

令和7年度版

あだち子育て ガイドブック

Parenting Guide Book

対象：妊娠期からおおむね就学前までの児童

足立区は
あなたの
子育てを応援
しています！

特集

妊娠・出産

子どもとおでかけ

子どもをあずける

救急

相談先一覧

防災



令和7年度版 目次

- 4 子育て応援カレンダー！
- 6 子どもが生まれたら必要な手続き
- 8 2人以上のお子さんを育てている方へのサービス

特集

- 10 足立区LINE公式アカウント
- 12 保育園の手続きはオンライン申請が便利！
- 14 令和7年度の注目事業

妊娠・出産

- 16 ママの体調管理と出産準備
妊娠届・母子健康手帳の交付
スマイルママ面接
妊娠中の健康と相談
- 17 風しんの抗体検査・任意予防接種の費用助成制度
陣痛時にも利用できるタクシー会社一覧
パートナーの方もファミリー学級に参加しませんか？
- 18 産前・産後家事支援事業
- 19 あだちスマイルママ&エンジェルプロジェクト (ASMAP)
あだち出産・子育て応援給付金 (妊婦のための支援給付) 事業
- 20 赤ちゃんが生まれたら
出生届、新生児聴覚検査
赤ちゃんが生まれたら訪問します
NPO も「子育てパパ・ママ」の味方です
- 21 赤ちゃんが生まれたら全家庭を訪問します
生後5か月～1歳4か月の子育て家庭を定期訪問します
- 22 妊娠や育児に役立つ情報
母乳ケア施設一覧
- 23 足立区産後ケア
- 24 不妊症・不育症 専門医療機関一覧 (足立区内)
- 25 足立区特定不妊治療費助成
東京都不妊検査等助成および特定不妊治療費(先進医療) 助成
東京都不育症検査助成
知ってる！？不育症
- 26 「卵子凍結」及び「凍結卵子を使用した生殖補助医療」の費用助成
低所得妊婦を対象とした初回産科受診費用助成
パパ・ママ眠れていますか？
色覚の多様性
- 27 ファーストバースデーサポート
多胎児家庭移動支援
子育て中の保護者グループ活動を応援！
東京都事業子育て応援とうきょうパスポート
- 28 子育ての先輩に話を聞いてもらいませんか？
(きかせて子育て訪問事業)
今こそ、卒煙にチャレンジしませんか？(子どもの健康を守る卒煙チャレンジ支援事業)
- 29 健康診査を受けましょう
お子さんの目の健康を守りましょう
歯と口の健診・相談
- 30 予防接種を受けましょう
定期接種、任意接種



- 31 足立区あんしん子育てナビ
これで安心♪予防接種ナビ
すこやか赤ちゃんメール
新米ママパパの子育てブログ
成長グラフ・成長記録・健診(妊婦・乳幼児) 記録機能
- 32 離乳食のすすめ方のめやす
- 34 出産育児に関する支援
出産費助成事業
入院助産制度(出産費用の助成)
里帰り出産等での妊婦健康診査費用及び
新生児聴覚検査費用助成
里帰り出産等による予防接種の費用助成
多胎妊娠に伴う妊婦健康診査費用助成
妊娠高血圧症候群等の医療費助成
- 35 子ども医療費助成
未熟児養育医療の給付
小児慢性特定疾病についての助成
育成医療
小児精神科医療費助成
- 36 産前産後期間の国民健康保険料免除制度
産前産後期間の国民年金保険料免除制度
児童手当
未就学児の国民健康保険料均等割額軽減制度
- 37 ひとり親家庭への支援
豆の木相談室(ひとり親家庭支援員による相談受付)
ひとり親家庭等の親の就労と自立を支援
ひとり親家庭の暮らしに役立つスマートフォン向け「応援アプリ」
ひとり親家庭応援メールマガジン「豆の木メール」
- 38 ひとり親家庭応援「サロン豆の木」
ひとり親家庭の暮らしに役立つ応援ブック
児童扶養手当
児童育成手当(育成手当)
ひとり親家庭等医療費助成
- 39 障がいのあるお子さんへの支援
児童育成手当(障害手当)
特別児童扶養手当
障害児福祉手当
障がい者福祉手当
難病患者福祉手当
重度心身障害者手当
- 40 あだちスポーツコンシェルジュ
足立保健所の子育て自主グループ

子どもとおでかけ

- 42 子育てサロン
- 46 学習センターには親子で気軽に楽しめる企画が盛りたくさん！
- 48 ふれあいサロン
町会・自治会に加入して、地域の輪に加わってませんか？
- 49 子ども食堂・フードパントリー MAP
- 50 あだちマイ保育園
- 52 やめよう！ながらスマホ。
- 53 自転車での事故に注意！
- 54 ご家族で図書館をご利用ください(あかちゃんタイム)
- 55 あだちはじめてえほん事業

- 56 子ども向けイベント(図書館)
あだち読書通帳
あだち電子図書館
- 57 「わくわくにこにこ図書森」
- 58 赤ちゃん休憩室
- 60 子どもと大人が一緒に遊べるあだちの体験スポット
ギャラクシティ
- 61 生物園
都市農業公園
あだち家族ふれあいの日
あだちワークわーく in Summer
- 62 特色のある公園で遊ぼう！
- 64 じゃぶじゃぶ池がいっぱい！
- 66 公園でボール遊び！
- 68 交通公園・おもむ交換台のある公園
- 69 足立の5大イベント
- 70 仕事と子育ての両立を応援します！
パパも育児休業を取得しよう！
- 71 男女参画プラザの事業
「親子サロン」でホッと一息しましょう！

子どもをあずける

- 72 保育コンシェルジュがお待ちしています
- 73 あなたにぴったりな預け先は？
教育認定・保育認定
基本の保育時間
- 74 実は幼稚園も長く預かってもらえるんです！
- 75 小規模保育、家庭的保育(保育ママ)の3つのいいね！
- 76 就学前の教育・保育施設
- 78 幼児教育・保育の無償化
- 79 幼児教育で育みたい資質・能力
教育・保育の質の向上
- 80 一時的に保育施設にお子さんを預けたいとき
保育施設の一時保育
子育てサロンの一時預かり
- 81 病児保育・病後児保育
認証保育所での休日保育
年末保育
- 82 一時的にご自宅等でお子さんを預かってほしいとき
①子ども預かり・送迎等支援事業
- 83 ②あだちファミリー・サポート・センター事業
ふたつのサービス、違いはどこ？
- 84 ベビーシッター利用料金の補助
ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)
ベビーシッター利用支援事業(待機児童支援)
- 85 お子さんをお泊まりで預けたいとき
施設型・在宅型こどもショートステイ事業
- 86 私立幼稚園の助成制度
- 87 認証保育所の保育料負担軽減(利用者助成)
- 88 発達に遅れや心配があるお子さんを預けたいとき
足立区医療的ケア児情報ポータルサイト
- 89 医療的ケアを必要とするお子さんを預けたいとき

救急

- 90 子どもの発達と起こりやすい事故
- 92 乳幼児突然死症候群(SIDS) 発症予防のために
- 93 哺乳瓶の煮沸について
「乳児用液体ミルク」について
- 94 異物を飲み込んだら
- 95 身近なところに思わぬ危険が！
- 96 応急手当(救急車が来るまで)
- 98 休日・夜間の急病などのときの医療機関
休日応急診療・平日夜間小児初期救急診療
- 99 区内及び隣接区の小児科対応東京都指定二次救急医療機関
- 100 小児科を探したい！

相談先一覧

- 101 妊娠中の悩み
子育てや生活などに悩んだら
- 102 発育・発達に不安のあるとき
児童虐待通告
- 103 就職したい
暴力に悩んだら
- 104 足立福祉事務所(家庭の悩み・生活の悩みなど)
- 106 足立保健所(各保健センター等)
- 108 感染症について
- 111 足立区パートナーシップ・ファミリーシップ制度
- 112 プライベートゾーンを守りましょう
- 114 おうちオンラインで手軽に！親子で活用できるサービス
- 115 あだちワークわーく in Summer
- 116 できていますか？子どもの健康に、とっても大事な4つの生活習慣！！
- 118 食べるって楽しいね！発達にあわせて取り組もう！
家庭でできる食育
- 120 「乳歯のケア」は「健康な永久歯」のカギ！
親子で楽しい仕上げみがき
- 121 あだちっ子歯科健診
- 122 索引

防災

- 124 妊婦さん、災害の備え万全ですか？
- 125 防災備蓄
- 126 地震に備えて
- 127 水害に備えて
- 128 もしもの時のための情報収集
- 131 医療機関や緊急時の連絡先をまとめておきましょう
災害時の避難場所や家族との連絡方法を確認しておきましょう

付録：子育て施設ガイドマップ

- ・私立幼稚園
- ・認可保育所
- ・小規模保育施設
- ・子育てサロン
- ・認定こども園
- ・家庭的保育事業(保育ママ)
- ・東京都認証保育所
- ・足立区内駅・近隣駅・バリアフリー情報

