

じいじ、ばあば
スタートブック



幸手市

おめでとうございます

お孫さんが生まれて、「おじいちゃん・おばあちゃん」になりましたね。初めてのお孫さんでも、何人目かのお孫さんでも、誕生した大切なかけがえない存在のお孫さん。

父・母となったあなたのお子さんの子育てを見守りながら、一緒に成長を喜び、ときには両親の気持ちに寄り添い、じいじ、ばあばだからこそ出来る子育てのサポートがあるはずです。

このスタートブックがサポートのきっかけになれば幸いです。

もくじ

- 2…… 子育ての昔と今
 - 4…… 知っておきたい今の子育て
 - 妊娠期 ○出産期 ○乳幼児期
 - 7…… 赤ちゃんのお世話あれこれ
 - 10…… パパ・ママに聞いた
 - じいじ・ばあばに聞いた
 - 子育て・孫育ての本音
 - 12…… こんなときどうする！？
 - 起こしやすい事故・起こしやすい症状
 - 14…… 孫と一緒にいける遊び場
 - 地域の公園・遊びの紹介
 - 18…… 赤ちゃんの健やかな成長を願う、古くから伝わる「初山」
 - 19…… 活かして下さい祖父母力
 - 20…… 困ったときの窓口相談
- 裏表紙… 緊急時の連絡先・相談先一覧



子育ての昔と今

子育ての常識は時代とともに変わっていています。世代によって考え方が違うのはごく自然なこと。その違いがわかれば、孫育てもスムーズになりますね。

むかし

抱き癖がつくからなるべく抱っこはしないようにしていた。

抱っこ

抱き癖はつきません。抱っこされた子どものほうが情緒も安定し自立も早いとされています。

ミルクのほうが栄養があるとされていた。

母乳 ミルク

母乳を推奨しています。母乳栄養は赤ちゃんの病気を防ぎ、赤ちゃんとお母さんのきずなを強くします。

3時間おきに授乳するといわれ、産院でも指導されていた。

授乳間隔

赤ちゃんが欲しがったときに欲しがらる分だけ与えましょう。ミルクの場合は3時間が目安となります。

頭の形が良くなる。寝つきがよくなる。

うつぶせ寝

乳幼児突然死症候群の予防策のひとつとし、あおむけ寝が推奨されています。

3、4か月頃から離乳食の準備として果汁やスープを与えていた。

離乳食

哺乳反射が消失していく5～7か月頃から、スプーンが口に入ることも受け入れられていくので、10倍かゆのペーストを5、6か月頃から与え始めましょう。

むかし

1歳までに断乳していた。

卒乳 断乳

赤ちゃんの成長や発達によって必要なくなる時期まで。

大人が噛み砕いた食べ物を与えていた。
箸やスプーンは共有していた。

箸 スプーン の共有

生まれたばかりの赤ちゃんの口には、虫歯菌はおらず、大人の口から、うつることがわかってきました。そのため箸やスプーンは共有しないようにしましょう。

紫外線はビタミンDを作る働きを助けるので、日光浴をさせていた。

日光浴 外気浴

紫外線が強くなっているため日光浴ではなく、赤ちゃんを外気や温度差に慣らす外気浴に変わりました。

湯上りに白湯を飲ませていた。

湯上りの 白湯

母乳育児中は母乳で、ミルクで育てている赤ちゃんが欲しがるときは湯冷まし、1か月を過ぎたら、薄い番茶やほうじ茶を与えます。

1歳すぎたらはずしていた。

おむつ

発達が進むと自然にはずれていくのでゆっくと進めましょう。

参考

成長 の 目安

- ・首のすわり 3～4か月
- ・寝返り 5～6か月
- ・座位 7～8か月
- ・ハイハイ 7～8か月
- ・つかまり立ち 10か月
- ・つたい歩き 10～12か月
- ・ひとり立ち 12か月
- ・独歩 13～15か月

