



子育てを応援します!

妊娠・出産・子育てまでの母子保健・子育て支援サービス



区では、全ての子どもが健やかに育ち、地域で楽しさや喜びを実感しながら子育てができるように、子どもの年齢や家庭の状況に応じた切れ目のない母子保健・子育て支援サービスを提供しています。

—問い合わせは、各担当部署へ。

※各サービスは、区ホームページで詳細をご確認の上、ご利用ください。

★妊娠したら

♡生まれたら

★ゆりかご面接

妊娠届提出時に母子健康手帳をお渡しする際、助産師・保健師が面接して、相談や各サービスを案内するほか、支援プランを作成します。
▶実施場所=担当地域の保健センター、子育て支援課
各保健センター

★妊婦健康診査・妊婦歯科健康診査

妊娠届提出時に受診票を配布します。
妊娠中の健康管理や相談ができます。
▶妊婦健康診査実施場所=都内の委託医療機関 / 妊婦歯科健康診査実施場所=区内の指定歯科医療機関 ▶費用=妊婦健康診査は一部助成あり。妊婦歯科健康診査は無料。
各保健センター、子育て支援課



★母親学級・パパママ学級

妊娠・出産・育児の学びや、参加者同士の交流の場です。
●平日
▶実施場所=各保健センター
各保健センター
●休日
▶実施場所=杉並保健所
子育て支援課

★産前・産後支援ヘルパー

産前・産後の家事や育児の支援が必要な家庭をヘルパーが訪問します。利用条件などはお問い合わせください。
▶実施場所=利用者宅 ▶費用=有料(子育て応援券利用可。住民税非課税世帯は無料)
各保健センター

★杉並子育て応援券

対象者に窓口で交付します。
●ゆりかご券(1万円分)
▶対象=ゆりかご面接を受けた妊婦本人
▶申請場所=担当地域の保健センター、子育て支援課
●出生時用(2万円分)
▶対象=区内に3か月以上居住する出生児の保護者
▶申請場所=子育て支援課、区民事務所
子育て支援課

♡新生児聴覚検査

妊娠届提出時に受診票を配布し、赤ちゃんの耳の聞こえについて検査します。
▶実施場所=都内の委託医療機関 ▶費用=一部助成あり
各保健センター、子育て支援課

♡すこやか赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれた全家庭を保健師や助産師が訪問し、育児相談や子育ての情報提供などを行います。
▶実施場所=各家庭 ▶対象=0~4か月
各保健センター

♡訪問育児サポーター

子育ての経験があり、区の専門研修を受けたサポーターがご自宅を訪問(3回まで)し、子育ての悩みや心配ごとの解決をお手伝いします。
▶実施場所=利用者宅 ▶対象=0歳児がいる家庭
各保健センター

♡産婦健康診査

産後の健康診査を1回受診できます。医療機関によっては、初診の方は受けられない場合があります。
▶実施場所=区内の指定医療機関 ▶対象=出産日から8週間以内の産婦
※受診票は指定医療機関で配布します。
子育て支援課

♡乳幼児健康診査

お子さんの発育・発達の診察や子育ての相談を行います。4か月児健診では、地域の子育て情報の提供をします。
▶対象=4・6・9か月児、1歳6か月児、3歳児
各保健センター



♡児童手当

申請に基づいて、年齢と所得に応じた手当が支払われます。詳細は、お問い合わせください。
▶対象=0~15歳に達する日以後最初の3月31日まで
▶申請場所=子育て支援課、区民課区民係、区民事務所
子育て支援課

♡乳幼児等医療費助成

申請に基づいて、医療機関で支払う保険診療に係る自己負担分を助成します。
▶対象=0~15歳に達する日以後最初の3月31日まで
▶申請場所=子育て支援課、区民課区民係、区民事務所
子育て支援課

♪集いの場

♪つどいの広場
親子が自由に集い、交流や情報交換などができる場です。安心してゆったり過ごすことができます。区内4カ所のひととき保育に併設しています。
▶実施場所=つどいの広場
▶対象=0歳~就学前
▶費用=1回100円(子育て応援券利用可)
子育て支援課

♪児童館ゆうキッズ

お子さんと保護者が一緒に集える場です。さまざまなプログラムや子育てのミニ講座もあります。お母さんのお友達作りをしましょう。
▶実施場所=児童館(37カ所)
児童館、児童青少年課

