の程度はおおむね上記の通りですが、身体障害者手帳または療育手帳をお持ちでない方も「障害等級票」に該当すれば手当の対象となります。

手当額 (2025年度) 1級(重度) 月額56,800円 2級(中度) 月額37,830円

必要なもの ●申請書 ●認定診断書

※身体障害者手帳や療育手帳をお持ちの方で、診断書が省略できる場合があります。

- 身体障害者手帳または療育手帳(交付されている方のみ)
- 戸籍謄本(外国籍の方は不要)
- 申請者、配偶者、対象となる児童及び同居の扶養義務者のマイナンバーカード
- 保護者名義の預金口座通帳

重度心身障害者医療費助成制度

問 地域福祉課 ☎0837-23-1243

重度の心身障害児(者)に対して、医療費の自己負担額(保険診療分)を助成します。(ただし、他の公費負担や健康保険組合等により付加金が支払われるときはその額を除きます。)

対象者

- ①身体障害者手帳1～3級の所持者
- ②療育手帳Aの所持者
- ③精神障害者保健福祉手帳1級の所持者
- ④障害年金1級の方

必要なもの

- 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳
- 年金証書
- 健康保険加入が確認できるもの(資格確認書、資格情報のお知らせ等)

※所得要件がありますので、詳しくは地域福祉課障害者支援班までご相談ください。

ひとり親家庭のために

児童扶養手当

問 子育て支援課 ☎0837-23-1187

父母の離婚などにより父または母と生計を別にしていない児童の健やかな成長のため、生活の安定と自立の促進を目的として支給されます。

次のいずれかに当てはまる児童を監護している父または母と、父母に代わってその児童を養育している養育者が対象です。(申請者等の所得により制限があります)

対象となる児童

- ①父母が婚姻を解消した児童
- ②父または母が死亡した児童
- ③父または母が重度の障害の状態にある児童
- ④父または母が生死不明か、1年以上遺棄または法令により拘禁されている児童
- ⑤母が婚姻によらない(未婚)で生まれた児童
- ⑥父または母が裁判所からDV保護命令を受けた児童

※「児童」とは、18歳の年度末(3月31日)までにある子ども、または20歳未満の一定の障害のある子どもをいいます。

支給額 所得額に応じて異なりますので、詳しくは窓口にお問い合わせください。

手当や制度

ひとり親家庭医療費助成制度

 子育て支援課 [☎0837-23-1187](tel:0837-23-1187)

ひとり親家庭の親及びその児童、並びに父母のいない児童及び養育者に対して、医療保険適用の医療費(通院、入院、調剤)の自己負担額を助成します。

助成を受けるためには申請が必要です。(申請者等の所得により制限があります)

対象 ひとり親家庭の児童と親、父母のいない児童及びその養育者等
(18歳の年度末まで。高校生等の場合は20歳の年度末まで延長する場合があります)

必要なもの 対象者全員分の健康保険加入が確認できるもの(資格確認書、資格情報のお知らせ等)
対象者全員分のマイナンバーカード

高等職業訓練促進給付金

 子育て支援課 [☎0837-23-1187](tel:0837-23-1187)

ひとり親家庭の父母が就職に有利な看護師や介護福祉士等の資格を取得するために、6ヶ月以上養成機関で就業する場合、生活の経済的負担の軽減を図るために、修業期間中に高等職業訓練促進給付金を支給するとともに、修業期間修了後に高等職業訓練修了支援給付金を支給します。(詳細は、相談窓口にご確認ください。また、就業開始前に事前相談をお受けください。)

自立支援教育訓練給付金

 子育て支援課 [☎0837-23-1187](tel:0837-23-1187)

母子家庭の母及び父子家庭の父を対象として、就業をより効果的に促進するための給付事業です。

母子家庭の母及び父子家庭の父が就業に結びつくような講座を受講した場合、受講修了後に受講経費の一部を支給します。

詳細は、相談窓口にご確認ください。また、就業開始前に事前相談をお受けください。

母子父子寡婦福祉資金貸付金

 子育て支援課 [☎0837-23-1187](tel:0837-23-1187)