医学や、研究が進み
いろいろなことが
変わったんだね！



知っておきたい今の子育て

妊娠期



妊娠初期は体調もつわりも人それぞれ。心も体も変化が大きく、初めて妊娠を迎えたママは戸惑うことも多いでしょう。

とてもデリケートな時期です。体調を気遣いつつ、ママの気持ちを優先してあげましょう。

産院・出産・出産前後は？

最近では、いろいろなサービスを取り入れた産院があり、出産方法も選べる時代です。

「どこで出産し、どこで産後を過ごすのか」など気になるかと思いますが、パパとママが一生懸命生まれてくる赤ちゃんのために考えて決めたことです。尊重してあげましょう。

食事について

昔は「2人分食べなさい」「赤ちゃんの分も食べて」と言われていたのが栄養状態がよくない時代のなごりです。

妊娠中の望ましい体重増加量は、妊娠前の体型によっても異なります。体格区分別の推奨体重増加量を目安に、食事の内容、とり方、生活の仕方を考えて体重の増え方が順調かを、ママはお医者さんや助産師さんと相談しています。

出産予定日を迎えても…

出産予定日はあくまでも目安です。予定日が過ぎるとパパもママも不安になってくるかと思えます。

孫の誕生が待ちどおしい気持ちもあるかと思えますが、「まだ？」の言葉は禁句です。ママの気持ちに寄り添い、見守ってあげましょう。

知っておきたい今の子育て

出産期



立ち会い出産

立ち会い出産を希望する人が増えています。

出産の大変さを共有出来たり、パパがママの気持ちに寄り添いながら、親になる喜びを2人で分かち合うことが出来ます。

赤ちゃんが生まれたかどうか、気になるかと思いますが、パパとママからの連絡を待ちましょう。

お見舞いもマナーを守って

出産という大仕事を終えたばかりのママはとても疲れています。

かわいい孫の誕生に「早く顔を見たい!」「もっと長く見ていたい!」気持ちもあるかと思いますが、ママへの気遣いも必要です。

また、風邪気味の時はどんなに行きたくても遠慮したほうがよいでしょう。

産後のママをしっかり休ませてあげましょう

手厚いサポートを受けていた病院から、自宅に戻るとそれは「天国と地獄」のよう。ママはすべて自分で行わなければなりません。

特に産後1か月は、ホルモンの変化により感情の乱れなども起きます。

この時期に、じいじ、ばあばが、家事等のサポートをしてくれたら、ママはとても助かりますね。

チャイルドシート着用は義務です

2000年の道路交通法の改正で、6歳未満の使用が義務づけられました。

赤ちゃんの命を守るために、正しく装着しましょう。産院から自宅に車で帰る場合もチャイルドシートがないと車に乗せることはできません。



乳児使用時

進行方向と反対に設置しリクライニングを倒す



幼児使用時

進行方向に設置しリクライニングを起こす

知っておきたい今の子育て 乳幼児期



子育ての主役はパパとママ

お宮参りやお七夜祝いなどの行事では、親戚や近所付き合いもからみ、口を出したくなってしまうかもしれませんが、わが子のお祝いをどんな形で行うのか、決めるのは親です。

また、良かれと思って祖父母が手を出しすぎてしまっても、パパとママの役割を奪ってしまうかもしれません。

子育ての主役は、パパとママです。じいじ、ばあばは、子育てのサポーター(支援者)になることを考えましょう。孫で子育てのやり直しはできませんが、経験があるからこそ親の良きサポーター役になれます。

パパやママに「いい子に育っているよ!」「それでいいんだよ!」と声をかけられたら素敵ですね。

育児用品、ベビーフード

昔の育児では考えられなかった、また、あっても珍しく高価なものだった育児用品が、今では安価で簡単に手に入ります。

ママはうまく取り入れながら、自分が出来ることを考えています。

ベビーフードも、市販のものを使っていると「手作りすればいいのに」と言いたくなってしまうかもしれませんが、ママが時間をかけて手作りをしても、赤ちゃんが必ず食べてくれるわけではありません。育児には適度に手抜きも必要です。

