

三重・琴海・外海地区



# 子育て応援！ ガイドブック

長崎市 北総合事務所地域福祉課

R6.11月修正

# 目次

1	北総合事務所 地域福祉課 紹介	3
2	民生・児童委員さん紹介 ・お遊び教室紹介	4
3	お出かけスポット ・ながさき市お出かけ公園ナビ ・長崎市子育て応援情報サイト「イーカオ」 ・三重・琴海・外海 見どころ紹介	7
4	子育て支援センター・児童館 ・てとて（三重地区） ・つばめサークル（外海地区） ・ひまわり広場（琴海地区） ・琴海児童館「どんぐりの家」	11 12 13 14
5	三重・琴海・外海地区の保育園 【三重】・あぜかりこども園 ・三京えのき保育園 ・幼保連携型樫山認定こども園 ・認定こども園長崎小鳩幼稚園 長崎小鳩保育園 ・よつば保育園 ・三重保育園 ・キッズハーバー保育園 【琴海】・琴海保育園 ・にしうみ保育園 ・認定こども園 中央こども園 ・形上保育園 ・尾戸保育園 【外海】・黒崎聖母保育園 ・出津愛児園	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29
6	助産院・産後ケア施設 プロジェクトマム・さくらの里助産院 産後ケアの「コーラル」	33 35
7	ファミリーサポートセンター	37

## はじめに

三重・琴海・外海地区にお住まいの子育て中の皆様へ

長崎市 北総合事務所地域福祉課の保健師、栄養士です。

育児学級や乳幼児健診など、みなさんとお話する機会を通して、「わからない事だらけで不安」「ママ友が欲しい」

「引っ越してきたばかりで地域の事がわからない」

そんなお母さんたちの声をよく耳にします。

そこで、関係者の方々にご協力をいただき、「子育て応援ガイドブック」を作成いたしました。

地域にはお母さんたちの子育てを心から支えたい、応援したいと思っている方がたくさんいます。

このガイドブックを参考に、地域とのつながりをたくさんつくっていただければと思います。

1人で悩まず、まずはお気軽にご相談ください♪

長崎市 北総合事務所地域福祉課

三重・琴海・外海地区を担当しています！

# 長崎市 北総合事務所地域福祉課

## 保健師 管理栄養士がいます！

長崎市北総合事務所地域福祉課は「子育て世代包括支援センター」として地区担当保健師と管理栄養士が、妊娠期から子育て期までのサポートを行っています。

育児に悩んだ時は、保健師・管理栄養士がいつでも相談にのります！

家庭訪問もしていますので、お気軽にご相談ください。

<問い合わせ>

長崎市北総合事務所地域福祉課（琴海村松町 703 -14）095 -814- 3400



↑育児学級の様子

## 活動紹介



育児学級等の日程は長崎市北総合事務所地域福祉課のホームページ「おやかカレンダー」に掲載されています。

### 訪問支援

地区担当保健師が訪問し育児相談に加え、体重測定や育児情報の提供等を行います。

お気軽にご相談ください。

### 4か月児・1歳6か月児・3歳児健診

お子さんの成長発達を確認する大事な機会です。健診日が近くなったら個別に通知を郵送します。

### 離乳食・幼児食教室

離乳食・幼児食の基本を学び、大人の食事からとり分けて簡単にできる作り方を実習します。

託児サポートもあります。

### 育児学級・むし歯予防教室

育児学級は三重・琴海地区で毎月1回ずつ開催しています。保育士のお遊びや保護者同士の交流、育児相談等を行います♪また年に4回むし歯予防教室もあります。

※他にもステップアップ教室「クレヨン広場」や外海地区で「にこにこ健康相談」も実施しています。



妊娠中の方や子育て世代向けに「両親学級」や「子育て応援イベント」も開催しています！



【北総合事務所地域福祉課ホームページ】

URL : <https://www.city.nagasaki.lg.jp/shimin/121000/121200/p030585.html>

## 子育て応援サポーターさん



三重・琴海地区には子育て応援サポーターさんがおられます。イベントや離乳食・幼児食教室時の託児を中心にご協力いただいています。

## **2 民生・児童委員さんのご紹介**

# 民生・児童委員さんのご紹介

民生・児童委員さんとは、厚生労働大臣から委託をうけている地域の身近な相談役の方達です。高齢者、子育て中の方、障がいのある方などの相談に応じ、地域福祉活動や関係機関・団体との連携、支援活動を行っています。地域の子ども達が元気に安心して暮らせるように、子ども達を見守り、子育ての不安や妊娠中の心配事などの相談支援等を行います。

三重・琴海・外海の各地区に民生・児童委員さんがおられ、様々な支援活動をしていただいています。



🌸 三重地区の民生・児童委員さんにお話しをうかがいました。数多くの活動をされていますが、ここでは子育てに関する活動内容をご紹介します。

## 活動内容

「子育て応援ひろば」にもご協力いただいています！

### ●関係機関との協力●

各小学校に図書ボランティアとして活動している民生・児童委員さんがおられ、定期的に読み語り会を実施しています。またお遊び教室にもご協力していただいています(詳細は次ページ参照)

### ●関係機関との連携●

各小・中学校、支援センターなどお子さんが関わる施設に月1回訪問し、支援できる事があれば支援しています。(イベントでの出し物、お子さんの見守りなど)



## お遊び教室

民生・児童委員や保育士と協力しながら乳幼児を持つ親子の集団遊びや母親同士の交流等を行っています。



【会場】 三重地区市民センター(畝刈町28-7)

【開催曜日・時間】 毎月第1木曜日 10:00~11:30

【対象】 0歳児から就学前のお子さんとその保護者(申込不要)

※費用は無料です。タオルお茶はご持参ください。



詳細日程は長崎市子育て応援サイト「イーカオ」をご確認のうえご参加ください！

どんな遊びをしているの？

ふれあい遊びや制作、絵本の読み聞かせやクリスマス会・おひなさまなど季節のイベントも行っています♪民生委員さんがお子さんを見てくださいますので、お母さん同士で楽しくお話しもできます♪ぜひ遊びに行ってみてください。



【お問い合わせ】長崎市子育てサポート課 095-829-1255

三重地区民生委員・児童委員協議会

# **3 お出かけスポット**

**「ながさき市お出かけ公園ナビ」**

**「長崎市子育て応援情報サイト「イーカオ」**

**「三重・琴海・外海 見どころ紹介」**

## お出かけ情報



「ながさき市お出かけ公園ナビ」には  
家族でお出かけするのにぴったりの場所が掲載されています！  
こちらをぜひ参考にお出かけを楽しんでみてはどうでしょうか？



ながさき市  
お出かけ公園ナビ

<https://nagasaki-shi-koen-navi.jp/>



## 長崎市子育て応援情報サイト 「イーカオ」



長崎市子育て応援情報サイト「イーカオ」では、知りたい情報を年齢別・目的別に検索することができます。  
情報を知りたいときには、チェックしてみましょう！  
※R7年3月中旬にホームページをリニューアル予定です。



<https://ekao-ng.jp/>

R7年3月中旬まではこちらから



<https://www.city.nagasaki.lg.jp/site/e-kaou/>

R7年3月中旬以降はこちらから

## 地区の観光（食と見どころ）

三重・外海・琴海地区の自然豊かで、美しい景色や世界遺産、  
美味しい食べ物をパンフレットや動画にて紹介しています。  
魅力の再発見やお出かけの参考にどうですか？  
ぜひアクセスしてみてください！



