



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、すべ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、区公式ホームページで詳細をご確認の上、ご利用ください。

●子ども・子育て・教育>子育て

★妊娠したら

★ゆりかご面接(予約制)

妊娠の届出をしたすべての妊婦さんに、助産師・保健師等が面接して妊娠前から子育て期まできめ細かな相談や各サービスを案内します。

▶実施場所=担当地域の保健センター、地域子育て支援課
☑各保健センター

★妊婦のための支援給付(妊娠時)

妊婦給付認定を受けた方に妊婦支援給付金を支給します。(妊娠に対して5万円)

☑地域子育て支援課

★杉並子育て応援券(ゆりかご券)

ゆりかご券(1万円分)交付のご案内を後日送付します。

▶対象=ゆりかご面接を受けた妊婦

★妊婦健康診査・妊婦歯科健康診査

妊娠の届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等
▶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、地域子育て支援課

★RSウイルス感染症予防接種

妊娠の届出時に予診票を交付します。

▶対象=妊娠28週0日から36週6日
▶予防接種実施場所=東京23区、三鷹市・武蔵野市の契約医療機関等

▶費用=無料
☑保健予防課

★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=子ども・子育てプラザ
☑地域子育て支援課

★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。

▶対象=妊婦及び1歳未満の子を養育している保護者
☑地域子育て支援課

★多胎児家庭支援事業

家事・育児ヘルパーなどのサービスの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)の妊婦や主に3歳未満の多胎児の子育てをする家庭
☑地域子育て支援課

♡赤ちゃんが生まれたら

♡産後ケア事業

乳房ケア、授乳、育児の相談などのケアを宿泊・日帰り受けられます。

▶実施場所=委託医療機関等
▶対象=産後7か月未満の産婦と乳児
▶費用=有料(一部子育て応援券利用可。所得により異なる。)
☑地域子育て支援課

♡新生児聴覚検査

妊娠の届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
☑各保健センター、地域子育て支援課

♡すこやか赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれたすべての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か月児がいるご家庭
☑各保健センター

♡妊婦のための支援給付(出産時)

妊婦給付認定を受けた方に妊婦支援給付金を支給します。(妊娠した子どもの数×5万円)

☑地域子育て支援課

♡産婦健康診査

産後の健康診査を受診できます。令和8年9月30日までに受診する場合と、10月1日から受診する場合で対象等異なります。詳しくはホームページをご覧ください。
☑地域子育て支援課

♡1か月児健康診査

妊娠の届出時に令和8年10月1日から使用できる受診票を交付します。

▶実施場所=都内の委託医療機関
☑地域子育て支援課

♡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。

▶対象=4・6・9か月児、1歳6か月児、3歳児
☑各保健センター

♡杉並子育て応援券(出生時)

子育て支援サービスに利用できます。対象者には、子育て応援券交付のご案内を、後日送付します。

●出生時(3万円分)小学生以下の3人目以降は、3.5万円分
▶対象=区内に居住する出生児の保護者
☑地域子育て支援課

♡児童手当

申請に基づいて、対象児童を養育している方に手当が支払われます。出生の翌日から15日以内に申請してください。なお、所得制限はありません。

▶対象=0~18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
☑子ども家庭部管理課

♡子ども医療費助成

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=18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
☑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ご自宅を訪問し、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。多胎児の場合は6回まで)

▶実施場所=各家庭
▶対象=0歳児がいるご家庭
☑杉並区社会福祉協議会



♪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=無料
☑地域子育て支援課

♪児童館

0歳から18歳未満の子どもの居場所です。乳幼児室で遊んだり、手遊び・体操等のプログラムや子育て講座に参加したりすることができます。

▶実施場所=児童館ほか
☑児童館、児童青少年課

♪子ども・子育てプラザ

妊娠期から乳幼児期の親子がいつでも気軽に立ち寄り、ゆったり過ごせるつどいのひろばです。子育て講座や相談事業も実施しています。

▶実施場所=子ども・子育てプラザ
☑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
☑各保健センター



♣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か月~就学前
▶費用=1時間 800円(子育て応援券利用可)
☑地域子育て支援課

