須坂市子育てガイド S*Kids〈2024年度版〉

S*Kids

with Pecya*Kucya

発行　長野県須坂市

健康長寿発信都市
須坂JAPAN
Suzaka



イラスト／池野 一秀



ペチャ*クチャ★魔女さんが行く
02 食育の現場をwatch!
お昼、なに食べた!?
- 「食育」の現場を紹介!
- 「須坂市学校給食センター」見学レポート

ペチャ*クチャ★子育てのツボ
06 トイレトレーニング

S*Kidsで〜たぱんく2024

08 保健センター
- 乳幼児健康診査を受けましょう！
- 須坂市子育て応援アプリ スマイルなび
- 地域の子育て広場
- 子育てママの健診・検診のすすめ

10 子育て支援センター・児童センターなど
- 子育て支援センター
- 子育てサークル紹介
- 須坂市ファミリー・サポート・センター
- 中央・南部・東部・北部児童センター
- 親子通園施設くれよん

14 生涯学習センター・地域公民館
- 須坂市の生涯学習施設一覧

15 お料理レシピ
- 信州須坂の台所「ツナキャベツトースト」
- 保育園給食ブログ＆レシピ集のご案内

16 スポーツ団体
- 市内で活動するスポーツ団体の紹介

17 須坂遊び場ガイド
- 須坂市内の公園紹介

22 S*Kids まっぷ

25 博物館・美術館・動物園
- 遊んで！ 学んで！ 歴史とアートを楽しもう

26 市立須坂図書館
- 「利用者カード」をつくりましょう！
- 角野 栄子さん　講演のご案内

29 保育園・幼稚園・認定こども園
- 保育園と幼稚園の違い
- 保育の必要性の認定について
- 保育料（利用者負担金）月額
- 公立保育園の特色・各園の紹介
- 私立保育園・幼稚園・こども園紹介
- 病児・病後児保育、一時預かり、休日保育（病後児保育受入の目安）

38 学校・学童クラブ・第3の居場所
- 小学校・中学校の所在地と通学区
- 高等学校
- 児童クラブ
- さまざまな学級・相談
- 第3の居場所

41 手当・助成制度
- 出産、育児、就学等に関連する手当・助成制度一覧
- 子育て応援メルマガ

44 相談窓口一覧









食育の現場をWatch!

お昼、なに食べた！？

「あー、トマトきら〜い」

「えー、きらいっていっちゃかわいそうだよ」

にぎやかな配膳が終わり、お当番さんが前にでると、みんな注目！ そして手を合わせ、声をそろえて「いただきます！」

保育園での食育、どんなふうに進めているのかな？ということで、昼食時の井上保育園におじゃましてきました！

須坂市公立保育園の給食は、全市統一献立の自園調理。この日の献立は、鶏の照り焼き・カラフルサラダ・星の子スープ・バナナ。カラフルサラダに入っているパセリは、朝、ひまわり組のみんなが細かくちぎりました。トマトやキュウリ、オクラは、園の畑で収穫したものも使っているんですって！



「朝の活動がはじまる前に給食の食材がクラスに届くと、すすんで野菜をちぎる、玉ねぎの皮を剥くなどのお手伝いをしています。畑での野菜作り、おやつのお団子まるめやおにぎり作りなど、生活の中で食材に触れる機会を多く持ち、食べることへの意識を高めているんです」と、園長先生。



お、今日の収穫した野菜が飾ってあるよ！

そして、給食室からいいにおいが……。



「給食室から漂ってくる調理のにおいでお腹がすき、早く食べたい！ という気持ちになることも大切なんですよ」

なるほど。毎日の活動の一つひとつが、食育につながっているんですね！

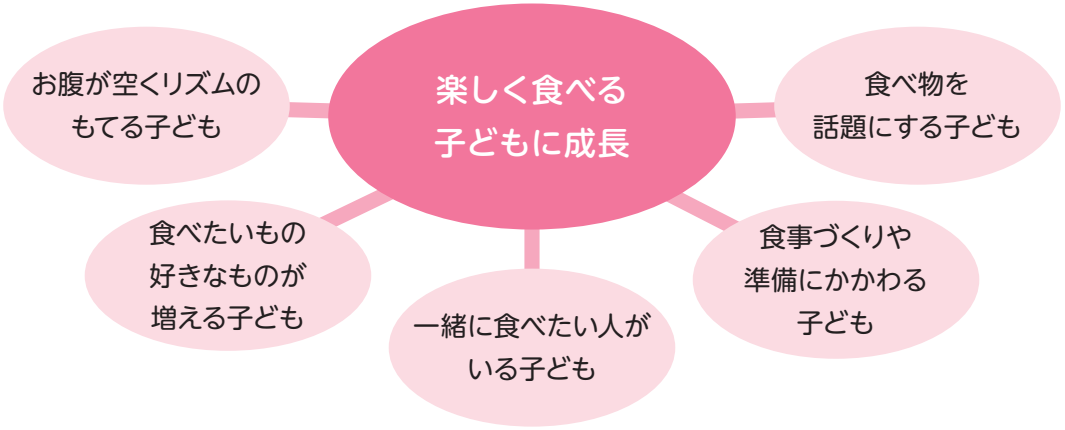
「苦手な食材や食べ慣れない献立も、お友だちや先生が美味しく食べている様子を見ると、自分も食べてみようかな……という気持ちになるんです。そして食べられるとうれしいし、ほめられるともっとうれしくなる。そうして『食』への関心や食べる意欲が育っていくんです」

楽しく食べることが食育の第1歩。お家に帰ってから、「今日は保育園でなに食べた？」「美味しかった？」「え、トマト食べられたの？ すごいねー」なんて会話を楽しむのも、食育なんですね。あ、そうすると「美味しかったー♡」と答えたメニューは、レシピが知りたくなります！

「『保育園のもりもり給食ブログ』で、献立と調理のポイントを写真付きで紹介しています。レシピは、職員に聞いてもらえればお教えしますよ！」

文章：横山 励子　　監修：須坂市教育委員会

毎日を元気に過ごし、大きくなってもず〜っと健康でいるために、「楽しく食べる」ことを身につける。これが「食育」の基本！



出典：「楽しく食べる子どもに〜保育所における食育に関する指針〜」（厚生労働省2004）より、食育の目標「5つの子ども像」

須坂市公立保育園の食育活動

目標 楽しく食べることや食にかかわる様々な体験から「食」への理解を深め、体と食物の関係に関心を持ち、自分から何でも食べようとする意欲を育てる。

1. 体と食物の関係に気づき、生活リズムを整え、健康な体づくりの理解を深める。
2. 一緒に食べると楽しいを味わい、マナーを身につけ、おいしく食べることができる。
3. 旬の食材、行事食・郷土食などの食文化について知る。
4. いのちを大切にする心、感謝の気持ちを育てる。
5. 味覚の体験、食材や調理への興味を広げ、食べる意欲を育てる。
6. 保護者に向けて情報発信を行い、食への関心を深める。

保育園での取り組み

日々の給食
栄養士巡回指導（年齢別食育指導）
親子クッキング（5歳児親子）
地域食材の日・地産地消（賞）献立
給食活動（お手伝い、配膳等）
栽培・収穫体験
調理活動（ゼリー、クッキー作り等）
祖父母交流（収穫、会食等）
給食担当者との食事
行事食・郷土食の提供
給食サンプル展示
給食ブログ発信
給食だより
レシピ集のホームページ掲載
子育てミニ講座
肥満予防のための食事相談
食育月間・食育の日のPR
集会、掲示物 など









「食育」の現場を紹介！

毎日の園活動の中に、楽しみながら学ぶ工夫がいっぱいあることに気づきました！ 年齢別に知ってほしいテーマをゆるやかに決めて、食べることの大切さを伝えているんですね。「楽しく食べる」と同じように「楽しく学ぶ」。子どもたちのキラキラした目が印象的でした。

1年を通して行われる食育活動の様子を、各園から提供していただいた写真いっぱいでご紹介します！

年齢別食育指導のテーマ

- 3歳児　野菜となかよしになろう!　手洗いできるかな?
- 4歳児　食べ物の働きを知ろう!　ごはんを食べて元気になろう!
- 5歳児　3色食品群（赤・黄・緑）覚えたかな?　正しい姿勢で食べよう!　朝ごはんの絵を描いてみよう!



給食のお手伝い



栄養士巡回指導

年中さんになると、食べ物は赤・黄・緑（3色食品群）の仲間分けができることを、学びます。





うんちの形から、体と食べ物の関係がわかるんだよ！



親子クッキング（5歳児）
一緒に作る、一緒に食べるって、楽しい！



調理活動（おだんごまるめ）



地域食材の日
すざかさんさん給食DAY（8月）
すざかもりもり給食DAY（11月）
園の畑で収穫した野菜と、長野県産の旬の食材を使った給食をいただきます。





食育集会
先生たちのアイデアいっぱいのパフォーマンス。苦手な食材も食べたくなっちゃうね！

須坂市公式サイト〈食育関連ページ〉
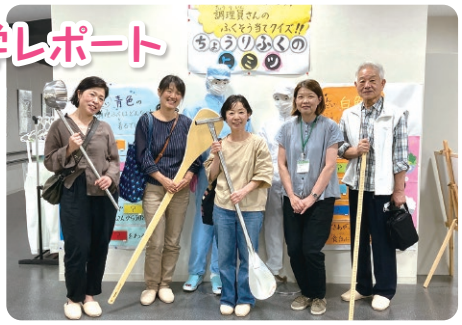
保育園給食献立表
毎月の献立表を掲載。給食レシピ集もこちらにリンクがあります。

保育園のもりもり給食ブログ
その日子ども達が食べた給食を写真付で紹介。

小・中・支援学校給食
毎日の給食とおたより、献立表、給食レシピ集などをご覧いただけます。



「須坂市学校給食センター」見学レポート



小中学校の給食はどんなふうに作ってるの？ ということで、2021年4月から供用を開始しているピカピカの学校給食センターを、ペチャ*クチャ読者有志が見学してきました！

毎日4,100食の給食を作り、市内の小・中・支援学校16校に届けている同センター。その衛生的でシステマチックな設備と安全のための工夫に感動！ 見学後、動画とクイズでさらに詳しく理解を深め、その日の給食の試食しました。

見学したメンバーのレポートをご紹介します！

料理というより、まるで生産・物流の工場のよう。民間のノウハウを活用した公共事業の実施手法が、これからますます大切になると感じました。

食材を受け入れる→食材の下処理をする→調理する（炊飯室・揚げ物焼物室・煮炊き調理室・和え物調理室）→配送する→回収した食器を洗う。全てがきっちりと部屋が分かれていて、作業ごとに調理スタッフのエプロンや手袋の色も違っている。徹底した安心安全に対する仕組みに、改めて感心しました！



1年間の給食の回数は、約200回。つまり、子どもたちの食事の約20%が給食なんですよ。

献立を考えるのは、2人の栄養教諭。学校での食育授業も担当しています。



地元でとれた野菜、果物を出してもらえるのもありがたいです。旬の物を食べられて最高です！

学校での教育と連携し、食体験、食文化、季節、地域性も大切にして、多くの方が携わっていることを知りました。

学校が夏休みの間は、設備の集中メンテナンスと、職員の勉強会など、普段できないことをしています。



アレルギー対応食は、アレルギーの原因となる食材が混ざらないよう、調理室と分けた部屋で調理し、1人分ずつ、容器に入れます。



温かいものを温かく、冷たいものは冷たく。専用トラック6台で、市内16校に配送！

給食センター、これは大人も見たほうがいいですね！



辛さは、小学生と中学生で調節しているんですね！

この日の献立
タッケジャンスープ
きんぴら包み焼き
キムチあえ
ご飯・牛乳

学校給食センター見学に行ってみよう！

現在、全ての小学3年生が見学しています。
学校PTAや保護者会などでも見学することができます。センターにお問合せください。
＊要予約・10名以上～　＊負担金 1人368円

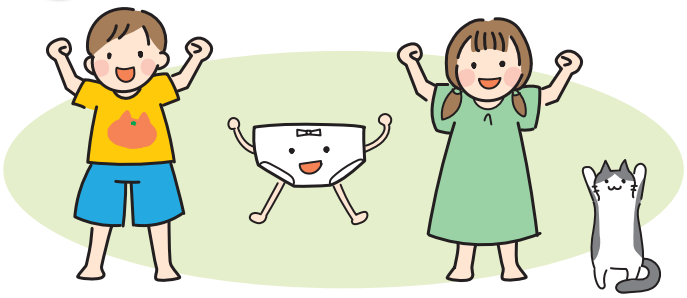
須坂市学校給食センター　tel.026-246-2104　大字栃倉420番地1　MAP>P22-4A



運営は、須坂市と㈱須坂スクールランチサービス（グリーンハウスグループ※）が、事業契約のもとで行う官民共同形態です。

※グリーンハウスは、学校をはじめ企業や病院、シルバー施設などの食事提供と、とんかつさぼてん、ホテル運営など、食を通した事業を展開している企業グループです。

〈施設概要〉
施設名称：須坂市学校給食センター
建物構造：鉄骨2階建（延床面積 3,051.74㎡）
供用開始：2021年4月～
調理能力：4,500食/日
　　アレルギー対応食60食/日
調理方式：ドライシステム　　献立数：1献立



トイレトレーニング

おむつから卒業

自分の意志でおしっこをするために

自分の意志でおしっこをするには、
①尿の出る感覚が分かること
②尿を溜める（我慢する）ことができること
が必要です。まずは尿が出る感覚を意識させるために「おしっこ出たねー」といった声かけも大切。そして、下記のトイレトレーニングをはじめる目安にチェックがついたら、さあ、トイレトレーニングスタートです。
機嫌が良いときにタイミングを見てトイレに誘ってみましょう。初めは、偶然できるところからはじまります。

チェック✓がついたら、はじめ時！

～トイレトレーニングをはじめる目安～

- □ おしっこの間隔が 2 時間くらいあく
- □ 1 人で歩く、座る、立つができる
- □ 簡単な受け答えができる、おしっこやうんちの感覚を身振りや言葉で伝えられる



トイレに誘うタイミング

- 朝目覚めたとき
- お昼寝の後
- おでかけの後
- ごはんの前
- 前回交換したときから2～3時間たっていておむつが濡れていないとき

トレーニングのポイント

焦らない　怒らない　比べない

- できたときには思い切りほめて、一緒に喜びましょう。
- トイレに行くのを嫌がる時は無理強いせず、嫌な気持ちを受け止めましょう。
- 膀胱におしっこが溜まったことを感じるようになると、子どもはサインを出すようになります。子どもの出すサインに大人が反応し、おしっこをしたいという感覚を育てていきましょう。
- トイレでおしっこができるようになるには、何回も失敗しながら学習する時間が必要です。おしっこを我慢して失敗したときは、叱らずに、我慢できたことをほめてあげましょう。
- 疲れてしまったら、焦らず 1～2 か月お休みし、一度気持ちをリセットしてみてもいいですね。

