



学校法人
東京キッズ学園

調布白菊幼稚園

1年中どろんこ遊びができる豊かな園庭・英語を身近に感じる教育など
ふれあいや遊びを通して、「やさしい心の元気な子」を育てています。



園の
特徴

どろんこ遊びや芝生、小川

自然と触れ合える 豊かな園庭

園庭は毎日の冒険の場所であってほしい。
四季を感じながら、身体をいっぱい使って、
楽しく遊べる環境を大切にしています。

園の
特徴

毎日取り組むから自然と身に付く

外国人講師による 英会話保育

年中組になると毎日英会話保育をします。
卒園後も小学6年生まで通える
課外教室として英会話教室を行っています。



保護者のご都合に合わせた 早朝・延長保育、長期保育なども可能です！

共働きのご家庭に向けて
朝7時30分から午後6時30分までお子様をお預かりします。

保育終了後も楽しいことがいっぱい！

子どもの興味・得意を伸ばせる課外教室

英会話やサッカーなどの子どもに人気の教室からヒップホップダンス、ミュージカル、
アートなど子どもの興味や感性を大きく伸ばす教室まで10種類から選べます。



未就園児の
方向けに！

園庭開放や親子で遊ぼう！実施中！！

園の雰囲気や過ごし方を体験できるイベントを実施しています！



各種イベントやお問合せなどお気軽にご連絡ください

03-3309-6111

調布白菊幼稚園

開園時間 月～金曜 10:00～16:00

〒182-0005 東京都調布市東つつじヶ丘2丁目12-1

調布白菊幼稚園



LINE

LINE



調布市

令和7年度

子育てガイド

妊娠期から子育て期にわたる支援



マチレット

園児募集



0歳～
就学前

“ご利用時間”
OPENING HOURS
月曜日～土曜日
(日曜・祝日・年末年始を除く)
7:00～20:00
(西調布は7:30～20:30)

誰もが持っている生まれながらの成長力や自己実現力、それが『自立の芽』。ヒューマンアカデミー保育園は「自立の芽」を育てる保育園です。

- わたしたちは、こども自身の育つ力を信じ、『受け止め』『支え』『待つ』という、保育方針を大切にしながらこども一人ひとりに寄り添います。
- 個々の発達に合わせて働きかけることでこどもが安心して過ごせる環境・雰囲気づくりを心がけています。
- 日々の体験からさまざまな感性をはぐくみます。



ご利用のお申込み・お問合せ [受付時間] 平日9:00～18:00

- ヒューマンアカデミー西調布保育園
〒182-0035 東京都調布市上石原1-37-2 ☎042-442-0460
- ヒューマンアカデミー上石原保育園
〒182-0035 東京都調布市上石原3丁目21-3 ☎042-480-8181
- ヒューマンアカデミー調布多摩川保育園
〒182-0025 東京都調布市多摩川3丁目8-2 ☎042-480-8081



～ 妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない支援を～



調布市では、市民の皆様が安心して妊娠・出産・子育てができるよう妊娠中から子育ての期間を通じて、切れ目ない支援を目指していきます。
この冊子は、調布市におけるサービス等についてまとめたものです。
皆様に広くご活用いただければ幸いです。

もくじ

相談窓口	1
調布市の子育てサービス	4
妊娠期から乳幼児期の主なサービス	6
妊婦	8
産婦	10
乳幼児	13

その他の支援メニュー

乳幼児	17
小学生・中学生～18歳	20
その他の支援メニュー	22
ママとパパに読んでほしい産前から産後の話	26
離乳食	30
赤ちゃんの歯	31
起こりやすい事故と夜間救急診療	32

子ども家庭センター

妊娠おめでとうございます。

調布市では、市民のみなさまが安心して妊娠・出産・子育てができるよう、

妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない支援を目指し、

子ども家庭センターを中心に、様々なサービスを行っています。

妊娠期から始まる子育ては、赤ちゃんにも個性があり、理想のようにはいかないことがあります。

ひとりでがんばりすぎず、悩んだときには、気軽にご相談ください。

赤ちゃんの成長と一緒に寄り添い、見守っていききたいと思います。

調布市子ども家庭センターは、母子保健係（保健センター）と
親子相談係（子ども家庭支援センターすこやか）で実施しています。

母子保健係（保健センター）では、妊娠・出産、母子の健康、乳幼児期の子育てにかかる各種事業や相談を行っています。各種相談については、保健師・助産師・看護師・栄養士・歯科衛生士が対応しています。

親子相談係（子ども家庭支援センターすこやか）では、18歳までのお子さんとその保護者の方の総合相談や子育て情報の提供のほか、交流事業、一時預かり事業などの子育て事業を行っています。