♪子ども・子育てプラザ

妊娠期~幼児の親子がいつでも気軽に立ち寄り、ほっと過ごすことができます。
▶実施場所=子ども・子育てプラザ
子育て支援課、児童青少年課

♪ふたごの集い

双子のお子さんとお母さんの情報交換や交流を行っています。
▶実施場所=保健センター
各保健センター

♣ときどき

保護者の通院などの用事やリフレッシュのための短時間保育です。

♣ひととき保育

▶実施場所=区内10カ所のひととき保育
▶対象=0歳~就学前
▶費用=1時間600~800円(子育て応援券利用可)
※ひととき保育宮前の日曜日は1時間1000円
子育て支援課

♣一時保育

▶時間=午前9時~午後5時の間で1時間単位
▶実施場所=子育てサポートセンター
▶対象=6か月~就学前
▶費用=1時間500円、食事代200円(子育て応援券利用可)
保育課

♣子ども・子育てプラザの一時預かり

▶時間=月~土曜日、午前9時~午後5時(土曜日は4時まで)の間で1時間単位
▶実施場所=子ども・子育てプラザ
▶対象=6か月~就学前
▶費用=1時間800円(子育て応援券利用可)
子育て支援課

♣ファミリーサポートセンター

地域の中で子育てを助け合う会員組織です。保育園等への送迎に伴う預かりや外出時などに、協力会員宅でお子さんをお預かりします。
▶時間=午前6時~午後10時
▶対象=おおむね0~10歳
▶費用=午前9時~午後8時は1時間800円、それ以外は1時間1000円(子育て応援券利用可)
各保健センター

♣預ける

●子育て講座

●離乳食講習会

離乳食の始め方や進め方、献立、作り方などの講義と調理の実演を行っています。
▶実施場所=保健センター
▶対象=主に5・6か月
各保健センター

●小児救急普及事業

赤ちゃんに多い病気とその手当てについて、小児科医がお話しします。
▶実施場所=保健センター
各保健センター

●各種子育て講座・講習

子ども・子育てプラザ、児童館、子育てサポートセンターなどで、子育て講座・講習を行っています。詳細は、各施設が発行するお知らせや、区ホームページなどをご覧ください。
▶費用=一部有料(一部子育て応援券利用可)
各施設

●歯みがきデビュー教室

歯が生えてきたお子さんを対象に虫歯予防のお話と歯みがきの練習を行います。
▶実施場所=保健センター
▶対象=上の前歯が生えた8か月児~1歳3か月児
各保健センター

◆相談

◆保健センター
発育・発達のこと、予防接種・病気のこと、歯のこと、離乳食のこと、妊娠期からのお母さんの心と体の不調やストレスのことなど、お気軽にご相談ください。電話による相談は午前8時30分~午後5時15分です。来所・訪問での相談は事前にご連絡ください。
各保健センター



◆1歳までの育児相談の日

月1回、身長・体重の計測、低年齢児の集いの場があります。保健師・栄養士・歯科衛生士が相談をお受けします。
各保健センター

◆乳幼児歯科相談

歯みがきや生活習慣などの相談、歯科健診を行っています。
各保健センター

◆子ども家庭支援センター(ゆうライン)

子育てがうまくいかない、不安になってしまうなど、子どもと家庭に関するどんなことでもご相談ください。電話(ゆうライン〈相談専用電話〉)・来所のいずれも月~土曜日の午前9時~午後7時です。
各保健センター



◆子どもセンター

子育て支援サービス全般の利用相談や情報提供を行います。また、保育施設の利用相談や入園申し込みなどがあります。
各保健センター



◆子ども・子育てプラザ

地域の子育て支援サービスの利用相談と情報提供を行います。育児で気になっていることなど、気軽にお声かけください。
子育て支援課、児童青少年課

杉並子育て応援券

妊婦や子育て家庭と地域がつながるきっかけとなるよう、妊婦・出生時・0~2歳児に無償応援券を交付しています。区に登録されている約1300件のサービス(産前・産後の家事支援、一時保育など)に利用できます。詳細は、4月中旬に未就学児のいる世帯へ郵送するガイドブックをご覧ください。
子育て支援課



すぎなみ子育てサイト

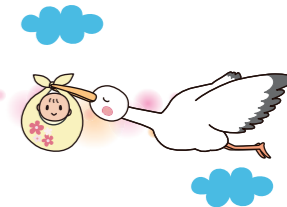
(妊娠・出産・子育て)
http://www.city.suginami.tokyo.jp/kosodate/index.html
(右の二次元コードからご覧になれます)
妊娠から子育てまでのライフシーンや目的に応じて、子育てに役立つさまざまな情報を発信しています。
子育て支援課



