

子育て情報誌

佐賀県で楽しむ

おやこの時間

OYAKO NO JIKAN

2021

特集 01 佐賀県は大きなテーマパーク!

特集 02 子どもと一緒におでかけしよう!

TAKE
FREE



子育てを楽しみましょう！

佐賀県では、県内にお住まいの方々はもとより、広くたくさんの方に「佐賀県で子育てしたい!」と思っていただけるように、「子育てし大県“さが”プロジェクト」に取り組んでいます。

このプロジェクトでは、おでかけ情報や子育てに役立つ施設・サービスなど様々な情報をお知らせするポータルサイトを開設。また、佐賀県では、コロナ禍でも安心して多彩な自然体験を楽しむ「OPEN-AIR佐賀」の拠点を広げています。豊かな自然、歴史や文化など、たくさんの「本物」がある佐賀県。子どもたちがそうしたものに触れ、いろいろな体験をすることで、「わたしはこれがしたい」という積極性や探求心、想像力が培われ、未来に向かって歩いていく大きな力になると確信しています。

子育てをしていく中で、様々な悩みや不安を感じることもあるでしょう。そんな時は、周りを頼ったり、子育て仲間と交流する時間を作ったりしてみてください。県でも、楽しく子育てができる環境づくりを進めていきます。

佐賀県のいろいろな場所に出かけ、子どもたちと過ごすかけがえのない時間を、存分に楽しんでください!



佐賀県知事 山口 祥義よしのり

山口知事おすすめ!

子育て中、家族で歌った思い出の3曲を紹介♪

- ① あの花のように (1971年)
作詞/作曲: 丹羽 謙次
- ② ソレ! はくしゅ (1972年)
作詞: 井出 隆夫 作曲: 福田 和禾子
- ③ 勇気100% (1993年)
作詞: 松井 五郎 作曲: 馬飼野 康二



みなさんも家族で楽しめるお気に入りの曲を見つめませんか?

もくじ

2 特集 01 | 佐賀県は大きなテーマパーク!

16 特集 02 | 子どもと一緒におでかけしよう!

- 17 少年自然の家で自然体験!
- 18 子育てに優しいサービスのあるお店!!
- 20 児童館・児童センターへ行ってみよう!
- 21 図書館は私の本棚

22 To become cool PAPA ~ パパになるということ ~

23 For MAMA ~ ママに知っておいてほしいこと ~

24 祖父母は親世代のサポーター

26 ママたちの涙

27 地域子育て支援拠点

28 一時預かり・一時保育

29 病児・病後児保育

30 ファミリー・サポート・センター

32 子育てし大県“さが”タクシー

33 妊娠・出産・育児相談窓口

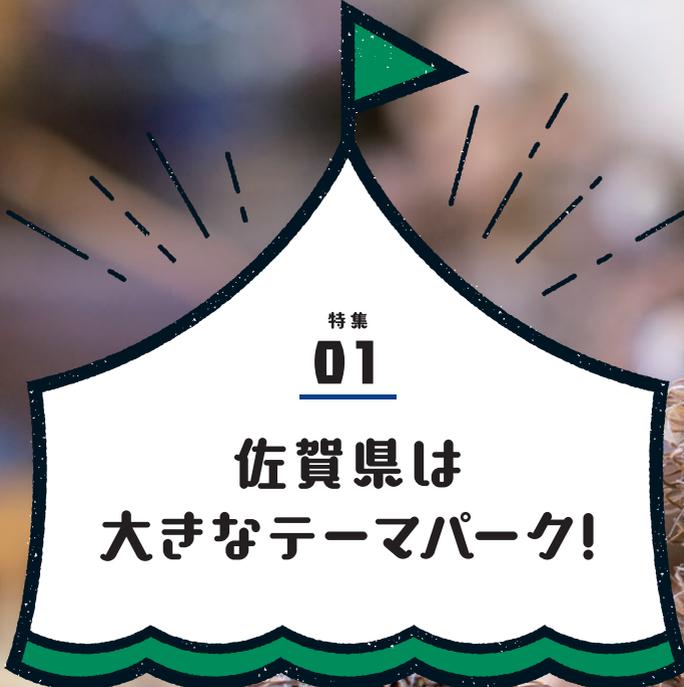


佐賀県子育て応援キャラクター
「さがっぴい」

こ そだ たい けん 子育てし大県“さが” プロジェクトとは ?

結婚、出産、子育ての希望がかなう環境を整え「佐賀で子育てをしたい」と思ってもらえる佐賀県づくりを推進するプロジェクトです。





特集

01

**佐賀県は
大きなテーマパーク!**

佐賀県には魅力的な公園・施設や親子に嬉しい

おでかけスポットがたくさん。

遊び・学び・体験のつまった11の公園・施設を巡って

親子で思いっきり楽しみましょう！



01

● 神埼市・吉野ヶ里町

アドベンチャーバレー SAGA



森へ冒険に出かけよう！ 西日本最大級の自然共生型・複合型 アウトドアパーク誕生！！

「アドベンチャーバレーSAGA」が、2021年春にグランドオープン！自然共生型アウトドアパーク「フォレストアドベンチャー・吉野ヶ里」に、山から山へ最長270mを滑り降りる「ジップトリップツアー」が新たに加わったよ！併設する「トレイルアドベンチャー・吉野ヶ里」では、e-MTB(電動アシスト付きマウンテンバイク)などいろいろな乗り物が初心者から楽しめる♪大自然の中、思いっきり楽しもう！



住 神埼郡吉野ヶ里町三津2753-375
時 9:00~17:00(最終受付15:00) ※季節によって変更あり
問 090-2722-2753
料 【フォレストアドベンチャー・吉野ヶ里】
 アドベンチャーコース 3,800円 キャンピオコース 2,800円
 キッズコース 1,500円 ジップトリップツアー 6,800円
 【トレイルアドベンチャー・吉野ヶ里】
 トレイル利用料 2,500円
 レンタル料 MTB 2,300円 e-MTB/e-Bike 3,800円
 ヘルメット 1,000円

※要予約(コースによって年齢や身長制限など利用条件あり)

定休日：年中無休(天候等により臨時休業あり)

駐車場：普通車68台

アクセス：長崎自動車道東脊振インターより車で約8分

アドベンチャー
バレー SAGA
(旧トム・ソーヤの森)



02

● 神崎市・吉野ヶ里町

吉野ヶ里歴史公園 ～遊びの原～



歴史を学べる公園は ふわふわドームやローラー滑り台など 楽しい遊具が盛りだくさん!!

