



2026
年度
保存版

子育て電話帳

子育てで迷ったら、すぐお電話ください！

子どもは、みんなで育てるもの。

地域でも社会でも、みんなが「すざかつ子」を応援しています。

緊急連絡先

*よく電話する先などをご記入ください

名前（家族・通園・通学先など）

電話番号

須坂市役所

026(245)1400 (代表)

(土・日・祝日・年末年始・夜間は宿直対応)

警察署 (事件・事故・不審者)

110

消防署 (火事・救急)

119

長野県立信州医療センター (休日・夜間診療)

026(245)1650

妊娠・出産・乳幼児

保育園・認定こども園・幼稚園

小学校・児童クラブ

相談窓口

須坂市民生児童委員協議会

編集 主任児童委員部会

妊娠がわかったら

健康づくり課 本庁舎1階 6

026 (248) 9018

母子健康手帳の交付

妊娠届をお持ちください。保健師が体調などをお聞きし、母子健康手帳や各種補助券等をお渡しします。

妊婦支援給付金

妊婦への経済的支援として、給付金(2回)を支給します。申請方法等については、妊娠届出時にご案内します。

保健センター 市役所南側

026 (248) 9023

マタニティセミナー

妊娠中の歯の健康や食事、授乳、親になる心がまえなど。2回コース、妊娠5～7か月の妊婦や家族が対象。

はッピーママ応援

保健師や助産師がからだやこころ、出産後の育児のことなど、電話、面接、訪問などで相談に応じます。

生まれたら

市民課 本庁舎1階 1

026 (248) 9002

出生届

おめでとうございます。生まれた日から14日以内に、市民課にお届けください。

子ども課 東庁舎1階 10

026 (248) 9026

児童手当

出生(または転入日)の翌日から起算して15日以内に、子ども課窓口で手続きをお願いします。

健康づくり課 本庁舎1階 6

026 (248) 9018

乳幼児健診・予防接種

出生届出時、健康づくり課にお立ち寄りください。健診票、予防接種予診票をお渡しします。

産後ケア事業

出産後、宿泊や日帰り、訪問で、育児相談などを受けられます。(出産後1年未満まで)

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内容について
情報をお届けし、子育て世代をバックアップ。



須坂市子育てガイドS*Kids

各施設の紹介や、入園ガイド、さまざまな手当・助成制度など、子育てに役立つ情報が盛りだくさん。市ホームページからご覧いただけます。



すくすく育つ乳幼児

保健センター 市役所南側

026 (248) 9023

月～金 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く) 子どもの成長発達のこと、栄養のこと、歯のことなど、ご相談に応じます。身長、体重の計測もできます。

新生児・乳児訪問

新生児連絡票をもとに保健師・助産師がおうかがいし、体重測定や育児相談を行います。

離乳食講座

成長にあわせた「もぐもぐ離乳食講座」「かみかみ離乳食講座」を開講しています。

子ども課 東庁舎1階 10

026 (248) 9026

ブックスタート事業

赤ちゃんがはじめて出会う絵本をプレゼント。3か月児健診時に、用意した本の中から1冊を選んでいただきます。

市立須坂図書館

026 (245) 0784

0歳の赤ちゃんから利用者カードが作れます。毎週土曜日、午前10時30分から「おはなしの会」があります。年齢にあわせたおすすめの本のリストもさしあげています。

子育て支援センター

026 (245) 6588

須坂駅前シルキービル1階 月～土 9:00～16:00 (事前予約制)
育児相談(電話・面接)、子育て講座、子育てサークルの育成・援助など、子育ての情報と場所を提供しています。 ●チャイルドシートやベビー用品などの貸出しをしています。

中央児童センター 026 (245) 5010

南部児童センター 026 (248) 2330

東部児童センター 026 (246) 0079

北部児童センター 026 (248) 8381

月～土 10:00～12:00 児童センターを親子の「遊びの広場」として開放しています。
*午後は、一般&登録児童が使用します。日曜・祝日・年末年始は休館。

井上地域公民館

026 (246) 2488

毎月第2火曜日 10:00～11:30
就学前の子と保護者を対象に保育士の読み聞かせ、保健師の健康相談など、交流の場。

ファミリー・サポート・センター

026 (477) 2033

子育て支援センター内 利用できる時間 6:00～22:00
子どもをあずかってほしい人(依頼会員)と、あずかりたい人(提供会員)が登録し、認定こども園・保育園の送迎、用事があるときのあずかりなどの支援を行います。
●7:00～19:00 3歳未満児700円/時・3歳以上児600円/時(時間外は+100円)

