

弟子屈町

子育て

マックス



弟子屈町 子育てマップ

目 次

| | |
|--------------------|----|
| 町内の病院・医院 | 1 |
| 町内の歯科医院 | 2 |
| 町外の病院・医院 | 3 |
| 医療費等の助成制度について | 7 |
| 暮らしを支える諸制度について | 9 |
| 予防接種早わかり一覧表 | 10 |
| 気がかりな症状の見分け方 | 11 |
| 健診・フッ素塗布について | 15 |
| 保育園&認定こども園・小学校 | 16 |
| 放課後児童クラブ・待合室「みちくさ」 | 17 |
| 図書館 | 18 |
| 摩周観光文化センター | 19 |
| 子育て支援センター「ひなたぼっこ」 | 20 |
| こども発達支援センター「もくば」 | 21 |
| 弟子屈町ファミリーサポート | 22 |
| いざというときに | 23 |
| 青少年健全育成事業 | 26 |
| 弟子屈町文化・スポーツ少年団活動紹介 | 27 |
| 弟子屈町内のいろいろ体験 | 29 |



町内の病院・医院



| | |
|--|---|
| JA 北海道厚生連摩周厚生病院 ☎ 4 8 2 - 2 2 4 1 ●弟子屈町泉 2 丁目 3 - 1 | |
| <診療受付時間> 月～金曜日（内科） 8：15～11：30 13：15～15：45 （整形外科） 8：15～11：30 隔週水曜日（皮膚科） 8：15～11：30 13：00～15：00 曜日、時間等を確認してから受診して下さい。 | <休診日> ・土曜日・日曜日・祝祭日・8月15日 年末年始（12月3日から1月3日） <診療科目> ・内科（午前・午後） ・整形外科（午前のみ） ・皮膚科（隔週水曜日） ・各科リハビリ |

| | |
|---|---|
| 布施医院 ☎ 4 8 2 - 2 6 6 7 ●弟子屈町朝日 1 丁目 5 - 9 | |
| <診療受付時間> 月～金曜日 8：30～11：30 13：00～15：00 | <休診日> ・土曜日・日曜日・祝祭日 第2・第4金曜日の午後 <診療科目> ・内科・小児科 |

| | |
|---|---|
| 弟子屈クリニック ☎ 4 8 2 - 2 2 2 0 ●弟子屈町湯の島 3 丁目 1 - 1 0 | |
| <診療受付時間> 月・火・木・金曜日 8：30～11：30 13：30～16：30 水・土曜日 8：30～11：30 （第2・第4土曜日休診） | <休診日> ・水曜日の午後・日曜日・祝祭日 <診療科目> ・内科・小児科 |

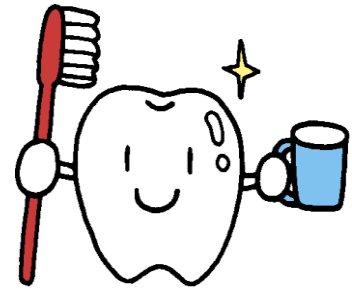
| | |
|---|---|
| 美里クリニック ☎ 4 8 2 - 8 8 8 8 ●弟子屈町美里 5 丁目 2 6 - 1 | |
| <診療受付時間> 月・木曜日 8：30～18：30 火・水・金曜日 8：30～16：30 土曜日 8：30～11：30 | <休診日> ・日曜日・祝祭日 <診療科目> ・内科・外科・整形外科 ・リハビリテーション科 |

| | |
|---|--|
| 川湯の森病院 ☎ 4 8 3 - 3 1 2 1 ●弟子屈町川湯温泉 4 丁目 8 - 3 0 | |
| <診療受付時間> 月～金曜日 8：30～11：00 （完全予約制） | <休診日> ・土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始 <診療科目> ・内科・心療内科・精神科 |

※日程等に変更がある場合もありますので、詳しくは各病院にお問い合わせください。



町内の歯科医



富本歯科医院

☎ 4 8 2 - 1 1 2 8

● 弟子屈町高栄1丁目4-8

☎ 0 1 2 0 - 4 1 8 - 7 6 4

<診療受付時間>

月・水・金曜日 9:00~17:30
火・木曜日 9:00~18:30

<休診日>

土曜日・日曜日・祝祭日

高台歯科クリニック

☎ 4 8 2 - 4 1 8 1

● 弟子屈町高栄3丁目1-2

<診療受付時間>

月~金曜日 9:00~11:00
13:30~17:00
第2・4土曜日 9:00~11:00

<休診日>

日曜日・祝祭日
第1・3・5土曜日

川湯歯科診療所

☎ 4 8 3 - 3 5 3 4

● 弟子屈町川湯温泉3丁目2-16

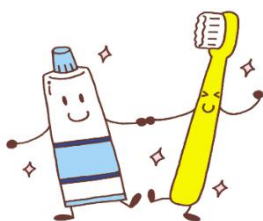
<診療受付時間>

月・火・木・金曜日 9:00~12:00
14:30~17:30
土曜日 9:00~12:00

<休診日>

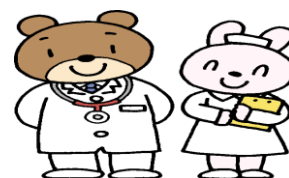
水曜日・日曜日・祝祭日
お盆(8/14~8/16)・年末年始(12/29~1/3)

※日程等に変更がある場合もありますので、詳しくは各病院にお問い合わせください。





町外の病院・医院



<総合病院>

| 病(医)院名 電話番号 住所 | 診療科目 |
|---|--|
| 市立釧路総合病院 ☎(0154)41-6121 釧路市春湖台 1-12 | 小児科・外科・消化器内科・整形外科・形成外科 精神神経科・麻酔科・皮膚科・泌尿器科 脳神経外科・心臓血管外科・眼科・放射線治療科 歯科口腔外科・呼吸器内科・リハビリテーション科 耳鼻咽喉科頭頸部外科・産婦人科・心臓血管内科 |
| 釧路赤十字病院 ☎(0154)22-7171 釧路市新栄町 21-14 | 小児科・内科・外科・整形外科・皮膚科・精神科 産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科・麻酔科・歯科口腔外科 泌尿器科 |
| 釧路ろうさい病院 ☎(0154)22-7191 釧路市中園町 13-23 | 内科・外科・整形外科・神経内科・眼科 耳鼻咽喉科・泌尿器科・形成外科・脳神経外科・麻酔科 放射線科・歯科口腔外科・リハビリテーション科 働く女性のための外来・婦人科・循環器内科・禁煙外来 緩和ケア外来・精神科・フットケア外来 睡眠時無呼吸外来・中央検査科・病理診断科 |
| 釧路孝仁会記念病院 ☎(0154)39-1222 釧路町愛国 191-212 | 脳神経外科・心臓血管外科・消化器外科内科・神経内科 循環器内科・整形外科・形成外科・呼吸器内科・内科 放射線科・リハビリテーション科・麻酔科・乳腺外科 |
| 標茶町立病院 ☎(015)485-2135 標茶町開運 4-1 | 小児科・内科・外科・産婦人科 リハビリテーション科 |
| 町立中標津病院 ☎(0153)72-8200 中標津町西 10 条南 9-1-1 | 小児科・内科・外科・整形外科・精神科 産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科・皮膚科・泌尿器科 麻酔科・循環器科・人間ドック(予約制) |
| 町立厚岸病院 ☎(0153)52-3145 厚岸町住の江 1 丁目 1 番地 | 小児科・内科・外科・整形外科(午後は予約制) 脳神経外科(午後のみ、予約制) |
| 町立別海病院 ☎(0153)75-2311 別海町別海西本町 103-9 | 小児科・内科・外科・産婦人科・リハビリテーション科 耳鼻咽喉科・皮膚科・精神科・心療内科・整形外科 |

| | |
|---|---|
| 網走厚生病院 ☎(0152)43-3157 網走市北6条西1-9 | 小児科・内科消化器科・循環器科・外科・整形外科 産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科・皮膚科・泌尿器科 呼吸器科・脳神経外科 |
| 美幌町立国民健康保険病院 ☎(0152)73-4111 美幌町字仲町2-38 | 小児科・内科・外科・整形外科・眼科・循環器内科 呼吸器内科・総合診療科・泌尿器科 |
| 小清水赤十字病院 ☎(0152)62-2121 小清水町南町2丁目3-3 | 内科・消化器内科・循環器内科・皮膚科・整形外科・ 糖尿病内分泌科・総合診療科 |



<小児科>

| 病(医)院名 | 住所 | 電話番号 |
|--------------|----------------|----------------|
| さくま小児科 | 釧路市貝塚2-6-32 | ☎(0154)43-1177 |
| シロアムこどもクリニック | 釧路市鶴ヶ岱2-2-10 | ☎(0154)41-5385 |
| 中沢医院 | 釧路市鳥取大通5-8-11 | ☎(0154)51-1001 |
| 文苑日向小児科 | 釧路市文苑1-41-11 | ☎(0154)39-2255 |
| 堀口こどもクリニック | 釧路市鳥取大通3-11-8 | ☎(0154)51-3827 |
| 夜間急病センター | 釧路市住吉2-12-37 | ☎(0154)44-6776 |
| おひさまクリニック | 釧路町桂木2丁目4番地4 | ☎(0154)38-0005 |
| 中標津こどもクリニック | 中標津町東13北6-14-2 | ☎(0153)78-8311 |
| わだ小児科医院 | 北見市幸町12-20 | ☎(0157)24-7333 |
| かみむらキッズクリニック | 北見市山下町3-1-7 | ☎(0157)22-4188 |
| 秋山こどもクリニック | 北見市高栄東町1-24-20 | ☎(0157)66-2255 |
| みずもと小児科 | 北見市春光町2-155-6 | ☎(0157)69-8222 |
| ゆりの樹クリニック | 北見市東三輪2-66-3 | ☎(0157)57-5131 |
| 中村記念愛成病院 小児科 | 北見市高栄東町4丁目20-1 | ☎(0157)33-3088 |
| 角谷こどもクリニック | 網走市潮見5-120-5 | ☎(0152)61-2332 |