物見やぐら風の展望台があるアスレチックやふわふわドーム、ローラー滑り台などの楽しい遊具のほか、野外炊事コーナーではバーベキューもでき、子どもから大人まで一日遊べること間違いなし! 復元された弥生時代の環壕集落内で「勾玉づくり」や「火おこし」の体験もできる♪ 今年には開園20周年を迎え、楽しいイベントもりだくさんだよ!



住 神埼郡吉野ヶ里町田手1843
時 9:00～17:00(6月～8月(は18:00))
問 0952-55-9333
料 大人(15歳以上)460円・中学生以下無料
 シルバー(65歳以上)200円

定休日：12月31日、1月の第3月曜とその翌日
 駐車場：約330台(西口駐車場)
 アクセス：長崎自動車道東脊振ICから車で約8分
 JR神埼駅から徒歩で約15分



トイレ オムツ替えシート 休憩所 芝生広場 ボール遊び 駐車場 自販機 水遊び

佐賀県立21世紀県民の森



自然豊かで景色がサイコー!!
 親子で行きたい
 水と緑が広がる冒険王国!!

北山湖一帯を整備した自然公園♪湖畔や林の中を走る全長約6キロのサイクリングロードや北山湖で楽しむペダルボートや手こぎボートで自然を満喫しよう。ジェットローラーすべり台やアスレチックもあるよ♪



住 佐賀市富士町藤瀬724-4
 時 9:00~17:00
 問 0952-57-2341

駐車場：約150台

アクセス：長崎自動車道佐賀大和ICより車で約30分
 JR佐賀駅より車で約40分



体験してね



北山ダム周辺に広がる佐賀県立21世紀県民の森では、「森林学習展示館」で勉強したり、自然の中でいろんな体験ができたりします。★

ふれあいの森

第2サイクルステーションの丘の上には広い草原が広がり、たくさんのアスレチックが並んでいます。ジャングルジムやジェットローラー滑りに子どもたちも大喜び!



北山森クラブ

(森林学習展示館) ~きのみちば~

ロッジ風のかわいい北山森クラブでは、楽しい工作体験ができます。木の葉や木の実、貝殻などを自由に組み合わせて世界に一つの作品が作れます。(材料費が200円~1,000円かかります。)



ママコメ



思いっきり走り回って、子どもたちがすごく喜んでくれてよかったです。空気も良いし、私もリフレッシュできました。

キッズコメ



パパが手伝ってくれたから上手にできた。材料がいっぱいあって、とっても楽しかった!!

佐賀県立21世紀県民の森・ほおのき 一般財団法人 スマイルアース

住 佐賀市富士町大字藤瀬724-4

料 無料

時 9時~17時

間 0952-57-2341

休 第2水曜日、年末年始(12月29日~1月4日)

URL <http://www.smile-e.org/>

NPO法人 みんなの森プロジェクト事務局

住 佐賀市富士町古場1148-10

料 無料

時 9時~18時(3月~10月)、9時~17時(11月~2月)

間 0952-57-2237

休 年末年始のみ

URL <http://www.minnanomoripj.org>



トイレ



オムツ替えシート



休憩所



芝生広場



ボール遊び



駐車場



自販機



水遊び



04

●佐賀市

干潟よか公園



急角度のフリーフォールすべり台や
スピード満載の草スキー!!
勇気を持って楽しもう!!

急角度のフリーフォールすべり台は君の勇気が試される!?
他にもターザンロープやコンビネーション遊具などがあり、
龍の形をした「らせんすべり台」や「3連すべり台」も! 芝生広場
も広く、ボール遊びなどが可能!! 東与賀海岸のシチメンソウ
が紅葉する11月上旬もおすすめ♪



住 佐賀市東与賀町下古賀2885-2
時 9:00~16:00(時期により異なる)
問 0952-45-5366

定休日: 月曜(祝日の場合は翌日)
12月29日~1月3日

駐車場: 約200台

アクセス: 長崎自動車道佐賀大和ICより車で約45分
JR佐賀駅より車で約30分

※じゅじゃぶ池は新型コロナウイルス対策として閉鎖
中です。



05

●武雄市

佐賀県立宇宙科学館《ゆめぎんが》



宇宙の不思議にわくわく！
プラネタリウムや天文台で
楽しく学ぼう!!

“ゆめぎんが”では、宇宙発見ゾーン・佐賀発見ゾーン・地球発見ゾーンからなる展示ゾーンと、映投機器を備えたプラネタリウムや天文台で楽しく宇宙科学を学べるよ!! 月面歩行の疑似体験やリアモーターカーの試乗体験など、体験型の展示も充実! 授乳・おむつ交換スペースも完備。



※展示内容は変更になる場合がございます



住 武雄市武雄町永島16351
時 (火～金)9:15～17:15・(土・日・祝)9:15～18:00
間 0954-20-1666

料 常設展示観覧料: 大人520円・高校生310円
小中学生200円・4歳以上の幼児100円
※プラネタリウム観覧料: 別途同額

定休日: 月曜(祝日の場合は翌日)・12月29日～1月1日
※その他の休館日はHPでご確認ください

駐車場: 約500台

アクセス: 長崎自動車道武雄北方ICより車で約15分
JR武雄温泉駅より車で約10分、バスで約10分(宇宙科学館前行・土日祝のみ運行)



トイレ オムツ替えシート 休憩所 芝生広場 ボール遊び 駐車場 自販機 水遊び

06

●小城市

小城公園



元気いっぱい遊びましょう！ 小城公園内、「元気広場」！

小城の滝、じゃぶじゃぶホテル池（3月～11月）、噴水などで水遊びができるウォーターテラスや冒険トリデ、草ソリができるちびっこゲレンデなど子どもが喜ぶ遊具もいっぱい！

また、小城公園は「日本さくら名所百選」に選ばれるほどの桜の名所。春には、約3000本の桜が色あざやかに咲き誇り、見ごたえ抜群。ベビーカーでの散策コースにもおすすめですだよ♪



住 小城市小城町185
時 9:00～17:00(元気広場)
問 0952-37-6129

定休日：年中無休
駐車場：約400台
アクセス：JR唐津線小城駅から徒歩3分
※ちびっこゲレンデのソリは要持ち込み



07

●嬉野市

みゆき公園



広大な芝生広場や
春に咲くふじの花がおすすめ!!
ロッククライミングやアスレチックも楽しいよ!!

広い芝生広場や、春、公園の外周一面に咲くふじの花がおすすめの公園。嬉野温泉にちなんだ「おせんすライダー」やロッククライミングやターザンロープなどのアスレチック遊具が満載!!