**母子保健係
（保健センター）**

- 健康相談
- もうすぐママ・パパ教室
- こんにちは赤ちゃん訪問
- 乳幼児健診
- 子どもの相談室 など

相談
一体的
支援

**親子相談係
（子ども家庭支援センター
すこやか）**

- 子育て全般の相談
- ベビーすこやか
（産前・産後支援ヘルパー事業）
- 一時預かり
- 屋根のある公園
- すこやか相談コーナー など

関係機関

- 保育課
- 幼稚園
- 児童館
- 子ども発達センター
（産科・小児科など）
- 診療機関
- 保健所
- 児童相談所 など

連携

お問い合わせ

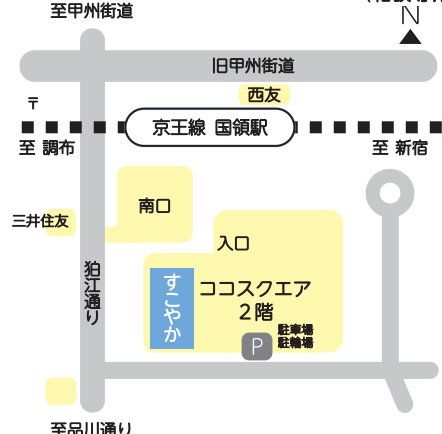
母子保健係（保健センター）

☎042-441-6081 FAX042-441-6101



親子相談係（子ども家庭支援センターすこやか）

☎042-481-7733 ☎042-481-7731
（相談専用）



子ども政策課（市役所3階）

保育園の待機児童対策のほか、子どもと子育て家庭に関する各種支援を展開することで、保護者が安全で安心して子どもを産み・育てられる環境を整えます。

☎042-481-7106

保育課（市役所3階）

認可保育園の入園事務、保育料の徴収、保育事業者への補助などを行います。また、認可保育園入園相談、幼稚園や認証保育所等のご案内、保護者負担軽減事業などの利用者への支援にも取り組んでいます。

☎042-481-7132・7133・7134・7758

子ども育成課（市役所3階）

子育て家庭の不安・負担感を軽減し、生活の安定を図るため、児童手当をはじめとした各種手当の支給、医療費助成による経済的支援を実施しています。またひとり親家庭等を対象とした生活相談や就労支援などを実施しています。

☎042-481-7093・7095

子ども発達センター

お子様の発達に関する相談に応じます。

心理士、言語聴覚士、作業療法士など専門の職員がお受けします。

☎042-486-1190
（代表）

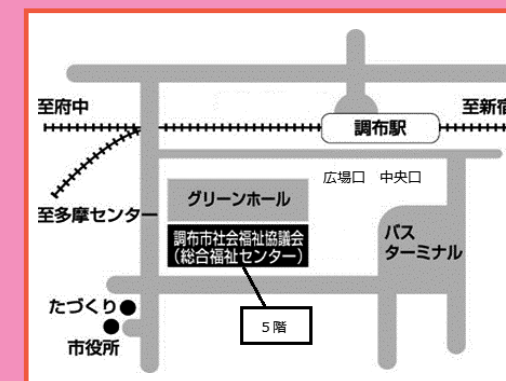
☎042-486-3200
（相談専用）



調布市子ども・若者総合支援事業 ここあ （調布市社会福祉協議会5階）

概ね中学生以上の子ども・若者およびその家族を対象に、学校・仕事・家庭生活（ひきこもり等）などの困りごとについて相談に応じ、面談、電話、訪問等により問題の解決に必要な手立てを一緒に考えます。また、様々な事情により、進学や就職をあきらめてしまうことがないように学習支援や居場所の提供を行いサポートします。

☎042-452-8816



相談窓口

児童館子育てひろば(児童青少年課)

☎042-481-7534

専門相談員や助産師による子育てに関する相談、月1回の身体測定、乳幼児向け遊具を使った自由遊び、手遊びや工作等を実施し、乳幼児と親が楽しく遊び、気軽に集まれる交流の場になっています。

児童館子育てひろばは、地域子育て相談機関として位置づけられています。



①	つつじヶ丘児童館子育てひろば
②	東部児童館子育てひろば
③	国領児童館子育てひろば
④	多摩川児童館子育てひろば
⑤	深大寺児童館子育てひろば
⑥	富士見児童館子育てひろば
⑦	佐須児童館子育てひろば
⑧	西部児童館子育てひろば
⑨	緑ヶ丘児童館子育てひろば
⑩	調布ヶ丘児童館子育てひろば
⑪	染地児童館子育てひろば

東京都の相談窓口

女性のための健康ホットライン

☎03-5339-1155

避妊に関することや婦人科疾患、からだとこころに関する女性ならではの様々な悩みに、看護師などの専門職が相談に応じています。

〈相談日時〉月～金曜日 10:00～16:00(元日を除く)

妊娠相談ほっとライン

☎03-5339-1133

妊娠・出産に関する様々な悩みについて、看護師などの専門職が相談に応じています。内容に応じて適切な関係機関の紹介も行います。

〈相談日時〉月～日曜日 10:00～22:00(元日を除く)

※不妊・不育に関することは「不妊・不育ホットライン」で対応します。

※本相談窓口は都内にお住まいの方を対象にしています。

不妊・不育ホットライン

☎03-6407-8270

同じ不妊で悩んだ経験のある女性がピア(仲間)カウンセラーとしてあなたの気持ちに寄り添い相談に応じます。

〈相談日時〉毎週火曜日 10:00～19:00(休祝日・年末年始を除く)

毎月1回土曜日 10:00～16:00(開設日は都HPを参照)

赤ちゃんを亡くされたご家族のための電話相談

☎03-5320-4388

保健師または助産師やビブレンダー(同じ体験をしたご家族)が電話でお話を伺い、相談に応じます。

〈相談日時〉毎週金曜日 10:00～16:00(休日・年末年始を除く)

広告

まずは体験を!

