

綾部市 こども家庭センター 「ぷくぷく」

子育てに関する総合相談窓口

綾部市こども家庭センター「ぷくぷく」では、安心して妊娠・出産・子育てができるよう子育てに関わるさまざまな相談に応じ、必要な情報・サービスの提供を行っています。

妊娠～出産 初めての妊娠・出産で不安・・・、
妊娠中から産後の健康管理について相談したい、
近くに協力者がいなくて不安、子育ての知識を増やしたい など

産後～子育て 出産後から涙が出る、イライラする、
授乳が上手くいかない、こどもの成長発達について、
こども園等の選び方を相談したい など



<問い合わせ先>

綾部市こども支援課母子保健担当

〒623-0011 綾部市青野町東馬場下15番地の6

TEL 0773-42-0020 / FAX 0773-42-5488 / E-mail kodomoshien@city.ayabe.lg.jp

目次

妊娠したら・・・

2～3ページ

- ・ 出産・子育て応援事業
- ・ 妊婦健康診査、妊婦歯科健康診査、RSウイルスワクチン予防接種
- ・ ぷくぷくひろば、助産師相談
- ・ 不妊治療費等助成事業

出産したら・・・

4～5ページ

- ・ 新生児聴覚検査、1か月児健康診査、産婦健康診査
- ・ 出生後のサポート
産後ケア事業、こんにちは赤ちゃん訪問、子育て世帯訪問支援事業、母子栄養強化事業、
乳幼児健康診査、離乳食講座、育児相談

子育てについて・・・

6～7ページ

- ・ こどもの相談先
すこやかクリニック、すくすく発達相談、パパ・ママカウンセリング、ペアレント・プログラム事業
子育てこころの相談室、親子クッキング、きょうと妊娠から子育てSNS相談
- ・ ファミサポ、子育て支援センターなど

母子手帳アプリ

あやっこナビを活用しよう！

妊娠中や出産後のこどもの成長記録、予防接種履歴を管理でき、綾部市からの子育て情報をリアルタイムで受け取れます。



詳細はこちら

妊娠したら

出産・子育て応援事業

全ての妊産婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう、妊娠期から出産・子育てまで一貫した身近な相談支援と経済的支援を一体的に実施します。

相談支援

妊娠期から出産・子育て期まで各時期にアンケートと面談を実施し、出産や育児について支援します。

- ①妊娠届出時・・・出産に向けて不安なことを解消し、出産への見通しを立てましょう。
- ②妊娠8か月頃・・・アンケートを妊婦本人に送付します。ご希望があれば面談も可能です。
- ③出産後・・・赤ちゃんのご様子や産後のお母さんの体調をお伺いします。

経済的支援（出産・子育て応援ギフト）

妊娠届を提出した妊婦・出生した児の母に対して、出産・子育て応援ギフトを支給します。ギフトは、対象者1人あたり、5万円相当の出産・子育て関連用品の準備に活用していただけます。

妊婦健康診査

すべての妊婦さんに安心して安全に出産していただけるように妊婦健康診査を実施しています。妊婦さんやお腹の赤ちゃんの健康状態を確認するための必要な検査を行います。



<対象>

綾部市に住民票のある妊婦

<受診方法>

母子健康手帳と妊婦健康診査受診券を医療機関の窓口へ提出してください。

<持ち物>

妊産婦健康診査受診券・母子健康手帳

<内容>

- ・基本健診：診察、体重・血圧測定、尿検査など
- ・追加健診：血液検査、免疫検査、超音波検査など

※受診券に記載されている検査項目のみ、公費負担を行います。その他の検査は自己負担となります。

※妊婦健康診査受診券は京都府内の委託医療機関（産婦人科）、助産所でのみ使用できます。里帰り出産などで府外の医療機関、助産所を受診される場合は、別途手続きが必要となりますので、綾部市こども家庭センターまでお問い合わせください。