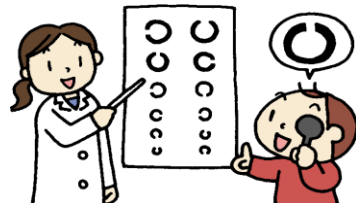
<耳鼻咽喉科>

| 病（医）院 名 | 住 所 | 電話番号 |
|----------------|----------------------|------------------|
| あさのめ耳鼻咽喉科クリニック | 釧路市入江町 6 番 2 0 号 | ☎ (0154) 25-3387 |
| 飯田耳鼻咽喉科 | 釧路市錦町 4 - 1 | ☎ (0154) 24-5857 |
| うえはら耳鼻咽喉科クリニック | 釧路市昭和南 3 - 1 0 - 1 2 | ☎ (0154) 55-4187 |
| 佐竹耳鼻咽喉科 | 釧路市共栄大通 7 - 2 - 5 | ☎ (0154) 22-6555 |
| シロアム耳鼻咽喉科 | 釧路市鶴ヶ岱 2 - 2 - 1 0 | ☎ (0154) 42-3387 |
| 田淵耳鼻咽喉科医院 | 釧路町睦 2 - 1 - 3 | ☎ (0154) 37-8733 |
| 茗荷耳鼻咽喉科医院 | 北見市美芳町 2 - 6 - 3 | ☎ (0157) 23-1811 |
| 耳鼻咽喉科麻生 北見病院 | 北見市東三輪 2 - 5 4 - 8 | ☎ (0157) 23-4133 |
| ひかりの耳鼻咽喉科クリニック | 北見市ひかり野 1 - 2 - 8 | ☎ (0157) 26-1133 |
| びほろ耳鼻咽喉科クリニック | 美幌町仲町 1 丁目 1 0 1 - 3 | ☎ (0152) 73-3900 |



<皮膚科>

| 病（医）院 名 | 住 所 | 電話番号 |
|----------------|----------------------|------------------|
| 釧路皮膚科クリニック | 釧路市愛国西 1 - 5 - 8 | ☎ (0154) 37-6120 |
| 足立皮膚科美容外科クリニック | 釧路市末広町 8 丁目 1 | ☎ (0154) 23-8136 |
| あさの皮膚科クリニック | 釧路市昭和南 3 - 9 - 5 | ☎ (0154) 55-4112 |
| ふみぞの松田皮膚科 | 釧路市文苑 4 - 2 - 1 0 | ☎ (0154) 38-5160 |
| 桜ヶ岡皮膚科クリニック | 釧路市桜ヶ岡 1 - 1 0 - 2 7 | ☎ (0154) 91-8885 |
| 岸山皮膚科 | 北見市桜町 5 - 2 0 - 1 | ☎ (0157) 62-4112 |
| 北見皮フ科クリニック | 北見市北 2 条西 3 - 1 5 | ☎ (0157) 31-0678 |
| 國分皮膚科 | 北見市栄町 2 - 1 - 1 5 | ☎ (0157) 69-4112 |
| 網走皮膚科クリニック | 網走市南 6 条西 1 - 6 - 1 | ☎ (0152) 43-2409 |
| 美幌皮膚科 | 美幌町字稲美 8 9 - 5 6 | ☎ (0152) 73-4112 |



<眼科>

| 病(医)院名 | 住 所 | 電話番号 |
|------------|-----------------|-----------------|
| 高柳眼科クリニック | 釧路市南大通 1-3-5 | ☎(0154) 43-0211 |
| カケハシ眼科 | 釧路市共栄大通 9-2 | ☎(0154) 22-3151 |
| 中村眼科医院 | 釧路市大町 4-1-1 | ☎(0154) 41-4092 |
| 釧路駅前眼科 | 釧路市黒金 13-26-15 | ☎(0154) 32-1690 |
| みきなクリニック | 釧路市幸町 14-1-9 | ☎(0154) 32-1177 |
| たなの眼科 | 釧路市鳥取大通 4-5-6 | ☎(0154) 55-1146 |
| あゆち眼科クリニック | 釧路市大町 4-1-1 | ☎(0154) 41-4092 |
| 星が浦病院 | 釧路市星が浦大通 3-9-13 | ☎(0154) 54-2500 |
| さくら眼科 | 釧路町曙 1-1-10 | ☎(0154) 39-5181 |
| すずらん眼科 | 釧路町桂木 1-1 | ☎(0154) 38-5111 |
| 中標津眼科クリニック | 中標津町東 9北 1-8 | ☎(0153) 72-1146 |
| のみやま眼科 | 北見市常盤町 1-1-1 | ☎(0157) 23-0017 |
| 古川眼科クリニック | 北見市公園町 113-3 | ☎(0157) 61-8888 |
| はっとり医院 | 北見市北 2条西 4-14 | ☎(0157) 23-4268 |



<産科>

| 病(医)院・助産所名 | 住 所 | 電話番号 |
|----------------|-------------------|-----------------|
| 市立釧路総合病院 | 釧路市春湖台 1-12 | ☎(0154) 41-6121 |
| 釧路赤十字病院 | 釧路市新栄町 21-14 | ☎(0154) 22-7171 |
| マタニティ・アイ (助産院) | 釧路町曙 1-1-14 | ☎(0154) 37-2110 |
| 町立中標津病院 | 中標津町西 10条南 9-1-1 | ☎(0153) 72-8200 |
| 町立別海病院 | 別海町別海西本町 103-9 | ☎(0153) 75-2311 |
| 中村記念愛成病院 産科 | 北見市高栄東 4丁目 20番 1号 | ☎(0157) 24-8131 |
| 北見赤十字病院 | 北見市北 6条東 2丁目 | ☎(0157) 24-3115 |
| 網走厚生病院 | 網走市北 6条西 1丁目 9番地 | ☎(0152) 43-3157 |

医療費等の助成制度について



★乳幼児等の医療費助成

未就学児及び小学生の医療費の一部が助成されます。

▶ 対象

- ・就学前のお子さんの入院・通院に係る医療費の一部
- ・小学生のお子さんの入院に係る医療費の一部

※主に生計を維持している人の所得に応じて該当・非該当及び負担額の判断をします

★ひとり親家庭等の児童及び親の医療費助成

ひとり親及び子どもの入院・通院にかかる医療費の一部が助成されます。

▶ 対象

- ・ひとり親家庭や、両親の死亡・行方不明等により他の家庭で扶養・監護されている18才未満の子とその親
- ・ひとり親家庭で扶養されている20歳未満の子とその親(在学により子が別居している場合も対象となります)

※主に生計を維持している人の所得に応じて該当・非該当及び負担額の判断をします

親については、入院にかかる費用のみ助成

★重度心身障害者の医療費助成

重度障害者の医療費の一部が助成されます。

▶ 対象

- ・重度障害者(身体障害手帳1級、2級、3級の一部、養育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級等に該当)の方の入院・通院に係る医療費の一部

※主に生計を維持している人の所得に応じて該当・非該当及び負担額の判断をします

※乳幼児及びひとり親等の助成対象となるお子さんが重度障害の場合、重度心身障害者の医療費助成が優先されます

★未熟児養育医療の給付

養育のために入院することを必要とする未熟児に対し、医療費の一部が助成されます。

▶ 対象

- ・未熟児で医師が入院療育を必要と認めた乳児

※主に生計を維持している人の所得に応じて負担額の判断をします

乳幼児等の医療費助成が併用できます

《問い合わせ先》 役場健康子ども課 保険年金係 ☎482-2935(課直通)

★小児慢性特定疾患通院交通費助成金

・特定疾患患者に対し、通院にかかる交通費を町で助成しています。

▶ 対象

- ・北海道から小児慢性特定疾患医療受診券の交付を受けているもの

《問い合わせ先》 役場福祉課 地域福祉係 ☎482-2921(課直通)

各医療費等の助成を受けるには、申請が必要となります。
申請が無い場合は、助成等が受けられません。

★高校生世代以下の医療費負担の還元（フレカカード）

高校生世代以下のお子さんがかかった医療費の自己負担分を1円＝1ポイントとして付与し、500ポイントで町内のお店で使える500円分の商品券と交換できます。

▶ 対 象

- ・ 弟子屈町内に住所があるお子さんを持つ保護者の方
- ・ 弟子屈町外に住所があるお子さんを扶養している保護者の方
- ・ 弟子屈高等学校に在籍するお子さんを持つ弟子屈町外に住所がある保護者の方

▶ 対象となる医療費

- ・ 入通院にかかった医療費の個人負担分で、領収書（発行日より2年以内のもの）が必要です

▶ 対象とならない医療費

- ・ 保険対象外の医療費、補装具等の療養費
- ・ 他の医療費助成が受けられる場合は、医療費負担の全額及び一部が対象外となります
※学校でのケガによる助成を受けられる場合も対象外となります

