



子育て ガイドブック

<東部地区>

2025



長崎市東総合事務所

もくじ

種別	施設名	ページ
おでかけ・一時保育マップ		2
公民館	長崎市東公民館	3、4
子育て支援センター	橘地区子育て支援センター 風の子らんど	5、6
	東長崎地区子育て支援センター きずな	7、8
お遊び教室 (子育てサロン)	橘地区ふれあいセンター	9
	長崎市植木センター	
	尾崎地区集会所	
	日見地区ふれあいセンター	
	平間町公民館	
おでかけするときの 便利情報	赤ちゃんの駅・ながさき子育て応援の店パスポート	10
おでかけスポット	長崎ペンギン水族館	11
	うつつ川 森のぶんこう・マクドナルド 34 号東長崎店	12
	市民網場プール	13
	長崎東公園「子どもの遊び場」「大型屋外遊具」	14
	公園へ行こう♪	15
	公園（日見・東望）	16
	公園（かき道）	17
	公園（高城台・平間）	18
	公園（彩が丘・中里）	19
子育て支援拠点	子育て支援拠点施設 はらっぱ（かき道ピノキオこども園）	20
一時預かり	ファミリー・サポート・センターながさき	21、22
	おひさま保育園	23、24
	かき道ピノキオこども園 分室リンゴの木	25、26
	結宅（ゆんたく）こども園	27、28
	ひよこ保育園	29
	TONTON 輝（あかり）保育園	30
病児・病後児保育	かき道ピノキオこども園 病児保育室あおむし	31
子育て情報収集	イーカオ、イーカオグラム、ヒガフェス公式Instagram	32
相談窓口	妊産婦・乳幼児の相談窓口（東総合事務所 地域福祉課）	33

おでかけ・一時保育マップ



施設名
子育て支援センター
橘地区子育て支援センター風の子らんど
東長崎地区子育て支援センターきずな
お遊び教室（子育てサロン）
橘地区ふれあいセンター
長崎市植木センター
尾崎地区集会所
日見地区ふれあいセンター
平間町公民館
子育て支援拠点
子育て支援拠点施設はらっぱ
一時預かり
おひさま保育園
かき道ピノキオこども園分室リンゴの木
TONTON 輝保育園
ひよこ保育園
結宅こども園
病児・病後児保育
病児保育室あおむし



長崎市東公民館（矢上町19番1号 東部地区にここセンター内）

4か月児、1歳6か月児、3歳児、5歳児の健診会場になったり、「すくすく学級」「離乳食・幼児食教室」などの会場になったりします。公民館では、子育てを応援する講座を開催しています。図書室もぜひご利用ください。朝9時から夜9時まで、土日祝日も開いています。

場所は、「矢上」バス停の目の前で大変便利です。
駐車場もあります。（ただし、台数に限りがあります。）



年間講座 「おはなしのへや」

絵本の読み聞かせや手遊びなど、親子一緒に楽しめる講座です。

開催日時 毎月1回 金曜日 11:00～11:30
場所 東公民館 和室2（東部地区にここセンター2階）
対象者 乳幼児とその保護者
参加費 無料
申込み 不要（当日、会場におこしください。）

※詳しくは、長崎市東公民館のホームページ「講座・イベント情報」をごらんください。



長崎市東公民館の
ホームページ「講座・
イベント情報」は
こちらから ↓

年間講座 「こどもシアター」

小学生・幼児とその保護者向けに、映画の上映を行っています。

開催日時 偶数月（8月を除く）1回 土曜日 10:00～
（終了時間は上映時間によって変わります。）
場所 東公民館 多目的ホール（東部地区にここセンター3階）
対象者 小学生・幼児とその保護者
参加費 無料
申込み 不要（当日、会場におこしください。）

※詳しくは、長崎市東公民館のホームページ「講座・イベント情報」をごらんください。



公民館講座（春・秋の講座、夏休みこども講座など）

おもに小学生を対象として開催する講座があります。

講座によっては、東部地区の小学校のご協力により学校を通じてご案内のチラシを配付することがあります。

地域での学びの場所、違う学校の子どもたちとの交流の機会として、ぜひご活用ください。

※詳しくは、長崎市東公民館のホームページ「講座・イベント情報」をごらんください。

東公民館 図書室

東公民館の図書室は、長崎市立図書館をはじめ長崎市内の図書館・図書室のネットワークでつながっています。東公民館の図書室にない本でも他の図書館・図書室から取り寄せることができます。大型絵本や紙しばいの貸し出しもできます。

また、「はじめまして絵本事業」の対象絵本の引換場所にもなっています。絵本引換券と母子健康手帳をご持参ください。

開室時間 東公民館の開館時間と同じ 9:00~21:00
休室日 東公民館の休館日と同じ（その他に蔵書点検のため休室する日があります。）
閲覧席 25 席
蔵書数 約 25,000 冊（DVD も貸し出しています。）
その他 乳幼児用の畳スペースがあります。

※閉館中の図書の返却は、1 階正面玄関右側の返却ボックスをご利用ください。

ただし、紙しばいは返却ボックスには入れずに、開館時間中に図書室のカウンターへ返却してください。

※詳しくは、長崎市東公民館のホームページ「施設情報・様式等ダウンロード」をごらんください。



東公民館のご案内

所在地 〒851-0133 長崎市矢上町 19 番 1 号
 （東部地区にここセンター内）
電話番号 095-838-3732
開館時間 9:00~21:00
休館日 年末年始（12 月 29 日~1 月 3 日）
駐車場 最大 38 台
公共交通機関 「矢上」バス停前
 ※長崎市東公民館のホームページ「施設情報・様式等ダウンロード」はこちらから



