



S*Kids

発行 長野県須坂市



ベチャクチャ★魔女さんが行く

02 この子を預かって!...そんなとき、どうする?

- ◆一時預かり・こども誰でも通園制度
- ◆須坂市ファミリー・サポート・センター

28 小さな小さな福祉施設

ベチャクチャ★子育てのツボ

06 生活リズムを見直そう!

S*Kids で〜たばらく 2026

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
- ◆子育てセミナーのご案内
- ◆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 市立須坂図書館

- ◆「利用者カード」をつくりましょう!
- ◆どこでも図書館「絵本館 おはなしの森」

16 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

17 スポーツ団体

- ◆市内で活動するスポーツ団体の紹介

18 お料理レシピ

- ◆信州須坂の台所「ごはんサンド」
- ◆保育園給食ブログ&レシピ集のご案内

19 須坂遊び場ガイド

- ◆須坂市内の公園紹介

24 S*Kids まっぷ

27 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

29 須坂市 入園ガイド

- ◆認定区分と利用できる施設を確かめよう
- ◆入園までの準備を確認しよう
- ◆「保育を必要とする事由」について
- ◆保育料っていくらかかるの?
- ◆保育園等の利用に関するQ&A
- ◆公立保育園の特色・各園の紹介
- ◆私立保育園・認定こども園・幼稚園紹介
- ◆病児・病後児保育、一時預かり、休日保育
- ◆子ども誰でも通園制度

42 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
- ◆高等学校等
- ◆児童クラブ
- ◆さまざまな学級・相談
- ◆第3の居場所

45 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

48 相談窓口一覧



知っておきたい、地域の「預ける・助けあう」ガイド

この子を預かって！ ……そんなとき、どうする？

この用事、子連れで行くのはちょっとキツイ……

数時間でいいから、ひとりの時間がほしい……

「ああ、誰かこの子を少しだけ預かって～!!」

子育て中、そういう瞬間は誰にでも絶対にあります！

近くに頼れる人がいなくても、ワンオペ状態でも、大丈夫。

このまちには、あなたの育児を助けてくれる制度や、心強い味方がちゃんといます。

これからママ・パパになるあなたも、今まさに奮闘中のあなたも、

いざという時のお守りになる、「預け先の選択肢」を知っておこう！



就園前の子どもが保育施設を使える、2つの仕組み

こども誰でも通園制度

一時預かり事業

どんな仕組み？ 2つの違いをよく知って、上手に利用しよう

どちらも、保護者の就労条件にかかわらず、どのような家庭でも利用できます。

こども誰でも通園制度

子どもの育ちの支援、集団生活の経験

主な目的

0歳6か月～満3歳未満の未就園児
※施設によって異なります

対象年齢

子ども1人当たり 月10時間まで

利用期間

1時間あたり300円程度
※施設によって異なります

利用料金の
目安

一時預かり事業

保護者の就労、通院、リフレッシュなど

0歳3か月～就学前まで
※施設によって異なります

週3日まで
(緊急な場合は市長が認める期間)

3歳未満児 1日2,200円～
3歳以上児 1日1,300円～
※施設によって異なります

※実施している園の情報（対象年齢・料金など）については、P41をご覧ください。



どちらももちろん、
ママ・パパのリフレッシュに利用してOK！
元気なママ・パパでいるために、
自分時間を大事にしよう。

利用の流れを確認 まずは事前に登録！

事前の利用申請、施設ごとの事前面談が必要です。当日の急な利用は、原則としてできません。

こども誰でも通園制度

こども誰でも通園制度 総合支援システム
「つうえんポータル」を使います。

利用申請

右の2次元コードからアクセスし、
〔長野県 須坂市〕選択して申請。



認定・アカウント発行

アカウント発行メールが届いたら、
「つうえんポータル」にログインし、
必要事項を登録します。

初回面談の予約

利用施設の初回面談

健康状態、発達の状況、特別な配慮が必要かなどを確認します。

利用申込

予約の確定

登園

指定された時間に登園し、持ち物を預けます。
お迎え時に、園での様子を確認し、規定の利用料金を支払います。

一時預かり事業

利用申請

利用したい施設に直接申請。
所定の用紙を提出します。

初回面談の予約

申請から
アカウント発行まで、
2週間程度かかります。

あわてないように
余裕を持って
登録しよう。



利用申請書の提出

予約の確定

持ち物

- ・上履き、帽子、着替え（上下一式）
- ・ハンドタオル、歯ブラシ、コップ
- ・水筒、ストローマグ など

事前面談の時に
確認してね。

子どもの年齢や預ける時間、
預ける園によって、
必要なものは変わってきますよ。



保育士さんと
お話できるのも
利用するメリットだね！

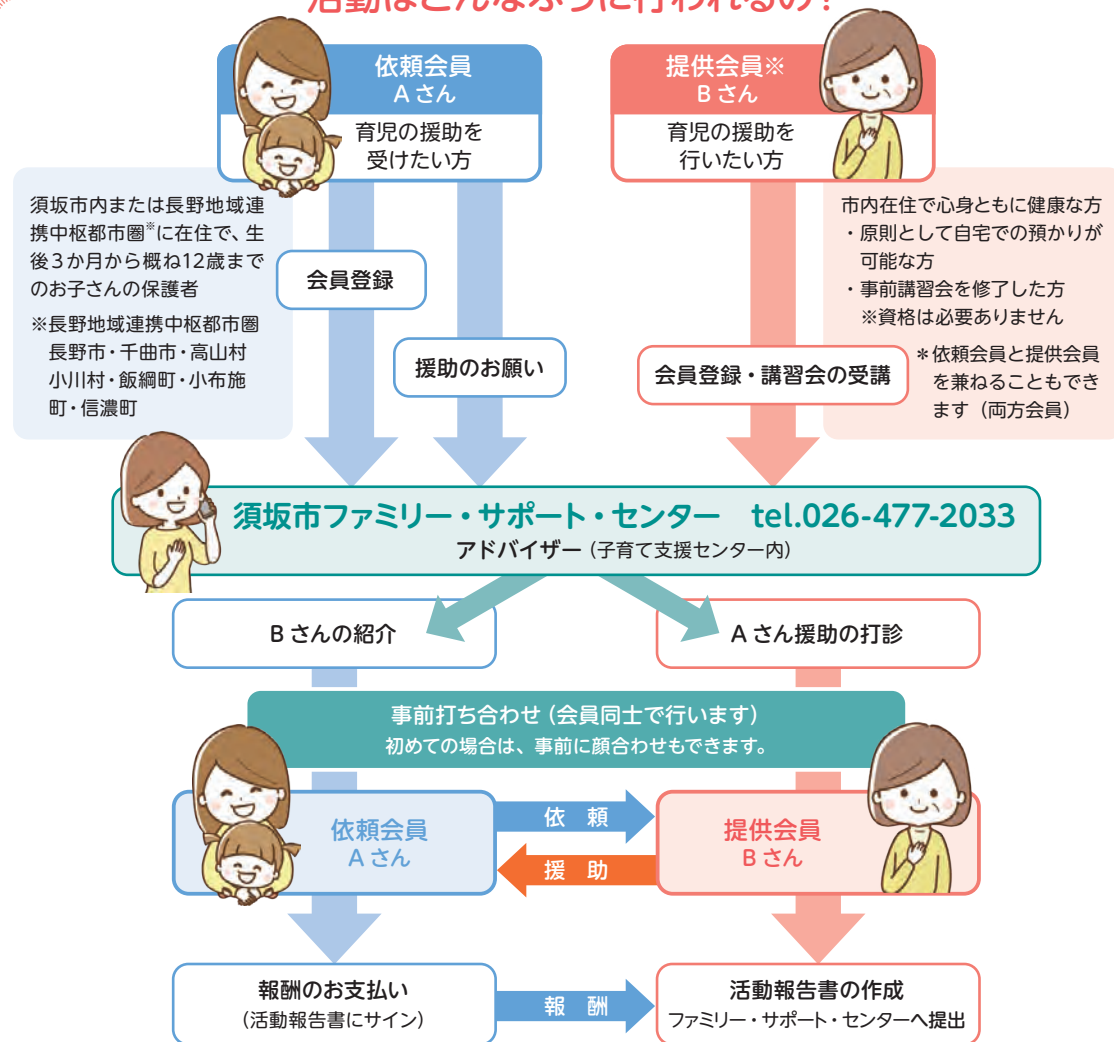




地域のサポーターとマッチング！ 須坂市ファミリー・サポート・センター

育児を助けてほしい人と、地域の子育てをサポートしたい人が、
それぞれ会員となって育児を支え合う会員組織、ファミリー・サポート。
子育て支援センターの中にあるファミリー・サポート・センターがつながります！

活動はどんなふうに行われるの？



■ 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	700円
	19:00～22:00	

- ※ 30分以下は半額で計算
- ※ 3歳未満児および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
- ※ 交通費別途あり (自家用車の場合、1kmにつき20円)