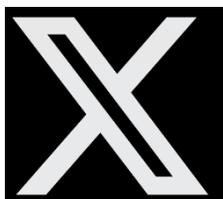
<https://www.city.nagasaki.lg.jp/shimin/121000/121200/p038112.html>



「北総合事務所～北部地区の観光  
（食と見どころ）」で検索



## 北総合事務所公式 X



ホットなニュースを  
お届けするX  
★防災情報  
★子育て情報  
★イベント など

## 4 子育て支援センター・児童館紹介

てとて(三重地区)

つばめサークル(外海地区)

ひまわり広場(琴海地区)

琴海児童館

対象者：就学前の子ども（概ね3歳）とその保護者

（対象の子どもがいたら、その姉・兄も可）

対象の子どもを育児中の保護者は保護者のみで利用可

妊婦のみの利用可

開設日：月曜日～土曜日

休館日：日祝日・年末年始（12/29～1/3）

開館時間：10時～16時（子育て支援員常駐）

利用料：無料

所在地：長崎市三重町 57-1（ナビでは三重町 58 の方が正しく表示されやすいです）

電話番号：095-801-6177（センター直通）

運営団体：社会福祉法人むつみ福祉会



インスタ QR コード



長崎市三重地区子育て支援センター

てとて



みなさんのそばに、

いつでも“てとて”があります

### 主なイベント

- ・さくらの里助産院  
助産師野間田先生とのお話会
- ・こども家庭支援わたりびいどろ
- ・ベビ-&キッズ ヌリザ
- ・お母さんのリンパケア
- ・絵本読み聞かせ
- ・救命救急講座や親子で避難訓練など

### どんなところ？

**交流：**妊婦、子育て中ママみんな  
で色々な話をしましょう♪

**相談：**親同士が悩みを話したり、  
子育ての不安や疑問などをお気軽に  
にご相談くださいね。

**学び：**利用者の学びの場として月  
に複数回講座を開催しています。

**情報：**親同士の情報交換や、子育て  
情報コーナーにて様々なチラシを  
配布しています。



### みんな、どんな風に利用してるの？

☆午前中から来てしっかり遊び、お昼ご飯を食べ  
て少し遊んで帰宅。（家でぐっすり昼寝、お母さん  
はその間ゆっくりタイム♪）

☆昼寝の後から来て、16時まで利用。

☆パパやおばあちゃん達と利用。

☆午前中からお昼まで利用・・・

子育て中は楽しさかわいさいっぱい、でもそれと  
同じくらい不安や悩みもいっぱいですよ。ひとり  
りで頑張るすぎいませんか？ちょっと話を聞  
いてほしい時にもぜひいらしてくださいね。

※休止中です。つぼめサークル



黒崎聖母保育園

開設日 ★ 毎週月曜日 ~ 水曜日【祝祭日、年末年始は除く】

時間 ★ 10:00 ~ 15:00

利用料 ★ 無料 【お昼をいただく場合はお弁当をご持参ください】

地域のお子様が少ない、なかなか参加者が集まりませんが、保育園の園児と園庭で触れ合ったり、室内で絵本をみたり、おもちゃで遊んだりしてゆっくり過ごせます。「家にいるより、ちょっと違う所にも 遊びに行ってみようかな」と思い立ったら、気軽においでくださいませ(o^ー^o)



園庭は広くて、  
遊具もたくさん☆  
砂場もあります



たくさんのおもちゃや  
絵本が待ってます

★園庭開放も行っています。  
毎週木曜日 9:30~11:00★



黒崎聖母保育園  
〒851-2324  
長崎市上黒崎町48-1(黒崎教会上)  
駐車場あり  
Tel(0959)25-0050





# 「ひまわり広場」



## …ひまわり広場の目的…

- ① 子育て中の親子の交流、集いの場の提供
- ② 子育てに関する相談、援助
- ③ 地域の子育て関連情報の提供
- ④ 季節の行事などを行う

このような活動を行いながら、子育て中の親子を支援していきます。

開所日：毎週 火・水・木曜日 ※ 要 事前予約  
開所時間：10:00～15:00  
場 所：中央こども園内 子育て支援センター室  
※ 駐車場有（中央こども園の駐車場をご利用下さい。）  
参加費：無料

## …ひまわり広場では…

- ・ 10:00～15:00まで、お部屋や園庭で自由に遊ぶことができます。
- ・ ひまわり広場には、たくさんの絵本やおもちゃがありますので、親子で楽しく参加できます。
- ・ お弁当を持って来られた方は、12:00～13:00の間はお部屋で食べるすることができます。
- ・ ミルク用のお湯は、準備しています。

お気軽に遊びに来て下さい。

## …その他にも楽しい行事がたくさん…

毎月、絵本の読み聞かせ・食育ワンポイント・制作・お誕生日会など、楽しい行事を計画しています。 ※ 要予約



〒851-3103

長崎県長崎市琴海戸根町2573-1

★ 長崎市子育て支援センター ひまわり広場

TEL. 095-884-2330

★ 中央こども園 TEL. 095-884-1427

FAX. 095-884-0878

# お子さんと一緒に琴海児童館へ遊びに来ませんか

## 乳幼児をもつお父さん・お母さんへ

- 『0歳の赤ちゃんがいるけど、一緒に気軽に行ける場所がない。』
- 『同じ年齢の赤ちゃんを持つお母さんと話をしたい。』
- 『子育てについて、他の人はどうしているの？』



そんな声を受け、児童館では乳幼児を持つお父さん、お母さんの交流を深める場所として、母子室があります。乳幼児を持つ方やこれから親になれる方の仲間づくりなどにご利用ください。

☆開館時間 月～金曜日午前10時～午後6時(土曜日、春夏冬休み9時～午後6時)

☆児童館の閉館日 日曜、祝日、年末年始

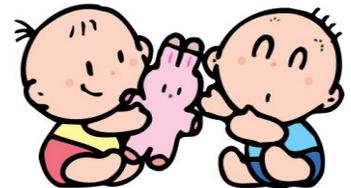


☆午後2時半で母子室のおもちゃをみんなで一度お片付けをします。

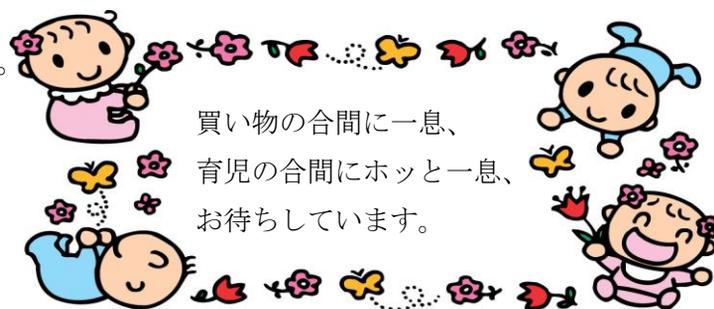
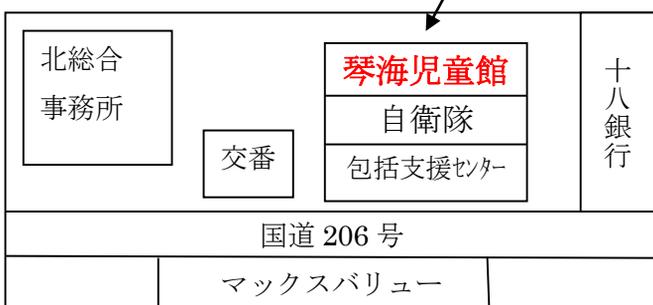
乳幼児さんが遊ぶ母子室と小学生が遊ぶ集会室と部屋を分けていますので、小さいお子さんも安心して遊ぶことができます。春休み、夏休み、冬休みなどの長期休暇中は朝からたくさんの幼児さんも元気に利用しますので、譲り合ってご利用ください。

