

教えてママパパ! Q&A

先輩移住者のママさん、パパさんに
子育てのあれこれについて聞きました!

Q. 子育てに関して、右も左もわからないことだらけ!

A. まずは… 子育て支援センターへ!

各市町村の児童館や交流館、保育園、スーパー等の施設内に子育て支援センターが点在しています。気軽に子育て相談をしたい!他の親子と交流したい!そんなときには、まず各地域の子育て支援センターに行ってみましょう。

例えば…

まちなかビル内に 富山市子育て支援センター

富山駅から徒歩4分ほどの位置にある「CiCビル」内。同フロアには「こども図書館」や、からだを動かして遊べる「こどもひろば」などもあります。

富山市新富町1-2-3 CiCビル4階
076-444-1110

無料でおもちゃが
使えるし、クリスマス会
など参加できるのは
ありがたいです!



Q. 交流を広げたい、ママ友がほしい

A. ママスキーハウス mamasky houseに 行ってみよう

「県外出身ママ交流会」も
定期開催しているよ!



ママスキーハウスはママがゆっくりくつろいで、おしゃべりを楽しめる場所。キッズスペースや授乳スペースもあり、安心できる環境でママトーク&ガールズトークができます。イベントや体験会もたくさん開催しているので、親子1組での参加でも、帰る頃にはママ友が増えていること間違いなし!イベント情報はホームページをチェック!

富山市町村195-4 076-461-3689 mamaskyhouse.jp

Q. 医療については安心できる? A. 夜間や急病にも対応!

富山県内の4つの医療圏(新川・富山・高岡・砺波)それぞれに、大きな病院や休日夜間急患センターが設けられています。ドクターヘリも配置!

病院・医療機関・薬局が丸ごとわかる 夜間の緊急時に

とやま医療情報 ガイド

医療機関や薬局について調べることができるサイトです。場所や受診日時、診療科目から医療機関を探したり、休日診療をしている医療機関を確認することができます。



小児救急医療 ガイドブック

小児救急に関する基本的な知識や、休日夜間の医療機関の情報、症状別による適切な対処方法等を紹介しています。



Q. 住んでみてどうですか?

先輩移住のママさん・パパさんに、子育てする上での「富山の住み心地」について聞いてみました。

遊びに行きやすい!

「富山は図書館や公園、スポーツ施設など、無料で遊べる施設が多い!」という意見が多数。駐車場も広くて無料の場所が多く、気軽に外出できるようです。



千葉県出身

手入れの行き届いた公園が多い!千葉では公園の池の水には苔が生えていたり不安もありました。それに比べて富山の公園は水がキレイで安心!

子どもがいたら車で移動することが多いけど、駐車代がかからない場所が多いので助かります!



大阪府出身



愛知県出身

富山は良い意味で「こじんまり」。イベント情報に気付きやすいし、県内のどこで開催していても遠すぎて困ることはありません。そんなに混んでいないので参加しやすい!

自然 & 食がまさに「富」

富山の魅力はやっぱり「自然の豊かさ」と「美味しい食材!」のびのび子育てのポイントです。

山と海両方が車で1時間以内の距離にあります。登山やスキー、キャンプ、金川に海水浴など、子どもと一緒に楽しめる遊び場がいっぱい!



愛知県出身



神奈川県出身

自然が豊かでスキー場がとても近い場所にあり!食も美味しいものばかり。特に魚、米、水はびかイチ!

冬は意外と平気です

いざ移住してみると、「平野部は雪が少ない!」「生活には支障なし!」などなど、意外にも、雪にはあまり困らないと感じる人も…!

道路には融雪装置もあるし、積雪で生活に困ることはほとんどないです。ここを誤解している人も多いのでは?私自身、移住前は山ばかりで雪がすごいのかと思っていました。



愛知県出身

Q. 不安なときは…

どんな小さな悩みや
困り事にも、丁寧に
耳を傾けてくれます!



