

子育て支援施設（地域子育て支援拠点）

苫小牧市では地域子育て支援拠点事業として、子育て支援センターと子育てルーム（4か所）を開設しています。各施設では子育てに関する心配事や悩みなど電話や面談で相談できます。開設場所や時間は以下のとおりです。

※各子育てルームは、土曜日・日曜日、祝日・年末年始（12/29～1/3）はお休みです。

1. 沼ノ端おひさま保育園子育てルーム（住所:沼ノ端中央4丁目 12番 27号 ☎55-0705）

お家では手にする機会の少ない木のおもちゃや手作りのおもちゃを中心に、お子さんと楽しく遊んだりお母さんも話をしてほっとできるルーム（広場）です。年に数回イベント企画もあり、親子で遊んだり作ったりする講座や講習があります。

(1) ルーム開放

利用時間	午前 9時～11時30分	午後 13時～15時30分	
日程	子育てルーム （月～金曜日）	どろんこ広場 （月曜日・水曜日・金曜日）	おひさま広場 （火曜日・木曜日）
対象	0歳～就学前のお子さん	0歳～3歳までの 歩行ができるお子さん	0歳～1歳までの 歩行前のお子さん

(2) 育児相談

▶相談日時：月～金曜日、9時～17時

(3) 子育て講座

足育講座・音楽あそび・離乳食作り小麦粉粘土
ミニ運動会・ミニクリスマス会・お正月あそびなど

▶日時：不定期開催（詳細は「広報とまこまい」をご覧ください）



2. あけの保育園子育てルーム（住所:明野新町5丁目 13番 30号 ☎57-3576）

あけの保育園子育てルームでは、講師の方を招いた講座のほか、園との交流など楽しい行事も取り入れています。屋根のある遊び場として、また園庭開放など子育てのヒントがいっぱいです。親子で遊びに来ませんか？妊婦さんも歓迎です！

(1) ルーム開放

利用時間	午前 9時30分～12時	午後 13時30分～16時
	子育てルーム（月～金曜日）	赤ちゃん広場（月曜日・金曜日）
対象	妊婦さん・0歳～就学前のお子さん	0歳から歩行前のお子さん

(2) 育児相談

▶相談日時：月～金曜日、9時～17時

(3) 子育て講座

ヨガ講座・子育て講座・食育講座・睡眠講座・手形アート
英語講座・保健師講座・ミニクリスマスコンサートなど

▶日時：不定期開催（詳細は「広報とまこまい」をご覧ください）



3. 錦岡保育園子育てルーム (住所:宮前町2丁目 28番 15号 ☎68-6655)

錦岡保育園子育てルームでは、いろいろな講座の他にも、季節に合わせた制作なども楽しめますので、ぜひあそびにきてください。

(1) ルーム開放

利用時間	午前 9時～12時	午後 13時30分～15時30分		
日程	子育てルーム(月～金曜日)	月曜日・水曜日・金曜日	火曜日	木曜日
対象	0歳～就学前のお子さん	0歳～1歳半までのお子さん	0歳～就学前までのお子さん	0歳～3歳までのお子さん

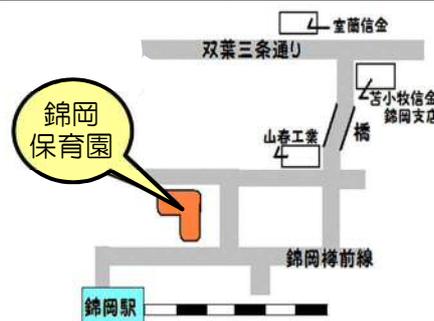
(2) 育児相談

▶相談日時：月～金曜日、9時～17時

(3) 子育て講座

ヨガ講座・バルーンアート・保健師講座・ミニクリスマス会など

▶日時：不定期開催(詳細は「広報とまこまい」をご覧ください)



4. みその保育園子育てルーム (住所:美園町4丁目 26番 10号 ☎090-1524-1813)