子育て応援カレンダー！

カレンダーの見方

医療機関で行われている健診・検査

保健センター等で行われている健診

予防接種



行政サービス

妊娠

出生

6か月

1歳

3歳

6歳



母子健康手帳の交付 p16

スマイルママ面接 p16

妊婦健康診査 p16

妊婦歯科健診 p16

あだちスマイルママ&
エンジェルプロジェクト
(ASMAP) p19

予防接種ナビ p31

すこやか赤ちゃんメール p31

ファミリー学級 p17

新生児聴覚検査 p20

ロタウイルス p30

小児用肺炎球菌 p30

B型肝炎 p30

五種混合 p30

BCG p30

3~4か月児健康診査 p29

こんにちは
赤ちゃん訪問 p20・21

健やか親子相談(ファミリー

乳児アレルギー予防教室 p22

多胎児家庭移動支援 p27

育児栄養相談 p22

産後ケア p23

産後育児ストレス相談

小児インフルエンザ(任意) p30

6か月児健康診査 p29

7~8か月児
にこにこ離乳食 p32

9か月児健康診査 p29

9か月~
1歳2か月児
親子はじめて p29
歯科健診 p120

11か月児以上
1歳ごろの
栄養教室 p33

学級OB会) p22

おたふくかぜ
(任意) p30

麻疹風しん
(MR)混合1期 p30

水痘 p30

ファースト
バースデー
サポート p27

1歳6か月児
内科健康診査 p29

1歳6か月児
歯科健康診査 p29

2歳児歯っぴい
パーク p29

日本脳炎1期 p30

麻疹風しん
(MR)混合2期 p30

3歳児
健康診査 p29

あだちっ子
歯科健診 p121

6歳児フッ化物
塗布事業 p121

就学時
健康診断

マザーメンタルヘルス相談事業 p22

NEW 子育て家庭訪問事業 p15・21

子育て自主グループ p40~41

あかちゃんず p44

★ 子育てサロン p42~45

★ 幼稚園・認定こども園

★ 保育施設

お子さんの一時的なお預かり事業 p80~85

★子育て施設ガイドマップ参照

子育て
応援
機関



Ⅱ 子どもが生まれたら必要な手続き Ⅱ

各窓口で手続きをする際は、時間に余裕を持ってお越しください。

出生時の手続きについて詳しくは各担当までお問い合わせください。

内 容	担 当	電 話
出生届	戸籍住民課 戸籍届出係	3880-5065
特別永住許可	戸籍住民課 住民記録係	3880-5724
住民登録	戸籍住民課 窓口サービス係	3880-5867
国保加入	国民健康保険課 資格賦課担当	3880-5240
一時金	国民健康保険課 給付担当	3880-5241
医療費助成	親子支援課 子ども医療費給付係	3880-5923
児童手当	親子支援課 児童手当係	3880-6492
保育料減額	保育・入園課 入園第一係～第三係	3880-5263

出生

①足立区へ届出ですか？

いいえ
はい

他自治体
出生届 P20

※ 他自治体で出生届を提出した場合、他自治体から足立区へ通知され、住民登録されます。ただし、通知前でも出生届の受理証明書（手数料がかかります）をお持ちいただければ、戸籍住民課、区民事務所（※1）窓口で住民登録が可能です。

<外国籍の方へ> 特別永住許可については【戸籍住民課住民記録係】へ、その他の在留資格の取得については【地方出入国在留管理局】へお問い合わせください。

（※1）区民事務所…中央本町区民事務所除く

はい

②開庁時間ですか？

はい

いいえ

戸籍住民課
出生届 P20
持ち物 出生届
母子健康手帳

時間外受付（宿直）
出生届
持ち物 出生届
母子健康手帳

③足立区民ですか？

はい

いいえ

戸籍住民課
住民登録

住所地で手続き

※ 窓口での手続きはありません。
※ 住民登録完了後、1か月程度で個人番号通知書が、簡易書留にて送付されます。

国民健康保険課
国民健康保険加入
出産育児一時金※1

持ち物 国民健康保険証※2・領収書・
明細書・母子健康手帳・
世帯主の普通預金通帳

※1 出産された医療機関により、手続き不要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。
※2 保険証をお持ちでない方は、マイナ保険証または資格確認書

④国民健康保険
に加入ですか？

はい

いいえ

親子支援課（児童手当係、子ども医療費給付係）
または足立福祉事務所（P104.105 参照） P35・36
子ども医療費助成 | 児童手当

持ち物 母子健康手帳・請求者名義の普通預金通帳・
請求者及びお子さまの健康保険情報がわかるもの
（「資格情報のお知らせ」又は「資格確認書」、「マイナポータル」の資格情報画面、健康保険証など）

⑤ひとり親家庭
ですか？

はい

いいえ

親子支援課（ひとり親手当・医療係）
ひとり親家庭等医療費助成、
児童扶養手当等 P38

持ち物 ご家庭の状況等により異なります。
お問い合わせください。

⑥保育施設在園児
がいますか？

はい

いいえ

保育・入園課
保育に関する手続き

※ 世帯状況の変化により、保育料が減額となる可能性があります。

持ち物 保育料減額申請書

手続き完了

2人以上のお子さんを 育てている方へのサービス

妊娠

出生

多胎妊娠に伴う妊婦
健康診査費用の助成
問合せ
【保健予防課】 p34

産前産後期間の国民年金
保険料免除制度
(単胎妊娠は最大4か月間、
多胎妊娠は最大6か月間)
問合せ
【高齢医療・年金課】 p36

児童手当 (18歳年度末まで)
問合せ【親子支援課】 p36

多胎児家庭移動支援
問合せ【保健予防課】 p27

ファーストバースデーサポート
問合せ【保健予防課】 p27

保育施設申込時の指数加点・
保育料の負担軽減
問合せ【保育・入園課】 p76・77

認証保育所の保育料負担軽減
(利用者助成)
問合せ【幼稚園・地域保育課】 p87



子育てに悩んだ時にはぜひ!!

多胎妊産婦とパートナーへの助言や支援
問合せ【保健予防課・各保健センター等】 p27,106,107

子育て自主グループへの支援 問合せ【各保健センター等】 p40,41,106,107



小学生になってからも
いろいろなサービスがあります



学童保育室保護者負担金の軽減

きょうだい2人以上入室している場合、一番下の子が月額6,000円、それ以外の子が半額の月額3,000円となります。

問合せ【学童保育課 学童運営係】 ☎3880-5863 FAX3880-5603

登下校等通知メール利用料の軽減

登下校等通知メールを申し込んだ保護者を対象にサービス利用料金のきょうだい割引があります(月額1人440円のところ、2人目190円、3人目以降は無料 ※一括払いの場合)。

また、登下校等通知メールを申し込んだ、区内の小学校に通学する1年生の保護者を対象に、区が利用料金を負担します。

問合せ【学務課 就学係】 ☎3880-5969 FAX3880-5606

区立小・中学校の給食費無償化

子育て支援策の一環として、区立小・中学校に通う児童生徒の給食費を無償化しています。

問合せ【学務課 学校給食係】 ☎3880-5975 FAX3880-5606

高校生のサービスにも注目!!

夢への支援 【高校生応援支援金 新規】 部活動・クラブ活動、検定試験・資格取得など、チャレンジしたい高校生世代へ5万円を支給します!

学びの支援 【足立ミライゼミ】 成績上位であるものの家庭の事情などにより塾などに行けない高校1年生を対象に、3年間の学習を通じて難関大学合格を目指す無料学習塾(4月頃募集予定)

【高校生世代の居場所型学習支援】 授業についていけない高校生の補習や高卒資格を取得したい高校中退者の学び直しを行う学習支援

悩みの相談 【あだち若者サポートテラス(SODA)】 メンタル面や学校での悩みなどを精神科医・精神保健福祉士らが相談に乗ります!

問合せ【子どもの貧困対策・若年者支援課 若年者支援推進担当】
☎3880-5717 FAX3880-5610

詳細は→
こちらから



足立区LINE公式アカウント

災害情報や重要なお知らせを配信！



LINE

友だち追加するだけ！



※画像はイメージです

災害情報や緊急情報などを配信するほか、さまざまな機能を備えています。あだち広報（月2回）の発行のお知らせもお届け！

質問に答えて

保育施設入園申込の指数シミュレーションや保育施設情報を見ることができます。

プッシュ通知で

不審者発生などの「防犯・防火情報」や災害・気象、地震情報など、16種類（※）のジャンルから選んで受信できます。

見つけたら通報

公園や道路の不具合、不法投棄などを見つけたら、写真を添付してお知らせください。

※ 重要なお知らせ、災害情報・気象警報、大雨・洪水注意報、雷注意報、大雪・風雪注意報、地震情報（震度3以上）、地震情報（震度5弱以上）、河川の増水氾濫情報、熱中症・電力情報、防犯・防火情報、子どもの安心情報、おすすめレシピ、健康情報、パプコメ・審議会等公開情報、区長のあだちな毎日、広告関連情報

他にも方法はいろいろ！

A-メール、足立区公式X（旧Twitter）・Facebook、Yahoo! JAPAN、Smart News等、いろいろな方法で足立区の情報を入手いただけます。

詳しくは、右下の二次元コードから、区ホームページをご覧ください。



あだち子育てガイドブックは電子版も便利！！

多言語対応や読み上げ機能がある電子ブック版はスマートフォン等でご覧いただけます。

Adachi Child Rearing Guidebook has a convenient e-book version!

The e-book version has multilingual support and a reading out function, and can be viewed on smartphones and other devices.

《足立育児指南》の电子版也很方便！

电子版支持多种语言，并带有语音朗读功能，可在智能手机等设备上阅览。

아다치 육아 가이드북은 전자책판도 편리하다!

전자책판에는 다국어 지원 및 읽어주기 기능을 갖추며 스마트폰 등에서 볼 수 있습니다

外国語で読める！聞ける！

Must-see for those who are raising children!/
A public health nurse will answer your concerns about infectious diseases!



Q1

How do I wash my baby's hands?

A1

Wipe gently with a clean wet towel. Also, wash your hands thoroughly before touching the baby.