住 嬉野市嬉野町下宿甲2834
時 7:00～18:00
問 0954-42-0099

定休日：12月29日～1月3日
駐車場：約170台（記念広場北）
アクセス：長崎自動車道嬉野ICより車で約3分
JR武雄温泉駅より車で約30分



トイレ オムツ替えシート 休憩所 芝生広場 ボール遊び 駐車場 自販機 水遊び

玄海町次世代エネルギーパーク あすぴあ



エネルギーと遊び、学ぶ。
みんなで考えるエネルギーの未来を、
“あすぴあ”で見つけよう!!

“あすぴあ”では、太陽光、風力、水力、水素、バイオマスなどの次世代エネルギーについて、目で見て手で触れて遊びながら楽しく学べるよ。1階展示室に『バイオガス発電ボールコースター』が登場！さらに、外の公園エリアにはソリゲレンデやバーベキュー広場など自然の中で遊べる施設がいっぱい!!



住 東松浦郡玄海町今村4560-1

時 9:00~17:00

問 0955-51-3080

定休日：第3月曜（祝日の場合は翌日）

12月29日~1月2日

駐車場：あり

アクセス：長崎自動車道多久ICより車で約71分

JR西唐津駅より車で約30分



松浦河畔公園



海の生き物が付いたカラフルな
複合遊具で海中探検気分!!

土・日・祝日には「ミニSL広場」も登場!

海の生き物が付いたカラフルな複合遊具を始め、ザイルクライミングやSLをモチーフにした遊具や築山を利用したモーグル滑り台などたくさんの遊具があるよ♪土曜・日曜・祝日には「ミニSL広場」が登場!! 手作りの「新幹線700系」や人気キャラクターの車両に乗って1周300mを走り抜けよう!! (ミニSLは不定期で運休する場合あり)



住 唐津市原1774-1
時 9:00~19:00(10月~3月は18:00)
問 0955-72-9250

駐車場: 約100台

アクセス: 長崎自動車道多久ICより車で約41分
JR鬼塚駅より車で約4分
西九州道唐津ICより約5分



いまり夢みさき公園



海と山に囲まれた
自然豊かな公園!!
広い草スキー場は大人気!!

イマリンビーチ近くのと海と山に囲まれた自然豊かな公園。
幼児用と児童用の遊具ゾーンに分かれているので、小さい
子ども連れのパパやママも安心して遊ばせられるよ♪
大人気の草スキーは、ソリを無料で貸してくれる★



住 伊万里市黒川町福田1087
時 駐車場利用時間 8:30~17:00
(4月~9月の土曜・日曜・祝日は8:30~18:00)
問 0955-27-0240 (管理事務所)
※団体利用の場合は事前にご連絡ください
不在の場合は0955-23-2476
(伊万里市役所建設農林水産部都市政策課)

定休日：年中無休 (12月28日~1月4日は管理員不在)
駐車場：約290台 (大型車用4台含む)
アクセス：長崎自動車道武雄北方ICより車で約40分
JR伊万里駅より車で約18分





●江北町

江北町みんなの公園



芝生広場や木の温もりのある遊具に 子どもたちは大はしゃぎ！ 親子でのんびり過ごそう♪

芝生広場では走り回ったり寝転んだり遊び方はいろいろ。ウッドチップが敷き詰められた遊具広場では、小さいお子さんも安心して遊べるよ。木造りの交流棟には、絵本やすべり台がある「こどものへや」や、おしゃべりや飲食ができる「みんなのリビング」も！「37cafe」のランチやスイーツもおすすめ☆



住 許島郡江北町大字佐留志1380-1
時 6:00～21:00(交流棟は9:00～21:00)
間 0952-86-5625

定休日：無し(12月28日～1月3日は休み)
 駐車場：25台
 アクセス：国道34号バイパス沿いイオン江北店南側
 JR肥前山口駅から徒歩5分
 長崎自動車道多久ICから車で15分
 武雄北方ICから車で20分





特集

02

子どもと一緒に おでかけしよう!



詳しくは



さが子育てサイト>>でかける

パパやママ必見! 子育てを応援するお店や
絵本や児童書が充実した図書館など
親子で楽しめるおでかけスポットを紹介します。

少年自然の家で自然体験！

佐賀県には、3つの少年自然の家があります。それぞれの少年自然の家では、親子で参加できるいろいろなイベントを企画しています。また、自分達でオリジナルプランを立てて、家族で利用することもできます。自然の中で家族の時間を楽しんでみませんか？



黒髪少年自然の家

大きい岩や、変わった形の岩がそびえ、いろいろな種類の植物が息息する、黒髪山のふもとにあります。豊かな自然の環境が魅力で登山やハイキング、わんぱく大冒険などが人気です。

住所 武雄市山内町宮野字古場1888-54

電話 0954-45-2170

URL <https://www.kurokami-saga.jp/>

北山少年自然の家

佐賀県の北部、脊振山系の中央にあり、「21世紀県民の森」「北山湖」に隣接した少年自然の家です。登山、野鳥観察、カヌーに天体観測と、雄大な自然で思いっきり遊べます。

住所 佐賀市富士町大字関屋字六反田514-1

電話 0952-57-2321

URL <https://www.hokuzan-saga.jp/>



はどみさき

波戸岬少年自然の家

県内で唯一、海に面した施設です。玄海国立公園内にあり、玄界灘が一望できます。カッター体験や魚釣り、シュノーケリングなどが体験できます。

住所 唐津市鎮西町名護屋5581-1

電話 0955-82-5507

URL <https://www.hadosyou-saga.jp/>

Pick up!

母たち子どもに育てる **taiken** プログラム

子どもの頃に体験したことは、将来の生き方、学び方に大きな影響を与えます。たくさん体験を通して、いろいろな事に興味、関心を持ってもらいたい。目を輝かせながら、好奇心いっぱい人生を楽しむ人に育てて欲しい。そんな想いから、佐賀県では少年自然の家での自然体験以外にも様々な体験事業を行っています。





子育てに優しい サービスのあるお店！！

もっと便利に
リニューアル！

子育て中の家庭に優しいサービスやお得な特典をうけられる“子育て応援の店”。登録店舗は佐賀県内に1,500店以上！会員登録・年会費は無料です。新サービスもスタートし、さらに親しみやすく、使いやすくなりました。会員登録して、いろいろなお店に出かけてみよう。

ステッカーが目印です

「子育て応援の店」の入口や店内に、登録店の目印になるステッカーが掲示されています。



ステッカー



お店の人に会員証を見せると 特典が受けられます

お店の人にこのパスポートを提示するだけ！特典は、店舗によってさまざまです。



「さが子育て応援 プレミアム」を新設

3人以上子育てしている
多世帯向けのサービス
や特典が追加！



このお店では
パンが当たる
くじ引きを
やっています。



どこのパンが
当たるかな？

特典でもらったパンを
みんなでいただきま〜す！





子育て応援会員特典を利用しよう！

子育てに優しいサービスや特典のある“子育て応援の店”は県内に1,500店以上！
(会員証提示の必要のない、キッズルーム有等のサービスも含む)
全国の都道府県でも佐賀県の会員証でサービスや特典がうけられます。