母子・父子家庭並びに寡婦の方の経済的自立の助成と生活の安定、及び扶養している児童(子)の福祉の増進を図るために、各種資金の貸付を行っています。

事前相談が必要となりますので、お早目にご相談ください。

母子父子家庭交流会

 子育て支援課 [☎0837-23-1187](tel:0837-23-1187)

母子・父子家庭の育児不安の解消や、困っている時の相談相手の確保のために交流会を開催しています。(開催日は年数回)

もしものときは



🌱 救急にかかる前に！小児救急医療電話相談

山口県では、県内全域を対象に、夜間、お子さんが急な病気やけがをした際に、専任の看護師等が症状に応じた適切な助言を行う電話相談を実施しています。

医療機関を受診した方がよいかなど、お困りの際はご利用ください。

受付時間 毎日19時から翌朝8時まで

対象年齢 15歳未満の子ども

相談員 看護師(必要に応じて小児科医等)
※専属の看護師が電話に対応します。

電話 **#8000**(携帯電話及びプッシュ回線の固定電話からご利用できます)
および **☎083-921-2755**(すべての電話からご利用できます)

担当課 山口県 医療政策課 医療対策班 **☎083-933-2961**

🌱 長門市応急診療所

休日昼間 9時から12時
日曜日、祝日、
年末年始(12月30日から1月3日)
(受付は11時30分まで)
13時から17時
(受付は16時30分まで)

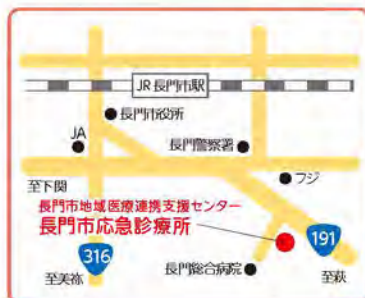
平日夜間 19時から22時
月曜日から金曜日 (受付は21時30分まで)

※土曜日の診療および日曜日、祝日、盆、年末年始の夜間診療はありません。

住所 長門市仙崎198番地1

電話 **☎0837-27-0199**(受付時間のみ対応できます)

診療科目 内科・小児科 ※ご不明な点がありましたらお気軽にご連絡ください。



こんな時の対処法 やけどをした！

すぐに患部を流水や氷のうなどで冷やしましょう(20～30分が目安)。

広範囲・全身にわたる場合はすぐに救急へ**連絡してください**。

衣類は**脱がさず**そのまま冷やします。

※やけどは医師の診察を受けるまで、薬を一切使用しないでください。



もしものときは

🌱 子どもの誤飲事故 ～判断に迷ったら問い合わせを！～

📍(公財)日本中毒情報センター(365日・24時間対応)

・大阪中毒110番 ☎072-727-2499

・つくば中毒110番 ☎029-852-9999

📍たばこ誤飲事故専用電話(テープによる情報提供)

☎072-726-9922(365日・24時間対応)

🌱 病児・病後児保育

病気中や病気回復期にあって、家庭での保育が困難な児童を岡田クリニック内「ながとキッズメディカルケアルーム」でお預かりします。

岡田クリニックで受付・受診後の利用になります。

対象年齢 小学6年生まで

実施施設 長門キッズメディカルケアルーム(岡田クリニック内)
長門市東深川1858-1

利用時間 平日 8時～18時
土曜 8時～12時

登録料金 初回1,000円

利用料金 1日2,000円(昼食代が別途必要です。)
※世帯の状況により軽減措置があります。

必要な物 おむつやミルクなどをご持参ください。

申し込み先 長門キッズメディカルケアルーム
※前日までの予約が必要です。
☎0837-22-2717

— 広 告 —

どちらの病院、医院さんの
処方せんも受付OK



長門市東深川中山203-1(長門総合病院前)