年末年始を除き、
 土日祝日も開いていますよ！
 長崎市赤ちゃんの駅に
 認定されていて、
 おむつ替えシートや
 幼児用トイレがあります。



子育て支援センター



事業所名	橘地区子育て支援センター 風の子らんど	
所在地	〒851-0113 長崎市戸石町 500-574（ガーデンシティ東長崎内） ☎アクセス：「ガーデンシティ東」バス停下車 徒歩 1 分（約 40m）	
受付時間	月～土曜日 10：00～16：00	
電話番号	095-839-0306	
FAX 番号	095-839-0306	
事業概要	❀つどいの場❀ 親や子どもの交流や仲間づくりができる場所です。 ❀相談の場❀ 親同士が悩みを話したり、子育ての不安や疑問などを相談できる場所です。 ❀情報提供の場❀ 親同士の情報交換や身近な地域の色々な子育て情報を知ることができる場所です。 ・子どもと親が気軽に集まって自由に遊んだり、育児相談等を行うことができます。 ・栄養相談や子育て相談、お遊び会、ベビーマッサージ・リトミックや季節の行事など色々なイベントも行っています。	
支援内容	・センターのまわりは自然に囲まれており、庭で思いきり遊べます。 ・夏はプール遊びもできます。	
基本情報	利用可能日	月～土曜日
	利用可能時間	通常利用 10：00～16：00
	利用料金	無料
	対象年齢	概ね 3 歳未満 ※ 3 歳以上のお子さんを連れての利用は必ず保護者の見守りが必要です。
	持参するもの	おやつ・オムツ・着替え・お弁当・飲み物など ※ お弁当は注文もできます。
	駐車場の有無	有（無料）
	予約の可否	通常利用 利用時間内随時
その他	❀妊婦さんの産前の利用及び相談も随時受付中 <HP> ☎ http://oozora.main.jp/kazenoko/ 	

施設の様子



MEMO

子育て支援センター



事業所名	東長崎地区子育て支援センター きずな	
所在地	〒851-0133 長崎市矢上町 19 番 1 号（東部地区にこにこセンター 1 階） ☞アクセス：「矢上」バス停下車すぐ	
受付時間	月～土曜日 10：00～16：00	
電話番号	095-838-2220	
FAX 番号	095-838-2220	
事業概要	❀つどいの場❀ 親や子どもの交流や仲間づくりができる場所です。 ❀相談の場❀ 親同士が悩みを話したり、子育ての不安や疑問などを相談できる場所です。 ❀情報提供の場❀ 親同士の情報交換や身近な地域の色々な子育て情報を知ることができる場所です。 ・子どもと親が気軽に集まって自由に遊んだり、育児相談等を行うことができます。 ・栄養相談や子育て相談、お遊び会、ベビーマッサージ・リトミックや季節の行事など色々なイベントも行っています。	
支援内容	❀木のおもちゃを中心に、あたたかい雰囲気、ゆっくり過ごしていただけます。 ❀子育て中の方が気軽に遊びに来ることのできる「屋内の公園」のような「子育て支援センター」です。	
基本情報	利用可能日	月～土曜日
	利用可能時間	10：00～16：00
	利用料金	無料
	対象年齢	概ね 3 歳未満 ※3 歳以上のお子さんを連れての利用は必ず保護者の見守りが必要です。
	持参するもの	おやつ・オムツ・着替え・お弁当・飲み物・ミルクなど ※お弁当は買い物に一時外出可能です。 12：00～13：00 に昼食の時間をとっています。
	駐車場の有無	有 無料
	予約の可否	通常利用：利用時間内随時 ※一部予約が必要なイベントあり
その他	❀随時企業の協力を得て、ためになる講話会を実施。 ❀職員は、保育士、助産師、看護師など基本 2 名体制。 ❀ベビーマッサージのほか、アロマ講座や書道教室、ヨガ教室など、お子さんだけでなく、保護者の方がリフレッシュできるようなイベントを行っています。 ❀電子レンジ、湯沸室あり。 <HP>☞ https://oyako-kizuna.info/ 	

♪施設の様子♪



MEMO

お遊び教室（子育てサロン）

民生委員・児童委員・主任児童委員等と協力しながら、公民館やふれあいセンターなどで、乳幼児を持つ親子の集団遊びや母親同士の交流・育児相談を行っています。
子どもと一緒に遊んだり、子育て仲間のお母さん同士で楽しくおしゃべりしたりできます。



対 象	0歳～就学前児童及び保護者
時 間	10：00～11：30
費 用	無料 ※申込不要

会場	住所	開催曜日
橘地区ふれあいセンター	長崎市かき道2丁目45-20	第3火曜日
長崎市植木センター	長崎市松原町2624-1	第4木曜日
尾崎地区集会所	長崎市戸石町837	第4金曜日
日見地区ふれあいセンター	長崎市界2丁目1-19	第1木曜日
平間町公民館	長崎市平間町411-6	第2木曜日

※週が前後することがあります。

年間・月間のスケジュールは、

長崎市子育て応援情報サイト イーカオでご確認ください。



どんな遊びができるの？

- ♥ふれあい遊び ♥リズム遊び ♥クリスマスグッズやお雛様づくり
- ♥絵本の選びかたや読み聞かせかた ♥おしゃべり会

など

このほか季節の行事に合わせた
いろいろな遊びができます♪



【お問い合わせ】

長崎市こども家庭センター（子育てサポート課） ☎095-829-1255



おでかけするときの便利情報

赤ちゃんの駅



市全体の一覧は
＼ こちらから ／



長崎市では、地域全体で子育てを支援し、子ども連れでの外出を応援するため、授乳室やオムツ替えスペースを広く市民に開放し、無料で提供していただける施設や場所を『赤ちゃんの駅』として認定する取り組みを行っています。

認定施設の利用可能な時間であれば、誰でも、自由に、無料で利用することができます。

R7.4.1 時点

東部地区の認定施設					
施設名	所在地	電話番号	開所時間	授乳室	おむつ替えスペース
橘地区子育て支援センター 「風の子らんど」	長崎市戸石町 500-574	839-0306	月～土曜日 10:00～16:00	○	○
子育て支援拠点施設 「はらっぱ」	かき道 3 丁目 1-11	865-6011	月～金曜日 9:30～12:00 14:00～16:00	○	○
橘地区ふれあいセンター	長崎のかき道 2 丁目 45-20	838-7567	月～日曜日、祝日 9:00～17:30		○
古賀地区市民センター	長崎市古賀町 948-1	814-9933	月～日曜日、祝日 9:00～21:00		○
東総合事務所	長崎市矢上町 8-21	813-9001	月～金曜日 8:45～17:30		○
東公民館	長崎市矢上町 19-1	838-3732	月～日曜日、祝日 9:00～21:00		○
東長崎土地区画整理事務所	長崎市矢上町 40-28	839-5381	月～金曜日 9:45～17:30		○
日見地域センター 日見地区ふれあいセンター	長崎市界 2 丁目 1-19	838-3104 839-8832	月～金曜日 8:45～17:30 土日祝 9:00～17:00		○
ウラ矢上	長崎市東町 1732-1	838-7300	9:30～21:00		○