相談先・問い合わせ先一覧

〈保健センター〉			〈子どもセンター〉			〈子育て支援課、保育課、杉並子ども家庭支援センター、児童青少年課ほか〉		
施設名	所在地	電話番号	施設名	所在地	電話番号	施設名	所在地	電話番号
荻窪	荻窪5-20-1	3391-0015	荻窪	杉並保健所4階(荻窪5-20-1)	5347-2081	子育て支援課、保育課	区役所東棟3階	3312-2111(区代表)
高井戸	高井戸東3-20-3	3334-4304	高井戸	高井戸保健センター内	5941-3839	杉並子ども家庭支援センター	阿佐谷南1-14-8	5929-1902
高円寺	高円寺南3-24-15	3311-0116	高円寺	高円寺保健センター2階	3312-2811	ゆうライン(相談専用電話)	杉並子ども家庭支援センター内	5929-1901
上井草	上井草3-8-19	3394-1212	上井草	上井草保健センター1階	3399-1131	児童青少年課	荻窪1-56-3ゆう杉並内	3393-4760
和泉	和泉4-50-6	3313-9331	和泉	和泉保健センター1階	3312-3671	杉並区社会福祉協議会	天沼3-19-16ウェルファーム杉並2階	5347-1021

赤ちゃんが生まれたら



出生届の提出

♥ 届出用紙

出産した病院から出生証明書に証明した届出用紙をもらってください。

♥ 届出期間

生まれた日から **14日以内**

♥ 届出人

生まれた子の父親または母親

♥ 届出先

出生地、本籍地のほか、届出人（子の父親または母親）の所在地の区市町村役所となります。

杉並区の場合は、区役所区民課戸籍係で受け付けており、父母ともに日本人で、日本国内で生まれた子の届け出は、区民事務所でもできます。

♥ 必要なもの

出生届1通、母子健康手帳、印鑑（朱肉を使うもの）

♥ 注意事項

鉛筆や消せるボールペンでは記入しないでください。

* 出生届についてご不明な点は、区役所区民課戸籍係にお問い合わせください。
杉並区役所 ☎ 3312-2111 (代表)



ピンクのハガキ すこやか赤ちゃん連絡票 (出生通知票)

妊娠届を出された際に、母子健康手帳と一緒にお渡しした「母と子の保健バッグ」の中に入っています。
ハガキが見当たらない場合は直接保健センターにお電話ください。

この連絡票をもとに、保健師または助産師がご家庭を訪問します。赤ちゃんの体重測定や母子の健康状態を確認しながら、授乳や育児の相談、予防接種や地域の子育て情報などをお知らせします。

♥ 届出先

ご記入後そのままポストに投函してください。
杉並区へ出生届を提出する場合は、区の出生届窓口にお出しいただくこともできます。

♥ 届出期間

できるだけ早めにご提出ください。
赤ちゃんの名前が決まっていない場合は、空欄のままでもご提出いただけます。

杉並区では、赤ちゃんが生まれたら、早めにご家庭へ訪問します。

赤ちゃんが生まれたら、早めにご家庭へ訪問します。
すこやか赤ちゃん連絡票をお出しください。

このすこやか赤ちゃん連絡票(出生通知票)は、赤ちゃんの誕生を区にお知らせいただくためのものです。
杉並区に出生届を出される場合は、このすこやか赤ちゃん連絡票も一緒に窓口へご提出ください。郵送の場合は、のりしろのりをつけて二つ折りにして、できるだけ早くポストへ投函してください。

すこやか赤ちゃん訪問のご案内

杉並区では、すこやか赤ちゃん連絡票をもちに担当地域の保健センターの保健師または助産師がご家庭に訪問し、赤ちゃんの体重測定や授乳・子育て等の相談を行っています。

※対象となる方
生後4か月までの赤ちゃんとお母さん

※費用
無料

※事前の予約を希望する方は、所在先の市区町村にお問い合わせください。

すこやか赤ちゃん連絡票についてのお問い合わせは担当地域の保健センターへ

すこやか赤ちゃん連絡票(出生通知票)

氏名	男・女
生年月日	出生順位
出生時体重	在胎週数
出生時状況	真実なし・あり
氏名	生年月日
出生場所	病歴
分娩時の状況	自然分娩・吸引分娩・帝王切開
自宅住所	TEL
携帯電話	TEL
父親	生年月日
母親	生年月日
届出先	TEL
届出期間	月 日 ~ 月 日

※訪問日時を相談するため、事前に担当者から電話でご連絡いたします。
のりしろ

* すこやか赤ちゃん連絡票についてご不明な点は、担当地域の保健センター(表面)にお問い合わせください。