■ 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

■ 援助を受けるときの注意

- ・ お子さんに必要なものは、原則として依頼会員が用意してください。
- ・ 報酬は毎回、現金でお支払いください。

どんなときに頼めるの？ 提供会員って、どんな人？



すでに多くの方が利用され、サポート回数は月100回を超えることも！
ファミサポを支える提供会員さんたちとアドバイザーに、お話をお聞きました！
(会員数：依頼会員556人・提供会員54人・両方会員7人（令和8年3月現在））

▶ 援助をお願いするのは、どんな理由が多いですか？

「お母さんの通院や、美容室などが多いですね」
「上の子の授業参観なども結構あります。上の子と1対1でしっかり関わりたいからって」

▶ それって大事な時間ですよー。

「小さいお子さんの場合、子育て支援センターや中央児童センターを使うことも多いです。センターで待ち合わせて、そのまま遊んでママを待ってる感じ」

アドバイザー 「センターなら子ども場所に慣れているし、保育士さんもいるから安心ですよ」

「双子ちゃんのおうちにうかがって、ママが離乳食を作っている間、お子さんたちの相手をするなんて依頼もありましたよ」

「ママが資格取得講座に通うために、隔週で1日、3年間お預かりしたことも！」

▶ 3年！ もう成長を見守っちゃう感じがですね。

「そうなの。何年ぶりかでバツリ会ったときに、私のこと覚えてくれたのは、うれしかったな！」

「前回は大泣きだったのに、3か月後に預かったらすごくおしゃべりになっていたりとか、子どもの成長を感じられるのも楽しみです」

▶ あかちゃんを預かる場合、泣かれちゃうこともあるんですか？

「ありますよー。もうずーっと泣いてる子もいます。泣きながら『ママ帰ってくるまでがんばる』って懸命に耐えてる子もいたり、もういろいろ。でも、そんなにママが好きなんだね～と思うと、どの子もかえって愛おしくなります」

▶ 少し大きくなると、送迎の依頼が増えますか？

「増えますね。保育園へお迎えに行き、自宅でお母さんが迎えに来るまでお預かりするとか」

「学校から、習い事まで送っていくとか」

「支援学校に通っている子のサポートをしばらく続けたことがあります。毎週1回、支援学校へ迎えに行き自宅まで過ごし、夕方にお家まで送っていくんです」

▶ まるで放課後デイサービスのファミサポ版ですね。

「ですね（笑）。うちの子たちともすっかり仲良くなって、一緒に公園へ遊びに行ったり、うちの子がお姉さんぶって面倒をみたり。まるできょうだいが1人増えたようでした。こんな経験もファミサポならではのですね」

▶ トラブルやマッチングのご苦労はありますか？

アドバイザー 「これまで、大きなトラブルはありませんが、当日とかの急な依頼になると、都合のつく提供会員さんを探すのは大変で、どうしてもマッチングできないこともあります。予定が決まっているときは、早め早めに依頼してくださいね」

▶ みなさんのお話を聞いてたら、心がほっこりしてきました。まさに、頼れる「地域の（もうひとりの）家族」って感じです！ 最後に、読者のみなさんにメッセージをお願いします！

「『自分でやらなきゃ』て、ひとりでがんばりすぎないで！」

「ファミサポは『お守り』。赤ちゃんが生まれたら、まずは依頼会員に登録しておきましょう！」

アドバイザー 「提供会員も募集してま～す！」

■ 提供会員向け事前講習会 2026年度の日程と内容

8月20日※	9:00～10:15	保育の心と遊び
	10:30～11:45	乳幼児の救急法（AED使用）*
8月21日金	9:30～10:45	乳幼児の栄養と食生活
	11:00～12:15	小児看護
8月26日※	9:30～11:15	乳幼児の成長と発達・虐待防止*
	11:30～12:00	これからの活動
8月28日金	9:30～10:45	乳幼児の応急手当
	11:00～12:15	KYT危険予知トレーニング*

*の講座は登録後も5年に1回の受講が必要です。

提供会員募集中！

須崎市ファミリー・サポート・センターでは、提供会員を随時募集しています。

毎年夏季に事前講習会があります。8月はすぐに活動を始められるチャンスですよ。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 9:00～17:00（日・祝・年末年始は休み）



家族みんなで生活リズムを整えよう

乳幼児期からの習慣が、その後の生活の基礎になります。

家族みんなで生活のリズムを見直しましょう。

「早寝・早起き」でみんな元気！

朝の光は、体内時計をリセットしてくれます。
夜寝るのが遅くなってしまう場合も、まずは早起きから始めましょう。



早起き

早寝

睡眠不足は昼間の眠気やだるさ集中力の低下、不安、イライラなどの症状を引き起こします。適度な睡眠は心の健康にも重要です。

元気に活動



運動をすると体力がつき、免疫力もあがります。
休日も遅くまで寝ているのではなく、一定時間に起きると、生活リズムが安定します。

朝ごはん

朝ごはんを食べることで、体温が上昇し、身体や脳にスイッチが入り、1日元気に過ごせます。
脳は眠っている間にも常に活動し、エネルギーを消費しています。朝ごはんを食べて、脳のエネルギーを補給しましょう。



早寝・早起きのポイント



- ・起こすときはカーテンを開け、部屋を明るくしましょう。
- ・朝ごはんを食べましょう
- ・日中はたくさん体を動かしましょう。
- ・乳幼児のお昼寝は15時までにはしましょう。

無理にお昼寝をさせる必要はありません。しかし、夕方眠くなって機嫌が悪くなるようであれば、お昼寝をし損ねているかもしれません。眠れなくてもゴロゴロしてリラックスできる時間をとってみましょう。
遅い時間のお昼寝は、夜の睡眠リズムを乱す原因になります。体が動いている眠りの浅い時に起こすと機嫌も悪くなりにくいです。

- ・眠る環境を整えましょう。

体温が下がるタイミングで深い眠りに入れるため、入浴は就寝1時間前にぬるま湯に浸かるのが良いと言われています。
また、眠りを促すホルモンであるメラトニンは、入眠の1～2時間前から分泌し始め睡眠を促します。メラトニンは光によって分泌が止まるので、寝る前のテレビやゲーム、スマートフォンなどの利用は控えましょう。

大人も子どもも良い睡眠とれていますか？

脳は睡眠中に昼間経験したことを再生・確認し、知識として蓄積していきます。また、初めの深い睡眠時には成長ホルモンが分泌され、脳や骨・筋肉の成長を促します。眠る時間は個人差がありますが、昼寝の時間も含めて1～2歳児は11～14時間、3～5歳児は10～13時間、小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間、成人においては、6～8時間の睡眠時間を確保することが推奨されています。



こどもにおける年齢別の推奨睡眠時間



推奨睡眠時間

適切な睡眠時間の範囲（適切な睡眠時間には個人差があります）

出典：厚生労働省ホームページ (<https://www.mhlw.go.jp/content/001305530.pdf>)

よい眠りにつくための習慣づくり

こどもはなかなか自然には眠りません。決まった時間に声をかけ、パジャマに着替えたり、絵本を読んだりなど、気持ちが落ち着く寝る前の習慣をつくりましょう。きょうだいがいる家庭は一番下の子に合わせられるといいですね。

大人は夕方以降のカフェインの摂取や多量の飲酒、喫煙は睡眠の質が悪化するといわれています。眠りを妨げるものは避け、アロマや音楽、軽い読書がおすすめです。



睡眠は生活習慣病とも関係しています

睡眠時間が短くなると甘味に鈍感になり、糖分を多くとりたくなります。また、レプチン（お腹いっぱいを脳に伝えるホルモン）が減り、グレリン（お腹空いたを脳に伝えるホルモン）が増えます。甘いものを多く食べたり、食事やおやつを食べ過ぎは肥満につながります。肥満になると高血圧・糖尿病のリスクが上がります。

幼少期から生活リズムを整えることが、
健やかな成長と健康づくりに大切です。
家族みんなで生活リズムを整えられるといいですね。



「夜泣き」どうして？

あかちゃんが6～7か月頃、突然「夜泣き」が始まることがあります。原因ははっきりしていませんが、浅い眠りのとき、昼間の刺激が強かったときに脳の整理が追いつかず、興奮して夜泣きがおこるといわれています。

お昼寝の時間や生活リズムを見直したり、寝る前の環境・室温を整えることで改善することもあります。脳の成長とともに1～3か月の間でおさまるといわれていますが毎日の睡眠不足はつらいもの。家族で協力しあいながら仮眠をとる、早めに寝る等して乗り切りましょう。

家族団らんは朝食でも OK

家族の帰宅が遅くなり、入眠時間が遅くなる家庭もあると思います。家族には、子どもの「寝るモード」を壊さないように、朝に触れ合う時間をつくるなどの協力をしてもらいましょう。

生活リズムや睡眠など、
心配ごとがあれば、抱え込まずに、
保健センターや医療機関に相談してね。



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>P24-2D

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。

乳幼児健康診査などの受付はWEB予約制です！

健康診査等の日程や予約方法は、市ホームページ及び「健康カレンダー」に掲載しております。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。

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



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。



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、保育士さんによる絵本の読み聞かせ、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！

★各町の公会堂や地域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。



保健補導員さんに話を聞いてもらえたり、お母さん同士で情報交換できました

同じ地域に住む親子に会う機会がなかったので、知り合いが増えました

子どもが広い場所でのびのび遊べてよかったです

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。
病気を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2026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～10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～2027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2026年度に偶数年齢になる女性（2年に1回）
期 間：7月～2027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～2027年1月
指定医療機関で受けられます。
集団健診：10月～2027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：通年

♥成人歯周病検診

対 象：2026年度に 20・30・40・50・60・70歳になる方
期 間：6月～2027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……

（須城市ホームページ）

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。妊婦さんも大歓迎!
お子さんと遊んだり、他のおうちの方とお話したり、楽しい時間を過ごしましょう!