ながさき子育て応援の店パスポート

子育て家庭を応援するお店で提示すると、お得なサービスが受けられるパスポートです。

「ながさき子育て応援の店」でパスポートを提示していただくと、各店舗が提供している子育てサービスを受けることができます。

（応援店の情報やサービス内容は、「ながさき子育て応援ネット」で検索できます）



就学前のお子様がいる子育て家庭が対象で店舗によって様々なサービスを受けられます

パスポートは以下の条件を満たすご家庭でご利用になれます。

①長崎県内にお住まいのご家庭 ＋ ②就学前のお子様がいる家庭

※①②に加えて、18歳未満のお子様3人以上いるご家庭では、多子世帯として、専用のサービスを受けることができます。

- お子様連れに優しい設備利用くすまいるサービス＞（例）ミルクのお湯提供・授乳室完備など
- 料金割引サービスくとかとくサービス＞（例）料金5%OFF・ワンドリンクサービスなど
- 多子世帯へのサービス（例）プレゼント提供・割引3%上乘せなど

おでかけスポット

施設名	長崎ペンギン水族館				
所在地	〒851-0121 長崎市宿町 3-16				
営業時間	9:00~17:00 (駐車場は8:00~18:00)				
休館日	年中無休 臨時休館等、最新の状況はホームページでご確認ください。				
電話番号	095-838-3131				
料金	水族館 観覧料		個人	団体	年間パスポート
		一般	520 円	410 円	1,250 円
		幼児・小中学生	310 円	250 円	730 円
	◎無料でご観覧いただける方 ・3歳未満の幼児 ・長崎市内にお住まいの60歳以上の方。(いきいきカード(老人福祉カード)ご提示) ・土曜日、長崎市にお住まいの幼児・小中学生。(夏休み等の長期休暇は除く) ・長崎市内にお住まいの身体障害者手帳、療養手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方とその介助者(㊟受給者証のみのご提示では対応できません) ◎チケットは受付窓口および水族館入口の自動券売機でお求めください。(各種クレジットカード・電子マネー・QRコードのキャッシュレス決済がご利用できます)				
その他	授乳室	○	おむつ替えスペース		○

 ペンギンに特化した水族館！！

9種類約180羽のペンギンが飼育されています。さまざまな個性のペンギンを一同に観察できます。

 ペンギンのお食事タイム(約10分間)

飼育スタッフがエサを与えながらペンギンの特徴や行動について解説をします。間近に駆け寄るペンギンの可愛い姿をご覧ください。

①11時～(1階:温帯ペンギンゾーン) ②15時～(2階:亜南極ペンギン室)

期間:休館日の水曜日を除く毎日



キッズルームができました！
歩き疲れたらのんびり休憩…♪



おでかけスポット



店名	うつつ川 森のぶんこう			
所在地	〒851-0135 長崎市現川町 1912 (JR 現川駅より徒歩 3 分)			
開校日	日曜・火曜・水曜・木曜・土曜 (臨時休校あり)			
開校時間	10:00~17:00 (15 時以降は利用状況によって変更あり)			
電話番号	090-1485-7211			
その他	授乳室	○	おむつ替えスペース	○

・2016 年 3 月に閉校した高城台小学校現川分校の校舎を、地域のために再活用したいと地域 OB が立ち上がり、森の保健室ヒュッゲやヨガ、体操、音楽教室などが定期的開催されています。

不登校の子と親ごさんの居場所「森の保健室ヒュッゲ」や幼児・小学生を中心とした「Joy 体操教室 (マット、とび箱、鉄棒、トランポリン)」や 3 才からチャレンジできる「おーぷんみゅーじっく♪」など盛りだくさん！

・「うつつ川・森のぶんこうだより」で各教室等の日程等を案内しています。

(日見/東長崎地域センター・橘地区ふれあいセンター・古賀地区市民センター等で配布しています)



店名	マクドナルド 34 号東長崎店			
所在地	〒851-0134 長崎市田中町 827			
営業時間	7:00~23:00			
電話番号	095-838-6304			
その他	授乳室	×	おむつ替えスペース	○

📍長崎県内唯一のプレイランドがあるマクドナルド
 お子様はおもいきり遊べて、ママも安心☆
 お子様が見えるところにも席があるので、ゆっくり食事しながらお子様を見守ることができます。
 🚗ドライブスルーでテイクアウトしておうちでゆっくり食事するのも◎。
 📄「ながさき子育て応援の店パスポート」のご利用でお得なサービスも！
 『子育て応援パスポートのご提示』でハッピーセットのチーズバーガーセット (チーズバーガー・サイドメニュー・ドリンク S・おもちゃ) を特別価格で購入できます。
 🎪お子様と保護者様に向けたお仕事体験ができるプログラムも開催中



おでかけスポット



施設名	市民網場プール			
所在地	長崎市界2丁目 1-3			
開場日時	7月1日～8月31日（毎週火曜日と8月15日は休場）			
	時 間	7月1日～7月20日の平日 12：30～19：00		
		7月1日～7月20日の土日祝 9：00～19：00		
		7月21日～8月31日 9：00～19：00		
電話番号	095-837-0564（休場期間中は東総合事務所地域福祉課 095-813-9001）			
料金	一般・高校生：230円 小学生・中学生：110円 幼児：50円 ※障害者手帳を持つ方と介護者1名は使用料全額免除（市内在住のみ）			
駐車場	有（無料）			
その他	授乳室	×	おむつ替えスペース	○
・夏休み期間に合わせ、7、8月のみ開場します。 ・幼児用プール（すべり台付き♪）と、25mプールがあります。 ・広すぎないので、目の届く範囲で安心して遊ばせられます◎ ・お家でプールをするのは大変💦でも遠出するのも大変💦 そんなときのちょこっとお出かけに！				