特典を受けるには
会員証を見せるだけ！



会員登録方法

○ LINEをご利用の方



「さがびいの
子育て応援」で検索



友だち登録するだけ！



協賛店情報や
イベント情報など
佐賀の子育て情報を
配信しています！

○ LINEをご利用でない方

①2次元コードを読み込むか、
oubo@kosodate.saga-s.co.jp
に空メール



→ ②事務局から送られるメールの
案内に従って必要事項を送
信すると登録完了

→ ③表示される画像をお持ちの
携帯やスマホに保
存する



サービスや特典はコチラ

特典・サービス等の詳細は
サイトをご覧ください。

さが 子育て応援

検索



LINEの画面からも
お店検索が可能です！

タップ！

利用料金

会員登録、年会費ともに無料



会員の対象

妊娠中の方、0歳～18歳未満のお子様がいる
保護者

このステッカーが目印！



全国共通 ◀他県では全国展開
共通マークがある
ステッカーが目印



「子育て応援の店」事業とは

「地域ぐるみで子育てを応援しよう！」という
趣旨に賛同いただいた店舗の皆様へ、子育てに
優しいサービスや特典をご用意いただき、運営し
ている佐賀県の事業です。

問い合わせ

「子育て応援の店事業」事務局
佐賀新聞社営業局内

佐賀市天神 3 丁目 2 番 23 号

☎ 0952-28-2141

FAX 0952-29-4709

✉ kosodate@saga-s.co.jp

🌐 <https://kosodate.saga-s.co.jp/>



児童館・児童センターへ行ってみよう!

「児童館」ってどんなところ?

いろいろな年齢の子どもたちが集まる、遊びの場です。遊戯室、図書室、集会室などの施設が備えられていて、無料で利用できます。年間を通して様々な行事や活動が行われており、遊びを通して子どもたちは自主性や社会性、創造性などを身に付けることができます。

利用対象

- ・0歳から18歳の子どもとその保護者
(未就学児は必ず保護者同伴)
- ・児童館運営を支援する大人

利用方法

- ・カウンターで受け付けをします。
- ・閉館まで、友達とおしゃべりをしたり、勉強やスポーツなどをしたりして、楽しく過ごせます。
- ・小学生以上は子どものみの利用も可能です。



利用者の声

- おとこ** ・夫の転勤で引っ越してきて、不安がいっぱいでしたが、友達をつくることができました。
・スタッフの方が気軽に声をかけてくださるので、ちょっとしたことでもすぐに相談できるのがいいです。
・児童館でなら、安心して遊ばせることができます。
- こども** ・休みの日は友達と待ち合わせをして、一緒に遊んでるよ。

Pick up!

小城市児童センター「ゆうゆう」

活動内容

平日は乳幼児と保護者を対象とした遊び、読み聞かせ、体操などの活動を行っています。また、子育ての不安や悩みをおしゃべりして解消する「子育てカフェ」などの子育て講座を開催しています。

また、小学生以上を対象に、登録制で一輪車、生け花、お茶、手話、クラフトのクラブを定期的に開催しています。



乳幼児のための部屋で、赤ちゃん用の授乳室やベッドが備えてあります。



ドラムやエレクトーンがあり、楽器やバンド練習ができます。

児童館・児童センター一覧

- ・三田川児童館 (吉野ヶ里町) 0952-53-1117
- ・中央児童センター (佐賀市) 0952-33-5453
- ・北部児童センター (佐賀市) 0952-62-7900
- ・川副児童館 (佐賀市) 0952-45-8926
- ・東と賀児童館 (佐賀市) 0952-34-7455
- ・久保田児童センター (佐賀市) 0952-68-3589
- ・小城市児童センター「ゆうゆう」(小城市) 0952-72-1300
- ・多久市児童館 (多久市) 0952-75-6621
- ・さくら児童館 (玄海町) 0955-51-3041
- ・みどり児童館 (玄海町) 0955-52-3028
- ・西唐津児童センター (唐津市) 0955-74-7779
- ・外町児童センター (唐津市) 0955-72-4447
- ・高串児童館 (唐津市) 0955-54-0256
- ・鳥栖市児童センター (鳥栖市) 0942-85-3616
- ・みやき町児童館(こども未来センター) (みやき町) 0942-89-4099
- ・伊万里市大川児童センター (伊万里市) 0955-29-2286
- ・江北町こどもセンター「うるる」(江北町) 0952-65-1265



図書館は私の本棚

佐賀県立図書館の1階には子どものための「児童図書閲覧室」があります。
児童書や絵本を置いています。

新刊児童書を全点購入しています



佐賀県では子どもたちが本に親しみ環境づくりを推進するため、2015年から、新刊児童書を全点購入しています。

本は1人15点まで借りることができます

本を借りるには？

「利用者カード」が必要です。現住所・氏名・生年月日が確認できるもの（運転免許証など）をお持ちください。詳しくはお問い合わせください。お子さま名義の利用者カードも作れます。

読みたい本は地元の図書館でお取り寄せ！

「県立図書館までは遠くて…」という方も大丈夫！読みたい本をインターネットで予約して、お近くの図書館で受け取ることができます。気になる本があったら、県立図書館に相談してみてくださいね。

パパ読んでー！



Pick up!

公園に隣接したオープンスペース「こころざしの森」

県立図書館の1階公園側にある、親子でゆっくりとくつろげる空間「こころざしの森」。本を読むだけでなく、飲食物の持ち込みができ、どなたでも利用できるスペースです。ぜひ、遊びにきてください！

「こころざしの森」はこんなところ

- ・畳敷きのスペースがあり、親子でゆっくり読み聞かせできます。
- ・定期的におはなし会を開催しています。
- ・中学生・高校生向けのティーンズコーナーを設置しています。



※「こころざしの森」の森の字は、3つの本で構成した創作漢字です。

●問い合わせ

佐賀県立図書館

佐賀市城内二丁目1-41 ☎0952-24-2900
休館日：毎月最後の水曜日
開館時間：9時～20時

児童図書閲覧室の開室時間：10時～17時
「こころざしの森」の開室時間：10時～18時
※児童図書スペースは17時まで
<https://www.tosyo-saga.jp/>

