

# 4年度 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。



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

### ★ゆりかご面接

妊娠の届け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、子ども家庭部管理課 圏保健センター

### ★杉並子育て応援券(ゆりかご券)

ゆりかご面接で交付します。  
●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、子ども家庭部管理課 圏子ども家庭部管理課



### ★妊婦健康診査・妊婦歯科健康診査

妊娠の届け出時に受診票を交付します。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 圏各保健センター、子ども家庭部管理課

### ★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。  
●月～金曜日(祝日を除く)  
▶**実施場所**=保健センター 圏保健センター  
●土・日曜日(祝日を除く)  
▶**実施場所**=区役所分庁舎(予定) 圏子ども家庭部管理課



### ★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。  
▶**対象**=妊婦および出産後退院日翌日から1歳未満の子を養育している方 圏子ども家庭部管理課

### ★多胎児家庭支援事業

家事・育児支援ヘルパーなどのサービス提供やタクシー利用券を交付するほか、交流会を通じて仲間づくりのお手伝いをします。  
▶**対象**=多胎児(双子や三つ子など)の妊婦、3歳未満の多胎児の子育てをする家庭 圏子ども家庭部管理課



## ♡ 赤ちゃんが生まれたら

### ♡産後ケア事業

乳房ケア、授乳、育児相談などのケアを宿泊や日帰りで受けられます。  
▶**実施場所**=委託医療機関等  
▶**対象**=産後6カ月未満の産婦と乳児  
▶**費用**=有料(一部子育て応援券利用可。減額・免除制度あり) 圏子ども家庭部管理課

### ♡新生児聴覚検査

妊娠の届け出時に受診票を交付し、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 圏保健センター、子ども家庭部管理課

### ♡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カ月 圏保健センター



### ♡産婦健康診査

産後の健康診査を1回受診できます。  
▶**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。 圏子ども家庭部管理課

### ♡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。  
▶**対象**=4・6・9カ月児、1歳6カ月児、3歳児 圏各保健センター



### ♡杉並子育て応援券(出生時)

対象者に窓口で交付します。  
●出生時は3万円分。小学生以下の3人目以降は、3万5000円分。  
▶**対象**=区内に90日以上居住する出生児の保護者  
▶**申請場所**=子ども家庭部管理課、区民事務所 圏子ども家庭部管理課

### ♡児童手当・特例給付

申請に基づいて対象児童を養育している方に手当を支給します。出生の翌日から15日以内に申請してください。  
▶**対象**=0～15歳に達する日以後最初の3月31日までの児童  
▶**申請場所**=子ども家庭部管理課、区民事務所 圏子ども家庭部管理課

### ♡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日までの児童  
▶**申請場所**=子ども家庭部管理課、区民事務所 圏子ども家庭部管理課

### ♡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自宅を訪問し、子育ての悩みや心配ごとの解決をお手伝いします(3回まで)。  
▶**実施場所**=利用者宅  
▶**対象**=0歳児がいる家庭 圏杉並区社会福祉協議会

## 相談先・問い合わせ先一覧

保健センター			子どもセンター		
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
高井戸	高井戸東3-20-3	3334-4304	高井戸	高井戸保健センター1階	5941-3839
高円寺	高円寺南3-24-15	3311-0116	高円寺	高円寺南3-31-3 1階	3312-2811
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
和泉	和泉4-50-6	3313-9331	和泉	和泉保健センター1階	3312-3671

子ども家庭部管理課、保育課、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
子ども家庭部管理課、保育課	区役所東棟3階	3312-2111(区代表)
杉並子ども家庭支援センター	阿佐谷南1-14-8	5929-1902
荻窪子ども家庭支援センター	杉並保健所4階(荻窪5-20-1)	5335-7877
高円寺子ども家庭支援センター	高円寺南3-31-3	3315-2800
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
児童青少年課	荻窪1-56-3ゆう杉並内	3393-4760
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