子育て支援センター

MAP>P25-2E

tel.026-245-6588

大字須坂1295番地1 シルキービル1F (bota内)

利用時間: 月~土 9:00~16:00 利用料: 無料

休館日: 日・祝・年末年始・月1回メンテナンス日

利用対象: 就学前の子どもとその保護者、妊婦さん

利用方法: 会員登録・インターネット予約制(先着順)

*登録・予約は右の2次元コードから▶



Instagram

最新情報を
チェック!



ブログ



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

親子ピクス、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

◇親のほっとタイム(託児あり)

◇すくすく育児ランド(託児あり)

育児に役立つ講演などを行なっています。

◇すくすくパパ

お父さんとお子さんで楽しく遊びます。

◇すくすくホーム(託児あり)

子育て、孫育てについて話し合います。

■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。
関係機関とおつながします。

■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 (P4-5)

■その他

マタニティday!や、ふたごっちday!があります。
親子で地域の皆さんとつながる機会があります。

- ・園の先生と話そう
- ・地域子育て広場の参加
- ・シルバーさんとの交流 など

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。	子育て支援センター
ウルトラの会(2026年度休止中)	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
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

人気講座

子育ての悩みは、子育てセミナーで解消！

子育ての悩みは誰にでもあるもの。

専門家のお話を聞いたり、楽しくおしゃべりしたりすることで、気持ちが軽くなりますよ！

須坂市では、さまざまなジャンルの専門家による講座を、たくさんご用意しています。



成長に必要な体づくり
講師：関 賢一氏



みんなで楽しくニュースポーツ
講師：越田 真二氏



野菜が好きになる！～楽しい食育～
講師：NAHO（なほ）氏



ヨガで心をほぐしながら聞く子どもへの接し方
講師：跡部 奈美氏



子どもの自尊感情を育てるには
講師：小島 豪氏

★子育てに関心のある仲間が
数人集まれば開催できます★

* 講座一覧&詳細は2次元コード↓
からご覧いただけます。

* 講師謝礼は子ども課
が負担します。

連絡先：子ども課
tel.026-214-6061



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。



Instagram

★ 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>P25-2F

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



児童と乳幼児と一緒に遊べる児童センターです。ホールには大きなトランポリン、庭にはジャングルジムや砂場があります。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って、安心して遊べます。



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。日課活動や様々な遊び・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>P24-2C



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。



水遊びや野菜づくりなど、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>P25-5E



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。



消防署見学 お庭でシャボン玉あそび



北部児童センター tel.026-248-8381

大字小河原3305番地1

MAP>P25-3G



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。

ぶどう園に行ったり
お出かけもします！



お買い物ごっこ



ミニ運動会でパン食い競争

「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」が作れます。

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！

ぶっくるーです。
よろしく！



市立須坂図書館

MAP>P25-4E

tel.026-245-0784 大字須坂803-1(常盤町)

開館日：火～金曜日 9:30～19:00

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月下旬～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

（マイナンバーカード・運転免許証・学生証など）

*お子さまの場合は、子ども本人の福祉医療費受給者証・マイナンバーカード

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

- ①日本の小説（作家名50音順）
- ②幼児教育・育児
- ③ペット・ガーデニング
- ④出産・離乳食
- ⑤手芸・料理・家事
- ⑥工芸・クラフト
- ⑦音楽・スポーツ
- ⑧スピーチ・手紙
- ⑨外国の小説

●おはなしの会

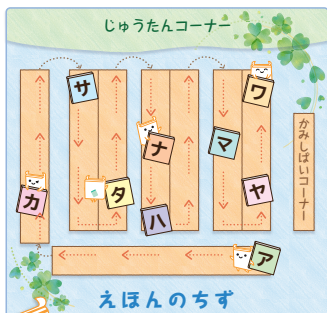
毎週土曜日、10:30～11:00

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
あいさつ順に並んでいるよ！



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。

●玄関前には、スロープとベビーカー置き場があります。

●館内には、図書や手荷物を入れて運べる小型のカートがあります。ベビーカーで越しのかたは、そのままベビーカーでご移動ください。

「年齢別おすすめの本2026」から

市立須坂図書館では、4つの年齢に分けて、さまざまな作品を紹介しています。
リストは「おすすめの本」コーナーでさしあげているほか、ホームページでもごらんいただけます。

0～3歳



いろいろたべもの
内田有美/作・絵 偕成社
あかちゃんに教えてあげたい「もの」であふれた絵本。クイズのように当てっこしながら、言葉と知識を育てていきましょう。

ていがくねん

ぼくはかける

イ・ジハン/作 内田麟太郎/訳
フレーベル館

先頭を走っていたらいおんがころんだとき、たすけてくれたのは……登場人物のせりふを子どもにまかせて、親子で音読を楽しんで。



4～6歳



どうぶつたちの おひっこし
どうやって はこぶのかな？
平山暉彦/さく 福音館書店
首の長いキリンや飛び跳ねるカンガルーのお引越しは？「おはなし」に慣れたら、「科学の絵本」も上手に取り入れて。

高学年

捨てられないすかん

米田まりあ/作 大和書房

「いらないものは捨てなさい！」って、しかる前に、いっしょに開いてみましょう。「読み物」に手をのばすきっかけづくりを。



Pick UP! 信州須坂どこでも図書館

絵本館 おはなしの森

須坂駅西口の黄色いおうち、絵本専門の図書館！緑のアーチを抜けてなかに入ると、3,000冊の絵本たちがいっせいにこっちを向いて、「読んで！」と話しかけてきます。

「絵本館おはなしの森」ができて25年。そのあいだにすこずつ絵本が増え、おうちをかこむ木たちも大きくなって、ほんとうの「おはなしの森」になりました。

貸出は毎月第2土曜日の午前&午後。市立須坂図書館と連携し、読み聞かせや楽しいワークショップもやっています。暑い日や雨の日のお出かけ先に加えてみませんか？

広いところ&おおぜいのひとのいるところに、まだ慣れていないお子さんにぴったりの小さな図書館です。

絵本&やさしいスタッフにかこまれて過ごす時間は、ママにとっても癒しの時間になるはず！貸出をお手伝いくださるボランティアさんも募集中です。



ご利用案内

住 所 須坂市北横町1284-4

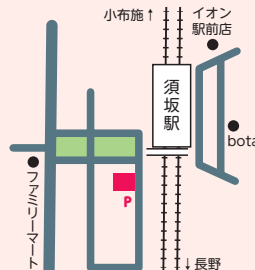
開 館 日 毎月第2土曜日

開館時間 10:00～12:00/14:00～16:00

14:00～15:00「おはなしの森」

(読み聞かせ&ワークショップ 参加無料)

- 入館無料。どなたでも気軽にお越しください。
- はじめて借りるときは、お名前など必要事項を記入して登録。会員証(カード)の作成に100円かかります。
- ご家族やごきょうだいの状況に応じて、読めるだけ借りられます。たいせつに読んで、つぎの開館日にお返しください。
- 借りたい本が決まったら貸出カードに記入します。貸出カードへの記入は、子どもさんにとって、字の練習&責任感をやしなうよい機会になりますよ。



問合せ：櫻井 tel.090-4933-6977

市立須坂図書館 文平 tel.090-9849-8431

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な目的とする団体。登録申込→審査終了まにでは数日かかります。

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)。

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)