自分の都合も伝えましょう

出来ることと、出来ないことが祖父母にもあります。自分の用事がある時や、疲れた時は「出来ない」と、伝えましょう。

無理すると不満がたまって、関係が悪くなりがちです。



赤ちゃんのお世話あれこれ

抱っこの仕方

赤ちゃんは抱っこが大好きです。赤ちゃんが怖がったり、不安そうにしているときは、抱っこしてよくなだめて安心させてあげましょう。



首がすわるまではよこ抱きです。
Cの形になるように自分の体に
密着させて抱っこします。



首がすわったらたて抱きも出来ます。

おむつ交換

おむつ替えのときは、おしりふきや、脱脂綿で毎回きれいに拭いてあげましょう。

☆男の子はおちんちんの後ろまで丁寧に拭きます。

☆女の子は必ず前から後ろに向かって拭きます。



紙おむつ（テープ式）の時は、おむつを開き赤ちゃんのお尻の下に置き内側のギャザーを立てます。おむつを当て、テープで留めます。

ミルクの作り方

ミルクは水道水で作りましょう！

水道水が使えない場合は市販の調乳用の水を使います。ミネラルウォーターは、赤ちゃんに不要な成分が含まれているので、下痢を起こしたりすることがあります。



1

手を洗う

必ず手を洗ってから作りましょう。

2

ミルクを入れる

ミルク缶の指示どおりの分量を入れましょう。沸騰後、少し冷ましたお湯（70℃以上）を分量の3分の2くらい注ぎ溶かします。

3

ミルクを冷ましましょう

ミルクが溶けたら、70℃以上のお湯または湯冷ましを加え、軽く混ぜます。哺乳瓶を流水や氷水にさらし、体温くらいになるように冷まします。温度の確かめ方は、手首の内側にたらし体温くらいになったらOKです。

4

ミルクを飲ませる

赤ちゃんの口に乳首をふくませ、空気を飲み込まないようにします。

5

ゲップをさせる

たて抱きにして、背中を軽くさすりゲップさせます。

※作ってから2時間以内に飲まなかったミルクは捨てましょう。



しっかりと赤ちゃんを抱っこして、目と目をあわせ、赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう



沐浴・入浴のサポートは？

赤ちゃんが病院（産院）から自宅に戻っても、まだへその緒が取れていません。へその緒が取れるまではベビーバスでの沐浴になります。

その後の入浴も慣れないうちは大変。じいじ、ばあばのサポートがあると心強いですね。

1

お風呂あがりの準備

室温と沐浴を行う場所が、同じ温度になるように調整する。

2

赤ちゃんを連れて行く

パパ、ママの用意が出来たら、服を脱がせお風呂場へ連れて行く。

3

沐浴・入浴がおわったら

タオルで体をやさしくふき、用意しておいた衣類を着せる。

ウェアの中に肌着をあらかじめセットし、オムツを広げておくと、着せるのが楽ですよ！



赤ちゃんに最適な
お風呂の温度は
38℃～40℃です。

幸手市の

パパ・ママに 聞いた子育ての本音

うれしかったこと

- ♥ 何でも手伝うから、何かあったら気軽に言ってね (40代 女性)
- ♥ 実家が遠いのによくがんばってるねと言ってくれた (30代 女性)
- ♥ 2人目出産時、上の子を見ていてくれた (40代 女性)
- ♥ 自分の食事や睡眠を気遣ってくれた (30代 女性)
- ♥ 子どもを預かってもらい、夫婦で外出できた (30代 女性)
- ♥ 子どもの話をしっかり聞いてくれる・まかせてくれる (30代 女性)
- ♥ 子どもに何かを要求されたとき「ママに聞いてからね」と確認してくれる (30代 女性)

気遣いが欲しかったこと

- ♥ おやつを時間に関係なく与えてしまう (20代 女性)
- ♥ 子どものしつけに対して否定された (30代 女性)
- ♥ 母親なんだから…の言葉 (40代 女性)
- ♥ 孫の世話より、自分の時間にしたいと言われた (20代 女性)
- ♥ お年玉やお祝いの時期になると、わざと会わないようにする (40代 女性)
- ♥ 親の方針を無視する・聞かない (20代 女性)
- ♥ 順調？ちゃんとおっぱいを飲んでる？などしっかり育てられているのか？のニュアンスにとらえてしまう言葉 (30代 女性)

パパ・ママ の気持ち

最初の子はママも子育てに一生懸命で、自分でやりたいことが多いようです。じいじ、ばあばには、精神的な支えを求めているようです。

パパ・ママとの お付き合いのコツ

同じ場面でも、受け取り方、捕らえ方はそれぞれ違います。パパ・ママの性格も踏まえて、アドバイスしましょう！

じいじ・ばあばに 聞いた孫育ての本音

うれしかったこと

- ♥ 写真を送ってくれたり、孫の書いた手紙や絵をプレゼントしてくれる (60代 女性)
- ♥ 小さい子がいると家が明るく会話も増える (50代 女性)
- ♥ 「ありがとう」の一言 (60代 女性)
- ♥ 孫の行事に両方の親が同じように参加できるように気を遣ってくれる (60代 女性)
- ♥ 家族全員の記念日にみんなで集まりお祝いをする (70代 女性)
- ♥ 孫からの「おめでとう」のプレゼント (60代 女性)
- ♥ 自分たちが両親から受けた愛情を同じように自分の子どもたちへ注いでいくことがご恩返しだと思う、と言われたこと (60代 女性)

