

## ★妊娠したら

### ★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、子ども家庭部管理課  
☎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。

●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。

▶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)

☎子ども家庭部管理課

### ★杉並子育て応援券(出生前)

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、子ども家庭部管理課

☎子ども家庭部管理課



## ♥赤ちゃんが生まれたら

### ♥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

☎杉並区社会福祉協議会

### ♥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。

☎子ども家庭部管理課



### ♥乳幼児健康診査

お子さんの発育・発達や子育てでの相談を行います。4か月健診では、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・特例給付

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。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

▶申請場所=子ども家庭部管理課、

区民課区民係、区民事務所

☎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

▶申請場所=子ども家庭部管理課、

区民課区民係、区民事務所

☎子ども家庭部管理課

### ♥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(3万円分)小学生以下の3人目以降は、3.5万円

▶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=子ども家庭部管理課、

区民事務所

☎子ども家庭部管理課

## ♪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=1回100円(子育て応援券利用可)

☎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せんか。

▶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~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

☎子ども・子育てプラザ、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



## ♣預ける

### ととき

#### ♣ひととき保育

▶実施場所=区内8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(日曜日は1時間1000円)

☎子ども家庭部管理課

#### ♣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)

☎各子育てサポートセンター

#### ♣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か月~就学前

▶費用=1時間800円(子育て応援券利用可)

☎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)

☎杉並区社会福祉協議会

### いつも

#### ♣保育施設

認可保育園、区保育室、区立子供園、家庭福祉員、グループ保育室などで、さまざまな保育サービスを提供しています。

☎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。

☎杉並子ども家庭支援センター



### ◆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。

☎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。

☎子ども・子育てプラザ、児童青少年課

### ◆区立保育園・子供園

#### ◆子育てサポートセンター

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・幼稚園教諭が対応します。

☎各区立保育園・子供園、各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、子ども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。

☎保健福祉部管理課

## 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・出生児~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、区ホームページをご覧ください。

☎子ども家庭部管理課



## すぎなみ子育てサイト

(妊娠・出産・子育て)

HP <https://www.city.suginami.tokyo.jp/kosodate/index.html>  
(右の二次元コードからもご覧いただけます)

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。

☎子ども家庭部管理課



## 相談先・問い合わせ先一覧

〈保健センター〉			〈子どもセンター〉			〈子ども家庭部管理課、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	子ども家庭部管理課、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1階	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

\*高円寺子どもセンターは令和2年12月に移転予定