<幼児用プール>



<25mプール>



おでかけスポット

施設名	長崎東公園「子どもの遊び場」			
所在地	〒851-0113 長崎市戸石町 194-7			
営業時間	10:00～18:00			
休館日	12月29日から翌年1月3日まで			
電話番号	095-830-2011			
料金	無料 ◎体育館受付で入退室の受付があります。			
対象年齢	乳幼児とその保護者・介添人 ◎室内遊具のご利用は、乳幼児のお子様（小学校就学前まで）のみ。			
定員	30名（保護者・介添人含む） ◎室内が込み合っているときは、利用時間の制限があります（90分）。			
飲食	禁止（水分補給コーナーでの水分補給は可能）			
駐車場	有（無料）			
その他	授乳室	○	おむつ替えスペース	○
・2023年4月、コミュニティ体育館内に乳幼児が遊べる屋内遊び場がオープン！ ・柔らかいウレタンのアスレチックがあります。 ・授乳やおむつ替えができるベビーケアルームも◎ ・天気に左右されずに、雨の日や寒い日でも遊べます。				



施設名	長崎東公園「大型屋外遊具」	
所在地	〒851-0113 長崎市戸石町 194-7	
電話番号	095-830-2011	
料金	無料	
対象年齢	3～12歳	
駐車場	有（無料） ※12月29日から翌年1月3日までは閉館	
・コミュニティ体育館付近にユニバーサルデザインの大型屋外遊具もリニューアル！ ・東長崎最大級の大きさです！！ ・7mの大きなタワーや竜巻スライダーがありますよ。		



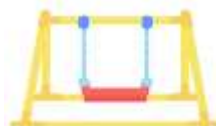
公園へ行こう♪♪



暑い日も寒い日もお外で遊びたいこどもたち。
東部地区にはいろいろな公園があります。
たまには気分を変えていつもと違う公園に行くのも楽しいかも♪

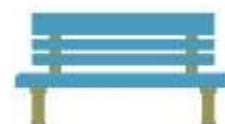
持ち物リスト

- 🐾ハンカチ・ハンドタオル
サイズが大きめでタオル生地の方が◎
- 🐾水筒
夏場は特に水分補給に気を付けましょう
- 🐾お菓子・軽食
手軽に食べられるものが◎
- 🐾おむつ・おしりふき
おしりふきは手や口も拭ける便利アイテム
- 🐾ビニール袋
拾ったどんぐりや葉っぱを入れてあげたり、
ごみをまとめるのにもあると便利！
- 🐾ハンドソープ・紙せっけん
水道はあっても石鹸がないことが多いので、
小さいものを持っていると安心



これもあると 便利

- 🐾着替え
汗をかいたり、汚した時にあると◎
- 🐾レジャーシート
ベンチのない公園だとあると便利
- 🐾帽子・日焼け止め・虫よけ
夏場は必須アイテム！！
- 🐾ばんそうこう
2～3枚あるといざという時に安心



日見

P 駐車場

 トイレ

 多目的トイレ



日見公園<宿町>

遊具とグラウンドが分かれています。
スーパーやコンビニが近くて便利☆



天神籠公園<界2丁目>

令和5年に遊具が新しくなりました。
日見小学校のすぐそばにあります。
公園下にはグラウンドも。



網場公園<網場町>

住宅地にある小さな公園です。



東望公園<田中町>

イオンの近くにある公園です。
令和3年に遊具が新しくなり、令和4年にトイレも
設置しました。



東望山公園<田中町>

グラウンド横にある小さな公園です。
(グラウンドは要予約。)
令和3年にターザンロープ遊具ができました。



かき道1丁目遊園<かき道1丁目>
海の近くの公園☆バスケットゴール
もあります。



東望

かき道



矢上団地第一公園<かき道 2 丁目>



矢上団地第三公園<かき道 3 丁目>



矢上団地第二公園<かき道 2 丁目>



矢上団地第四公園<かき道 4 丁目>

遊具とグラウンドが分かれているので、いろいろな遊び方ができます。



矢上団地第五公園<かき道 4 丁目>



矢上団地近隣公園<かき道 2 丁目>

グラウンドやロープジャングルジムもあります。遊具の周りは砂場になっています。



ちびっこ広場（長崎東公園）<戸石町>

公園のほかに、体育館、プール、テニス場もあり、大人から子どもまで 1 日中楽しめます。



※東公園内にトイレあり

高城台・平間



平間中央公園<平間町>



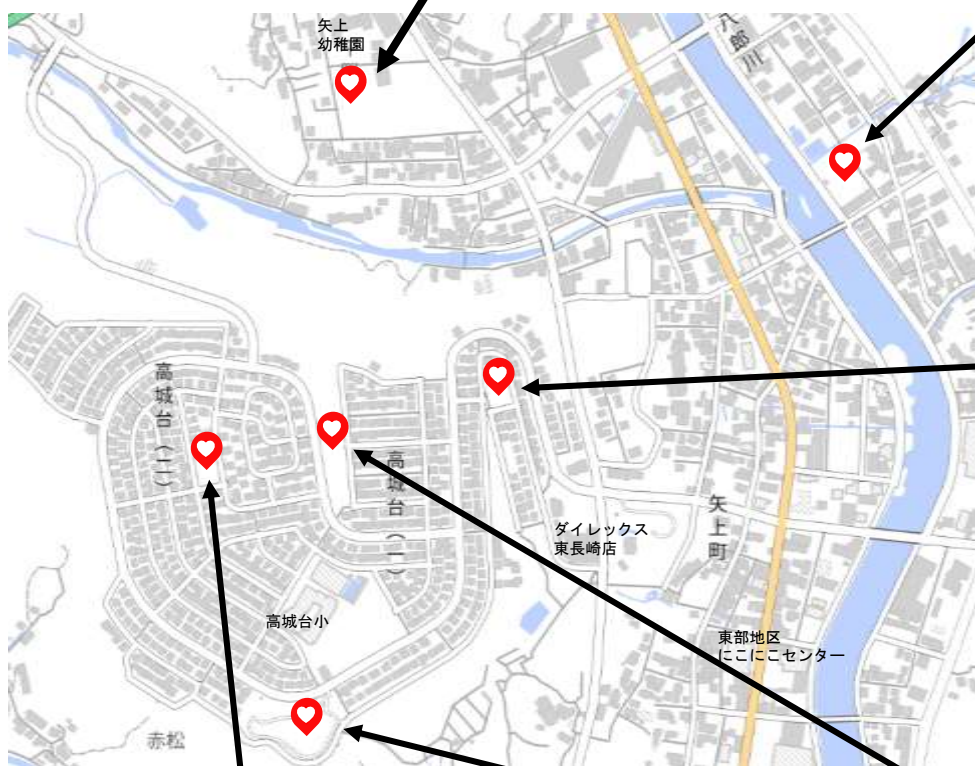
大きな遊具、グラウンドもあるので思いっきり楽しめます。
駐車場も隣接しているのでおすすめです★