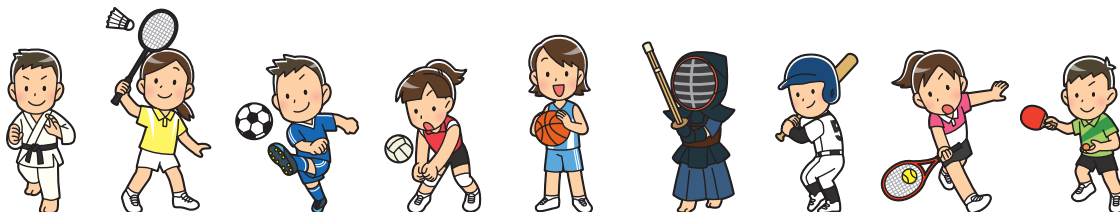
生涯学習センター(一部有料) (中央地域公民館)	須坂市大字須坂747番地イ tel.026-245-1598 MAP>P25-4E
南部地域公民館 臥竜山公会堂(有料)	須坂市臥竜2-4-2 tel.026-245-0273 MAP>P24-3C
日滝地域公民館	須坂市大字日滝 897-4 tel.026-248-1686 MAP>P25-5F
豊洲地域公民館	須坂市大字小島 402-1 tel.026-246-3232 MAP>P25-1F
旭ヶ丘ふれあいプラザ	須坂市旭ヶ丘 7-55 tel.026-246-3783 MAP>P25-3G
日野地域公民館(一部有料)	須坂市大字塩川 168-1 tel.026-246-2274 MAP>P25-1F
井上地域公民館	須坂市大字幸高 274-3 tel.026-246-2488 MAP>P24-1C
高甫地域公民館	須坂市大字八町 1918 tel.026-248-1925 MAP>P24-3A
仁礼コミュニティセンター	須坂市仁礼 7-16 tel.026-245-8118 MAP>P24-5A
豊丘地域公民館	須坂市大字豊丘 1074 番地 1 tel.026-245-9768 MAP>P24-5B
旧上高井郡役所(有料)	須坂市大字須坂 812-2 tel.026-245-5559 MAP>P25-4E

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ています！

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。



問合せ▶文化スポーツ課スポーツ振興係
tel.026-248-2020

一般社団法人 須坂市スポーツ協会

MAP>P24-4B

tel.026-248-0892 須坂市臥竜六丁目25-1 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。お気軽にお問い合わせください。

■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

子どもたちのさまざまなスポーツ体験教室を開催しています。





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)「信州須坂の台所」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。

ごはんサンド

ご飯でおかずをはさむので、主食と主菜を一緒に食べることができます。好きなおかずを入れて、見た目も色鮮やかに楽しくつくりましょう。

【材 料】 卵……………1個
(2個分) 塩……………ひとつまみ
豚肉……………50g
ハム……………1枚
ご飯…茶碗2杯分
板のり……………2枚
砂糖……………ふたつまみ
かつお節……………1パック
めんつゆ……………大さじ2
スライスチーズ…1枚
白ごま……………大さじ1
レタス……………2枚

- 【作り方】 ① 卵に砂糖と塩を入れ、卵焼きを作る。
かつお節にめんつゆ大さじ1を入れ混ぜ合わせる。
スライスチーズとハムを半分に切る。
豚肉を炒め、火が通ったらめんつゆ大さじ1を加え炒める。
- ② ご飯に白ごまを混ぜておく。
- ③ 板のりの真ん中に②を四角く広げ、レタスを置き、その上に①をのせ、その上に②をのせる。
- ④ のりで包み、半分に切って出来上がり。



お弁当にもぴったりだね!
←レシピは動画(1分程度)
でも見れるよ!



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!



1 臥竜公園

MAP>P24-3~4C・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。



手漕ぎボート：30分500円・60分800円
ペダルボート：30分1,000円・60分1,500円



2 百々川緑地

MAP>P24-2~4B

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>P24-2B

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々とし
た芝生の広場。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>P24-2C

墨坂南五丁目1039-2

通称☆恐竜公園
屋部町の市営住宅敷地内にあ
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>P24-2D

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

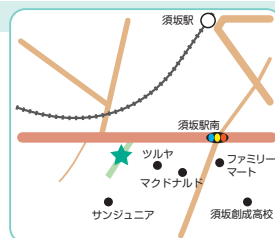


6 河東線記念公園

MAP>P25-1E

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>P25-1E

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



8 蒔田公園

MAP>P25-1E

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。



12 郷原公園

MAP>P25-5E

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。



9 塩川上部公園

MAP>P25-1E

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！



13 宮原公園

MAP>P25-5F

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。



10 田の神公園

MAP>P25-2F

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ウンドがあり、バックネットもある。



11 中央公園（芝宮神社）

MAP>P25-3F

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



14 八木沢公園

MAP>P25-4F

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。



15 森田公園

MAP>P25-4F

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



16 北山道公園

MAP>P25-3G

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！



スプリング遊具



17 旭ヶ丘公園

MAP>P25-3G

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



吊り輪ジム



18 北旭ヶ丘公園

MAP>P25-3G

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。



複合遊具 健康遊具



19 井上バイオガーデン

MAP>P24-1C

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。生き物観察しよう！
水がコポコポ湧いているところが見られるよ。

20 日野いずみの里

MAP>P25-1F

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 & わんぱく広場

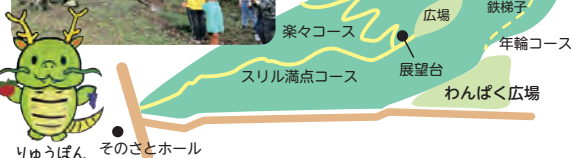
MAP>P24-6B

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岩山で、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>P24-6A

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！





23 坂田山共生の森 MAP>P24-5D

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!



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>P25-5F

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18日(土)~8月30日(日) (7/21(水)~23(金)、8/26(水)・27(木)は休場)
(夜間 7月25日(土)~8月16日(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。

クマから身を守るために!

須崎市やその周辺でも、クマの目撃情報が出ています。ハイキングなどで山へ出かける場合は、まずは出会わないための注意を!



○鈴やラジオなどで音を立てながら歩く

遊歩道などに設置されている「鐘」も鳴らそう!

○クマが活発な早朝や夕方は特に注意を!

見通しの悪い場所も注意してね。

○お弁当やおやつを食べ残しは持ち帰る。

クマをその場所に引き寄せる原因になるよ。

○必ず2人以上で行動しよう。

長野県のアプリ「けものおと2」

長野県全域のクマ目撃情報をマップやリストで表示。けもの予報機能もあります。

詳しくは県ホームページで➡



S★Kids まっぷ

〈イケてる須坂 MAP〉



- 保育園・幼稚園・認定こども園
- 子育て支援センター・児童センター
- 1~23 公園
- スーパーマーケット
- コンビニエンスストア
- ドラッグストア
- ホームセンター



スマホ連動の情報マップだよ!
使い方はP44をみてね!

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。



1 須坂市立博物館

MAP>P24-3C・P19

臥竜二丁目4-1(臥竜公園内) tel.026-245-0407

図 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
 図 200/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。ガイダンスルームでは、臥竜公園の自然や市内の歴史を調べることもできるよ。



2 笠鉾会館ドリームホール

MAP>P25-3E

大字須坂410-1 tel.026-246-7100

図 10:00~16:00 (入館は15:30まで)
 休 月曜(祝日の場合は開館)・祝日の翌日
 図 無料

1階は笠鉾と屋台。
 2~3階には江戸時代の人々のくらしや須坂藩邸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。



明治初期の建物を楽しむ美術館

3 須坂クラシック美術館

MAP>P25-2E

大字須坂371-6 tel.026-246-6474

図 土・日・祝日 10:00~16:00
 (入館は15:30まで)

休 月~金(祝日は開館)・12月~2月
 図 無料

迷路のような邸宅にはひみつの通路やお魚がかくれた階段も。上店の急な階段を上って、天井のはりをぜひ見て！



4 旧小田切家住宅

MAP>P25-3F

大字須坂423-1 tel.026-246-2220

図 土・日・祝日 10:00~16:00
 (入館は15:30まで)

休 月~金(祝日は開館)・12月~2月
 図 無料

歴史ある広い旧家で、きれいな青いタイルのろうかやお風呂を見つける「建物探検」をしよう！水車小屋もあるよ。



森の中の美術館 須坂アートパーク (2館共通券 図800)

5 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>P24-4B

図 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)
 図 500(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！気軽に多色刷りを体験できるスタンプラリーや顔はめパネルも。親子で楽しめるよ。



6 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>P24-4B

図 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)
 図 500(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。



7 須坂市動物園

MAP>P24-3B・P19

臥竜二丁目4-8(臥竜公園内) tel.026-245-1770

図 9:00~16:45 (入園は16:00まで)
 休 月曜日(祝日の場合は翌日)
 年末年始(12/29~1/3) ※4月は無休
 図 大人400円、小・中学生100円

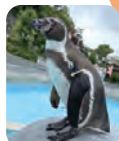
お得な年間パスポート 大人2,000円、小・中学生500円



D51蒸気機関車

●本園

人気のフンボルトペンギンやカピバラ、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。「ふれあいほうす」もあるよ！