ファミリーサポート ちごゆり **稚児百合**

090 (1828) 6647

イベント会場などで出張の託児を行います。1時間1,000円(土・日・祝日は別料金)

保育園・認定こども園・幼稚園

保育園	市立 須坂東部保育園	026(245)0645
	市立 須坂保育園	026(245)1841
	市立 日野保育園	026(245)4094
	市立 高甫保育園	026(245)4154
	市立 井上保育園	026(245)0485
	市立 北旭ヶ丘保育園	026(245)4041
	市立 須坂千曲保育園	026(245)1665
	市立 豊丘保育園	026(248)2118
	市立 相之島保育園	026(246)0975
	市立 仁礼保育園	026(248)2192
	(福) 仁慈協会 上高井保育園	026(245)1041
	(福) 互念会 豊洲保育園	026(213)4140
	(福) わらべ福祉会 さかた山風の子保育園	026(248)8920
	(福) わらべ福祉会 みつばち保育園	026(246)2110
	(福) 睦会 やすらぎ保育園	026(247)0160
	(福) 睦会 やすらぎ病児保育園	026(214)6555
小規模 保育施設	(特非)アリスチャイルドメイト ことりのいえ	026(245)7003
認定 こども園	(学) 聖母マリア学園 マリアこども園 きたすざか分園・にしすざか分園	026(245)0012
	(学) 双葉学園 認定こども園 須坂双葉幼稚園	026(245)2753
	(学) 曾沢学園 認定こども園 山びこ幼稚園	026(214)9717
幼稚園	(学) 清水学園 泉園幼稚園	026(245)1007

イケてる須坂マップ

スマホで見る、さまざまな情報が詰まったイラストマップ。
マップ上から見たいポイントを選んで、詳しい情報を表示。
位置情報を表示させたり、Googleマップに切り替えもできます。



いろいろな保育のサービス

*お問い合わせは各園へ

●一時預かり（緊急時や毎週決まった曜日など）

3か月～2歳児 ことりのいえ

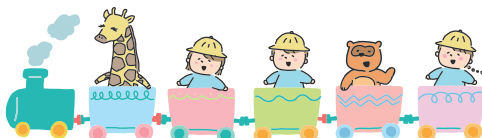
4か月～就学前 上高井保育園、やすらぎ保育園

6か月～就学前 マリアこども園

1・2歳児 須坂千曲保育園

2歳児～就学前 山びこ幼稚園

3歳児～就学前 公立保育園全園



●休日保育（年末年始を除く）

4か月～就学前 やすらぎ保育園

●病児保育 やすらぎ病児保育園（年度ごとに事前の利用登録が必要です）

*市内在住で保育園・幼稚園・認定こども園・小学校に通園・通学している子どもが対象。（幼児：無料、小学生：4時間まで1,000円、4～8時間2,000円）

●病後児保育 さかた山風の子保育園（年度ごとに事前の利用登録が必要です）

*市内在住で保育園・幼稚園・認定こども園に通園している子どもが対象。（無料）

●園開放 園庭やホールなどの園舎を開放しています。保育士と遊んだり、園児との交流もできます。

●特別支援保育 心身の障がいや発達に支援を必要とする子どもを受け入れ、幼稚園、保育園、認定こども園の集団生活の中で、個々に能力をのばす支援を行います。

●こども誰でも通園制度（乳児等通園支援事業）

須坂双葉幼稚園・マリアこども園にしずか分園（2026年6月現在）

*市内在住で、保育園等に通っていない0歳6か月～満3歳未満の子どもが対象。

入園・入学の前に

親子通園施設 くれよん

026(246)8527

発達に支援を必要とする就学前のお子さんとその保護者を対象とした、親子で一緒に通園する施設です。日課活動やさまざまな遊び、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。月～金（祝日・年末年始を除く）9:00～15:00 福祉会館1階

5歳児すこやか相談 子ども課

026(214)6061

満5歳となる年中児から就学までの発達や子育てについて、保護者や保育士へのおたずねをもとに、園の巡回相談を実施します。

須坂市の学校・児童クラブ

学校教育課 東庁舎1階 12

026 (248) 9010

小学校・中学校・特別支援学校

須坂小学校	026 (245) 0071	常盤中学校	026 (245) 0326
小山小学校	026 (245) 0242	相森中学校	026 (245) 0280
森上小学校	026 (245) 0236	墨坂中学校	026 (245) 0564
日滝小学校	026 (245) 0203	東中学校	026 (245) 2342
豊洲小学校	026 (245) 0459		
日野小学校	026 (245) 0774	須坂支援学校	026 (245) 0082
井上小学校	026 (245) 0599		
高甫小学校	026 (245) 0593		
旭ヶ丘小学校	026 (245) 5101		
仁礼小学校	026 (245) 2343		
豊丘小学校	026 (245) 0491		