みその保育園は、令和4年4月に開設しました。毎月簡単な制作遊びや育児講座等の行事を行いますので、親子で遊びに来てください。

(1) ルーム開放

利用時間	10時～15時	14時～15時
日程	月～金曜日(水曜のみ貸し切り利用がある場合は10時～14時)	貸し切り利用(水曜日) ※予約制
対象	0歳～就学前のお子さん	0歳～就学前のお子さん

(2) 育児相談

▶相談日時：月～金曜日、9時～17時

(3) 子育て講座

季節の制作・園庭開放・ミニトマト植え・片栗粉遊びなど

▶日時：不定期開催(詳細は「広報とまこまい」をご覧ください。)

(4) 貸し切り利用

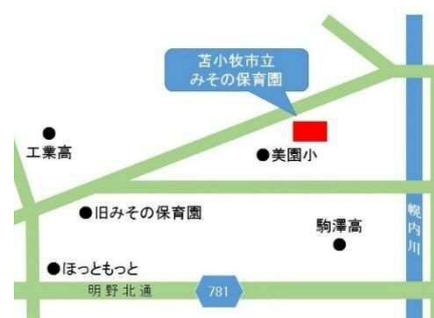
「子どもと遊びながら個別に相談したい」「たくさん人がいるところは苦手だが出かけてみたい」「兄弟姉妹が生まれ、上の子とじっくり関わる時間がない」「感染症が気になるから個別で利用したい」など、どんな理由でもOKです。お気軽にご相談ください。

▶日時：水曜日、14時～15時 ※予約制

(5) 出張相談

例えば…「車がない」「出産したばかり・・・」「電話ではなく、話を聞きたいが出かけるのは難しい」など外出が難しい方、自宅に伺いお話をお聞きます。お気軽に電話にて連絡をしてください。

▶相談日時：月～金曜日、9時30分～17時 (☎090-1524-1813)



5. とまこまい子育て支援センター (住所:本幸町1丁目2番21号 ☎33-4751)

広いプレイルームで親子でゆっくり遊んだり、お父さんお母さん同士でおしゃべりしたりなど交流の場としてご利用ください。 ※日曜日、祝日・年末年始(12/29~1/3)はお休みです。

(1) プレイルーム開放

利用時間	9時30分~16時
日程	月~土曜日
対象	0歳から就学前のお子さん

※上記以外の時間は入室できませんので、ご注意ください

開放についての
詳細はこちら👉



(2) 育児相談

▶相談日時：月~土曜日、9時~17時

(3) 子育て講座

親子クッキング・親子ふれあい遊び・青空広場・育児講座
離乳食講習会・食育講座など

▶日時：不定期開催(詳細は「広報とまこまい」をご覧ください)

(4) 貸し切り利用

「のんき こんき げんき」を年4回発行します。(4月、7月、10月、1月)身近な子育て情報を発信していきます。

(5) 子育てサークル(ルームの貸出)

登録サークルに専用室を無料で貸し出ししています。利用希望日の3日前までに予約してください。

▶※ルーム貸し出し：月~土曜日、9時30分~16時

(6) 子ども・子育て相談ナビの開設(利用者支援員による相談)

子育て中の方を応援するために、利用者支援員がそれぞれの家庭のニーズに応じた保育サービスの情報を提供します。保育所等の入所申込みや利用を考えている施設に関する事など、利用者支援員にご相談ください。

▶相談日時：月~金曜日、9時~16時 (☎33-4751 または 電話32-6224)