## ♪ 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所です。安心してゆったり過ごすことができます。区内3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**=各100円(子育て応援券利用可) 圏子ども家庭部管理課



### ♪ゆうキッズ

お子さんと保護者が一緒に集える広場です。さまざまなプログラムや子育てのミニ講座もあります。親子で友達づくりをしませんか。  
▶**実施場所**=児童館ほか 圏児童館、児童青少年課

### ♪子ども・子育てプラザ

妊娠期～乳幼児の親子がいつでも気楽に立ち寄り、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 圏子ども・子育てプラザ、児童青少年課

### ♪多胎児のつどい

多胎児を子育て中の保護者の情報交換や交流、専門職の相談ができます(予約制。託児あり)。  
▶**実施場所**=保健センター 圏保健センター

## ♣ 預ける

### ♣ひととき保育

▶**実施場所**=区内5カ所のひととき保育  
▶**対象**=6カ月～就学前  
▶**費用**=1時間800円(子育て応援券利用可) 圏子ども家庭部管理課

### ♣一時預かり(子ども・子育てプラザ)

▶**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(下井草を除く)  
▶**対象**=6カ月～就学前  
▶**費用**=1時間800円(子育て応援券利用可) 圏子ども家庭部管理課



### ♣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、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) 圏杉並区社会福祉協議会

### ♣いつでも

#### ♣保育施設

認可保育所等(認可保育所・小規模保育事業所・事業所内保育事業所・家庭的保育事業)、区立子供園などで、保護者が日中保育できない場合に、お子さんをお預かりします。 圏保育課

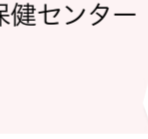
## ● 子育て講座

### ●離乳食講習会

赤ちゃんの発達に合わせた離乳食の進め方や作り方について①5・6カ月から②9カ月からの2種類の講習会を開催しています。  
▶**実施場所**=保健センター 圏保健センター

### ●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 圏保健センター



### ●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、区ホームページをご覧ください。  
▶**費用**=一部有料(一部子育て応援券利用可) 圏各施設

### ●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磨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カ月～1歳3カ月 圏保健センター

## ◆ 相談

### ◆保健センター

妊娠期からお母さんの心と体の不調やストレス、お子さんの発育・発達、予防接種・病気、歯、離乳食のことなど、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。 圏保健センター

### ◆杉並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〉)は午前9時～午後7時(10月からは8時まで)、来所は午前9時～午後5時で、いずれも月～土曜日(祝日、年末年始を除く)です。 圏杉並子ども家庭支援センター

### ◆1歳までの育児相談の日

月1回、身長・体重の計測があります。保健師・栄養士・歯科衛生士等と個別相談ができます。 圏保健センター

### ◆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できます。 圏子どもセンター

### ◆乳幼児歯科相談

歯磨きや生活習慣などの相談、歯科健診を行っています。 圏保健センター

### ◆区立保育園・子供園

#### ◆子育てサポートセンター

育児の仕方や、子どもとどう関わったらいかがいかわからないなどの悩みに、経験豊富な保育士・幼稚園教諭が対応します。 圏区立保育園・子供園、子育てサポートセンター

### ◆民生委員・児童委員/主任児童委員

地域の民生委員・児童委員が、お子さんの養育上の悩みについての相談を受けます。また、各地域には児童福祉について専門に担当する主任児童委員がいます。委員には守秘義務があり、相談内容等のプライバシーは守られます。 圏保健福祉部管理課

放置自転車ゼロに

# 自転車駐車をどうぞご利用ください

— 問い合わせは、土木管理課自転車対策係へ。

放置自転車とは

道路など公共の場所で「直ちに移動させることができない状態の自転車」をいいます。まちの美観を損ねるだけでなく、他の車両の通行の妨げや歩行者や車いす利用者の転倒による事故等につながる可能性があります。