(正面口)

D51

本園

WC



●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エリア。広々とした休憩所には授乳室もあり安心！



南園

(南園 WC P)

図：開館時間 休：休館日 図：入館料



民間のサポート・センターって、どんなところ？
どんなひとが、どんな思いでやっているの？

小さな小さな福祉施設

NPO法人 STARS
島田雄太さんの場合



あこがれの教壇には立ったものの、青年教師・島田は悩んだ。不登校の子どもたちの支援をまかされたが、学校のなかに彼らの居場所ではなかった。やんちゃが過ぎて教室を追われた子もいれば、勇気をふるいおこして、やっと登校してきた子もいる。からだや心の発達も家庭環境もさまざまだったが、どの子も、息をするのも苦しそうだった。この子たちを変える枠組みが必要だ。でも、それは、学校のなかにはみつからなかった。

「自分でつくるしかない」 学校を辞めて、介護・福祉分野の勉強をはじめた。相談支援専門員の資格を取得し、ひきこもりや不登校、障がいのある子どもの自立をサポートする施設をつくった。青年・島田、31歳だった。

名前をつけるときも、悩んだ。STARS——アンバランスな子、おもしろい子、特性のある子、ひとりひとりを星にたとえた。丸くなくてもいいじゃないか、とがっていてもいいじゃないか、かつての自分もそうだったように。

そう考えると、わくわくしてきた。福祉の土台に立って活動していくけれど、ぼくたちのやりかたは決してマニュアル化しない。利用者をひとりの子ども、ひとりの人間、1個の星としてとらえつづけよう！

須坂支援学校の目と鼻の先に居を構えて13年。鎮守の杜のほとりの「星」のたまり場から、いくつもの星が巣立っていき、青年だった島田も、みずから「親戚のおじさん」と称する年齢になった。



今日も、奥田神社の境内では、地域の子どもとSTARSの子どもがいっしょにかけまわっている。それを見守りながら、島田は言った。「(悩める子どもたちや保護者たちには) こういうところがあるということ、まず知ってほしいですね。知ることのできる道がひらけることがある。子どもたちには、ちゃんとほめて、ちゃんとしかってくれる、身近なおとなが必要です。ここでは(看護師を含むスタッフは) ひとりのおとなとして、子どもたちに接します。子どもたちも、保護者のみなさんも、スタッフも、みんなちがう星。『助けて』と言ひ合える仲間として、ともに育っていきましょう」

「発展途上のSTARSを育てながら、毎日悩んで、毎日わくわくしています」と、島田さん。こんなかたがたが待っていてくれるところなら、安心して子どもをお願いできますね。でも！「預けっぱなし」じゃなくて、「ともに育っていきましょう」って言われたことに、ぐっっ！ときちやった訪問記でした。



児童発達支援・
放課後等デイサービス
NPO法人STARS
須坂市須坂(常盤町)752-1
tel.026-214-3756



放課後等デイサービスとは

障がいや発達の特性がある小中高生(6歳～18歳)が、放課後や長期休暇に利用できる福祉サービスです。

日常生活動作の指導、学習サポート、集団生活への適応訓練などを通じて、自立支援と社会性の育成を行います。

対象者 年齢／6歳～18歳(就学中の小学生、中学生、高校生)
障害者手帳、療育手帳、医師の診断書などがあるお子さんなど
*福祉課にて「通所支援受給者証」の申請が必要です。

*ご相談は、須高地域総合支援センターへ➡➡➡

利用を検討される方、手続きの流れを知りたい方は、須高地域総合支援センターへ。各施設の説明、利用計画の作成から市役所への申請まで、サポートしてもらえます。

*須坂市の放課後等デイサービスの情報は、P44をご覧ください。

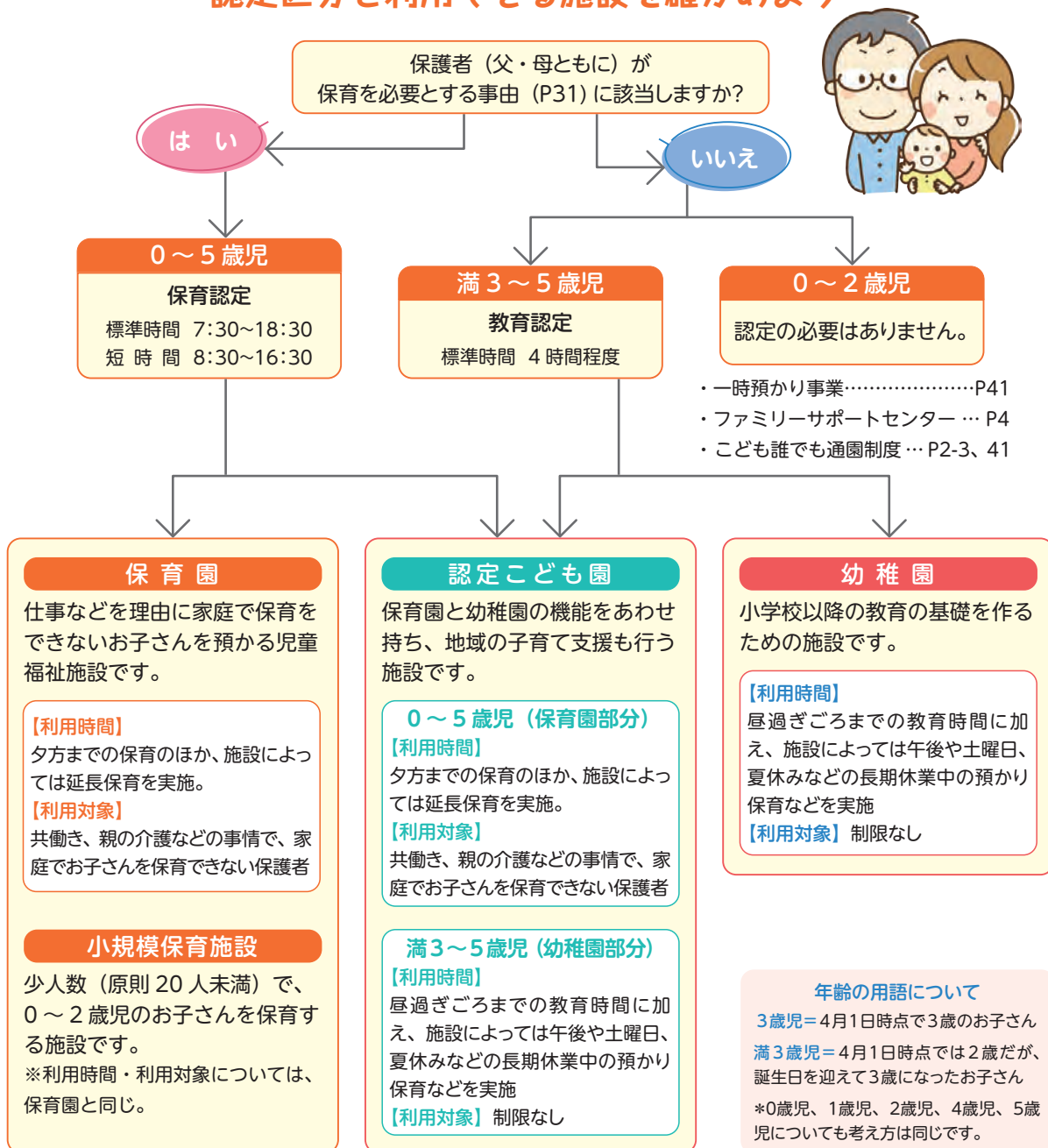


保育園と幼稚園の大きな違いは、保育園は乳幼児を保護者に代わって預かる「児童福祉施設」であり、これに対して幼稚園は小学校入学前のお子さんの「教育施設」であるということ。そしてその両方の特徴を併せ持つのが、認定こども園です。

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！

認定区分と利用できる施設を確かめよう



入園までの準備を確認しよう

保 育 園		幼 稚 園
★お子さんと一緒に保育園を見学（事前予約）し、希望園を選んでおこう 【10月中旬】希望園で支給認定申請書・入園申込書を受け取り申込準備をする ※「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】保育認定通知書が届く	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



保育園と幼稚園で、どう違うの？

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
保育の必要性が認定されること（P31参照） 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業あり (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 保育料：月額25,700円まで無償 (2026年10月1日からは月額28,000円) 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 (2026年10月1日からは月額12,300円/日額490円) ※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4,700円 (特例により4,500円に据え置き) ※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