※利用者支援員が不在の場合があります。事前にお電話でご確認ください。



子育て支援センター 登録サークル一覧

No.	サークル名	主な活動場所	活動内容など
①	baby room	子育て支援センター	対象 -2か月～1歳半。親子でリトミックや手遊び、歌・パネルシアター、子育て講座など
②	双子サークル さくらんぼ	子育て支援センター	対象 -双子や多胎児の親子・妊婦さん。親子で遊ぶ、情報交換など
③	BeBe リズム	子育て支援センター	2か月～童謡に合わせてマッサージ、読み聞かせ、手遊び、親子リズム体操など
④	キッズリズム	子育て支援センター	親子リズム・リトミックやわらべうた遊び。ふれあい遊びを通して子どもの心と体の発達を促す。
⑤	ココロヨガ	各公共施設等 子育て支援センター	連絡先 LINE ID : @268weynn https://www.cocoroyoga-homepage.com/
⑥	苫小牧西こども劇場	各公共施設等 子育て支援センター	幼児対象の遊びの会、乳幼児の親子の集まり、鑑賞例会
⑦	With Baby	子育て支援センター	2か月～歩き始める頃のお子様とママ・パパ。 親子ふれあい エクササイズ
⑧	アルバム日和	子育て支援センター	マスキングテープやシールを使ってアルバム作り Instagram @album.hiyori.tomakomai
⑨	タッチサークル べびちゃま	子育て支援センター	ベビーチャイルドマッサージ・親子あそび 開催などは facebook でお知らせします。
⑩	ラ・リーベルテ	子育て支援センター	子どもに昔話の人形劇を観てもらいたい。希望する場所へ行き上演。練習は子育て支援センターです。
⑪	Huggies baby ハギーズ ベイビー	あけの保育園 子育てルーム	対象 -3か月(首すわり)～1歳半くらいの親子。親子で英語の手遊び、歌、リズム遊び、絵本読み聞かせなど
⑫	Huggies Toddler ハギーズ トドラー	子育て支援センター	対象 -1歳半(歩ける)～3歳くらいの親子。親子で英語の手遊び、歌、リズム遊び、アクティビティなど
⑬	Huggies Pre-kinder ハギーズ プリキンダー	子育て支援センター	対象 -年少さんくらいの親子。親子で英語の手遊び、歌、リズム遊び、アクティビティ、ゲームなど
⑭	子育て&アロマサークル Arise (アライズ)	各公共施設等 子育て支援センター	親子交流・アロマクラフト・ベビーマッサージ など
⑮	olu olu house	子育て支援センター	子育て中のママを「しんどい」から救うサロン。筋肉をほぐして整えて、鍛える 3step で健康でなりたい体に近づけるボディメイクレッスンです
⑯	HAPPY BOX (アルバムカフェ)	子育て支援センター	アルバム作りや写真撮影、手形足形アート
⑰	わくわく リズム	沼ノ端交流センター	マッサージ、親子リズム、手遊びなど
⑱	なりママ presents!!	子育て支援センター なかたひろば	苫小牧市内で子育てをしている方を中心としたいろいろな世代の方との交流 遊び、学び、出会いの場・イベントやワークショップ開催

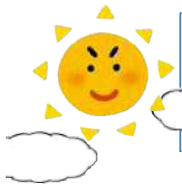
※登録順に掲載しています

令和5年4月1日現在のものです。

各サークルのポスター掲示や詳細は子育て支援センターにあります。

サークルの詳細はこども育成課でも配付しております。





児童センターのごあんない



☺ 利用時間 ☺ 乳幼児の利用可能曜日・時間

- ・親子のふれあい・遊びを楽しんだり子ども同士の遊びの場、親同士の交流の場として利用できます
- ・子育て相談の窓口にもなっています
- ・利用対象：保護者同伴の乳幼児

沼ノ端	9時～14時	月～金	学校が長期休業中は利用できません
住吉	9時～12時		
日新			
錦岡	9時～17時	月～土	学校が長期休業中も利用できます
あさひ			
大成			
北栄			

おやくそく

- ゆずりあたり 順番を守ったりして 楽しくあそびましょう
- お子さんから目を離さないでね



児童センターに遊びに来てね!

- 週1回の設定遊び (わくわくタイム等) には
- ・絵本の読み聞かせ
 - ・ゲーム
 - ・工作などを行っています



とまベビータ임

♪ 児童センターで行う親子の交流会です ♪

1歳未満のお子さんと保護者が気軽に集まって、簡単な遊びや親子の交流をしてみませんか?