10言語に変換対応！



カタログ ポケット
Catalog Pocket

iOS版



Android 版



PC



PC版はプッシュ通知はありません。

同アプリで、あだち広報もご覧いただけます。

- ※ アプリは無料ですが、ダウンロードや情報の受信などにかかる通信料は利用者負担となります。
- ※ 翻訳は自動翻訳エンジンを使用しています。
- ※ アプリなしでも利用できます。専用サイト「Catalog Pocket」からブラウザ版で閲覧できます。

問合せ

報道広報課 広報係

☎3880-5815 FAX 3880-5610

保育園の手続きは オンライン申請が便利！

【対象】

- ・足立区内の認可保育施設等（※）への入園・転園を検討している保護者の方
- ・足立区内の認可保育施設等に在園中の保護者の方

※ 認可保育施設等・・・認可保育所（区立・私立・公設民営保育園）、区立認定こども園（長時間利用）、私立認定こども園（長時間利用）、小規模保育、家庭的保育（保育ママ）、区立認可外保育施設

東京都認証保育所、企業主導型保育施設、その他認可外保育施設は各施設へ直接お申込みください。

保育園は、スマホから。

24時間入園申し込みできます。



すでに7割以上の方が
オンラインで申請！

スマートフォンやパソコンから
手軽に操作・申請ができます。

入所の申込だけでなく、在園児の
各種申請などでも利用できます。

マイページ登録を行うと一時保存
や申請後の内容確認が可能です。

～申請完了までは全部で6ステップです～

- 1 足立区
オンライン申請システム にログイン
- 2 申請するお子さんの情報を入力
- 3 希望する保育施設を入力
- 4 保護者の情報を入力
- 5 同居している家族の情報を入力
- 6 添付書類をアップロード

入る前はもちろん入ってからも！

入園後の手続きもオンラインが便利です！

各種証明書等は写真や
ファイル形式を添付して
提出できます。

申請方法を分かりやすく
示した「オンライン申請
操作手順」を区ホームペ
ージに掲載しています。

申請されたデータは窓口
と同様に、職員が確認し、
不備等があれば申請者へ
連絡し申請完了までご案内
します。



オンライン申請の
内容を知りたい方
はこちら！



オンライン申請は
こちらから！

問合せ

保育・入園課 入園第一係～第三係

☎ 3880-5263 FAX 3880-5703

コラム

保育の指数をシミュレーションできます

LINEの指数シミュレーションで、保育施設の利用調整に使用する指数
を試算できます。ぜひ、入園申し込みの参考としてお試しください。

※ 実際に区が決定する指数とは異なる場合があります。



令和7年度の注目事業

妊娠・出産から子育て期まで、切れ目なく応援します！

4月から

1 すこやかプラザ あだち **NEW**

江北保健センター内（令和7年4月21日開設予定）

① 健康コンシェルジュ

健康全般の相談に加え、妊娠を見据えた健康管理（プレコンセプションケア）に関する相談も受けします。



すこやかプラザ あだち

問合せ 健康コンシェルジュ ☎ 3896-4007

② 産後ケア【日帰り型（NPO法人実施）】

日帰りで、産後ケアの利用を希望する方を対象にお母さんの心身・育児のサポートや育児相談が受けられます。※ P23 参照

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892

2 産後ケア【訪問型】 **NEW** ※ P23 参照

ご自宅に助産師が訪問し、母子のケアや育児相談などをお受けします。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892

夏休み

3 あだちワークわーく in Summer **拡充**

夏休み期間中（7/21～8/31）18歳以下の方を対象に、銭湯や区立プールなどの子どもが利用する区有施設や一部の有料体験講座が無料で楽しめます。

※ 利用できる施設について、詳しくは P115 をご覧ください。

問合せ 子どもの貧困対策・若年者支援課 ☎ 3880-5717

10月～翌年1月

4 小児インフルエンザ予防接種費用助成 **拡充**

皮下注射の助成額を1回につき3,000円に増額します。また新たに、経鼻ワクチン（点鼻液）の接種にも6,000円の助成を開始します。

※ 各種予防接種について、詳しくは P30 をご覧ください。

問合せ 保健予防課 予防接種係 ☎ 3880-5094

実施予定

5 子育て家庭訪問事業 **NEW**

生後5か月～1歳4か月の全家庭を定期訪問し、子育て相談を行います。訪問時には、月齢に合わせた絵本等を配付します（P21 参照）。

問合せ 子ども政策課 子育て応援係 ☎ 3880-0719

6 子育て支援アプリの導入 **拡充**

足立区あんしん子育てナビをリニューアル。お子さんの年齢やお住まいのエリアに応じた、プッシュ型による情報発信を行います。

問合せ 子ども政策課 子育て応援係 ☎ 3880-0719

7 私立幼稚園等園児の預かり保育の助成額 **拡充**

夏休み期間中（8月）の助成限度額を24,000円まで拡充し、幼稚園利用者とのさらなる負担軽減を図ります。

問合せ 幼稚園・地域保育課 私立幼稚園第一・第二係 ☎ 3880-6147

上記に加え、「認可保育園等における第一子の保育料の無償化」や「無痛分娩の費用助成」についても、東京都が実施に向けて検討を進めています。

事業の詳細が決まり次第、あだち広報や区のホームページ等でお知らせしていきます。

妊娠・出産

ママの体調管理と出産準備

妊娠届出・母子健康手帳の交付

医療機関で妊娠の診断をされたら、妊娠届出書を保健予防課保健予防係または保健センター等の窓口にお出しく下さい。母子健康手帳を交付し、区内に住民登録がある方には妊婦健康診査受診票等が入った「母と子の保健バッグ」をお渡しします。

同時にアンケートをご記入いただき、必要な方には保健予防課の母子保健コーディネーターや、各保健センター等の保健師・助産師が継続的にサポートに入ります。

【受付時間】 平日 午前8時30分～午後5時

【届出場所】 保健予防課保健予防係、各保健センター等、区民事務所

【届出方法】 申請の際、出産予定日や医療機関、担当の医師名の記入等があります。

※ 区役所や保健センターへのアクセスが難しい等の特別な事情がある場合には、区民事務所でも妊娠届出書を提出することが可能です。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

スマイルママ面接

妊娠届出書を提出され、区の保健師等と妊娠の経過や心配事などについての面接を受けていただいた方に、「こども商品券」10,000円分をその場で支給します。また、面接終了後に「あだち出産・子育て応援給付金（妊婦のための支援給付）事業（P19）」の妊娠分（50,000円）のご案内をいたします。

※ 他の自治体で同様の事業を申請した場合は対象外。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

妊娠中の健康と相談

事業名	内容
妊婦健康診査・妊婦超音波検査・妊婦子宮頸がん検診	母子健康手帳を交付の際、妊婦健康診査受診票（14回分）、妊婦超音波検査受診票（4回分）及び妊婦子宮頸がん検診受診票（1回分）をお渡ししています。受診票に記載されている検査項目（妊婦健康診査は2回目以降は選択制）に限り、費用の一部を助成します。この受診票は、区が委託契約している都内の医療機関と分娩可能な助産所で利用できます。多胎妊婦の方はP34もご覧ください。
妊婦歯科健診	母子健康手帳を交付の際、妊婦歯科健診受診券をお渡ししています。区内指定歯科医療機関で妊娠中1回のみ歯科健診が受診できます。事前に予約のうえ受診してください。

事業名	内容
スマイルママ相談	保健予防課や各保健センター等で妊娠届出をされた方やご希望の方に対し、妊娠中の生活・栄養・出産などのご相談に応じます。また、必要な方には保健師や助産師が家庭訪問し、妊娠や出産についての保健指導を行います（電話相談可）。
ファミリー学級	妊娠・出産・子育てなどについて学べる講座です。2日制または1日制で、1日制は土曜日や日曜日（委託事業者実施）にも開催しています。 【対象】 妊婦、妊婦のパートナー、その他親族 【お知らせ方法】 ホームページ、チラシ 【問合せ】 平日・土曜日開催分について 各保健センター等（P106.107 参照） 日曜日開催分について 保健予防課 保健予防係にお問い合わせください。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

風しんの抗体検査・任意予防接種の費用助成制度

検査日現在19歳以上の足立区民の方を対象に、風しんの抗体検査および任意予防接種（※）の費用助成を行っています。

詳しくは区ホームページをご覧ください。

※ 麻しん風しん（MR）混合ワクチンまたは風しん単独ワクチンのいずれか。

問合せ 保健予防課 予防接種係 ☎ 3880-5094 FAX 3880-5602
各保健センター等（P106.107 参照）



陣痛時にも利用できるタクシー会社一覧

陣痛時、医療機関までの移送サービスを展開しているタクシー会社一覧です。事前登録が必要となりますので、詳しくは各社にご確認ください。

会社名	サービス名称	電話および検索ワード
国際自動車株式会社（kmタクシー）	マタニティ・マイタクシー	5520-5690（平日9：00～17：00）
大和自動車交通株式会社	たまごタクシー	大和自動車 たまごタクシー
東京無線協同組合	プレママタクシー	東京無線 プレママ
日本交通株式会社	陣痛タクシー	日本交通 陣痛タクシー
日の丸交通株式会社	子育てタクシー	3811-1156（平日8：00～16：00）

いずれのサービスも、インターネット上で事前登録が必要となります。

コラム

パートナーの方もファミリー学級に参加しませんか？

パートナーの方向けの冊子を配付しているほか、赤ちゃんの沐浴体験等を通して赤ちゃんを安心して迎える準備ができます。ぜひお気軽にご参加ください。

【実際に参加したパートナーの感想】

- ◆ 出産に向けての見通しを持つことができ、親になることへの自覚の第一歩となった。
- ◆ 産前産後のパートナーの気持ちを知る事ができてよかった。

産前・産後家事支援事業

産前産後の妊産婦がいる家庭に家事支援ヘルパーを派遣します。



【対象】産前6週から産後3か月までの妊産婦がいる家庭

【期間】出産予定日の6週間前～実際の出産日の3か月後

【内容】食事の準備及び後片付け、衣類等の洗濯、居室の清掃及び整理整頓、生活必需品の買い物等の家事的補助 ※ 原則1回につき1.5時間以内、1週間に2回以内

【利用時間】8:00～20:00（12/29～1/3を除く）

	利用時間	最初の1時間以内	1時間以降（30分あたり）
平日	8:00～18:00	500円	250円
	18:00～20:00（夜間）	800円	400円
土・日・祝	8:00～20:00	800円	400円

※ 平日の18:00をまたぐ利用の場合は、夜間の利用料金800円が適用されます。

【申込先】お近くの委託事業者へご連絡ください（平日の9:00～17:00）

委託事業者名	住所	電話番号
梅元ケアセンター	①本社	西新井 6-3-8 3854-7890
	②保木間支店	保木間 2-16-12 5851-7588
佐々木ケアサービス	③足立本社	足立 4-37-11 3848-7151
	④竹ノ塚営業所	東伊興 3-17-1 3853-2285
城北介護センター	⑤本社	千住宮元町 30-4 3870-4888
	⑥椿	鹿浜 4-22-21
	⑦東和	東和 4-8-21 ヤクルトハイツ東和 1 階
	⑧保木間	花畑 1-16-1-105
⑨ぶらちなくらぶ	加平 1-8-23	5697-9204
⑩プレミア扇訪問介護ステーション	扇 1-3-5	3890-3357
ヘルパーステーションもやい	⑪綾瀬	綾瀬 3-17-25 藤和綾瀬コープ 106 5697-8321
	⑫千住	千住 2-37 ST ビル 2 階 5284-3631
	⑬西新井	関原 3-14-3 5845-3181
⑭ヘルパーステーションゆいま～る	千住仲町 16-4	3881-5600
⑮ほのぼの介護小台	小台 2-36-2	5959-6565
わかばケアセンター	⑯鹿浜	鹿浜 6-3-14 2 階 6803-1155
	⑰西新井	西新井栄町 1-16-2 5845-5366

