子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

石岡市こども家庭センターが子育てをサポート！

子育てに関する情報提供や育児相談を行っています。困りごとはありませんか？
妊娠期からお子さんの社会的自立まで、誰もが孤立することなく支援を受けられるよう、サポートします。お気軽にご相談ください。

問子育て応援課　こども家庭センター（石岡保健センター内）TEL 24-1390

◆３つの機能が一体化！
お子さんおよび保護者の支援をより円滑に

【母子保健機能】
妊娠期からお子さんの成長発達に寄り添います。

【子育て世代包括支援センター機能】
育児に関する情報提供や相談を行います。

【子ども家庭総合支援拠点】
妊産婦や家庭等からの相談に応じるほか、こどもの虐待への対応などを行います。

詳しくはこちら▶

◆すくすく赤ちゃんクーポン券が拡充！
令和６年度から乳児ミルク、ベビーフード、乳児おむつ等にも利用できる１枚1,000円相当のクーポン券に変更されました。

対象者：令和７年４月１日以降に生まれた０歳児のお子さんがいる保護者で、お子さんとともに本市に住民票があり、同居している方。

申請場所：子育て応援課
こども家庭センター（石岡保健センター内）
こども未来課（市役所）
市民窓口課（八郷総合支所）
出生届出時、転入手続き時に交付。

交付枚数：最大40枚（４万円分）
対象商品など詳しくはこちら▶

※取扱店舗を随時募集中です。

令和７年度子育て世帯及び新婚世帯新生活支援補助金

▶市では、令和７年４月１日から令和８年３月31日までに婚姻した新婚世帯（または婚姻を予定している世帯）や未就学児を連れて転入した子育て世帯で、市内に定住予定の皆さんへ新生活費用の一部を助成します。

助成費用：
①住宅の購入費（土地建物込みの場合も建物部分のみ）
②住宅のリフォーム費用
③家賃（住宅手当が支給されている場合は、それを除いた額）
④敷金・礼金・共益費・仲介手数料
⑤引越費用（業者利用の場合のみ）

対象者条件：
子育て世帯
①父母が直近５年以上市外に居住しており、転入日時点で未就学児を含む世帯
②父母の所得が合計400万円未満

新婚世帯（婚姻日時点の年齢で判断します）
①夫婦ともに39歳以下
②夫婦の所得が合計500万円未満

補助金額：
子育て世帯：上限30万円
新婚世帯：29歳以下…上限60万円
39歳以下…上限30万円

補助対象期間：～令和８年３月31日㈫まで

※予算の範囲内での交付となりますので、募集期限前であっても、予算額に達し次第受付を終了させていただく場合もございます。予めご了承ください。

※補助金を受けるには**事前申請**が必要です。

詳しくは市ホームページからご確認ください▼

問こども未来課　TEL 23-7331

ヘルスメイトの
健康レシピ

切り干し大根の柚子胡椒和え

～食材料～（4 人分）

切り干し大根		20ｇ
刻み昆布		4ｇ
ツナ缶		1缶（70ｇ）
Ⓐ	柚子胡椒	4ｇ
	酢	大さじ 2/3
	しょう油	小さじ 1・1/3
	砂糖	小さじ 1/3

～作り方～
①切り干し大根はもみ洗いをして、３～４分水につけて軽く戻したら、水気を絞る。
②刻み昆布は水で戻し、水気を切っておく。
③ボウルにⒶの調味料を入れて混ぜ合わせ、①②と油を切ったツナ缶を加えて和え、30 分ぐらい置いて味をなじませる。
※柚子胡椒は味を見ながら加えてください。

（1 人分：エネルギー 31kcal　カルシウム 37㎎　食塩相当量 0.8 ｇ）

point!

・切り干し大根は、大根を刻んで乾燥させたもので、カルシウムやカリウム、食物繊維を多く含む食品です。
・作り置きなどにも便利な一品です。

消費生活ホットライン

問消費生活センター（市役所本庁舎内）TEL 22-2950
受付時間／月～金
午前 10 時～正午・午後１時～４時 30 分

「定期縛りなし」が「解約するまで続く定期購入」だったなんて…！

事例

スマートフォンで動画を見ていたところ「一粒飲めば痩せる」と宣伝された広告が表示された。事業者のサイトに遷移し、初回お試し 900 円で「定期縛りなし」と書かれたダイエットサプリを購入した。商品が届き、納品書を確認したところ、次回お届け予定日が書かれており、その時初めて定期購入だと分かった。解約しなければ次も届くとは知らなかった。解約したい。

- 「定期縛りなし」という記載は「1 回限り」という意味ではなく「最低購入回数の指定がない契約」（「いつでも解約できる定期購入」）である可能性があります。
- 「注文する」をクリックする前に解約方法を確認し、契約条件に関する記載や販売サイト等の記載をスクリーンショット（スマートフォンの画面に映っている内容を写真として記録する機能）で保存しましょう。
- 購入確定する前に「最終確認画面」（契約条件が記載されている画面）で定期購入が条件になっていないか、２回目以降の代金等の販売条件や、解約の条件をもう一度確認し「最終確認画面」をスクリーンショットで記録に残しましょう。
- 「最終確認画面」の表示がなかったときは、契約の取消しができる場合があります。
- スクリーンショットの方法が分からない場合は、契約している携帯電話ショップや通信事業者に問い合わせるか、通信事業者の公式ホームページなどで確認してください。