A. 相談窓口へ

不安なときは抱え込まずに相談窓口へ。県内には各市町村に多数の子育てに関する相談窓口があります。ぜひ気軽に頼ってみてくださいね。

急病時には

子ども医療電話相談

お子さんの急な病気や怪我などのご相談を電話にて受け付けています。

#8000 または 076-444-1099

平日 19:00 ~ 翌 9:00
土曜 13:00 ~ 翌 9:00
日祝 9:00 ~ 翌 9:00

妊娠・出産のお悩み

富山県女性健康相談センター / 不妊専門相談センター

妊娠・出産等の女性の心身の健康に関する相談や不妊や不育症に関する相談を受け付けています。

076-482-3033

子育てのお悩み

子育てほっとライン

相談員が電話で子育て・家庭の不安や悩みにお答えします。

076-433-4150

とやま子育て支援
ポータルサイト

とみいくフレフレ

kosodate-toyama.jp

富山での結婚、妊娠・出産、子育てを応援するポータルサイト。とやまの子育て情報を地域や条件から検索できる「子育てマップ」や子育て支援情報、お悩み相談窓口などを掲載。



子どもと一緒に☆行きたい! SPOT

立山連峰望むアートな屋上庭園

富山県美術館 オノマトペの屋上



©富山県美術館

富山県美術館
©小川重雄

アートとデザインをつなぐ美術館。20世紀美術作品やデザイン作品が鑑賞できる。8種類の遊具がある「オノマトペの屋上」や、参加型のワークショップができるアトリオもおすすめ。

富山県美術館
富山市木場町3-20 ☎076-431-2711
8:00~(天候などによる)
12/1~3/15 入場自由

tad-toyama.jp/

開放的でオシャレな空間「オノマトペの屋上」では、ことば遊びをしながら想像力も養われる気がする!



ドラえもんにも会える!

高岡おとぎの森公園



1.わくわくのアスレチックが充実 2.「ドラえもん」に出てくる空き地が再現されている©藤子プロ

花や緑に囲まれた公園。広々とした敷地内には大型遊具や展望台のほか、高岡出身の漫画家、藤子・F・不二雄氏の代表作『ドラえもん』のキャラクター像もあり家族で楽しめる。

高岡市佐野1342 ☎0766-28-6500
9:00~17:00(おとぎの森館・子どもの家)、9:00~22:00(森のふれあい館)
火曜(祝日の場合は翌日休)、年末年始(施設のみ) 入場無料

terfel.net/

芝生でピクニックをした後は、大型遊具で思いっきり遊ばせています。1日ゆっくり過ごせる場所です!



自然を満喫! 多目的パーク

太閤山ランド



1.公園内を走るトレンにはベビーカーも乗せられる 2.夏は家族で楽しめるプールが大人気

広大な園内に、巨大な屋内遊具やものづくりがたっぷり楽しめる「こどもみらい館」をはじめ、芝生広場、バーベキューコーナー、ボートや展望塔など好奇心を刺激する施設が充実。

射水市黒河4774-6 ☎0766-56-6116
9:00~17:00(GW・プール期間は~18:00) 火曜(春休み・GW・プール期間は無休) 入場無料(駐車場有料)

www.toyama-park.jp/taikou-land/

こどもみらい館ではいろいろなイベントが開催され、何度行っても楽しめます。雨の日も安心!



日本で最も歴史ある水族館

魚津水族館



1.富山湾の大型魚類を展示する富山湾大水槽 2.「うすいファミリーウム」には、飼育員考案の楽しい仕掛けがたくさん

魚津総合公園内にある、富山の魚に特化した展示が特徴の水族館。魚の輪くぐりが見られる「おさかなショー」や「アザラシやペンギンのお食事タイム」などイベントも充実している。

魚津市三ヶ1390 ☎0765-24-4100
9:00~17:00(入館は~16:30)
12/1~翌年3/15までの月曜
大人1000円、小・中学生500円、幼児(3才以上)200円

www.uozu-aquarium.jp/

水族館のあとは隣接する遊園地・ミラージュランドでもたっぷり遊べる!夏はプールも大賑わい!



富山駅より程近くの美しい公園

富岩運河環水公園



www.kansui-park.jp/

緑に囲まれた開放的な水辺空間。子どもに人気の噴水広場や世界一景観が美しいといわれる「スターバックス・コーヒー」もある。

富山県湊入船町
076-444-6041
入場自由

色とりどりの花を楽しめる

砺波チューリップ公園



www.tulipfair.or.jp/

チューリップをはじめとした四季折々の花が楽しめる。子どもが遊べる遊具も充実し、ベビーカーでの散歩にも最適。冬にはイルミネーションも。

問合せ:チューリップ四季彩館
砺波市中村100-1
0763-33-7716
無料(とらみチューリップフェア開催期間を除く)