夜のおしっこから卒業

夜は抗利尿ホルモンの働きでおしっこを作る量が減ってきます。ホルモンの出方が安定するように、生活リズムを整えましょう。
食後はおしっこを作る働きが盛んになるので、夕食は寝る 2 時間前に済ませて、寝る前にトイレに行く習慣を作りましょう。

夜のおしっこの出方を確認してみよう

- 寝てすぐにおしっこをする（一晩に 2 回以上）
  →抗利尿ホルモンがこれから増えていきます。
- 朝方おしっこをする
  →抗利尿ホルモンの量が増えてきました。
  夜のおむつ卒業が近づいています。

監修：須坂市保健センター

お子さんが2〜3歳になると、話題になりやすいのがトイレトレーニング！
「おともだちはもうパンツみたい。同じ月齢なのにうちの子は…」と
焦ったり悩んでいませんか？
おむつはずれには個人差があります。
お子さんの様子を観察し、トイレトレーニングをはじめる時期や工夫について考えてみましょう

夜尿症（おねしょ）について



小学校になっても夜尿症が治らない場合は、小児科あるいは泌尿器科を受診することをお勧めします。
夜尿症は、子どもの性格や発達、親の育て方の問題ではありません。子ども本人にもどうしようもないことですが、失敗により自尊心が低下してしまうこともあります。対応のポイントは「焦らず」「怒らず」「起こさず」です。悩んだら、早めに専門家に相談してみましょう。

こどもの夜尿症の定義

5歳以上で1か月に1回以上の頻度で、夜間睡眠中の尿失禁を認めるものが3か月以上続くもの

夜尿症の原因

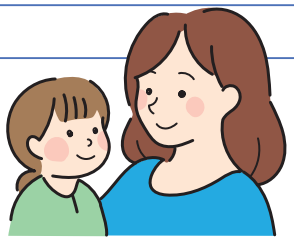
- 覚醒障害　睡眠中に膀胱がいっぱいになっても、尿意で目を覚ますことができない
- 睡眠中の膀胱の働きが未熟　膀胱の容量が小さい、膀胱に尿が溜まると膀胱が勝手に収縮してしまう
- 夜間尿量が多い



おねしょをさせないために、夜中に起こした方が良いの？？

夜中のおしっこの量は抗利尿ホルモンというホルモンが調整していて、このホルモンは夜ぐっすり眠るとたくさん分泌されます。
夜中に起こすのはホルモンのバランスが崩れて逆効果。心配な間は、夜だけおむつやおねしょパッドを使う、防水シーツやおむつシートを利用するなど工夫してみましょう。

3歳児健診時の尿検査について



尿検査は、3歳児健康診査、学校健診等で実施します。異常の早期発見、適切な治療のために、節目での尿検査は必ず受けましょう。
3歳児健康診査で尿検査を実施できなかった場合は、保健センターで検査ができます。まずは保健センターへご相談ください。



なぜ尿検査が必要なの？

尿検査では、潜血・たん白・糖を調べます。異常があればすぐに病気ということではありませんが、腎臓・ネフローゼ・糖尿病・尿路系（尿管・膀胱・尿道）の奇形等の病気が発見される場合もあります。

健診も相談も！ 保健センターは子育ての強い味方！





健診の会場となる保健センターには、保健師や管理栄養士、歯科衛生士が常勤。不妊のこと、妊娠の不安、子育ての悩みなど、あらゆる相談に応じています。赤ちゃんのおっぱいの飲み方や離乳食の進め方など、気軽にご相談ください。体重測定もできますよ！

保健センター tel.026-248-9023

開所時間：月～金　8:30～17:15（年末年始・祝日をのぞく）

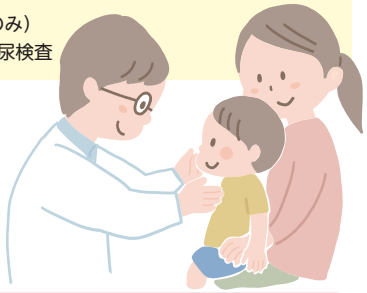
＊身体計測：9:00～16:00 来所前にお電話で予約してください。

大字小山1277番地１ MAP>P22-2D

乳幼児健康診査・健康相談を受けましょう！

須坂市では3か月、1歳、1歳6か月、2歳、3歳になったお子さんを対象に、健康診査・健康相談を実施しています。お子さんの成長や発達について、医師の診察で確認したり、子育てについて相談できる機会です。お子さんの健康のために、必ず受診しましょう。

健康診査の主な内容：
内科医・歯科医の診察、計測、
管理栄養士・歯科衛生士・保健師のお話
（3歳児健診のみ）
視機能検査・尿検査



乳幼児健康診査などの 受付はWEB予約制です！

対象となる健康診査等の予約方法を妊娠届時にお渡しします。記載内容を確認のうえ、対象期日の受付時間をご予約ください。
時間を指定することで、会場での混雑や待ち時間を少なくすることができます。



最新情報はアプリで！

須坂市子育て応援アプリ **すまいるナビ**

妊娠、出産、子育てまでの幅広い情報をお届けする便利なアプリです！

- ◆保健センターからの最新情報など、須坂市からお知らせが届きます！
- ◆子どもの成長記録、病院や子育て関連施設一覧、乳幼児健康診査の予定情報などを管理！
- ◆あの施設の連絡先は？ こんなときどうする!? 子育てに関する情報が検索できます。

ダウンロード 無料！
アプリのダウンロードは
こちらから▶
※通信費はご利用者の負担となります。

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

地域の子育て広場

各地域の保健補導員さんが就園前の親子を対象に、それぞれの地域で開催しています。地域ごと内容は異なりますが、おもちゃでの自由遊びや保護者同士のおしゃべりタイム、保育士さんによる読み聞かせ、クリスマス会などの企画もあります。
ご近所のママ友ができるチャンスです。ぜひお越しください！

★各町の公会堂や公民館で開催しています★
場所・日時などの情報は、須坂市子育て応援アプリ「すまいるナビ」、町の回覧等でお知らせします。



子育てママの 健診・検診のすすめ

自分のからだを守るため、大切なご家族のためにも健診・検診を受けることをおすすめします。
早く発見することで適切な治療につながります。

早期発見が大切です！

乳がん

女性に最も多いがんで、９人に1人がかかります。発見につながる症状は「しこり」「皮膚のひきつれ」等ですが、初期の場合、痛みなどの自覚症状はほとんどありません。

検診は女性の検査技師が担当します。
保健センターでの検診ですので、お子さんを連れてきても大丈夫です。

♥マンモグラフィ検診

対　象：40～74歳で2024年度に偶数年齢になる女性（２年に１回）
※断乳後（出産後）１年以上経過している方
※超音波検診を受診した方は、マンモグラフィ検診を受けることができません。
期　間：５月～９月
会　場：保健センター　　受診料：1,000円

♥超音波検診

対　象：30歳以上の女性
※断乳している方
※マンモグラフィ検診を受診した方は、超音波検診を受けることができません。
期　間：12月～2025年2月
会　場：保健センター　　受診料：1,000円

20歳から検診が受けられます

子宮がん

子宮がんには「子宮頸がん」「子宮体がん」があります。子宮頸がんは 20 ～ 30 代の女性に多いがんです。自覚症状はほとんどありませんが、月経以外の不正出血や下腹部の痛み、おりものの異常（においや色の変化）がみられるときもあります。気になる症状があるときは、すぐに医療機関を受診しましょう。

♥子宮がん検診

対　象：20歳以上で2024年度に
偶数年齢になる女性（２年に1回）
期　間：７月～2025年１月　　受診料：1,000円
※指定医療機関でご都合のよい日時に受診できます。
・指定医療機関は健康づくり課にお問い合わせください。
・予約が必要です。

若年者健診

20～39歳で職場等での健康診断を受ける機会がない方、ぜひ受けましょう♪

血液検査、尿検査、医師の診察などで、高血圧、糖尿病、脂質異常症などを発見し、脳や心臓などの重い病気を予防することができます。若いうちから健診の習慣をつけましょう。

♥若年者健診

個別健診：６月～2025年1月
指定医療機関で受けられます。
集団健診：10月～2025年1月
※保健センターまたは地域公民館で受けられます。
受 診 料：700円

妊婦歯科健診 成人歯周病検診

内容：問診・口腔内診査・歯科保健指導
自分自身と、これから生まれてくる子どもの歯の健康を守るための健診（検診）です。

♥妊婦歯科健診

対　象：妊婦
期　間：４月～３月
（通年）

♥成人歯周病検診

対　象：2024年度に　20・30・40・50・60・70歳になる方
期　間：６月～2025年１月
（20・30歳の方は7月～2025年1月）

※対象となる方に受診券をお送りします。
（妊婦の方には妊娠届出時に窓口にてお渡しします）
※指定医療機関でご都合のよい日時に受診できます。
・指定医療機関は健康づくり課にお問い合わせください。
・予約が必要です。　・受診料はかかりません。

健診・検診の申し込み・お問い合わせ

お電話で……

健康づくり課 tel.026-248-9018
保健センター tel.026-248-9023

WEB で……
（須坂市ホームページ）
右の二次元コードからアクセスし、ながの電子申請サービスへおすすみください。

子育て支援センターに行ってみよう！

子育て支援センターは、就学前のお子さんとその保護者の方が利用できる施設です。
親子で楽しく遊んだり、おうちの方が日々の子育ての不安や悩みを相談したり、
地域の皆さんと関わりを持つことができるところです。
お子さんと遊んだり他のおうちの方ともお話ししたりする中で、楽しい時間を過ごしましょう！

子育て支援センター MAP>P23-2E

tel.026-245-6588
大字須坂1295番地1　シルキービル１Ｆ（bota内）

開 館 日：月～土曜日（日・祝・年末年始は休館）
利用時間：9:00～16:00　　利用料：無料
利用対象：就学前の子どもとその保護者
※予約制です。お電話にてご予約ください。

最新情報をチェック！
Instagram　bota_kosodate▶



毎日11：45～、体操や手遊び、絵本の読み聞かせを行っています！（土曜日・イベント日はお休みです）

■木曜日 10：30 ～「集まりの日」「子育てミニ講座」

◇**集まりの日**
あそぼうday、おはなしポケット、ふれあいあそび…など

◇**子育てミニ講座**
親子ビクス、赤ちゃんマッサージ、ミニコンサート…など



■保護者向け講座（託児あり）

◇**ほっとタイム**（親向け）

◇**すくすく育児ランド**（親向け）
育児に役立つ講演などを行なっています。

◇**すくすくパパ**（パパ向け）
お子さんと楽しい時間を過ごしましょう。

◇**すくすくホーム**（親・祖父母向け）
子育て、孫育てに対する思いを話し合いましょう。

■子育て相談
子育ての不安や悩み、お気軽にご相談ください。
関係機関とおつなぎします。

■子育て情報の提供
子育てに関する情報や各種催し物、市内の児童センターの行事予定、市内の幼稚園、こども園、保育園の園開放、保育サービスなど。

■就労に関する情報の提供
子育て世代の就労支援、講座等の紹介など。

■子育てサークルの育成・支援

■須坂市ファミリー・サポート・センター （P11）

■育児用品貸出事業
家庭で不要になった育児用品などを譲り受け、希望者に無料で貸出しを行っています。
◇貸出期間：チャイルドシート ……３週間以内
ベビーベッド・ベビーバス ……２か月以内

仲間をつくろう！ 子育てサークル紹介

＊連絡先などの詳細は子育て支援センターへ

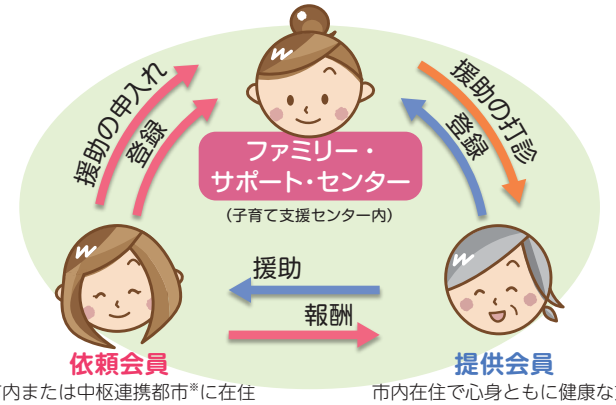
サークル名	活動趣旨・内容	主な活動拠点
中央児童センター親子クラブ	親子で楽しく遊び、友だちを作ろう。	中央児童センター
南部児童センター親子クラブ	親子でのんびり遊びながらおしゃべりを楽しもう。	南部児童センター
東部児童センター親子クラブ	季節の行事や工作・お散歩など楽しい行事を計画しています。	東部児童センター
やんちゃキッズ（北部児童センター 親子クラブ）	親子で交流を図り、楽しく子育てしよう。	北部児童センター
0 歳児ママのおしゃべり会	第 2・4 金曜日 11:00 ～。悩みや子育て体験を語り合いましょう。	子育て支援センター
ウルトラの会	子どもの発達に悩む親の、悩み解消とリフレッシュ。	福祉会館
へそのこ	子ども服、子育て用品などのリユース会の準備など。	須坂市社会福祉協議会
新婦人・親子リズム	ひとりぼっちで悩まずに、みんなで一緒に子育てしよう。	井上地域公民館
須高子ども劇場「おたまじゃくし」	生の舞台を仲間と楽しむ！共感力と創造力を育む。	公園・公民館など
ぽっかぽか	子どもを遊ばせながらおしゃべり。玩具作りやお散歩も。	福祉会館・井上地域公民館

子どもを預かって欲しい！ そんな時に

ファミリー・サポート・センターは、育児の援助を受けたい人と、地域の育児中の保護者を援助したい人が、
それぞれ会員となり、育児について助け合う会員組織です。
援助を受ける・行うどちらも希望する方は、両方会員になることもできます。

ファミリー・サポート・センター（須坂市子育て支援センター内）

事前に会員登録が必要です。登録は子育て支援センターでできます。



依頼会員
市内または中枢連携都市※に在住で、生後３ヶ月から概ね 12 歳までのお子さんの保護者

提供会員
市内在住で心身ともに健康な方
・原則として自宅での預かりが可能な方
・事前講習会を修了した方。

●依頼会員と提供会員を兼ねることができます（両方会員）。
※中枢連携都市：長野市・千曲市・高山村・小川村・信濃町・飯綱町・坂城町

こんなときに利用できます

- 保育園や児童センターのお迎えを頼みたい
- 体調が悪いので、子どもをみていてほしい
- 出産で入院している間、昼間だけみてほしい
- 上の子どもの学校行事に下の子を連れて行けない
- 週１回、習い事をしたいので子どもをみてほしい
- １〜２時間、美容院へ行ったりリフレッシュしたい

