

市内の医療機関・歯科医療機関



医科（住所順）

（令和 8 年 3 月 1 日現在）

	医療機関名	医院住所	電 話	科 目
1	山田整形外科	中央町一丁目 105	47-7011	整・リハ
2	村瀬医院	中央町二丁目 100	46-2012	内・小・消・循
3	石川医院	中央町六丁目 65	47-0667	皮・形成
4	加藤内科・胃腸科	中央町六丁目 91	46-8900	内・胃・循・小
5	いみずクリニック	長根町一丁目 83-3	47-0132	脳外・呼・内・外・放・リハ
6	木村皮フ科	長根町四丁目 120	47-2730	皮
7	児玉クリニック	若草町二丁目 102	48-8567	小・内・循・ア
8	大府ファミリークリニック	柵山町一丁目 3	48-6661	内・外・消・リハ
9	おおぶ糖尿病・甲状腺クリニック	柵山町一丁目 175-1 1 階	46-7400	糖尿・内分泌・内
10	大府こころのクリニック	柵山町一丁目 175-1 2 階	46-2002	心・精
11	キッズランドクリニック大府	柵山町一丁目 175-1 2 階	38-6100	小
12	終みみはなのどクリニック	柵山町三丁目 315	46-3341	耳・気管食道・ア・小・皮・歯
13	終ひふ科クリニック大府柵山	柵山町三丁目 315-1	46-1222	皮
14	終ヒルズ内科クリニック	柵山町七丁目 50	44-8188	内・循・小
15	宮田整形外科・皮フ科	江端町三丁目 76	46-7788	整・リウマチ・リハ・皮・血外
16	みどりの森クリニック	江端町五丁目 174	46-1580	小・内・ア
17	平野内科	月見町三丁目 129	46-0030	内・小・胃・循・皮
18	おおぶ眼科クリニック	月見町五丁目 215	43-0022	眼
19	なだか山クリニック	横根町名高山 5-26	46-7566	内・泌
20	てらだ内科クリニック	横根町名高山 24	57-3900	内・消・内視鏡内科
21	尾関眼科クリニック	横根町名高山 46-1	44-0007	眼
22	ひらしま整形外科リウマチ科クリニック	横根町古井戸 12-3	43-0055	整・リウマチ・リハ
23	丘の上たなか耳鼻咽喉科	横根町狐山 128-3	45-4411	耳・小耳・ア
24	よこね町内科呼吸器科クリニック	横根町平子 39-1	38-5566	呼・内・ア
25	前原整形外科リハビリテーションクリニック	北崎町五丁目 55	44-5505	外・整・リハ・皮・美容外科・循・脳外
26	久野内科医院	北崎町内田面 26	48-4061	内・胃・小
27	ゆう COCORO クリニック	共和町五丁目 69	57-0066	心・精
28	いまむらクリニック	共和町七丁目 68-3	45-5565	内・糖尿・小
29	名古屋南脳神経外科クリニック	共和町西流レ 79-2	45-0151	脳外・小脳外・麻・放・小（神経・腫瘍）
30	ひこさかクリニック	共西町一丁目 344	46-8055	泌・内・小
31	ペンギンこどもクリニック	共西町四丁目 391-2	48-7700	小・ア
32	みつばクリニック	共栄町六丁目 475	44-0008	内・小
33	はやかわ耳鼻咽喉科クリニック	東新町二丁目 140 1 階	47-1187	耳・ア・小
34	早川クリニック	東新町二丁目 140 2 階	47-0993	内・小・糖尿
35	浅見眼科手術クリニック	東新町二丁目 165	46-7700	眼
36	つかむら医院	東新町二丁目 258	48-0088	外・内・消・小
37	APT 整形外科クリニック	東新町四丁目 66-3	46-2000	整・リウマチ・リハ・内
38	共和病院	梶田町二丁目 123	46-2222	内・精・心・脳内・消・循・呼・放・リハ・歯
39	大府クリニック	一屋町四丁目 11	47-0008	内（透析）
40	ゆき皮フ科クリニック	一屋町四丁目 84	44-9100	皮・ア
41	広川レディースクリニック	一屋町四丁目 88	44-1188	産・婦
42	せんだ内科・外科クリニック	長草町田面 160-1	46-1003	内・外・肛外・消内・小・皮
43	ゆうき整形外科クリニック	長草町山口 57-2	47-1181	整・内・皮・リハ
44	めいせい志賀クリニック	明成町二丁目 280-1	45-5959	内・循・小
45	きょうわ眼科クリニック	明成町二丁目 282-1	44-2450	眼
46	もりした整形外科	明成町三丁目 55-1	46-0088	整・リハ・リウマチ
47	中村耳鼻咽喉科	半月町二丁目 1-1	48-8739	耳・ア
48	楓の丘こどもと女性のクリニック	半月町三丁目 248-1	85-5050	児童精神・心・精
49	あおぞらファミリークリニック	吉田町半ノ木 45-1	85-1510	小・小外・内・小整・リハ
50	やすい内科	桜木町二丁目 192	44-6521	内・小・循・リハ
51	診療所大府	吉川町一丁目 55	46-7770	内・消
52	いしがせ内科・外科クリニック	森岡町一丁目 188	44-6711	内・消内・外・肛外・乳外
53	産院いしがせの森	森岡町一丁目 193	44-4131	産・婦
54	河野小児科内科	森岡町二丁目 398	48-7787	小・漢方・ア
55	まつい整形外科せはね・関節クリニック	森岡町五丁目 5	57-7171	整・リハ
56	おくむら内科眼科クリニック	森岡町五丁目 11	48-0123	内・循・糖尿・小・眼・小眼
57	いきいき在宅クリニック	森岡町六丁目 77-1	85-9879	呼・疼痛緩和内科
58	あいち小児保健医療総合センター	森岡町七丁目 426	43-0500	総合診療・ア・腎・感染免疫・内分泌代謝・神・救急・集中治療・外・形成外科・泌・整・循・心外・耳・眼・歯口外・予防診療・放・皮・麻・産・新生児
59	国立長寿医療研究センター	森岡町七丁目 430	46-2311	老年内科・代謝内科・血液内科・精・神・呼・消内・循・消外・血管外科・整・脳・皮・泌・婦・眼・耳・リハ・放・歯口外・麻・病理