気遣いが欲しかったこと

- ♥ やってもらえることが、当たり前だと思っていること (50代 女性)
- ♥ 自分たちの生活ベースが崩れる (60代 女性)
- ♥ 孫を預かったとき予定にない買い物をして帰宅が遅くなり孫が泣き出し困った (60代 女性)
- ♥ 孫の接し方で息子を通して注意される (60代 女性)
- ♥ こちらから声をかけないと会えない、来ないのが淋しい (60代 女性)
- ♥ イベントに親を巻き込めば喜ぶと思っていること (60代 女性)
- ♥ 孫のお祝い事など、日程などの相談を事前にして欲しい (60代 女性)

じいじ・ばあば の気持ち

パパ、ママからの気遣いの言葉や配慮を嬉しく感じたり、お孫さんがいるだけで、嬉しい事がわかりました。

じいじ・ばあばとの お付き合いのコツ

コミュニケーションを大切にし、お互いに歩み寄り、その家庭にとっての「良い方法」を見つけてください。

こんなときどうする!?

起こしやすい事故・症状!?



誤飲

- ・何を飲んだかわからない場合は、周りの状況から推測する。
- ・口の中に何か残っている場合は、喉の奥に押し込まないように、注意しながら指でかき出す。
- ・飲んだものによって対応が違うので、処置がわからない時は、かかりつけ医療機関や、中毒110番に相談する。(裏表紙に掲載)

やけど

- ・流水で患部を最低20~30分冷やす。
- ・服を着たままやけどした時は、そのまま冷やす。

頭をぶつけた

- ・元気があり、他に気になる症状がないようなら、自宅で安静にして様子を観察する。

こんな時は病院へ

- ・意識がない ・けいれんを起こした ・何度も吐く
- ・ぶつけた部分がへこんでいる ・出血が止まらない

揺さぶられ症候群

- ・赤ちゃんは激しく揺さぶられると、首の筋肉が未発達なために脳が衝撃を受けやすく、脳の損傷による重大な障害を負うことや、場合によっては命を落とすことがあります。
- ・赤ちゃんを揺さぶることは決してやってはいけません。

熱が出た

- ・暑そうにしていたら涼しく、寒そうなら暖かくする。
- ・水分(乳幼児用イオン水など)をこまめに与える。
- ・汗をかいたら着替える。

こんな時は病院へ

- ・3か月未満
- ・元気がなく、ぐったりしている
- ・おしっこが出ない
- ・水分をとるのを嫌がる
- ・いつもと違って活気がない



吐いた

- ・気持ち悪さが軽減したら、乳幼児用イオン水などを少しずつ何度も与える。寝ている場合は、体や頭を横に向ける。

こんな時は病院へ

- ・生後3か月未満の赤ちゃんが、母乳やミルクのたびに勢いよく何度も吐く
- ・吐いたものが、赤や茶色、緑っぽい色をしている
- ・おしっこが出ない
- ・元気がなくいつもと違う様子

けいれん

- ・顔を横に向け服をゆるめる。口の中に指や物を入れたり、体をゆすったりしない。けいれんがどれくらい続いているか時間を計る。

※意識がはっきりしない・唇の色が紫色で、呼吸が弱いときは救急車を呼ぶ！

こんな時は病院へ

- ・けいれんが止まっても、意識がはっきりしない
- ・唇の色が紫色で呼吸が弱い
- ・けいれんが5分以上続く
- ・何度も繰り返し、けいれんが起こる
- ・おもらしをしたり吐く
- ・けいれんに左右差がある
- ・頭をぶつけた



下痢

- ・水分（乳幼児用イオン水など）を十分に与える。
- ・他の人への感染を防ぐため、排泄物を片付けたあとは、手をよく洗う。

こんな時は病院へ

- ・おしっこが出ない
- ・ひどくお腹を痛がる
- ・水分をとるのを嫌がる
- ・血液のまじったうんちが出る
- ・38.0度以上の熱が出る
- ・元気がなく、ぐったりしている