また、放置自転車は緊急車両の通行の妨げとなり、救援・救助活動の遅滞や妨害となる恐れがあります。

自転車の撤去について

駅周辺は、自転車放置禁止区域に指定されています。放置禁止区域内に放置された自転車は、即時撤去の対象です。

撤去された自転車を引き取る際には、5000円の撤去手数料（移送・保管などの費用）が必要です。

また、盗難に遭った自転車が放置されても撤去の対象となり、返還には手数料が必要です。敷地内に止めた自転車でも鍵をかけましょう。

自転車駐車場をご利用ください

区内には区営・民営合わせて100カ所以上の自転車駐車場が整備されています。通勤・通学・買い物などで自転車を利用して駅周辺にいられたときは、自転車駐車場のご利用をお願いします。

自転車駐車場の詳細については、「すぎナビ」（右2次元コード）または「杉並区自転車駐車のご案内」（区民事務所等で配布）をご覧ください。



民営自転車駐車場育成補助金の交付

区では、自転車駐車場の設置を促進するために、区の整備のほか、民営自転車駐車場（バイク駐車場を含む）の設置・運営に対する助成制度があります。詳細は、お問い合わせください。

妊娠を望む方、不妊に悩む方、妊活の新しいカタチを体験してみませんか

## 杉並区妊活LINEサポート事業

妊活コンシェルジュサービスのファミワンが、不妊症看護認定看護師や臨床心理士など専門家によるアドバイスをお届けします。時間を選ばず、匿名で相談ができるので、気軽にご利用ください。

— 問い合わせは、杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355へ。

- 登録期間** 5年1月31日まで（相談利用は5年2月28日まで）
- 対象者** 区内在住・在勤・在学の方
- 費用** 登録期間中、3回までは無料（4回目以降の継続は任意で有料）



利用手順

- ① LINEの「友だち追加」から、ID検索（@famione）または右2次元コードから「ファミワンプラス」を友だち追加
- ② クーポンコード「sgnm杉並区〇〇〇」を入力（〇〇〇には住所や勤務先等の町名を入力）
- ③ 「妊活チェックシート」を入力して送信
- ④ チェックシートに基づいた「初回アドバイス」が届く
- ⑤ 相談内容を書いて送信
- ⑥ 以後の相談のやり取りの往復を1回とカウント



## 高円寺学園で学校施設の有効活用等に向けたモデル事業を実施しています

杉並区立小中一貫教育校高円寺学園で施設の有効活用等に向けたモデル事業を実施しています。その一環として、杉並区学校施設予約システムホームページ（右2次元コード。以下、予約システム）から、オンラインで同校の施設の予約状況を確認できるようになりました。予約は、下表「団体等の種別毎の使用手順」をご確認の上、手続きしてください。

手続きの受付開始日は、使用を希望する時間枠が属する月の前月21日以降の最初の平日です。開始時刻は室毎に異なるので、下記「室毎の受付開始時刻」をご確認ください。

なお、学校施設使用料の減額・免除の対象となる使用手続きについては、学校支援課学校開放担当までお問い合わせください。



— 問い合わせは、学校支援課学校開放担当へ。

団体等の種別毎の使用手順

団体等の種別	使用手順
高円寺学園を登録校とする登録団体	学校支援課学校開放担当から交付しているログインID・パスワードで、予約システムにログインし、使用を希望する時間枠を予約申請してください。予約申請が可能な時間枠数（抽選により予約確定した時間枠数を含む）の上限は、1月当たり10枠です。
高円寺学園を登録校としない登録団体	初めて使用を希望する際は、使用希望日の4営業日前までに、学校支援課学校開放担当へ電話でご連絡ください。仮予約を行った上で、仮予約番号をお伝えします。その後、使用希望日の3営業日前までに同担当の窓口で、仮予約番号を申し出てください。予約確定の手続きを行った上でログインID・パスワードを交付します。 2回目以降、使用を希望する際は、ログインID・パスワードで、予約システムにログインし、使用を希望する時間枠を予約申請してください。予約申請が可能な時間枠数の上限は、1月当たり5枠です。
一般目的外使用者（学校施設使用料の減額・免除の対象となる使用を除く）	使用希望日の4営業日前までに、学校支援課学校開放担当へ電話でご連絡ください。仮予約を行った上で、仮予約番号をお伝えします。その後、使用希望日の3営業日前までに同担当の窓口で、仮予約番号を申し出てください。予約確定の手続きをします。予約申請が可能な時間枠数の上限は、1月当たり5枠です。