長龍寺公園<東町>



八郎川沿いをお散歩ついでに立ち寄りたいですね。遊具は少ないですが、トイレやベンチがあるのでひと休みできます。



風の子公園
<高城台 1 丁目>

山茶花が目印❀
すべり台の遊具があります。



陽だまり公園
<高城台 2 丁目>

遊具は少なめですが、パンダとコアラのシーソーがかわいいです🐼



海風公園
<高城台 1 丁目>



高台にあり、眺めがいいです。ロープジャングルジムもあります。



フィットネスパーク
<高城台 2 丁目>

桜の時期のお散歩がおすすめ❀
遊具はありませんがバスケットゴールがあります。



東町一の坪公園<東町>
コンパクトな公園です。
小さい子ども用の小さな遊具があります。



彩が丘第二公園<東町>



少し古いですがすべり台・ブランコ・シーソーがあります。



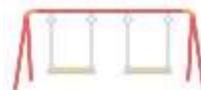
彩が丘第一公園<東町>



遊具は少ないですが、広い公園です。



彩が丘



長崎街道清藤公園<東町>



令和5年にできた新しい公園です。
複合遊具など遊具が充実しています。
バスケットゴールもありますよ。



長崎街道中里ふれあい公園<中里町>



令和2年にできた新しい公園です。
大型遊具あり、トイレあり、駐車場ありで
とても使いやすい公園です。



中里



子育て支援拠点



事業所名	子育て支援拠点施設 はらっぱ （かき道ピノキオこども園）	
所在地	〒851-0115 長崎市かき道 3 丁目 1-11 （かき道ピノキオこども園に隣接）	
受付時間	利用日に随時受付	
電話番号	095-865-6011	
事業概要	❖子育ては独りじゃない！地域の中で安心して楽しく子育てができます。 ❖季節を感じられる製作・大人向けワークショップ・習字教室・手づくりおもちゃの提案・作成等、大人も子どもも楽しめるイベントを企画しています。 ❖子どもや親、地域の方々が集い、情報交換や相談することができます。	
支援内容	❖はらっぱを建物の中にそのまま再現したような空間を作り、自由に活動してもらうことを目的としています。 ❖未就学児は保護者同伴で利用できますが、多様な世代の方が利用することが可能であり、多世代交流の場としていきます。	
基本情報	利用可能日	月～金
	利用可能時間	9：30～12：00 / 14：00～16：00
	利用料金	無料 ※実施内容により、実費負担がある場合もあります。 詳しくはお問合せください。
	対象年齢	年齢制限なし
	持参するもの	飲みもの・着替え・オムツ
	駐車場の有無	有 無料（隣接する駐車場の無料駐車券交付）
	予約の可否	利用日に随時受付 ※一部予約が必要なイベントあり
その他	・乳児から高齢者まで参加可能。 ・未就学児は親の同伴をお願いします。	