※健診の結果は、事後の相談・支援のため綾部市（こども家庭センター「ぷくぷく」）に情報共有されますので、ご承知おきください。

RSウイルスワクチン予防接種

お腹の中の赤ちゃんが生まれてから生後数か月の間、RSウイルス感染症から守る効果があります。

- <対象者> 妊娠28週0日から36週6日までの方
<接種回数> 妊娠ごとに1回



妊婦歯科健康診査

妊娠すると女性ホルモンが増え、歯周病菌が活発になります。口の環境が変化し、むし歯や歯周病になりやすく、歯周病が進行すると早産や低体重児出産のリスクも高まります。歯周病を予防し、胎児の健康を守るため妊婦歯科健康診査を受けましょう。

<受診の目安> 妊娠中期（5か月～8か月）

妊娠8か月頃には治療が終了する目安で受診をしましょう。

<持ち物> 妊婦歯科健康診査受診券

母子健康手帳

<内容> 歯科健診、ブラッシング指導等

※治療は、保険診療になります。

歯科医療機関名	町区	電話番号
梅原歯科医院	幸通	42-3533
かずあき歯科医院	青野町	42-8283
小佐々歯科診療所	田町	42-5858
しまむら歯科医院	桜が丘1	40-1718
武田歯科	駅前通	42-1304
松田歯科医院	岡町	42-7744
もりたに歯科口腔医院	中ノ町	42-2056
やなぎはら歯科医院	青野町	42-1278
山口歯科医院	下八田町	43-0088
渡辺歯科医院	物部町	49-0022
綾部市上林歯科診療所	八津合町	54-0386

※福知山市内の歯科医院でも受診できます。

各種受診券は、綾部市に住民票のある方が使用していただけます。**綾部市外へ転出された場合は、転出先の市区町村の担当課へお問い合わせください。**



妊娠・出産・子育てのことを助産師や保健師、管理栄養士へ相談できる教室です。お母さん、お父さん、祖父母さんなどご家族揃ってお気軽にご参加ください。（完全予約制）

- <対象> 妊婦、生後6か月までのお子さんと産婦、その家族
- <時間> 9時30分～12時
- <会場> 綾部市こども家庭センター
- <持ち物> 母子健康手帳・バスタオル
- <内容> 沐浴体験、妊婦体験、妊娠期の体調管理、出産に向けての準備、授乳の相談、妊娠期・授乳期の食事などに応じます。



申込はこちら

日程	
令和8年	5月 9日 (土)
	7月 5日 (日)
	8月 8日 (土)
	9月13日 (日)
	11月 2日 (月)
	12月 5日 (土)
令和9年	1月18日 (月)
	3月 7日 (日)

助産師と会いませんか？～助産師相談～

不妊・妊娠・出産・育児などについて、全ての女性・パートナーや家族の方のご相談に応じます。

- <日時> 毎週水曜日（祝日除く）
①9：00～ ②10：00～ ③11：00～ （完全予約制）
- <場所> 綾部市こども家庭センター



申込はこちら

地域の助産師

～どんなお産・子育てをしたいですか？不安や心配はありませんか？助産師と一緒に考えます～

綾部市には地域で開業されている助産師（京都府助産師会所属）がいます。助産師は、正常な妊娠、出産、産褥、新生児の健康をサポートする専門家です。家族を含め子育てのスタートを支え応援します。

あもがね助産院

- <助産師> 谷垣律子
- <内容> 出張訪問・来所相談
- <住所> 綾部市睦合町
- <電話> 090-3975-1377
- <HP> <https://amogane.com>



Instagram
QRコード

ルル助産院

- <助産師> 小室尚子
- <内容> 出張訪問・来所相談
- <住所> 綾部市岡安町
- <電話> 0773-21-6943
- <HP> <https://lulujo.jp>



HP
QRコード

あこ助産院

- <助産師> 永井明子
- <内容> 出張訪問、来所相談
- <住所> 綾部市上延町
- <電話> 090-7360-0889
- <HP> <https://akojosanninn.jimdofree.com>