※ ヘルパーの空き状況等により、支援の日時、回数のご希望に添えない場合がございます。

※ 清掃の専門業者ではありません。大掃除や高度な技術、時間を要する細かな作業等は実施していません。

問合せ

子ども政策課 子育て応援係
☎ 3880-0719 FAX 3880-5641

あだちスマイルママ&エンジェルプロジェクト(ASM&P)

エースマップ

～妊娠期から出産・子育て期まで切れ目のない支援を行います～

支援を要する方、ご希望の方のお宅に母子保健コーディネーターや各保健センター等の地区担当保健師がお伺いして、ご相談に応じます。

対象

- 妊娠届出をされた方で支援を要する方、ご希望の方
- 妊娠期間中に足立区へ転入された方
- その他ケアプラン作成を希望される方

相談できること

- 妊娠中のお身体の事や生活について
- 出産に関するご心配やご不安について
- 産後のお子さんに関する事について



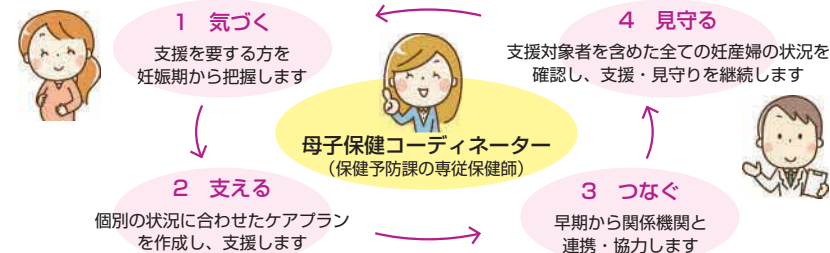
【母子保健コーディネーター】

ご相談に対し、出産や育児に関する情報を提供したり、必要な関係機関をご案内します。また、個別のケアプラン作成やご相談に対応いたします（随時）。

問合せ

保健予防課 妊産婦支援係 ☎3880-5405 FAX 3880-5602

【管轄の相談窓口】各保健センター等（P106. 107参照）



あだち出産・子育て応援給付金（妊婦のための支援給付）事業

妊娠届出からすべての妊婦・子育て世帯に寄り添い、身近で相談に応じる「伴走型相談支援」と、妊娠・出産時にそれぞれ50,000円を支給する「経済的支援」を一体的に実施します。

【対象】①令和7年4月1日以降に妊娠届出書を提出された方

②令和7年4月1日以降にお子さまが生まれた方

【問合せ】保健予防課 保健予防係

☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

東京都出産・子育て応援事業～赤ちゃんファーストギフト～

出生後に東京都より育児用品や子育て支援サービス等と交換できる100,000円分のギフトクーポンを支給します。申請等については、東京都福祉局のホームページをご確認ください。



（東京都福祉局 HP）

赤ちゃんが生まれたら

出生届

生まれた日から14日以内に、出生届を出しましょう。

【届出場所】 下記のいずれかの場所の市区町村役場

・父母の本籍地 ・届出人（父または母）の住所地 ・お子さんの出生地

【必要なもの】 出生届、母子健康手帳

問合せ 戸籍住民課 戸籍届出係 ☎ 3880-5065 FAX 5681-7662

新生児聴覚検査

母子健康手帳を交付の際、新生児聴覚検査受診票（1回分）をお渡ししています。新生児聴覚検査の費用の一部を助成します。この受診票は都内委託契約医療機関で利用できます。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

赤ちゃんが生まれたら訪問します

事業名	内容
こんにちは赤ちゃん訪問	赤ちゃんが生まれた全家庭に訪問し、赤ちゃんの発育・発達の確認や、お母さんの体調管理等の相談をお受けしています（P21 参照）。
未熟児家庭訪問	出生時体重が2,500g未満の赤ちゃんを対象に、保健師が家庭訪問をして発育・栄養・生活環境・感染予防などについて情報提供します。
乳幼児家庭訪問	子育てに不安がある方や、産後のお母さんの体調が気になる方に、保健師が家庭訪問します。赤ちゃんの発育・発達の確認や母乳育児について情報提供します。
健康診査未受診者家庭訪問	保健センター等の乳幼児健康診査未受診者を対象に訪問し、お子さんの発育・発達等の確認や相談をお受けしています。

※ 保健師または助産師が訪問します。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602
各保健センター等（P106.107 参照）

NPOも「子育てパパ・ママ」の味方です

- 話を聞いてほしいけど・・・行政には相談しづらい
- 家に閉じこもりは「イヤ！」
- 友達をつくって話したい
- 交流したい
- 何か新しく始めてみたい

そんな「子育てパパ・ママ」の味方となるNPOと「つながって」みませんか。

問合せ SDGs・協創推進課 事業調整係
☎ 3880-5020 FAX 3880-5610

NPOを検索するためのあだち協働パートナーサイトはこちらから



赤ちゃんが生まれたら全家庭を訪問します

足立区では、生後3か月までの乳児がいる全家庭を対象に「こんにちは赤ちゃん訪問事業」を実施しています。

訪問指導員（保健師・助産師）または、各保健センター等の地区担当保健師がお伺いして、健康相談や育児のアドバイスをを行います。



対象 生後3か月までの乳児と保護者の方

費用 無料

- 赤ちゃんが生まれたら、「母子健康手帳」にどし込まれている「赤ちゃん訪問連絡票（出生通知票）」を、お早めに足立区役所保健予防課窓口へお出しになるか、ポストへ投函（郵送）してください。訪問日時については、訪問指導員が事前に連絡し調整させていただきます。なお、提出がない場合でも区から連絡させていただくことがあります。
- お問い合わせは、各地域を担当する保健センター等（P106.107参照）まで。
- 訪問時に「あだち出産・子育て応援給付金（妊婦のための支援給付）事業（P19）」出産分（50,000円）の申請書をお渡ししています。
※ 他の自治体で同様の事業で申請した場合は対象外。
- インターネットによる申請も可能です。

足立区オンライン申請システム
「こんにちは赤ちゃん訪問」



*赤ちゃん訪問連絡票

足立区では、すべての赤ちゃんのお世話を助ける「こんにちは赤ちゃん訪問」（無料）を実施しています。赤ちゃんが生まれたらお早めに足立区役所保健予防窓口へお出しになるか、ポストへお送りください。なお、提出がない場合でも区からご連絡させていただきます。

※ 名の二文字コードから、インターネットによる申請が可能です。

お母さん 氏名	（男・女）
生年月日	年 月 日
生後日数	日
住所	区 市 町 丁目 番 号
連絡先	（ ）
健康診査 受診状況	健康診査未受診者 健康診査済者
健康診査 受診年月日	年 月 日

※ 健康診査未受診者は、健康診査未受診者として登録する必要があります。

NEW

生後5か月～1歳4か月の 子育て家庭を定期訪問します

子育てに関する不安や悩みを気軽に相談できるよう、生後5か月～1歳4か月の子育て家庭（全家庭）を訪問員がお伺いします（令和7年10月開始予定）。詳細は、あだち広報や区のホームページ等でお知らせしていきます。

訪問頻度 1か月～2か月に1回（最大10回程度）

費用 無料

- 子育て相談、傾聴
- 毎回の訪問時に絵本等を配付
- 専門機関へのつなぎ

問合せ 子ども政策課 子育て応援係 ☎ 3880-0719



妊娠や育児に役立つ情報

各保健センター等では、乳幼児期の発育・発達・育児に関する相談窓口や教室を開催しています。

教室名	お知らせ方法	対象	内容
育児栄養相談 オンライン相談あり	広報 ホームページ	乳幼児	身長や体重の計測及び発育・発達・育児・お子さんの食事・歯や口のケア等専門職による個別相談。
健やか親子相談	チラシ等	乳幼児	住区センターの児童館等で開催。発育・発達・育児に関する相談を実施。手遊びや交流も実施。
マザーメンタルヘルス相談事業・産後育児ストレス相談	チラシ等	保護者	育児ストレス等についての保護者対象のグループワークや専門職の個別相談。
乳児アレルギー 予防教室	広報等	アレルギーが心配な乳児の家族	こどものアレルギーに関する知識の普及・啓発を目的に専門医を招いて教室を実施。

※ 育児栄養相談は予約制です。なお、オンライン相談の場合、身長や体重の計測はできません。

問合せ 各保健センター等（P106.107 参照）

母乳ケア施設一覧

「母乳がうまく出ない」「赤ちゃんが上手におっぱいを吸えない」「おっぱいが痛くてどうしよう」といった悩みの相談に応じます。

施設名称	住所	電話番号 FAX	受付時間等
ノア助産院	綾瀬2-11-4 第2フラワーコーポ1階	☎090-1619-9811	8:30~18:00
れいちゃん助産院 (池野玲子/堤式)	加平2-20-16 サンクレール208	☎090-1763-2801	出張専門・予約制 9:00~17:00（不定休）
ひな助産院 (斉藤史香)	加平3-14-12	☎5697-5829 ☎090-1816-1749 FAX なし	母乳育児相談 9:00~16:00 出張出産介助（助産院・自宅分娩どちらも対応可能）
小澤助産所 (桶谷式)	千住寿町14-5	☎3870-2378 FAX 3870-2378	予約制
横川レディース クリニック (桶谷式母乳外来)	保木間1-22-15	☎3884-1241 FAX 3884-1660	予約制

足立区産後ケア

出産後、ホルモンの急激な変化により心身が不安定になりやすい時期に、「育児を手伝ってくれる人がいなくて不安」「赤ちゃんのお世話の仕方がわからない」「身体の疲れが取れない」等、産後ケアの利用を希望する方を対象に、お母さんの心身・育児サポートや育児相談が受けられます。詳しくは、保健予防課にお問い合わせください。