時 間：10：00～11：00
 内 容：手遊び
 絵本の読み聞かせ など
 対 象：1歳未満のお子さんと保護者
 持ち物：バスタオル

日程表はこちら♪
 年10回程度実施予定です



- ◆利用日、利用時間、内容などは児童センターにより異なりますので、利用するセンターのお便りやHPをご覧ください。直接電話でも構いません。
- ◆近隣小学校の振替休日は、乳幼児の利用が休みになる場合がありますので、各児童センターに確認して下さい。

あさひ児童センター
 TEL：35-6393
 住所：旭町2-3-24



北栄児童センター
 TEL：82-7069
 住所：北栄町3-3-3



住吉児童センター
 TEL：36-1448
 住所：住吉町2-5-17



大成児童センター
 TEL：75-1841
 住所：大成町1-11-21



沼ノ端児童センター
 TEL：57-6601
 住所：沼ノ端中央
 4-10-34



錦岡児童センター
 TEL：82-7371
 住所：宮前町2-29-20



日新児童センター
 TEL：76-6655
 住所：日新町3-6-15



苫小牧市役所青少年課
 TEL：32-6759
 住所：旭町4-5-6



苫小牧市 子育て世代包括支援センター

子育て世代包括支援センターでは、安心して妊娠期から子育て期までを過ごせるよう、切れ目ない支援を目指して、様々なサービスを行っています。
妊娠・出産・子育てについて、不安なことや悩みがあるときには、ご相談ください。

例えば

このような時はご相談ください

妊娠期

- ・初めての妊娠で、なんとなく心配
- ・妊娠中から相談できる場所はどこ？
- ・出産の準備にどんなものが必要かな？



子育て期

- ・赤ちゃんの体重は増えているかな
- ・身近に協力者がいなくて不安
- ・子どもの成長について相談したい

子育て世代包括支援センターのサポートについて



妊娠期

母子健康手帳交付時には保健師等が全ての妊婦さんと面談し、妊婦さんの体調や不安なことがないかなどお話をさせていただきます。
継続して相談を希望される妊婦さんには、その後も電話や来所、訪問などでサポートします。

出産後

赤ちゃんが生まれたら、全てのお宅に保健師や助産師が訪問し、赤ちゃんや産婦さんのご相談に応じます。
継続して相談を希望される方には、その後もサポートします。

子育て期

離乳食の進め方や、お子さんの成長や発達についてなど、さまざまなご相談に応じます。



子育て応援プランについて



妊娠期・子育て期に、当センターの利用できるサービスなどをまとめてみました。
サービス利用のスケジュールなど、ぜひご自身の妊娠中や子育てにご活用ください。

ご相談の際に、心配や不安を解消し、今後の育児のイメージができるように、必要時保健師も一緒に考えます。



お問い合わせ

苫小牧市子育て世代包括支援センター(健康支援課) 苫小牧市役所4階
【開設時間】月～金曜日 午前8時45分～午後5時15分(祝日、年末年始は除きます)



0144-32-6411、0144-32-6410(直通)

一人で悩まずに、お気軽にご相談ください！



とま子ヨッパ



子ども・子育て相談ナビ

～利用者支援相談窓口～

こんな時は
利用者支援員に
ご相談ください!

幼稚園の情報を
知りたい

一時的に子どもを
預けたい

親子で一緒に遊べる
場所を知りたい

保育園の入所について
いろいろ聞きたい

【利用者支援事業（特定型）】

《利用者支援員》とは、子育て中の方を応援するため、それぞれの家庭のニーズに応じた教育・保育サービス等について情報提供したり助言したり、各施設の利用・手続き方法をお知らせする《保育コンシェルジュ》です。

入所を希望

- 認可保育所
- 認定こども園
- 小規模保育施設
- 幼稚園
- 認可外保育施設
- 企業主導型保育施設

子どもと一緒に遊ぶ

- 子育て支援センター
子育てルーム
- 子育てサークル
- 児童センター

子どもの相談等

- 保健・医療・福祉などの関係機関
(役所・児童相談所)

一時的に子どもを預けたい

- ファミリー・サポート・センター
- 一時預かり

苫小牧市内の
教育・保育サービス
等をご案内します!