親子で楽しもう!!

ベビースイミング (6ヶ月～3才) キッズスイミング (2才～未就学児)

アクラブの親子水泳(ベビー・キッズ)は、ここが違う!

①土日もレッスンを開講!

共働きの方でも仕事がお休みの日にご出席いただけます。

②お得な料金体系!

A) 9,793円 (1ヶ月間に何回でもお好きなだけレッスンに出席できます。)

B) 6,329円 (1ヶ月間に4回レッスンに出席できます。)

※月単位での変更も可能です。

③お父さん・お母さん・お子様の3名でレッスンに出席できます。

おじいちゃん・おばあちゃんもOKです。

④入会金はかかりません!

アクラブのこどもクラスは入会金をいただいていません。都合が悪くなって一度退会しても、月会費だけで再開できます。

⑤お友達ができます!

同年代の子どもたちが多く通っていますので、プールをきっかけにお友達もできちゃいます。

⑥楽しく、そして気がつけば上手になっちゃう!

それぞれのお子様のペースでレッスンを行っていきます。最初は、楽しく、そして、気がついた時には上手になっています。

親子水泳

月会費 9,793円 月に何度いらしてもOKです 6,329円 月4回お好きな時間帯に参加できます

アクラブの親子水泳はパパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃんも付き添いOK!!

ベビー

6ヶ月～3才

お子様の心身の潜在能力を
パパ・ママと共に引き出します。

- ①水遊びが好きになる。
- ②自分で呼吸をしながら自己保全できる。
- ③泳ぎらしきものができる。



45分

キッズ

2才～未就学児

パパ・ママがコーチだから、
無理なくステップアップできる。

- ①無理なく自立心を育てます。
- ②楽しみながら基礎体力を養成します。
- ③水泳技術の基本をマスターします。



45分

		8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00
子供コース レッスンスケジュール	月曜日	プール															ジュニア	ジュニア	ジュニア					
	火曜日	プール						ベビー									ジュニア	ジュニア	ジュニア					
	水曜日	プール															ジュニア	ジュニア	ジュニア					
	木曜日	プール						ベビー									ジュニア	ジュニア	ジュニア					
	金曜日	プール															ジュニア	ジュニア	ジュニア					
	土曜日	プール				キッズ	ベビー							ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア					
	日曜日	プール		ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア	ジュニア			ベビー										

※表示価格は全て税込となります。

アクラブ調布

TEL 042-483-3230 FAX 042-488-1586

受付
時間

月曜日 15:15～18:00 木曜日 11:00～20:30
火・水・金曜日 11:00～18:00 土曜日 9:15～17:30
日曜日 8:30～17:00

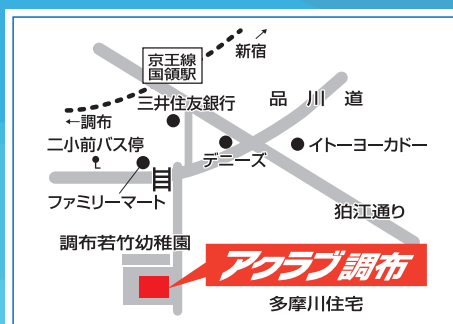
重要なお案内などもございますので、入会手続きには15分程度の時間を頂戴します。
火曜日から金曜日の13時45分までの時間帯に、お越しいただけると比較的落ち着いた環境でご案内させていただきます。

お得な情報・内容詳細はアクラブホームページで

▶ www.aqlub.com アクラブ 検索



プライバシーポリシー...お客様の個人情報に関して、アクラブでは個人情報取扱事業者として準じて取り扱っています。個人情報の収集は、アクラブが提供するサービスをご利用いただくために必要なものに限ります。お名前・生年月日・住所・電話番号・メールアドレスなどの個人情報をお聞かせください。また健康管理、運動処方上必要であれば、追加で個人情報を伺います。収集した情報は以下の範囲内で利用します。
(1)アクラブサービスの向上・充実をはかるため (2)アクラブの新しいサービスや商品、会費改定など重要な情報をお知らせするため



〒182-0022
東京都調布市国領町6-27-12

最寄駅からの交通手段

京王線 国領駅	から 徒歩8分
京王線 調布駅	から バスで5分、 調布第2小学校前 下車徒歩2分
調01 多摩川住宅行	調26 渋谷駅
成04 成城学園駅	玉08 二子玉川駅
丘31 つつじヶ丘駅	