大自然の中でのびのび遊べる

立山町総合公園



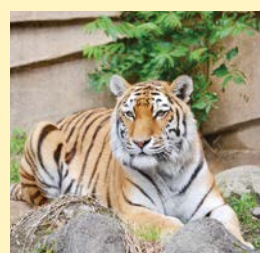
www.tateyama-sougoupark.jp/

30種類以上もの大規模なアスレチックや芝生のふれあい広場など、ゆったりとピクニックが楽しめる。敷地内にはテニスコートや野球場も。

中新川郡立山町野沢1 ☎076-464-1601
屋内グラウンド、有料屋外施設以外は無休 冬季閉鎖あり(有料屋外施設12/1~3/31)
無料(スポーツ施設は有料)

里山にある動物園

富山市ファミリーパーク



www.toyama-familypark.jp/

動物・里山・地域をテーマにした動物園。飼育する動物は100種類以上。動物の食事の様子が観察できる「ごっくんタイム」は子どもたちに大人気。

富山市古沢254 ☎076-434-1234
3/15~11/30...9:00~16:30(入園~16:00)、12/1~2月末日...10:00~15:30(入園~15:00)
12/28~1/4、3/1~3/14 大人500円、中学生以下無料

絵本を通して心を育て

射水市大島絵本館



www.ehonkan.or.jp/

赤ちゃんからお年寄りまで楽しめる約1万冊の絵本を収蔵。光が差し込む館内では、親子で楽しめる読み聞かせイベントやワークショップも開催。

射水市鳥取50 ☎0766-52-6780
9:30~17:30 月曜日(祝日の場合はその翌日休)
大人600円、高校生300円、小中学生100円、未就学児無料

海まで見渡せる! 絶景牧場

くろべ牧場まきばの風



www.kurobe-bokujyo.jp/

標高425mの高台にあり、富山湾を一望できる牧場。乳搾り体験やエサやり体験など動物とのふれあいが家族で楽しめる。

黒部市宇奈月町新屋宇広谷4 ☎0765-52-2604
10:00~17:00(季節により変動)
無休 入場無料(各種体験はHPを確認)

巨大屋内アスレチックが大充実

滑川市児童館



www.city.namerikawa.toyama.jp/jidokan/

赤ちゃん連れでものんびり過ごせる部屋から、アクティブに遊べる木の温もりあふれるアスレチックまで、幅広い年齢の子どもが楽しめる施設。

滑川市上小泉800 ☎076-475-3706
10:00~18:00(5~10月)、10:00~17:00(11~4月) ※土日祝は9:00~
火曜、第1・3木曜 無料

ここにも立ち寄り! 呉羽山公園展望台



富山市街地から立山連峰までが一望できるスポット。夜景も美しく、春には満開の桜が楽しめる。

富山は外遊びしやすい!

ここで紹介した施設や公園はもちろんですが、海岸沿いや田んぼのあぜ道など、ぶらりと散歩を楽しめる場所がたくさんあります。わざわざ遠くに出かけなくても外遊びが満喫できるのも魅力のひとつ。

助成制度

富山には子育てをサポートする助成制度がたくさん。県が実施しているお得な助成制度を一部ご紹介。

とやまっ子子育て応援券

富山県から、市町村窓口から出生届を提出されたご家庭に、保育サービスや予防接種等に利用可能な券を配布しています。

- ※金額
 - 第1子 …… 10,000 円分
 - 第2子 …… 20,000 円分
 - 第3子以降 …… 30,000 円分
- ※サービス例
 - 一時保育、子どもの一時預かり、送迎、病児・病後児保育、任意の予防接種、母乳相談、母乳マッサージ、フッ素塗布 など
- ※期限 3年間 (3歳の誕生日の前日まで)

とやま子育て応援団

子ども連れの家族が協賛店を利用した際に、応援団マークを提示することで、協賛店が設定している割引や特典等の各種サービスを受けられます。協賛店は「とみいくフレフレ」で検索！

- ※対象 18歳未満（高校等在学者を含む）の子ども連れの家族
- ※期間 主に「とやま家族ふれあいウィーク」（毎月第3日曜日）から始まる1週間



移住支援金制度

東京 23 区（在住者または通勤者）から富山県へ移住し、対象法人に就業した方、または起業された方等に移住支援金・起業支援金を支給します。

移住支援金支給額

- 単身で移住の場合… 60 万円
- 世帯で移住の場合… 100 万円

移住支援金対象者の主な要件

- ※1… 東京 23 区在住者又は東京 23 区への通勤者* (住民票を移す直前に連続5年以上)
 - ※通勤者…移住直前に連続して5年以上、東京圏（条件不利地域を除く）に在住し、かつ東京 23 区に通勤していた方
- ※2… 富山県内に移住した方
- ※3… 移住地で中小企業等に就業又は起業した方等
 - ※申請時において連続して3か月以上在職している必要があります。