■大府市の市外局番は「0562」です。

歯科（住所順）

（令和8年3月1日現在）

	歯科医療機関名	医院住所	電 話	科 目
1	阿部歯科	大府町長根10-191	48-3300	歯
2	おおぶファミリー歯科	桃山町五丁目200	46-9809	歯・小歯
3	大府歯科クリニック	中央町三丁目90	48-1686	歯・小歯・矯正歯・口外
4	斎藤歯科医院	中央町四丁目252	47-3521	歯・小歯
5	三宅歯科医院	中央町七丁目350	48-0124	歯・小歯・口外
6	宮田歯科医院	大東町一丁目334	48-1136	歯・小歯・矯正歯
7	RITA歯科	長根町一丁目103-3	57-7030	歯・小歯・矯正歯・口外
8	ひいらぎやまキッズデンタルクリニック	柊山町一丁目175-1 2F	48-1817	小歯・矯正歯
9	むつデンタルクリニック	柊山町三丁目171-1	45-4848	歯・小歯・口外
10	柊でんたるクリニック	柊山町三丁目307	45-6110	歯・小歯・口外
11	おかだ歯科矯正歯科クリニック	柊山町四丁目41	57-8641	歯・小歯・矯正歯・口外
12	くまがい歯科	江端町二丁目23	48-7070	歯
13	ヒロセ歯科医院	江端町四丁目53	46-9800	歯・小歯
14	日高歯科医院	月見町五丁目256	47-2000	歯
15	もも歯科	横根町狐山134-1	85-2529	歯・小歯・矯正歯
16	寺田歯科医院	横根町名高山24	47-0777	歯・小歯・口外
17	大府東歯科	横根町平子265	48-8024	歯・小歯・矯正歯・口外
18	セイダ歯科医院	横根町前田79	46-1103	歯・小歯
19	かわはら歯科矯正歯科	共和町末広3-19	57-0184	歯・小歯・矯正歯・口外
20	たなべ歯科クリニック	共和町四丁目546	38-6666	歯・小歯・矯正歯
21	近藤歯科医院	共栄町八丁目4-15	47-3343	歯・小歯・口外
22	わたる歯科クリニック	東新町一丁目157	57-8220	歯・小歯・矯正歯・口外
23	小木曾歯科医院	東新町一丁目188-2	46-2171	歯
24	岡本歯科医院	東新町一丁目248	44-7677	歯・小歯・口外
25	きんばら歯科	追分町一丁目203-1	47-8833	歯・小歯・矯正歯
26	佐藤歯科医院	追分町三丁目30	46-0501	歯・小歯・矯正歯
27	森デンタルクリニック	追分町六丁目390	47-4182	歯・小歯
28	ふみファミリー歯科	梶田町三丁目19	77-2724	歯・小歯・口外
29	大府敬愛歯科	北山町一丁目1-1	45-4545	歯・小歯・口外
30	松下歯科医院	明成町一丁目129	47-8300	歯・小歯
31	明成歯科医院	明成町二丁目8	45-1188	歯・小歯・矯正歯
32	小林歯科クリニック	明成町三丁目56-1	48-3113	歯・小歯・矯正歯・口外
33	つばめ訪問歯科	明成町三丁目183 フロマージュ1階 B	57-0536	歯・小歯・口外
34	仲尾歯科 大府診療所	吉田町三丁目13	46-5566	歯
35	しもむら歯科医院	高丘町三丁目36	48-8241	歯・小歯
36	たなか歯科医院	吉川町二丁目23-2	47-1055	歯・小歯
37	こころ歯科クリニック	森岡町一丁目187	44-2111	歯・小歯・矯正歯・口外
38	荻須歯科医院	森岡町四丁目812	48-8558	歯

■大府市の市外局番は「0562」です。

小歯…小児歯科 矯正歯…矯正歯科 口外…口腔外科





休日・夜間病気になったら

こども医療電話相談

相談電話番号 (#8000) または (052-962-9900)

- ・内 容：夜間のこどもの症状に応じた適切な医療相談が受けられます。看護師・小児科医による保護者向けの電話相談です。
- ・実施日時：毎日 午後7時～翌日午前8時

愛知県救急医療情報センター

電話番号 (052-263-1133)

- ・「今診てもらえる病院・診療所」「休日夜間診療所」等を案内しています(ウェブサイトでも検索できます)。
- ・あいち救急医療ガイド ウェブサイト <http://www.qq.pref.aichi.jp>

大府市内の診療所における休日診療

医 科

日曜日・祝日・12月30日～1月3日(午前9時～正午)

- ・日程、当番医は広報おおぶまたは大府市ウェブサイトにてご確認ください。

休日緊急歯科診療

名古屋南歯科保健医療センター

電話 052-611-8044

日曜日・祝日・12月30日～1月3日
9:00～11:30、13:00～15:30

ワンポイント

こんな時どうする!?

こどもの急病時、受診すべきか、様子を見るべきか判断に迷う場合があると思います。
そんなときのために、観察ポイントを確認しておきましょう。

観察のポイント

- ・機嫌は良いですか
- ・水分はとれていますか
- ・うんちはいつもの色、回数ですか
- ・活気はありますか
- ・食欲はありますか
- ・よく眠っていますか