◆医療機関等（宿泊型・日帰り型・訪問型）

【対象】（宿泊型・日帰り型）足立区に住民登録がある産後4か月未満のお母さんと赤ちゃん
（訪問型）足立区に住民登録がある産後1年未満のお母さんと赤ちゃん

【利用期間】 合計7日まで（日帰り型、訪問型は1回を1日とします。）

【利用方法】 保健予防課窓口またはオンライン申請後、各事業者へ予約

訪問型は、地域によって対応できる事業者が異なります。
申請した方へ申込み先等をお知らせします。

オンライン申請



区分	料金	備考
宿泊型	1泊2日 10,000円 (食事代含む)	以降1日ごとに5,000円加算 多胎児の場合、2人目以降1人あたり1日2,000円加算 (双子:1日2,000円加算、三つ子:1日4,000円加算)
日帰り型	1回 2,500円 (食事代含む)	多胎児の場合、2人目以降1人あたり500円加算
訪問型 新規	1回 2,000円	助産師による乳房マッサージなど 多胎児の場合、2人目以降1人あたり500円加算

※ すべての区分で、住民税非課税世帯・生活保護受給世帯は、免除制度があります。

【実施施設】（宿泊型・日帰り型）★…原則産後2か月未満の利用に限られます

施設名称	住所	宿泊	日帰り
待木医院 新規	足立区西竹の塚 2-13-17	○ (★)	×
長門クリニック	足立区中川 2-5-8	○	×
横川レディースクリニック	足立区保木間 1-22-15	○	×
東京リバーサイド病院	荒川区南千住 8-4-4	○	×
綾瀬産後ケア	葛飾区小菅 4-8-10	○ (★)	○
東京かつしか赤十字母子医療センター	葛飾区新宿 3-7-1	○ (★)	×
スワンレディースクリニック	北区王子 4-27-7	○	×
東都文京病院	文京区湯島 3-5-7	○	×

◆NPO法人（日帰り型）

【対象】 足立区に住民登録がある産後1年未満のお母さんと赤ちゃん

【利用料金】 500円（昼食が必要な方は別途有料）

【利用方法】 ホームページから申込

【実施施設】 ①すこやかプラザ あだち（令和7年度5月開始予定）※産後5か月未満まで
江北 5-14-5
②マタニティ&ベビーハウス Ohana
梅島 3-4-8 うめじま KSビル2階



問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892 FAX 3880-5602

不妊症・不育症 専門医療機関一覧（足立区内）

不妊症、不育症の原因として男性側の要因、女性側の要因、それぞれ考えられます。医療機関を受診する際は、夫婦揃って受診するようにしてください。

施設名	住所	電話番号 FAX	事前予約	実施可能項目							妊娠時の分娩対応
				不妊相談	不育相談	人工授精	体外受精	子宮卵管造影	通気・通水検査	男性不妊	
綾瀬駅前 白井クリニック	綾瀬 4-9-29 ホーキョボナールビル 23 3 階	☎ 5849-5540 FAX 5849-5541	要	○	○	○	○	×	○	○	×
池上レディース クリニック	伊興 5-6-8	☎ 5838-0228 FAX なし	要	○	×	×	×	×	○	×	×
アーク 米山クリニック	江北 4-29-5 KJ メディカル モール江北 3 階	☎ 3853-3333 FAX なし	要	○	×	○	×	○	×	×	×
真島クリニック	関原 1-14-11	☎ 3849-4127 FAX 3880-8087	要	○	○	○	○	×	○	○	○
北千住 ART クリニック	千住 1-18-9 タワーフロント北千住 4 階	☎ 6806-1808 FAX 6806-1813	要	○	○	○	○	○	×	×	×
くすの木レディース クリニック北千住	千住 2-33-3 3 階	☎ 6806-2500 FAX なし	要	○	×	×	×	×	○	×	×
東京北千住 ゆたかクリニック	千住 3-58-4	☎ 5284-8455 FAX なし	要	○	×	×	×	×	×	○	×
勝楽堂病院	千住柳町 5-1	☎ 3881-0137 FAX 3870-8720	-	○	○	○	×	○	×	×	×
白井医院	東和 2-12-18	☎ 3605-1677 FAX 3605-5114	要	○	○	○	○	○	○	○	×
長門クリニック	中川 2-5-8	☎ 3605-3131 FAX なし	要	○	×	×	×	×	○	×	×
待木医院	西竹の塚 2-13-17	☎ 3899-3541 FAX なし	-	○	○	○	×	○	×	×	○
横川レディース クリニック	保木間 1-22-15	☎ 3884-1241 FAX 3884-1660	-	○	×	○	×	○	○	×	○

足立区特定不妊治療費助成

「東京都特定不妊治療費（先進医療）助成事業」（下記参照）の承認決定を受けている方に対して、助成対象となった医療費への上乗せ助成を実施しています。

問合せ

保健予防課 保健予防係
☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

オンライン申請



東京都不妊検査等助成および特定不妊治療費（先進医療）助成

東京都では、不妊検査や治療を受ける夫婦の経済的負担を軽減するため、不妊検査、一般不妊治療および特定不妊治療（保険診療）と併せて実施した「先進医療」にかかる費用（※）の一部を助成しています。詳細は、東京都福祉局へ直接お問い合わせください。

※ 保険適用外の医療費。

問合せ

東京都福祉局 家庭支援課 母子医療助成担当
☎ 5320-4362

東京都不育症検査助成

東京都では、検査により不育症のリスク因子を特定し、適切な治療及び出産につなげることができるよう、不育症検査に係る費用の一部を助成しています。詳細は、東京都福祉局へ直接お問い合わせください。

問合せ

東京都福祉局 家庭支援課 母子医療助成担当
☎ 5320-4362

コラム 知ってる!? 不育症

妊娠するけれども、流産・死産や新生児死亡などを繰り返して、結果的に子どもを持っていないことを不育症と呼びます。不育症は、子宮形態異常や甲状腺異常、ストレスなどが要因となることがあります。妊娠前から知識を得て、妊娠初期から流産を予防することが重要です。適切な治療のためにも、専門医療機関の受診をおすすめします。

不育症に関しては下記をご覧ください。

足立区のホームページ

URL <https://www.city.adachi.tokyo.jp/hoken/fukushi-kenko/kenko/jose-adachifunin.html>

東京都不妊・不育ホットライン

☎ 6407-8270（毎週火曜日 10時～19時 毎月1回土曜日 10時～16時／祝日、年末年始を除く） TELのみ

※ 土曜日の開設日は下記東京都HPでご確認ください。

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/sodan/h_soudan.html



「卵子凍結」及び「凍結卵子を使用した生殖補助医療」の費用助成

東京都では、子供を産み育てたいと望んでいるものの、様々な事情によりすぐには妊娠・出産が難しい方を対象とした「卵子凍結」及び「凍結卵子を使用した生殖補助医療」に係る費用の一部を助成しています。詳細は、東京都福祉局へ直接お問い合わせください。

問合せ 東京都福祉局 家庭支援課 母子医療助成担当
☎ 5320-4362



低所得妊婦を対象とした初回産科受診費用助成

国内医療機関等において実施する最初の妊娠判定に要する診察、尿検査及び超音波検査費用の一部を助成します。詳しくは、保健予防課にお問い合わせください。

問合せ 保健予防課 保健予防係
☎ 3880-5892 FAX 3880-5602



コラム パパ・ママ眠れていますか？

妊娠・出産は、家族全員にとっての大きな変化です。
女性は急激なホルモンバランスの変化から、こころや身体の調子を崩すことがあります。産後は体調が回復するまで、周囲の家事・育児等のサポートが必要です。
また、パートナーや身近なご家族も子どもが生まれることで、仕事に加え、家事・育児などの負担が増えて過労になったり、プレッシャーを抱えてこころのバランスを崩すことがあります。
妊娠・出産を機に、ご家族の健康に目を向け合いましょう。

自分や家族に目を向けて…
こんなことはありませんか？

- ☐ 疲れているのに2週間以上眠れない
(寝つきが悪い、夜中に目が覚める、朝早く目が覚める)
- ☐ 食欲がない
- ☐ 漠然とした不安・イライラを感じる
- ☐ すぐ涙ぐむ
- ☐ 気力・集中力の低下

もしかしたらそれは「うつ」のサインかも…

一人で悩まず、最寄りの保健センター等(P106.107参照)に相談を。

■ よりそいホットライン(あらゆる相談) 0120-279-338 24時間(年中無休)

■ こころといのちのほっとライン 0570-087478 正午～翌朝5時30分(年中無休)

コラム 色覚の多様性

生まれつき色の見え方が多くの人と少し違う人がいます。赤と緑でも、明るさや濃さ、背景の色によっては似た色に見える場合があります。本人も周囲の人も気づかない場合がありますが、気になることがあれば眼科医にご相談ください。

(参考：公益社団法人 日本眼科医会「色の見え方」)

ファーストバースデーサポート

1歳時にお送りする子育てに関するアンケートに1歳2か月になる月の末日までに回答した方へ、子育て支援の情報と「こども商品券」をお送りします(第1子：60,000円分、第2子：70,000円分、第3子以降：80,000円分)。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

多胎児家庭移動支援

多胎のお子さんが0歳・1歳・2歳時に、タクシー利用が可能な「こども商品券」を24,000円分お送りし、母子保健事業利用時の移動を支援します。なお、こども商品券は各年齢につき1回お渡ししています。

※ 各年齢ごとに、区の保健師等と子育てに関する面接を受けていただく必要があります。

問合せ 保健予防課 保健予防係 ☎ 3880-5892 FAX 3880-5602

コラム 子育て中の保護者グループ活動を応援!

子育て中の保護者グループが主体となって実施される学習活動、保護者同士の交流活動にかかる費用に対し補助金を交付しています。楽しく子育て・家庭教育ができるよう、ご活用ください。

「足立区子育て仲間づくり活動」補助金交付事業
詳しくはこちらから、申請書類等がダウンロードできます。



問合せ 子ども政策課 子ども施策推進担当
☎ 3880-5266 FAX 3880-5641

東京都事業 子育て応援とうきょうパスポート

ステッカーがある協賛店でパスポートを提示すると、割引や粉ミルクのお湯提供など様々なサービスが受けられます。協賛店は、「とうきょう子育てスイッチ」サイトより検索できます。パスポートは、全国の協賛店でも利用できます。

【対象】 都内在住の18歳(※)未満のお子さん又は妊娠中の方がいる世帯

※ 18歳に達した後、最初の3月31日を迎えるまで。

【種類】 デジタルと紙

※ デジタルパスポートは、とうきょう子育てスイッチの利用登録、またはアプリをインストールすると取得できます。

【配布場所】 足立区役所内(子ども政策課、保育・入園課等)、各保健センター等、区民事務所(中央本町区民事務所を除く)、こども支援センターげんき

問合せ 東京都福祉局 子供・子育て支援部 企画課
☎ 5320-4115

<https://kosodateswitch.metro.tokyo.lg.jp/>

足立区子ども政策課 子ども施策推進担当

☎ 3880-5266 FAX 3880-5641



このステッカーが目印!