To become cool PAPA

～ パパになるということ ～ 

子育ての極意は、夫婦一緒に育児をすること。

もっと育児を楽しむために先輩パパからのアドバイスをご紹介します。

★ 良いパパではなく、
笑っているパパになろう。



子育てに正解はありません。肩の力を抜いて子どもに接しましょう。パパとママが笑っているのが子どもにとっての幸せです。

★ 子育ては期間限定の
プロジェクトとして楽しむ。



子どもの成長はあっという間。この貴重な期間を子どもと一緒に思いきり楽しみましょう！

ココがポイント



家事も育児もやってるよ！というパパも多いと思います。
夫婦での家事がさらにうまくいくコツを紹介！



★ 家事は夫婦で分担

家事や育児は「手伝う」ではなく共同作業です。夫婦で気持ちよく役割分担を行えるように話し合うことが大切です。



★ 後片付けは最後まで

食事後は流し台にもっていくだけではなく、洗い物もしっかりやるのが大事ですよ。

★ 得意なことを見つけてみよう

お散歩や外遊び、読み聞かせなど得意なことを見つけて子どもとの時間を増やすのもオススメです。

パパの育児休業

育児休業はパパも取得できます。ママが専業主婦の場合でも取得可能です。育児休業を取ることで、赤ちゃんとの絆が深まるだけでなく、ママへの理解が深まります。「どのタイミングで」「どのくらいの期間」取得するのかなど、2人でよく話し合って検討してみましょう。

両親で協力して育児休業を取得するための特例

特例① 夫婦で取得すると、1歳2か月まで休業できます。

特例② ママの産後休業中に、パパが育児休業を取得した場合、パパは2度目を取得できます。



For MAMA

～ ママに知っておいてほしいこと～



子育てや家事を自分がやらなければならないと思いませんか？
パパも家族の一員として活躍してもらうためにも、日頃からの役割分担は大切です。夫婦でもお互い育ってきた環境は違います。一緒に暮らしだして初めて見えてくることもたくさん。お互いの考え方をしっかりと話し合いながら、少しずつ自分たちの家族のカタチを作っていきます。

1

見張り役ににならない

特に多いのは家事の場面。パパの家事にダメ出しをせずに、見守り、取り組んだことに対して感謝の気持ちを伝えましょう。注意点は、その後と言うと効果的です！



2

具体的に伝える

男性は察することが苦手と言われてます。役割分担や頼みたいことは具体的に伝えてください。洗濯や掃除など、どんな家事をしてほしいのかは、はっきりと伝えましょう。

3

パパの自信を育てる

おむつ替えや寝かしつけなど、自分がやった方が早いと思う場面でも任せてみることで、パパもできるようになります。



4

ヒーローコールはパパに

幼稚園や保育園からの緊急連絡を「ヒーローコール」と呼びます。かかりつけ医やいつも飲んでる薬などの対応は子どもの状況を理解していないとできません。ヒーローコールをパパに設定することで、子どもの体調管理など夫婦で把握するきっかけにもなります。

感謝することが大切！



家事や子どもの世話をしてくれたら、すかさず「ありがとう。」と感謝しましょう。口を出したり、やり直したりせず、ぐっと我慢。ママの優しい言葉と子どもの笑顔が、パパのパワーの源です。



「ぜひパパに見せたい！」

〔佐賀県版父子手帳〕

SAGA PAPA
POCKET BOOK

楽しみながら
「パパの心構え」を学べますよ！



●問い合わせ 佐賀県男女参画・女性の活躍推進課
☎ 0952-25-7062

祖父母は 親世代のサポーター



「子どもたちが健やかに成長してほしい、幸せになってほしい」と願うのは、親たちだけではなく祖父母も一緒。子育てには、母親、父親はもちろん、祖父母、そして地域の方々のサポートも大きな力になります。

上手な付き合い方



祖父母にとって孫と関わることは、元気がもらえて生活に張りがでるなど魅力がいっぱい。子育てに関わる祖父母と親とのよりよい関係づくりが大切です。

ポイント



育児の主役は、パパママ。
祖父母はサポーター。
今と昔の子育ての
違いを知る。

★ 祖父母側

嬉しかったこと

- ★ 感謝される
- ★ 頼りにされる
- ★ 大切にされる



気づかいが欲しかったこと

- 意見を否定される



★ 親側

嬉しかったこと

- ★ 子どもの面倒を見てくれる
- ★ 子どもの個性を認めてくれる
- ★ 労ってくれる

気づかいが欲しかったこと

- 子育て論を押しつけてくる
- 親の批判をする
- 昔の知識で接する



楽しい“孫育て”のコツ



- “まあ、いいか”の気持ちを持つのが大事です(60歳代)
 - 親世代も立派な大人。自分の考えを押し付けない(60歳代)
- 孫への食事、プレゼントなど何かするときには、親に確認する(60歳代)
 - 他の子と比較せず、孫をたくさんほめてあげましょう(70歳代)

ここが変わった！ 子育ての 昔 と 今

子育ては時代と共に変化・進歩するため、異なる世代が「今どきの子育て」に向き合うには、世代間ギャップを感じる場合もあると思います。その違いをお互いに知っておくと、ギャップに戸惑うことなくスムーズな子育てにつながります。



昔

抱っこ

“抱きぐせ”がつくので、赤ちゃんはあまり抱っこしない。



授乳

授乳は3時間おき。



卒乳

母子健康手帳に「1歳までに断乳（ママがリードして授乳をやめること）の完了」という記載があった。

むし菌の予防

離乳食は大人が噛み砕いた食べ物を子どもに与える、箸やスプーンを共用する。



おむつはずれ

早めにはずしたほうがいい。



日光浴

くる病（ビタミンD欠乏症）の予防に日光浴が大事。



食物アレルギー

今ほど多くはありませんでした。

今



抱っこは自己肯定感を与え、人への信頼感が育つなど、心の成長に大切です。たくさん、抱っこしてあげましょう。

母乳の場合は、赤ちゃんが欲しがったら授乳しましょう。

自然とおっぱいから離れていくまで、授乳して問題ありません。授乳の終わりも「卒乳」とやさしく表現します。

生まれたばかりの赤ちゃんにむし菌菌はいません。むし菌菌は大人の口からうつるため、噛み砕いてあげず、箸やスプーンの共用もやめましょう。

子どもの体調や発達をみながら、焦らずのんびりと進めましょう。

母子健康手帳でも「日光浴」の記述が消え、赤ちゃんを外気や温度差に慣らす「外気浴」を勧めるようになりました。紫外線が強い時間帯（10時～14時）はなるべく避け、帽子などで直射日光を受けないようにしましょう。