「普段と何か違う」「どこかおかしい」 そう思ったら医療機関を受診しましょう。

☆かかりつけ医を見つけておきましょう

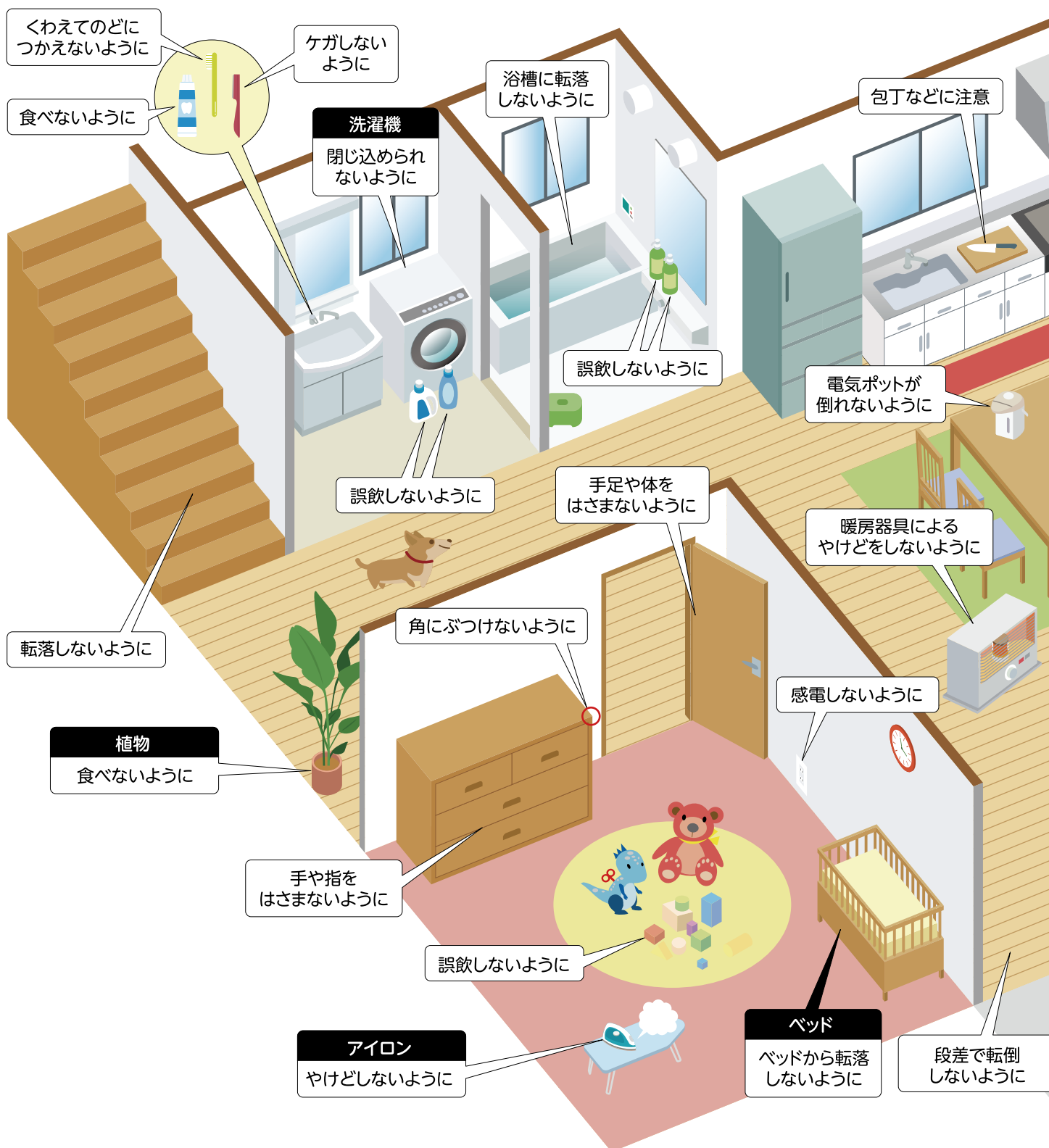
こどもの様子が急におかしくなった時、慌てないためにもかかりつけ医を見つけておきましょう。

何度も通うことを考えて、できるだけ通いやすい所を選ぶことがポイントです。



赤ちゃんのためのお部屋作り

つい気が緩みがちな家の中、大人では問題ない場所・物でも、赤ちゃんやこどもにとっては多くの危険が潜んでいます。普段から気をつけることで予防できる事故があります。赤ちゃんやこどもを守るために、家の中こそ、気をつけましょう。



起こりやすい事故

誤 飲

- 特に多いのがたばこの誤飲です。たばこが捨てられている水を飲んだり、濡れたたばこを誤飲してしまうと、たばこに含まれる毒性の強いニコチンが水に溶けだしており、急激に体内で吸収されてしまうため、早急な処置が必要になります。その他、口に含むだけで危険なものも多くあります。細心の注意を払いましょう。

落下・転落

- ソファに寝かせたり、ベッドの柵を下げっぱなしにすると、赤ちゃんが少し動いただけで転落してしまう可能性があります。落下や転落が予想される場所には、ふとした瞬間であっても寝かせないように注意して、赤ちゃんが動いても安全であるように気をつけましょう。

溺 水

- 赤ちゃんはたった数センチの水でも溺れてしまうことがあります。ちょっとだから大丈夫、という油断が事故を引き起こします。浴槽に水をためる時は、ドアを開けっ放しにしない、水をためっぱなしにしない、目を離さない、などを徹底しましょう。