「保育を必要とする事由」について

保育園・小規模保育施設・認定こども園(保育園部分)への入園を希望される方は、保育認定が必要です。

■保育を必要とする事由について

	保育を必要とする事由	内 容	保 育 必 要 量 保育標準時間 (11時間保育) 保育短時間 (8時間保育)	必 要 な 証 明 書 類
1	就労	1 か月あたり64時間以上の就労をしている場合	保育標準時間 (月120時間以上の就労) 保育短時間 (月64時間以上120時間未満の就労)	就労証明書 ※親族経営、自営業、農業、内職などに従事される場合は、確定申告書及び収支内訳書の控え、源泉徴収票など、別途書類を添付いただきます。
2	妊娠・出産	妊娠中であるか、出産後間もない場合 ・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)	保育標準時間 保育短時間	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	疾病・障がい	保護者が病気やけがをしているか、心身に障がいがあり、保育が困難な場合	保育標準時間 保育短時間	【疾病】 医師の診断書 【障がい】 身体障害者・療育・精神障害者手帳の写し
4	介護・看護	同居または長期入院等している親族を保護者が常時介護・看護している場合	保育標準時間 保育短時間	介護・看護・病気証明書(申請書)および 【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	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場合	保育標準時間 保育短時間	罹災証明など
6	求職活動	保護者が継続的に求職活動や起業活動を行っている場合	保育短時間	求職申立書 ハローワーク登録証の写しなど
7	就学	保護者が学校に在学または職業訓練を受けており、保育ができない場合	保育標準時間 保育短時間	在学証明書
8	育児休業※1	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	保育短時間	就労証明書
9	その他	① 3歳未満児を家庭で保育する場合※2	保育短時間	申立書
		② その他、上記に類する状態として市が認める場合	保育標準時間 保育短時間	市が定める書類

※1) 両親が同時に育児休業を取得する場合、児童が3歳児以上であれば、特例で継続利用を可能としています。事前に施設へお申し出ください。

※2) 3歳児以上のみ対象、原則3歳児未満の途中入所はできません。両親が同時にこの事由に該当することはできませんので、ご注意ください。

●満65歳未満(2026年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利用施設まで連絡してください。

入園後の変更手続きについて

保護者の保育を必要とする事由や、勤務形態の変更等により保育の認定内容および保育必用量を変更することができます。

月毎の認定となりますので、変更する前月20日頃までに利用施設へ届出してください。

特別支援保育・医療的ケア

- 心身の障がい等により発達に支援を必要とするお子さんに対して、園の集団生活の中で、個々に能力を伸ばす支援を行います。
- 痰の吸引・経管栄養・酸素療法など、日常的に医療的ケアが必要なお子さんに看護師を配置し対応します。
- 受け入れの可否や保育時間などは、お子さんの状態等を確認しての判断になりますので、各園または子ども課にお問い合わせください。

保育料っていくらかかるの？

幼児教育・保育の無償化により、保育園・認定こども園・新制度移行済みの私立幼稚園に通う3歳児から5歳児クラスの子どもの保育料は無償です。

(新制度移行済みの私立幼稚園、認定こども園(幼稚園部分)を利用する子どもは、満3歳から)

0歳児から2歳児クラスの子どもの保育料は、右ページの表をご覧ください。

保育料とは別に、給食費、バス代、教材費、制服代等の実費部分は、保護者の負担となります。

■ 保育料無償の対象をチェック

保育を必要とする事由がない（教育認定）

子どもが通う施設	・認定こども園（幼稚園部分） ・新制度移行済み私立幼稚園	→ 満3～5歳児 無償
	・新制度に移行していない私立幼稚園	→ 満3～5歳児 月額 25,700円まで無償 (2026年10月1日からは28,000円)
	・上記以外	→ 無償の対象になりません

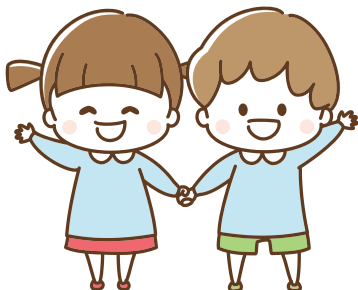
保育を必要とする事由がある（保育認定）

子どもが通う施設 または 利用するサービス	・保育園・認定こども園(保育園部分) ・小規模保育施設	→ 3～5歳児 無償 市民税非課税世帯の0～2歳児 無償
	・認可外保育施設 ・一時預かり事業、病児保育事業 ・ファミリーサポートセンター事業	→ 3～5歳児 月額 37,000円まで無償 (2026年10月1日からは40,300円) 市民税非課税世帯の0～2歳児 月額 42,000円まで無償 (2026年10月1日からは45,700円)
	・認定こども園（幼稚園部分） ・新制度移行済みの私立幼稚園	→ 満3～5歳児 無償
	・新制度に移行していない私立幼稚園	→ 満3～5歳児 月額 25,700円まで無償 (2026年10月1日からは28,000円)
	・企業主導型保育施設	→ 標準的な利用料が無償
	・上記以外	→ 無償の対象になりません

さらに

預かり保育を利用した場合

- ・3～5歳児 月額 11,300円まで無償
(2026年10月1日からは12,300円)
- ・市民税非課税世帯の満3歳児
月額 16,300円まで無償
(2026年10月1日からは17,700円)



●保育料（利用者負担金）月額

入所児童の属する世帯の階層			0歳児～2歳児クラス					
階層区分	定 義		保育短時間			保育標準時間		
			1人目	2人目	3人目	1人目	2人目	3人目
1	生活保護法世帯等		0	0	0	0	0	0
2	市民税非課税世帯		0	0	0	0	0	0
3	市 民 税 所 得 割 額	48,600円未満	6,250	0	0	8,000	0	0
4		48,600円以上 57,700円未満	9,000	0	0	10,750	0	0
		57,700円以上 64,000円未満	18,000	9,000	0	21,500	10,750	0
5		64,000円以上 97,000円未満	26,000	13,000	0	29,500	14,750	0
6		97,000円以上 132,000円未満	37,000	18,500	0	40,500	20,250	0
7		132,000円以上 169,000円未満	39,500	19,750	0	43,000	21,500	0
8		169,000円以上 227,000円未満	48,000	24,000	0	51,500	25,750	0
9		227,000円以上 301,000円未満	49,500	24,750	0	53,000	26,500	0
10		301,000円以上 397,000円未満	52,000	26,000	0	55,500	27,750	0
11		397,000円以上	54,000	27,000	0	57,500	28,750	0

※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、寄付金税額控除する前の金額です。

※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る場合があります。

※3歳児～：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2026年度月額4,500円）がかかります。（所得や多子による減免制度あり）

●ひとり親世帯の保育料

ひとり親世帯、在宅障がい児(者)のいる世帯、生活保護法に定める要保護者等特に困窮していると市長が認める世帯等の保育料

入所児童の属する世帯の階層			0歳児～2歳児クラス					
階層区分	定 義		保育短時間			保育標準時間		
			1人目	2人目	3人目	1人目	2人目	3人目
1	生活保護法世帯等		0	0	0	0	0	0
2	市民税非課税世帯		0	0	0	0	0	0
3	市民税所得割額	48,600円未満	4,500	0	0	6,250	0	0
4		48,600円以上 64,000円未満	4,500	0	0	6,250	0	0
5の一部		64,000円以上 77,100円以下	4,500	0	0	6,250	0	0

●延長保育料（公立保育園）

●保育短時間（8:30～16:30）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（7:30～18:30）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

※保育短時間・標準時間ともに、軽減制度があります。

- ・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。

保育園等の利用に関するQ&A

Q1	申し込みをすれば、希望の保育園等に必ず入園できますか？	入園希望のお子さんの年齢や、希望する施設の入園可能枠数、他の方の入園希望状況によって異なります。
Q2	年度途中から保育園の利用を希望しますが、申し込みはいつできますか？	育児休業からの復帰などで入園が5月以降であっても、入園年度前年の11月頃の入園申込期間に申込みをしてください。
Q3	出生前でも申し込みはできますか？	産休の終了や、就労の予定がわかっている場合は、妊娠中に申し込みができます。
Q4	申し込み前に保育園等の見学は必要ですか？	保育方針（内容）、立地、設備、周辺環境などは各施設によって様々ですので、事前に確認されることをお勧めします。
Q5	市に住所（住民票）がない場合でも申し込みはできますか？	市に転入予定の方は申し込みができます。入園が決まった際には、入園日までに必ず市へ転入（住所移転）してください。
Q6	年度途中で2歳になれば、2歳児の枠で利用調整をしますか？	利用調整の年齢枠は、すべて年度当初4月1日時点の年齢で当てはめます。
Q7	申込期間を過ぎてしまいましたが、申し込みはできますか？	11月頃の入園申込期間を過ぎても随時受付しています。まずは子ども課へご相談ください。
Q8	須坂市以外の保育園を利用できますか？	須坂市を通じて、希望する保育園等の所在する市区町村へ受け入れの依頼をします。入園の調整は希望する保育園等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。
Q9	保育事由、職務内容、家族状況、住所に変更があった場合の手続きは？	入園申込後及び入園後に就労先や勤務形態の変更が生じた場合や、家庭の状況に変化があった場合は、その都度、指定の書類での届け出が必要になります。



須坂市公立保育園で、働きませんか!?