## ☆児童館からのお願い

- ・お子様から目を離さないで遊んでください。
- ・オムツなどお子さんに必要な用品はお持ちください。  
使用後のオムツは持ち帰りましょう。
- ・12時から1時までの時間はお昼を食べることができ、午後2時半から3時半までの時間はおやつを食べることができます。ミルク用のお湯も準備しています。
- ・絵本、ぬりえ、おりがみ、ボールプールなど  
たくさんのおもちゃがあり、自由に遊べます。



ここです！！



買い物の合間に一息、  
育児の合間にホッと一息、  
お待ちしております。

問い合わせ先：TEL

- 琴海児童館 884-0811
- 北総合事務所 814-3400
- 長崎市役所 こども政策課 829-1278

# 5 三重・琴海・外海地区の保育園

- 【三重】・あぜかりこども園
  - ・三京えのき保育園
  - ・幼保連携型檜山認定こども園
  - ・認定こども園長崎小鳩幼稚園 長崎小鳩保育園
  - ・よつば保育園
  - ・三重保育園
  - ・キッズハーバー保育園
  
- 【琴海】・琴海保育園
  - ・にしうみ保育園
  - ・認定こども園 中央こども園
  - ・形上保育園
  - ・尾戸保育園
  
- 【外海】・黒崎聖母保育園
  - ・出津愛児園

# 【 あぜかいこども園 】

住所	長崎市畝刈町 1005 番地
電話番号(FAX 番号)	095-850-2409 (095-850-4421)
園の特色・概要	<p>子どもの主体性を育てる保育</p> <p>① 子どもの主体的な活動としての生活を保障する保育（生活を育む）</p> <p>② 子どもの自発的な活動としての遊びを保障する保育（自立を育む）</p> <p>③ ひとりひとりの特性に応じた保育（個性を育む）</p> <p>④ 人とのかかわりを大切にした保育（社会を育む）</p>
園での活動内容	<p>・お楽しみ会 運動会 親子遠足 夏まつり AZEフェス</p> <p>・保育士体験 親子クッキング など</p> <p>※詳しくは HP インスタをご覧ください。</p>
定員	<p>0 歳児 15 名 : 1 歳児 25 名 : 2 歳児 25 名</p> <p>3 歳児 25 (5) 名 : 4 歳児 25 (5) 名 : 5 歳児 25 (5) 名</p> <p>(1 号認定) 合計 140 名+15 名 合計 155 名</p>
駐車場の有無	有（無料）
送迎バスについて	有（原則 2 歳から） 状況によっては相談可能（区域三重中学校区内）
園庭開放について	有（年 12 回程度 『ぽっかぽっか』 未就園児対象）
一時保育	<p>（コロナの感染状況によっては調整あり）</p> <p>0 歳児 3,000 円 1~2 歳児 2,000 円 3~5 歳児 1,500 円</p>
こども園より一言	※詳しくは HP インスタをご覧ください。
その他	<p>教育・保育理念</p> <p>① 他を受け入れ、共に生きていく中で、それぞれの子どもが周りのすべての環境の中で生かされていくことを知り、自分も相手の存在を認め、また豊かにしていくことができる社会づくり</p> <p>② 様々な体験を通して得た知恵や知識を用いることによって、よりよい共生を目指す（貢献）ことに喜びを感じる子ども</p>

HP



instagram



# 【 三京えのきこども園 】

住 所	長崎市三京町805番地
電話番号	095-850-5148 (FAX 095-850-5198)
園の特色・概要	海をのぞむ小高い丘の上にある自然豊かな園です。 表現活動を中心に据え『豊かな自然の中で、どの子ども生き生きとした表現力を持ち、集団の中で優しく、かしこく、しなやかに、たくましく生きる力を育てていくことを教育のねらいとしています。』
園での活動内容	【主な行事】 ファミリンピック（運動会）うきうきフェスティバル、美術館鑑賞、原爆資料館（5歳児）、平和夏の夕べ、平和集会、プレイランド磯遊び、、異年齢児交流観劇会、リトルフェア（お遊戯会）もちつき会、作品展、卒園式など
定 員	定員 95名 （0歳児）3名（1歳児）12名（2歳児）12名（3歳児）22名 （4歳児）23名（5歳児）23名
駐車場の有無	あり（無料）
送迎バスについて	あり
園庭開放について	午前10時から12時まで行います（行事、感染症等の状況による）
一時保育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・利用可能日：月～金</li> <li>・対象年齢 1～5歳児</li> <li>・利用料金： 1～2歳児 3,300円/1日</li> <li style="padding-left: 2em;">： 3～5歳児 1,800円/1日</li> <li style="padding-left: 2em;">・給食費（3～5歳児）320円/1日</li> <li style="padding-left: 2em;">・保険料140円/月 ※バス利用時 100円/1日</li> <li>・持参するもの：水筒、着替え、オムツなど</li> </ul>
こども園より一言	感染症対策をしながら、プレイランド、焼きいも会、観劇会、園庭開放などをして、参加していただきました。前日までの申し込みで参加できますので、ぜひ親子で楽しんでください。
その他	給食は七分づき米に麦を入れたご飯とパンは国産小麦で特注しています。肉、魚、野菜はすべて国産のもので、ヨーグルトや調味料などはグリーンコープのものを使用。おやつは手作りや果物が主ですが、市販のお菓子は完全無添加のものを提供しております。 アレルギー対応は代替品を使用し、それぞれのお子様達の献立表をたて、提供しております。



# 【 幼保連携型檜山認定こども園 】

住所	長崎市檜山町1946番地
電話番号	095-850-1415 (FAX 095-865-8197)
園の特色・概要	<p>昭和43年檜山保育園として認可を受け開園し、平成28年より幼保連携型認定こども園へ移行しました。</p> <p>教育・保育の目標 《たくましく かしく ところ豊かな 子ども達をめざして》</p> <p>海あり、山ありで、自然に囲まれた中での教育・保育を実践し、子ども達が安心安全で、毎日心地よく生活出来る場を保障します。その中で、園児ひとりひとりの育ちを大事にして、年令らしく育て、人間としての基礎を培い、明日を拓き生きる力又は生き抜く力を育てています。</p>
園での活動内容	<p>一日のスケジュール：朝の運動（ロールマット、手押し車等）～リズム、泥水砂遊び、散歩等（主に戸外）～昼食～お昼寝～描画、製作、集団遊び等～お集まり</p> <p>年間行事：入園、進級式・遠足・親子で遊ぼう会・芋さし・運動会・秋まつり・芋ほり、お芋パーティ・クリスマス親子レクレーション&amp;もちつき・節分・公開保育・合同リズム発表会・卒園式</p>
定員	令和5年4月～1号：15名 2・3号100名計115名
駐車場の有無	有（無料）
送迎バスについて	有（2台）（有料） 豊洋台-光風台-畝刈-三重-檜山コース 畝刈-さくらの里-三重-檜山コース
園庭開放について	基本第2、第4金曜日実施（利用日は相談に応じます） 利用料無料 8：30～11：30まで、対象年齢のクラスに入り一緒に活動し、昼食を食べて帰っていただきます。事前の申し込みが必要です。
一時保育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・利用可能日：月～金曜日</li> <li>・利用可能時間：8：30～16：30</li> <li>・利用料金：1日2,500円</li> <li>・対象年齢：0歳児～5歳児</li> <li>・まずは園の方へ電話で確認してください。</li> </ul>
保育園より一言	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的な生活習慣の励行《早寝（18：00～20：30）</li> <li>・早起き（6：00～6：30）</li> <li>・朝ごはん（味噌汁・ご飯・たんぱく質類一品）》</li> <li>・身体をたくさん動かして遊び、眠り、食べて、毎日機嫌良く過ごせる子どもに！</li> </ul>