問い合わせ先 役場健康子ども課 子ども支援係 ☎482-2935（課直通）



暮らしを支える諸制度について

★児童手当

法に基づき、0歳～中学3年生までの子どもを育てている養育者に支給される手当です。

- ・ 3歳未満および小学校終了前第3子以降 月額 15,000円
- ・ 小学校修了前第1・2子および中学生 月額 10,000円



☆児童扶養手当

児童扶養手当法に基づき、父母の離婚等により、父または母と生計を同じくしていない子どもを育てている父または母に代わってその児童を養育している人に支給されます。又は養育者に支給される手当です。

手当を受けることができるのは、次に該当する子ども（18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある又は20歳未満で一定の障害を有している。）を扶養している場合です。

- ・ 父母が離婚した場合
- ・ 父（母）が死亡
- ・ 父（母）が一定程度の障害を有している
- ・ 父（母）の生死が明らかでない
- ・ 父（母）から引き続き1年以上遺棄されている
- ・ 父（母）が引き続き1年以上拘禁されている
- ・ 婚姻によらないで生まれた
- ・ 父母とも不明

※ 2人以上の場合は第2子10,140円加算、第3子以降に1人につき6,080円加算されます。

なお、所得に制限があります。



☆乳児期用子育て用品購入費の助成

弟子屈町に住所を有する方が出産した乳児1人に対し15万円分（1,000円券50枚、2,000円券50枚）の「乳児期用子育て用品全般の共通助成券」を交付します。

☆保育料等助成

保育園及び認定こども園における保育に要する費用を負担した保護者に対し、その費用の一部を助成し、子育て世帯の経済的負担の軽減を目的とします。

助成額は、対象者が負担した保育料の2分の1とします。ただし、その額に100円未満の端数がある場合、当該端数は切り捨てるものとします。

問い合わせ先 役場健康こども課 こども支援係 ☎482-2935（課直通）

★特別児童扶養手当

特別児童扶養手当等の支給に関する法律に基づき、身体、精神に障害をもつ児童の養育者に支給される手当です。子どもが施設に入所している場合や障害を支給事由とする公的年金を受給できる場合には支給されません。

なお、所得に制限があります。

問い合わせ先 役場福祉課 地域福祉係 ☎482-2921（課直通）

予防接種早わかり一覧表

| | 予防接種名 | 時 期 | 接種回数 | 予防する病気 | 他の予防接種との間 隔 |
|-----------|-------------------|--|--|-----------------------|-------------|
| 定期 接 種 | BCG | 生後1歳まで | 1回 (スタンプ方式) | 結核性髄膜炎 結核 | 27日間 |
| | 二種混合 | 小学6年生 | 1回 (皮下注射) | ジフテリア・破傷風 | 6日間 |
| | 日本脳炎 | 第Ⅰ期：生後6か月～7歳半 まで 第Ⅱ期：9～13歳まで 注：7歳半～9歳まで は接種できません | <u>Ⅰ期初回：2回</u> <u>Ⅰ期追加：1回</u> <u>Ⅱ期：1回</u> (皮下注射) | 日本脳炎 | 6日間 |
| | 4種混合 | 満3ヶ月児～ 満7歳6ヶ月児 | <u>Ⅰ期初回：3回</u> <u>Ⅰ期追加：1回</u> (皮下注射) | ジフテリア・百日咳 ・破傷風・ポリオ | 6日間 |
| | 麻しん風しん 混合 (MR) | 第Ⅰ期：1歳児 第Ⅱ期：5歳児 | 第Ⅰ・Ⅱ期：各1回 (皮下注射) | 麻しん・風しん | 27日間 |
| | 水痘 | 満1歳以上3歳未満 | 2回 (皮下注射) | みずぼうそう | 27日間 |
| | ヒブ | 生後2ヶ月～ 5歳未満 | 初回：3回 追加：1回 (皮下注射) | 細菌性髄膜炎等 | 6日間 |
| | 小児肺炎球菌 | | | 細菌性髄膜炎等 | |
| | B型肝炎 | 生後1歳まで ※生後2～9か月までの接種 が理想です。 | 3回 (皮下注射) | B型肝炎 | 6日間 |
| 任意 | インフルエンザ | 満1歳以上～中学3年生に一 部助成 | 満1歳～小学6年生：2回 中学1年～3年生：1回 (皮下注射) | インフルエンザの 重傷化・合併症 | 6日間 |

- ※ 個別接種は町内全ての医療機関で接種可能です。(川湯の森病院・布施医院ではBCGは実施していません)希望する医療機関に事前予約が必要です。
- ※ 上記の予防接種は全て町の助成があり、インフルエンザは一部自己負担が発生しますが、それ以外は全て自己負担無く受けられます。
- ※ 任意接種(おたふくかぜ・ロタ・インフルエンザ等)については、事前に希望する医療機関にお問い合わせのうえお申し込み下さい。
- ※ 現在、任意接種のロタは10月1日より定期接種になります。詳細は役場までお問い合わせください。

●健康相談

赤ちゃんのこと、育児、その他、何でもお気軽にご相談ください。体重、身長測定も行っています。



- ・日 時 毎週月曜日 10:00～16:00
- ・場 所 役場1階 健康相談室



お問い合わせ先 役場健康こども課 健康推進係 ☎482-2935(課直通)

気がかりな症状の見分け方

《発熱》

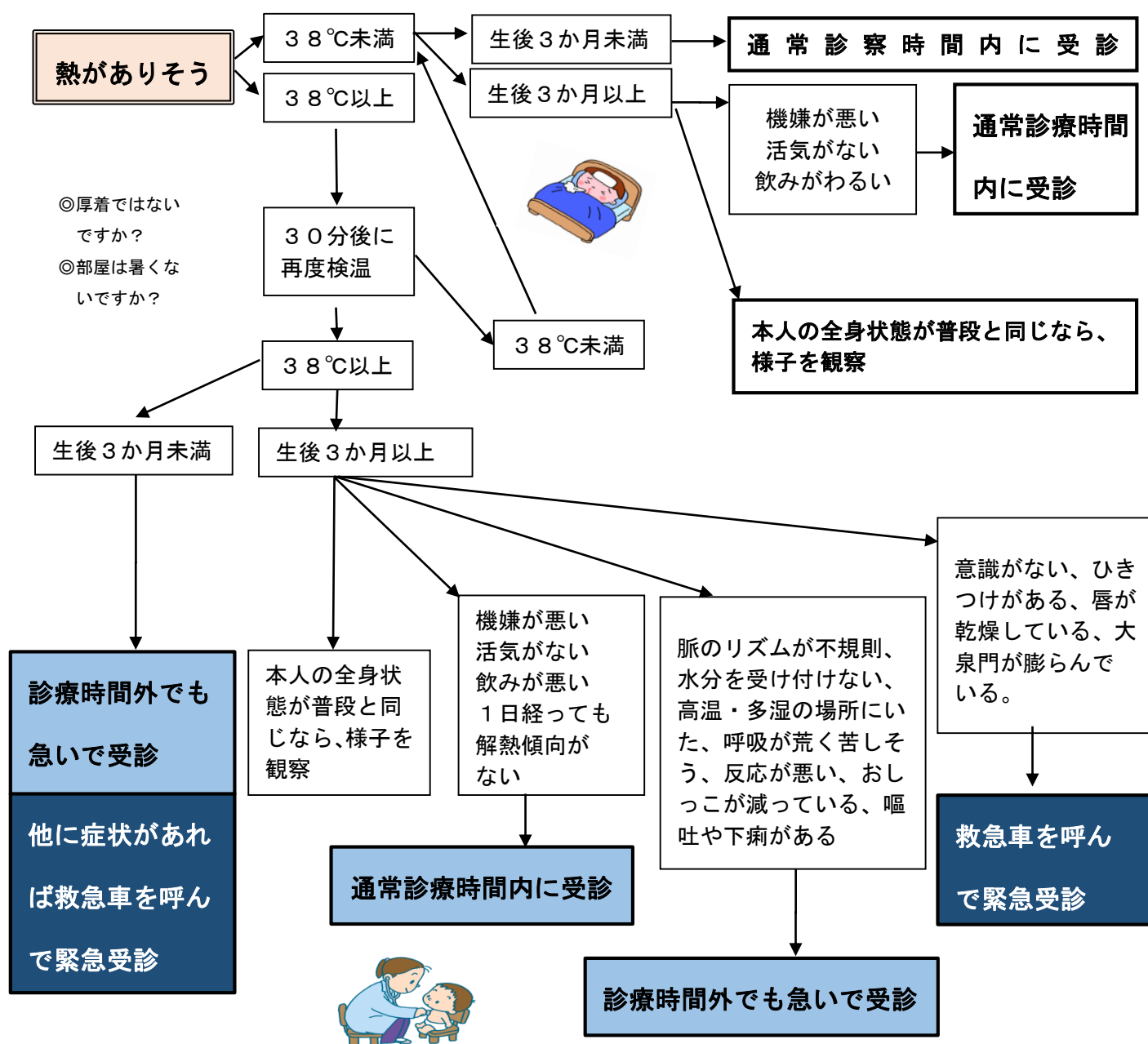
体温ではなく、機嫌、ぐったりしていない等の全身状態が大切です。生後0～3ヶ月の発熱は重篤な病気の可能性がある為、至急病院へ！

★解熱剤の使い方★

解熱剤は熱が上がってきてから、使います。手足などの末梢が温かければ熱が上がってきています。熱があっても元気なときには使わなくて結構です。続けて使う時は6～8時間空け、医師の指示に従って使用しましょう。

★ホームケア★

- ・水分補給をこまめに!! 離乳食は1段階落として消化吸収を良くしましょう。
- ・汗をかいたら着替えを。お風呂は控えましょう。
- ・身体が熱いときは太ももの付け根や脇の下を冷やすと効果的です。