孫と一緒にいける遊び場

幸手市内の子育て支援センターや公園をいくつか紹介します。
お孫さんと一緒にお散歩したり遊んであげたら喜びますよ！

おさんぽグッズをチェック！

- おむつ替えセット
(おむつ・おしりふき・おむつ替えシートなど)
- 着替え (ベビーウェア・肌着・靴下など)
- タオル (おむつ替え・敷物・防寒・日よけなどに使用)
- ミルクセット (哺乳瓶・ミルク・湯・水)
- ポリ袋 (ごみ入れ・使用済みおむつ等に使用)
- その他 (ティッシュ・ウェットティッシュ・母子手帳など)

地域の子育て支援センター

子育て中のパパ・ママ・一般の乳幼児(0~3歳)がいる子育て家庭の交流や育児相談、イベント等をおこなっています。ぜひお孫さんを連れて遊びに行ってみたらいかがでしょう！

ウェルス幸手内 子育て支援センター
42-8454



児童館 子育て支援センター
43-5521



どんぐりキッズ幸手
53-4445



利用しているじいじ、ばあばの声

ママが用事で外出中など(健診や手続きをしている間)孫を預かりますが、そのときに支援センターを利用しています。保育士さんもいて安全に遊ばせられるので助かります。

地域の公園

千塚西公園



春は桜がきれい。砂場、遊具、テニ
ス場や野球場もあります。

円藤内児童公園



通称〇×公園。
〇×ゲームができます。

高須賀池公園



野鳥も多く自然豊か。遊具もあり、
楽しく過ごせます。

宇和田公園



桜といちょうがきれいです。
四季折々の花や、遊具、遊歩道もあり、お散
歩コースに最適です。

平須賀南公園



圏央道下の側道、産業団地に隣接し
ています。新しい公園です。

東武中央公園



汽車、すべり台、砂場のある公園で
す。

遊びの紹介

伝承遊び

こま回し・お手玉・けん玉・折り紙など、祖父母世代の方が子どものころ遊んだ日本の伝統的な遊びです。

祖父母の腕の見せ所！ぜひ披露してみてください。「じいじ・ばあば、すごーい！！」とお孫さんたちは目を輝かせて喜ぶことでしょう！

わらべ歌・手遊び・子守唄

げんこつ山のためきさんの手遊びや、いっほんばしなどスキンシップをとりながら遊ぶわらべ歌、「ゆりかごのうた」などの子守唄、たくさん歌って、語りかけてあげると子どもはとっても喜びます。

いっほんばし

いっほんばーし こーちょこちょ
にーほんばーし こーちょこちょ
たーたいて つーねって
かいだんのぼって
こちょこちょこちょ



げんこつ山の ためきさん

げんこつ山のためきさん
おっばいのでねんねして
だっこしておんぶして
またあした

せっせっせの よいよいよい

おてらのおしょうさんが
かぼちゃのたねをまきました
めがでてふくらんで
はながさいたら
じゃんけんぽん

絵本の読み聞かせ

本を読むことで、子どもはさまざまな擬似体験をします。こうした体験は、子どもの成長において大変重要なことです。

忙しいパパ・ママに変わってじっくり付き合ってもらえる祖父母だからこそ、お孫さんの「もう1回」に答え、出来るだけたくさん読み聞かせの楽しさを体感させてあげてください。



幸手市を中心に絵本の読み聞かせを行っているボランティア団体「おはなしの森」におすすめ絵本を聞きました。



おすすめ絵本



いないいないばあ

松谷みよ子／文
瀬川康男／絵
出版社 童心社

いない いない ばあ。
にゃあにゃが、ほらね、
いないいない・・・ネコ、
クマ、ネズミ、キツネ
などの動物たちがページをめくるたび「いない
いない ばあ」します。

がたん ごとん がたん
ごんと、まっ黒
な汽車がやってき
ます。駅で待っている
のは哺乳瓶。「のせてく
ださいーい」と言って汽
車に乗り込みます。繰
り返しのリズムが楽し
い赤ちゃん絵本です。