子育ての先輩に話を聞いてもらいませんか？

(きかせて子育て訪問事業)

出産や子育てに不安のある方で、周りに気軽に相談できる人がいなくて困っている人はいませんか？子育て経験等のあるサポーターが子育ての不安や悩みをお聴きします。

【対象】 妊娠している方、未就学児の保護者 【利用料金】 無料

【支援内容】 傾聴および子育てサロンへの同行。次のような時にご利用ください。

- ★話相手がなくてさみしい ★家にこもりがち
- ★初めての妊娠・子育てで不安 ★子育てサロンに行くのは緊張する
- ※ ベビーシッターや家事代行などのサービスは行いません。なお、初回利用時限定でプチ家事支援（10分程度）を付けることができます。

【申請方法】 オンライン申請 または 電話

【委託事業者】 NPO法人子育てパレット

利用した方の感想

- ・ ちょっとした不安な事や、とにかく聴いて欲しい、話したいことをゆっくりきいてもらえた幸せな時間。
- ・ 初めは話す内容を整理して考えないといけないと思っていたけど、だんだん何も考えずたわいもない話をしているだけなのにスッキリしました。

問合せ

子ども政策課 子育て応援係
☎ 3880-0719 FAX 3880-5641

詳細や申請はこちらから▶



コラム

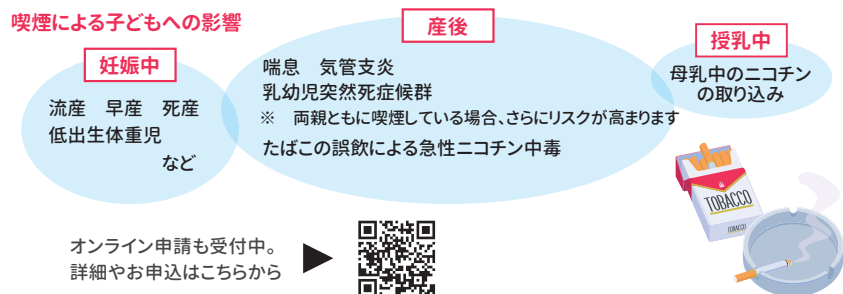
今こそ、卒煙にチャレンジしませんか？

たばこの煙は、たばこを吸う人だけでなく、周囲の人の生命および健康にも悪影響を及ぼすことが明らかとなっています。とりわけ子どもに対しては、受動喫煙による健康への影響が大きく赤ちゃん自らが煙を避けることもできません。大切な新しい命のために、卒煙してみませんか？

子どもの健康を守る卒煙チャレンジ支援事業

健康保険が適用される禁煙治療の自己負担分を助成(上限2万円)します。対象など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

喫煙による子どもへの影響



健康診査を受けましょう

健康診査の対象月年齢に達していて、まだ受けていないときは、各保健センター等へお問い合わせください。

健康診査名	通知方法	実施場所	対象月年齢
3～4か月児健康診査	3～4か月になる月に通知を送付	各保健センター等	3か月前日から 5か月前々日まで
6か月児・9か月児健康診査	3～4か月児健康診査を受診した際に受診票を配付	都内委託医療機関	(6か月児) 6か月前日から8か月前々日まで (9か月児) 9か月前日から11か月前々日まで
1歳6か月児健康診査(内科・歯科)	1歳6か月前後に通知を送付	(内科) 区内委託医療機関 (歯科) 各保健センター等	1歳6か月前日から 1歳8か月前々日まで (歯科は1歳6か月前日から 2歳前々日まで)
3歳児健康診査	3歳になる月から翌月に通知を送付	各保健センター等	3歳前日から 4歳前々日まで

※ 上記の健康診査で詳しい検査等が必要になった場合は、経過観察健診等をご案内します。

※ 3歳児健康診査では、弱視の早期発見・早期治療のためにスポットビジョンスクリーナーを用いた視覚検査を実施しています。

問合せ

各保健センター等 (P106.107 参照)

コラム

お子さんの目の健康を守りましょう

乳幼児期は視力が発達する重要な時期です。テレビやスマホなど平面の画面を見る時間が長いと、視力の発達を妨げてしまいます。テレビやDVD・スマホ・タブレットの利用は、2歳まではなるべく控え、2歳以降は1日につき合計2時間までを目安にしましょう。また、使う場所や時間などについて、家族みんなでルールを作りましょう。(参考:公益社団法人 日本小児科医会「見直しましょう メディア漬け」)

歯と口の健診・相談

各保健センター等では、歯科健診や相談事業を実施しています。

事業名称	お知らせ方法	対象	内容
親子はじめては歯科健診「こんにち歯ひろば」	9か月になる月に通知を送付	9か月～1歳2か月児と保護者	・親子歯科健診 ・個別の歯みがき体験 ・むし歯予防のポイントなど
2歳児歯っぴいパーク	1歳6か月児歯科健診で案内	2歳児と保護者	・フッ素入り歯みがき剤の使い方 ・歯みがき相談 ・ぶくぶくうがいの練習など

問合せ

各保健センター等 (P106.107 参照)

➤ 予防接種を受けましょう

定期接種

種類	通知方法	回数	法定接種年齢	接種場所
ロタウイルス	2 か月になる月の月初に 予診票を送付	ロタリックス 2 回	生後 6 週から 24 週まで	23 区内の 指定医療 機関
小児用肺炎球菌		ロタテック 3 回	生後 6 週から 32 週まで	
B 型肝炎		4 回	2 か月の前日から 5 歳の 前日まで	
五種混合 (DPT-IPV-Hib)		3 回	1 歳の誕生日の前日まで	
BCG	5 か月になる月の月初に 予診票を送付	4 回	2 か月の前日から 7 歳 6 か月の前日まで	
麻しん風しん(MR) 混合 1 期	1 歳になる月の月初に予 診票を送付 (★1)	1 回	1 歳の誕生日の前日から 2 歳の誕生日の前日まで	
水痘		2 回	1 歳の誕生日の前日から 3 歳の誕生日の前日まで	
日本脳炎 1 期	3 歳になる月の翌月の 月初に予診票を送付	3 回	6 か月の前日から 7 歳 6 か月の前日まで	
麻しん風しん(MR) 混合 2 期	5 歳～7 歳未満で小学校 入学 1 年前 4 月月初に 予診票を送付	1 回	5 歳～7 歳未満 (幼稚園 等の年長児) で小学校入 学前の 1 年間	

※ ロタウイルスワクチンは、ロタリックス（1 価）かロタテック（5 価）のいずれかを接種
します。1 回目は生後 14 週 6 日までに接種してください。

※ 出産に伴う里帰り等のために 23 区の指定医療機関以外で定期接種を行う方は、34 ページ
をご確認ください。

任意接種

種類	通知方法	助成金額	回数	対象年齢	接種場所
小児インフル エンザ	9 月末までに予診 票を送付	皮下注射 3,000 円/回 助成	12 歳以下 2 回	6 か月の前日から高校 3 年生相当まで	足立区内 の指定 医療機関
		経鼻生ワクチン 6,000 円/回 助成	13 歳以上 1 回	2 歳から高校 3 年生相当 まで	
おたふくかぜ	1 歳になる月の月 初に予診票を送付 (★1 に同封)	4,000 円助成	1 回	1 歳の誕生日の前日から 2 歳の誕生日の前日まで	
麻しん風しん (MR) 混合 任意公費	事前に区に申請す ることで予診票を 発行	全額助成	1 回 または 2 回	2 歳以上 18 歳以下 ※ 定期予防接種の混合 2 期の対象者を除く	

※ 予診票申請はオンライン・郵送・窓口で受け付け。

問合せ 保健予防課 予防接種係 ☎ 3880-5094 FAX 3880-5602
各保健センター等（P106、107 参照）



オンライン申請

➤ 足立区あんしん子育てナビ

妊娠や育児に役立つ情報をメールでお知らせします



これで安心♪ 予防接種ナビ



お子さん一人ひとりに合わせた予防接種スケジュールをメールでお知らせします。
ご利用いただくことで、保護者の方のスケジュール管理の負担を軽減し、接種忘れ
も防ぐことができます。スマートフォン、携帯電話、パソコンからご登録いただけます。
「足立区あんしん子育てナビ」システムから妊娠中は出産予定日、出産後はお子さ
んの生年月日等を登録してください。

※ 個人が特定されるような情報（実氏名等）は登録に必要ありません。
また、利用にあたっての基本料は無料ですが、データ通信料は利用者負担となります。

問合せ 保健予防課 予防接種係 ☎ 3880-5094 FAX 3880-5602

すこやか赤ちゃんメール



妊娠週数、お子さんの月齢等に合わせた妊娠や育児に役立つ情報をメールで配信
します。

問合せ 保健予防課 予防接種係 ☎ 3880-5094 FAX 3880-5602

新米ママパパの子育てブログ



お子さんの成長にともなう子育ての悩みと対処法などを、お子さんの月齢に合わ
せたメールで配信します。

問合せ こども家庭相談室 こども家庭相談課
☎ 3852-3535 FAX 3889-3400

成長グラフ・成長記録・健診（妊婦・乳幼児）記録機能

妊娠期はお母さんの体重、出産後はお子さんの身長・体重を登録することで、成
長グラフを自動で作成します。

お子さんの健診データや写真の記録も可能となっており、これらの機能を利用す
るとお子さんの発育状態をひと目で把握することができ、病気の早期発見にもつな
がります。

お子さんの写真も掲載できます。

問合せ 保健予防課 予防接種係 ☎ 3880-5094 FAX 3880-5602

離乳食のすすめ方のめやす

首のすわりがしっかりしている。支えてあげると座れる。食べものに興味を示す。
赤ちゃんのこんなサインを感じたら、そろそろ離乳食をはじめましょう。

離乳初期(5～6か月頃)