指はさみ

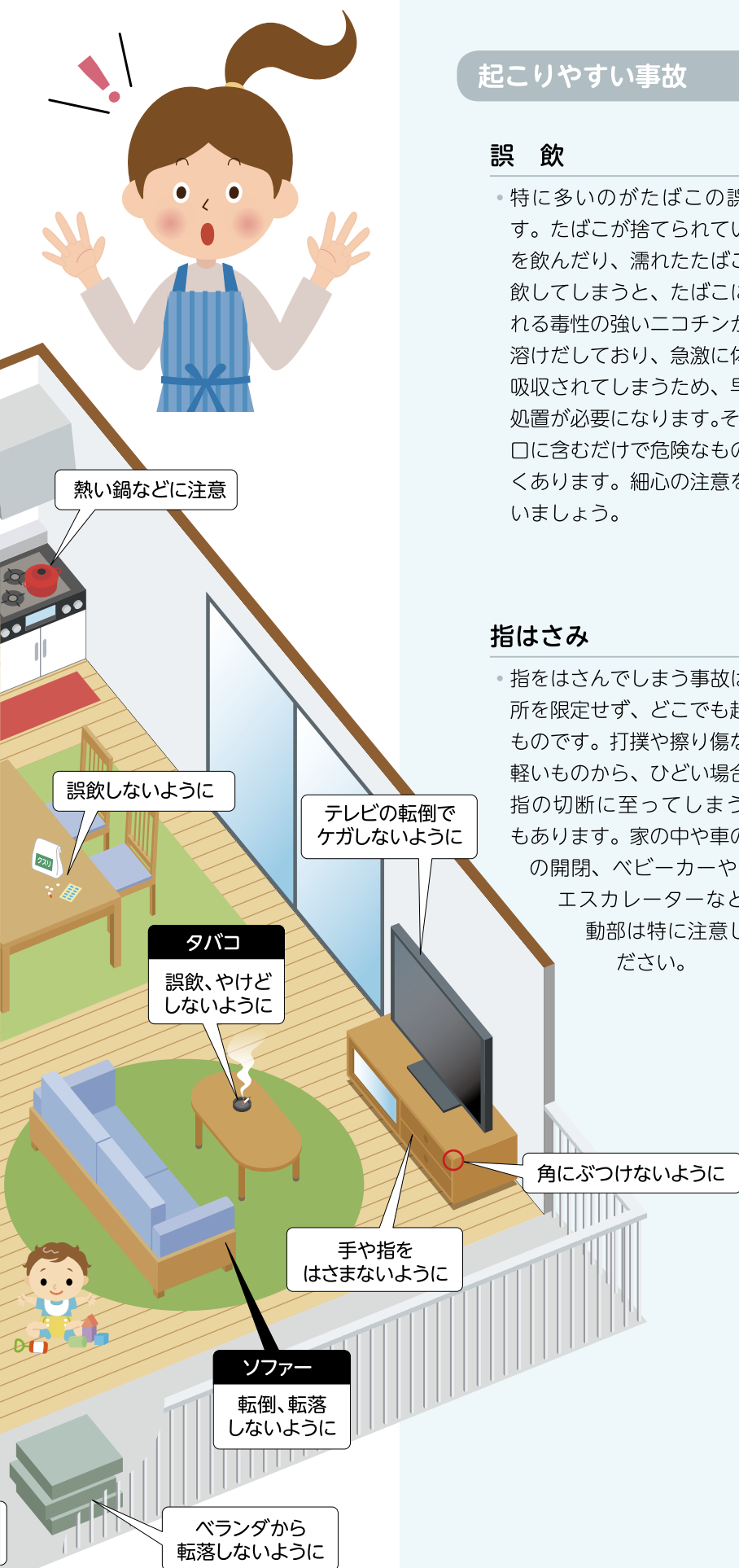
- 指をはさんでしまう事故は、場所を限定せず、どこでも起こるものです。打撲や擦り傷などの軽いものから、ひどい場合には指の切断に至ってしまうものもあります。家の中や車のドアの開閉、ベビーカーや家具、エスカレーターなどの可動部は特に注意してください。

やけど

- 赤ちゃんは、興味があるものに何でも触ってしまいます。特にポットや炊飯器の湯気は想像以上に高温で、気づかずやけどをしてしまうことがあります。電気毛布や使い捨てカイロなども、長時間同じ部位を温めていると低温やけどをしてしまう可能性があるので注意してください。

窒 息

- 小さな玩具、電池などの誤飲や、吐いたものが詰まると大変危険です。赤ちゃんの手の届くところに小さいものを置かず、授乳や食事の直後はこまめに様子を見ましょう。



市内の主な公共施設・公園



施設名	所在地	電話(代表)	FAX(代表)	案 内
大府市役所 (各課)	中央町五丁目 70	47-2111	47-7320	エレベーター有り
保健センター (健康増進課)	江端町四丁目 2	47-8000	48-6667	エレベーター有り
こども家庭センター	江端町四丁目 2 2 階	57-0219	48-6667	エレベーター有り
保育園・幼稚園・認定こども園・地域型保育事業				
大府保育園	若草町三丁目 272	46-0078	46-0154	エレベーター有り
桃山保育園	桃山町一丁目 273	47-7833	47-8245	
柊山保育園	江端町六丁目 1-1	46-0590	46-0951	
北崎保育園	北崎町三丁目 410	46-0437	46-0476	
追分保育園	東新町六丁目 242	47-7822	47-6116	
荒池保育園	共和町荒池 26-4	48-2625	48-7342	エレベーター有り
長草保育園	長草町坪井 23	46-2048	46-0241	
吉田保育園	馬池町二丁目 123	45-0045	48-8211	
若宮保育園	森岡町八丁目 120	46-4612	46-7217	
共和保育園 (私立)	共和町五丁目 183	46-3292	46-3294	
アスク共和東保育園 (私立)	梶田町五丁目 111	46-2079	46-2175	エレベーター有り
至学館大学附属幼稚園 (私立)	横根町名高山 55	46-1294	44-1377	
パレットこども園 (私立)	長草町前新切 9-1	44-7547	44-7547	
大府大幼稚園 (私立)	横根町平地 288	44-4811	45-6811	
大府大キッズ保育園 (私立)	横根町平地 27-1	44-2611	44-3611	
そびあ保育園おいわけ (私立)	追分町一丁目 98	85-7312	85-7313	
ジーニャス幼稚園 (私立)	森岡町一丁目 3	44-1800	44-1805	
大東くちなしの花こども園 (私立)	大東町四丁目 102	85-1377	85-1380	
大府大和共栄保育園 (私立)	共栄町三丁目 10-1	57-2711	57-2712	
大府大和明成保育園 (私立)	明成町二丁目 262	57-1237	57-1238	
石ヶ瀬保育園 (私立)	大府町ウド 69-1	46-0100	46-0101	
そびあ保育園大府もりおか (私立)	森岡町六丁目 11	85-2292	85-2200	
保育園さくらんぼ (私立)	若草町三丁目 139	47-1152	38-7727	
ビオーズよこね保育園 (私立)	横根町狐山 110-1	43-2878	43-2877	
かんだ保育園 (私立)	神田町二丁目 121	57-4775	57-4795	
東山ガーデニアこども園 (私立)	長根町一丁目 142	57-2310	57-2311	
はな保育室きょうわ駅前 (私立)	東新町三丁目 57	85-7710	85-7710	
そびあ保育園共和西 (私立)	共西町四丁目 16	57-2881	57-2882	
保育園 COZY 大府駅前 (私立)	中央町六丁目 97	48-0299	44-6884	
共和会たんぽぽ保育園 (私立)	梶田町二丁目 123	080-6968-1157	47-6577	
ながねくすのき保育園 (私立)	長根町五丁目 145	57-0600	57-0610	
柊山さくらの木保育園 (私立)	柊山町三丁目 342	57-1821	57-1822	
こども (幸齢者) 交流センター ※ R7.10.1 児童 (老人福祉) センターから名称変更				
大府こども幸齢者交流センター	桃山町五丁目 180-1	46-1090	44-9401	第2・4日曜日・祝日休館 (エレベーター有り)
神田こども幸齢者交流センター	横根町家下 131	48-8822	44-9405	第1・3日曜日・祝日休館
神田こども幸齢者交流センター北崎分館 (神田っ子プラザ)	神田町六丁目 388-1	46-0567	46-0511	第2・4日曜日・祝日休館
北山こども交流センター	北山町三丁目 62	48-2771	44-9402	第1・3日曜日・祝日休館
北山幸齢者交流センター	梶田町六丁目 271	44-8807	44-8807	第1・3日曜日・祝日休館
東山こども幸齢者交流センター	追分町四丁目 1	44-8899	44-9407	第2・4日曜日・祝日休館
共和西こども幸齢者交流センター	共和町七丁目 547	48-1200	44-9408	第2・4日曜日・祝日休館
共長こども交流センター	明成町一丁目 86	48-4121	44-9403	第1・3日曜日・祝日休館
吉田こども幸齢者交流センター	吉田町五丁目 6	46-5220	44-9404	第1・3日曜日・祝日休館
石ヶ瀬こども幸齢者交流センター	森岡町一丁目 83	44-4678	44-9406	第2・4日曜日・祝日休館
小学校・中学校・高校・大学				
大府小学校	桃山町五丁目 44	46-5151	44-0021	エレベーター有り
大東小学校	大東町二丁目 61	46-2211	46-2666	エレベーター有り
神田小学校	神田町三丁目 135	46-5154	44-0022	
北山小学校	北山町三丁目 120	47-0685	44-0023	エレベーター有り
東山小学校	長根町三丁目 111	46-9333	44-0024	エレベーター有り
共和西小学校	共西町一丁目 206	47-7007	44-0025	エレベーター有り