須坂市放課後児童クラブ・民間の児童クラブ

小学校1～6年生の児童に適切な遊び及び生活の場を提供し、放課後の児童の健全育成を図るために設置しています。

放課後、留守家庭の児童が登録して利用します。

※利用時間・利用料などは、各クラブにお問い合わせください。

豊洲地域児童クラブ	026 (248) 5171
井上地域児童クラブ	026 (248) 5377
高甫地域児童クラブ	026 (248) 6010
日滝地域児童クラブ	026 (248) 3080
豊丘地域児童クラブ	026 (248) 1705
仁礼地域児童クラブ	026 (248) 1704
森上地域児童クラブ	026 (248) 1411
日野地域児童クラブ	026 (246) 5789
南部地域児童クラブ	026 (248) 2330
東部地域児童クラブ	026 (246) 0079
北部地域児童クラブ	026 (248) 8381
どんぐりクラブ	026 (248) 0611
やすらぎ児童クラブ	026 (285) 0888



安心して学ぶために

スクールカウンセラー

各 学 校

不登校などの悩みを抱える児童生徒や保護者とカウンセリングを行います。
各学校へお申し込みください。

フレンドリールーム

各 学 校

登校しづらくなっていたり、登校することができない状態がつづいている児童・生徒のための教育支援センターです。詳細は各学校におたずねください。

教育相談 学校教育課

026 (248) 0001

月～金（祝日・年末年始を除く） 8:30～17:15 子どもがかかえている悩みや、子育ての悩み、いじめ、不登校の問題など。面接による相談も行っています。

心のホットライン（長野県）

長野県児童虐待・DV24時間ホットライン

にじゅうよじかんいいさ

026 (219) 2 4 1 3

児童虐待やDVに関する相談。24時間いつでも受け付けています。

中央児童相談所

026 (238) 8010

月～金（祝日・年末年始除く）8:30～17:15 子どもと子育ての専門機関。
養護・育成・障がい・児童虐待などの相談に応じます。

長野県子ども支援センター

大人専用 **026 (225) 9330**

こども専用
通話無料 **0800 (800) 8035**

月～土 10:00～18:00 子育ての不安などの相談窓口です。

電話教育相談 長野県総合教育センター

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をお聞きます。

学校生活相談センター (24時間こどもSOSダイヤル)

なやみいおう

0120 (0) 78310

24時間対応（無休） 子どもや保護者から、学校生活の悩みを聞きます。

ヤングテレホン 少年サポートセンター

026 (232) 4970

月～金 8:30～17:15 非行や家出、犯罪の被害などをお聞きます。

悩まずに相談を（須坂市）



妊娠・子育てなんでも相談
「おひさま」

026 (213) 6400

月～金 8:30～17:15（祝日・年末年始を除く）保健師などが
専門的な立場から相談にのり、関係機関にコーディネートもします。

須坂こども家庭センター 子ども課

026 (214) 6061

子どもに関する悩み・発達・児童虐待などの相談に応じます。

悩み無料ダイヤル

0800(800)7223

月～金（祝日・年末年始を除く） 8:30～17:15 通話料無料
こころといのちの健康相談。保健師がご相談に応じます。

母子・父子相談 福祉課

026 (248) 9003

母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦・ひとり親家庭の方の就業、自立、日常生活など、
さまざまな支援の相談を受けつけています。

主任児童委員・
民生委員・児童委員 子ども課

026 (248) 9026

支援が必要なお子さんやご家庭の援助にあたります。お気軽にご相談ください。
地域ごとの民生委員・児童委員を紹介します。

急な発熱・ケガ、あわてないで

長野県小児救急電話相談

#8000（プッシュ回線・携帯電話）
026 (235) 1818
（ダイヤル回線・IP電話）

平日19:00～翌朝8:00（土日祝日・12/29～1/3は24時間対応） 子どもの夜間の
けがや急病に、家庭での対処法や受診の必要性について、看護師などが相談に応じます。

こどもの救急 （公社）日本小児科学会

<http://kodomo-qq.jp/>

夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を
提供しています。 対象：生後1か月～6歳



ながの医療情報Net

0570-088199（案内サービス）
<http://www.qq.pref.nagano.lg.jp/>

長野県内の医療情報が、地域・診療科目ごとに検索できるサイト。