託児場所　・提供会員または依頼会員の自宅
・子育て支援センターなど

支援時間と報酬の額

区分	支援時間	報酬／1時間
3歳〜概ね12歳（病後児を除く）	7：00 〜 19：00	600 円
	6：00 〜 7：00 19：00 〜 22：00	700 円

※３歳未満・３歳以上の病後児は 100 円加算。
※１世帯で２人以上預ける場合は２人目から半額
※保育の必要性の認定を受けている方は無償の対象になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

会員募集中！

すでにたくさんの方が登録しています。関心のある方は、子育て支援センターへ！
専用ダイヤル tel.026-477-2033　月〜土曜日9:00〜17:00（日・祝・年末年始は休み）

会員数（R6.5）：依頼会員 568 人・提供会員 56 人・両方会員 11 人



会員の方が安心して育児に関する相互援助を行えるよう、会員を対象に育児に関する知識・技術を身につけるための研修会を実施しています。

児童センターであそぼう！

児童センターは、0～18歳未満の子どもと保護者が利用できる施設です。
親子やお友達同士でじっくり遊んだり、日頃の悩みを相談したり、
保護者同士で子育ての知識や情報交換をする場になっています。
施設内では、トランポリンなどの遊具やおもちゃ、絵本もあり、自由に利用することができます。

★ 遊びの広場 ★

「遊びの広場」利用時間は、乳幼児や子育て中の保護者にも開放しています。

★ 集まりの日 ★

水曜日 11：00※から、季節の遊びや育児講座などを行っています。詳しい内容は、各児童センター便りをご覧ください ▶▶
※イベントによって変わることもあります。

★ 子育て相談 ★

電話・面談による子育てに関する相談を受け付けています。

中央児童センター

MAP>P23-2F

tel.026-245-5010　大字須坂1212番地１

「遊びの広場」利用時間（日・祝・年末年始は休館）
利用時間：月～土　10:00～12:00　14:00～18:00
※11月～3月は17:00まで



庭には三輪車やスクーター、滑り台、ジャングルジム、砂場等があり、体を動かして遊べます！ 夏には、プール遊びもできますよ。2階には赤ちゃんの部屋があります。また、児童と乳幼児が触れ合って遊べる場です。





赤ちゃんの部屋



親子通園施設 くれよん

発達に支援を必要とする就学前のお子さんを対象とした、親子で一緒に通園する施設です。保育日課や様々な遊び・行事を通して、お子さんの発達や親子の関わりを支援します。



tel.026-246-8527 大字須坂1218
須坂市福祉会館内（中央児童センター隣）
通園時間：月～金　9:00～15:00
お問合せ：須坂市教育委員会子ども課
tel.026-214-6061

南部・東部・北部児童センター

放課後地域児童クラブを併設しています。
学童の利用がない平日の午前中と土曜日は、
幼児や子育て中の保護者に開放しています。

「遊びの広場」利用時間（日・祝・年末年始は休館）
利用時間：月〜金　10:00〜12:00
土曜日　10:00〜12:00　14:00〜18:00
※11月〜3月は17:00まで
◎学校の長期休み中は、午前中から学童の利用が中心となります。
指定管理者：シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社

南部児童センター　tel.026-248-2330　墨坂南四丁目1番8号　MAP>P22-2C



臥竜公園や、百々川緑地公園に近く、町中にありながら自然豊かで、四季折々の景観が楽しめます。







水遊びや野菜つくりなど、お外でもたくさん遊びます。

東部児童センター　tel.026-246-0079　大字日滝91番地4　MAP>P23-5E



西側には須坂東高校や常盤中学校、須坂小学校、市立須坂図書館などあります。南側には鎌田山があり、折にふれ自然に親しむことができます。



お庭でシャボン玉あそび



消防署見学



北部児童センター　tel.026-248-8381　大字小河原3305番地1　MAP>P23-3G



長野電鉄北須坂駅から、北に歩いて10分くらいの距離。
ぶどうやりんごの畑に囲まれた、自然に恵まれた環境です。

センターの桜の木の下で、初めましてのお花見会♪



大迫力の牛さんに会いに行ったよ♪





キラキラパークと楽しいクリスマス会♪

生涯学習センター・地域公民館を活用しよう！

たくさんの学習グループや趣味のサークルなどが活動し、様々な事業を開催しています。知識・教養を深め仲間づくりもできる場所です。
また、登録不要でどなたでも利用できるコミュニティスペースや子ども学習室を開設しています。

■地域公民館だよりをチェックしよう！

各公民館では、様々なイベントや講座が開催され参加者を募集しています。最新の情報は各館が毎月発行する「地域公民館だより」（回覧または全戸配布）で紹介しています。

＊「地域公民館だより」は須坂市ホームページでもご覧になれます。

■利用したい方・グループはオンラインで予約

①まずは利用者登録　施設に使用許可申請書（利用登録）を提出。審査終了後ID・仮パスワードがメールで届きます。

＊登録条件：生涯学習・社会教育に関する活動を主たる目的とする団体。登録申込→審査終了までには数日かかります。

②施設を選んでオンラインで利用予約

＊生涯学習センター1・2F、南部地域公民館、仁礼コミュニティセンターは個人でも使用できます（須坂市民限定）。
＊有料の施設は、営利団体も使用できます。

須坂市公共施設予約システム▶

＊体育館などのスポーツ施設も予約できます。

■須坂市の生涯学習施設一覧

利用時間：9：00 〜 22：00　　休館日：年末年始（12/29 〜 1/3）

生涯学習センター（一部有料） （中央地域公民館）	須坂市大字須坂747番地イ tel.026-214-6086　MAP>P23-4E
南部地域公民館 臥竜山公会堂（有料）	須坂市臥竜2-4-2 tel.026-245-0273　MAP>P22-3C
日滝地域公民館	須坂市大字日滝 897-4 tel.026-248-1686　MAP>P23-5F
豊洲地域公民館	須坂市大字小島 402-1 tel.026-246-3232　MAP>P23-1F
旭ケ丘ふれあいプラザ	須坂市旭ケ丘 7-55 tel.026-246-3783　MAP>P23-3G
日野地域公民館（一部有料）	須坂市大字塩川 168-1 tel.026-246-2274　MAP>P23-1F
井上地域公民館	須坂市大字幸高 274-3 tel.026-246-2488　MAP>P22-1C
高甫地域公民館	須坂市大字八町 1918 tel.026-248-1925　MAP>P22-3A
仁礼コミュニティセンター	須坂市大字仁礼 7-16 tel.026-245-8118　MAP>P22-5A
豊丘地域公民館	須坂市大字豊丘 1074 番地 1 tel.026-245-9768　MAP>P22-5B
旧上高井郡役所（有料）	須坂市大字須坂 812-2 tel.026-245-5559　MAP>P23-4E



cookpad 須坂市公式キッチン　https://cookpad.com/kitchen/14040295

信州須坂の台所

健康長寿は食事から！cookpad（クックパッド）「須坂の台所」には、地元食材を使った郷土料理やアイデア料理など、健康長寿の秘訣が詰まったレシピがいっぱい！
その中から、子どものおやつにもなる人気のメニューを紹介します。



ツナキャベツトースト

野菜とタンパク質を一緒に食べることができるレシピは、朝ごはんにもぴったりです。

【材　料】（4 枚分）
キャベツの千切り……１袋
ツナ缶……１缶
食パン6枚切り……４枚
マヨネーズ……大さじ２
しょうゆ…… 小さじ１
ブラックペッパー…… お好み
とろけるチーズ…… 60g

【作り方】
① ボウルにキャベツと、汁気を切ったツナ缶、マヨネーズ、しょうゆ、ブラックペッパーを入れてよく混ぜ合わせる。
② 食パンに、①をのせ、その上にピザ用チーズをのせる。
③ トースターで焼き色がつくまで焼く。



朝ごはんを食べることによって３つのスイッチ（頭（脳）・からだ・腸）が入り、活気あふれる１日のスタートができます！



公立保育園給食の人気メニューをウェブで配信中！



保育園のもりもり給食ブログ

その日子どもたちが食べた給食の写真や、園での様子などを紹介。調理のポイントなど、調理技術員や管理栄養士からのコメントも！
http://blog.suzaka.jp/kyushoku

保育園給食レシピ集

須坂市立保育園の給食レシピを、写真付きで紹介しています。
おやつや季節食など人気メニューがいっぱい。
おうちでも作ってみてください！



信州須坂健康スムージーフェス 2024

2024.7.20sat ～ 9.29sun

須坂のおいしいフルーツや野菜を使ったスムージーで心も体も元気に！ 各店のオリジナルスムージーが味わえるスタンプラリーに参加してプレゼントをゲットしちゃおう！

フェス参加店舗でスムージーを購入し、スタンプを2つ集め、必ずもらえるくじ引きに挑戦！ オリジナルグッズをプレゼント！

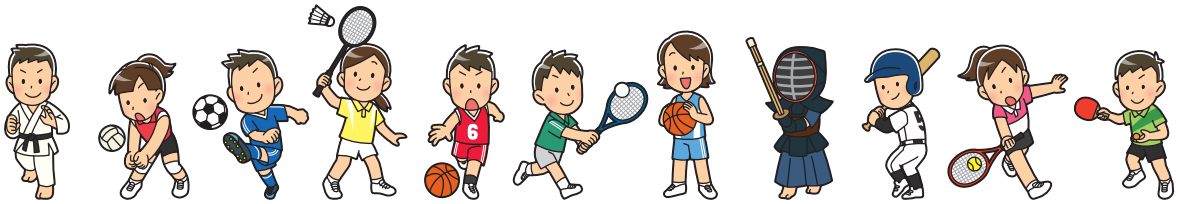
スタンプを10個集めるとハーフ・コンプリート賞として、さらに豪華な賞品が当たるチャンスも！

詳しくは公式ページをチェック！ ▶▶▶

お問合せ：信州須坂健康スムージー推進協議会（事務局：健康づくり課）TEL.026-248-9018

一緒にスポーツを楽しみましょう！

サッカー、バレーボール、卓球、空手、チアリーディング、ダンス……
須坂市内には、幼児から大人まで参加できるスポーツクラブやサークルがたくさんあります。
須坂市スポーツ協会では、各種スポーツ教室も開催しています。



■市内で活動しているスポーツ団体を紹介します。

須坂市ホームページで、一緒に活動する仲間（会員）を募集しているスポーツ団体・クラブを紹介しています。活動日時、場所等を参考にお気軽にご参加ください。

＊掲載の希望も随時受け付けています。

一般社団法人 須坂市スポーツ協会

MAP>P22-4B

tel.026-248-0892　須坂市臥竜6丁目25番1号 須坂市勤労青少年ホーム創造の家内

須坂市スポーツ協会では、各種大会・教室などいろいろな活動をしています。また、スポーツをしたい皆様へクラブ紹介もしています。
お気軽にお問合わせください。

■須坂市スポーツ少年団

野球・サッカー・バレーボールチームが登録しています。

■アクティブ☆キッズ☆プログラム

さまざまなスポーツ体験教室を開催しています。

須坂 遊び場ガイド

① 臥竜公園

MAP>P22-3~4C・3~4B

臥竜二丁目4-8

古墳や須田城跡のある臥竜山と、桜にふちどられた竜ヶ池。大正時代に本多静六博士の設計で造園された歴史ある公園。さくら名所100選、日本の名松100選、そして長野の自然100選に選定されている。野鳥も多く、ツツジやアジサイ、紅葉など四季折々の景観が楽しめます。探検隊の気分で臥竜山の遊歩道を歩いてみよう！
名物のまっくろおでんや、団子も、ぜひ食べてみてね！
多目的トイレや駐車場などの設備も整っています。









② 百々川緑地

MAP>P22-2~4B

臥竜橋～高甫橋～米持橋 一帯の河川敷



川の両側に広がる芝生広場。お弁当もってのんびり過ごそう♪
マレットゴルフやウォーキングのコースもあります。



高甫橋近くの花壇

③ 望岳公園

MAP>P22-2B

望岳台27

旧交通公園。林の中には遊具や築山、おにむしの郷。そしてバスケットリングもある広いグランドもある。駐車場やオムツ替えもできる多目的トイレがあって便利。百々川緑地ともつながっているよ！