※電話による使用希望の申し出は、1回の通話につき時間枠1枠です。2枠以上の使用希望がある場合は、改めてお電話ください。  
※仮予約までに他の団体の予約が入ることがありますので、あらかじめご承知おきください。  
※一般目的外使用=団体開放とは別に、集会やスポーツの場として、学校を目的外使用すること。

**室毎の受付開始時刻** 校庭=午前9時 / 大アリーナ=午前10時 / 小アリーナ=午前11時 / 交流ホール=正午 / 会議室=午後1時

5月12日は「民生委員・児童委員の日」です

## 頼れる地域の相談役 「民生委員・児童委員」パネル展示

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱され、社会福祉全般にわたる地域の身近な相談役として活躍しています。「民生委員・児童委員の日」に合わせて日頃の活動について紹介したパネルを展示します。

— 問い合わせは、保健福祉部管理課地域福祉係へ。

**日時** 5月11日(水)午前10時～午後3時 **場所** 区役所1階ロビー



民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手です

区では、約400名の民生委員・児童委員が活動しています。「車椅子を借りたい」「一人暮らしの高齢者で不安」といった相談など、内容に応じて関係機関への橋渡しをするほか、区の高齢者世帯見守り事業等への協力をしています。ご相談があれば、担当地域の民生委員・児童委員の紹介や関係機関をご案内しますので、お問い合わせください。

また、児童委員の中から指名を受け、主に子ども・子育てに関する支援活動を専門に行う主任児童委員も活動しています。

民生委員・児童委員・主任児童委員が、相談の中で知り得た情報は守られますので、安心してご相談ください。



杉並区区制施行90周年記念冠事業 阿佐谷地域区民センターオープニングフェスティバル

# 再発見！ シン・阿佐谷

日時 5月15日(日)午前10時～午後4時

場所 阿佐谷地域区民センター (阿佐谷北1-1-1)



新しく生まれ変わった阿佐谷地域区民センターのオープニングイベントを開催します。玉川太福による浪曲「内田秀五郎一代記」の初演や、区ゆかりのゲストを招いてのトークショー、パフォーマンス、親子で楽しめるワークショップ、区民によるステージなど、イベントが盛りだくさんです。ぜひ、ご参加ください。

— 問い合わせは、阿佐谷地域区民センター ☎5356-9501へ。

主なイベントの内容

- トークショー (元宝塚歌劇団・蘭乃はな)
- サンドアートパフォーマンス (飯面雅子)
- 浪曲 (玉川太福)
- 東京高円寺阿波おどり
- JAZZ演奏
- 缶バッジ工作体験
- 杉並野菜の販売
- 「なみすけ」との記念撮影
- 苗木・花ポット無料プレゼント
- 阿佐ヶ谷文士村の展示 (提供=阿佐谷図書館)

※イベントによっては、整理券が必要な場合があります。 ※車での来場不可。



▲玉川太福



▲蘭乃はな



▲飯面雅子

自然に触れよう！感じよう！

## みどりのイベント2022

身近にあるみどりに親しみ、みどりと遊び、みどりについて考えようというイベントです。地域の緑化活動に取り組むボランティア団体や「すぎなみ造園有志の会」、「みどりのボランティア杉並」などによるみどりと親しむ楽しい企画がいっぱいです。