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!

**保育士さん
大募集!**

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9年度採用の募集は5月1日～15日でした。
*通勤可能な方が対象です。

フルタイム保育士

毎年の入園児童数によって、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

*年齢制限はありません。市外の方（通勤可能な範囲）もOK!
*応募期間：令和8年11月2日～11月30日（過ぎてもOK!）

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：1,290円～

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(2026年度)

【須坂東部・北旭ヶ丘】【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

園児学と戸外遊びを楽しむことができます。

時間 9:30～11:00(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来てきたよ!



テラスで朝の会。
みんないっしょが、
楽しいね!

毎日、発見いっぱい、元気いっぱい!!



豊丘保育園

みんなで畑づくり。いろんな野菜をつくっているよ!



さつまいも、大きくな～わ!!



日野保育園

日野小学校2年生と手をつないで、日野いずみの里へ。「日野いずみの会」のおじいちゃん先生に教えてもらって、さつまいもの苗を250本も植えたよ!



日野いずみの里(P22)には、生きものがいっぱい!

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>P25-4F

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

★未就園児交流 8月18日(火)・9月3日(木)

〒382-0902 大字日滝1185-1(高橋町) tel.026-245-0645

須坂市立 **日野保育園** MAP>P25-1F

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

★未就園児交流 8月6日(木)・9月2日(木)

〒382-0916 大字塩川1188-9(塩川町) tel.026-245-4094

須坂市立 **井上保育園** MAP>P24-1C

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

★未就園児交流 9月3日(木)

〒382-0914 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>P24-1D

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）
9:30～11:30/15:00～16:30
★園舎内開放（毎日）
9:30～11:30/15:00～16:30

★未就園児交流 8月27日(木)・9月10日(木)

〒382-0935 大字中島250-1(中島町) tel.026-245-1665

須坂市立 **相之島保育園** MAP>P25-1F

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）
9:00～16:00
★園舎内開放（毎日）
9:00～11:30

★未就園児交流 9月10日(木)

〒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>P24-2D

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

★未就園児交流 9月4日(金)

〒382-0912 大字小山1274(東横町) tel.026-245-1841

須坂市立 **高南保育園** MAP>P24-3A

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

★未就園児交流 9月10日(木)

〒382-0913 大字野辺1097-1(野辺町) tel.026-245-4154

須坂市立 **北旭ヶ丘保育園** MAP>P25-3G

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）
9:00～11:30
★園舎内開放（毎日）
9:00～11:30

★未就園児交流 9月3日(木)

〒382-0901 大字小河原3133-1(北旭ヶ丘町) tel.026-245-4041

須坂市立 **豊丘保育園** MAP>P24-5B

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

★未就園児交流 10月15日(木)

〒382-0921 大字豊丘1066(豊丘上町) tel.026-248-2118

須坂市立 **仁礼保育園** MAP>P24-5A

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

★未就園児交流 9月25日(金)

〒382-0925 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 **かみたかい 上高井保育園** MAP>P24-3E



★運動会 10月8日(金)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。

〒382-0911 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 **やまがは こ さかた山風の子保育園** MAP>P24-5D



★運動会 10月10日(土)
★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、旬の味、郷土食を取り入れた手作り給食です。

〒382-0929 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>P25-4G



★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。

〒382-0902 大字日滝2887-1(本郷町) tel.026-247-0160

社会福祉法人 互念会 **とよす 豊洲保育園** MAP>P25-2G



★園開放 10:00～11:00
9月 8日(金) ホールで庭で遊ぼう
10月20日(金) お散歩に行こう
11月17日(金) やさいも会
12月 3日(金) もちつき会
1月20日(金) 鬼のお面を作ろう
2月 3日(金) 鬼と遊ぼう
3月 8日(金) ホールで遊ぼう

★見学は随時
(事前にご連絡ください)



定員：50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。

〒382-0901 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>P25-2F



★運動会 10月10日(土)
★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

子ども一人ひとりが、その子らしく輝けるように、個性や興味を大切にしながら過ごしています。生き物を飼ったり季節の野菜づくり、収穫したものでクッキングなど、様々な生活体験ができるよう取り組んでいます。

〒382-0916 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>P25-2F



★毎月1回(6月～12月)
園開放を行なっています。
10月20日(金) ハロウィン
11月17日(金) 木の実を使って
楽器を作ろう
12月15日(金) クリスマス会

★見学は10:00～11:00
(事前にご連絡ください)

*一時預かりを実施
*連携施設 日野保育園



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。

〒382-0901 大字小河原395-3(馬場町) tel.026-245-7003

私立認定こども園

学校法人聖母マリア学園 **マリアこども園** MAP>P25-3F



- ★保育体験教室
マリアキッズ
不定期（水・木開催）
10:00～11:30
体操・英語教室、主活動
を体験できます。
※マリアアプリから事前
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



〒382-0911 大字須坂1092（春木町） **tel.026-245-0012**

学校法人双葉学園 認定こども園 **須坂双葉幼稚園** MAP>P24-2D



- ★見学は随時可能
- ★未就園児親子教室
「ぼかぼか広場」
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、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

〒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 きたすざか分園** MAP>P25-3G



- ★保育体験教室
マリアキッズきたすざか
不定期（水・木開催）
10:00～11:00
体操・英語教室、主活動
を体験できます。
※マリアアプリから事前
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。

〒382-0901 大字小河原1986-2（旭ヶ丘町） **tel.026-245-0012**

学校法人曾沢学園 認定こども園 **山びこ幼稚園** MAP>P24-4C



- ★園開放 9:30～11:30
毎週火曜日（予約不要）
自然の中での外遊びや、
モンテッソーリ教育体験
できます。

- ★山びこ祭 10月24日⑤ 午前
その他、園見学・個別の入園説
明（随時・要予約）、園見学の参
観イベントを開催。
日時・詳細・予約は
Instagramから▶

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 にしすざか分園** MAP>P24-1C



- ★保育体験教室
マリアキッズにしすざか
不定期（水・木開催）
10:00～11:00
体操・英語教室、主活動
を体験できます。
※マリアアプリから事前
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：19名／受入年齢：6か月～
開園時間：月～土 7:30～18:30

昨秋、イオンモール須坂内に開設した、新しい分園です。
0～2歳児対象。地域の子育てを支える新たな拠点として、安心・安
全な環境のもと、一人ひとりの育ちを大切にする保育を行います。

〒382-0934 大字福島386-1（福島町） **tel.026-245-0012**

私立幼稚園

学校法人 清水学園 **泉園幼稚園** MAP>P25-4E



- ★園庭は随時開放
しています。

（今年度の様子）

園児7名（年長児3名・年中
児3名・年少児1名）、大人3
名、カメさん（33歳）、すず
（6歳ラブラドル）で、生活
しています。時にはお家の
方も誘い、みんなで楽しく
育ち合っています。

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。

〒382-0911 大字須坂834-1（常盤町） **tel.026-245-1007**



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

- 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



やすらぎ病児保育園

■ 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。



利 用

- 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：須坂市大字日滝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：須坂市大字坂田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「パオパブのおうち」	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：長野市保育・幼稚園課 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「ベビーハウスたんぼぼ」	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「あぶりこっこ」	住 所：千曲市大字杭瀬下58番地 tel.026-272-1100 担当課：千曲市子ども未来課 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：飯綱町子ども子育て未来室 tel.026-253-4769	半日（～5時間） 1,050円 1日（5時間～） 2,100円

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。

一時預かり事業

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250円)	1,800円(給食費込) (半日800円・給食費250円)	—
	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
	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 8:30～12:30 1,600円 給食費込	—	一律 500円
	山 び こ 幼 稚 園 tel.026-214-9717	2歳児～就学前	8:30～15:30	15:30～ ～16:30	8:30～15:30 1時間 300円・給食費 270円		6時間超8時間まで 30分 100円
	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
	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)	

こども誰でも 通園制度

就園前の子どもを預けたいとき

- 対象児童
- 須坂市に居住している（住民票がある）こと
 - 0歳6か月から満3歳未満であること（3歳となる前々日まで利用可能）
 - 保育所・幼稚園・認定こども園等に通園していないこと

- 利用時間
- 子ども1人あたり、月10時間まで

- 利用方法
- 登録が必要です。左の2次元コードから「つうえんポータル」にアクセス。「長野県 須坂市」を選択して申請。市が審査・認定後、アカウント発行。※利用申請からアカウント発行まで、2週間程度かかります。



つうえんポータル

- 初めて利用する施設ごとに事前面談があります。初回面談予約を行い、お子さんと一緒に面談してください。
- 利用予約・承認が必要です。「つうえんポータル」から、利用する施設へ利用したい日の予約をしてください。利用希望施設が予約状況を確認し、受け入れ可能であれば、予約が承認されます。
- 当日は必要なものを持参して登園。利用料金は利用施設へ直接お支払いください。