連携

子育て包括支援センター
《担当：保健師》

子ども・子育て相談ナビ
《担当：利用者支援員》

窓口に各施設のお便り、パンフレット等を置いてますので
ご自由にお取りください♪

相談 窓口

場所 市役所1階こども育成課
(18番窓口 ピンクゾーン)

時間 9:00~17:00
(月~金)

電話 0144-32-6224
(直通)

場所 子育て支援センター
(教育・福祉センター 2階)

時間 9:00~16:00
(月~金)

電話 0144-33-4751
(直通)

オンライン相談

もやっています!!

詳細は
こちら



- 土曜日、日・祝日、年末年始(12/29~1/3)はお休みです。
- 不在の場合があります。お電話にてご確認の上お越しください。

苫小牧市こども相談センター（令和3年1月1日開設）

苫小牧市健康こども部こども相談課と北海道室蘭児童相談所苫小牧分室が入る施設です。

苫小牧市こども相談センターを、地域における児童相談の拠点とし、児童虐待の防止をはじめとした様々な取り組みを関係機関や地域の皆様と連携しながら取り組むことで、児童虐待のないまちを目指してまいります。

■業務内容

（1）苫小牧市健康こども部こども相談課

子育てに係る相談全般、児童虐待通告及び相談の受付

開庁時間：平日8：45～17：15

電話：0144-32-6369 F A X：0144-34-4777

（2）北海道室蘭児童相談所苫小牧分室

18歳未満の子どもの相談や児童虐待通告及び相談の受付、児童の心理等の判定業務

開庁時間：平日8：45～17：30

電話：0144-61-1882 F A X：0144-61-1892

■施設概要

施設名称：苫小牧市こども相談センター

施設住所：苫小牧市双葉町3丁目7番2号

施設管理：苫小牧市健康こども部こども相談課

開設日：令和3年1月1日



駐車場は福祉ふれあいセンターと共用です。

子育て短期支援事業（ショートステイ）について

保護者の疾病その他の理由により家庭において、子どもの養育が一時的に困難となった場合、市内の里親宅において一定期間、養育を行います。

1 対象者

①保護者が次の状態となった家庭の18歳未満の子どもです。

○疾病

○育児疲れ、慢性疾患児の看病疲れ、育児不安などの身体上又は精神の事由

○出産、看護、事故、災害、失踪など家庭養育上の事由

○冠婚葬祭、転勤、出張や学校等の公的行事への参加など社会的な事由

②経済的問題等により緊急一時的に保護を必要とするお母さんと子どもです。

2 利用期間

原則7日以内

3 利用申請

利用したい方は、事前に市へ申請書の提出が必要です。

4 利用者の費用負担

保護者の所得や子どもの年齢に応じて0円～5,350円の費用がかかります。詳細はお問い合わせください。

●問合せ 苫小牧市健康こども部こども相談課 ☎0144-32-6369（直通）



こども通園センター【おおぞら園】

発達に遅れや心配がある未就学の児童に関する相談をお受けします。
必要に応じて、児童ひとりひとりの発育・発達を促すための療育指導（児童発達支援）や、親子教室（地域支援）での相談や助言を行っています。

療育指導（児童発達支援）について

(1)対象

発達に遅れや心配があり、通所契約条件を満たした就学前の児童です。

(2)療育内容

決められた指導日に保護者と一緒に通園し、個々の発達の状況に応じた内容の指導を行います。

(3)手続き

こども相談室あいすにお電話いただき、その後面談を経て、障がい福祉課（市役所1階）にて通所受給者証を発給するための手続きを行います。その後相談支援事業所の利用や、通所のための契約などが必要になります。