遊具 吊り輪ジム 築山 ターザンロープ バスケットリング









④ 屋部団地幼児公園B

MAP>P22-2C

墨坂南五丁目1039-2

通称☆恐竜公園
屋部町の市営住宅内にある。カラフルな恐竜の複合遊具があるよ！ 隣接する屋部町集会場の外トイレが利用できる。



遊具 複合遊具







コロコロ滑り台が人気！

⑤ 八幡公園（墨坂神社）

MAP>P22-2D

墨坂一丁目1593-3 他

墨坂神社境内にある公園。大きな木に囲まれていて、ホッとする空間です。
＊トイレ有り



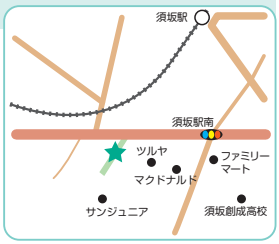
遊具 スプリング遊具

⑥ 河東線記念公園

MAP>P23-1E

大字須坂1602-2 他

旧長野電鉄河東線の一部を整備した手作りの公園。須坂駅に近く、お子様連れからお年寄りまで安心して過ごせます。



⑦ 長者公園

MAP>P23-1E

大字塩川659－6

いろいろな遊具と、広場があり、小さな子から大きい子まで楽しめます。春には桜がきれい。
＊トイレ有り



遊具

⑧ 蒔田公園

MAP>P23-1E

大字小山2608

ベンチは木陰になっているので快適。周りが住宅地なので静かです。



遊具

⑨ 塩川上部公園

MAP>P23-1E

大字塩川465-1

バスケットリングがあるので、大きな子はボールを持っていくのもいいですね！



遊具

バスケットリング

⑩ 田の神公園

MAP>P23-2F

田の神３

田の神町公会堂の前にある公園。野球の練習ができる広いグランドがあり、バックネットもある。



遊具

スプリング遊具

⑪ 中央公園（芝宮神社）

MAP>P23-3F

大字須坂1060-1 他

芝宮の裏側にある公園。緑が多く、夏は涼しくて、秋にはどんぐりもひろえる！　大きな石の滑り台もあるよ。＊トイレは神社内に有り



遊具

築山







⑫ 郷原公園

MAP>P23-5E

大字日滝5511-3

東部児童センターのすぐ近く。周りは住宅地で車も少ないので、安心して遊べます。



遊具

吊り輪ジム

⑬ 宮原公園

MAP>P23-5F

大字日滝965-6

通称☆カエル公園
大きな口をあけたカエル君がいるよ！　こじんまりとしたかわいい公園。



遊具

築山



⑭ 八木沢公園

MAP>P23-4F

大字須坂869-3

通称☆三角公園
健康遊具があり、トレーニングの仕方が書いてあります。シンプルだけど広々とした公園。



遊具

健康遊具

⑮ 森田公園

MAP>P23-4F

大字日滝1128

小さな子から大きい子まで楽しめる遊具がある。とても広いので、身体を使ってのびのび遊べます♪　＊トイレ有り



遊具

吊り輪ジム　スプリング遊具

遊具：すべり台　砂場　ブランコ　ジャングルジム　鉄棒

16 北山道公園

MAP>P23-3G

大字小河原2073-3

通称☆砂の公園
線路際にあり、電車が通るのを見ることができる。乗り物好きな子は大喜び！

遊具 スプリング遊具



17 旭ヶ丘公園

MAP>P23-3G

旭ヶ丘1-81

通称☆ツルの公園
広いスペースにちょっと変わった遊具があり、大きな子でも楽しめる公園。＊トイレ有り

遊具 築山 吊り輪ジム



18 北旭ヶ丘公園

MAP>P23-3G

旭ヶ丘10-3

北旭ヶ丘町公会堂の裏。大きな複合遊具と健康遊具がある。広々としたきれいな芝生広場がうれしい。日かげが少ないので気をつけてね。

遊具 複合遊具　健康遊具



19 井上ビオガーデン

MAP>P22-1C

インター須坂産業団地緑地公園

「須坂水の会」が管理する、ビオトープがある公園。
メダカや珍しいチョウチョが見つかるかな？
＊トイレ、東屋有り









花や木もたくさん。生き物観察をしよう！
水がコポコポ涌いているところが見られるよ。

20 日野いずみの里

MAP>P23-1F

沼目

日野小学校開校百周年記念事業に合わせ、地域住民が主体となって整備。こんこんと湧き出る泉から流れ出る小川、ハス池などが楽しめるビオトープ。





周囲にはりんご畑や田んぼもある。
いろいろな生きものをさがしてみよう！



21 チャレンジパーク離山（はなれやま）& わんぱく広場

MAP>P22-6B

豊丘1592-1

竜の伝説がある離山は、高さ100メートルの起伏に富んだ山全体が遊び場。わんぱく広場には、樹木を巧みに利用した12種類のアスレチック遊具があるよ！



＊トイレはそのさとホール入口に有り





22 信州峰の原高原 こもれび広場

仁礼峰の原　MAP>P22-6A

お天気の日には北アルプスも展望できる見晴台から、白樺林の小径を行くと、大きな木製アスレチックが出現！　標高1,500メートル。猛暑の夏でも涼しい、天空の公園へ、お弁当持って出かけよう!!

＊こもれびホールの駐車場を使ってね。トイレもあるよ！







遊具：すべり台　砂場　ブランコ　ジャングルジム　鉄棒

23 坂田山共生の森 MAP>P22-5D

市街地に最も近い里山として市民に親しまれてきた坂田山。人気アニメで話題になった「竜の割石」や、市の史跡「吉向（きっこう）焼窯跡」、古墳群などがある。見晴らしの丘からの眺めは最高！ぜひ、ピクニックに行ってみよう！



竜が爪をかけて割ったという竜の割石

国蝶オオムラサキ飼育園

24 須高広域総合プール　サマーランド MAP>P23-5F

大字日滝413-4　tel.026-246-0155（閉場期間　tel.026-245-1173）



2つの大きなウォータースライダー、流れるプール、幼児用プール……家族みんなで1日楽しめる！ プールサイドに売店あり。お弁当の持ち込みもOKだよ。
＊プールサイドは熱くなるので、ビーチサンダルを忘れずに！（場内は土足不可）

期　　間：7月13日㈯〜15日㈪・7月20日㈯〜8月22日㈭・24日㈯・25日㈰
（夜間 7月20日㈯〜8月18日㈰）
営業時間：9:30〜17:00（夜間 17:30〜20:00）
入 場 料：一般 500円、3歳〜中学生・60歳以上 300円、夜間（一律）300円
＊開場期間については予定であり、今後変更の可能性があります。
＊混雑が予想される場合は入場制限させていただく場合があります。



S☆Kids まっぷ

〈イケてる須坂 MAP〉




スマホ連動の情報マップだよ!
使い方はP40をみてね!
児童センター
保育園・こども園
公園・遊び場
非表示
白馬村
糸魚川市
上越市
信濃町
飯綱町
飯山市
小布施町
中野市
山ノ内町
高山村
志賀高原
湯田中渋温泉郷
山田温泉
万座温泉
野尻湖
戸隠山
1904m
飯綱山
1917m
黒姫山
2053m
妙高山
2446m
斑尾山
1382m
高社山
1351m
雁田山
759m
明覚山
982m
村山駅
日野駅
日野小学校
日野保育園
日野地域公民館
村山橋
相之島保育園
豊洲地域公民館
豊洲小学校
小布施ハイウエイオアシス
松川
みつばち保育園
須坂警察署
中央児童センター
ことりのいえ
長野電鉄須坂駅
豊洲保育園
子育て支援センター
北部体育館
北須坂駅
クラシック美術館
信州医療センター
マリアこども園
北部児童センター
マリアこども園きたすざか
相森中学校
旭ケ丘ふれあいプラザ
北旭ケ丘保育園
旭ケ丘小学校
芝宮神社
笠鉾会館
旧小田切家住宅
旧上高井郡役所
奥田神社
泉園幼稚園
須坂図書館
須坂小学校
須坂東高校
常盤中学校
東部児童センター
須坂東部保育園
日滝小学校
やすらぎ保育園
日滝地域公民館
北信濃くだもの街道
須坂温泉
サマーランド
雨引城
大岩城
月生城
You遊ランド
E
F
G
© 2023 Reiko yokoyama

遊んで！ 学んで！ 歴史やアートを楽しもう。

市内には、気軽に歴史やアートを楽しめる、小さな博物館や美術館がいっぱい！
それぞれの施設で、さまざまな体験ワークショップもありますよ。

博物館 須坂 まるごと

1 須坂市立博物館 MAP>P22-3C・P17

臥竜二丁目4−1（臥竜公園内） tel.026-245-0407

営 9:00〜17:00（入館は16:30まで）
休 月曜（祝日の場合は開館）・祝日の翌日
¥ 100/企画展開催時 問合せ（高校生以下無料）

古代人の暮らしをテーマに市内遺跡の出土品などを常設展示している。ガイダンスルームの無料展示では、市内の自然と臥竜公園について知ることができるよ。



2 笠鉾会館ドリームホール MAP>P23-3E

大字須坂410-1 tel.026-246-7100

営 9:00〜17:00（入館は16:30まで）
休 月曜（祝日の場合は開館）・祝日の翌日
¥ 200（高校生以下無料）

1階は笠鉾と屋台（無料）。
2〜3階には江戸時代の人々のくらしや須坂藩堀家についての資料などを展示。江戸時代の須坂を知ることができるよ。



3 須坂市動物園 MAP>P22-3B・P17

臥竜二丁目4−8（臥竜公園内） tel.026-245-1770

営 9:00〜16:45（入園は16:00まで）
休 月曜日（祝日の場合は翌日）
年末（12/29〜31）※4月は無休
¥ 大人200円、小・中学生70円

公式サイト

お得な年間パスポート 大人1,040円、小・中学生310円



●本園

人気のベンガルトラやカピバラ、アカカンガルー。他にもさまざまな動物たちを間近で見ることができる。
「ふれあいはうす」もあるよ！

●南園

大型遊具のコーナーと、ヒツジやトナカイもいる動物コーナー。広々とした休憩所には授乳室もあり安心！





明治初期の建物ごと楽しむ美術館（2館共通券 ¥480）

4 須坂クラシック美術館 MAP>P23-2E

大字須坂371-6 tel.026-246-6474

営 9:00〜17:00（入館は16:30まで）
休 木曜日（祝日の場合は開館）
年末年始（12/29〜1/3）
¥ 300（18歳未満・須坂市内在住70歳以上は無料）

大正末期から昭和初期の着物や大正ガラスなどの岡信孝氏のコレクションを収蔵。春と秋の大虫干し会は見応えバッチリ！



5 旧小田切家住宅 MAP>P23-3F

大字須坂423-1 tel.026-246-2220

営 9:00〜17:00（入館は16:30まで）
休 木曜日（祝日の場合は開館）
年末年始（12/29〜1/3）
¥ 300（18歳未満・須坂市内在住70歳以上は無料）

歴史ある旧家の建物探検や毎月開催のワークショップもおすすめ。カフェ併設でお座敷でお庭を眺めながらのティータイムも。



森の中の美術館　須坂アートパーク（2館共通券 ¥480）

6 須坂版画美術館　平塚運一版画美術館

大字野辺1386-8 tel.026-248-6633 MAP>P22-4B

営 9:00〜17:00（入館は16:30まで）
休 水曜日（祝日の場合は開館）
年末年始（12/29〜1/3）
¥ 300（18歳未満・須坂市内在住70歳以上は無料）

毎月開催の「おやこのアトリエ」が大人気！ 窓にお絵かきができるキッズスペースもあり、親子で楽しめる美術館。
※2024年6月〜12月は長寿命化工事のため休館



7 小池千枝コレクション 世界の民俗人形博物館

大字野辺1367-1 tel.026-245-2340 MAP>P22-4B

営 9:00〜17:00（入館は16:30まで）
休 水曜日（祝日の場合は開館）
年末年始（12/29〜1/3）
¥ 300（18歳未満・須坂市内在住70歳以上は無料）

三十段のおひな様で有名。ハロウィンパーティーなど季節にあわせたワークショップイベントもおすすめ。



営：開館時間　休：休館日　¥：入館料

「としょかん」は子育てを応援しています！

市立須坂図書館では、0歳のあかちゃんから「利用者カード」がつくれます。
絵本や紙芝居、雑誌、CD、DVDなど、あかちゃんにもママにもどなたにも、ぴったりの資料がありますよ！
さあ、ぶっくるーといっしょに「本」となかよくしながら大きくなりましょう！





市立須坂図書館 MAP>P23-4E

tel.026-245-0784　大字須坂803-1（常盤町）

開館日：火～金曜日　9:00～19:00
　　土・日・祝日　9:00～17:00
休館日：毎週月曜日（祝日とかさなる場合は火曜日）
　　年末年始、館内整理日（毎月最終金曜日）
　　蔵書整理期間（毎年6月中旬～7月上旬）

「利用者カード」をつくりましょう！

対　　象：須坂市に在住・在勤・在学のかた、小布施町民・高山村民・長野市民のかた
申し込み：貸出カウンター（申込書にご記入ください）
必要なもの：住所を確認できるもの（健康保険証・免許証・学生証・住民票など）
　　＊お子さまの場合は、マイナンバーカードで確認させていただきます。
貸　　出：おとなも子どもも、ひとり1回10点（そのうち雑誌/5冊　新刊/3冊　CD・DVD/3点）まで、2週間

❶日本の小説（作家名50音順）
❷幼児教育・育児　❸ペット・ガーデニング
❹出産・離乳食　❺手芸・料理・家事
❻工芸・クラフト　❼音楽・スポーツ
❽スピーチ・手紙　❾外国の小説

●おはなしの会

毎週土曜日、10：30～11：00
おはなしボランティア（登録団体）の読み聞かせが楽しめます。



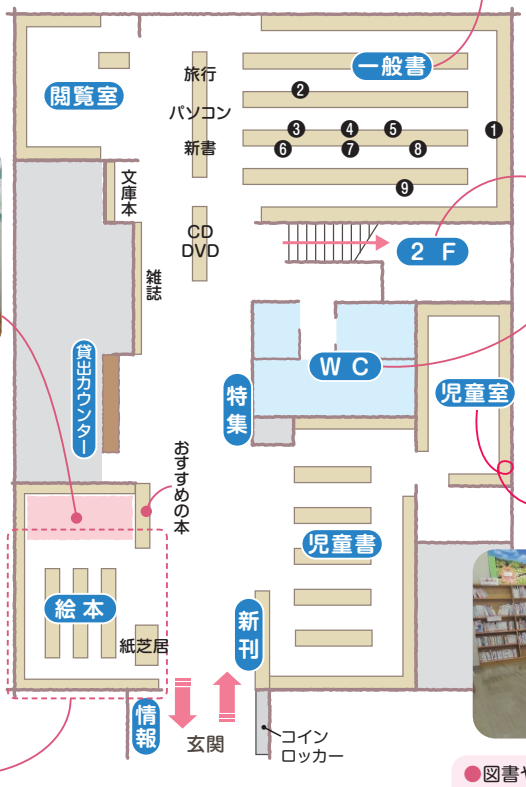
●おはなしポイントカード

おはなしの会に参加するとポイントがたまります。いっぱいになると、ぶっくるーからお手紙が届きます。カードは会場でさしあげています。





絵本は、絵を描いたひとのあいうえお順 に並んでいるよ！





休憩コーナーや、読書室、美術室、郷土資料室があります。



女性用トイレには、ベビーキープのある親子トイレや、キッズトイレがあります。
多目的トイレには、オムツ交換台と幼児用補助便座があります。

小・中学生の調べ学習や自由研究にぴったりの本が集まっています。



●年齢別おすすめの本

過去3年間の出版物を中心に、職員が選んだ本のリストを毎年更新し配布しています。「0～3歳」「4～6歳」「小学校低学年」「小学校高学年」バックナンバーもあります。

●図書や手荷物を入れて運べる小型のカートがあります。ベビーカーでお越しのかたは、そのままベビーカーでご移動ください。
●新型コロナウイルス感染症は落ち着きつつありますが、じゅうたんコーナーでの滞在後、じゅうたんにふれたお子さまの手の消毒をお願いします。

保育園・幼稚園・認定こども園……それぞれの違いを知ろう！

保育園と幼稚園の大きな違いは、保育園は乳幼児を保護者に代わって預かる「児童福祉施設」であり、これに対して幼稚園は小学校入学前のお子さんの「教育施設」であるということ。そしてその両方の特徴を併せ持つのが、認定こども園です。

それぞれの特徴をよく知って、ご家庭の生活環境やお仕事の状態から、どちらを選択するか考えることが最初のステップですね！

どの園でも、未就園児向けに園開放や交流保育を行っています。実際に行って見て体験して、自分と子どもにぴったりのスタイルをみつけましょう♪

★教育・保育の認定区分と利用できる施設

1号認定（教育標準時間認定）	幼稚園 認定こども園（幼稚園部分）
2号認定（保育認定・満3歳以上）	保育園 認定こども園（保育園部分）
3号認定（保育認定・満3歳未満）	