■大府市の市外局番は「0562」です。

おおぶ子育てガイドブック

施設名	所在地	電 話	FAX	案 内
共長小学校	共和町六丁目 140	46-5161	44-0026	
吉田小学校	吉田町四丁目 33	46-5164	44-0027	
石ヶ瀬小学校	江端町六丁目 99	47-8111	44-0028	エレベーター有り
大府中学校	桃山町三丁目 216	46-5301	44-0030	エレベーター有り
大府西中学校	長草町車池 11	47-0687	44-0031	
大府北中学校	東新町三丁目 3-1	47-3611	44-0032	
大府南中学校	馬池町三丁目 21	48-7758	48-7543	
大府東高校	横根町膝折 1-4	48-5811	44-0665	
桃陵高校	中央町五丁目 15	46-5351	44-0656	
大府高校	月見町六丁目 180	46-5101	44-0668	
至学館大学（私立）	横根町名高山 55	46-1291	44-1313	
人間環境大学大府キャンパス（私立）	江端町三丁目 220	43-0701	43-0702	
公民館等				
大府公民館	中央町四丁目 195	48-1007	44-1790	第2・4月曜日休館（エレベーター有り）
横根公民館	横根町平地 295	46-7722	44-1796	第1・3月曜日休館
神田公民館	神田町三丁目 115	46-2620	44-1793	第2・4月曜日休館
北山公民館	梶田町六丁目 274	48-6015	48-6095	第2・4月曜日休館
東山公民館	追分町二丁目 341	47-1498	44-1794	第1・3月曜日休館
共長公民館	共和町二丁目 8-2	46-4931	44-1792	第2・4月曜日休館
長草公民館	明成町二丁目 60	48-5444	44-1795	第1・3月曜日休館
吉田公民館	高丘町二丁目 2	46-2123	44-1797	第2・4月曜日休館
森岡公民館	森岡町四丁目 7	46-0435	44-1791	第1・3月曜日休館（エレベーター有り）
石ヶ瀬会館（ミューいしがせ）	江端町四丁目 1	48-0588	44-9144	第2・4月曜日休館（エレベーター有り）
公園等				
大府みどり公園	北崎町大根 2-193	48-8566	48-8566	月曜日管理事務所休業
二ツ池公園	横根町名高山 88-1	44-4531	44-4577	月曜日管理事務所休業
大倉公園	桃山町五丁目 74			
江端公園	江端町四丁目 118			
ハツ屋大池公園	共西町二丁目 306			
桃山公園	桃山町四丁目 202			
知北平和公園	桜木町五丁目 118	48-5511		
あいち健康の森公園	森岡町九丁目 300	47-9222		
川池公園	若草町一丁目 604			
その他				
メディアス体育館おおぶ（大府市民体育館）	横根町平地 191	47-0102	47-0752	第3月曜日休館（当日祝日は翌平日）（エレベーター有り）
スケートパークおおぶ	大東町四丁目 2			土・日・祝日・大東小学校休業日開場
大府市自然体験学習施設（二ツ池セレクトナ）	横根町名高山 88-1	44-4531	44-4577	月曜日休館（当日祝日は翌平日）（エレベーター有り）
健康にぎわいステーション（KURUTO おおぶ）	中央町三丁目 278（JR大府駅構内）	51-4329	51-6866	月曜日休館
いきいきプラザ	横根町狐山 97-6	44-2770	44-2770	第2・4月曜日休館
大府市民活動ボランティアセンター（コラピア）	森岡町四丁目 8	44-8500	44-8511	月曜日休館
こどもステーション	柁山町二丁目 24	44-4541	48-7450	※ R7.10.1 子どもステーションから名称変更
おおぶこ広場	梶田町五丁目 111	46-4152	46-4152	
ふれ愛サポートセンター（スピカ）	江端町六丁目 13-1	45-5447	45-5440	
レインボーハウス	江端町六丁目 13-1	44-9400	44-9411	月曜日休館
発達支援センターおひさま	江端町六丁目 19	47-7834	47-1120	
発達支援センターみのり	森岡町八丁目 172-2	38-6050	48-7580	
大府特別支援学校	森岡町七丁目 427	48-5311	44-0662	
大府もちのき特別支援学校	森岡町七丁目 427	46-3011	46-3021	
大府もちのき特別支援学校 桃花校舎	中央町五丁目 15	46-6909	44-0656	
おおぶ文化交流の杜（allobu）	柁山町六丁目 150-1	48-1808	48-8131	図書館エリア第3月曜日休館（当日祝日は翌平日）
		48-5155	48-5166	文化交流エリア（エレベーター有り）
歴史民俗資料館	桃山町五丁目 180-1	48-1809	44-0033	・月曜日休館（当日祝日は翌平日） ・最終金曜日休館（エレベーター有り）
愛三文化会館（大府市勤労文化会館）	明成町一丁目 330	48-6151	48-6153	第3月曜日休館（当日祝日は翌平日）（エレベーター有り）
DAIWA 防災学習センター（大府市防災学習センター）	明成町四丁目 37-1	46-2200	46-2200	月曜日休館（当日祝日は翌平日）