申請について

- ・申請先は移住先の市町村です。
- ・申請書類の様式は、各市町村にお問い合わせください。

返還制度

- ・申請から5年以内に移住支援金を受給した市町村から転出した場合（ただし、富山県内での移動は返還対象にはなりません）
- ・申請日から1年以内に移住支援金の要件を満たす職を辞職した場合 等

起業支援金制度

地域の課題に取り組む「社会性」「事業性」「必要性」の観点をもった起業（社会的起業）を支援する制度です。
最大 200 万円 移住支援金とあわせて最大 300 万円！

※制度の詳細は…就職希望者と企業とのマッチングサイト **とやまUターンガイド** <https://uturn.pref.toyama.lg.jp/>

富山暮らし・しごとと体感ツアー



移住者による、未来の移住者のためのツアー。実際に富山に移住した人々が案内人やゲストをつとめ、「子育て」「農+食」「地域ビジネス」などのテーマに沿ってご案内する、ディープな1泊2日。移住の先輩との対話の時間や、空き家・スパー見学なども。

親子で参加も大歓迎！

いただいた感想を一部ご紹介！
今までは漠然と「富山に住みたい」としか考えていませんでしたが、町の人と話すことで移住が身近になった気がしました。旅行だと見に行かないような小さな会社も見ることができ、将来の仕事についても考えることができました。（20代女性・東海在住）

※1泊2日、10,000 円/人 ※年3回程度
※ 2019 年度実績です。内容は変更する可能性があります。

富山暮らし・しごとと支援センター

富山県への移住や UIJ ターン就職に関する総合的窓口で、東京（有楽町・大手町）、大阪、名古屋、富山の5ヶ所に設置しています。経験豊富な相談員がお待ちしています！お気軽にご相談ください！
★ご利用の際は事前にお電話にてお問い合わせください。

オンライン相談実施中！

顔を見て相談したいけど、相談窓口にはなかなか行けない…というみなさま、ぜひご利用ください。（事前予約制）

- ・移住相談員による富山暮らしの相談
- ・富山暮らしの情報や体験ツアーのご案内
- ・イベントやセミナーなどの実施
- ・富山での現地案内、移住後の相談（富山オフィス）
- ・経験豊富なキャリアカウンセラーによる就職相談、職業紹介
- ・富山県内企業の求人情報の提供
- ・エントリーシートの添削や面接対策のサポート

有楽町オフィス

暮らし ☎080-8870-2456
しごと ☎070-2798-7878

社会人の就職相談はコチラ！

🕒 10:00 ~ 18:00 📅 月・祝日、年末年始
〒100-0006 東京都千代田区有楽町 2-10-1 東京交通会館
NPO 法人 ふるさと回帰支援センター内

大手町オフィス

暮らし・しごと ☎0120-108-250

学生の就職相談はコチラ！

🕒 10:00 ~ 18:30 📅 日・祝日、年末年始
〒100-8228 東京都千代田区大手町 2-6-2 パソナ JOB HUB SQUARE 3 階 地方創生ラウンジ内

大阪オフィス

暮らし・しごと ☎06-7636-6065

🕒 10:00 ~ 18:30 📅 日・祝日、年末年始
〒541-0045 大阪府大阪市中央区道修町 4-1-1 武田御堂筋ビル 1 階

名古屋オフィス

暮らし・しごと ☎090-5171-1460

🕒 9:30 ~ 17:00 📅 土・日・祝日、年末年始
〒460-0008 愛知県名古屋市中区栄 4-16-36 久屋中目ビル3階（富山県名古屋事務所内）

富山オフィス

暮らし・しごと ☎076-411-9179

🕒 9:30 ~ 17:00 📅 日・祝日、年末年始
県内での現地案内など、ご予約をいただいた場合は休日でも対応します。事前にご相談ください。
〒930-0805 富山県富山市湊入船町 9-1 とやま自遊館 2F

私たちがお待ちしております！



富山県移住・定住促進サイト

くらしたい国、富山

toyama-teiju.jp

実際に富山へ移住し、活躍している方の移住体験談や移住イベント情報、空き家情報や移住体験施設情報など、移住に関するさまざまな情報を掲載しています。



子育て世代向け 移住応援サイト

子どもとくらしたい国、富山

toyama-teiju.jp/child/

県内市町村ごとの子育て支援制度一覧や、実際に子どもと一緒に移住した方の移住体験談やスペシャル座談会、子育て世代だからこそ質問コーナー、各市町村のイチオシ支援制度などを掲載しています。