<https://kasinomi.net/>

# 【 認定こども園 長崎小鳩幼稚園 長崎小鳩保育園 】

住所	長崎市京泊1丁目4番11号
電話番号(FAX番号)	095-850-1555 (095-850-1301)
e-mail	nkobato@bronze.ocn.ne.jp
園の特色・概要	未来にはばたく子どもたちに、自由・自立の精神の元、たくましく、豊かに生きていく力、人間としての尊さを知る心を養い、幼児期に必要な学力の基礎を育成することを教育理念とする
園での活動内容	音体教育・絵画教育・音楽教育・下駄マラソン・ヨコミネ式学習・茶道教育・平和教育等
定員	125名
駐車場の有無	有
送迎バスについて	有
園庭開放について	有
一時保育	無
保育園より一言	いつでもお気軽にお問合せください。
その他	課外教室実施（3歳～小6年生対象）実施 ＊サッカー教室 ＊絵画教室 ＊音楽教室 ＊コスモスポーツクラブ 放課後児童クラブ（小1年～6年生対象）実施



ホームページ

<https://www.nagasaki kobato.com/>

## 【よつば保育園】

住所	長崎市畝刈町1613番地278
電話番号	095-894-4280 (Fax : 095-894-4281)
園の特色・概要	<p>2017年12月開園。</p> <p>3階建ての園舎は木材を多く使い、温もりを感じる事ができます。共有スペースには、小さな図書館や、ボルダリング、屋上広場には三輪車、二輪車で遊べるスペースもあります。</p> <p>園庭は大型遊具、ゆりかご、雲梯、築山、砂場など成長に合わせて遊べるようになっているほか、天然の芝を一面に貼っていますので、裸足でも安心して遊べます。</p> <p>また感染症対策として次亜塩素酸水を精製する装置を有し、噴霧する事でお子さまを感染症から守っています。</p>
園での活動内容	<p>英語教室：週1回、0歳児から英語に触れます。</p> <p>体操教室：月1回、3歳児から運動能力を養います。</p> <p>和太鼓：月1回、5歳児が全員で力を合わせて演奏します。</p> <p>その他：スイミング：月1回、4歳児、5歳児</p>
定員	<p>定員110名</p> <p>0歳児～3歳児：各18名、4歳児、5歳児：各19名</p>
駐車場の有無	有（無料）
送迎バスについて	なし
園庭開放について	あり(月1回、詳細はホームページに掲載)
一時保育	なし
保育園より一言	<p>よつば保育園の理念</p> <p>「私たちよつば保育園は 子供たちをいつも見守る太陽のような存在であり続けます」</p> <p>私たちは、未来を担う子供たちを保護者の皆様と同じように見守り、すくすく育っていく手助けを笑顔で行います。</p> <p>楽しい保育園であると思える保育を行い、安心・安全な環境を用意し、お子さまの成長が望める保育園を目指しています。</p>
その他	<p>お子さまの登降園はシステム化されており、ICカードで時間の管理、WEBシステムから欠席の連絡などが出来るようになっていきます。</p> <p>園からのお知らせ、緊急連絡はアプリから配信します。</p>



<https://kouranosato.com/workplace/yotsuba>

# 【 三重保育園 】

住所	長崎市三重町127番地
電話番号	095-850-1060 (FAX 095-801-5375)
園の特色・概要	昭和42年設立の社福運営認可保育所。高度経済成長期、地域の求めに呼応し託児施設からスタート。母体は浄土真宗本願寺派龍光寺。乳幼児期の発達過程において、「知(かしこく)・情(やさしく)・体(たくましく)」のバランスがとれた教育・保育をめざし実践する。
園での活動内容	礼拝・毎日の読み聞かせや季節ごとの歌・食育活動等(知・情)、運動 ローテーション・冬季マラソン(体)はなまつり・降誕会・お泊り保 育・お盆(夏祭り)・運動会・成道会・おゆうぎ会・野菜栽培収穫・芋 ほり・焼き芋会・クッキング 進級式・卒業式・交通安全教室・体育教室・英語を楽しむ会
定員	60名
駐車場の有無	有り
送迎バスについて	有り (三重地区内巡行、三重～さくらの里～京泊～畝刈～豊洋台～鳴見台)
園庭開放について	毎月1回(給食試食会もあります) お問い合わせください。
一時保育	○一時保育利用申込書をご提出いただきます。(ご対応できない日もござ いますので、必ず事前にお問い合わせ下さい。) (給食・おやつ有) 0才児3,000円(500円/1H)、1～2才児 2,200円(500円/1H)、3～5才児1,500円(300円/1H)  ○持参品・・・通園用バッグ(内容品:肌着を含む着替え上下2組)、 おしぼりケース(乾いたものをケースに入れて)、水筒もしくはミルク、 午睡用のバスタオル2枚
保育園より一言	春夏秋冬、自然に囲まれた中で、子どもたちは笑顔いっぱいにご 過しています。少しずつ園児数も減少してきましたが、反面、私たちの保育理 念である【「わたし」と「みんな」を大切に・・・】を、より、日々実践 することができる環境であると感じています。一人一人の子どもたちの 成長をきめ細やかに配慮できる保育園です。新しいお友だち、お待ちし ています(*^▽^*)/
その他	むつみ学童クラブ(放課後児童健全育成事業)を併設しています。 〈三重小・畝刈小・鳴見台小〉※畝小・鳴小はバス送迎 てとて(長崎市子育て支援センター事業6日型・三重地区)を併設して います。0～2才の親子を中心に賑わっています。 ※月～土、10時～16時、無料