＊2・3号認定は、保育の必要量によって保育時間が区分されます。保育時間を超えて利用が必要な場合は、延長保育を利用できます。

① 保育標準時間：最長11時間保育
→フルタイム就労を想定した利用時間

② 保育短時間：最長8時間保育
→パートタイム就労を想定した利用時間

※詳しくは30ページの「保育の必要性の認定について」を参照

★保育園と幼稚園の違い★

保育園		幼稚園
保育（0歳児から小学校就学前）	目的（対象）	教育（満3歳から小学校就学前）
保育士資格	先生の資格	幼稚園教諭免許
厚生労働省（児童福祉法）	所管官庁(法令)	文部科学省（学校教育法）
保育の必要性が認定されること（→P30参照） 須坂市に住所があること	入園条件	特になし
保育時間は8時間～11時間　延長保育も実施 お昼寝やおやつがある	園生活	通常4時間程度　園によっては延長保育がある
保護者による送迎	送迎	送迎バスのあるところが多い
日曜・祝日・年末年始 土曜日は公立保育園は拠点方式で受け入れ	休み	小学校と同程度　夏休みなどの長期休暇あり (園によっては預かり保育実施)
3歳未満児クラス：市民税の所得割額によって市が決定 3歳以上児クラス：無償	料金	園により異なる 入園料・保育料：月額25,700円まで無償 預かり保育：保育の必要性が認定された子に限り月額11,300円（日額450円）まで無償 ※バス代、施設費等は別途必要
ほぼ全給食 公立／3歳未満児：完全給食 3歳以上児：主食持参・副食費月4,500円 ※所得や多子により減免制度あり	食事	お弁当と給食混合　副食費は園による ※所得や多子により減免制度あり
各園 入園受付の日程などは「広報須坂」10月号に掲載	申込み	各園　希望の園の受付日程を確認
★入園までのこと★		
★お子さんと一緒に保育園を見学（事前予約）し、希望園（～第3希望まで）を選んでおこう 【10月中旬】希望園で支給認定申請書・入園申込書をもらい申込準備をする ※「広報須坂」10月号で各園申込受付日程を掲載	～10月	【9月頃】入園説明会がはじまる ★各園での体験会などにも参加してみよう ★資料・入園申込書は各園へ請求 申込日程等も各園へ確認する
【上旬】希望園で入園申込をする 園長先生によるお子さんとの面談があります	11月	入園内定を得た後、 園を通じて支給認定申請書を市へ提出
【1月】市が各園の利用調整を行う ※利用調整が必要な場合は連絡がいきます 【2月下旬】保育利用決定通知書が届く	1～2月	【2月下旬】入所決定通知が届く
入園準備	3月	入園準備
入園	4月	入園

■保育の必要性の認定について

	「保育の必要性」の認定基準（入園理由）	必要な証明書類	保育時間
1	保護者の就労 （1）会社等に勤務 （2）自営業・農業などに従事 （3）内職	就労証明書 ※1	【保育標準時間】 認定基準：月120時間以上の就労 【保育短時間】 認定基準：月64時間以上の就労
2	母親の妊娠・出産　出産前3か月（出産月を含む） 出産後3か月（出産月を含まない）	母子手帳の写し（表紙および分娩予定日、出産日が記入されたページ）または医師の証明書	
3	保護者の疾病、障がい （1）疾病　○入院1か月以上にわたる者 ○1か月以上の疾病で週3日以上の通院 ○一般療養（居宅常時病床に伏す等） （2）心身障がい者	（1）医師の診断書 （2）身体障害者・療育・精神障害者手帳の写し	
4	保護者が同居または長期入院等している親族の介護・看護 長期にわたる疾病または心身障がいのある者の介護・看護で日中4時間以上従事	介護・看護証明書 【介護】介護保険被保険者証の写し 【看護】医師の診断書 障害者手帳の写し	
5	家庭の災害復旧　火災、風水害、地震等の不慮の災害により、その復旧にあたるため	・罹災証明など	
6	保護者の求職活動　※最長で90日間	求職申立書 ハローワークの登録証の写しなど	【保育短時間】
7	保護者の就学（職業訓練校等における職業訓練を含む）	在学証明書	【保育標準時間】【保育短時間】
8	育児休業取得時に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること ※2	就労証明書	【保育短時間】
9	（1）その他、上記に類する状態として市が認める場合 （2）3歳未満児を家庭で保育する場合 ※3歳以上児のみ認定対象。(詳しくは下記参照) ◎申し込みの際にご相談ください	（1）市が定める書類 （2）3歳未満児を家庭で保育することの申立書	（1）【保育標準時間】【保育短時間】 （2）【保育短時間】

※1）自営業・農業などに従事される方は、確定申告書控えの写し、源泉徴収票の写しなどの添付が必要です。
※2）2歳未満のお子さんは原則退園になります。

●満65歳未満（入園年度4月1日現在）で上記基準に該当する同居の親族の方も、上記の証明書を提出していただく場合があります。
●入園申込後および入園後、就労や家庭の状況などが変わった場合は、子ども課児童保育所係または保育園まで連絡してください。

保育園への入所対象児童の拡大について

①3歳未満児の子どもを家庭で保育する場合、保護者の就労等に関係なく、上の子は保育園への入園ができます。ただし、この事由で申込みした場合は、原則3歳未満児の途中入所はできませんのでご注意ください。

【対　　象】保護者が家庭で3歳未満の児童を育児する3歳以上児
【認定期間】下の子が3歳になる年の年度末まで

②『特別利用保育』を開始しました。
現在、市内の幼稚園・認定こども園は市街地に集中しており、全ての子どもが幼稚園や認定こども園を選択肢とすることができるとは言えない状況です。このため、幼稚園や認定こども園（3歳以上児 1号認定）を利用する子どもでも、一定の要件を満たす場合は近くの保育施設の利用が認められます。
詳しくは子ども課へお問い合わせください。

保育園への入園を希望されている方へ

★お早めに、子ども課または各園にご相談ください
産休の終了など就労の予定がわかっている場合は、妊娠中でも申請できます。**入園予定が2025年5月以降であっても、来年度内での入園を希望する場合は、2024年11月の受付時にご相談ください。**
保育園の3歳未満児の入園が増えていますが、保育園の定員や保育士不足により、第1希望の園に入園できないケースが増えています。利用定員を超えて申込みがあった場合、希望保育園を変更していただく場合があります。

★須坂市外の保育園への入園について
市外の保育園に入園を希望される場合は、須坂市を通じて希望施設の所在する市区町村へ受け入れの依頼をします。
入園の調整は施設の所在する市区町村が行います。そちらの住民が優先されますのでご了承ください。

子ども課 tel.026-248-9026（平日 8:30～17:15）

保育料（利用者負担金）月額

入所児童の属する世帯の階層			3号認定 3歳未満児	
階層区分	定　義		保育短時間	保育標準時間
第1	生活保護法世帯等		0	0
第2	市民税非課税世帯		0	0
第3	市民税所得割額	48,600円未満	12,500	16,000
第4		48,600円以上 64,000円未満	18,000	21,500
第5		64,000円以上 97,000円未満	26,000	29,500
第6		97,000円以上 132,000円未満	37,000	40,500
第7		132,000円以上 169,000円未満	39,500	43,000
第8		169,000円以上 227,000円未満	48,000	51,500
第9		227,000円以上 301,000円未満	49,500	53,000
第10		301,000円以上 397,000円未満	52,000	55,500
第11		397,000円以上	54,000	57,500

※この表の市民税所得割額は8月までは前年度分、9月以降は当年度分の税額。配当控除、外国税額控除、住宅借入金等特別控除する前の金額です。
※年度途中に3歳に達し、3号認定から2号認定に変更になった場合でも、その年度内は、3号認定（3歳未満児）の保育料を徴収します。
※ひとり親世帯、低所得世帯及び多子世帯については保育料が軽減されます。
※2号認定は保育料（利用者負担）は無償ですが、別途副食費（公立保育園は月額4,500円）がかかります。（所得や多子による減免制度あり）

多子世帯や、低所得世帯の軽減

●市民税所得割課税額が57,700円未満の世帯
最年長の子どもから数えて
1人目：2分の1の額　　2人目以降：無料

●市民税所得割課税額が57,700円以上の世帯
最年長の子どもから数えて
2人目：2分の1の額　　3人目以降：無料

延長保育料（公立保育園）

●保育短時間の場合

区分	延長保育時間	料　金	
		月　額	月10日以内
朝	7：30〜8：30	2,000円	1,000円
	8：00〜8：30	1,000円	500円
夕	16：30〜17：00	1,000円	500円
	16：30〜17：30	2,000円	1,000円
	16：30〜18：00	3,000円	1,500円
	16：30〜18：30	4,000円	2,000円
	16：30〜19：00	5,000円	2,500円

●保育標準時間の場合

区分	延長保育時間	料　金	
		月　額	月10日以内
夕	18：30〜19：00	1,000円	500円

※同一世帯より同時期に2人以上通園の場合
2人目：2分の1の額。3人目以降：無料
※同時期に通園していない場合の第3子以降は2割軽減

●緊急延長保育

延長保育の実施時間の中で30分につき1回100円
※多子軽減等は適用されません。



須坂市公立保育園で、働きませんか！？

保育士さん大募集！

須坂市公立保育園（10園）では、現在200人を超える保育士がいろいろな立場で働いています。
フルタイム・パートタイム勤務で経験を積みながら、正規保育士を目指す方も多くいます。
保育士資格をお持ちの方、取得予定の方、ぜひその資格を活かしましょう！

正規保育士

次世代を担う須坂市の子ども達を育む、基幹となる保育士です。
新卒・社会人枠ともに、毎年募集しています。

＊令和7年度採用の募集は5月1日〜17日でした。
＊通勤可能な方が対象です。

フルタイム保育士

毎年の入所児童数によって、クラス担任となる保育士です。
勤務時間：1日7時間45分
1ヶ月の勤務日数：21日程度

パートタイム保育士

年度途中の増加に対応する保育士、休憩代替・朝夕の延長保育士です。
勤務時間：1日1時間から
時　　給：1,126円〜

＊年齢制限はありません。市外の方（通勤可能の範囲）もOK!
＊応募期間：令和6年11月1日〜12月2日（過ぎてもOK!）

問合せ▶総務課 tel.026-248-9000

問合せ▶須坂市教育委員会　子ども課　児童保育所係　tel.026-248-9026

公立保育園

■須坂市公立保育園の特色

・子ども一人ひとりへの多様な関わりを大切に、実体験から多くの事を学べる保育環境を大切にします。
・異年齢交流保育や小学生との交流、地域の方々との交流を行います。
・地域の自然を生かし、園外保育を十分取り入れます。
・園用の菜園で作物の成長に関心を持ち、収穫の喜びを味わいます。
・全ての公立保育園が**「信州型自然保育（信州やまほいく）」**の認定を受けています。

●土曜日保育は拠点方式です。
グループ園（2024 年度）
【須坂東部・北旭ケ丘】【豊丘・仁礼】（6か月交代）
【高甫・須坂千曲・井上】【日野・須坂・相之島】（4か月交代）

●未就園児交流
園見学と戸外遊びを楽しむことができます。
時間　9：30 ～ 11：30（各園共通）
＊開催日は右ページの各園の欄で確認してください。
市のホームページでも詳細を確認できます。

●毎日、園庭・園舎内開放をしています。
＊行事等の都合でご遠慮いただくことがあります。



実践！！ 須坂で“信州やまほいく”
保育園のと～っても元気な子どもたちに会ってきたよ！



みんなで見守っている
つばめの赤ちゃん。

思いっ切りどろんこあそびをしたり
花だんをつくったり、野菜を育てたり。
み～んな園庭が大好き！

相之島保育園



学びもあそびも全力だー！







花だんに花の苗を植えたよ！





冒険そして発見がいっぱい！





北旭ケ丘保育園

すぐ近くの旭ケ丘小学校へ。
広い校庭、園とはちょっと違う遊具に冒険心がはじけます！
休み時間で出てきた小学生が声を
かけてくれたりと、交流も楽しみです。





CAP研修

須坂市全園の5歳児クラスで、3日間行われるCAP研修（人権教育プログラム）の様子を見せていただきました。自己肯定感を高めること、困ったことは大人に相談していいということを、ワークショップで学びます。



公立保育園では、それぞれの地域の特性を活かして「信州やまほいく」を実践しています。

自然保育とは

幼児期の子どもを対象に、屋外での遊びや運動を中心に様々な体験を深めることで、知力と体力も同時に高めることができるとされる、全国的に注目を集める新しいスタイルの保育・幼児教育です。

信州型自然保育認定制度とは

全国をリードする「子育て先進県」を実現するために、長野県が創設した認定制度です。信州型自然保育を普及させることで、信州で育つすべての子どもが心身ともに健やかに成長できる環境を整備します。

信州型自然保育とは

子ども、保護者、保育者、地域、市町村、県が、みんなで参加し、みんなで創っていくのが信州型自然保育「信州やまほいく」です。豊かな自然と温かな地域の中で、子どもたちの“人生の根っこ”を育みます。

須坂市立 須坂東部保育園 MAP>P23-4F



定　　員：150名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜19:00(月〜金)
7:30〜18:30(土)
★園庭開放（毎日）
9:30〜11:30
★園舎内開放（毎日）
9:30〜11:30

〒382-0016 大字日滝1185-1(高橋町) tel.026-245-0645

須坂市立 日野保育園 MAP>P23-1F



定　　員：150名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜19:00(月〜金)
7:30〜18:30(土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜16:30
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0052 大字塩川188-9(塩川町) tel.026-245-4094

須坂市立 井上保育園 MAP>P22-1C



定　　員：120名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜16:00
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0047 大字幸高286-1(幸高町) tel.026-245-0485

須坂市立 須坂千曲保育園 MAP>P22-1D



定　　員：60名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜11:30/15:00〜16:30
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30/15:00〜16:30

〒382-0055 大字中島250-1(中島町) tel.026-245-1665

須坂市立 相之島保育園 MAP>P22-1F



定　　員：60名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜11:30
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0065 大字相之島391-1(相之島町) tel.026-246-0975

須坂市立 須坂保育園 MAP>P22-2D



定　　員：120名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:30〜11:30
★園舎内開放（毎日）
9:30〜11:30

〒382-0087 大字小山1274(東横町) tel.026-245-1841

須坂市立 高甫保育園 MAP>P22-3A



定　　員：90名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜11:30
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0037 大字野辺1097-1(野辺町) tel.026-245-4154

須坂市立 北旭ケ丘保育園 MAP>P23-3G



定　　員：90名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜16:30
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0002 大字小河原3133-1(北旭ケ丘町) tel.026-245-4041

須坂市立 豊丘保育園 MAP>P22-5B



定　　員：60名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜16:00
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0022 大字豊丘1066(豊丘上町) tel.026-248-2118

須坂市立 仁礼保育園 MAP>P22-5A



定　　員：120名
受入年齢：6か月〜
開園時間：
7:30〜18:30(月〜土)
★園庭開放（毎日）
9:00〜16:00
★園舎内開放（毎日）
9:00〜11:30