※施設の詳細や休館日（通常の休館日の他に、お盆や年末年始、行事や工事等により休館する場合があります）等については、各施設のウェブサイト、広報おおぶ等でご確認ください。

おおぶ 子育て ガイドブック



子育て家族を応援します！



いつまでも 住み続けたい
サステナブル健康都市おおぶ



大府市



みんなと一緒に 育児をしよう！



家族みんなで 子育てを楽しもう！

こどもが生まれると、生活も夫婦関係も、全く新しいものに変わります。こどもの健やかな成長には、パパや祖母のサポートが絶対に欠かせません！こどもと触れ合ってみんなで子育てを楽しんでいきましょう。

Contents

- | | | | |
|---|----------------------|----|------------------------|
| 2 | 01
「ママのサポート」を始めよう | 7 | 05
パパママからお子さんに伝える食育 |
| 3 | 02
お腹の赤ちゃん | 8 | 06
歯磨きのコツ |
| 4 | 03
赤ちゃんが泣いている時は | 9 | 07
災害の備え |
| 5 | 04
赤ちゃんのようすと遊び方 | 11 | 08
ミルクをあげてみよう！ |

01

産前産後のママは不安がいっぱい…。
妊娠中からママをサポートしましょう。



「ママのサポート」を始めよう

ママの妊娠がわかったら…

① 赤ちゃん和妈妈にタバコはとても危険

タバコの煙がママの胎盤を通じて赤ちゃんに悪影響を与え、赤ちゃんの発育・発達の遅れや、口唇・口蓋裂などの奇形、出産時の異常を引き起こすことが分かっています。出産後は乳幼児突然死症候群、喘息、吸いがらの誤飲などの事故のリスクも高まります。赤ちゃんを迎える準備として、すぐに禁煙に挑戦しましょう！

職場や家庭で喫煙者のいる場合は、次のことをお願いします。

- 赤ちゃん和妈妈の前では絶対にタバコを吸わない。
- 車内でタバコを吸わない。
- タバコの吸いがらを置きっぱなしにしない。

- 電子タバコ(加熱式・リキッド式)も安全ではありません。発ガン物質やニコチンを含んでおり、健康に影響が出ます。



② 「マタニティブルー」や「産後うつ」に備える

妊娠や出産に伴うホルモンバランスの変化や生活の変化によって、感情が不安定になりやすくなります。「マタニティブルー」は一過性ですが、イライラしたり、わけもなく泣きたくなったり、時には、些細なことで不安になったり、涙もろくなったりします。「産後うつ」は10～20人に1人の割合でおこり、治療が必要と言われています。強い疲労感や不眠、食欲不振等の体の不調や、何もやる気になれない、赤ちゃんがかわいいと思えない等の心の不調が現れます。ママの心や体の変化に注意して、これらの症状にいくつか当てはまる場合は、周りの人に相談しましょう。心の病気は早期対応が長引かせないコツなので、育児に追われて対応を後回しにしないようにしましょう。



③ パパ・ママとして妊娠中からできること

- ① 物事の優先事項を決めてみましょう
今日した方がよいこと、明日でもよいことを分けて1日を過ごしましょう
- ② 休養をとりましょう
- ③ 自分のための時間をつくりましょう
- ④ 友人とのつきあいを大切にしましょう
- ⑤ 自分の気持ちを家族に伝えましょう





お腹の赤ちゃん

胎児の発育

	赤ちゃんの成長	ママの様子	パパのサポート
妊娠初期 (2～4か月)		● 月経の遅れで「妊娠かも？」と気が付く頃。 ● つわりがはじまります。 ● イライラしやすくなります。	流産しやすく、注意が必要な時期です。無理させないように心と体をケアしてあげましょう。 つわりの辛さを知り、サポートしてあげましょう。いつもより積極的に家事に参加をして、家事・育児分担について話し合いましょう。
妊娠中期 (5～7か月)		● つわりが治まり食欲がでてきます。 ● 乳房が大きくなりおなかも目立ち始めます。 ● 胎動を感じるようになります。	胎動が活発になってくる時期です。赤ちゃんはおなかの中で聞いた声はよく覚えているので、どんどん話しかけましょう。 両親学級などへ参加し、二人で育児の準備を始めましょう。
妊娠後期 (8～10か月)		● 動悸、息切れ、胃のもたれ、むくみ、腰痛などを感じやすくなります。 ● 頻尿になります。 ● お産が近くなって不安が出やすい時期です。	ママのおなかどんどん大きくなる時期です。体のバランスがとりにくいため普段の日常生活で苦労します。家事や分娩・育児の準備など積極的に一緒に行いましょう。 妊娠中は、疲れやすさや背中・腰の痛みなどマイナートラブルに悩まされがちです。マッサージをするなど優しくいたわってあげてください。

出産直後は、ママの体が一番つらい時期です。ママが休めるよう、里帰りをする、家事負担を減らすよう宅配食を利用する、パパも育休を習得する、ヘルパーやファミリーサポートを利用するなど、新たに始まる家事や育児のあり方を一緒に考えましょう。子どもが生まれることで、夫婦の関係性や地域とのつながりも変化していきます。産後も、夫婦でコミュニケーションをとることが大切です。

03

赤ちゃんは泣き声で教えてくれます。
なぜ泣いているのか考えてみましょう。



赤ちゃんが泣いている時は

こんな時にはどうする？

おなかがすいていませんか？

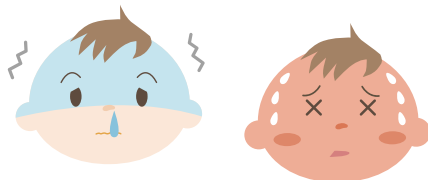


熱は無いですか？



寒すぎたり、
暑すぎたりしていませんか？

厚着のしすぎにも注意です！
背中に汗をかいていないかチェック。



おむつが汚れていませんか？



ねむくて泣いているのかも…



痛そうなところ、
かゆそうなところは
ないですか？



それでもまだ泣き止まない時は…

抱っこしたまま
家の中や外へ
(環境を変えてみよう)