# 【 キッズハーバー保育園 】

住所	長崎市京泊2丁目8-12									
電話番号	095-801-2605									
園の特色・概要	<p>2019年4月1日、企業主導型保育園としてスタートした当園は、全ての家庭の子育てと就労を支えながら、子どもたちの主体性を尊重し、健康な心と体づくりを基本方針としてスタートしました。</p> <p>【健康で、感性豊かな子】【思いやりがあり、自分を素直に表現できる子】を目標に、日々の保育にあたっています。</p>									
園での活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・当園の開所時間は7：00～19：00</li> <li>・当園では年に4回ファミリーデーというイベントがあります。</li> </ul> <p>子どもと一緒に遊んだり歌ったりしながら、親子で参加する行事です。園での子どもの様子をご覧いただきながら、子育て真っ只中の保護者の方々が、情報交換を行ったり親睦を深めるきっかけにもなっています。</p> <p>また、9月はミニ運動会、12月は発表会を開催しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2歳児クラス、3歳児クラスは、毎週3回外国人講師と散歩に出掛けたりゲームをしたり、英会話を教えていただいで楽しく過ごしています。</li> </ul>									
定員	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定員 29名</li> <li>・保育を必要とする事由がある0歳から3歳児までが対象です。</li> <li>・就職活動中でも、お子さまを預けることができます。</li> <li>・利用対象者は、企業枠と地域の一般児童枠(地域枠)の二種類があります。</li> <li>・母子家庭・生活保護世帯・市民税非課税世帯は保育料が無償となります。詳しくは当園までお問い合わせ下さい。</li> </ul>									
保育料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・当園の保育料は、所得に関係なく一律です。</li> </ul> <table border="0"> <tr> <td>*7:00～18:00 (11時間利用)</td> <td>・企業枠：18,000円</td> <td>・地域枠：20,000円</td> </tr> <tr> <td>*7:30～18:30 (11時間利用)</td> <td>・企業枠：18,000円</td> <td>・地域枠：20,000円</td> </tr> <tr> <td>*7:00～19:00 (12時間利用)</td> <td>・企業枠：19,000円</td> <td>・地域枠：21,000円</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・兄弟姉妹で在籍の場合は、第2子以降に割引があります。</li> </ul>	*7:00～18:00 (11時間利用)	・企業枠：18,000円	・地域枠：20,000円	*7:30～18:30 (11時間利用)	・企業枠：18,000円	・地域枠：20,000円	*7:00～19:00 (12時間利用)	・企業枠：19,000円	・地域枠：21,000円
*7:00～18:00 (11時間利用)	・企業枠：18,000円	・地域枠：20,000円								
*7:30～18:30 (11時間利用)	・企業枠：18,000円	・地域枠：20,000円								
*7:00～19:00 (12時間利用)	・企業枠：19,000円	・地域枠：21,000円								
駐車場の有無	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育園敷地内にあります。</li> </ul>									
給食・おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・当園の給食及びおやつは、施設内の調理室で行っています。</li> </ul> <p>食べる事を楽しみながら、様々な食材や食品に触れたり、食への興味・関心が育つような環境作りに努めています。野菜を育てたり、収穫したり、おやつ作り等の食育も行っています。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アレルギーをお持ちのお子さまに対しては、安全に食事ができるよう国が策定する「アレルギー対応ガイドライン」に基づいて適切な対応に努めています。</li> </ul>									
その他	詳しくは、当園ホームページをご覧ください。									



ホームページURL  
[info@kids-harbor.jp](mailto:info@kids-harbor.jp)

# 【 琴海保育園 】

住所	長崎市琴海村松町109-4
電話番号	095-884-2166 (FAX 095-884-3754)
園の特色・概要	昭和44年10月1日開園 保育有針  保育室いっぱい広がる陽ざし、ぬくもりの中ですくすくと育つことを願いすべての子どもを人として生きる力の基礎をしっかりと身に付け、素直でたくましい子どもに育てたい。
園での活動内容	午前・・・年別主活動 お天気に応じてお散歩 お昼寝後自由遊び毎月・・・お誕生会・避難訓練・身体測定・交通教室  年2回・・・健康診断(内科・歯科) 遠足・交通教室 「食育」お野菜作り・クッキー作り・ピザづくり 「季節の行事」入園式・人形劇観劇・プール遊び・七夕様・お芋ほり ・運動会・お遊戯会・鬼火たき・豆まき・ひな祭り・卒園式・お別れ会 ・年一回保護者同伴遠足
定員	60名
駐車場の有無	有
送迎バスについて	なし
園庭開放について	あり 10:00~11:00 事前に連絡必要
一時保育	なし
保育園より一言	家庭的な雰囲気の中で、安心のる保育を心がけています。



<https://kinkai.kinkaihoikuen.jp/>

## 【 にしうみ保育園 】

住所	長崎市西海町1981-1
電話番号	095-884-1418 ( FAX 095-884-3759 )
園の特色・概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・レトロ(廃墟)のような外観(46年目)</li> <li>・園庭と駐車場が広い</li> <li>・初めて来園の方は道に迷う</li> <li>・叱るときはしっかり叱る(行動や言葉でお友だちを傷つけたときなど…)</li> <li>・園児が少ない(いい意味で)</li> </ul>
園での活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・午前中はほとんど外遊び</li> <li>・生活リズムや社会性を育む</li> <li>・季節の行事</li> </ul>
定員	50名【令和4年度から】 0歳…5人 1歳…9人 2歳…9人 3歳…9人 4歳…9人 5歳…9人
駐車場の有無	有
送迎バスについて	無し
園庭開放について	午前10時～11時まで ※事前に連絡
一時保育	無し
保育園より一言	<ul style="list-style-type: none"> <li>・園舎も古く特にアピールできるポイントもない昔ながらの保育園。</li> <li>・地元の方でも「え？あそこに保育園あるの？」と言われてしまう。</li> <li>・副園長が園だよりを書いている。</li> </ul> <p>園だよりが気になるかたは『にしうみ保育園』のHPへ( 'ω' )</p> <p style="text-align: center;"><a href="https://nishiumi.kinkaihoikuen.jp/">https://nishiumi.kinkaihoikuen.jp/</a></p>



ホームページ

<https://nishiumi.kinkaihoikuen.jp/>

# 【 中央こども園 】

住所	長崎市琴海戸根町2573-1
電話番号	095-884-1427 (FAX 095-884-0878)
E-mail	chuo-angels@almond.ocn.ne.jp
園の特色・概要	<p>広々とした芝生の園庭や川が流れている森のなかには、子ども達がワクワク・ドキドキするような大きな石のトンネルやたくさんの実がなる木があります。</p> <p>この広い環境の中に、身体をたくさん使って遊ぶ、魅力的な遊具が設置されています。また、こども園自慢の畑では、季節の野菜をたくさん育て、日々の生長をしっかりと観察し、収穫を行っています。育てた野菜は、自分たちで調理したり、給食の先生に調理してもらっています。</p> <p>それから、ヒップホップダンスや英語教室・音楽などみんなで一緒に頑張る経験もしています。</p>
園での活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 夏祭り ・ 運動会 ・ お遊戯会</li> <li>・ 運動遊び ・ 自然の中での活動 ・ 季節の野菜栽培 ・ 音楽活動</li> <li>・ ヒップホップダンス ・ 英語教室など</li> </ul>
定員	定員 195名 1号認定児 45名 / 2・3号認定児 150名
駐車場の有無	有(無料)
送迎バスについて	有(琴海・畝刈方面・日並・西彼町まで)
園庭開放について	毎週火・水・木曜日 10時~15時まで ※要予約
一時保育	要相談
こども園より一言	<p>5つの保育ポリシー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 心身のバランスのとれた成長を</li> <li>・ 個性を尊重し、それに応じた保育を</li> <li>・ 子どもたちにとってよりよい環境を</li> <li>・ 豊かでより有意義で多様な経験を</li> <li>・ ポジティブでハイレベルな人間の育成</li> </ul> <p>を柱に、子どものことを第一に考え毎日ワクワク・ドキドキできるように工夫しています。</p>