調布市の子育てサービス

ニーズ ／ 時期	妊娠前	妊娠期 (産前)	未就学児				小学生	中学生～18歳		
			0か月	1か月 産褥期	2か月	3か月～5か月				
			6か月～11か月		1歳～1歳5か月	1歳6か月～就学前				
相談したい 利用したい	各種子育て相談事業の実施 ●児童館子育てひろば(P8・16) ●利用者支援事業(P22) ●児童虐待防止センター(P22) ●すこやか相談コー ナー(P22) ●育児相談(公立全園・私立3園)(P22) ●プレイセンターのプランケット(P23)									
	子ども発達センターにおける相談(※療育の利用は6か月～就学前)(P17)									
	多胎児家庭支援事業(P8)						教育相談(P17)			
	妊娠前健康相談 (P8)	ようこそ調布っ子サポート事業(P8) ●ゆりかご調布面接(P8) ●こんにちは赤ちゃん訪問(P10)					●バースデーサポート事業(1・2歳)(P13)		子ども・若者等チャット相談事業(P20)	
			妊娠期からのパートナーシップ事業(P8)							
安全な遊び場・ 居場所がほしい									子ども・若者総合支援事業 ここあ(P20)	
									学童クラブ(P20)	
									放課後子供教室事業あそびバ(P20)	青少年ステーションCAPS(P21)
	子ども家庭支援センターすこやか 屋根のある公園(P23) 児童館(P20) 地域交流センター「まんまる」(P23)									
交流したい 情報がほしい	プレイセンター 子育てひろば(P23)									
	もうすぐママ・パパ教室(P9)				コロコロパンダ・サンデー	コロパン(P16)	にこにこパンダ(P16)	すくすくパンダ(P16)		
	パパひろば(P23)				地域交流事業(認可保育園・幼稚園等)(P24)					
	調布子育て応援サイト「コサイト」(P24)				ちょうふおやこ手帳アプリ(P24)					
	赤ちゃんのスキンケア教室(P9・13)				7～9か月児のもぐもぐ離乳食講座(P13)					
					食物アレルギー教室(P13)					
	エンゼル大学(子育て講座)(P23)									
子どもを 預けたい					認可保育園(P17) 認証保育所(P17)					
					家庭福祉員・グループ型 保育施設(共同実施型家庭的保育事業)(P17)		幼稚園(P18)			
					一時預かり・定期利用保育(保育所)(P18)					
					多様な他者との関わりの機会の創出事業 (未就学児の定期的な預かり事業)(P18)					
					すこやか保育(P16) 病児・病後児保育事業(P18)					
手伝ってほしい	ベビーすこやか(産前・産後支援ヘルパー事業)(P9・11)									
					ファミリー・サポート・センター(P16)					
	家事・育児支援サービス利用料助成(P11)									
	ベビーシッター利用支援事業(P11)				ベビーシッター利用料助成(P11)					
	産後ケア事業(施設により対象年齢が異なります)(P11)									
保健・予防接種	各種子どもの健康相談・訪問事業の実施 ●こんにちは赤ちゃん訪問(P10) ●健康相談(子どもの相談室(P13)・子ども歯科相談室(P13) ●子どものための食事相談(P13) ●アレルギー相談(P13) ●ひろばのお医者さん・栄養士さん(P24)									
	妊婦健康診査(P8) 妊婦歯科健康診査(P9) 新生児聴覚検査(P10) 乳幼児健診(P13)									
	先天性風しん症候群対策事業(P9)		定期予防接種(P14)							
経済的支援	児童手当(P12)									
	出産育児一時金(P10)									
	ようこそ調布っ子サポート事業(P8)									
	入院助産制度(P10)					乳幼児医療費助成制度(P12)		義務教育就学児医療費助成制度(P21)	高校生等医療費 助成制度(P21)	
					児童扶養手当(P25) 児童育成手当・ひとり親家庭等医療費助成制度・特別児童扶養手当(P25)					
	産前産後期間の国民健康保険税・国民年金保険料免除制度(P10・12)				認可外保育施設保育料助成事業(P19)		就学援助制度(P21)			
					おむつ専用ごみ袋(おむつ袋)の配布(P12)		調布市立学校給食費負担軽減事業(P21)			
子どもを守りたい	児童虐待防止センター(P22) すこやか虐待防止ホットライン(P22)									

妊娠期から乳幼児期の主なサービス

妊 婦

産 婦

乳 幼 児

母子保健係（保健センター）

☐ ようこそ調布っ子サポート事業 妊娠等包括支援事業と妊婦のための支援給付を一体的に実施します。

☐ 母子健康手帳の交付 ゆりかご調布面接
妊娠期より保健師等の専門職が様々なご相談をお受けしています。

☐ 妊婦健診
妊婦健康診査 子宮頸がん検診
妊婦超音波検査 妊婦歯科健診
※多胎妊婦健康診査費用助成あり

☐ もうすぐママパパ教室〔初産婦対象〕
（2回 または 1回コース）
赤ちゃんがいる生活をイメージができるようサポートします。
沐浴（赤ちゃんのお風呂）の練習や妊婦体験（シミュレーション）ができます。

☐ 新生児聴覚検査
☐ 先天性代謝異常検査

☐ こんにちは
助産師等がママの産後（里帰り先）
は赤ちゃん訪問（産婦・新生児訪問）
ご自宅に伺い、赤ちゃんの体重の計測をしています。
の体調、育児に関する相談もできます。
での訪問のご希望があればご相談ください。