さまざまなアレルギーがあるため、食べ物は、親に確認してから与えましょう。

子どもたちは、いろいろな世代の人たちと幼い頃から関わることでより多くの愛情を受け、体験を豊かにし、健やかな育ちにつながります。ぜひみんなで子育てを楽しみましょう！



ママたちの涙

この子の命は私が守らなくちゃ！でも、怖い。分からない。不安。孤独。たくさんのママたちが同じ気持ちを抱えて時には涙を流しています。子育ては楽しいだけでなく、うまくいかないことだってあります。そんな時は、家族に本音を話したり、ママ友・パパ友に相談したり、育児サークルや次のページから紹介する施設やサービスを利用したりしてみてください。子育ては一人では難しい。まわりを頼って、時には息抜きしていいんです。

なんにもできずに
1日が終わっちゃう。
私ってダメなママ？

時間があっという間に過ぎてしまい、洗濯物も干せないまま夕方になっていくことも。他のママに比べ私はできない人間なんじゃと落ち込んでいます。

パパが子どもを
見てくれない！！

夫に「ちょっと見てて」って頼んでも、子どもが泣いたり、ぐずったりするとすぐ私に頼ってきます。

うまくおっぱいを
あげられないなんて
ママ失格かな…



毎日頑張っているのに
自分を認めて
もらえなくて
寂しい

とにかく、孤独…

ずっと家の中にいて、社会とのつながりがなく、心のよりどころがありません。お母さんだから頑張らなきゃと思うけど、誰とも話すことがないと、孤独を感じます。

大丈夫！
ママへのサポートが
たくさんあります！

次ページへ →

気軽に集まろう！

地域子育て支援拠点

地域子育て支援拠点とは

公共施設や保育所、認定こども園や児童館等の地域の身近な場所で、子育てサロンや、親子の交流、育児相談、情報提供などを行っています。子育て中の親子が気軽に集い、うち解けた雰囲気の中で語り合い相互に交流しながら、地域の子育て力の向上に取り組んでいます。



Pick up!

〈佐賀市の場合〉

佐賀市子育て支援センター 「ゆめ・ぽけっと」

佐賀市・エスブラッツにある「ゆめ・ぽけっと」は滑り台や遊具、絵本など楽しさいっぱいです。常に保育士さんがいて、子育ての悩みも気軽に相談できます。



さが子育てサイト>地域子育て支援拠点

「ぽけっとたいむ」に参加してみよう！

親子のふれあい遊びなどを行っています。
(不定期)

一時託児(チャイルドぽけっと)

病院受診や、買い物など保護者のリフレッシュを目的に一時的な託児を利用できます。
(生後6か月から就学前の子ども)

住所 佐賀市白山二丁目7-1 エスブラッツ2階

電話 0952-40-7287

URL <https://www.city.saga.lg.jp/main/3755.html>

開館時間 10時～17時

休館日 毎週日曜日、国民の祝日(土曜日を除く)、年末年始

対象者 乳幼児とその保護者、妊婦、子育てに関する団体

ご利用前には事前の登録と予約が必要です。まずはお電話ください。

入館料 無料

託児料 1時間当たり300円/人
(最大3時間まで利用可)

※新型コロナウイルス感染症対策のため当面の間、最大2時間まで。

！困った！

！つらい！ そんな時は！

“一時預かり・一時保育”を 活用してみませんか？

保護者の病気や、パート勤務、子育てに疲れた、など家庭での保育が難しい
ピンチの時に、一時的な保育をサポートしてもらえる制度や仕組みがあります

一時預かり事業・一時保育事業とは？

日ごろは家庭で子育てをしている方でも、冠婚葬祭などの用事や、育児中のリフレッシュなどのため、一時的に保育所などを利用することができる制度です。



利用方法

〈利用方法の例〉

STEP 1 問い合わせ → STEP 2 事前登録 → STEP 3 予約する → STEP 4 支払い

希望する一時預かり保育実施施設へ直接電話をし、登録の空きがあるか、問い合わせをします。

登録の空きがあれば、お子さまと一緒に保育所などへ出向きます。

※お子さまの体調、食事内容（離乳食やアレルギーなど）の確認などの打ち合わせ

一時預かり・一時保育を希望される日時を予約します。

利用料は、当日お子さまを預けるときに保育所などへ支払いをします。

〈利用料金〉 概ね日額1,000円～2,000円程度

利用する際の注意点

- 1 事前登録が必要です
- 2 病児・病後児の子どもは預かることができません

問い合わせ /

- 利用方法などは各市町によって異なります。詳しくは各市町担当窓口にお問い合わせください。
- 私立幼稚園でも一時預かりを行っています。詳しくは、お近くの私立幼稚園にお問い合わせください。



さが子育てサイト>一時預かり

いざというときに

病児・病後児保育

「子どもが病気だから保育所にあずけられない」、「もう少し安静にさせたいけど仕事が休めない」。そんな困った時は、特定の病院や保育所などで一時的に保育を行ってもらえます。



利用するには？

〈利用方法の例〉

STEP

1 事前登録

各保育室または利用対象区域内の市町担当窓口へ備付の「登録票」をご記入の上、事前に利用したい施設にそれぞれ提出してください。

→

STEP

2 予約

お近くの病児・病後児保育施設へ事前の予約をお願いします。

各市町によって利用方法が異なります。詳しくは各市町担当窓口にお問い合わせください。

→

STEP

3 かかりつけ医師の受診

ご利用の際には、「医師連絡票」と「保護者からの病状連絡票」が必要です。かかりつけの医師を受診し、医師から「医師連絡票」を記入していただき、「保護者からの病状連絡票」とあわせて提出してください。