ホームページ

<https://chuo-kodomoen.jp>

# 【 形上保育園 】

住所	長崎市琴海形上町2099	
電話番号	095-885-2615 (FAX095-885-2665)	
園の特色・概要	<p>昭和37年8月 創立</p> <p>自然に囲まれた中に保育園があります。園庭には実のなる木やハウスがあり、採れたもので「クッキング」などの自然活動や、充実した「コーナー保育」「制作活動」ができる室内活動で子ども集団の中から学び取る「コミュニケーション能力」や「探求心」「想像力」が養えるような保育を心掛けた「生きる力」を育む保育を行っています。</p>	
園での活動内容	<p>1日のスケジュール</p> <p>7:15~ 随時登園・自由あそび</p> <p>10:00 保育活動</p> <p>11:00 未満児給食</p> <p>11:45 以上児給食</p> <p>12:00~ 午睡</p> <p>15:00 おやつ</p> <p>16:00~ 随時降園</p> <p>18:15~ 延長保育</p>	<p>イベント</p> <p>4月 歓迎遠足</p> <p>7月 プール・夏祭り</p> <p>10月 運動会</p> <p>12月 生活発表会</p> <p>3月 卒園式</p>
定員	50名	
駐車場の有無	あり	
送迎バスについて	朝夕 運行 (月初め徴収)	
園庭開放について	毎日 10:00~12:00	
一時保育	<p>利用希望の際は電話で申し込み後、面接 (バスの利用不可)</p> <p>利用時間 8:00~17:00</p> <p>利用曜日 月曜~土曜</p> <p>代金 (食事・おやつ含む)</p> <p>3歳未満児 (4時間未満) 1500円 (4時間以上) 2000円</p> <p>3歳以上児 (4時間未満) 1000円 (4時間以上) 1500円</p> <p>持参するもの 着替え、スプーンセット、水筒など</p>	
保育園より一言	<p>幼少期はたくさんの人との関わり中で社会性や協調性を養うことが最も大切です。まずは、保護者、保育士が手を取り合い児童の情緒の安定を図りましょう。情緒が安定した後に、たくさんの環境に関わって集中力、探求心、豊かな心を育む教育を行っていきましょう。</p>	



<https://www.katagami-hoikuen.com/>



KATAGAMI\_HOIKUEN

# 【 尾戸保育園 】

住 所	長崎市琴海尾戸町1735												
電話番号	095-885-2642 (FAX:095-885-2646)												
園の特色・概要	<p>〈保育理念〉 子ども一人一人を大切に、保護者からも信頼され、地域に愛される保育園を目指す</p> <p>〈保育方針〉 強くかしく、心豊かな子どもを育成する</p> <p>〈保育目標〉 良く勉強し、良く遊ぼう。自分のことは自分でしよう 教室はきれいにしよう、ともだちに迷惑をかけないようにしよう</p>												
園での活動内容	<table border="0"> <tr> <td>4月 親子遠足</td> <td>10月運動会・遠足・いもほり</td> </tr> <tr> <td>5月 小学校運動会に参加</td> <td>11月マラソン大会</td> </tr> <tr> <td>6月 ファミリークッキング</td> <td>12月 クリスマス発表会</td> </tr> <tr> <td>7月 夕涼み会・年長児遠足</td> <td>1月 お正月あそび大会</td> </tr> <tr> <td>8月 プール発表会</td> <td>2月 保育参観</td> </tr> <tr> <td>9月 敬老会へ参加</td> <td>3月 卒園式・クッキング</td> </tr> </table>	4月 親子遠足	10月運動会・遠足・いもほり	5月 小学校運動会に参加	11月マラソン大会	6月 ファミリークッキング	12月 クリスマス発表会	7月 夕涼み会・年長児遠足	1月 お正月あそび大会	8月 プール発表会	2月 保育参観	9月 敬老会へ参加	3月 卒園式・クッキング
4月 親子遠足	10月運動会・遠足・いもほり												
5月 小学校運動会に参加	11月マラソン大会												
6月 ファミリークッキング	12月 クリスマス発表会												
7月 夕涼み会・年長児遠足	1月 お正月あそび大会												
8月 プール発表会	2月 保育参観												
9月 敬老会へ参加	3月 卒園式・クッキング												
定員	定員60名 0歳児—10人 1～2歳児—20人 3歳児—10人 4～5歳児—20人												
駐車場の有無	有(無料)												
送迎バスについて	有												
園庭開放について	月～金 9:30～10:30 (お電話をされてお越しください)												
一時保育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・利用可能日(月～金)</li> <li>・利用時間(8:00～17:00)</li> <li>・利用料金(利用時間によって異なる)</li> <li>・詳細は園にお尋ねください。</li> </ul>												
保育園より一言	大自然の中で、のびのびと保育を行っています。 園の見学等、遠慮せずに連絡されてお越しくださいね。												



ホームページ

<https://www.odo-hoikuen.com/>

## 【 黒崎聖母保育園 】

住 所	長崎市上黒崎町48-1
電話番号	0959-25-0050 (FAX:0959-25-0082)
園の特色・概要	開所時間：月曜～土曜日 7時～19時 特別保育事業 子育て支援・世代間交流・延長保育・障害児保育・一時保育（自主事業）
園での活動内容	子どもたちの心身育成のための取り組みとして 和太鼓・月2回の体操教室等
定員	30名
駐車場の有無	有（無料）
園庭開放について	毎週 月・火・水曜日 10時～15時 毎週 木 9時30分～11時
一時保育	利用回数は月12日まで、定員は3名まで 利用料金： 1日 0歳児2,500円 1・2歳児2,000円 3・4・5・6歳児1,500円 *詳しくは電話での質問・ホームページをご覧ください。
保育園より一言	本園は《心も体も元気な子ども》《思いやりのあるやさしい子ども》 《自立できる子ども》を保育目標にカトリックの愛の心で保育を必要とする乳幼児の保育を行っています。



ホームページ

<https://www.kurosaki-seibo.com/>

## 【 出津愛児園 】

住所	〒851-2322 長崎市西出津町2151
電話番号	0959-25-0067 ( FAX 0959-25-0420)
園の特色・概要	明治18年 フランスのマルコ・マリ・ド・ロ神父様により開設された歴史ある保育所です。お告げのマリア修道会を母体とし、緑豊かな自然の中にあります。 「心も体も元気な子ども」「思いやりのあるやさしい子ども」「自立できる子ども」を保育の目標に、天気の良い日は園庭で思いっきり体を動かし、時には静かに絵本を読んだりカード遊びをしたりなど、家庭的な温かな雰囲気の中でのびのび過ごしています。
園での活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お天気のいい日は思いっきりお外で遊びます。また室内では折り紙、製作、ごっこ遊び、積み木遊びなど楽しさ満載です。</li> <li>・4・5歳児・・・和太鼓指導</li> <li>・3・4・5歳児・・・外部講師による体育教室（月1回）</li> <li>・年間の行事（春）・・・聖母祭、親子遠足 （夏）・・・プール遊び、夏まつり （秋）・・・運動会、秋の遠足 （冬）・・・クリスマスお遊戯会</li> <li>・週に1度絵本の貸し出しを行っています。子ども達は絵本が大好き。 ※園の畑で夏野菜やさつまいも、玉ねぎなどを育て、収穫を楽しみ、感謝しておいしくいただきます。</li> </ul>
定員	定員 20名
駐車場の有無	無料駐車場あり
送迎バス	なし
園庭開放	毎週木・金・土曜日 10:00~15:00
一時保育	利用可能日（月～土） 利用時間 8:00~17:00 利用料金 0歳児1,700円（850円）1、2歳児 1,500円（750円） 3歳児 1,200円（600円） 4、5歳児 1,000円（500円） ※（ ）は半日 給食利用の場合は3,4,5歳児 250円 0,1,2歳児300円いただきます。
保育園より一言	緑いっぱいの園庭で思いっきり遊びましょう。元気な子ども達と優しい先生が待っています。 ぜひ遊びに来てください、お待ちしております。
その他	一時保育をご希望の際は、事前にお電話ください。



ホームページ

出津愛児園ホームページ  
<https://www.shituaijien.net>



# **6 助産院・産後ケア施設**

**プロジェクト・ママさくらの里助産院  
産後ケアの「コーラル」**

産後のママを  
支援します



# 長崎市産後ケア事業



産後ゆっくり休みたい 育児のことを相談したい  
母乳の相談をしたい 乳房ケアを受けたい . . .