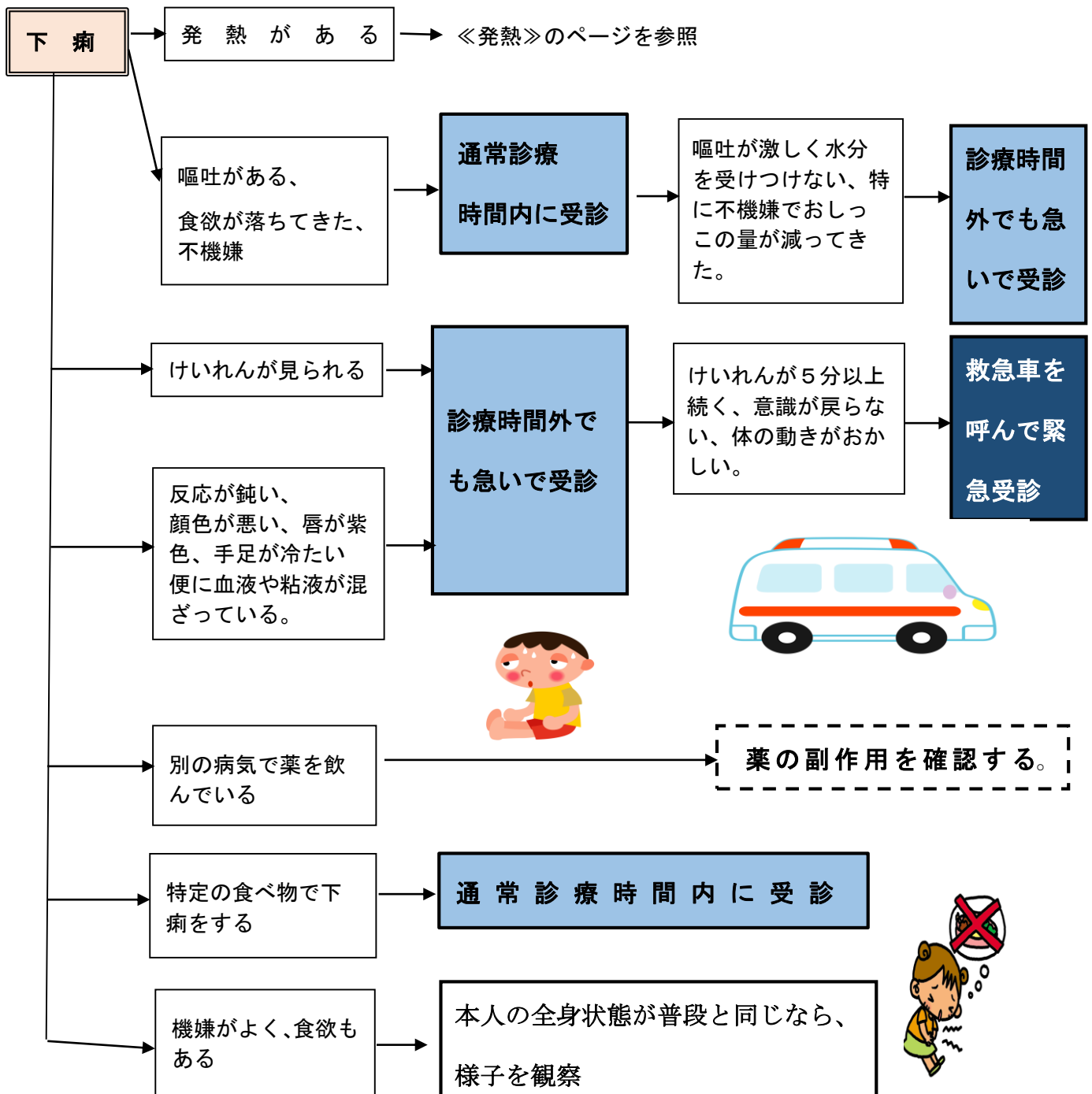
《下痢》

便の状態や回数には個人差があるため、元気な時の便をよく知ることが大切です。機嫌が良く、食欲もあれば心配ないです。

便の中に血液や膿が混じったり、強い悪臭がある場合は、食中毒の可能性があります。受診時には便のついたオムツを持参するといいですよ。

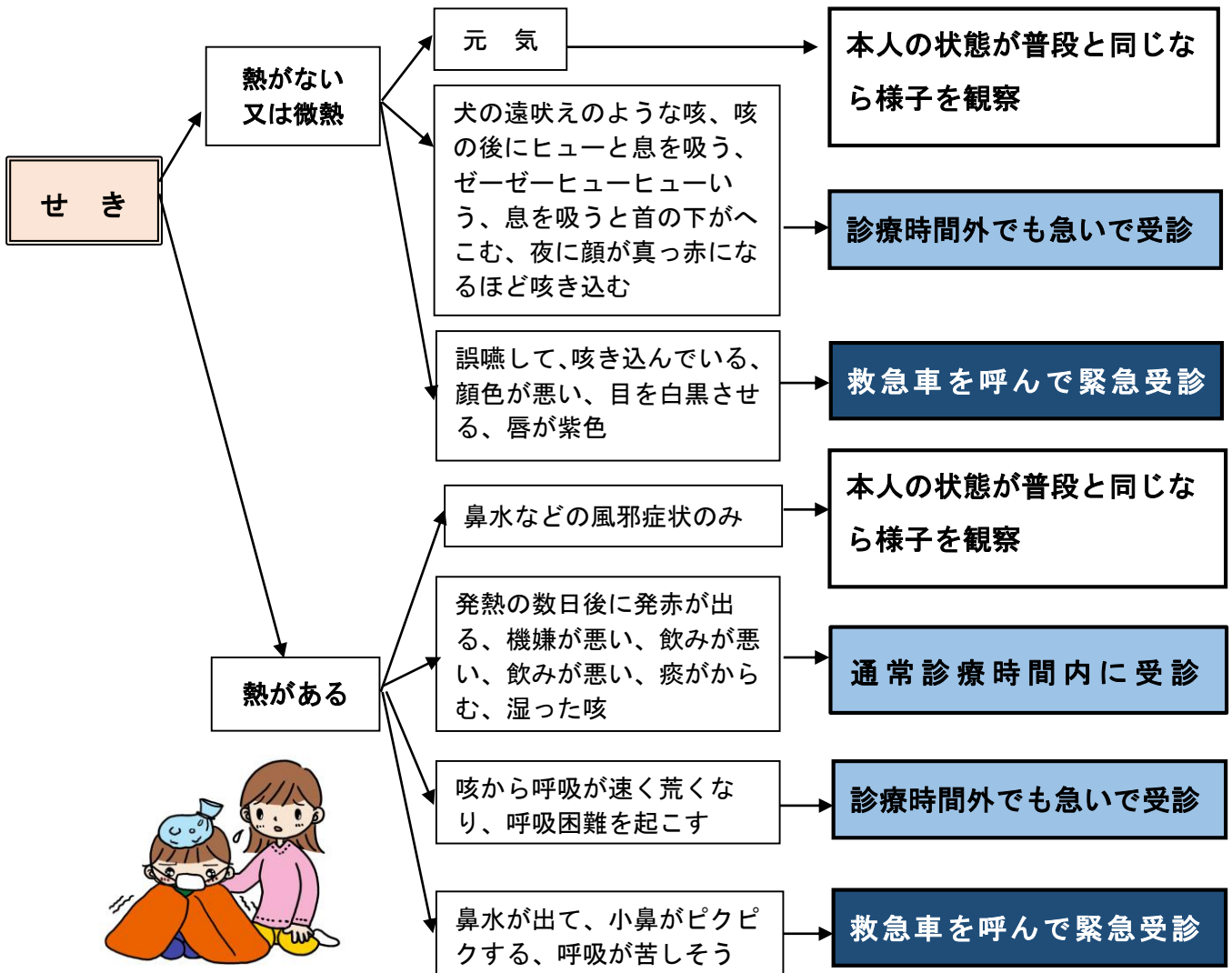
★ホームケア★

- ・水分補給をこまめに!! 離乳食は1段階落として消化吸収を良くしましょう。
- ・オムツが汚れたらすぐに取り換えましょう。



《せき》

せきの原因は風邪や気管支炎などの病気、誤嚥、気温や湿度の変化など様々です。せきが出て、機嫌が良く食欲があれば心配することはありません。

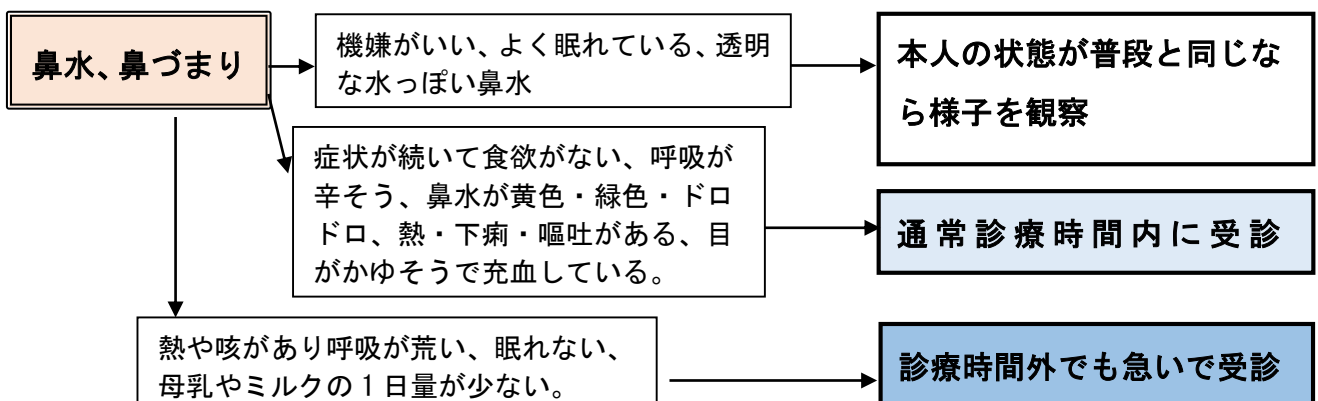


《鼻水・鼻づまり》

機嫌が良く、食欲があれば心配はいりません。呼吸苦がないか見てみましょう。

★点鼻薬の使い方★

症状により処方されます。市販薬は血管収縮作用があり、お勧めできません。



★ホームケア★ (鼻水・鼻づまり)