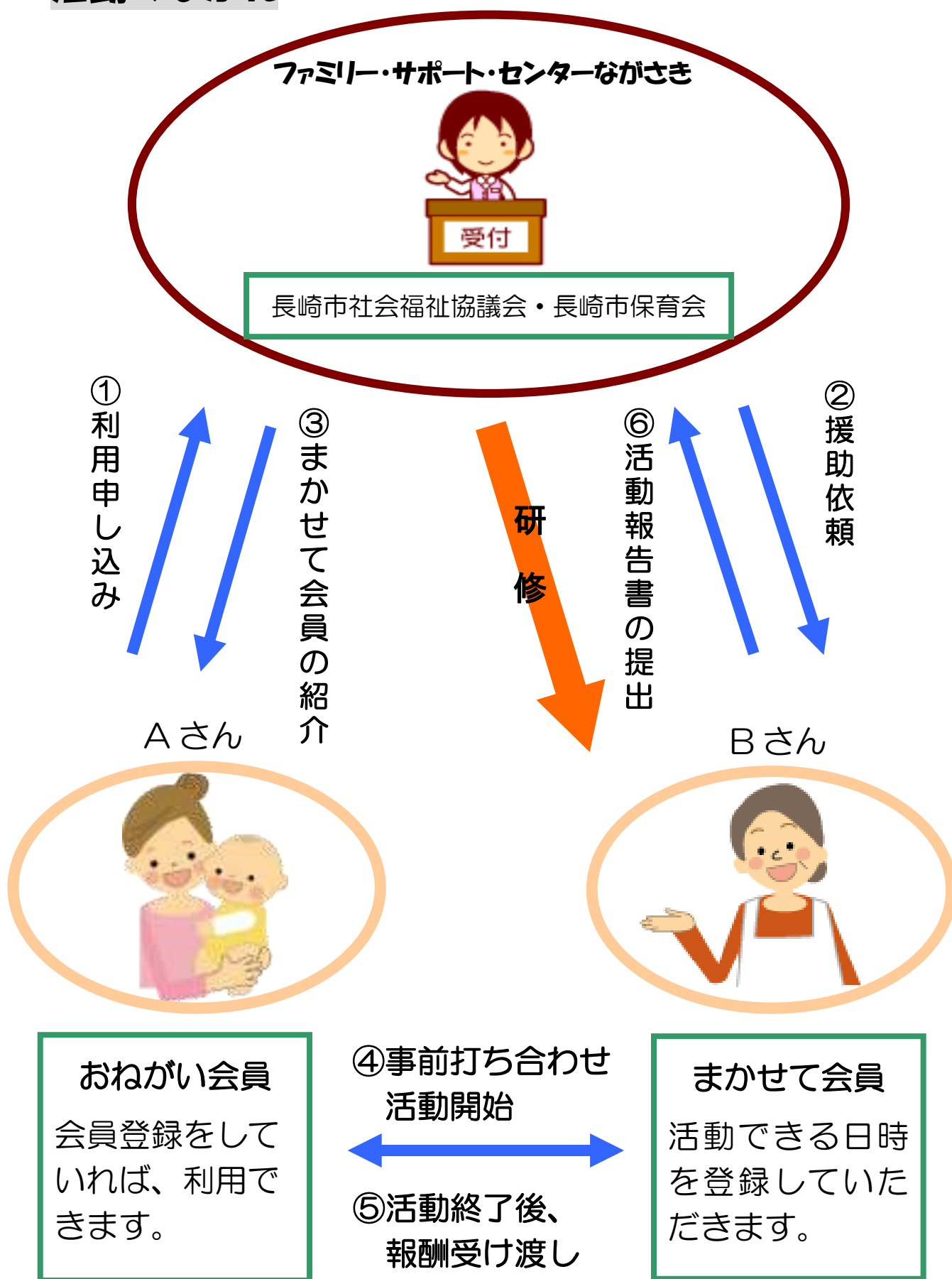


一時預かり

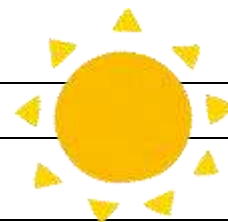


事業所名	ファミリー・サポート・センターながさき			
所在地	〒850-0056 長崎市恵美須町4番5号（長崎市社会福祉協議会） 〒850-0873 長崎市諏訪町9番12号（長崎市保育会）			
受付時間	月～金曜日 9：00～17：00（土日祝日、年末年始休業）			お問い合わせは、 長崎市社会福祉協議会 へご連絡ください。
電話番号	095-829-6244（長崎市社会福祉協議会）			
FAX 番号	095-829-6245（長崎市社会福祉協議会）			
E-MAIL	（長崎市社会福祉協議会）famisapo@nagasaki-shi-shakyou.or.jp			
事業概要	地域の中で子育ての援助を受けたい人（おねがい会員）と援助をしたい人（まかせて会員）が会員となって、一時的な子育ての助け合いを行う地域住民参加型の組織です。 ※簡易でかつ短時間、補助的なものに限ります。			
支援内容	・ 保育所、幼稚園等までの送迎や預かり ・ 学校の放課後や放課後児童クラブ終了後の預かり ・ 冠婚葬祭や他の子どもの学校行事、通院・買い物等乳幼児を連れて出かけにくい時 ・ 就職活動、リフレッシュなど・・・ ※生後2ヵ月未満の子どもについては、原則としてお願い会員がいないところでの子どもだけの預かりはできません。			
基本情報	利用可能時間	預かりの時間は原則として7：00～22：00です。 宿泊はできません。		
	利用料金	平日時間内（7：00～19：00）	1時間	700円
		平日時間外	1時間	800円
		土日祝日時間内（7：00～19：00）		
		土日祝日時間外	1時間	900円
	※まかせて会員が1人で、2人以上の子どもを預かる場合、 きょうだいで利用に限り、2人目以降は半額です。 ※交通費や子どもの食事等はおねがい会員が負担します。			
おねがい会員の要件	・ 長崎市内・時津町・長与町にお住まいの方で援助をしてほしい方 ・ 生後0ヵ月～小学生のお子さんをお持ちの方			
予約の可否	利用する場合、《まかせて会員》との事前打ち合わせが必要です。			
その他	《おねがい会員》になるには、事務所に面談のうえ登録が必要です。 ・ 面談の申込みは随時受け付けていますので、電話、FAX、E-MAILで事前に連絡してください。 ※登録に必要なもの：顔写真（3cm×2.4cm）2枚、住所が確認できるもの（免許証など） ※病児の預かり：不可 ※家事援助：不可 ※宿泊：不可			

活動のながれ



一時預かり



事業所名	おひさま保育園			
所在地	〒851-0116 長崎市東町 1953-4			
受付時間	月～金曜日 9：00～17：00			
電話番号	095-837-0012			
FAX 番号	095-837-0014			
E-MAIL				
事業概要	保育所を利用していないご家庭で、保護者の方のいろいろな事情で、一時的に保育が必要なお子さんを、保育所等でお預かりします。			
支援内容	初回利用時は、電話でアレルギーの有無などを確認します。 通常、電話等でご相談いただき、職員数、在園児数等を考慮し、受け入れる体制がとれると判断した場合は、既存のクラスに受け入れるかたちで、一時預かりを行います。 ※一時預かりのみのクラスはありません。			
基本情報	利用可能日	月～金曜日		
	利用可能時間	9：00～17：00（延長なし）		
	利用料金	全年齢共通（給食費込み）		
		30 分	400 円	
		1 時間	800 円	
		1 日（5 時間以上）	4,000 円	
		●月極		
		1 週間（3 日以内）	9,000 円	
		1 か月（8 日以内）	20,000 円	
		1 か月（12 日以内）	30,000 円	
	対象年齢	6 か月～小学校就学前		
	持参するもの	・オムツ ・着替え ・バスタオル等 ※状況により異なる ☆哺乳瓶、ミルクは保育園のものを使用。		
駐車場の有無	有（無料）			
予約の可否	前日（できれば 2～3 日前）			
その他	・休日保育事業：日曜実施 ☆休日に仕事がある保護者の入園児のみ対象。 ・園庭開放：平日（9：00～17：00） ・子育て相談：入園の有無に関わらず、保護者の方の子育ての相談を随時受付。			