〒382-0034 大字仁礼7-13(仁礼町) tel.026-248-2192

私立保育園

社会福祉法人 仁慈協会 上高井保育園（かみたかい） MAP>P22-3E



★運動会　10月3日㈭AM
★見学は随時
（事前にご連絡ください）

＊一時預かりを実施

定員：60名／受入年齢：産休明け～
開園時間：月～土　7:30～19:00

「ありがとう」「いただきます」などの言葉の意味を知り、人や物への感謝の気持ちを育み、様々なことを継続していく中で、子どもが自ら正しい道を進んでいけるような保育を目指します。

〒382-0086 大字須坂1355-1（本上町） tel.026-245-1041

社会福祉法人 わらべ福祉会 さかた山風の子保育園（やまかぜ） MAP>P22-5D



★運動会　10月19日㈯
★園開放
秋頃より予定。
お問い合わせください。
★見学は随時
（事前にご連絡ください）

＊病後児保育を実施

定員：90名／受入年齢：産休明け～
開園時間：月～土　7:00～19:00

田畑や山々に囲まれた自然豊かな環境。広い園舎、全館床暖房。食育を大切にし、旬の味、郷土食を取り入れた手作り給食です。

〒382-0026 大字坂田218-2（坂田町） tel.026-248-8920

社会福祉法人 睦会 やすらぎ保育園 MAP>P23-4G



★見学は随時
（事前にご連絡ください）

＊休日保育・一時預かりを実施
＊病児病後児保育園併設

定員：30名／受入年齢：産休明け～2歳児
開園時間：月～日　7:00～19:00

高齢者総合福祉施設と併設しているので、日々お年寄りとのとふれあい交流をしています。
敷地内に「やすらぎクリニック須坂」があり、急なケガや病気にも対応。

〒382-0011 大字日滝2887-1(本郷町) tel.026-247-0160

社会福祉法人 互念会 豊洲保育園（とよす） MAP>P23-2G



★園開放　10:00～11:00
9月　6日㈮ 秋の制作遊び
10月22日㈮ お散歩に行こう
12月　4日㈬ もちつき会
1月21日㈮ ホールで遊ぼう
2月　3日㈪ 鬼と遊ぼう
3月11日㈮ ホールで遊ぼう
★運動会
10月　5日㈯（雨天 6日）
★発表会　12月14日㈯
★見学は随時
（事前にご連絡ください）

＊上靴、飲み物、着替え等をお持ちください。

定員：60名／受入年齢：６か月～
開園時間：月～土　7:30～18:30

体力作りの時間を設けて、年齢毎の目標に向けて取り組んでいます。どろんこ遊び、野菜や花作りなど、自然の中で遊びます。

〒382-0071 大字小河原2405-1(小河原町) tel.026-213-4140

社会福祉法人 わらべ福祉会 みつばち保育園 MAP>P23-2F



★運動会　10月12日㈯
★見学は随時
（事前にご連絡ください）

定員：80名／受入年齢：産休明け～
開園時間：月～土　7:00～19:00

子ども達一人ひとりが主人公。生き物を飼ったり季節の作物を畑で作ったり、色々な生活体験ができるよう取り組みます。

〒382-0052 大字塩川326-11（塩川町） tel.026-246-2110

小規模保育施設

特定非営利活動法人 アリスチャイルドメイト ことりのいえ MAP>P23-2F



★毎月１回（6月～12月）
園開放を行なっています。
9月10日㈮ 新聞紙遊び
10月22日㈮ ハロウィン
11月12日㈮ 木の実で楽器作り
12月17日㈮ クリスマス会
★見学は随時
（事前にご連絡ください）

＊一時預かりを実施

定員：10名／受入年齢：３か月～
開園時間：月～土 7:30～18:30

0～2歳児を対象とした定員10名の小規模保育園です。ありのままの子どもを受け止め、ゆったり寄り添う保育、1人ひとりの笑顔あふれる保育をします。

〒382-0076 大字小河原395-3(馬場町) tel.026-245-7003

私立幼稚園

学校法人　清水学園 泉園幼稚園（いずみえん） MAP>P23-4E



★園庭は随時開放しています。

●保育料以外の費用
教材施設費　2,000円
バス利用料　2,000円
給食費等

定員：80名／受入年齢：満３歳〜
開園時間：月〜金 8:30〜15:30
（第1・3土曜日 8:30〜11:30）

令和9年3月末で休園。

〒382-0013 大字須坂834-1（常盤町） tel.026-245-1007



私立認定こども園

学校法人双葉学園　認定こども園 須坂双葉幼稚園（すざかふたば） MAP>P22-2D



★見学は随時可能

★未就園児親子教室
「ぽかぽか広場」
主に月曜日に開催

●保育料以外の費用
バス利用料
給食費
教育施設充実費

定員：138名／受入年齢：２歳児〜
開園時間：月〜土 7:30〜18:30

広い園庭と家庭的な雰囲気の中で、一人ひとりを大切にし、お子様の健やかな成長をお手伝いします。

★信州型自然保育（やまほいく）認定園
★ユースエール認定企業　★長野県建築文化賞（最優秀賞）授賞

KIDS DESIGN AWARD 2019

〒382-0099 墨坂4-7-4（屋部町） tel.026-245-2753

学校法人聖母マリア学園 マリアこども園 MAP>P23-3F



★保育体験教室
マリアキッズ
毎週　水曜日・木曜日
10:00〜11:30
体操・英語教室、主活動を体験できます。
※ホームページから事前申込みをお願いします。

★園説明会
9月25日㈬ 10:00〜
※ホームページから事前申込みをお願いします。

●保育料以外の費用
給食費・バス利用料
ユニフォーム代

定員：164名／受入年齢：６か月〜
開園時間：月〜土 7:30〜18:30

運動能力だけでなく「こころ・からだ・あたま」バランスのとれた保育を行う、笑顔があふれるこども園です。　＊一時預かりを実施

〒382-0074 大字須坂1092（春木町）
tel.026-245-0012

学校法人曽沢学園　認定こども園 山びこ幼稚園（やま） MAP>P22-4C



★園開放　10:00〜11:30
毎週金曜日（予約不要）
モンテッソーリ教育体験できます。

★山びこ祭　10月26日㊏ 午前

★園見学・個別の入園説明
随時（要予約）

●保育料以外の費用
教育充実費
月額3,000円
給食費・制服代等

定員：65名／受入年齢：満３歳〜
開園時間：月〜土 7:30〜18:30

法人理念「いのちが豊かに響き合う学び家をつくろう」
モンテッソーリ幼稚園。臥竜山のふもと、山びこの森に抱かれた緑豊かな自然の中で、1人ひとりの子どものテンポに寄り添った、ゆっくり丁寧な保育に取り組んでいます。　＊一時預かりを実施

〒382-0028 臥竜4-10-2（南原町） tel.026-214-9717

学校法人聖母マリア学園 マリアこども園 きたすざか分園 MAP>P23-3G



★保育体験教室
マリアキッズきたすざか
毎週　水曜日・木曜日
9:30〜10:00
体操教室、主活動を体験できます。
※ホームページから事前申込みをお願いします。

★見学は随時
（事前にご連絡ください）

定員：30名／受入年齢：６か月〜
開園時間：月〜土 7:30〜18:30

マリアこども園きたすざか分園は、総園児数30名、0・1・2歳児の小規模園です。本園同様に全室に床暖房・エアコンを設置した、広くて明るい園舎。子どもたちの想像力を育む絵本、芝生の園庭、子どもたちにとって最良の環境づくりを行いました。

〒382-0003 大字小河原1986-2（旭ケ丘町） tel.026-245-0012

病児・病後児保育　病気または病気回復期にある子どもを一時的に預けたいとき


やすらぎ病児保育園

■対　象

●須坂市内に在住し市内外の保育園・幼稚園・認定子ども園・小学校に通園通学しているお子さん
※ただし、さかた山風の子保育園は小学校就学前のお子さんまで。

●下記の病児・病後児に該当し、保護者の勤務等の都合で、家庭で保育を行うことが困難なお子さん
病　児＝傷病の急変が認められないが、集団保育が困難なお子さん
病後児＝病気の回復期で、集団保育が困難なお子さん

■利用方法

事前の利用登録

年度ごとに登録が必要です。
「利用登録申請書」にお子さんの病歴や保護者の緊急連絡先などを記入して、お子さんが通園している園または子ども課へ提出してください。

※ながの電子申請サービスを利用し、オンライン申請もできます。



①事前予約……病児・病後児施設に連絡して予約します。
＊利用日前日の17:00まで（当日の場合は 8:00～8:30の間）

②医療機関で受診…利用日の前日または当日に、かかりつけ医療機関で診察を受け、担当医に「診療情報提供書」を記入してもらう。

③当日の利用……当日、お子さんを連れて利用する施設へ。
「利用申込書」と「診療情報提供書」を提出してください。

注意・利用定員を超えてお預かりすることはできません。
・１回の利用は休日を含めて7日以内です。
・利用キャンセルする場合は、申し込みをした施設へ必ずご連絡ください。

★必要な書類は、**利用登録申請書**(オンライン申請も可能)、**利用申込書**、**診療情報提供書**の3つです。お子さんが通っている園にあります。
また、須坂市ホームページからダウンロードもできます。(「須坂市　病児」で検索！)

■須坂市内の施設

実　施　園	病児･病後児	定 員	保 育 時 間※・ お 問 合 せ 先	利用料※
やすらぎ病児保育園	病児･病後児	6人	月～金曜日（祝日と12月30日～1月3日を除く） 8:30～17:30（延長保育をご希望の方はご相談ください） 住 所：須坂市本郷町2869-1　tel.026-214-6555	無料
さかた山 風の子保育園 病後児保育室「つくし」	病後児	4人	月～金曜日（祝日と12月29日～1月3日を除く） ・前日の17:00までに申込みの場合……8:00～17:00 ・当日の朝8:00～8:30に申込みの場合 …9:00～17:00 住 所：須坂市坂田町218番地２　tel.026-248-8920	

※通園している保育園等での保育時間の範囲内。
※利用料……３歳以上児主食代100円・副食代250円及び通常保育時間以外は延長保育料(30分100円)を別途徴収いたします。

■須坂市以外で利用できる施設

長野地域９市町村（長野市、須坂市、千曲市、坂城町、小布施町、高山村、信濃町、小川村、飯綱町）内に在住、または保育所・幼稚園等に在籍する児童が利用できます。
＊利用の詳細や申請書様式などは、直接施設にお問い合わせいただくか、施設または自治体のホームページをご覧ください。

実　施　園	お 問 合 せ 先	利 用 料
長野松代総合病院 病児保育室「バオバブのおうち」	住　所：長野市松代町松代7番地1　tel.026-278-2031 担当課：長野市保育・幼稚園課　tel.026-224-8406	1日　2,000円 (昼食持参)
長野赤十字病院 「病後児保育室 ゆりかご」	住　所：長野市若里５丁目22番１号　tel.026-226-7753 担当課：長野市幼保育・稚園課　tel.026-224-8406	1日　2,200円 (昼食代含む)
篠ノ井総合病院 病児保育室「あいあい」	住　所：長野市篠ノ井会241番地1　tel.026-292-1457 担当課：長野市保育・幼稚園課　tel.026-224-8406	1日　2,000円 (昼食代含む)
長野市民病院 病後児保育室「ベビーハウスたんぽぽ」	住　所：長野市富竹1570番地1 はなみずきハウス2F　tel.026-295-1627 担当課：長野市保育・幼稚園課　tel.026-224-8406	1日　2,000円 (昼食･おやつ代含む)
千曲中央病院 病児･病後児保育施設「あぷりこっこ」	住　所：千曲市大字杭瀬下58番地　tel.026-272-1100 担当課：千曲市こども未来課　tel.026-273-1111	4時間以内　1,000円 4時間以上　2,000円
飯綱町病後児保育室 「はぐくみ」	住　所：飯綱町大字黒川1660番地13　tel.026-217-5771 担当課：飯綱町こども子育て未来室　tel.026-253-4769	半日(～5時間)　1,050円 1日(5時間～)　2,100円

一時預かり

緊急時、毎週決まった曜日のみなど、一時的に子どもを預けたいとき
※申し込みについては各園にお問い合わせください。

	実施園	対象	保育時間	延長時間	保育料(半日=4時間以内)		延長保育料
					3歳未満児	3歳以上児	
私立	上高井保育園 tel.026-245-1041	4か月〜就学前	8:30〜16:30	—	2,500円(給食費込) (半日1,100円・給食費220円)	1,800円(給食費込) (半日800円・給食費220円)	—
私立	やすらぎ保育園 tel.026-247-0160	4か月〜就学前	8:30〜16:30	7:00〜 〜19:00	2,200円・給食費300円 (半日1,000円・給食費300円)	1,500円・給食費300円 (半日700円・給食費300円)	30分 100円
私立	マリアこども園 tel.026-245-0012	6か月 〜3歳未満児	8:30〜16:30	16:30〜 17:30	8:30〜16:30 2,500円 (給食費込) 8:30〜12:30 1,600円	—	一律 500円
私立	山びこ幼稚園 tel.026-214-9717	2歳児〜就学前	8:30〜15:30	7:30〜 〜18:30	8:30〜15:30 内6時間まで 2,000円(給食費込) 1時間 300円(給食費250円)		30分 100円
私立	ことりのいえ tel.026-245-7003	3か月〜2歳児	8:30〜16:30 (月〜金)	—	2,400円・(半日1,300円) 給食費350円・おやつ1回100円	—	—
公立	須坂千曲保育園 tel.026-245-1665	1歳児〜就学前	8:30〜16:30	7:30〜 〜18:30	2,200円・副食費300円 (半日1,200円)	1,300円・副食費200円 (半日700円)	30分 100円
公立	全公立保育園	3歳児〜就学前	8:30〜16:30	各園参照	—	1,300円・副食費200円 (半日700円)	

休日保育

保育認定を受けていて、日曜日や祝日に保育を必要とするとき
※年末年始（12月31日〜1月3日）を除きます。

実施園	対象	保育時間	延長時間	保育料(半日=4時間以内)		延長保育料
				3歳未満児	3歳以上児	
やすらぎ保育園	4か月〜就学前	8:30〜16:30	7:00〜 〜19:00	3,000円(半日1,500円) (給食費込)	2,200円(半日1,100円) (給食費込)	30分 100円

申し込み：事前に申請書の提出が必要です。一時的な場合も、事前に申込書の提出を。

■病後児保育受入の目安

＊受入基準は施設によって異なりますので、ご確認ください。

病名	病後児保育の目安
インフルエンザ	発症後5日、かつ、解熱後3日を経過している
麻疹	解熱後3日を経過している
風疹	解熱し、発疹が消失している (発疹出現後3日程度、色素沈着はかまわない)
水痘	全ての発疹が痂皮化している（発疹出現から7日前後）
おたふくかぜ	耳下腺の腫大がほぼ消失している
ヘルパンギーナ 手足口病	解熱して食事が摂取可能である
感染性胃腸炎※	発熱・嘔吐がなく、下痢が消失傾向である (※ノロウイルス・アデノウイルス・ロタウイルス等)
咽頭結膜熱（プール熱）	解熱後2日を経過し、眼脂・流涙がほぼ消失している
流行性角結膜炎	眼脂・流涙などの症状がほぼ消失している（通常発症から2〜3週間位）
溶連菌感染症	適切な治療を前日までに開始されていて（内服開始後24時間以上経過している）体温が38.0℃未満であること。
とびひ	発熱がなく、状態が悪くない場合