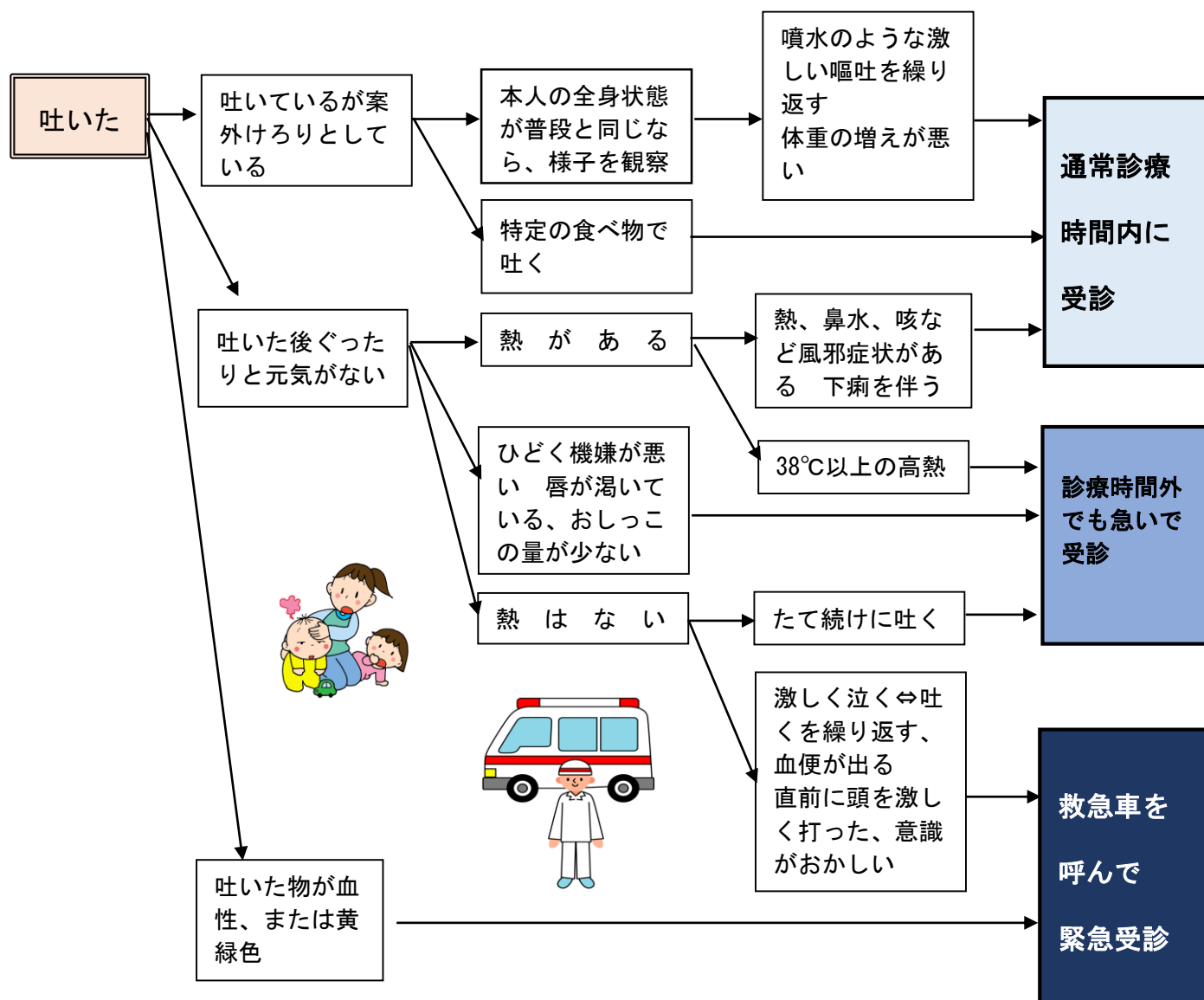
- ・部屋の湿度を上げる。洗濯物の室内干しでも湿度が上がります。
- ・水分は1回量を少なくし、こまめにあたえましょう。欲しがるだけあたえてもかまいません。
- ・背中にタオルを入れるなどして、上体を起こして呼吸を楽にします。
- ・鼻水は綿棒や鼻吸い器で取り除いてあげます。蒸したタオルを鼻の下にあてると取れやすくなります。大人が直接口で吸ってあげることもできます。
- ・鼻の下がカサカサしたらベビーオイルなどで保湿してもいいでしょう。

《嘔吐》

1歳を過ぎても、大泣きした時や咳き込んだ時に吐くことがあります。吐いてもケロリとしているなら、特に心配はありません。

★ホームケア★

- ・顔を横に向け、吐いた物をのどに詰まらせないように気をつけましょう。口の中に吐物が残っているときは、取り除きます。
- ・水分を少しずつ補給し、脱水に気をつけます。
- ・食事はいったんストップし、食欲があれば、柔らかく消化のいい食べ物をあげましょう。



健診について

| | 実施月 | 曜日 | 受付時間 | 対 象 | 備 考 |
|------------------|------------|--------------------------|-----------------|--|--------------------------------------|
| 乳 児 健 診 | 毎月 (1回) | 水曜日 (主に第 二水曜日) | 13:00～ | 満4ヶ月児 | ★4ヶ月健診で医師が必要とした子 には脱臼精密検査を行います。 |
| | | | 14:00 | 満7ヶ月児 | |
| | | | | 満12ヶ月児 | |
| 1歳半児健診 | | 9:15～ | 満1歳6ヶ月児 | ★2日分の食事を記録してきてくだ さい。 | |
| 3歳児健診 | | 10:00 | 満3歳児 | ★尿検査や視力検査などがありま す。 ★2日分の食事を記録してきてくだ さい。 | |
| 4歳半児健診 | | | 14:00～ 14:10 | 満4歳6ヶ月児 | ★言葉スクリーニングや集団遊びを 行ないます。 |
| 9・10ヶ月相談 | 偶数月 | 火曜日 (主に第1) | 10:00～ 10:15 | 満9～10ヶ月児 | ★歯の話、離乳食の試食や絵本の読 み聞かせ、絵本の配布があります。 |

日程は毎年変更されますので、詳しくは町ホームページをご覧ください。

受付時間は変更となる可能性があります。対象の方は個別に送付しているお知らせをご覧ください。

※ 上記の健診・相談場所は、すべて福祉センターです。約2週間前にはお知らせが送付されます。

※ 健診では北大小児科医の診察があります。

問い合わせ先 役場健康子ども課 健康推進係 ☎482-2935 (課直通)

フッ素塗布について

虫歯予防のために、歯みがきや食べ方のほかにも、歯を強くするためにフッ素塗布をお勧めします。
町で実施しているのは以下の通りです。ぜひご活用下さい。

| 場所 | 実施日 | 受付時間 | 対象 | 備考 |
|--------|---------------------------------|---------------|-------------------|--|
| 福祉センター | 乳幼児健診と同日 | 9:30 ～ 10:00 | 満1歳 ～就学 前の児 | ◆母子手帳を持参して下さい。 ◆費用は一回500円です。 ◆半年に一回の塗布をお勧め します。 |
| 川湯保育園 | 年2回 (日程は、町ホームペ ージを参照下さい。) | 10:00 ～ 10:20 | | |



保育園 & 認定こども園



| 保育園名 | 所在地 | 定員 | 電話番号 |
|-----------------------|-------------|------|-----------|
| (幼保連携型) 認定こども園ましゅう | 泉1丁目11番1 | 135名 | ☎482-2444 |
| (認可保育園) 川湯保育園 | 川湯温泉4丁目3番1号 | 45名 | ☎483-2537 |

※公立保育園の入園については、前年の11月より受け付けます。町広報「てしかが」にも掲載されます。
申請書は、役場健康こども課・各保育園にあります。詳しい事につきましては、
健康こども課こども支援係までお問い合わせ下さい。

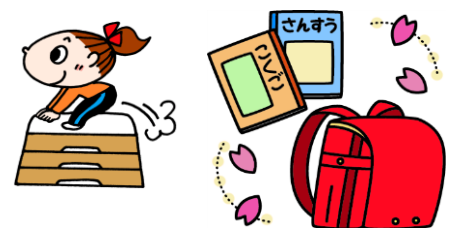
※保育料助成について・・・保護者が年度毎に納入した保育料の一部を助成します。



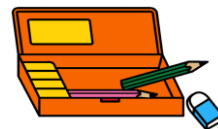
小学校



| 学校名 | 所在地 | 電話番号 |
|--------|----------------|-----------|
| 弟子屈小学校 | 中央2丁目1番1号 | ☎482-2044 |
| 川湯小学校 | 川湯温泉4丁目15番地10号 | ☎483-2041 |
| 和琴小学校 | 字屈斜路260番地1 | ☎484-2061 |
| 美留和小学校 | 字美留和82番地1 | ☎482-1097 |
| 奥春別小学校 | 字鋤別274番1 | ☎482-4819 |



放課後児童クラブ



昼間就業等で自宅に保護者のいない家庭の小学生を対象に、弟子屈小学校内（3クラス）と川湯小学校内を利用し「遊び」及び「生活」を通して子どもの健全育成を図る「放課後児童健全育成事業（放課後児童クラブ）」を行っています。登録児童数はわんぱくクラブ概ね40名、にこにこクラブは一クラス概ね40名程度となっています。

○放課後児童クラブに入会するには...