※内容は、妊娠期の体調管理、出産に向けての準備、授乳の相談、おっぱいケア、育児の相談、女性の性について等、相談内容に応じます。詳細は、各助産院へお問い合わせください。

不妊治療

不妊または不育治療を受けている方へ治療費の一部助成をしています。

申請は、診療日から1年以内となります。年度をまたぐ場合は、年度ごとに申請が必要です。

体外受精や顕微授精の保険適用回数を超えた10回目までの治療や、特定不妊治療にかかる交通費の助成の申請及び相談は、京都府中丹東保健所（電話0773-75-0806）へお尋ねください。



詳細はこちら

出産したら



新生児聴覚検査

新生児聴覚検査とは、生まれて間もない赤ちゃんを対象に行う耳のきこえの検査です。

<検査の対象>綾部市に住民票のある新生児

<持ち物>新生児聴覚検査受診券・母子健康手帳

<内容>新生児1人につき、ABR又はAABR、OAEのいずれか1回（初回検査）

※2回目以降の検査は、自己負担となります。



1か月児健康診査

1か月児健康診査とは、病気などの早期発見及び早期治療を目的に、生後1か月の頃に赤ちゃんの発育や発達をみる健康診査のことであります。

<検査の対象>綾部市に住民票のある児

<持ち物>1か月児健康診査受診券（問診票）・母子健康手帳

<内容>問診、診察



産婦健康診査

出産後間もない時期のお母さんのからだところの健康状態を確認します。

<対象>綾部市に住民票のある産婦

<受診方法>母子健康手帳と産婦健康診査受診券を医療機関の窓口へ提出してください。

<持ち物>産婦健康診査受診券・母子健康手帳

<内容>診察、体重・血圧測定、尿検査、ところの健康チェックシート

※受診券に記載されている検査項目のみ、公費負担を行います。その他の検査は自己負担となります。

※産婦健康診査受診券は京都府内の委託医療機関（産婦人科）、助産所でのみ使用できます。

里帰り出産などで府外の医療機関、助産所を受診される場合は、別途手続きが必要となりますので、こども家庭センターまでお問い合わせください。

※府外の医療機関等については、産婦健診の公費補助を受けられない場合もありますので、ご了承ください。



産後ケア事業

産後のお母さんたちが、安心して子育てができるように、お母さんの体と心、赤ちゃんへのケアや育児サポートを行う「産後ケア事業」を実施しています。

<対象者>

綾部市内に住所を有する産後1年未満の方

※医療行為が必要な方は対象外となります。

<種類>

- ・短期入所型：医療機関等に宿泊
- ・通所型（個別）：医療機関等に日帰りの休養
- ・通所型（集団）：施設でのデイサービス
- ・居宅訪問型：助産師による訪問

<内容>

体を休めてリフレッシュ。

子育ての悩み、授乳方法の相談、沐浴の仕方等赤ちゃんのケアのアドバイスをを行います。

<利用方法>

保健師がお話を伺い、ご利用可能なサービスを提案いたします。

手続き、利用期間、利用料金についての詳細は綾部市こども家庭センターへお尋ねください。



出産後すぐから、どなたでも利用できます。
産後のお悩みや不安をひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。



詳細はこちら

こんにちは赤ちゃん訪問事業

生後4か月までの乳児のいるすべてのご家庭に保健師または管理栄養士が訪問し、子育てに関する情報の提供、子育ての不安や悩みの相談等をお受けします。

<対象> 生後4か月までの乳児・産婦
<内容> ・体重など計測 ・育児、授乳の相談 ・予防接種予診票の配布 など
※妊娠期の訪問、新生児訪問等も随時行っています。