安西水丸／作
出版社 福音館書店

がたんごとん
がたんごとん



がたんごとん がたんごとん

くだもの



くだもの

平山和子／作・絵
出版社 福音館書店
すいか、もも、ぶどう、
なし、りんごなど日常
子どもたちが食べるく
だものが出てきます。
「さあ どうぞ」とお
孫さんと楽しくやりと
りできますよ。

赤ちゃんの健やかな成長を願う、 古くから伝わる「初山」

概要

とき 6月30日、7月1日 午前9時～午後9時
ところ 浅間神社(北2丁目)

浅間神社は、富士山信仰の浅間大神（木花咲耶姫命）を祀る神社で、江戸時代に幸手宿一の豪商であった呉服商長嶋屋が建立したといわれています。その浅間神社で毎年6月30日と7月1日の両日に行われるのが、初山。赤ちゃんが「初めて山に登る」ことから、その名前が付けられたといわれるこの行事では、その年に生まれた赤ちゃんのおでこに赤い神社印（前述した富士山信仰にちなんで富士山が彫り込まれている。）を押して、その健やかな成長を祈ります。また、会場では、節のない真っ直ぐな人に育つようにとネギ、家庭円満・内輪もめのないようにと団扇、そして登山の際に喉を潤すためのたんきり飴の縁起物が購入できます。

毎年、子や孫の健やかな成長を願う、多くの家族連れでにぎわいます。なお、両日の午後6時から9時の間、神社前の道路を歩行者天国として開放します。



※駐車場の数には限りがあります。空きのないときには市役所駐車場をご利用ください。（市役所から徒歩5分）なお、午後6時から9時まで、神社前道路へは車は入れません。

活かして下さい 祖父母力

お孫さんだけでなく、地域にも豊かな経験を活かしてみませんか？

保育ボランティア

離乳食講習会（市の事業）など、子育て支援の事業を行っている間、別室でお子さんを保育して下さる保育ボランティアを募集しています。



詳しくは、幸手市社会福祉協議会にお問い合わせください。

社会福祉法人 幸手市社会福祉協議会 TEL. 43-3277

ファミリーサポートセンター

幸手市ファミリーサポートセンター
TEL. 42-8461

「子育ての援助を受けたい人」と「子育ての援助をしたい人」が
会員となり助け合う仕組みです。



援助風景



困ったときの窓口相談

孫育てについての悩みや、子どもの健康に関する相談があるときは、幸手市保健福祉総合センター（ウェルス幸手）の子育て総合窓口、子ども家庭総合支援拠点をご利用下さい。

母子保健コーディネーター（助産師）

- ・母子健康手帳の交付、妊娠中期の相談
- ・赤ちゃんに関すること（妊娠、出産、お風呂、授乳など）
- ・予防接種、離乳食の困りごとなど

子育て支援コーディネーター（保育士）

- ・保育所・幼稚園の入園相談や制度の説明
- ・気軽に遊びに行ける施設のご案内
- ・子育て支援に関する事業の紹介
- ・子育ての悩み、心配ごとなど



子ども家庭支援員（精神保健福祉士）

- ・子どもを怒鳴ったり叩いてしまう、育てられる自信が無いなど、子育てに関する困り事を抱えている方の相談に応じます。

その他の相談機関

名称	連絡先	内容
家庭児童相談室	43 - 2447	子どもに関する心配ごと
心すこやか支援室	42 - 0356	子どもの生活全般
幸手保健所	42 - 1101	精神保健・難病・小児慢性特定疾患など
越谷児童相談所	048 - 975 - 4152	18歳未満の子どもに関するあらゆること

緊急時の連絡先・相談先一覧

	名前・名称	電話番号	住所・所在地
家族の情報			
孫のかかりつけ医			
タクシー会社			

こんなときはここに電話を! 小児緊急電話相談

☎#7119

24時間、年中無休

家庭での対処方法やすく受診すべきかを看護師に相談できます。

※今まで通り☎#8000も使えます。

※つながらない場合は埼玉県救急医療情報センター

☎048-824-4199へおかけください。

毒性の強いものを飲み込んだ時は

●つくば中毒110番

☎029-852-9999(365日対応:9~21時)

●大阪中毒110番

☎072-727-2499(365日対応:24時間)

●たばこ専用電話

☎072-726-9922(365日対応:24時間/テープによる情報提供)



発行 幸手市

編集 健康福祉部 こども支援課

住所: 〒340-0152 埼玉県幸手市天神島1030-1

電話: 0480-42-8454