TEL 0837-22-6250

FAX 0837-22-6264



医療機関



医療機関のご都合により診療時間に変更される場合があります。
診療に行かれる際は事前にご確認をお願いします。

長門市内の病院・クリニック診療時間 R6年12月現在

医療機関名	診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝	備考
天野内科胃腸科医院 ☎0837-22-2210 内0837-22-6703	8:00~12:30 15:00~17:30	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ
うちだ眼科 ☎0837-22-4141 内0837-22-4142	9:00~11:30 14:00~17:00 16:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	火・水曜16:00~17:00 木・土曜AMのみ
岡田クリニック ☎0837-22-2717 内0837-22-4530	8:30~12:00 13:30~17:30	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ
岡田病院 ☎0837-23-0033 内0837-23-0035	9:00~12:30 13:30~17:00	○	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ 診療科または診療時間によっては予約制 午前中は新規患者受付可能、午後は予約患者のみ
國司眼科医院 ☎0837-22-2749 内0837-22-7878	8:30~12:30 14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ 火曜午後は手術後一般診療を再開 水曜14:30~診察
斎木病院 ☎0837-26-1211 内0837-26-1982	8:30~12:00 13:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ
斉藤医院 ☎0837-22-0826 内0837-22-5090	8:30~12:00 14:00~17:30	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ 第3土曜日は休診
しみず循環器科内科医院 ☎0837-22-2205 内0837-23-3355	8:00~12:00 14:30~17:30	○	○	○	○	○	○	○	水・土曜AMのみ 受付は診療終了30分前まで
たわらやま診療所 ☎0837-29-0102 内0837-29-0772	9:00~12:00 13:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	
長門市応急診療所 ☎0837-27-0199 内0837-27-0299	19:00~22:00 9:00~12:00 13:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	年末年始(12/30~1/3)は日・祝と同時間 受付は診療終了30分前まで 医師は当番制
長門診療所 ☎0837-22-2440 内0837-22-2451	8:30~12:00 13:30~17:00	○	○	○	○	○	○	○	水・土曜AMのみ 予約制
長門総合病院 ☎0837-22-2220 内0837-22-6542	8:30~17:00 (外来受付時間) 8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	眼科は完全予約制(初診は紹介のみ) 耳鼻咽喉科は金曜日は午後診あり 診療科により診療時間が異なる
半田内科クリニック ☎0837-23-3030 内0837-23-3311	8:30~12:30 14:30~17:00	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜 12:00まで受付
宮尾医院 ☎0837-26-0559 内0837-26-2562	8:00~11:30 14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ
持山外科整形外科医院 ☎0837-22-1555 内0837-22-2181	8:30~13:00 14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ
吉村内科 ☎0837-22-3322 内0837-22-3238	8:30~12:00 14:30~18:00	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ 受付は診療終了30分前まで
綿貫耳鼻咽喉科 ☎0837-23-4133 内0837-23-4187	9:00~11:30 14:30~17:00	○	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ

広告



歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

上野歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:15	○	○	○	○	○	○
午後 2:30~ 6:30	○	○	○	○	○	／

受付時間 午前12:00まで 午後18:00まで

長門市西深川4082-1

☎(0837)22-6527

医療機関

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	備 考
三 間	桑原医院 ☎0837-43-0010 FAX0837-43-0108	8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ
		14:00~17:30	○	○	○	○	○	○	
	三隅病院 ☎0837-43-0711 FAX0837-43-2125	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	予約制
		14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	
日 置	福永病院 ☎0837-37-3911 FAX0837-37-4037	9:00~11:30	○	○	○	○	○	○	受付終了時間 午前11:30・午後3:00まで 初診は午後(要予約) 土曜休診
		14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	
油 谷	木村クリニック ☎0837-32-0008 FAX0837-32-2484	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	水曜休診 土曜12:00まで
		13:30~17:30	○	○	○	○	○	○	
	戸嶋医院 ☎0837-34-0003 FAX0837-34-5011	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	木曜休診 土曜11:30まで
		14:00~17:30	○	○	○	○	○	○	
	友近内科循環器科医院 ☎0837-32-1180 FAX0837-32-0972	8:00~12:00	○	○	○	○	○	○	木・土曜AM(12:00まで)のみ 第3土曜日休診
		14:00~17:30	○	○	○	○	○	○	