実施園	対象年齢	利用料金	利用時間
須坂双葉幼稚園 tel.026-245-2753	2歳児～満3歳未満	10:00～12:30	1時間300円～
マリアこども園にしずか分園 tel.026-245-0012	0歳6か月～満3歳未満	9:00～15:00	
マリアこども園きたすずか分園 tel.026-245-0012	0歳6か月～満3歳未満	9:00～15:00	
豊洲保育園 tel.026-213-4140	0歳6か月～満3歳未満	9:00～15:00	

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 (R7.5.1 現在の児童・生徒数)
須 坂 小 学 校	〒382-0911 須坂市大字須坂780番地 tel.026-245-0071 MAP>P25-4E	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 (206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>P24-3C	坂田町、南原町、北原町、小山町、屋部町 (342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>P24-2D	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 (232人)
日 滝 小 学 校	〒382-0902 須坂市大字日滝1648番地 tel.026-245-0203 MAP>P25-4F	相森町、高橋町、大谷町、本郷町 (304人)
豊 洲 小 学 校	〒382-0906 須坂市大字小島473番地 tel.026-245-0459 MAP>P25-1F	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 (101人)
日 野 小 学 校	〒382-0916 須坂市大字塩川151番地 tel.026-245-0774 MAP>P25-1F	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 (319人)
井 上 小 学 校	〒382-0914 須坂市大字幸高292番地 tel.026-245-0599 MAP>P24-1C	井上町、福島町、中島町、九反田町、幸高町、米持町、二睦町 (248人)
高 甫 小 学 校	〒382-0927 須坂市大字八町1916番地 tel.026-245-0593 MAP>P24-3A	上八町、下八町、野辺町、望岳台、村石町、明徳町 (141人)
旭ヶ丘 小 学 校	〒382-0003 須坂市旭ヶ丘12番地2 tel.026-245-5101 MAP>P25-3G	高畑町、旭ヶ丘町、北旭ヶ丘町、松川町、光ヶ丘ニュータウン (178人)
仁 礼 小 学 校	〒382-0925 須坂市大字仁礼96番地 tel.026-245-2343 MAP>P24-5A	仁礼町、亀倉町、米子町、夏端町、塩野町 (147人)
豊 丘 小 学 校	〒382-0921 須坂市大字豊丘1070番地 tel.026-245-0491 MAP>P24-5B	豊丘町、豊丘上町、大日向町 (43人)
常 盤 中 学 校	〒382-0902 須坂市大字日滝61番地 tel.026-245-0326 MAP>P25-5E	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 (354人)
相 森 中 学 校	〒382-0902 須坂市大字日滝2082番地 tel.026-245-0280 MAP>P25-3F	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、旭ヶ丘町、北旭ヶ丘町、松川町、田の神町、豊島町、光ヶ丘ニュータウン (284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>P24-1D	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 (446人)
東 中 学 校	〒382-0924 須坂市大字亀倉6番地6 tel.026-245-2342 MAP>P24-4A	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 (112人)
須坂支援学校	〒382-0911 須坂市大字須坂780番地 tel.026-245-0082 MAP>P25-4E	須高地域 (小学部 29人、中学部12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 (11人)

高 等 学 校 等

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>P24-2E
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>P25-5E
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>P24-2D
長野県長野養護学校高等部 すざか分教室	地域生活コース 地域文化コース	須坂市大字須坂 1150 tel.026-245-0421 MAP>P25-2F

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。

須坂市放課後児童クラブ

児童クラブに入る場合

新1年生は、秋ごろに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、学校教育課が児童クラブへ直接お問い合わせください。

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ます。なお、第2土曜日は登録児童クラブでも受入れます。

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

指定管理者：

シダックス大新東ヒューマンサービス(株)

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。

民間の児童クラブ

◆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ま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
※年度によって、閉級中の学級もあります。
- ◆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
- ◆須坂市教育支援センター（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（P42）
- ◆スクールカウンセラー・心の教室相談員 ……各中学校（P42）

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、学校の代わりになる場所です。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：須坂市日滝高橋町1176
対象：小学生・中学生
利用日および料金：
施設使用料 5,000円/年
月～金（お昼付き） 8:30～15:00 1,500円/日
8:30～18:00 1,800円/日
アフタースクール 15:00～18:00 1,500円/日



放課後等デイサービス

6歳～18歳までの、障がい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
- ◆〈福〉ともし会
●ガルル 須坂市高梨343-1 共生ビル2F tel.026-214-5565
- ◆さくらほ須坂中央教室 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



ともし会



さくらほ



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を活用しよう！

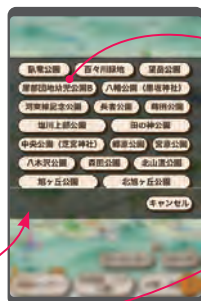


左のQRコードからアクセス！ID登録不要。

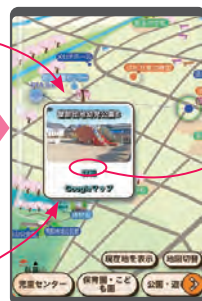
P24-25のイラストマップと施設情報を、スマホで見ることができます。

現在地も表示され、Googleマップ連動で正しい経路検索も可能！

リストを表示



調べたい施設をタップ！



詳しい情報もゲット！



「地図切替」で
S*Kids情報
以外も表示！
みんなの居場所や
山城なんても!!



児 童 手 当

高校生年代まで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 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

※「第3子以降」とは、大学生年代（18歳の誕生日到達後の最初の3月31日を経過した後から22歳の誕生日到達後の最初の3月31日までの子）を含めて、3番目以降の子のことです。大学生年代をカウント対象にするためには、申請が必要です。

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歳年度末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……2026.4改定（5月支給分から）
第1子 月額 48,050円
〈所得に応じ〉月額 48,040円～11,340円
第2子以降加算 月額 11,350円
〈所得に応じ〉月額 11,340円～5,680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

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 58,450円（月額）
2級該当児1人につき 38,930円（月額）

支給時期：4月、8月、11月

所得制限：あり ※詳しくはお問い合わせください

問合せ▶子ども課 tel.026-248-9026

須坂市福祉医療費給付金

県内の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！（一部の医療機関ではマイナ保険証を利用することで受給者証の提示は不要です）18歳になった年度末までのお子さんについては、窓口負担額が0円（保険診療に限る）になります。

対 象：18歳になった年度末までの入院院（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

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。

* マイナ保険証をご利用の場合、限度額適用認定証がなくても自己負担限度額までの支払いとなります。

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：不妊治療にかかる保険適用外の医療費の2分の1以内の額を、年間10万円を限度に助成します（通算5回まで）。

不育症治療：1回の不育症治療医療費に自己負担額の2分の1以内の額を、5万円を限度に助成します（通算5回まで）。

※申請書類は市ホームページより電子申請にてお申し込みください。

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。

妊婦支援給付金

全ての妊婦が、安心して出産・子育てを行えるように実施している経済的支援制度です。妊娠届出時と出産前後の2回、支給されます。

支給金額：妊婦支援給付金（1回目）…妊婦一人当たり50,000円
妊婦支援給付金（2回目）…胎児一人につき50,000円

申請時期：妊婦支援給付金（1回目）

……胎児の心拍が確認された日から2年間

妊婦支援給付金（2回目）

……出産予定日の8週間前から2年間

※申請方法については、妊娠届出時の面談、妊娠6ヶ月頃のアンケート送付の際にご案内します。

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

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：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

※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場合は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：母子家庭の母または父子家庭の父

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

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 16,560円 支給時期：2月・5月・8月・11月

所得制限：あり ※詳しくはお問い合わせください

問合せ▶福祉課 障がい福祉係 tel.026-214-7019

障がいのある子どものための助成、支援サービスなどは、他にもあります。詳しくは「福祉のしおり」（福祉課で配布）や福祉課の窓口（tel.026-214-7019）で！



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事業者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▶▶▶



須坂市子育てガイド S*Kids 〈2026年度版〉

with Pecya＊kucya

発行日：2026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3,500部作成し、一部あたりの印刷単価は約88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によって随われました。

※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tel.090-9290-2089）へご連絡ください。

イラスト 中俣 沙紀



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

保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士
養護教諭・教員・保育士・社会福祉士・公認心理師・作業療法士

■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
	健康づくり課	tel.026-248-9018	妊娠・出産・子育てのさまざまな相談
	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 (いちばやく)	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	急病の時は夜間診療も
	須高休日緊急診療室		日曜・祝日・年末年始 9:00～12:00/13:00～17:00
	小児救急電話相談	#8000	平日19:00～翌朝8:00/土日祝日・年末年始 24時間 夜間・休日のケガ、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	