〈利用料金〉 概ね日額2,000円程度

病児・病後児保育施設

佐賀市

ぞうさん保育室(橋野こどもクリニック)
佐賀市高木瀬東4-14-3 ☎0952-31-0022

かるがものへや(おたゆうこ小児科)
佐賀市木原2丁目23-1 ☎0952-26-4114

ココロ保育園
佐賀市神園3-17-46 ☎0952-65-3001

しゅしゅの森保育園
佐賀市多布施4-10-45 ☎0952-65-3884

唐津市

病後児保育しろくまくん
(NPO法人唐津市子育て支援情報センター)
唐津市東城内1-3 ☎0955-65-7501

あかみず保育園
唐津市鏡4763 ☎0955-58-8722

風の子(認定こども園厳木さくらんぼ)
唐津市厳木町中島1393番地9 ☎0955-58-9724

玄海町

病後児保育わんわん(宅幼老所 玄海園)
玄海町平尾380-1 ☎0955-51-3600

武雄市

病児・病後児保育施設 テトテ
(遊学舎 武雄こども園)
武雄市武雄町大字富岡12415-1
(遊学舎 武雄こども園敷地内) ☎080-4328-2020

神埼市

あまりえ保育園
神埼市千代田町餘江1208-2 ☎0952-37-1432

小城市

病児保育室『にこにこ』(すまいる保育園)
小城市三日月町堀江288-7 ☎0952-37-3725

ひつじさんの部屋(ひらまつ病院)
小城市小城市町1000-4 ☎0952-37-0900

江北町

スマイルルーム(古賀小児科内科病院)
江北町上小田280-1 ☎0952-86-3890

鳥栖市

レインボー保育園
鳥栖市桜町1434-1 ☎0942-84-0120

基山町

基山町保健センター
基山町大字宮浦666 ☎0942-85-9095

嬉野市

樋口医院 病児保育室
嬉野市嬉野町下宿甲1740-1 ☎0954-43-1652

伊万里市

病後児保育室すこやか
(伊万里市立母子生活支援施設すまいる)
伊万里市立花町1604-169 ☎0955-23-2174

高野ヶ野町

認定こども園 きらり
吉野ヶ野町立野1077 ☎0952-37-7577

上峰町

かんがるー(認定こども園かみみね幼稚園)
上峰町坊所710 ☎0952-52-5073

※対象者については各施設にお問い合わせください

ファミリー・サポート・センター

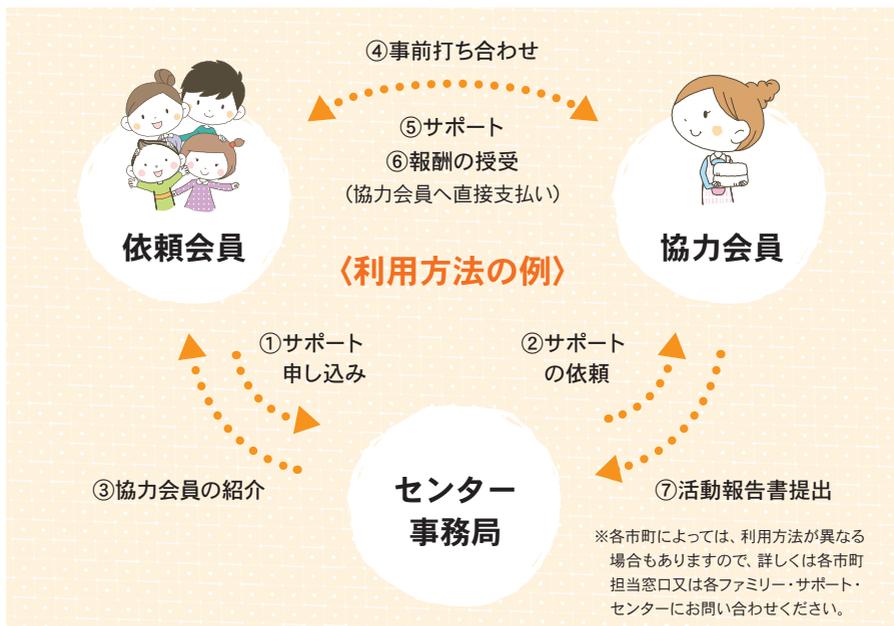
ファミリー・サポート・センターとは

乳幼児や小学生などのお子さんをお持ちの方で、保育施設への送迎や預かりなどのサポートを受けたい方（依頼会員）と、そのような子育て中の方をサポートしたい方（協力会員）を登録し、アドバイザーが互いの連絡・調整を行います。

こんなときに利用できます

例えば…

- ・保育所のお迎えの時間だけど、残業で間に合わない。誰か代わりに迎えにいてくれないかな。
- ・日曜日は友人の結婚式だけど夫も仕事。留守中の子どもが心配。
- ・病院に行きたいけど、赤ちゃんを連れていけない。だれかに見てほしい。



利用者の声

仕事復帰をきっかけに、生後2か月のときから利用しています。子育てに戸惑ったときは優しくアドバイスをもらい感謝です。



ご注意

事前登録が必要です！

急な登録では対応できないこともありますので、余裕を持ってあらかじめ登録しておきましょう。

ファミリー・サポート・センター一覧

- ・佐賀市子育てサポートセンター「ふるはあと」
佐賀市白山2-7-1 ☎0952-40-7288
- ・小城市子育て相互支援センター
小城市小城町畑田750 ☎0952-73-2700
- ・神崎市ファミリーサポートセンター
神崎市千代田町直鳥57-1 ☎0952-44-4908
- ・唐津市子育て緊急サポートセンター「ラビットくん」
唐津市東城内1-3
※玄海町の方も利用可 ☎0955-65-7500
- ・鳥栖市ファミリー・サポート・センター
鳥栖市元町1228-1
(社会福祉会館内) ☎0942-81-5477
- ・基山町ファミリーサポートセンター
三養基郡基山町大字宮浦759-1 ☎0942-92-2305
- ・多久市ファミリー・サポート・センター
多久市北多久町大字小侍40-2
(多久市児童センター内) ☎0952-75-5111
- ・伊万里市子育てファミリー・サポート・センター
伊万里市松島町391-1 ☎0955-23-5197
- ・武雄市ファミリー・サポート・センター
武雄市北方町大字志久1674-2
(子育て総合支援センター内) ☎0954-36-3700
- ・白石町ファミリー・サポート・センター
杵島郡白石町大字坂田253-1
(白石町社会福祉協議会内) ☎0954-65-8960
- ・嬉野市ファミリー・サポート・センター
嬉野市嬉野町大字下宿乙1185 ☎0954-43-0100
- ・太良町子育て相互支援センター
藤津郡太良町大字多良1-17
(社会福祉協議会内) ☎0954-67-0410
- ・鹿島市ファミリー・サポート・センター
鹿島市高津原4326-1
(子育て支援センター内) ☎0954-63-0874
- ・吉野ヶ里町ファミリー・サポート・センター
神埼郡吉野ヶ里町吉田58-1
(三田川児童館内) ☎0952-53-1117
- ・みやき町ファミリー・サポート・センター
三養基郡みやき町大字中津隈1988 ☎0942-81-6432

Pick up!

〈佐賀市の場合〉

佐賀市子育てサポートセンター「ふるはあと」

利用対象と期間

佐賀市在住または勤務をしていて、子どもが0歳から小学校6年生までの方

利用料

活動日	時間帯	1時間あたり
月曜～金曜	7時～19時	600円
上記以外の早朝、夜間、土日祝		700円
病氣回復期保育		700円

※サポートに自動車を使用した場合、おやつ・食事等を提供した場合は、別途料金が必要です。

※複数の子ども（兄弟姉妹）のお世話の場合は、2人目からは半額となり、人数によって計算します。

申込方法

登録希望の方は事前にお電話ください。予定利用日の1か月前まで
※申し込み期限が過ぎた方でも、ご相談ください。

事前打ち合わせ

サポート開始前にセンターや依頼会員宅で行います。

こんな便利なサポートがあって本当に助かります!