安全な場所に
寝かせて様子を
みましょう



参考に
して
ください

育児もしもしキャッチ(P.40)相談電話番号(43-0555)
こども医療でんわ相談(P.44)相談電話番号(#8000)または(052-962-9900)
厚生労働省広報啓発DVD「赤ちゃんが泣きやまない～泣きへの対処と理解のために～」



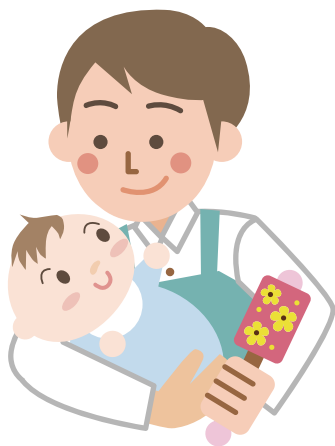


赤ちゃんのようすと遊び方

家族の笑顔が増える

0～4か月頃の様子

- 2～3時間毎の授乳やオムツ交換があり、赤ちゃんはよく泣いて教えてくれます。
- 2か月頃からはあやすと笑うようになったり、目で追うことが出来るお子さんが増えてきます。また、生活のリズムができ、眠る時間が決まってきます。



背中をマッサージしたり、全身をくすぐったり、やさしくなでてスキンシップ。たくさん声をかけてあげましょう。

抱き上げて、目を見て話しかけたり、音の出るおもちゃを使ってみましょう。どんな音や誰の声に、赤ちゃんが反応しているかよく観察してみましょう。

4か月～1歳頃の様子

- 首が座り、おすわりやはいはいが出来るようになって、身の周りのものに興味を持つようになります。好奇心が旺盛になってくるので、色々なものを触らせてあげましょう。誤飲に注意！
- 5～6か月頃からは離乳食を始めましょう。
- 歯が生えはじめます。上の前歯が生えてきたら歯磨きをスタート！
- 1歳頃にはつかまり立ちや歩くことが出来るように。



はいはい



つかまり立ち

遊びをかえて、家族で一緒に楽しみましょう。こどもステーションやこども(幸齢者)交流センターに出かけてみませんか。

4か月～7か月頃の遊び

- 物に手を伸ばしたり、1人でおすわりができるようになり、声を出すことも。「いないいないばあ」を楽しむようになります。ゆっくり体を持ち上げてあげるのも○。



ゆっくりとたかいたかいをする

8か月～10か月頃の遊び

- 行動範囲が広がる分、注意も必要。身の周りのものを使って遊びを考えてあげましょう。



ひざの上で一緒に触れあって遊ぶ



ぬいぐるみを使って赤ちゃんに呼びかけ、かくれんぼをしても楽しめます。くり返し遊ぶことが大好きです。

11か月～1歳頃の遊び

- つかまり立ちやとことこ歩きができるようになり、体を使った遊びが大好きです。公園に出かけて、ボール転がしや動きのマネごっこをして遊び、一緒に楽しみましょう。できたら褒めてあげることも忘れずに。



色々なものを触らせる



とことこ歩き



ボール転がし



パパママからお子さんに伝える食育

お子さんと一緒に食事を楽しもう

大人の食生活を整えましょう ～朝ごはん、食べていますか？～

お子さんの見本となるよう、食生活を整えましょう。朝ごはんを食べていないパパママは、飲み物からはじめてください。飲み物に慣れたら、果物やヨーグルト等の軽いものをプラスし、さらに主食（ごはんやパン）をプラス、その後におかずもプラスしましょう。



お子さんと一緒に食事を楽しみましょう

一緒に食事をする人がいるだけで、食事は楽しくなり食欲もアップします。また、一緒に食べることによって、お子さんは食べ方を覚えていきます。

笑顔で「おいしいね。」と声をかけてあげるなど、楽しい雰囲気づくりが大切です。朝ごはんは一緒に食べる、お休みの日は一緒に食べるなど時間を作ってください。



06

こどもの歯磨きを習慣づけることが目的です。



歯磨きのコツ

こどもの歯を守るコツ！

①歯ブラシは2本用意

- こども用と仕上げみがき用の2本用意しましょう。
- こども用の歯ブラシは毛先が広がっていても大丈夫！でも仕上げみがき用の歯ブラシは、効率よくみがけるように毛先が広がっていないものを用意しましょう。



②ひざの上に寝かせてみがきましょう

- 嫌がるときは、立ったままで後ろからみがきます。
- お子さんの頭を安定させることがポイントです。



③力の入れ方に気をつけましょう

- 歯ブラシは力のコントロールがしやすい鉛筆もちをしましょう。
- 力を入れずに、やさしくみがきましょう。



④みがく回数

- 離乳食が完了したら1日1回以上は大人が磨いてあげましょう。
- 嫌がるときは短時間で済ませましょう。

最低
1日1回は
大人が磨こう



⑤歯みがき剤

- フッ化物入り歯みがき剤はむし歯予防になります。年齢に応じた量を使用しましょう。うがいできない時期は歯みがき後、軽く拭き取りましょう。
- 嫌がるようなら使わなくても構いません。

フッ化物配合ハミガキ剤の年齢別応用量

6か月～2歳
切った爪程度

3～5歳
5mm以下

フッ化物応用委員会（編）「う蝕予防のためのフッ化物配合歯磨剤応用マニュアル 2006」より

※むし歯を予防するためには食生活も大切です。だらだら食べたり飲んだりしていると、むし歯のリスクは高まるので気をつけましょう。

※お口の菌は家族で共有されるため、パパママのお口も清潔に保つ必要があります。



災害の備え

日頃から考えよう！

災害が起こったら…予想されること

- ①電気が消える…料理ができない、空調が効かない、夜間の照明がない
- ②ガスが止まる
- ③水が出ない……トイレに行けない、お風呂に入れない、衛生状態が悪化
- ④孤独、不安
- ⑤パニックになる



普段からできることは何だろう？

- ①非常食を用意しよう（液体ミルクなど）
- ②おしぼりを使って、身体を拭いてみよう。大きさはどれくらいがいい？
- ③ほ乳びんではなく、スプーンやコップを使って一口ずつ水分を飲ませてみる
- ④地域の防災訓練に参加する
- ⑤おんぶの仕方を身に付けてみよう
- ⑥こどもに積極的な声かけを
- ⑦こどもも親も不安。こどもを抱きしめてみよう