長門市内の歯科医院診療時間 R6年12月現在

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	備 考
長 門	上野歯科医院 ☎0837-22-6527 FAX0837-22-5109	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ
		14:30~18:00	○	○	○	○	○	○	
	近藤歯科医院 ☎0837-22-8148 FAX0837-22-8148	9:30~12:00	○	○	○	○	○	○	臨時休診あり
		9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	
	杉山歯科医院 ☎0837-22-0803 FAX0837-22-1481	14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	木曜AMのみ 土曜17:00まで
		14:00~18:30	○	○	○	○	○	○	
	田中歯科医院 ☎0837-22-6480 FAX0837-22-5596	9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	木曜12:00まで 土曜16:00まで
		14:00~16:00	○	○	○	○	○	○	
	丹下歯科仙崎診療所 ☎0837-26-0051 FAX0837-26-0127	14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ 臨時休診あり
		9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	
	つつみ歯科医院 ☎0837-22-8663 FAX0837-22-8663	14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	予約制 臨時休診あり
		9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	
油 谷	西嶋歯科医院 ☎0837-22-4542 FAX0837-22-4542	8:30~13:00	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ
		14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	
	西村歯科医院 ☎0837-26-2200 FAX0837-26-2882	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ 予約制
		14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	
	やまさき歯科医院 ☎0837-23-3333 FAX0837-23-3335	8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	土曜AMのみ 予約制
		14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	臨時休診あり
	吉村歯科医院 ☎0837-43-1706 FAX0837-43-1726	9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ 予約制
		15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	
	重田歯科医院 ☎0837-32-2555 FAX0837-32-2929	8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	水・土曜AMのみ
		15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	
	藤井歯科医院 ☎0837-32-0037 FAX0837-32-0088	8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	木曜AMのみ 土曜16:30まで
		14:30~16:30	○	○	○	○	○	○	予約制 臨時休診あり
	藤本歯科医院 ☎0837-34-0380 FAX0837-34-0380	14:30~18:30	○	○	○	○	○	○	
		8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	木・土曜AMのみ
		14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	

広 告

日勤・夜勤

スタッフ従業員 随時募集中!

日勤 8:30 ~ 17:00 夜勤 18:00 ~ 23:00



未経験者も
大歓迎!