※上記の表はあくまでも目安で、実際の利用の最終的な可否は、かかりつけ医の診断によります。
また、かかりつけの医師に病児・病後児保育の利用が可能と判断いただいた場合でも、急な症状の変化により高熱・下痢などがひどい場合は、お断りする場合もあります。

一般的症状
① **熱** 解熱剤を使わずに体温が38.0℃未満の場合。 (新型コロナウイルス感染症の感染の疑いがある場合は、お預かりできない場合があります)
② **嘔吐・下痢、胃腸障害の場合（消化器症状）** 激しい腹痛、頻繁におこる下痢、嘔吐の無い場合は、お預かりできます。 また、特別な病児食や献立が必要な場合はお預かりできませんが、現状の給食で対応できる範囲についてはお預かりします。
③ **眼科** 伝染性でない場合は、お預かりできます。
④ **耳鼻科** 診療情報提供書があれば、お預かりできます。
⑤ **外傷の場合** 骨折や縫うようなケガの場合でも、診療情報提供書があれば、お預かりできます。



小学校・中学校の所在地と通学区

住んでいる区域によって、通学する学校が指定されています。市外に転出する場合には、転出先の教育委員会と相談してください。　お問合せ▶学校教育課 tel.026-248-9010

学校名	住所・電話番号	通学区域（R6.5.1 現在の児童・生徒数）
須坂小学校	〒382-0013　須坂市大字須坂780番地 tel.026-245-0071　MAP>P23-4E	穀町、上町、本上町、上中町、中町、春木町、太子町、新町、常盤町、横町、立町（223人）
小山小学校	〒382-0028　須坂市臥竜一丁目3番1号 tel.026-245-0242　MAP>P22-3C	坂田町、南原町、北原町、小山町、屋部町　（364人）
森上小学校	〒382-0099　須坂市墨坂三丁目1番1号 tel.026-245-0236　MAP>P23-2D	東横町、南横町、北横町、馬場町、須坂ハイランド町、八幡町、境沢町　（235人）
日滝小学校	〒382-0012　須坂市大字日滝1648番地 tel.026-245-0203　MAP>P23-4F	相森町、高橋町、大谷町、本郷町　（324人）
豊洲小学校	〒382-0062　須坂市大字小島473番地 tel.026-245-0459　MAP>P23-2G	相之島町、小島町、新田町、南小河原町、北相之島町、小河原町、豊島町（120人）
日野小学校	〒382-0052　須坂市大字塩川151番地 tel.026-245-0774　MAP>P23-1F	塩川町、高梨町、村山町、八重森町、沼目町、五閑町、西町、田の神町　（304人）
井上小学校	〒382-0047　須坂市大字幸高292番地 tel.026-245-0599　MAP>P22-1C	井上町、福島町、中島町、九反田町、幸高町、米持町、二睦町　（246人）
高甫小学校	〒382-0044　須坂市大字八町1916番地 tel.026-245-0593　MAP>P22-3A	上八町、下八町、野辺町、望岳台、村石町、明徳町　（140人）
旭ケ丘小学校	〒382-0003　須坂市旭ケ丘12番地2 tel.026-245-5101　MAP>P23-3G	高畑町、旭ケ丘町、北旭ケ丘町、松川町、光ケ丘ニュータウン　（182人）
仁礼小学校	〒382-0034　須坂市大字仁礼96番地 tel.026-245-2343　MAP>P22-5A	仁礼町、亀倉町、米子町、夏端町、塩野町　（161人）
豊丘小学校	〒382-0022　須坂市大字豊丘1070番地 tel.026-245-0491　MAP>P22-5B	豊丘町、豊丘上町、大日向町　（51人）
常盤中学校	〒382-0013　須坂市大字日滝61番地 tel.026-245-0326　MAP>P23-5E	穀町、上町、本上町、上中町、中町、新町、常盤町、立町、坂田町、南原町、北原町、小山町、高橋町、大谷町、本郷町、村石町、明徳町　（361人）
相森中学校	〒382-0017　須坂市大字日滝2082番地 tel.026-245-0280　MAP>P22-2D	春木町、太子町、東横町、南横町、北横町、横町、馬場町、須坂ハイランド町、西町、相森町、相之島町、小島町、新田町、高畑町、南小河原町、小河原町、北相之島町、旭ケ丘町、北旭ケ丘町、松川町、田の神町、豊島町、光ケ丘ニュータウン　（294人）
墨坂中学校	〒382-0098　須坂市墨坂南二丁目19番1号 tel.026-245-0564　MAP>P22-1D	屋部町、八幡町、境沢町、塩川町、高梨町、村山町、八重森町、沼目町、五閑町、井上町、福島町、中島町、九反田町、幸高町、米持町、二睦町、上八町、下八町、野辺町、望岳台　（458人）
東中学校	〒382-0033　須坂市大字亀倉6番地6 tel.026-245-2342　MAP>P22-4A	仁礼町、亀倉町、米子町、夏端町、塩野町、豊丘町、豊丘上町、大日向町（133人）
須坂支援学校	〒382-0013　須坂市大字須坂780番地 tel.026-245-0082　MAP>P23-5E	市内全域　（34人）（須坂小学校 併設）
上田市立菅平小中学校	〒386-2204　上田市菅平高原1223-1419 tel.0268-74-2014	峰の原高原（9人）

高等学校

学校名	学科	住所・電話番号		
長野県須坂創成高等学校	農業科・創造工学科・商業科	須坂市大字須坂 1616 番地	tel.026-245-0103	MAP>P22-2E
長野県須坂東高等学校	普通科	須坂市大字日滝４番地４	tel.026-245-0331	MAP>P23-5E
長野県須坂高等学校	普通科	須坂市大字須坂1518番地２	tel.026-245-0334	MAP>P22-2D

児童クラブ

児童クラブは、留守家庭の小学校6年生までの児童が、
放課後や夏休みなどの長期休暇中に、遊んだり宿題をしたりして過ごす場です。

地域児童クラブに入る場合

新1年生は、秋ごろに学校で行われる来入児検診の際に、書類が配布されます。
途中入所したい場合は、学校教育課か児童クラブへ直接お問い合わせください。

地域児童クラブ

対象児童：市内に居住する小学校及び須坂支援学校1～6年生の留守家庭児童

利用時間：下校～18:00　※延長18:30まで
（小学校休業日は8:00～18:00）

休 業 日：土日祝日、年末年始
※土曜日は日々登録児童に限り、拠点方式で南部・北部・東部児童クラブで受入れします。なお、第2土曜日は登録児童クラブでも受入れします。

費用負担：
日々登録児童　月額　3,000円
（長期休業中を含み毎日利用）
長期登録児童　年額　6,000円
（夏休み等長期休業日と学校振替休日のみ利用）
延長登録児童　日々登録児童/月額　500円
長期登録児童/年額 1,000円
※おやつ代は別途負担

お問合せ▶学校教育課 tel.026-248-9010

児童クラブ名	住 所	電 話
森上地域児童クラブ	墨坂三丁目1番1号（森上小学校内）	026-248-1411
日滝地域児童クラブ	大字日滝1648番地（日滝小学校構内）	026-248-3080
豊洲地域児童クラブ	大字小島401番地1（豊洲地域公民館西側）	026-248-5171
日野地域児童クラブ1 地域児童クラブ2	大字塩川158番地2（日野小学校構内）	026-246-5789
井上地域児童クラブ	大字幸高292番地（井上小学校構内）	026-248-5377
高甫地域児童クラブ	大字八町1916番地（高甫小学校内）	026-248-6010
仁礼地域児童クラブ	大字仁礼108番地1（JA旧仁礼支所1階）	026-248-1704
豊丘地域児童クラブ	大字豊丘1070番地（豊丘小学校内）	026-248-1705
南部地域児童クラブ※	墨坂南四丁目1番8号（南部児童センター内）	026-248-2330
東部地域児童クラブ※	大字日滝91番地4（東部児童センター内）	026-246-0079
北部地域児童クラブ※	大字小河原3305番地1（北部児童センター内）	026-248-8381

※南部地域児童クラブ・東部地域児童クラブ・北部地域児童クラブは児童センターと併設です。各児童センターについてはP12・13をご覧ください。

委託児童クラブ

◆学童保育どんぐりクラブ

所 在 地：須坂市臥竜2-7-12

対象児童：小学校1～6年生の留守家庭児童

利用時間：下校～20:00
（小学校休業日は7:30～20:00）
※8:00以前/18:30以降は、延長保育扱い

休 業 日：日曜日、祝日、年末年始

＊利用料等は直接お問合せください。

※小山小学校以外は、下校時刻にあわせ指導員が学校まで迎えに行きます。
※定員に達している場合には、募集を行わないこともあります。

お問合せ▶ tel.026-248-0611
（久保田 /15:00 以降）



◆やすらぎ児童クラブ

所 在 地：須坂市大字日滝（本郷町）2882-1（須坂やすらぎの園敷地内）

対象児童：市内在住の小学生 1～6年生の留守家庭児童

利用時間：平日　下校～19:00
土日祝日・小学校休業日　7:30～19:00
※延長保育　（朝）7:30～8:30、（夕）18:00～19:00

休 業 日：年末年始のみ

＊利用料等は直接お問合せください。



- 放課後は、専用車で学校へ児童をお迎え。
- 土曜日、学校休業日、長期休みも、昼食付き（別途料金）で営業。
- 冷暖房、浴室、屋外運動場も完備。
- 緊急時は、クリニックが併設しており安心。
- 併設の高齢者施設との交流で豊かな情操教育。
- 米国人職員と英会話交流。
- 長期休み中は連日「やすらぎ子ども食堂」を実施。

お問合せ▶ tel.026-285-0888（直通） tel.026-246-4600（代表）
（担当：総務課）

さまざまな学級・相談

子どもが抱えているさなざまな悩みや問題に対応します。

お問合せ▶学校教育課 tel.026-248-9010

さまざまな学級

◆**知的障害学級、自閉症・情緒障害学級** ……各小・中学校

◆**言語通級指導教室**（ことばの教室）……須坂小学校内

◆**LD等通級指導教室**（まなびの教室）…須坂小学校・墨坂中学校内

◆**須坂市フレンドリールーム**
相森中学校内　tel.026-248-7603
学校へ行きにくくなっていたり、行けない状態が続いていたりする小・中学生のための教育支援センター。



相　談

◆**教育相談**　子どもが抱えている悩みや問題、子どもを育てていく上での悩みや問題、いじめの問題、不登校の問題、就学などの相談を行っています。
〈面接〉教育相談室（市役所東庁舎１階）
〈電話〉tel.026-248-0001
受付時間：月〜金曜日　8:30〜17:15

◆**巡回教育相談**（指導主事等による学校訪問）…各小・中学校(P38)

◆**スクールカウンセラー・心の教室相談員** … …各中学校(P38)

第３の居場所

民間が運営する、子どものための施設です。お問合せは各施設へ。

＊詳しい情報は各ホームページをご覧ください。

フリースクール

学校に行きにくい、行きたくないという子どもが、学校の代わりに過ごす場所です。学校と併用して通うこともできます。

◆**フリースクール未来　須坂校**　運営：学び舎かなえ
住　所：須坂市須坂(立町)1457-7 coto²内
利用日：平日 / 10:30〜14:30
対　象：小学生〜高校生
料　金：入会金33,000円　利用料33,000円/月
問合せ：tel.026-286-5770

◆**フリースクール結**　運営：一般社団法人アキバコ
住　所：須坂市日滝343（シェアハウス日滝内）
利用日：月・水・金 / 9：00〜17：00
対　象：小学生・中学生
料　金：1回1,500円月払い（お昼付き）
登録料(初年度) 10,000円・施設使用料10,000円/年
＊この他、夏休み子ども教室などもあります。

放課後等デイサービス

6歳〜18歳までの、障害のある子どもや発達に特性のある子どもが、放課後や夏休みなどの長期休暇に利用できる福祉サービスです。

◆**タクミエイト（株）**
◆スマイルひろば匠 墨坂店　須坂市墨坂3-5-27　tel.026-245-7680
◆スマイルひろば匠 臥竜店　須坂市臥竜4-8-8　tel.026-405-7386

◆**夢工房福祉会**
◆わたしの一歩　須坂市須坂（馬場町）1211-5　tel.026-214-0881
◆みんなのムム　須坂市高梨343-1 共生ビル2F　tel.026-214-5565

◆**さくらぼ須坂中央教室**　須坂市須坂(馬場町)1672-1　tel.026-214-2294

〈児童発達支援・放課後等デイサービス〉（対象：0歳〜18歳）

◆**NPO法人STARS**　須坂市須坂（常盤町）752-イ　tel.026-214-3756

タクミエイト　夢工房福祉会　さくらぼ　STARS

ペチャ＊クチャ編集室からのお知らせ

イケてる須坂マップ〈S*Kids版〉を活用しよう！



イケてる須坂MAPとは、イラストマップをデジタル化させちゃう、最新IT技術を駆使した、ちょっとおもしろい地図システムだよ。
左のQRコードからアクセスして、いろいろさわってみよう！

リストを表示　調べたい施設をタップ！　中央地域Dコモンズに連携！



児　童　手　当

中学校修了前の児童を養育している方で、須坂市に住所のある方に支給されます。

支給金額：３歳未満　月額 15,000円
３歳～小学校修了前　第１・２子 月額 10,000円
第３子以降 月額 15,000円
中 学 生　月額 10,000円

支給時期：６月、10月、２月

所得制限：あり

※令和6年10月分より、以下のとおり制度改正されます。

支給金額：３歳未満　第１・２子　月額 15,000円
第３子以降　月額 30,000円
３歳～高校生年代　第１・２子 月額 10,000円
第３子以降 月額 30,000円

支給時期：６月、8月、10月、12月、２月、4月

所得制限：なし

問合せ▶子ども課　tel.026-248-9026

児 童 扶 養 手 当

父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない、18歳までの児童を養育監護している方に、ひとり親家庭等の生活の安定と、自立促進のために支給されます。
（児童に中程度以上の障がいがある場合は20歳まで）

支給金額……2024.4改定（5月支給分から）
第１子　月額 45,500円
〈所得に応じ〉月額 45,490円 ～10,740円
第２子加算　月額 10,750円
〈所得に応じ〉月額 10,740円 ～ 5,380円
第３子以降加算　月額 6,450円
〈所得に応じ〉月額 6,440円 ～ 3,230円