- ①児童クラブ入会申請書等の書類を入会したいクラブ・健康こども課こども支援係へ提出します。
 - ・書類は各クラブ・健康こども課こども支援係にあります。
 - ・町の公式ウェブサイト（<http://www.town.teshikaga.hokkaido.jp/>）からもダウンロードできます。
- ②決定通知書が保護者の方に届きます。
- ③通知書において指定した日から入会可能になります。

- * 入会は無料ですが、スポーツ安全保険に加入していただきます。（2020年度保険料は800円）
- * 申請、登録されないとクラブを利用することが出来ません。



平 日…下校時から午後6時まで
 土 曜 日…午前8時から午後6時まで
 学校休業…夏・冬・春休み…午前8時から午後6時まで
 休 館 日…日曜日・祝日・年末年始（12月31日～1月5日）

| ク ラ ブ 名 | 所 在 地 | 電 話 番 号 |
|-----------|--|----------------|
| にこにこクラブ | 中央2丁目1-1（弟子屈小学校内） | ☎080-3365-8656 |
| | 緊急連絡用① ☎080-3365-9648 / ② ☎080-3365-9432 | |
| 川湯わんぱくクラブ | 川湯温泉4丁目15-10（川湯小学校内） | ☎080-3366-2418 |

問い合わせ先

- ・弟子屈町役場 健康こども課こども支援係 電話：482-2935（課直通）
- ・各放課後児童クラブ
 - にこにこクラブ 電話：080-3365-8656
 - わんぱくクラブ 電話：080-3366-2418



待合室「みちくさ」



待合室「みちくさ」では、町からの一部補助を受け、子どもの居場所づくり推進事業の一環として、「キッチンみちくさ」月1回程度（土曜日）、食事の提供を実施しております。詳しくは下記まで問い合わせください。

- ◇開館時間：月曜日から金曜日 午前10時～午後4時まで
- ◆休 館 日：日曜日、祝日、年末年始、お盆 等
- ◇キッチン「みちくさ」：開催日の前日までに申し込みが必要。



食事代：幼児無料・小中高生100円・大人300円

利用方法の例 少人数の集り・ちょっと一休み・トイレを借用・誰かとお話したい…など

◇◇問い合わせ先 ・ 待合室『みちくさ』 ☎482-2858



図書館 (☎482-1616)

図書館には、絵本がたくさんあります。心を豊かにするために、親子で一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

- ▶開館時間 : 火曜日から金曜日 午前10時から午後6時まで
土・日曜日 午前10時から午後5時まで
- ▶休館日 : 毎週月曜日、祝祭日、毎月第4金曜日（金曜日が祝祭日の場合は木曜日）、年末年始、図書館整理期間

【図書館バス】 毎週木曜日に町内15ステーションで図書館バスを運行しています。
各週ごとにA・Bコースにわかれ、各ステーションを回ります。
なお、時間・場所等は図書館にお問い合わせ下さい。

【絵本の会】 絵本の会「おはなしはらっぱ」で毎週土曜日午後1時から、幼児・小学生を対象に絵本を読んでいます。親子でお越し下さい。

▶本を借りるには、利用者カードが必要です。ご希望の方は図書館窓口でお申し込み下さい。

弟子屈町の文化活動の一環として…

絵本の会「おはなし はらっぱ」

弟子屈町図書館絵本コーナーで毎週土曜日に毎回3冊の絵本を読んでいます。
詳しくは広報でしかがをご覧ください。

～会員募集～ 赤ちゃんから大人まで、一緒に楽しめる絵本を読んでいます。
絵本に興味のある方、一緒に活動してみませんか？
会員一同お待ちしております。

| | | | |
|-----|---|--------------|-------------|
| 例 | 会 | 毎月第1火曜日 | 19:00～21:00 |
| 会 | 費 | 月300円 | |
| 会 | 長 | 笹島 久美 | |
| 連絡先 | | TEL 482-4898 | (喫茶あい 山本) |



きっずこーなー

文化センターロビーと奥の部屋に「きっずこーなー」を開設しています。

雨や寒さも気にせず遊べます。

木のプールや滑り台、テントの中でも遊べます（実はきょうりゅうも待ってます!?)

文化センターのマスコット「ゴリオ」と「くまりん」も待ってるよ!!



※ 「きっずこーなー」のリニューアルを随時行っております。(時期未定)
利用の際にはご確認ください。

| | |
|--------|----------------|
| 問い合わせ先 | 摩周観光文化センター |
| 開館時間 | 9:00~21:00 |
| 休館日 | 火曜日、祝日の翌日、年末年始 |
| 住所 | 摩周3丁目3-1 |
| 電話 | 015-482-1811 |

子育て支援センター「ひなたぼっこ」に遊びに来ませんか？



「ひなたぼっこ」は、町内に住む子育て中のパパ・ママや乳幼児が集まり、育児相談や情報交換、親子で楽しく遊べる場として、気軽に利用できる場所です。

その他にもさまざまな活動を行い、子育てを応援・サポートしています。子育て中のたくさんの親子のみなさんのご利用をお待ちしています。

子育て相談

赤ちゃんの発達には個性があるもの。育児書のおりになんていきません。不安になったり悩んだり…。そんな時はいつでも気軽にご連絡ください。

- ・ 電話相談・来所相談
- ・ 訪問相談

(自宅まで伺うこともできます)

《受付時間》 平日 9:00～17:00



ひなたぼっこ開放

同年齢の友達と遊ばせたい、友達を作りたい親子はいませんか？専用のお部屋と広場で交流を楽しみましょう。

【午前】

- ・ 月曜日 0歳～1歳対象(よちよち歩きの子)
- ・ 火曜日 1歳(しっかり歩ける子)～未就園児
- ・ 木・金曜日 0歳～未就園児

※水曜日は不定期の開放になります



【午後】

- ・ 月・火・水・木・金曜日 0～未就園児

開放時間 9:30～11:30 / 14:00～16:30

《川湯移動開放日》

毎月2回、水曜日に川湯地区で移動開放をしています。場所・時間につきましては広報をご覧ください。子育て支援センターまでお問い合わせください。



母親講座

調理実習や災害時の避難の仕方等子育てのヒントやためになる内容の講座を開催します。また、行事にちなんだ製作等も行っています。詳しい日程・内容は広報をご覧ください。



親子あそび

親子バス遠足・水郷公園や、道の駅での水遊び等を楽しんで

ります。

親子で楽しんで

みませんか。



- ◎ 詳しい日程は、広報「てしかが」や町内に掲示してある「ひなたぼっこカレンダー」をご覧ください。子育て支援センター「ひなたぼっこ」までお気軽にお電話ください。お待ちしております。

弟子屈町子育て支援センター「ひなたぼっこ」 (弟子屈町こども支援センター内)

住 所 弟子屈町桜丘3丁目5番6

電話/FAX 015-482-5667

こども発達支援センター 「もくば」

○お子さんの発達や子育てで 気になっていることはありませんか？



- ことばが遅くて……、はっきりしなくて……
- 話の内容や指示が理解できなくて……
- 発音の誤りや赤ちゃんことばが続いていて……
- 落ち着きがなくて、じっとしてられない……
- 話はあるけど、視線があわなくて……
- 名前を呼んでも振り向いてくれない……
- 集団になじめず、ひとりで遊ぶほうが楽しそう……
- 発育の遅れが気になって…… など。

○こども発達支援センターでは…

このような心配をされているお母さんの相談を受け、親子での遊びを通して子どもへの関わり方や発達につながる遊びなどについての支援を行っています。

また、言語聴覚士（ことば）、理学療法士（運動）、心理士、作業療法士など、関係機関の専門スタッフへ発達相談をすることもできます。

相談等の問合せは、こども発達支援センター「もくば」へお気軽にお電話ください。

お問合せ先 弟子屈町こども発達支援センター『もくば』

(弟子屈町こども支援センター内)

開設日 毎週月曜日～金曜日

時間 午前9時～午後5時

住所 弟子屈町桜丘3丁目5番6号

電話・FAX 482-3093



子どもをあずかってほしいときは...