子育て世帯訪問支援事業

家事や子育てに不安を抱えるご家庭に訪問支援員が訪問し、お悩みを聞きながら家事や育児のサポートをします。

※利用方法など詳しくは綾部市こども支援課児童相談担当（42-4251）へお尋ね下さい。

母子栄養強化事業

お母さんの健康保持と赤ちゃんの健全な発育を目的に、牛乳などの栄養食品を支給する制度です。所得などの条件があります。詳細は綾部市こども家庭センターへお問い合わせください。



乳幼児健康診査

4か月児健康診査、10か月児健康診査、1歳6か月児健康診査、2歳児歯とことばの検診、3歳児健康診査を綾部市こども家庭センターで行います。年間日程は都合により変更する場合がありますので、実施日の約1か月前に通知する案内をご確認ください。

離乳食講座

「離乳食っていつから始めるの?」「どう進めたらいいの?」と悩むことはありませんか。離乳食づくりのポイントをお話しています。ご家族揃ってお気軽にご参加ください。ご希望のコースへお申し込みください。（完全予約制）

申し込み締め切りは4日前までです。講座の間は託児も可能です。

<対象> 生後5～11か月頃の乳児とその保護者
<会場> 綾部市こども家庭センター
<内容> スタートコース
講座：初期の離乳食について
時間：9時30分～10時30分
ステップアップコース
講座：中・後期の離乳食について
時間：10時45分～12時30分



申込はこちら

離乳食の
動画は
こちら



初期



中期・後期

育児相談

「体重を測ってほしい!」、「母乳が足りているのか心配…」、「歯はちゃんと磨けている?」、「離乳食はどう進めればいい?」、「子どもの発達が気になる…」など、日ごろ感じておられることをお気軽にご相談ください。予約なしでも参加可能です。

<対象> 生後4か月から就学前の乳幼児とその保護者
<会場> 綾部市こども家庭センター
<内容> 身体計測、発達相談
保健師、管理栄養士、歯科衛生士、助産師、臨床心理士があなたのお悩みを一緒に考えます。



申込はこちら

子育てについて



すこやかクリニック

お子さんの発育のこと、ことばが少ない、発音がはっきりしない、落ち着きがない、苦手なことが多くてこだわりがあるなど、子育てのお悩みや気になることをお気軽にご相談ください。（完全予約制）

- <対象> お子さんの身体の発育発達や言葉、こころの成長について不安・心配のある方
- <時間> 午後（個別に受付時間をご案内します）
- <会場> 綾部市こども家庭センター
- <持ち物> 母子健康手帳・バスタオル・問診票
- <内容> 医師、言語聴覚士、作業療法士、臨床心理士、保健師、管理栄養士等が相談に応じます。



すくすく発達相談

お子さんの発育のことや子育てのやりにくさ、お子さんへの接し方などのお悩みを専門家に個別に相談できます。（完全予約制）

- <対象> お子さんの発達や、こころの成長について不安・心配のある方
- <時間> 午前・午後（個別に受付時間をご案内します）
- <会場> 綾部市こども家庭センター
- <持ち物> 母子健康手帳・問診票
- <内容> 発達検査、その他、臨床心理士等が相談に応じます。



こどもと家族の相談室 パパ・ママカウンセリング

子育てや家族関係の不安、悩み、お子さんの発達で気になるなどの相談に、臨床心理士がゆっくりとお話を伺います。（完全予約制）

- <対象> お子さんの発達や、こころの成長について不安・心配のある方
- <時間> 13時30分～、15時00分～
- <会場> 綾部市こども家庭センター



申込はこちら



ペアレント・プログラム事業

こどもへの良いかわり方や、こどもの気になる行動への効果的な対応方法を学び、保護者が安心して子育てできるようになることを目指す教室です。

<開催時期> 夏、冬のそれぞれ6回シリーズ



子育てこころの相談室

子育ての大変さ、イライラ、不安など、ゆっくりお話を伺います。

利用希望の方は、綾部市こども家庭センターへご連絡ください。



親子クッキング

親子で、「食」について楽しく学ぶ教室です。実施の約1か月前から申し込み可能です。

- <対象> 5歳～小学6年生のお子さんとその保護者
- <時間> 9時30分～13時30分
- <会場> 綾部市こども家庭センター
- <持ち物> エプロン、三角巾、お手拭き
参加費1人500円