施設の様子



MEMO



一時預かり

事業所名	かき道ピノキオこども園 分室リンゴの木		
所在地	〒851-0115 長崎市かき道2丁目57-16		
受付時間	月～金曜日 9：30～16：00 （土、日、祝日休業）		
電話番号	095-838-8618		
FAX 番号	095-838-5501		
E-MAIL	pinokio2@sunny.ocn.ne.jp		
事業概要	保育所を利用していないご家庭で、保護者の方のいろいろな事情で、一時的に保育が必要なお子さんを、園でお預かりします。		
支援内容	保育園に入園していない、生後6か月から小学校就学前の乳幼児で、保護者の就労、疾病、入院、自治会活動、ボランティア活動のため保育ができない場合や、保護者の育児に伴う心理的、肉体的負担を解消するために一時的に保育を必要とする場合に利用することができます。		
基本情報	利用可能日	月～金曜日	
	利用可能時間	9：00～16：00 のうち概ね5時間	
	利用料金	0～2 歳児 1時間 400円	
		3～6 歳児 1時間 200円	
		食事代 300円	
	対象年齢	6か月～小学校就学前	
	持参するもの	共通	水筒（お茶か水） お昼寝用バスタオル2枚 レジ袋1枚
		0・1 歳児	着替え（2～3組） 紙おむつ お手拭きタオル（3枚） 食事用エプロン
		2 歳児	着替え（2～3組） 紙おむつ or パンツ お手拭きタオル（3枚）
		3 歳児以降	着替え（2組） 手拭きタオル
駐車場の有無	有（無料：4台）		
予約の可否	登録メールアドレスへ返信		
その他	現在全ての年齢「リンゴの木」にて一時保育しています。 【利用手続】 ① かき道ピノキオこども園公式LINEにて、登録・利用面談申し込み お子様についてのお話を伺い、利用登録書をお渡しします。 ② 利用予約：前月20～21日に前半利用予約受け付け、当月5～7日に後半利用 予約受け付け		

♪施設の様子♪



MEMO



一時預かり



事業所名	結宅（ゆんたく）こども園		
所在地	〒851-0133 長崎市矢上町 34-7		
受付時間	月～金曜日 8：00～18：00		
電話番号	095-894-8738		
FAX 番号	095-894-8733		
E-MAIL	—		
事業概要	保育所を利用していないご家庭で、保護者の方のいろいろな事情で、一時的に保育が必要なお子さんを、保育所等でお預かりします。		
支援内容	既存のクラスに受け入れるかたちで一時保育を行います。 一時保育利用のお子さんは慣れるまでに時間がかかるため、保育士 1 人を配置して対応し、お子さんの様子に合わせて対応しています。 親御さんの思いに沿った対応を心掛けています。		
基本情報	利用可能日	月～金曜日	
	利用可能時間	10：00～16：00 相談に応じて、早朝保育（8:00～10:00）、 延長保育（16:00～18:00）の利用も対応可能。	
	利用料金	0 歳児	1 時間 800 円
		1,2 歳児	1 時間 500 円
		3,4,5 歳児	1 時間 400 円
		※給食時間と重なる場合は給食を提供します。 （別途給食費が必要。0～2 歳：290 円、3～5 歳：340 円） ※早朝保育（8:00～10:00）と延長保育（16:00～18:00）を利用 する場合は上限金額に加えて年齢に応じた時間料金が必要です。	
	対象年齢	0 歳（生後 8 週以降）～5 歳	
	持参するもの	オムツ、着替え、一時預かり代、哺乳瓶・ミルク（必要な方のみ） 〈給食提供の場合〉 給食費、エプロン、おしぼり、コップ（必要に応じて）	
	駐車場の有無	有（6 台）	
その他	予約の可否	要 （できるだけご利用の 3 日前までにご連絡ください。初回利用の前に 来園していただき、お子さんのことについて面談で確認させていただきます。） ※相談受付：月～土曜日の 8：00～18：00	
		・園庭開放：水 10：00～11：00 ・こども園の見学は随時受け付けています。  	

♪施設の様子♪



MEMO



一時預かり



事業所名	ひよこ保育園			
所在地	〒851-0103 長崎市中里町 1594-5			
受付時間	月～土曜日 8：00～17：00 （祝日及び 12/29～1/3 を除く）			
電話番号	095-838-3200			
FAX 番号	095-838-3215			
E-MAIL	info@hiyoko1997.net			
事業概要	保育所を利用していないご家庭で、保護者の方のいろいろな事情で、一時的に保育が必要なお子さんを、保育所等でお預かりします。			
支援内容	まずは電話等でご相談頂き、利用においての面談を後日 20 分程度させて頂きます。既存のクラスに受け入れるかたちで、一時預かりを行います。 ※一時預かりのみのクラスはありません。			
基本情報	利用可能日	月～金曜日（祝日及び 12/29～1/3 を除く）		
	利用可能時間	9：00～16：00（延長保育なし）		
	利用料金	3 歳未満	1 時間	700 円
			1 日（5 時間以上）	3,500 円
		3 歳以上	1 時間	400 円
			1 日（5 時間以上）	2,000 円
		※食事が必要な場合 ミルク：持参、離乳食：200 円、普通食：300 円、おやつ：200 円		
	対象年齢	4 か月～就学前まで		
	持参するもの	・オムツ ・着替え ・バスタオル ・おしりふき等 ※年齢により異なる。		
	駐車場の有無	有		
予約の可否	有 ☆基本電話で相談してください。			
その他	・ひよこのおにわ（園庭開放）を行っています。 対象：0～5 歳児 ※保護者同伴 日程：毎週月曜日 10：00～11：30（祝日及び 12/29～1/3 を除く） お申込みは不要です。直接園にお越しください。			