☐ 産後ケア
助産院や医をしたりご
事業
療機関等の実施施設でママが体の休養
自宅でも、育児・授乳相談などが受けら
（妊娠中から利用申請ができます）

☐ かかりつけの小児科

☐ 予防接種
出生6週から接種開始

☐ 乳幼児健診
3・4か月児健診、6・7・9・10か月児健診
1歳6か月児健診、3歳児健診

☐ 育児相談・育児教室
電話・オンライン相談、栄養相談、7～9か月児の
もぐもぐ離乳食講座、子ども歯科相談室、アレルギー相談、
子どもの相談室（ことば・こころ・うんどう）
ふたご・みつご交流会、多胎児移動経費補助

☐ バースデーサポート事業
1歳と2歳のお誕生日にアンケートを実施し、子育てに
関する情報提供や相談を行います。

☐ 妊娠期からのパートナーシップ事業 対象の方に妊娠期から出産後一年頃までご家庭のニーズに適したサポ
子育て支援に関する総合施設です。雨でも安心“大きな子育てひろば”（屋根のある公園）があります。

☐ 母子健康手帳の交付
ゆりかご調布面接
妊娠期より保健師等の専門
職が様々なご相談をお受けし
ています。

☐ ベイビーすこやか
（産前・産後支援ヘルパー事業）
産前産後に家事・育児の支援が必要な子育て家庭にヘルパー
の派遣をします。（有料、登録制、妊娠期から生後6か月を経過
する月末まで。多胎の場合は生後1年を経過する月末まで。）

乳幼児交流事業

☐ コロコロパンダ
☐ サンデーコロパン
☐ にこにこパンダ
☐ すくすくパンダ

生後3か月から利用できます。親子遊び
や保護者の方同士の交流の場、子育て
に関する情報収集の場になっています。
（コロコロパンダ以外は申し込み制）

子どもを預けたい

☐ すこやか保育
リフレッシュ等、保護者の必要に応じて、利用の理由を問わずお預かりをします。
調布市在住の1歳～小学校6年生まで利用可。（有料、定員あり、インターネットから利用申請可）

☐ 子どもショートステイ
保護者の疾病・出産・家族の看護・冠婚葬祭等で、緊急一時的にお預かりをします。
調布市在住の1歳6か月～小学校6年生まで利用可。（有料、定員あり）

☐ トワイライトステイ
就労形態の多様化等により、保護者の帰宅が遅い場合にお預かりをします。
調布市在住の1歳6か月～小学校6年生まで利用可。（登録制、有料、定員あり、インターネットから利用申請可）

子育てのお手伝いが欲しい

☐ ファミリー・サポート・センター
子育てのお手伝いをお願いしたい方（依頼会員）とお手伝いできる方（協力会員）を会員として登録し、互いに協力しあう会員
組織です。必要に応じてセンターから会員を紹介し援助活動を行います。調布市在住の6か月～小学校6年生までの子どもが
対象です。援助の内容は保育園や学童クラブの送迎・一時的な保育など様々です。（有料、別途登録に説明会参加が必須）

子ども家庭支援センターすこやか

その他



☐ 出生届
☐ 出産育児一時金
☐ 乳幼児医療証
☐ 児童手当

出生届は14日以内に本籍地・住所地・出生地のいずれかの市区町村役場へ！

加入されている「健康保険」に確認を！

市役所3階子ども育成課へ！お手続きはお早めに

☐ ベビーシッター利用支 援事業・ベビーシッター利用料助成

☐ 家事・育児支援サービス 利用料助成

☐ 産前産後期間の国民健康保険税・国民年金 保険料免除制度

児童館
子育てひろば

☐ 育児相談
子育てに関する悩み・疑問等について、専門の相談員が伺います。
また、月に1度助産師による相談も実施しています。

☐ 施設開放
生後2か月から利用できます。身体計測ができる日もあります。遊び場もあり、地域のママさんにも出迎え、
情報交換の場にもなります！妊婦さんも参加OK！

妊娠期から乳幼児期の主なサービス

妊婦

相談したい 利用したい

母子健康手帳の交付・ゆりかご調布面接

妊娠の確定診断を受けた方は、「妊娠届出書」を提出し、「母子健康手帳」と「母と子の保健バッグ」を受け取りましょう。また、安心して出産を迎えていただくために、専門職が面接相談を行います。面接はオンラインでも実施できます。上のお子さんと一緒に過ごしていただけます。面接をお受けになられた妊婦さんには、ゆりかごギフトをプレゼントしています。



お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081
子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733

ようこそ調布っ子サポート事業

妊娠期から出産・子育て期までの寄り添った相談支援(妊娠等包括支援事業)と、経済的支援(妊婦のための支援給付)を一体的に実施します。ゆりかご調布面接を受けられた妊婦さんに妊婦支援給付金(現金またはギフト)を給付します。
※妊娠7～8か月頃に体調お伺いのためのアンケートを実施、希望者に面接を実施します。