♣一時保育

▶実施場所=当サービスを実施する私立認可保育所
▶時間、対象、費用=施設によって異なります。詳細は、区公式ホームページをご覧ください。
☑各施設

♣一時預かり(子ども・子育てプラザ)

▶実施場所=子ども・子育てプラザ(下井草・下高井戸を除く)
▶時間=月~土曜日 午前9時~午後5時(土曜日は4時)の間で1時間単位
▶対象=6か月~就学前
▶費用=1時間 800円(子育て応援券利用可)
☑地域子育て支援課

♣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、外出時などに会員宅等でお子さんを預かります。
▶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)
☑杉並区社会福祉協議会

♣ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)

東京都の認定事業者を利用することで区の補助が受けられる場合があります(子育て応援券を利用した場合は補助対象外です)。詳細は区公式ホームページをご覧ください。
☑地域子育て支援課

いつも

♣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・家庭的保育事業所)、区立子供園などで保護者が日中保育できない場合、お子さんをお預かりします。
☑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か月から、②9か月からの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
☑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、区公式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、むし歯予防のお話と歯みがきの練習を行っています。
▶実施場所=保健センター
▶対象=上の前歯が生えた8か月~1歳3か月のお子さん
☑各保健センター

◆相談

◆保健センター

心と体の不調やストレスのこと、お子さんの発育・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

◆赤ちゃん計測相談

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

◆0歳からの歯みがき・歯科健診

0歳~5歳のお子さんへ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



◆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、不安になってしまったり、子どもと家庭に関するどんなことでもご相談ください。ゆうライン(相談専用窓口)
電話:月~土曜日 午前9時~午後8時
来所:月~金曜日 午前9時~午後5時(いずれも祝日・年末年始を除く)
☑ゆうライン(相談専用窓口)

◆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。
☑各子どもセンター

◆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や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。
☑子ども・子育てプラザ、児童青少年課

◆区立保育園・子供園

育児の仕方が分からない、子どもとどう関わったらいいか分からないなどの悩みに、経験豊富な保育士、子供園では、幼稚園教諭が対応します。
☑各区立保育園・子供園

◆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、子どもの養育上の悩みなどの相談を受け、関係機関につなぎます。また、各地域には、児童福祉について専門に活動する主任児童委員がいます。委員には守秘義務があります。
☑保健福祉部管理課



相談先・問い合わせ先一覧

〈保健センター〉			〈子どもセンター〉			〈地域子育て支援課、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	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	子ども家庭部管理課、地域子育て支援課、保育課	区役所東棟3階	3312-2111 (仮)
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	杉並子ども家庭支援センター	阿佐谷北1-4-2	5356-2602
高円寺	高円寺南3-24-15	3311-0116	高円寺	高円寺南3-31-3	3312-2811	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
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	高井戸子ども家庭支援センター	浜田山4-18-31 2階	5913-9501
和泉	和泉4-50-6	3313-9331	和泉	和泉保健センター1階	3312-3671	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	5356-2601
						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ウエルファーム杉並2階	5347-1021

※高円寺子どもセンターは工事のため令和8年6月~令和8年9月(予定)まで一時休止します。



赤ちゃんが生まれたら

出生届の提出

- ♥ 届出用紙等
出産した病院等から出生届（医師等の証明書付）をもらってください。
- ♥ 届出期間
生まれた日を含めて14日以内
- ♥ 届出人
生まれた子の父親または母親（ただし、婚姻をしていない場合は生まれた子の母親のみ）子の父親または母親以外の方が提出する場合は、事前に戸籍係までご相談ください。
- ♥ 届出先
出生地、子の本籍地または届出人の所在地の区市町村役所（場）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

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。



すこやか赤ちゃん連絡票

（出生通知票 兼 低体重児出生届）

妊娠の届出をされた際にお渡しした母子健康手帳に綴じ込まれています。はがき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。

また、低体重児出生届も兼ねていますので、できるだけ早めに下記二次元コードから情報の入力、または、ポストへ投函をお願いします。

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。

すこやか赤ちゃん連絡票 電子提出はこちら



届出期間

出生後すぐから、出生届を提出する頃を目安に。赤ちゃんの名前が決まっていな場合は、空欄のままでもご提出いただけます。



* 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）

* 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。