支給時期：1、3、5、7、9、11月

所得制限：あり　受給資格者および扶養義務者の所得（養育費等も含む）が限度額以上ある場合は、手当の全額または一部が支給停止になります。

問合せ▶子ども課　tel.026-248-9026

特別児童扶養手当

重度・中度の身体障がいまたは知的障がい、精神障がいがある20歳未満の方を養育する父もしくは母または養育者に支給されます。

支給金額：１級該当児１人につき 55,350円（月額）
２級該当児１人につき 36,860円（月額）

支給時期：４月、８月、11月

所得制限：あり　＊詳しくはお問い合せください

問合せ▶子ども課　tel.026-248-9026

須坂市福祉医療費給付金

病院や薬局の窓口で負担した医療費の一部が支給されます。受給者証を提示することを忘れずに！
18歳になった年度末までのお子さんについては、受給者証を提示することで県内医療機関の窓口負担額が１レセプト500円（上限）になります。

対　象：18歳になった年度末までの入通院（所得制限なし）
18歳未満の子を持つ母子・父子家庭の母子・父子の方、身体障害者手帳や療育手帳・精神障害者保健福祉手帳などの交付を受けている方、特別児童扶養手当の支給該当児童など（一部所得制限あり）

問合せ▶医療保険課　tel.026-248-9034

出　産　育　児　一　時　金

国民健康保険加入者が出産したときは、出産育児一時金が支給されます。（国民健康保険以外の方は、勤務先等へ）

支 給 額：子ども1人につき 50万円（医療機関への直接支払い）
注意）産科医療補償制度に未加入の医療機関での出産及び在胎週数22週未満での出産の場合は48万8千円となります。

申請場所：出産予定の医療機関等

※医療機関等への支払いが上記支給額以下の場合、差額を世帯主等へ支給。
※妊娠12週以降は、死産、流産の場合にも支給。（医師の証明書が必要）
※社会保険等に被保険者本人として1年以上加入していた方が、退職後6か月未満に出産した場合は、国民健康保険からは支給できない場合があります。以前に加入していた健康保険にお問い合わせください。
※出産した日の翌日から2年を過ぎると、時効により支給されませんのでご注意ください。

問合せ▶医療保険課　tel.026-248-9034

お知らせ

須坂市制施行70周年記念

70周年メモリアルコンサート

メセナホールを活動拠点とする音楽団体を中心に
ふるさと須坂への賛歌として
「大地讃頌」「ふるさと」「須坂市民歌」を大合唱します。

日 時　2024年11月4日(月祝) 14:00～16: 00(予定)
会 場　須坂市文化会館メセナホール（大ホール）

出　演
メセナ少年少女合唱団、メセナゴスペルクワイア
メセナウインドオーケストラ、メセナ市民交響楽団
70周年メモリアル合唱団（一般公募）



主催：70 周年メモリアルコンサート実行委員会　　共催：須坂市、須坂市教育委員会、(一財)須坂市文化振興事業団
【問合せ】事務局長／山崎 照夫　tel.090-6486-0836　・　合唱担当／田幸 昇　tel.026-245-5258

未熟児養育医療給付

入院されている未熟児の養育に必要な医療費の一部が給付されます。

対　象：出生時の体重が 2000g 以下または、
身体発達が未熟なまま出生した乳児（1 歳未満）

問合せ▶医療保険課　tel.026-248-9034

高額療養費

医療費が高額になったとき、自己負担限度額を超えた分が申請により支給されます。（国民健康保険以外の方は、勤務先等へ）

対　象：同じ月内の医療費の自己負担（一部負担金）が高額になったとき（申請できるのは２年間）

給　付：診療を受けてから給付まで３か月程度かかります
＊入院などで自己負担が高額になる場合、事前申請により、限度額適用認定証の交付を受けると、自己負担限度額までの支払となります。

問合せ▶医療保険課　tel.026-248-9034

不妊・不育症治療費助成事業

不妊治療を行っている夫婦に、保険適用外医療費の一部を助成しています。申請の方法は、必ず電話で問い合わせてください。申請は、窓口に行かなくても書類を郵送すればOK。また、不育症治療費の一部助成も実施しています。詳しくはお問い合わせください。

問合せ▶健康づくり課　tel.026-248-9018



メルマガで情報をゲットしよう！

★子育て応援メルマガ★

子どもと一緒に楽しめる市内イベント情報や子育て情報を毎月第1・3水曜日に配信しています。

須坂市では他にも★防災防犯メール★虹のほほえみメールなど、さまざまなメルマガを配信しています。

登録はこちらから

須坂メールマガジンの一覧を見ることができます。

出産・子育て応援給付金

妊娠期から出産・子育てまで一貫して子育て家庭に寄り添い、様々なニーズに即した支援につなぐ伴走型相談支援と経済的支援を一体として実施しています。

支給金額：出産応援給付金……妊婦一人当たり50,000円
子育て応援給付金…新生児一人当たり50,000円

申請時期：出産応援給付金……出産するまで
子育て応援給付金…生後６か月まで

※申請方法については、伴走型相談支援の妊娠届出時、赤ちゃん訪問時の各面談にてご案内します。

問合せ▶健康づくり課　tel.026-248-9018

須坂市就学援助制度（義務教育にかかる費用の支援）

経済的理由により就学が困難なご家庭を対象に、児童生徒の学用品費の一部や給食費の援助を行っています。

対　象：1. 生活保護がこの１年以内に停止又は廃止になった。
2. 市民税の非課税世帯（世帯構成人全員）である。
3. 国民年金の掛金の減免を受けている。
4. 児童扶養手当の支給を受けている。
5. 保護者が災害・事故・疾病等により生活が困難である。（所得制限があります）
6. 経済的に就学が困難な状況である。（所得制限があります）

申　請：児童生徒が通学されている学校へ、お申し出ください。お申し出のあった保護者には、学校から申請書等をお渡しいたしますので、必要事項をご記入の上、学校教育課に提出してください。

※入学前に新入学用品費の援助を希望される方は、小学校新１年生は入学予定先の小学校に、中学校新１年生は在籍中の小学校に12月中旬までにお申し出ください。

問合せ▶学校教育課　tel.026-248-9010

須坂市奨学金

須坂市に住んでいて（家族が住んでいれば可）、大学等（専修学校の４年制以上の専門課程を含む）、高等専門学校又は高等学校等（専修学校の高等課程を含む）に在学又は進学する方で、能力があるにもかかわらず、経済的理由によって修学が困難な方に対して奨学金を貸与します。
金額、償還方法など詳しくはお問い合わせください。

問合せ▶学校教育課　tel.026-248-9010

須坂市自立支援教育訓練給付金

母子家庭の母または父子家庭の父に、就労を目的とした教育訓練の受講に係る経費を一部負担します。。

対　象：児童扶養手当支給水準の母子家庭の母または父子家庭の父
◎雇用保険の一般および特定一般教育訓練給付の対象となる講座等

給付額：受講料の６割（20万円上限）
※受講開始前に相談や手続きが必要です。

問合せ▶福祉課　tel.026-248-9003

母子、父子家庭高等職業訓練促進給付金

就職の際に有利で生活の安定に役立つ資格取得の促進を図るため、資格取得の受講期間中における生活支援として、4年を上限に支給。

対　象：児童扶養手当支給水準の母子家庭の母または父子家庭の父
◎介護福祉士、看護師、保育士、理学療法士など

給付額：市民税非課税世帯……月額100,000円
市民税課税世帯……月額70,500円
※他に、修了した際に一時金あり
※受講開始前に相談や手続きが必要です。

※高等職業訓練促進給付金受給者には、入学準備金50万円、就職準備金20万円の貸付制度があります。養成機関卒業から１年以内に資格を活かして就職し、県内において５年間その職に従事することにより返還が免除されます。

問合せ▶福祉課　tel.026-248-9003

ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業

母子家庭の母、父子家庭の父またはその家庭の子の、学び直しを支援し、就職や転職につなげるため、高等学校卒業程度認定試験に合格するための講座を受講する場合、その受講費用の一部を助成します。

対　象：児童扶養手当支給水準の
母子家庭の母子または父子家庭の父子

給付額：受講開始時給付金・受講修了時給付金・合格時給付金
合わせて、通信制の場合は最大15万円、通学または通学および通信制併用の場合は最大30万円を限度に支給。
詳しくはお問い合わせください。

問合せ▶福祉課　tel.026-248-9003

須坂市交通・災害遺児福祉金

交通事故や災害により、父や母が死亡又は重度の障がい者となった場合に、その児童に対して30,000円の福祉金を支給します。

問合せ▶福祉課　tel.026-248-9003

養育費に関する公正証書等作成費用補助制度

養育費の取決め内容に係る公正証書等の作成費用の一部を補助します。

対　象：公証人手数料
調停の申立てまたは訴訟に要する収入印紙に係る費用
裁判所または公証人役場に提出する戸籍謄本等の取得に係る費用等

補助上限額：43,000円

問合せ▶福祉課　tel.026-248-9003

自立支援医療費（育成医療）

身体に障がいのある18歳未満の児童の治療で、その障がいを除去・軽減するための手術等の医療費の一部を助成する制度です。
※事前に申請が必要です。

〈対象となる障がい〉
肢体不自由、視覚障がい、聴覚・平衡機能障がい
音声・言語・そしゃく機能障がい、内臓障がい
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい

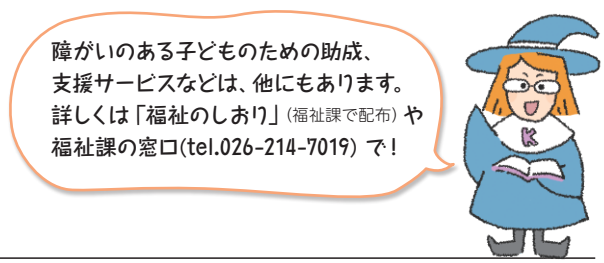
問合せ▶福祉課 障がい福祉係　tel.026-214-7019

障害児福祉手当

重度の障がいのため、日常生活において常時の介護を必要とする20歳未満の方に支給されます。

支給金額：月額 15,690円　　支給時期：2月・5月・8月・11月
所得制限：あり　＊詳しくはお問い合せください

問合せ▶福祉課 障がい福祉係　tel.026-214-7019



ペチャ＊クチャ編集室からのお知らせ



広告募集

S*Kids は、須坂市の子育てを応援する広告主の皆様からのご支援によって、ペチャ＊クチャ編集室が編集提供しています。
ぜひ、ご協力をお願いします。

詳しくは公式サイトをご覧ください▶▶▶

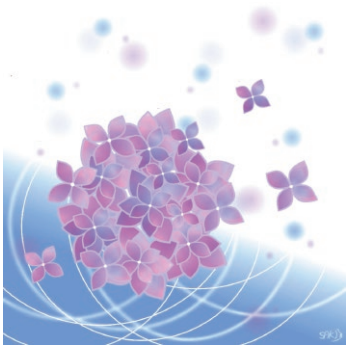


イラスト 中俣 沙紀

須坂市子育てガイド S*Kids〈2024年度版〉
with Pecya＊kucya

発行日：2024年8月
発　行：須坂市教育委員会 子ども課
所在地／長野県須坂市大字須坂1528-1
tel.026-248-9026
編　集：NPO法人 P･Kパラダイス
ペチャ＊クチャ編集室（代表　横山 励子）
所在地／長野県須坂市大字小山1267-1
tel.090-9290-2089

※このガイドブックは4,700部作成し、一部あたりの印刷単価は約76円です。編集費は、須坂市の子育てを応援する広告主のみなさまよって賄われました。
※広告のご掲載をお考えの事業者様は、上記のNPO法人 P･K パラダイス(横山)へご連絡ください。

相談窓口一覧



妊娠、出産、子育て、子どもの成長・発達、ママのこころやからだの不安、DV、児童虐待……

妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」

tel.026-213-6400 受付：月〜金 8:30〜17:15

保健師や管理栄養士、子ども家庭支援員等が、
専門的な立場からアドバイスしたり、関係機関にコーディネートします。

こんな専門家が担当します
保健センター・健康づくり課：保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士
子ども課：子ども家庭支援員・作業療法士・管理栄養士

■須坂市の相談窓口

子育て	保健センター（P8）	tel.026-248-9023	月〜金 8:30〜17:15 妊娠・出産・子育てのさまざまな相談
	健康づくり課	tel.026-248-9018	
	こども家庭センター	tel.026-214-6061	月〜金 8:30〜17:15 子どもに関する悩み、発達、児童虐待などの相談
	子育て支援センター（P10）	tel.026-245-6588	月〜土 9:00〜16:00
	保育園	各保育園（P33〜35）	保育士や園長が対応
学校	教育相談（学校教育課）	tel.026-248-0001	月〜金 8:30〜17:15　子どもが抱えている悩みや、子育て、いじめ・不登校など学校での問題などの相談
	巡回教育相談	各小・中学校（P38）	指導主事、教育支援コーディネーター、巡回教育相談員等による学校訪問
	スクールカウンセラー	各小・中学校（P38）	各中学校に在籍。心の教室相談員もおります。 小学生は各小学校へお申し込みください。
暮らし	悩み無料ダイヤル	tel.0800-800-7223	月〜金 8:30〜17:15　身体やこころ、育児、お金などの日常生活のあらゆる悩みごとの相談

■長野県・全国共通の相談窓口

子育て	中央児童相談所	tel.026-238-8010	月〜金　8:30〜17:15　子どもと子育ての専門機関 養護・育成・障がい・児童虐待などあらゆる相談
	長野県子ども支援センター	tel.026-225-9330	月〜土 10：00〜18：00　子育ての不安などの相談
学校	電話教育相談 （総合教育センター）	tel.0263-53-8811	月〜金　9:00〜17:00 不登校や進学など、子どもの教育の悩みに
	学校生活相談センター （24時間子どもSOSダイヤル）	tel.0120-0-78310	24時間対応（無休） 子どもや保護者から、学校生活の悩み相談
虐待 DV	児童相談所 全国共通３桁ダイヤル	tel.189（いちはやく）	24時間対応（無休）　虐待かもと思った時などに、通告・相談 ＊この番号でお近くの児童相談所につながります
	女性相談センター	tel.026-235-5710	月〜金　8:30〜17:15　女性への暴力（ドメスティック・バイオレンス/DV）や生活上の相談など
医療	長野県立信州医療センター	tel.026-245-1650	急病の時は休日・夜間診療も
	小児救急電話相談	＃8000	毎日19:00 〜翌朝8:00 夜間のケガ、急病などの相談 **※つながらない時はtel.026-235-1818**
	こどもの救急	http://kodomo-qq.jp/　日本小児科学会作成（対象：生後１か月〜6歳） 症状により夜間や休日の診療時間外に病院を受診するかどうかの判断のめやすを提供	
	ながの医療情報 Net	http://www.qq.pref.nagano.lg.jp/　長野県内の医療機関の検索サイト	