<協力> 綾部市食生活改善推進員協議会

開催日が決まりましたら、
市HP等でお知らせします



きょうと妊娠から子育て SNS相談

妊娠、出産、子育て等に関する悩みについて、助産師等の専門家にLINEで相談できます。
1人で悩まずお気軽にご相談ください。



相談はこちらから

- 24時間受付、原則24時間以内に返信（ただし、日曜・祝日・年末年始は除く）
- 男性も女性も、全ての方にご利用いただけます。

あやべファミリー・サポート・センター

「依頼会員」（子育てを応援してほしい人）と「提供会員」（子育てを応援したい人）を繋ぐお手伝いをする組織です。

<支援内容>

・こどもの送迎

保育施設、学童、習い事などへの送迎

・こどもの預かり

冠婚葬祭、きょうだいの学校行事、買い物など外出したい時、保護者がリフレッシュをしたい時など

<利用方法>

登録、利用方法、利用料金等の詳細はセンターまでお問い合わせ下さい。家庭状況により利用料の助成制度があります。

問い合わせ：あやべファミリー・サポートセンター

<住所>綾部市上野町上野122-1
(せんだん苑南こども園の横)

<電話>0773-42-5090

<FAX>0773-42-5055



公式LINE
QRコード

地域子育て支援センター

未就園のこどもとその保護者に遊びの場を提供しています。妊婦さんも参加できます。お友達と遊んだり、親同士おしゃべりをして悩みを相談したりと、親子で安心して楽しめる場所です。



クレヨンひろば

せんだん苑こども園内（青野町宮ノ前28）
電話 0773-43-2547



公式LINE
QRコード

おひさまひろば

中筋幼稚園内（大島町外山田8-14）
電話 0773-42-1588

たけのっこくらぶ

綾東こども園内（十倉名畑町三ツ辻7-2）
電話 0773-45-1488



公式LINE
QRコード

さくらんぼ広場

吉美こども園内（有岡町樋ノ本26番地）
電話 0773-42-0296



公式LINE
QRコード

あやっこひろば（綾部市子育て交流センター）

赤ちゃん休憩室や個室の授乳室、おむつ交換室、こどもトイレがあり、こどもと一緒に安心して遊ぶことができる施設です。



ベビーエリア

赤ちゃんが発達に合わせて多様に体を動かして遊べるエリア。

ロールプレイエリア

木製遊具やままごとセット、ジオラマテーブルなど、想像力を育む遊びがそろっています。



アクティブエリア

走る、跳ぶ、回る、登るなど全身を使ったダイナミックな体遊びが楽しめます。



あやテラス

<住所>綾部市青野町西馬場下35番地の1

<電話>0773-45-6377

<開館時間>午前10時から午後5時まで

<休館日>月曜日（祝日の場合は次の平日）、
12月29日から1月3日まで

子育て支援団体（子育てサークル）

地域の方や民生児童委員さんが、未就園のこどもとその保護者に遊びの場を提供されています。

詳細は、クレヨンひろば（電話0773-43-2547）へお問い合わせください。

地区	団体名	場所
綾部	おしゃべりカフェ (多胎児サークル)	クレヨンひろば
綾部	ミニ保育	クレヨンひろば
豊里	豊里びよびよ クラブ	里山ねっと・ あやべ他
吉美	きみっこひろば	農業振興センター
物部	虹っこ	物部保育園 他
上林	ふれあいセミナー	中・奥上林の屋内外
八田	わくわく広場	なかすじ 児童センター 他
志賀郷	なかよしひろば	旧天使幼稚園 他
中筋	わいわい広場 「ぐるるんぱ」	ふれあいセンター (大島町)