◆◇◆◇弟子屈町ファミリーサポート◆◇◆◇

弟子屈町内で「子育ての援助をして欲しい人」(利用者)と「子育ての援助ができる人」(サポート協力者)がお互いに会員になって助け合うしくみです。

《どんなとき、サポートを利用できるの?》

- ☆ 歯医者に行きたいな...でも子連れは迷惑かけるし...
- ☆ 土日に急な仕事が入っちゃって。
- ☆ 産前・産後なので子ども園への送迎が難しいな。
- ☆ 上の子の参観日なので、下の子を預かってくれたら。
- ☆ 子育て疲れ?リフレッシュしたいけど。



- ◎対象児童は生後57日以上から小学校6年生までです。
- ◎ひとり親世帯、低所得者世帯、育児と介護を同時におこなっている世帯を優先します。
- ◎利用したい方、またサポート協力者になりたいという方は、会員登録が必要です。
(登録は、随時受付けています。)
- ◎サポート会員は登録時、研修を受けていただきます。(資格保持者は免除)
詳しくは社会福祉協議会までお問い合わせください。

《利用料金(謝金)について》

| 時 間 | 1時間あたり(1名の場合) | 1時間を越えた場合15分単位 |
|------------|---------------|----------------|
| 7:00~19:00 | 600円 | 150円 |
| 上記以外の時間 | 700円 | 175円 |

※同世帯の兄弟姉妹を2人以上預ける場合は、2人目以降は半額とします。

◎料金(謝金)等の受け渡しは利用会員とサポート会員で直接行っていただきます。

《車両利用料金について》 協力者の車両を利用した場合(協力者宅からの距離)

| 距 離 | 料 金 |
|-------------|--------|
| 3キロ以上~5キロ未満 | 150円 |
| 5キロごと | 150円加算 |

ファミリーサポートに関する、ご質問・お問合せ・会員登録は・・・

◎弟子屈町社会福祉協議会 【TEL482-1054 月~金 8:45~17:30】

(社会老人福祉センター内)

いざと いうときに災害への備えはできていますか？

みなさんの家庭では災害時に備えた食料品などの物資はきちんと備蓄されていますか？特に妊婦さんや子どものいる家庭では、自分で身を守ることが難しい家族の分まできちんと物資を備蓄しておく必要があります。



妊婦さんがいる場合の備蓄品

家族に妊婦さんがいる場合には一般的な備蓄に加えて以下のものも忘れず避難所に持参すること。

- ・母子手帳
- ・診察券
- ・分娩準備品（出産が近い場合）
- ・清浄綿
- ・ナプキン
- ・オムツ等赤ちゃん用品



避難所で生活している時に陣痛が来ても大丈夫なように、分娩の準備品と赤ちゃんグッズを用意しておく。妊婦の経過が記入されている母子手帳や診察券は大切な物なので、必ず持参しましょう。母子手帳には受けている治療や飲んでる薬の名前、医師からの指導内容を書いておき、人に伝えられるようにしておくこと。

破水の場合には清潔なオムツをあてて、診療可能な病院に見てもらいましょう。遠慮せずに周囲に助けを求めましょう。



乳幼児がいる場合に必要なグッズ

避難時に赤ちゃんがいる場合には、赤ちゃんのお世話のためのグッズも避難所に持っていく必要があります。赤ちゃんの成長にあわせた災害時の持ち出し品を用意しておく事。

- ・ミルク
- ・オムツ
- ・おしりふき
- ・おやつ
- ・離乳食
- ・子ども用歯ブラシ



ミルクを飲ませる時にはお湯が必要ですが、災害時はお湯が簡単に手に入らない事がありますので、液体のミルクが市販されていますので、活用されると良いと思います。

また、アレルギー用のミルクや特殊なミルクを使っている場合には、避難所では用意されていない可能性が高いので、自分でしっかり買い置きしておくようにしましょう

家庭内備蓄のポイントは「ローリングストック」

ローリングストック法とは普段から少し多めに食材やレトルト食品等を買っておき、使ったら使った分だけ買い足しをし、常に一定の新鮮な物資を家庭に備蓄する仕組みです。

常に古いものから消費するよう心がけましょう。レトルト食品は調理にお湯を必要とする場合があります。避難所ではお湯が手に入らない事もあるので、カセットコンロを用意し、カセットボンベにストックすること。



いつ起こるかわからない災害に適切な備えを

災害はいつ起きるかわかりません。各家庭にとって必要な備えは異なり、すべてを避難所に頼ることは出来ません。大災害の時には自分体の命や生活を自分たちの力で守っていく必要があります。家庭にとって何が必要なのかを再度確認し、適切な備蓄をしておきましょう。

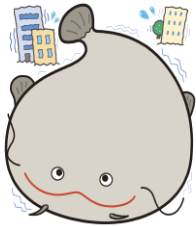
いつ災害が起きても対応できるように、持ち出しグッズはこまめに確認しましょう。



地震の発生時の行動ポイント

◇家で子どもといる時に地震が起きたら◇

グラッときたら…



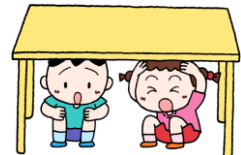
揺れている間にすべきこと「2カ条」

1. 自分と子どもの身を守る！

- ・落下物から身を守る（クッション等で頭を保護）
- ・子どもと離れている時は、無理に駆け寄らず、自分の身を守る。子どもにも動かないように伝える。

2. 出口を確保！

- ・玄関や窓を開け、避難経路を確保する
- ・慌てて外へ飛び出さない！



これも
大事！

火の始末は慌てずに

- ・火の側にいたら、すぐ火を消す（ストーブ・ガスコンロ）
- ・揺れが激しいときは身の安全の確保を優先。揺れが収まってから火を消す

正しい情報をつかむ

- ・ラジオやテレビで正しい情報をつかんで行動を

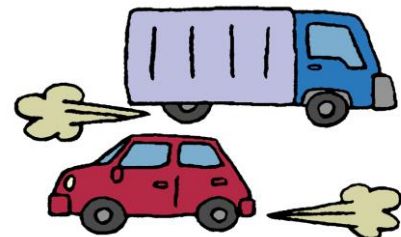


◇こんな場所で地震にあったら◇

いつ、どこで地震に遭っても自分と子どもの身を守れるよう基本的な行動を頭に入れておきましょう。

車中で…

- ・ハンドルをしっかり握り、徐々にスピードを落とし道路の左側に停車、エンジンを止める。
- ・カーラジオで正確な情報を確認
- ・車から離れ避難する時はキーを付けたままで



スーパーで

- ・バックやカゴなどで頭を保護しながら商品棚から離れ、比較的空間のある場所へ
- ・ゆれが落ち着いたら外へ避難する



エレベーター・エスカレーターで…

- ・エレベーターはボタンをすべて押し、止まったところで降りる。
閉じ込められた場合非常用ボタンを押し続け（停電時も使用可）救助を求める。
- ・エスカレーターは止まった反動でドミノ倒しが起きることがあるので、手すりにしっかりつかまって



列車・バスで…

- ・つり革や手すりに両手でしっかりつかまる
- ・慌てて車外に出ず、乗務員の指示に従い行動する

安全に避難するための心得

自宅の安全が確保されない時は、避難しましょう。子連れで避難する際には、なるべく荷物を軽く持ちやすくすることが重要



一時避難のポイント

1. 安全な服装（長袖・長ズボン、底の厚い靴、軍手）
2. 荷物は10kgが目安（女性が一人で運べる重さ）
3. ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る
（ライフラインの普及後の事故防止の為）
4. 必要に応じて行き先をドアに張り出す
（後から避難する人の為に）

荷物はリュックに入れ
両手を開けるのが基本
重くなる場合は、キャス
ター付のキャリーバック
などを利用

赤ちゃんは目の
届く前抱っこ（抱
っこ紐使用）
ベビーカーは使
わない。



歩ける子どもは
リュックを持た
せる。
避難中は必ず靴
を履かせ、しっ
かり手をつない
で…



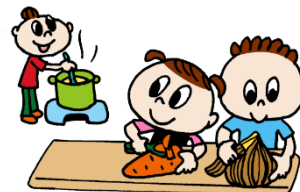
妊娠中・後期の方
は、お腹で足元が
見えず小さな段差
等に気が付かない
こともあるので、
必ず誰かと一緒に
避難しましょう。

心豊かで、たくましい子どもになるう~!

○●○●青少年健全育成事業●○●○

~てしかが子どもクラブ事業~

ふるさと弟子屈を知るための様々な活動を行ないます。
2020年度は、屈斜路湖で魚釣りを実施の予定です。



~摩周おこと教室~

生田流琴友会の皆さんを講師に迎え、おことの演奏方法について学びます。
小学生以上対象で、保護者や一般の方も参加できます。

~GO-GO チャレンジ隊~

施設や団体等が主催する、様々な体験活動の事業に参加（派遣）し、他市町村の参加者との交流やその地域での様々な体験活動に挑戦（チャレンジ）する青少年を支援・派遣します。

~海の子・山の子ふるさと交流~

白糠町小学生と弟子屈町の小学生が交流します。
2020年度は白糠町での開催。（6月28日（日）実施予定）



○●○●幼児教育事業●○●○

~幼児芸術鑑賞事業~

毎年1回、主に幼児を対象に、人形劇の公演を行っています。2020年度は9月16日（水）に実施予定。

詳しい日程・内容につきましては、学校で配布される教育委員会社会教育課
からのおたよりや町広報誌をご覧ください。

● お問い合わせ先 教育委員会 社会教育課 社会教育係 TEL 482-2948



弟子屈町未来子ども協議会

弟子屈町の子ども達が健全に育成されることを願っている地域の協議会です。
町内で行われる行事・活動や子どもの育成に関すること・取り組みなど、様々な活動を行っていきます。子ども達の育成のために、いっしょに活動しませんか？

お問い合わせ先 会長 目黒 厚子 TEL 482-3062
事務局 杉山 悦子



弟子屈町文化・スポーツ 少年団活動紹介

弟子屈町には様々な少年団活動があり、「みんなで一緒に楽しもう！」と団員を募集しています。
体験・見学会も随時行っていますので、お気軽に下記の事務局までお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先