母乳やミルク以外の食べ物に慣れさせましょう。



●食べ方の目安
1日1回つぶしがゆ
1さじから始める。

【かたさ】 やわらかなとろろ状から
ベタベタ状へ
(ポタージュ状からヨーグルト状)。

【食 材】 おかゆ、野菜、豆腐、白身魚、卵黄
など。

離乳中期(7～8か月頃)

いろいろな味や舌触りを楽しめるよう
食品の種類を増やしましょう。



●食べ方の目安
1日2回食で食事の
リズムをつけていく。

【かたさ】 つまむと簡単につぶれる
やわらかさ(豆腐くらい)。

【食 材】 卵黄から全卵へ、鶏ささみ、赤身魚
なども、様子を見ながらチャレンジ
しましょう。

離乳後期(9～11か月頃)

前歯で噛み切り、歯ぐきでつぶす練習を
しましょう。



●食べ方の目安
食事のリズムを大
切に、1日3回食へ。

【かたさ】 つまんでみて、少し力を入れると
つぶれるくらい(バナナくらい)。

【食 材】 赤身肉、レバーなども、様子を
みながら加えていきましょう。

離乳完了期(12～18か月頃)

エネルギーや栄養素のほとんどを食事から
とれるようになる時期です。



●食べ方の目安
1日3回の食事とし
活リズムを整える。

【かたさ】 手づかみで食べられ、歯ぐきで噛み
つぶせるくらい(肉だんごくらい)。

【食 材】 様々な食材にチャレンジしましょう
(味の濃いもの、刺身などの生もの
は避けましょう)。



離乳初期 離乳中期 は野菜の味に親しもう！

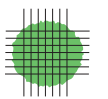
根菜類(人参・大根・かぶなど)

皮をむいて大きめに切り、やわらかく茹でる。



葉菜類(ほうれん草・小松菜・キャベツなど)

葉先の柔らかい部分を熱湯でやわらかく茹でてから水にさらし
縦横に包丁で細かく刻む。



離乳初期は、裏ごしし、
水分を足してなめらかに
仕上げる。

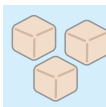


離乳中期は、舌と上あごで
つぶせるかたさにする。根
菜類はフォークでつぶし、葉
菜類はとろみをつける。

1歳頃は野菜の味、食感を体験しよう！

根菜類 手づかみ食べの練習にピッタリ。月齢に合わせた大きさに切り、やわらかく茹でる。

葉菜類 ペラペラしているので食べにくい野菜。特に生の葉菜類は食べにくいので、
しっかり噛めるようになるまでは加熱して刻む。



離乳後期は、歯ぐきでつぶせるかたさ
にする。
根菜類は1cmの角切りにし、葉菜類は
刻んで必要に応じてとろみをつける。



離乳完了期は、前歯で
かじりとれる大きさに
する。スティックや半
月切りがオススメ！

教室名	お知らせ方法	対象	内容
1歳ごろの栄養教室	広報 ホームページ チラシ	おおむね 11か月以上児 の保護者	・離乳完了期から幼児食への進め方 ・調理のポイント(大きさ、味)と目安量 ・レシピ紹介

離乳食・幼児食に関するご相談や、教室に関するお問合せ 各保健センター等(P106.107参照)

教室の実施状況については、足立区ホームページをご確認ください。

足立区のホームページで
離乳食の進め方やポイントを発信中！

足立区 離乳食 検索



はちみつは
1歳まで
使用しない!!

はちみつに含まれている菌により、まれに重篤な症状を起こして乳
児ボツリヌス症となり、死亡する場合があります。はちみつは消化機能
が発達し、腸内環境が整う満1歳までは使わないでください。

＞ 出産育児に関する支援

出産費助成事業

親子支援課 子ども医療費給付係 ☎3880-5923 FAX 3880-5573

令和6年4月以降に生まれたお子さんの出産費用の総額と出産育児一時金などの差額分を助成します(上限10万円)。詳しくは、親子支援課にお問い合わせください。



妊産婦

所得制限なし

入院助産制度(出産費用の助成) 足立福祉事務所 各福祉課 P104.105 参照

入院して分娩する必要があるにもかかわらず、経済的にその費用を支払うことが困難な妊産婦を対象に、事前申請でその費用の一部を助成する「入院助産制度」があります。利用には条件があります。詳しくは、各福祉課へお問い合わせください。

妊産婦

所得制限あり

里帰り出産等での妊婦健康診査費用及び新生児聴覚検査費用助成

保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892 FAX 3880-5602

足立区にお住まいの方が里帰り出産や都外医療機関・助産所などでの出産のため、区が交付する妊婦健康診査受診票、妊婦超音波検査受診票、妊婦子宮頸がん検診受診票及び新生児聴覚検査受診票を使えなかった場合、各種健康診査・検査に要した費用の一部を助成します。詳しくは、保健予防課にお問い合わせください。

妊産婦

所得制限なし

里帰り出産等による予防接種の費用助成

保健予防課 予防接種係 ☎3880-5094 FAX 3880-5602

足立区にお住まいの方が、里帰り等のために23区の指定医療機関以外でお子さんの予防接種(定期接種)を行う場合、予防接種に要した費用の一部を助成します。助成には接種前に区への申請が必要です。詳しくは、保健予防課にお問い合わせください。

子ども

所得制限なし

多胎妊娠に伴う妊婦健康診査費用助成

保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892 FAX 3880-5602

足立区にお住まいの方が、多胎(2子以上)妊娠をされ、助成回数14回を超えて妊婦健康診査をお受けになった場合、その費用の一部を助成します。

妊産婦

所得制限なし

医療費助成

妊娠高血圧症候群等の医療費助成

保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892 FAX 3880-5602

妊娠高血圧症候群、糖尿病、貧血、産科出血、心疾患のため入院医療を必要とする妊産婦で、前年の世帯の総所得税額が30,000円以下の場合や、入院(見込)期間が26日以上の場合、入院医療費の一部を助成します。詳しくは、保健予防課または各保健センター等にお問い合わせください。

妊産婦

一部所得制限あり

子ども医療費助成

親子支援課 子ども医療費給付係 ☎3880-5923 FAX 3880-5573

【対象】 18歳到達後の最初の3月末までの、足立区に住所を有するお子さんを養育している方に対し、お子さんにかかる医療費のうち保険診療の自己負担額を助成します。

【申請場所】 親子支援課 子ども医療費給付係、足立福祉事務所(P104.105参照)
※ お子さんの住所地が足立区外の場合は各住所地の市区町村役場にお問い合わせください

子ども

所得制限なし

未熟児養育医療の給付

保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892 FAX 3880-5602

出生時体重が2,000g以下や、強度のチアノーゼ等一定の症状があるお子さんで、指定養育医療機関の医師が入院養育を必要と認めた場合、医療費および食事療養費の給付が受けられます(保護者の所得により保護者負担金があります)。

申請は、原則お子さんの入院中に行ってください。お支払いを済ませた費用について、あとから給付を行うことはできません。

子ども

保護者の所得により負担金あり

小児慢性特定疾病の医療費助成

保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892 FAX 3880-5602

原則18歳未満で小児慢性特定疾病(悪性新生物(がん)・慢性腎疾患・慢性呼吸器疾患・慢性心疾患・内分泌疾患・膠原病・糖尿病・先天性代謝異常症・血液疾患・免疫疾患・神経および筋疾患・慢性消化器疾患・染色体又は遺伝子に変化を伴う症候群・皮膚疾患・骨系統疾患・脈管系疾患)に該当する場合は、医療費および入院時の食事療養費の一部の助成制度があります(保護者の所得により自己負担金が変わります)。

子ども

保護者の所得により負担金あり

育成医療

中央本町地域・保健総合支援課 ☎3880-5358 FAX 3880-6998

身体に機能障がいがある、または放置すると将来障がいを残すと認められる18歳未満の児童に対し、指定自立支援医療機関における手術などで確実に治療効果が期待できる場合に、身体障がいの改善に要する医療費や補装具代の一部が支給されます(入院時の食事療養費標準負担分をのぞく)。

子ども

所得制限あり

小児精神病医療費助成

中央本町地域・保健総合支援課 精神保健係
☎3880-5357 FAX 3880-6998

精神科病院または精神科病床で入院治療している18歳未満の方は、都から医療費の自己負担分の助成を受けられます(入院時の食事療養費標準負担分をのぞく)。

子ども

所得制限なし

手 当

児童手当 親子支援課 児童手当係 ☎ 3880-6492 FAX 3880-5573

【対象】18歳に到達後の最初の3月末までの、日本国内に住所を有するお子さんを養育している方に支給します（お子さんの年齢や人数により支給額が異なります）。

【申請場所】親子支援課 児童手当係、足立福祉事務所（P104.105 参照）
※ 公務員の方は勤務先へ申請してください。養育者の住所地が足立区外の場合は各住所地の市区町村役場へ申請してください

子ども

所得制限なし

免除・軽減制度

産前産後期間の国民年金保険料免除制度（免除を受けるためには届出が必要です）

高齢医療・年金課 国民年金係 ☎ 3880-5843 FAX 3880-5981
日本年金機構 足立年金事務所 ☎ 3604-0111 FAX 3602-4449

届出をすると、産前産後期間の保険料免除期間は保険料を納付したものと、将来の老齢基礎年金の受給額に反映されます。



【対象】平成31年2月1日以降に出産された国民年金第1号被保険者の方
※ 妊娠85日以上の出産（死産、流産、早産及び人工妊娠中絶を含む）が対象。

【免除内容】単胎妊娠：出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間
多胎妊娠：出産予定日または出産日が属する月の3か月前から最大6か月間

【届出方法】出産予定日の6か月前から、出産後はいつでも可。郵送・マイナポータルでも手続き可。
母子健康手帳など、妊娠（出産）の事実が確認できる書類が必要。

産前産後期間の国民健康保険料免除制度

国民健康保険課 資格賦課担当 ☎ 3880-5240 FAX 3880-5618

【対象】出産（予定）をした国民健康保険に加入している方
※ 妊娠85日以上の出産（死産、流産、早産及び人工妊娠中絶も含む）が対象。

【免除内容】産前産後期間の保険料（所得割額と均等割額）を免除
単胎妊娠の方…出産予定月または出産月の前月から4か月分
多胎妊娠の方…出産予定月または出産月の3か月前から6か月分