(4)利用料

厚生労働大臣が定める基準により算定した費用の1割負担となります。現在は3歳児（年少）から5歳児（年長）の児童の利用については、利用者負担額が無料です。

(5)職員

施設長、児童発達支援管理責任者、療育指導員、保育士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、心理士が対応しています。

親子教室（地域支援）について

(1)対象

発達に遅れや心配がある就学前の児童（おおぞら園利用契約児を除く）です。

(2)内容

決められた相談日に保護者と一緒に通園し、あそびを中心とした活動を行いながら、心配事の相談や質問に応じます。

(3)手続き

おおぞら園またはこども相談室あいすにお電話いただき、その後面談を経て、希望に応じて親子教室に通うための手続きを行います。

(4)利用料

利用料は無料です。

(5)職員

療育指導員、保育士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、心理士が対応しています。

相談支援【こども相談室あいす】

発達に遅れや心配のある主に就学前の児童に係る専門的な相談をお受けしています。児童がサービスを利用するために必要な支援利用計画を作成することを目的としています。

(1)対象

発達に遅れや心配がある就学前の児童（医療的ケアがある場合は別途ご相談ください）です。

(2)内容・手続き

事前に電話にて相談内容を伺います。サービスの利用を希望される場合は、障がい福祉課にて相談支援給付費申請を行い、面談の後に、当相談室の利用契約を行います（利用計画の作成は、通園等の利用にあたり、事前に必要なものです）。

(3)利用料

利用料は無料です。

(4)職員

管理者、相談支援専門員

※上記の他にも、サービスや相談を行っています。

※詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

〒053-0045 苫小牧市双葉町3丁目7番3号 福祉ふれあいセンター内

こども通園センターおおぞら園（☎34-5821）

こども相談室あいす（☎34-5823）



「 s t e p 」

子育て講座「step」

子育てには、楽しいこともあります、むずかしいこともあります。
上手くいくことや、失敗することの連続でしょう。
思い通りにならないことのほうが、多いかもしれません。

- ・何回言ってもなおらない
- ・全然言うことを聞いてくれない
- ・しかると子どもがキレてしまう
- ・その前に親の私がキレそう
- ・しかり方がわからない
- ・ほめるところがない e t c .



「step」では、そういった悩みに実際の子育て場面を想定し、子どものしつけをわかりやすく学ぶことができます。

「step」講座は通常講座(全4回)とダイジェスト講座(1回)があります。講座開催は広報とまこまい、市のホームページで案内しております。

～★～★～★～ step受講者の声 ～★～★～★～

stepにより実感できた『自分自身』への効果や変化を教えてください。

どなる事があまりなくなり、子育てが楽しくなってきた。
(40代母、子3歳)

子どもへの言葉のかけ方や言い方を変えたら素直に聞いてくれるようになり、日常のイライラが減り、私自身も楽になりました。たまに怒ることもありますが、後でどうすれば良かったか考えることが出来るようになりました。(30代母、子4歳、2歳)

子育ての方法を知ることができ、自分自身の自信につながった。子どもをしつけるときに講座で学んだことが思い浮かび、どのようにやった方がいいのか、一度立ち止まって考えるようになった。(30代母、子5歳、3歳、1歳)



©2011 苫小牧市

step受講後の感想

まだまだ育児中に反省することは多いのですが、少しでも親子ともども楽しく過ごせるようになってきているので、受講して良かったです。
(30代母、子4歳、0歳)

初回は自分が勉強したい事なのか、合っているのかな...と思ったのですが、言われるように回を重ねるごとに理解し、スムーズに取り入れられるようになりました。(20代母、子3歳、1歳)

今まで子育ての悩み相談したこともあったが、世間話で終わることが多く、stepは具体的に教えてくださり、また、効果もあるので良かったです。
(30代母、子4歳、2歳)



©2011 苫小牧市