住所 エスプラッツ2階 佐賀市子育て支援センター「ゆめ・ほけっと」内

電話 0952-40-7288

開設時間 10時～17時

URL <https://www.city.saga.lg.jp/main/3758.html>

休館日 毎週日曜日、国民の祝日(土曜日を除く)、年末年始

運行しています！

子育てし大県“さが”タクシー

子育てし大県“さが”タクシーとは

妊婦・子どもへのおもてなしの研修を受けたドライバーが運行する、子育て世代に優しいタクシーです。

- チャイルドシートや防水シートを用意。
- 保育園や学校、塾などに子どもを送迎後、保護者に電話で報告。など、出産・子育てに特化したサービスをご提供します。

例えばこんなときにご利用ください

子ども利用

放課後児童クラブのお迎えに行かなくて、でも、仕事でお迎えにいけない…

妊婦利用

もうすぐ出産予定日。でも、家族がいないときはどうしよう…

親子利用

子どもと一緒に買い物。でも、子連れで重い荷物を持つのは…



ご利用方法



このステッカーが目印
おもてなし研修を受けた
ドライバーです！



最寄りのタクシー事業者にご連絡ください。事前に登録いただくことでスムーズな配車につながります。

ご利用日が決まりましたら、ご登録されたタクシー事業者にご連絡ください。チャイルドシートをご利用の際は、事前にお申し込みください。

ご指定いただいた場所へタクシーが伺います。

●問い合わせ 佐賀県交通政策課
☎ 0952-25-7525



ふたご・みつご子育て支援事業

「ふたご・みつご子育てし大県“さが”タクシー利用券」のご案内

県では、双子や三つ子など(多胎児)を妊娠している方や育児されている保護者を対象に、県内の「子育てし大県“さが”タクシー」で利用できる「ふたご・みつご子育てし大県“さが”タクシー利用券」(2万円相当)を交付します。

- 妊娠中及び出産予定日から18か月後の月末まで利用できます。
- 利用券1枚につき500円相当の運賃(待料金・迎車回送料金を含む)として利用できます。
- 一度に複数枚利用できます。
(例) 運賃1,200円の場合… 利用券2枚(1,000円)+200円の自己負担

申請方法

お住まいの市町の母子健康手帳担当窓口で申請となります。
※詳しくは各市町にお尋ねください。



●問い合わせ 佐賀県子ども未来課
☎ 0952-25-7381



妊娠・出産・育児相談窓口

佐賀県内には、さまざまな相談できる機関があります。まずは、誰かに話してみませんか。



● 市町の相談窓口

妊娠・出産相談		子育て相談	
佐賀市	健康づくり課 ☎0952-40-7282	保育幼稚園課 ☎0952-40-7290	
唐津市	保健医療課 ☎0955-53-8272	子育て支援課 ☎0955-72-9151	
鳥栖市	健康増進課 ☎0942-85-3650	こども育成課 ☎0942-85-3552	
多久市	健康増進課 ☎0952-75-3355	健康増進課 ☎0952-75-3355	
伊万里市	健康づくり課 ☎0955-22-3916	健康づくり課 ☎0955-22-3916	
武雄市	健康課 ☎0954-23-9131	健康課 ☎0954-23-9131	
鹿島市	保険健康課 ☎0954-68-0300	福祉課 ☎0954-63-2119 保険健康課 ☎0954-68-0300	
小城市	健康増進課 ☎0952-37-6106	健康増進課 ☎0952-37-6106	
嬉野市	健康づくり課 ☎0954-66-9120	健康づくり課 ☎0954-66-9120	
神埼市	健康増進課 ☎0952-51-1234	健康増進課 ☎0952-51-1234	
吉野ヶ里町	こども・保健課 ☎0952-51-1618	こども・保健課 ☎0952-51-1618	
基山町	健康増進課 ☎0942-85-9095	健康増進課 ☎0942-85-9095	
上峰町	健康福祉課 ☎0952-52-7413	健康福祉課 ☎0952-52-7413	
みやき町	健康増進課 ☎0942-89-3915	健康増進課 ☎0942-89-3915	
玄海町	健康福祉課 ☎0955-52-2159	健康福祉課 ☎0955-52-2159	
有田町	健康福祉課 ☎0955-43-5065	子育て支援課 ☎0955-25-9200	
大町町	子育て・健康課 ☎0952-82-3186	子育て・健康課 ☎0952-82-3186	
江北町	健康福祉課 ☎0952-86-5614	健康福祉課 ☎0952-86-5614	
白石町	保健福祉課 ☎0952-84-7116	保健福祉課 ☎0952-84-7116	
太良町	健康増進課 ☎0954-67-0753	健康増進課 ☎0954-67-0753	

● その他相談窓口

佐賀中部保健福祉事務所

佐賀市八丁畷町1-20 ☎0952-30-2183

鳥栖保健福祉事務所

鳥栖市元町1234-1 ☎0942-83-2172

唐津保健福祉事務所

唐津市大名小路3-1 ☎0955-73-4228

伊万里保健福祉事務所

伊万里市新天町122-4 ☎0955-23-2102

杵藤保健福祉事務所

武雄市武雄町昭和265 ☎0954-23-3174

総合福祉センター

(中央児童相談所)
佐賀市天祐1-8-5 ☎0952-26-1212

(北部児童相談所)
唐津市大名小路3-1 ☎0955-73-1141

妊娠SOSさが ☎0120-279-392

子育てに便利なサイトで 情報発信中!

この冊子でご紹介した内容はごく一部です。こちらのサイトでは他にも便利な情報が盛りだくさん。おでかけ情報や、イベント情報もどんどん更新していく予定です。ぜひ一度のぞいてみてください!

子育てしたい県 さが
 <https://saga-kosodate.jp/>

こちらのイラストで
ご紹介したサイトは
チェックしていただ
けましたか?



さが子育てサイト>TOP

子育てに優しい
サービスのあるお店や公園の
レポート等を随時更新



佐賀県で楽しむおやこの時間

発行：佐賀県 こども未来課 佐賀市城内 1 丁目 1-59 TEL 0952-25-7381

制作：株式会社 音成印刷 小城市小城町 253 番地 4 TEL 0952-73-4113



2016年4月発行
2021年5月改訂