週1日時間から出勤可
(希望スケジュール配分可)
食品加工の製造工程に係る作業
になります。製造・検品・包装など
の仕事です。

お子さんが小さい方、両親の介護が必要な方な
ど、時間が不規則な方は好きな時期だけ、希望
を出していただければいいです。
1日1時間の出勤でも構いません。



詳しくは右記まで
お問合わせください

岡田水産株式会社 ☎(0837)-32-1101

受付時間 / 8:30 ~ 19:00 採用係 / 南部まで 〒759-4505 山口県長門市油谷伊上1755-1

長門市内の薬局営業時間 R6年12月現在

薬局名	営業時間	月	火	水	木	金	土	日・祭	備考
あい薬局(長門店) ☎0837-22-7111 ㊟0837-22-7112	8:00~17:30 8:00~12:00	○	○	○	○	○	○		水曜・土曜12:00まで (しみず循環器科内科医院周辺)
仰イタモチ薬局 ☎0837-22-6767 ㊟0837-22-6768	8:30~18:00 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○		木・土曜12:30まで 第3土曜休み (斉藤医院周辺)
青海薬局 ☎0837-22-6705 ㊟0837-22-6712	8:00~17:30 8:00~16:00 8:00~12:30	○	○	○	○	○	○		木曜16:00まで 土曜12:30まで (大野内科富藤科医院周辺)
さくら薬局 ☎0837-26-5026 ㊟0837-26-5027	9:00~18:00 9:00~13:30	○	○	○	○	○	○		土曜13:30まで (澤木病院周辺)
シティ薬局 ☎0837-22-6250 ㊟0837-22-6264	8:30~19:00 8:30~14:00	○	○	○	○	○	○		土曜14:00まで 日・祝日 休み 臨時休業あり (長門総合病院周辺)
芝草薬局 ☎0837-26-4893 ㊟0837-26-5893	8:00~17:30 8:00~12:30	○	○	○	○	○	○		土曜12:30まで (宮尾医院周辺)
仙崎薬局 ☎0837-23-3300 ㊟0837-23-3301	8:30~17:30 10:00~13:00	○	○	○	○	○	○		土曜13:00まで (長門総合病院周辺)
長門中央薬局 ☎0837-22-3950 ㊟0837-22-3935	8:30~17:30	○	○	○	○	○	○		(岡田病院周辺)
ふかわ薬局 ☎0837-23-6660 ㊟0837-23-6665	8:30~17:30 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○		土曜12:30まで (國司眼科医院周辺)
フラワー薬局 ☎0837-23-1091 ㊟0837-22-1158	9:00~17:30 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○		木・土曜12:00まで (綿貫耳鼻咽喉科周辺)
ミササン薬局 ☎0837-23-0545 ㊟0837-23-0546	8:30~18:00 8:30~13:00	○	○	○	○	○	○		木・土曜13:00まで (うちだ眼科周辺)
みのり薬局 ☎0837-23-0011 ㊟0837-22-3345	8:30~17:30 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○		水・土曜12:30まで (長門診療所周辺)
ゆずざち薬局 ☎0837-22-2780 ㊟0837-22-2781	8:30~18:00 8:30~13:00	○	○	○	○	○	○		木・土曜13:00まで (吉村内科医院周辺)
よしず薬局 ☎0837-23-1107 ㊟0837-23-1108	8:30~18:00 9:00~13:00	○	○	○	○	○	○		土曜13:00まで (長門総合病院周辺)
わかば薬局 ☎0837-23-1313 ㊟0837-23-1314	8:30~18:00 8:30~13:00	○	○	○	○	○	○		土曜13:00まで (岡田クリニック周辺)
(有)ワグ薬局 ☎0837-22-2431 ㊟0837-22-3252	9:00~19:30	○	○	○	○	○	○	○	毎月、第3日曜日は定休日 (ナフコ周辺)
ワグファミリー薬局 ☎0837-23-2002 ㊟0837-23-2006	9:00~18:30 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○		土曜12:30まで (半田内科クリニック周辺)
みすず薬局 ☎0837-42-0002 ㊟0837-43-2258	8:30~17:30 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○		土曜12:30まで (三隅病院周辺)
みすみ薬局 ☎0837-43-2688 ㊟0837-43-2685	8:30~18:00 8:30~13:00	○	○	○	○	○	○		土曜13:00まで (藤原医院周辺)
日置 へぎ中央薬局 ☎0837-37-5300 ㊟0837-37-2580	8:30~17:15 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○		土曜12:30まで (福永病院周辺)
油谷 ひとまる薬局 ☎0837-33-1010 ㊟0837-33-1020	8:00~18:00 8:00~12:30	○	○	○	○	○	○		木・土曜12:30まで (友近循環器科医院周辺)

病院・歯科マップ(全体図)

この地図の制作にあたっては、ジオテクノロジーズ株式会社の地図データベースを使用しました。
©2025 GeoTechnologies, Inc.



拡大図は次ページ→



医療機関

病院・歯科マップ(拡大図)

この地図の制作にあたっては、ジオテクノロジー株式会社の地図データベースを使用しました。
©2025 GeoTechnologies, Inc.





長門市

子育て ガイドブック

令和7年10月発行

発行

長門市／株式会社サイネックス



長門市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5-3-15

TEL.06-6766-3333 (大代表)

広告販売

株式会社サイネックス 山口支店

〒745-0861 山口県周南市新地2-8-1

TEL.0834-32-3991

※掲載している広告は、令和7年9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。

無断で復写、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ーブの登録商標です。

いつでも！誰でも！どこからでも！



長門市 子育てガイドブック

電子ブック案内



タブレット



パソコン



スマートフォン

2025年11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？



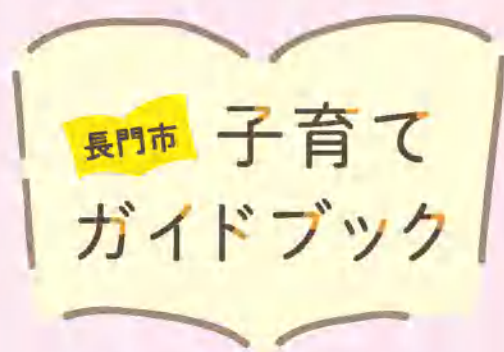
次の遊び場は
どこにしようかと悩んだら



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





長門市 子育て
ガイドブック