弟子屈町文化・スポーツ少年団本部事務局

弟子屈町教育委員会 社会教育課 体育振興係内
弟子屈町中央2丁目3番2号（弟子屈町公民館内）
TEL 482-2948 Fax 482-2343



摩周ジャガース

加入申込先 中村 直人
(080-1898-7733)

内容 野球

弟子屈卓球

加入申込先 金須 里太
弟子屈公民館内(482-2948)

内容 卓球

弟子屈剣道

加入申込先 中川 勝明
摩周観光文化センター内(482-1811)

内容 剣道

摩周サッカー

加入申込先 中島 健一
(090-9751-1978)

内容 サッカー



弟子屈陸上

加入申込先 更科 亮輔
弟子屈中学校内(482-2071)

内容 陸上

摩周空手道

加入申込先 南折容器紙工商社
南 但雄 (482-2238)

内容 空手道



弟子屈RC

加入申込先 白屋 亜利沙
弟子屈小学校内(482-2044)
内容 陸上

弟子屈バレーボール

加入申込先 小野寺 研二
(090-2698-5621)
内容 バレーボール練習 他

バトントワラー弟子屈教室

加入申込先 西崎 優
(482-2933)
内容 バトントワリング

弟子屈吹奏楽

加入申込先 加賀谷 直樹
弟子屈小学校内(482-2044)
内容 吹奏楽



弟子屈スピードスケート

加入申込先 前川 重雄
弟子屈小学校内(482-2044)
内容 スピードスケート 他



I & M バトンスタジオ

加入申込先 渡辺 伊織
(482-5184)
内容 バトントワリング

屈斜路黒ゆり

加入申込先 伊徳 淳
和琴小学校内(484-2061)
内容 スキー・スケート・サッカー他

KAWAYU

加入申込先 藤原 佳澄
川湯小学校内(483-2041)
内容 スポーツ全般

弟子屈ソフトテニス

加入申込先 三田村 美然子
(090-2077-2159)
内容 ソフトテニス

弟子屈柔道

加入申込先 松原 博志
(482-5090)
内容 柔道

川湯ダンスクラブ

加入申込先 丸山 奈織子
(090-1387-3979)
内容 ダンス



弟子屈バスケットボール

加入申込先 橋田 顕成
(090-5984-7451)
内容 バスケットボール

※各少年団の情報は 2020 年 3 月 31 日現在のものです。

弟子屈だから…！？

弟子屈なので…！！

レッツ!!わくわく体験

日本中いろんな体験は数々あれど…、弟子屈ならではの体験もあります

ネイチャーガイド



屈斜路湖、釧路川源流をカヌーで下り、夏は手つかずの自然を楽しみ、冬のカヌーは樹氷の別世界を冒険できます。

ホーストレッキングやネイチャーツアーは親子で楽しむこともできるんです。

スノーシュー、ネイチャースキーツアーでは雄大な自然の中で思いがけない発見も！？

リバー&フィールド

- 電話：484-2002
- 住所：弟子屈町字屈斜路コタン
- 営業時間：8:30~17:00
- <http://www.riverandfield.com/>

Atreyu (アトレユ)

- 電話：484-2455
- 住所：弟子屈町屈斜路原野475-56
- 営業期間：通年営業
- <http://www.atreyu.info/>

Nanook (ナヌーク)

- 電話：484-2766
- 住所：弟子屈町字美留和514-10
- 営業期間：通年営業
- 営業時間：7:30~20:30
- <http://www.nanook-canoe.com>

ぢぢカヌー

- 電話：484-2808
- 住所：弟子屈町字屈斜路市街3条通り11-1
- 営業時間：6:00~日没まで(通年営業)
- 定休日：水曜日
- <http://www.xn--i9ja3tueyj.com/>

ノース・イースト・カヌーセンター

- 電話：090-8279-9712
- 住所：弟子屈町高栄1-5-4
- 営業時間：8:00~20:00
- <http://www.north-east.jp/>

SOMOKUYA 一ともくや

- 電話：484-3765(受付8:00~20:00)
- 住所：弟子屈町字屈斜路198-4
- 営業時間：9:00~16:30(通年営業)
- 定休日：不定休
- <http://www.somokuya.com/>

JFactory (ジェイファクトリー)

- 電話：484-3239
- 住所：弟子屈町屈斜路221-3
- 営業期間：4月末～11月中旬
12月下旬～3月中旬
- <http://www.jfactorys.com>

屈斜路 eco ツアーズ

- 電話：483-3987
(受付:夏期6:00～21時冬期7時～21時)
- 住所：弟子屈町字屈斜路199番地1
- 営業時間：日の出～日没(通年営業)
- 定休日：無休
- <http://kussharo-eco.com/>

メジェールファーム

- 電話：484-2282
- FAX：484-2132
- 住所：弟子屈町字屈斜路420番地1
- 営業時間：9:00～17:00
- 定休日：無休
- <http://megerefarm.info/>

Matatabi

- 電話：486-7793
- 住所：弟子屈町弟子屈原野486-58
- 営業期間：通年営業/不定休
- 営業時間：9:00～18:00
- <http://matatabi-trip.com>

キャンプ場

家族やお友だちと一緒に楽しい思い出づくり



和琴野営場

- 期間：6月中旬～9月中旬
- 所在地：弟子屈町字屈斜路和琴
- 問合せ：484-2835 (期間中のみ)

和琴湖畔キャンプ場

- 期間：4月下旬～10月末
- 所在地：弟子屈町字屈斜路和琴
- 問合せ：484-2350 (期間中のみ)
- 釣りボートレンタル (有料)



砂湯キャンプ場

- 期間：6月下旬～9月中旬
- 所在地：弟子屈町字屈斜路湖畔砂湯
- 問合せ：484-2254 (期間中のみ)

桜ヶ丘森林公園オートキャンプ場

- 期間：6月下旬～9月下旬
- 所在地：弟子屈町桜ヶ丘2丁目61-1
- 問合せ：482-1491 (期間中のみ)
:482-2936
(冬期間 弟子屈町役場 農林課)

その他・・・

『弟子屈だからこそ!』 の、体験がいろいろ

川湯パーク牧場

- 電話・・・483-2723
 - 住所・・・弟子屈町川湯硫黄山入口
 - 時間・・・7:00～17:00
 - 定休日・・・無休
 - 内容・・・乗馬体験・摩周湖ホーストレッキング 他
 - ※ 乗馬は4月末～10月下旬まで
 - ※ ホーストレッキングには予約が必要なコースもあります。
- 詳しくは電話にてお問い合わせください

摩周そば道楽

- 電話・・・483-2038
- 住所・・・弟子屈町川湯温泉7丁目5番12号
- 時間・・・11:00～15:30
 - ※そば打ち体験は10:00～
(前日までに要予約)
- 定休日・・・火曜日



渡辺体験牧場

- 電話・・・482-5184
- 住所・・・弟子屈原野646-4
- 営業・・・4月中旬～
- 営業時間・・・9:30～15:30
- 内容・・・乳しぼり、牛乳試飲、
バター・アイス作り、
半日牧場体験(要予約)
トラクターで大草原周遊
子牛とふれあい・エサやり体験…など

※詳しくは、電話にてお問い合わせください。



川湯エコミュージアム センター

- 電話・・・483-4100
 - 住所・・・弟子屈町川湯温泉2丁目2番6号
 - 営業時間・・・ 4～10月 8:00～17:00
11～3月 9:00～16:00
 - 定休日・・・毎週水曜日(水曜日祝日の場合翌日)
7月第3週～8月31日 → 無休
年末年始(12/29～1/3)
 - 内容・・・ネイチャークラフト(工作)、
自然ふれあい観察会 ガイドウォーク
もりのパレット探検隊 など
- ※レインウェア上下、レインハット、ポンチョ、
ダウンジャケット、長靴等のレンタルも行っています。

川湯屋内温水プール

- 電話・・・483-2072
- 住所・・・弟子屈町川湯温泉3丁目2-35
- 時間・・・10:00～17:00(水・木・金・土・日)
- 休館日・・・毎週月火曜日・祝祭日の翌日
年末年始(12月30日～1月5日)
- 利用料・・・小・中・高生／無料・一般／550円
※毎月第2・4土曜日は、無料開放日。
各教室もあります。
詳しくは電話にてお問合せ下さい。



ツーリズムてしかが

- 電話・・・483-2101
- 住所・・・弟子屈町川湯温泉1丁目2-30
川湯観光ホテル内
- 内容・・・釧路川源流カヌー
摩周・屈斜路雲海ツアー
摩周湖スノーシューツアー
摩周・屈斜路周遊バスきっぷ
摩周湖トレッキングツアー
摩周湖霧氷ツアー
摩周湖☆星紀行



町内パークゴルフ場

町内マップに7箇所のパークゴルフ場を掲載しています。

個人・団体を問わず、パークゴルフ用具を無料で貸し出ししています。

- 道具の貸し出し、お問い合わせは・・・

教育委員会社会教育課（482-2948）

までご連絡ください。



◇◆◇その他の体験観光施設◇◆◇◆

- 松岡農場（収穫）・・・・・・・・・・・・・・・・・・482-1324
- 猪狩農場（収穫）・・・・・・・・・・・・・・・・・・483-2339
- 星川農場（収穫）・・・・・・・・・・・・・・・・・・484-2418
- JA摩周湖（収穫）・・・・・・・・・・・・・・・・・・482-2104
- 道東フィールド（フィッシング）・・・・・・・・・・482-4686

※詳しい内容・料金等につきましては、各施設にお問い合わせください。



弟子屈町子育て支援センター

「ひなたぼっこ」

(弟子屈町こども支援センター)

電話 482-5667

2020年4月発行