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

妊娠前健康相談

避妊や不妊に関することなどの妊娠や出産に関する悩みや情報等知りたいことについて助産師等の専門職が対応します。妊娠前の健康づくりを一緒に考えてみませんか。

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

多胎児家庭支援事業

- ふたご・みつご交流会 子育ての悩み等を共有したり、相談できる場として交流会を行います。
- 多胎妊婦健康診査費用助成 多胎児を妊娠している妊婦に対し、追加で受診する妊婦健康診査にかかる費用の一部を助成します。
- 移動経費補助 2歳までの多胎児を養育する家庭に多胎児家庭支援パッケージをお渡しします。

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

妊娠期からのパートナーシップ事業

妊娠届出時に25歳以下の初産妊婦及びその家庭、身近に相談できる人が1名以下の妊婦及びその家庭等に安心して子育てをしていけるよう、妊娠期から出産後1年頃までご家庭のニーズに適したサポートやサービスを一緒に考え提案、提供します。

お問い合わせ 子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733

児童館子育てひろば

全児童館で実施。妊娠中や産後の悩み、子育てに関する悩み・相談などを専門の相談員や助産師がお伺いいたします。また、月1回の身体測定、乳幼児向け遊具を使った自由遊び、職員による手遊び・リトミック・工作等を実施しています。

お問い合わせ 子ども生活部児童青少年課 ☎042-481-7534

保健・予防接種

妊婦健康診査

安全な出産のために妊婦さんと赤ちゃんの健康状態を調べる重要な健診です。「母と子の保健バッグ」の中に同封されている各種受診票を東京都内の医療機関等に提出して健診を受けてください。都外医療機関等で受診した場合については出産後、申請に基づき出産日から1年以内に還付申請することができます。(上限あり)

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

妊婦歯科健康診査

妊娠中はつわりによって十分に歯磨きができないことや女性ホルモンの変化などから、歯周病やむし歯が発生・進行しやすい時期です。体調の良い時を選んで早めに健診を受けましょう。

「母と子の保健バッグ」の中に同封されている「妊婦歯科健康診査受診票」(1回分)をご利用ください。

市内の協力医療機関にて無料で健診が受けられます。

※調布市外では使用できません。※健診の結果、治療が必要な場合は、別途料金がかかります。

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

先天性風しん症候群対策事業

「先天性風しん症候群」から赤ちゃんを守るため、妊娠希望女性または妊婦もしくは妊娠希望女性の同居者を対象とした風しん抗体検査と予防接種費用の一部助成を実施しています。

お問い合わせ 福祉健康部健康推進課 ☎042-441-6135

交流したい 情報がほしい

もうすぐママ・パパ教室(無料)

妊娠・出産の不安を少しでも解消し、地域で安心して子育てしていただけるよう、出産準備のための教室を実施しています。保健師、助産師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士から話を聞ける機会ですので、ぜひご参加ください。

〈対象〉調布市民で、初めて出産を迎えるママとパパ(各コース定員30組程度の先着予約制、妊娠5～7か月の方限定)

①2回コース

〈内容〉

赤ちゃんのお世話編

沐浴体験、パパの妊婦体験、ペアマッサージ、赤ちゃんの泣き声体験、抱っこ、あやし方

ママのからだのケア編

マタニティ体操、乳房ケア、ママとお腹の赤ちゃんに必要な栄養素と食事、妊娠中の口腔ケア

〈会場〉文化会館たづくり西館保健センター

②1回コース

〈内容〉

沐浴体験、パパの妊婦体験、ペアマッサージ、赤ちゃんの泣き声体験、抱っこ、あやし方

〈会場〉文化会館たづくり西館保健センター

お申し込み 市ホームページからインターネットで申込み

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

赤ちゃんのスキンケア教室(無料)

赤ちゃんのお肌について、具体的なスキンケア方法の映像を見ながら学べます。

〈対象〉妊娠5～7か月のプレママ・プレパパ、生後3～6か月のお子さんとその保護者

お申し込み 市ホームページからインターネットで申込み

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

手伝ってほしい

ベビーすこやか(産前・産後支援ヘルパー事業)

産前・産後の家事や育児の支援が必要な子育て家庭にヘルパーを派遣してお子様のお世話や家事援助を行う子育て支援サービスです。派遣にあたり、すこよかの職員がコーディネーターとしてご家庭を訪問します。

〈対象〉市内在住で母子健康手帳の交付を受けた日から出産後6か月を迎える月の末日までの妊産婦または乳児のいる家庭(多胎の場合は出産後12か月を迎える月の末日まで)

〈利用日数〉1か月のうち7日間まで(双子の場合は1か月のうち12日間まで、三つ子以上の場合は1か月のうち16日間まで)

〈利用料〉1時間1,000円

お申し込み・お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7731



妊婦

経済的支援

出産育児一時金

健康保険法等に基づく保険給付として、出産したときに出産育児一時金が支給されます。保険者により、申請方法が異なりますので、ご加入の健康保険組合等にお問い合わせください。調布市国民健康保険にご加入の方は保険年金課へお問い合わせください。
※出産前に医療機関等へ直接支払制度を利用する申出をされた場合は、ご加入の健康保険組合等での手続きは必要ありません。