— 問い合わせは、みどり公園課南公園緑地事務所 ☎3304-0521へ。

日時 5月29日(日)午前10時～午後4時

場所 柏の宮公園 (浜田山2-5-1)

その他

車での来場はできません。購入した花木などを持ち帰るためのマイバッグを持参してください。一部の企画は材料等がなくなり次第終了します。雨天時は一部企画内容を変更する場合があります。

申し込みが必要なイベント

- **ツリークライミング®**  
専門のインストラクターによる指導の下、ロープを使った木登り体験にチャレンジできます。  
☎午前10時・11時・午後1時・2時(各1時間程度。雨天中止) ☎ツリークライミング® ジャパン ☎小学生 ☎各6名(抽選) ☎各1000円(保険料を含む) ☎往復はがき(12面記入例)に希望回(第3希望まで)・学年・保護者の氏名も書いて、5月7日(消印有効)までに南公園緑地事務所(〒168-0072高井戸東1-18-5)
- **剪定講座**  
☎午前10時30分～正午 ☎塚山公園管理事務所(下高井戸5-23-12) ☎すぎなみ造園有志の会 ☎10名(申込順) ☎電話で、5月2日～13日にみどり公園課南公園緑地事務所

自由に参加できるイベント

- **柏の宮公園茶道体験**  
柏の宮公園内の茶室(林丘亭)でお抹茶とお菓子をいただく茶道体験 ☎200円
- **みどりの相談コーナー**  
庭木などのみどり全般の相談窓口
- **飲食物の販売**  
焼きそば・フランクフルト・綿菓子・天然酵母のパン・焼き菓子の販売
- **みんなで遊び隊**  
ポールすくい・ヨーヨーすくい・射的
- **草花・苗木の販売**  
花苗・苗木の販売とプラスチック鉢・再生土の配布
- **杉並の生きものは大丈夫？**  
区内の生きものを中心に、生態系や特定外来生物に関する解説資料を展示
- **腐葉土づくり=みどりのサイクル**  
落ち葉を1年間で腐葉土にする方法を紹介。「落ち葉感謝祭」の様子をパネル展示
- **植木応援団と一緒に竹細工を作りましょう**  
足踏み・花器・マグカップ・貯金筒・鉛筆立て・酒器等の制作
- **葉や木を使った工作の紹介**  
シュロの葉や小枝・木の実などの工作展示や実演。工作材料の配布。柏の宮公園の自然などについての展示
- **柏の宮公園くらぶ展示**  
柏の宮公園のボランティア団体の活動を展示
- **すぎなみ環境ネットワーク みどり事業部の活動紹介**  
青梅市での森林保全活動、東京都海の森での活動、三井の森公園等、区内での活動紹介
- **木の輪切りに絵を描こう!**  
木の輪切りに好きな絵を描いてストラップ制作
- **炭焼き体験会の展示**  
炭焼き体験会の実施状況をパネル展示、木酢液・竹炭の配布。竹や竹の皮を使った簡単な工作を展示

特産品を販売します

## 交流自治体の催し

自治体名	催し名	日時・場所・内容	問い合わせ
群馬県東吾妻町	吾妻の朝市	☎5月19日(休)午前10時～午後2時 ☎区役所中杉通り側入り口前 ☎特産品(農産物)の販売	東吾妻町まちづくり推進課 ☎0279-26-5608
新潟県小千谷市	おぢやフェア	☎5月22日(日)午前11時～午後1時30分 ☎小千谷学生寮(井草4-16-23) ☎特産品の販売 ☎車での来場不可	小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800

※売り切れ次第終了。マイバッグ持参。

広告

相続

遺留分

☎03-3393-0751  
荻窪駅 北口 徒歩2分

初回相談 無料

相続専門



塩澤法律事務所  
弁護士塩澤彰也(東京弁護士会所属)

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。