【届出期間】出産予定日の6か月前から、出産後も届出可能

【必要書類】①届出書 ②妊娠（出産）の事実が確認できる書類（母子健康手帳など）

【届出方法】窓口または郵送

妊産婦

未就学児の国民健康保険料均等割額軽減制度

国民健康保険課 資格賦課担当 ☎ 3880-5240 FAX 3880-5618

【対象】国民健康保険に加入している未就学児

【軽減内容】均等割額の5割を軽減

【申請】不要



子ども

ひとり親家庭への支援

豆の木相談室（ひとり親家庭支援員による相談受付） 

親子支援課 事業係 ☎ 3880-5932 FAX 3880-5573

ひとり親家庭支援員が日々の不安や悩みをお伺いします。また、養育費に関する相談（取り決め方法や公正証書等作成費用・養育費保証契約初回保証料の補助など）も受け付けています。

【対象】ひとり親家庭の方、養育者の方、離婚を考えている方

【相談方法】・親子支援課窓口または電話（予約優先）

・区ホームページ相談専用フォーム

・オンライン相談（事前予約制）

【相談日・時間】平日／午前9時から午後4時



ひとり親家庭等の親の就労と自立を支援 

親子支援課 事業係 ☎ 3880-5932 FAX 3880-5573

ひとり親家庭等の親を対象に資格取得の支援、ハローワークと連携した就労の支援、学びなおしの支援を行っています。また、窓口では、就職や転職、資格の取得に関する制度や事業をまとめた冊子を配布しています。

区ホームページからダウンロードや閲覧もできます。



ひとり親家庭の暮らしに役立つスマートフォン向け「応援アプリ」 

親子支援課 事業係 ☎ 3880-5932 FAX 3880-5573

ひとり親家庭の方向けの支援制度（助成、貸付、子育て等）や区内の施設（地域学習センター、子育てサロン等）を検索できるほか、豆の木メールで配信しているイベント・講座開催情報などを掲載しています。



ひとり親家庭応援メールマガジン「豆の木メール」 

親子支援課 事業係 ☎ 3880-5932 FAX 3880-5573

ひとり親家庭の方向けの手当や就職・転職に関するお知らせのほか、親子で楽しめるイベント情報など様々なお知らせを定期的にメールで配信しています。



ひとり親家庭応援「サロン豆の木」



親子支援課 事業係 ☎ 3880-5932 FAX 3880-5573

ひとり親家庭の方同士が、仕事、生活、子育て等の悩みの相談、情報交換をする場です。定期的に開催しており、毎回様々なイベントや講座を行います。



ひとり親家庭の暮らしに役立つ応援ブック



親子支援課 事業係 ☎ 3880-5932 FAX 3880-5573

ひとり親家庭の皆さんのライフスタイルに応じて利用できる制度（助成、貸付、子育て、住まい、相談窓口等）を掲載しています。窓口での配布のほか、区ホームページからダウンロードや閲覧もできます。



ひとり親家庭応援のシンボル！「豆の木」



童話「ジャックと豆の木」で豆の木が空に向かって大きく伸びていくように、実施する支援事業がひとり親家庭の皆さんの力になるよう、願いをこめています。対象事業の案内には、このロゴを掲載しています。

手 当

児童扶養手当

親子支援課 ひとり親手当・医療係 ☎ 3880-5883 FAX 3880-5573

ひとり親世帯等（父または母が政令で定める程度の障がい者の場合を含む）で、お子さんを養育している方に支給します。手当の支給は、お子さんが18歳到達後の最初の3月分、政令で定める程度の障がいの状態にあるお子さんは20歳の誕生日の前日の属する月までです。

所得制限あり

児童育成手当（育成手当）

親子支援課 ひとり親手当・医療係 ☎ 3880-5883 FAX 3880-5573

ひとり親世帯等（父または母が規則で定める程度の障がい者の場合を含む）で、お子さんを養育している方に支給します。手当の支給は、お子さんが18歳到達後の最初の3月分までです。

所得制限あり

医療費助成

ひとり親家庭等医療費助成

親子支援課 ひとり親手当・医療係 ☎ 3880-5883 FAX 3880-5573

ひとり親世帯等（父または母が規則で定める程度の障がい者の場合を含む）で、お子さんとそのお子さんを養育している方を対象に保険診療の自己負担分（全部または一部）を助成します。医療費の助成は、お子さんが18歳到達後の最初の3月末、規則で定める程度の障がいの状態にあるお子さんは20歳の誕生日の前日までです。

所得制限あり

障がいのあるお子さんへの支援

手 当

児童育成手当（障害手当）

親子支援課 ひとり親手当・医療係 ☎ 3880-5883 FAX 3880-5573

身体障害者手帳1～2級程度、愛の手帳1～3度程度、脳性マヒまたは進行性筋萎縮症いずれかの障がいの状態にある20歳未満のお子さんを養育している方に支給します。

所得制限あり

特別児童扶養手当

親子支援課 ひとり親手当・医療係 ☎ 3880-5883 FAX 3880-5573

身体障害者手帳1～3級程度（4級の一部を含む）、または愛の手帳1～3度程度の障がいの状態にある20歳未満のお子さんを養育している方に支給します（上記と同程度の疾病もしくは身体又は精神の障がいも対象）。

所得制限あり

障害児福祉手当

障がい福祉課 障がい給付係 ☎ 3880-5472 FAX 3880-5754

精神または身体に重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする状態にある20歳未満のお子さんを対象に支給します。

所得制限あり

障がい者福祉手当

【身体・知的】障がい福祉課 障がい給付係 ☎ 3880-5472 FAX 3880-5754
 【精神】中央本町地域・保健総合支援課 受付担当 ☎ 3880-5358 FAX 3880-6998

身体障害者手帳3級・愛の手帳4度・精神障害者保健福祉手帳1級の手帳をお持ちの方を対象に支給します。

※ 児童育成手当（障害手当）、難病患者福祉手当との併給はできません。

※ 身体障害者手帳1～2級、愛の手帳1～3度の手帳をお持ちの方、脳性マヒ、進行性筋萎縮症の方は20歳以上から対象になります。

所得制限あり

難病患者福祉手当

障がい福祉課 障がい給付係 ☎ 3880-5472 FAX 3880-5754

対象疾病（国・都が指定する難病及び小児慢性特定疾病の一部）の医療費助成を認定されている方を対象に支給します。

※ 児童育成手当（障害手当）、障がい者福祉手当との併給はできません。

所得制限あり

重度心身障害者手当

障がい福祉課 障がい給付係 ☎ 3880-5472 FAX 3880-5754

心身に重度の障がいがあり、常時複雑な介護を必要とする状態にある方を対象に支給します。

所得制限あり

あだちスポーツコンシェルジュ

あだちスポーツコンシェルジュは、お子さんの障がい状況に応じて、地域で参加できる運動・スポーツ活動をご案内します。そのほか、スポーツ施設等で行われる広場・教室事業の見学や体験会への立会いなど、運動・スポーツ活動をお手伝いします。

面接相談は平日午前 9 時から午後 5 時（予約制）

問合せ

スポーツ振興課 スポーツコンシェルジュ担当
☎ 3880-6205 FAX 3880-6028



足立保健所の子育て自主グループ

自主グループとは、子育てや健康づくりに関して同じ目的を持つ区民の方々が定期的に集まり、自主運営している会です。参加希望される場合は各保健センター等へお問い合わせください。

※ 感染症拡大状況等により、内容の変更や開催中止となる場合があります。

①江北保健センター

☎ 3896-4011 FAX 3856-5529

グループ名	活動内容
乳児広場	0歳児の親子が集まり、情報交換やテーマにそって交流します。
双子の会	多胎児の育児に関する情報交換、親子の交流、学習などを行っています。
若いママの会	10代～ 20代前半のママたちの子育ての会です。妊婦さんも参加できます。

②千住保健センター

☎ 3888-4278 FAX 3888-5396

グループ名	活動内容
おっぱいの会	母乳で育てたいと思っている妊婦さん、お母さんたちの交流の場です。
たまごっちの会	病気や障がいを持つお子さんと親の集まりです。情報交換や交流を行っています。
ベビーゴジラ	多胎児の親子の集まりです。情報交換や交流を行っています。多胎児を妊娠中の方も参加できます。
くじらの会	小さく生まれたお子さん（おおむね 2,000 グラム未満）と親の会です。情報交換や交流をし、子どもの成長を一緒に見守っています。

③竹の塚保健センター

☎ 3855-5082 FAX 3855-5089

グループ名	活動内容
すみれの会	ダウン症のお子さんと親の会です。心配事の相談や、情報交換を含めた交流を行っています。
双子の会	双子・三つ子の親子および出産予定の妊婦さんが集まり、情報交換を行い交流を図ります。
母乳育児の会	おっぱいで育てたいと思うお母さんたちの交流の場です。おおむね生後 6 か月まで利用できます。

④中央本町地域・保健総合支援課

☎ 3880-5352 FAX 3880-6998

グループ名	活動内容
子育てひろば	赤ちゃんとその保護者、妊婦さんたちの交流の場です。学習会やボランティアによる読み語り、季節の行事も行っています。
双子の会	多胎児の育児に関する情報交換、親子の交流、学習などを行っています。

⑤東部保健センター

☎ 3606-4171 FAX 5697-6561

グループ名	活動内容
ねんねのひろば	おおむね生後 8 か月までの親子が集まり、情報交換、ボランティアによる読み語り、学習などを行っています。
ぼかぼかの会 にこにこママの会	多胎児とその親が集まり、情報交換や交流などを行っています。多胎児を妊娠中の方も参加できます。

⑥全区

☎ /FAX 各保健センター等（P106. 107 参照）

グループ名	活動内容
保健センター 健やか親子相談	生後 1 歳までの保護者を対象に保健センター等で、保健師・助産師による個別相談、グループワーク、身体計測等の機会を通じて保護者の育児不安を軽減し、健やかに子育てができるよう支援しています。ファミリー学級を受講した方々も集まり、情報交換、交流の場としています。
住区センター 健やか親子相談	生後 1 歳までの保護者を対象に住区センター等で、子育ての悩みや不安についての個別相談、グループワーク、体重測定等の機会を通じて、子育てを支援しています。