お問い合わせ 福祉健康部保険年金課 ☎050-1720-3706

産前産後期間の国民健康保険税免除制度

届出をすることで、出産(予定)日が属する月の前月(多胎の場合は3か月前)分から翌々月分までの国民健康保険税が免除される制度です。当市により出産の事実が確認できる場合は、届出をいただかなくても、出産された方の分の国民健康保険税について免除を適用することがあります。

〈対象〉 調布市の国民健康保険に加入されている方のうち、令和5年11月以降に出産された方

〈届出時期〉 出産予定日の6か月前から(出産後でも手続き可能)

お問い合わせ 福祉健康部保険年金課 ☎050-1720-3706

産前産後期間の国民年金保険料免除制度

届出をすることで、出産(予定)日が属する月の前月(多胎の場合は3か月前)分から翌々月分までの国民年金保険料が免除される制度です。

〈対象〉 出産日が平成31年2月以降である国民年金第1号被保険者(免除される期間内において、国民年金第1号被保険者に該当する月が1か月以上あれば対象)

〈届出時期〉 出産予定日の6か月前から(出産後でも手続き可能)

お問い合わせ 福祉健康部保険年金課国民年金係 ☎042-481-7062

入院助産制度

出産育児一時金が支給されないなど、出産費用の支払いが困難な場合にその費用を援助する制度です。生活保護を受給している世帯および出産育児一時金が支払われることがなく出産費用を支払うことが困難な非課税世帯が対象です。出産前の申請が必要となり、申請にあたっては、母子・父子自立支援員への事前相談が必要です。

※利用できる助産施設は指定されています。

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7095

産婦

保健・予防接種

新生児聴覚検査

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

聴覚の障害を早い時期に発見するために出生後間もない時期に行う検査です。「母と子の保健バッグ」の中に同封されている「新生児聴覚検査受診票」を東京都内の医療機関に提出して検査を受けてください。里帰りなどで東京都外で検査をした場合は、出生日から1年以内に還付申請することができます(上限3,000円)。

こんにちは赤ちゃん訪問(無料)

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

調布市では、赤ちゃんが生まれたすべての家庭を保健師、助産師、看護師が訪問します。

〈対象〉 生後4か月までの乳児のいるすべての家庭

〈内容〉 保健師などの専門職がご家庭を訪問し、授乳やスキンケアの仕方、ママの心と体の変化、上のお子さんの赤ちゃん返りなど、子育てや健康に関する話を伺い、赤ちゃんの体重測定や子育て支援に関するサービスの紹介を行います。

〈利用方法〉 ①「出生通知票～わが家の赤ちゃんお知らせはがき」または電話で申し込み

②担当者から日程調整の連絡

※里帰り先の市区町村で赤ちゃん訪問をご希望の方は、子ども家庭センターまでご連絡ください。

〈実施後〉 ようこそ調布っ子サポート事業の妊婦支援給付金(現金またはギフト)の申請ができます。

「わが家の赤ちゃん」出生通知票	
氏名	(姓・名)
性別	男 女
生年月日	年 月 日
出生場所	市内 市外 都外 海外
出生時刻	時 分
出生体重	kg
出生身長	cm
出生時Apgar値	1分 2分
出生時状態	良好 悪化 不明
出生時呼吸	良好 悪化 不明
出生時心拍	良好 悪化 不明
出生時体温	良好 悪化 不明
出生時血圧	良好 悪化 不明
出生時血糖	良好 悪化 不明
出生時酸素飽和度	良好 悪化 不明
出生時瞳孔	良好 悪化 不明
出生時反射	良好 悪化 不明
出生時意識	良好 悪化 不明
出生時活動	良好 悪化 不明
出生時泣き声	良好 悪化 不明
出生時呼吸音	良好 悪化 不明
出生時心音	良好 悪化 不明
出生時腸音	良好 悪化 不明
出生時尿量	良好 悪化 不明
出生時排便	良好 悪化 不明
出生時排尿	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好 悪化 不明
出生時排尿性状	良好 悪化 不明
出生時排便量	良好 悪化 不明
出生時排尿量	良好 悪化 不明
出生時排便時間	良好 悪化 不明
出生時排尿時間	良好 悪化 不明
出生時排便場所	良好 悪化 不明
出生時排尿場所	良好 悪化 不明
出生時排便器具	良好 悪化 不明
出生時排尿器具	良好 悪化 不明
出生時排便回数	良好 悪化 不明
出生時排尿回数	良好 悪化 不明
出生時排便性状	良好

産婦

手伝ってほしい

産後ケア事業

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

助産院や医療機関等の実施施設でママが身体の休養をしたり、ご自宅で、助産師による育児相談や授乳相談を受けることができます。利用前に申請が必要です。

- 〈 対 象 〉 市内に住所のある1歳未満(施設により対象年齢が異なります)のお子さんとママで、育児や授乳に関して不安のある方。※感染症疾患に罹患している方、医療的処置が必要な方、きょうだいの利用はできません。
- 〈 内 容 〉 ・ママのケア(休養、産後のこころとからだに関する相談)※アウトリーチ型(訪問)では休養は含まれません。
・授乳相談、育児相談 ・お子さんの発育・発達に関する相談
- 〈 利 用 回 数 〉 7日間(多胎児は14日間)まで
- 〈 利 用 料 金 〉 【デイサービス型】……………1日 3,000円(別途食事代必要)
【ショートステイ型(宿泊)】…1泊2日 7,000円(母親の食事代込み)
【アウトリーチ型(訪問)】……1日1回1時間程度 1,500円
- 〈 実 施 施 設 〉 生活保護世帯・住民税非課税世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯は利用料無料
【デイサービス型】 ①サージュファム ②マザリーズ助産院 ③調布病院 ④飯野病院 ⑤榊原記念病院
⑥保坂産婦人科クリニック
【ショートステイ型】 ①マザリーズ助産院 ②調布病院 ③飯野病院 ④至誠会第二病院 ⑤サージュファム
【アウトリーチ型】 ①サージュファム ②マザリーズ助産院