一時預かり



事業所名	TONTON 輝（あかり）保育園	
所在地	〒851-0136 長崎市平間町 694-3	
受付時間	月～金曜日 7：30～18：30	
電話番号	095-839-1898	
FAX 番号	095-839-1898	
E-MAIL	－	
事業概要	保育所を利用していないご家庭で、保護者の方のいろいろな事情で、一時的に保育が必要なお子さんを、保育所等でお預かりします。	
支援内容	既存のクラスに受け入れるかたちで一時保育を行います。お子さんの様子に合わせて、楽しい時間を過ごせるように配慮しています。 一時保育での様子を写真に残し、必要に応じて1日の流れ（哺乳回数等）とあわせて保護者にお渡ししています。	
基本情報	利用可能日	月～金曜日
	利用可能時間	9：00～16：00
	利用料金	400 円/30 分（基本保育時間 9:00～16:00） ★1 日上限 4,000 円 ※給食、ミルク代込み
	対象年齢	0 歳～5 歳
	持参するもの	・オムツ ・着替え（2 セット） ・印鑑 ・子どもの健康保険証（初回利用時のみ） ・哺乳瓶（必要な方のみ）
	駐車場の有無	有
	予約の可否	要（できるだけ2日前までにご連絡ください） ※相談受付：月～金曜日の7：30～18：30
その他	・園庭開放は実施しておりません。 ・保育園の見学は随時受け付けています。 【HP】 https://www.tontonakari-boo.com 【Facebook】 https://www.facebook.com/tonton.akari/ \✧HPはこちら✧/  \✧FBはこちら✧/ 	



病児・病後児保育

事業所名	かき道ピノキオこども園 病児保育室あおむし	
所在地	〒851-0155 長崎市かき道3丁目2-9（かき道ピノキオこども園内）	
受付時間	月～金曜日 7:00～18:00（土、日、祝日休業）	
電話番号	070-1501-7780	
事業概要	子育てと就労の両立支援の一環として、お子様が風邪をひいたり、熱をだしたり、また病気回復中で保育所等に行けず、家庭で育児ができない場合（勤務の場合や傷病、出産など）にお子様を一時的に預かります。	
支援内容	子どもが病気になったけど仕事が休めない！そんな時親御さんに代わって看護師と保育士が優しくお世話します。	
基本情報	利用可能日	月～金曜日
	利用可能時間	8:30～18:00
	利用料金	ア.生活保護世帯・市民税非課税世帯 0円 イ.所得税課税世帯 2,000円 ※利用料とは別に食事代300円が必要です。 ※アの方は印鑑と次の証明書などが必要です。 ア：生活保護診療依頼書、市民税非課税証明書など （母子・父子家庭の方は戸籍謄本や児童扶養手当受給証明等も必要です）
	対象年齢	生後4か月～小学6年生
	持参するもの	・母子健康手帳、健康保険証、福祉医療受給者証 ・薬、解熱剤等（常時服用したり、医師からの処方薬） ・薬の説明書 ・利用料金 ・着替えの服 ・下着、オムツ、水筒 ・好きなおもちゃ、絵本など 
	駐車場の有無	有 無料（4台） ★富永小児科駐車可
	予約の可否	前日までに
その他	《利用手続》 ①事前登録 予め「利用登録書」（登録は無料）を記入し、病児保育実施施設に提出 ↓ お子さんが病気になったら ↓ 回復期になったら ②利用予約 原則、利用希望日の前日までに、病児保育実施施設に電話等で予約 ③利用当日 ＊「利用申込書」に記入し、富永小児科医院に持参 ＊富永小児科医院にて受診し、「利用連絡書」の発行 ＊「利用連絡書」を持参し、病児保育室に入室	

子育て情報収集

子どもに関する手当や助成ってどんなのがあるの？

予防接種について知りたい！

保育園を調べたい！



ママ友パパ友と交流したい

子どもの発達のことと相談したい…

そんな時にご活用ください！

おすすめ情報サイトなど

■長崎市子育て応援情報サイト「イーカオ」

知りたい情報を目的別に検索することができます。
何か知りたいことがあったら、とりあえず
「イーカオに載ってないかな？」とチェックしてみましょう！



■長崎市こども部公式Instagram「イーカオぐらむ」

こどもの遊び場やイベント、制度の情報など子育てに役立つ情報を
分かりやすく、親しみやすい発信をしています！



■ヒガフェス公式Instagram

楽しく子育てができる東部地区を目指し、
子育て情報発信やイベントに取り組んでいる
「ヒガフェス実行委員会」のInstagramアカウント。
保育士さん直伝の遊び、東部地区の習い事、東部地区の
おすすめなお店などパパママ必見のローカル情報を発信中です☆



妊産婦・乳幼児の相談窓口（東総合事務所 地域福祉課）

こんにちは!!

東総合事務所 地域福祉課 健康支援系の保健師・栄養士です!!
私たちは、妊娠・出産、子育てに関するご相談に応じています。
いつでもお気軽にご相談ください。まずはお電話を!!



★電話で相談 ☎ 813 - 9001（土日祝除く 8:45~17:30）

★窓口で相談 場 所 長崎市矢上町8番21号

アクセス 県営バス「矢上」バス停より徒歩1分



キッズスペースあります



★訪問で相談 保健師がご自宅にお伺いします。



子育てに関する相談や必要なサービス・育児学級などの紹介、体重測定などができます。

他にも実施しています!!

東総合事務所のホームページ には詳細が載っています。ぜひご覧ください!!⇒



にこにこ学級・すくすく学級

（にこにこ学級は個別に案内しています）

第1子の1歳未満のお子さんと保護者の方が対象です。育児について楽しく学び、お友達づくりができる教室です。



離乳食教室・幼児食教室

大人の食事からアレンジする方法を実習を通して学びます。託児もありますので、お子さんを連れてきても安心です。

（参加費無料）



乳幼児健康診査

（対象者には個別に案内しています）

お子さんの発育発達の状態を確認したり、病気の早期発見、育児の相談ができる大切な機会ですので、健診は必ず受けましょう。4か月児・1歳6か月児・3歳児・5歳児健診は集団健診となっています。



＜お問い合わせ先＞

長崎市東総合事務所地域福祉課

〒851-0133

長崎市矢上町 8-21（エレナ矢上店横）

☎ T E L : 095-813-9001

☎ F A X : 095-839-6260