産後ケアを希望されるかたはどなたでも利用できます♪

産後ケアの内容とは？

- 産婦さんの心身の健康管理や生活面への相談
- 赤ちゃんの発育・発達、健康状態のチェック、相談
- 乳房ケアや沐浴・授乳方法などの指導、育児相談

## サービスの種類

## 利用方法

	対象者	回数
<b>宿泊</b> (ショートステイ)	出産後6か月未満 (6か月になる前日まで)	7日以内 (回数を分けて 利用可)
<b>日帰り</b> (デイケア)	出産後1年以内 (1年になる日まで)	日帰りと訪問 を合わせて 6回まで
<b>訪問</b> (アウトリーチ)		

- ①利用希望施設に連絡し日程調整  
(※ホームページに利用できる施設一覧があります)
- ②日程が決まったら長崎市へ申請  
(利用日の前日まで)
- ③産後ケアの利用  
・必要物品、食費などは利用施設にお尋ねください。  
・母子健康手帳を持参してください。
- ④料金の支払い  
利用施設へ直接お支払いください。

利用料金や利用できる施設など詳しくは、  
ホームページ「[イーカオ 産後ケア事業](#)」をチェック♪

ご紹介している、『プロジェクト・ママさくらの里助産院』  
『産後ケアの「コーラル」』さんでは、  
長崎市産後ケア事業(日帰りや訪問等)で利用できます!



## プロジェクト・ママ さくらの里助産院

長崎の中心から北西、港町が見える丘にある助産院です。

妊婦さん・産む人とその家族・お母さんと赤ちゃん、そして助産師が集う場所です。

その人たちが、ゆっくり落ち着ける助産院でありたいと思います。

- ①妊婦健診(自宅訪問もできます。)
- ②自然分娩(自宅出産もできます。)
- ③産褥入院
- ④母乳育児サポート・母乳ケア・沐浴
- ⑤育児ネットグループ支援活動
- ⑥マタニティクラス・思春期教育

お尋ねの際は、まずお電話を下さい。



〒851-2207

長崎市さくらの里1丁目19-50

野間田 真紀子・スタッフ一同

095-850-0775

プロジェクト・ママさくらの里助産院 院内 助産師とつながる場所

## 「まあるい命」

- ・女性がいつでも相談できる場所です。
- ・妊娠前、妊娠中、出産後、産後すぐ、授乳中  
子育て中いつでも助産師とつながります。
- ・電話相談と会ってお話できるシステムです。

095-850-0775

- おっぱいが張って熱や痛みがある！赤ちゃんの体重の増えが心配。
- もく浴やオムツ替えなどわからないことが多く、ひとりで過ごすのが不安…
- 赤ちゃんに泣かれるのがつらい！誰かと話したり、ゆっくりすごしたい！

御出産おめでとうございます。育児生活、楽しんでますか？産後の疲れた身体で赤ちゃんのお世話をするのはとても大変ですよ。「産後ケアのコーラル」では、お母さんの身体を休め不安を取り除くことで、余裕を持って赤ちゃんに向き合えるように、あなたのかかりつけ助産師がお手伝いします！



CORAL CARE

おっぱい  
ケア  
相談  
カフェのんびり  
1時間

お茶を飲みながら楽しくお喋り！痛みや不安を解消しよう。

¥4,000 (税込) ① 13:00 ~ 17:00

### ☹️ おっぱいのお悩み

- ☐ おっぱいが張って、痛みや熱がある。
- ☐ 赤くなったり、しこりができて痛い。
- ☐ 乳頭に傷や白斑があつて痛い！
- ☐ 卒乳をどうしたらいいかわからない。

### ☹️ 授乳のお悩み

- ☐ 赤ちゃんの体重の増えが心配…
- ☐ 赤ちゃんが上手に吸い付いてくれない！
- ☐ 混合栄養の場合どれくらいミルクが必要なの？

こんな困った！  
ありませんか？

- 授乳に関するアドバイスや、おっぱいケアを受けることができます。
- ハーブティーと、手作りのお菓子付き。 ※出張も承ります。1時間¥4,500(交通費込)



CORAL CARE

育児  
相談  
カフェすっきり  
1時間

赤ちゃんのコト、もっと知りたい！助産師さんと育児トーク！

¥1,500 (税込) ① 13:00 ~ 17:00

### ☹️ 赤ちゃんのお世話

- ☐ 上手にあやせない。
- ☐ 泣き止まなくてイライラ！
- ☐ なかなか眠らない…なぜ？
- ☐ コレってマタニティーブルー！？

テラスでのんびり  
赤ちゃんとおしゃべり！

- 赤ちゃんとの初めてのお出かけや、ブレマママにもオススメです。
- 赤ちゃんのお世話や、あやしめた等、詳しくアドバイスいたします。
- 美味しいハーブティーや、カフェインレスのコーヒー等をご用意しています。
- お家のコトや、お医者さんに言いづらい自分の身体のコト…お話ししてスッキリしましょう！

## 現代のお母さんに寄り添う新しい助産院

お母さんを取り巻く環境は、時代とともに変化しています。頼れるおばあちゃんもまだまだお仕事が忙しく、思うように手助けができなかったりと、里帰り出産をしない方も増えています。共働きの家庭ではお母さんの負担も大きいですし、職場の理解が得られないなど…。産後の悩みは様々です、自分のコトは後まわしになりがちですが、ひとりで頑張るすぎないで！お母さんだって休みたい時もありますよね。産後ケアのコーラルは「あなたのかかりつけ助産師」として、楽しい育児生活をサポートします！

Follow Me!

イベントや教室の最新  
情報をお知らせ

facebook



Instagram





さんごさん

「産後ケア」はお母さんの心と身体を健やかにし、赤ちゃんとの暮らしをスムーズに営めるようにお手伝いをすることです。お産という大仕事を終えて、いよいよ育児生活のスタートです。自分自身をいたわり、より良い産後を過ごすことが、より良い子育てを楽しむことにつながるのです。

たっぷり  
6時間

赤ちゃんを預けてゆっくり美味しいランチを食べたり、お昼寝しよう！

¥12,000 (税込) ② 10:00 ~ 16:00



CORAL CARE

産後ケア  
ランチセット

- 実際に授乳をしながら、アドバイスやおっぱいケアを受けることができます。
- アロママッサージを受けながら育児相談をしたり、ゆっくりお昼寝ができます。
- 一緒に赤ちゃんの沐浴をしたり、抱き方や育児の方法をじっくりと相談できます。
- 産後の身体に優しい、野菜たっぷりのカフェご飯は和食と洋食が選べます。おやつにハーブティーとお菓子付き。