不安を解消するために

- ①家族で防災対策について話しておこう
- ②衣類等の準備は6か月ごとに、1サイズ大きめ、季節を考えて
- ③備品の交換時に親子でサバイバル体験を
- ④地域の子育てサークルなどで、防災について考える時間をつくる



大府市防災家庭版マニュアル

参考に
して
ください

災害時の動きについて事前に家族で話し合うツールとして、大府市自立支援協議会こども部会で作成しました。発災直後、家族の安否確認はどのように行いますか？どこに集合しますか？家族で考えてみましょう。



ついて考えておきましょう。

避難場所とルートを家族で確認しよう！

確認したら
書き込んでおきましょう

避難場所	非常時の連絡先
家族の集合場所	病 気 情 報
家族の連絡方法	アレルギー情報
子どものお迎え	予 防 接 種 情 報

母子健康手帳の有効活用
目立つところに書いて記録を残す
母子健康手帳をコピーしておく

★大府市防災ガイドブックを活用しましょう！（各家庭に配布）

防災グッズチェックリスト（1人当たりの目安です）

確認したら
書き込んでおきましょう

72 時間 3 日分

- | | | | | |
|-------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|--------------------------|
| ☐ 紙おむつ | ☐ ティッシュ | ☐ 消臭袋 | ☐ おもちゃ | ☐ |
| ☐ お尻拭き | ☐ 母子健康手帳 | ☐ タオル・バスタオル | ☐ 使い捨てカイロ | ☐ |
| ☐ ゴミ袋 | ☐ ベビーフード | ☐ 水（6ℓ） | ☐ マスク | ☐ |
| ☐ 着替え | ☐ 抱っこひも | ☐ ミルク・哺乳瓶 | ☐ ガーゼハンカチ | ☐ |

お母さん用ケアセット

- | | | | | |
|---------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| ☐ ゴミ袋 | ☐ 濡れティッシュ | ☐ 授乳ケープ | ☐ ナプキン（1袋） | ☐ |
| ☐ 着替え、下着 | ☐ 歯磨きセット | ☐ 敷きマット | ☐ 救急セット | ☐ |
| | | ☐ タオル | ☐ ワセリン | ☐ |

一般的防災グッズ

- | | | | | |
|----------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 簡易トイレ | ☐ ハサミ | ☐ ホイッスル | ☐ 懐中電灯 | ☐ メモ、鉛筆 |
| ☐ カセットコンロ | ☐ スニーカー | ☐ 水（6ℓ） | ☐ ラジオ | ☐ |
| ☐ 食料（9食） | ☐ 防寒用アルミシート | ☐ 現金 | ☐ 食品ラップ | ☐ |

※用意するものは、各家庭により異なる場合があります。日頃からよく考えて準備しておきましょう。

災害用伝言ダイヤル

まずは「171」をダイヤル

伝言の場合は「1」をダイヤル

再生の場合は「2」をダイヤル

被災地の方はご自身の電話番号をダイヤル
被災地以外の方は被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤル

「1」をダイヤル

「2」をダイヤル

伝言を残す、例「〇〇です、無事です」※メッセージは30秒以内

録音されたメッセージを聞くことができます

大災害に備え、
体験しておく

ダイヤル「171」は通常、災害発生時に設定されます。しかし、練習用として毎月1日と15日、正月三が日、防災週間（8月30日～9月5日）、防災とボランティア週間（1月15日～21日）に体験利用ができます。もしもに備え、家族や親せき、仲間と一緒に体験しておくといいでしょう。

08

ミルクは、温度や量の調節がとっても大事。
ママと一緒に確認しながら始めましょう。



ミルクをあげてみよう！

準備がポイント！

①手洗い

- 石鹸やハンドソープを使い
しっかり洗う



②準備

- ミルクの量は事前に確認
- 70℃以上のお湯を3分の2まで
- 粉ミルクを振りとかした後、できあがり量までお湯を追加し、流水等で冷やす



③温度確認

- ミルクを腕の内側に少量たらし
熱くないか確認（40℃位）



④授乳

- ほ乳瓶の蓋は閉めすぎない
- 空気が入らない角度で
- 「おいしいね」と話しかけながら
必ず抱っこして飲ませましょう



⑤ゲップ

- 終わったら背中をトントン、
ゲップさせる



⑥洗う

- 使ったらすぐにブラシで洗う
 - 家庭用の中性洗剤でもOK
- 消毒** 電子レンジ、薬用消毒など





大府市公式マスコットキャラクター
「おおぶちゃん」



健康都市おおぶ



令和 8 年度 おおぶ子育てガイドブック

～子育て、子育てを応援します～

発行／令和 8 年 3 月

編集／大府市健康未来部 こども若者支援課

TEL／0562-45-6229（直通） FAX／0562-47-2888

きらきら輝く こどもの10か条

大府市では、こどもたちがきらきら輝くように育ってほしいと願いをこめて、大府市幼保児小中連携教育の指針「きらきら」を作成しています。ご家庭で一緒に取り組んでいただきたいこと、地域で取り組んでほしいことが書かれています。「きらきら」を共有することで、家庭や地域と教育機関が連携して、みんなで協力してこどもたちが健やかに育つよう支援していきます。

きらきら^{テン}10

1. 命を大切にします

感じよう 世界にひとつの 大事な命

6. 健康づくりに努めます

健康は 体も元気 心も元気

2. 思いやりのある行動をとります

自分が嬉しい みんなも嬉しい

7. より良い生活習慣を身に付けます

早寝早起き 朝ごはん
元気の力がわいてくる

3. お互いの良さを認め合います

見付けよう 誰もがもっている 良いところ

8. ルールを守ります

社会のルール 良いお手本は 自分から

4. 夢や希望をもちます

大好きと 思う気持ちを 大切に

9. マナーを身に付けます

意識しよう マナーは日々の 積み重ね

5. 自ら学びます

楽しいことから始めよう
興味・関心を大切に

10. あいさつで心豊かに過ごします

あいさつが 笑顔をつくる 心をつなぐ



「きらきら」の中には、
大府市がめざすこどもの姿を
10 か条にまとめています。