自家製味噌を使った  
ホッとできる和食

湯気も野菜たっぷりです！

ゆっくり  
3時間

アロママッサージや美味しいおやつでリラックスティータイムを過ごそう。

¥6,500 (税込) ② 13:00 ~ 16:00



CORAL CARE

産後ケア  
アフタヌーン  
ティーセット

- 実際に授乳をしながら、アドバイスやおっぱいケアを受けることができます。
- アロママッサージを受けながら育児相談をしたり、ゆっくりくつろげます。
- おやつにはハーブティーと、手作りのお菓子付き。

お母さんげりリラックスする  
と赤ちゃんも嬉しいよ！

さんごさんの産後が目標だよ！

お産後はリラックスタイムで  
お母さんとおっぱいケアがメインです。

コーラルピンク(サンゴ色)には、全体との調和やつながり、支えあう心のエネルギーがあるそうです。私も助産師としてお母さんと赤ちゃんを支えられる存在でありたいと思い産後ケアのコーラルを始めました。

助産師 高野 嘉代子(たかの きよこ)  
長崎大学医学部付属助産師学校を卒業後、長崎市内や近郊の産婦人科に勤務。二児の母、趣味は読書とロックとおもてなし。

## Info

すべてのメニューは事前予約が必要です。お問い合わせやご相談もお気軽にお電話ください。(駐車場 2 台有)

☎ 070-1339-3762 📍 長崎市鳴見台1-17-15

休診日：土・日・祝日 (緊急時は対応します)

電話受付時間：9:00~17:00

# 7 ファミリーサポートセンター

# ファミリー・サポート・センターながさき

【子育ての援助をしてほしいあなた】と【子育ての援助をしたいあなた】を結びます！



ファミリー・サポート・センターながさきは、子育ての援助をしてほしい人（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地域の中でおこなう地域住民参加型の組織です。

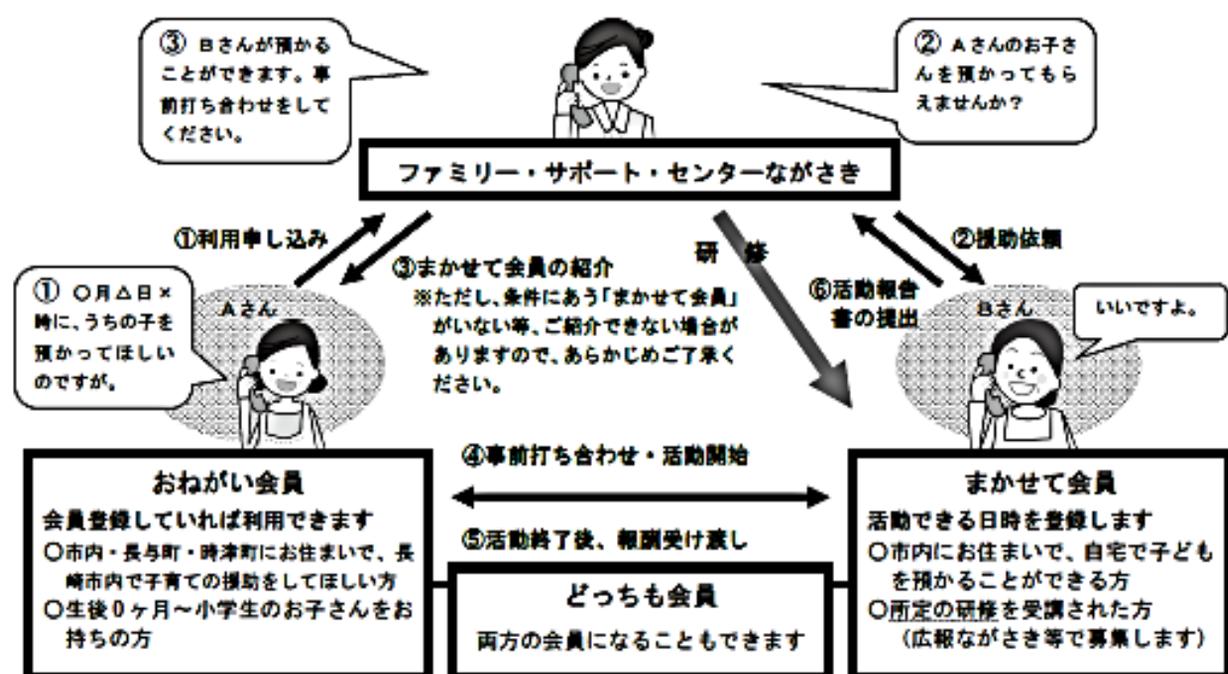
★現在こんな活動がおこなわれています。

- ・保育園へお迎えに行き、おねがい会員が迎えに来るまでまかせて会員宅での預かり
- ・上の子どもの学校・幼稚園・保育園行事のときの下の子どもの預かり
- ・保育園・幼稚園・習い事などの送迎
- ・おねがい会員が通院する間の子どもの預かり
- ・おねがい会員が短時間勤務、研修会や講座に参加する間の子どもの預かり
- ・おねがい会員が家事をしている間、おねがい会員宅で子どもの相手
- ・おねがい会員が体調不良のときの子どもの相手 などなど

※ただし、病児の預かりや家事援助などは出来ません。



## ★援助活動の流れ



※活動中の事故に備え、ファミリー・サポート・センター補償保険に一括して加入します。  
 ※実際の利用には、会員同士で事前の打ち合わせが必要です。余裕を持っての登録をおすすめします。  
 ※利用予定がなくても「もし何かあったときのために」登録しておくこともできます。（登録は無料です）

## ★預かりの時間と利用料金

平日時間内（7:00～19:00）	1時間700円
平日時間外（19:00～22:00）	1時間800円
土日祝日時間内（7:00～19:00）	1時間800円
土日祝日時間外（19:00～22:00）	1時間900円

※宿泊を伴う預かりはできません。  
 ※複数の子どもを同時に預ける場合、まかせて会員が1人のときは、きょうだいでの利用に限り、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の負担となります。

## ★入会方法

### ■おねがい会員

事務所にて制度や利用の仕方の説明を聞いていただき、理解していただいたうえでの登録になります。随時受け付けていますので、電話、FAX、E-mailで事前にご連絡ください。※お子様とご一緒にどうぞ！

### ■まかせて会員/どっちも会員

所定の研修を受講していただいた後に登録します。研修開催時には、広報ながさき等で募集します。

〈お問い合わせ先〉 ファミリー・サポート・センターながさき

受付時間：月～金 9:00～17:00（土日祝日、年末年始はお休みです）

#### 【長崎市保育会】

〒850-0873 長崎市諏訪町9番12号  
 （市立中央保育所敷地内・裏門より入る）  
 TEL / FAX : 095-829-7714  
 E-mail : support-hoikukai@ngsl.cncm.ne.jp

お問い合わせは  
 どちらの事務所  
 でも結構です。

#### 【長崎市社会福祉協議会】

〒850-0056 長崎市恵美須町4番5号  
 （NBC3rdビル3階）  
 TEL : 095-829-6244 / FAX: 095-829-6245  
 E-mail : famisapo@nagasaki-shi-shakyou.or.jp







カラーで見たい方や携帯に保存したい方は  
QRコードを読み込んでみてください♪

【北総合事務所地域福祉課ホームページ】

## 【お問い合わせ先】

長崎市 北総合事務所地域福祉課

〒851-3102

長崎市琴海村松町703番地 14

電話番号：095-814-3400