ベビーすこやか(産前・産後支援ヘルパー事業)

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7731

産前・産後の家事や育児の支援が必要な子育て家庭にヘルパーを派遣してお子様のお世話や家事援助を行う子育て支援サービスです。派遣にあたり、すこやかの職員がコーディネーターとしてご家庭を訪問します。利用前に登録が必要です。

- 〈 対 象 〉 市内在住で母子健康手帳交付を受けた日から出産日後6か月を迎える月の末日までの妊産婦
または乳児のいる家庭(多胎の場合は出産日後12か月を迎える月の末日まで)
- 〈 利 用 日 数 〉 1か月のうち7日間まで(双子の場合は1か月のうち12日間まで、三つ子以上の場合は1か月のうち16日間まで)
- 〈 利 用 料 〉 1時間1,000円

ベビーシッター利用支援事業(0か月～小学校3年生)

お問い合わせ ベビーシッター事務センター ☎042-481-7285

日常生活上の突発的な事情等により一時的にベビーシッターによる保育を必要とする保護者に対し、その利用料の一部を助成します。

- 〈 対 象 〉 小学校3年生までのお子様がいる方
- 〈 助 成 内 容 〉 利用料(入会金、会費、交通費などは除く)について児童1人1時間当たり2,500円(午前7時～午後10時)/3,500円(午後10時～翌午前7時)を上限金額として助成します。ただし、児童1人1年度当たり144時間(6歳までの未就学児の多胎児の場合は児童1人1年度当たり288時間)の利用上限時間があります。
- 〈 対 象 事 業 所 〉 東京都の定めるベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)認定事業者

ベビーシッター及び家事・育児支援サービス利用料助成(0か月～小学校3年生)

お問い合わせ ベビーシッター事務センター ☎042-481-7285

保護者が一時的にお子様を養育できないときに民間のベビーシッターを利用した場合の利用料及び出産直後の保護者が家事・育児支援サービスを利用した場合における利用料の一部を助成します。利用できる事業所や限度額等の設定があります。

- 〈 対 象 〉 【ベビーシッター】小学校3年生までのお子様がいる方 【家事・育児支援サービス】1歳未満のお子様がいる方
- 〈 助 成 内 容 〉 利用料(登録料、年会費、交通費などは除く)の1/2を助成します。
ただし一家庭1年度当たり28,000円を限度とします。
(小学校3年生までの子どもが3人以上いる家庭は、48,000円を限度とします。多胎児家庭については、双子は48,000円を限度とし、以降一子増えるごとに2万円を加算した額を限度とします。)
- 〈 対 象 事 業 所 〉 全国保育サービス協会に加盟している事業所等、ドゥーラ協会に認定された産後ドゥーラ

ひとり親家庭ホームヘルプサービス(0歳～15歳)

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7095

ひとり親家庭の方で、ひとり親となった直後や事故や病気等により日常生活を営むことに著しく支障がある等、条件を満たした場合、一定期間ホームヘルパーを派遣します。母子・父子自立支援員に事前相談が必要です。

- 〈 利 用 日 数 〉 1か月のうち12日まで、1日2時間～8時間
- 〈 利 用 料 〉 所得により1時間あたり0円～1,590円

経済的支援

児童手当

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

- 〈 対 象 〉 18歳に達した年度の3月末日までのお子様がいる保護者
- 〈 支 給 月 額 〉 対象のお子様の年齢等により支給月額が異なります。
3歳未満:第1・2子15,000円 3歳以降:第1・2子10,000円、第3子以降30,000円
- 〈 支 給 月 〉 年6回 偶数月

乳幼児医療費助成制度(0か月～就学前)

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

未就学児の医療費(保険診療分のみ)の自己負担分を助成する制度です。所得制限はありません。

- 〈 対 象 〉 義務教育就学前のお子様

産前産後期間の国民健康保険税免除制度

お問い合わせ 福祉健康部保険年金課 ☎050-1720-3706

届出をすることで、出産(予定)日が属する月の前月(多胎の場合は3か月前)分から翌々月分までの国民健康保険税が免除される制度です。当市により出産の事実が確認できる場合は、届出をいただかなくても、出産された方の分の国民健康保険税について免除を適用することがあります。

- 〈 対 象 〉 調布市の国民健康保険に加入されている方のうち、令和5年11月以降に出産された方
- 〈 届 出 時 期 〉 出産予定日の6か月前から(出産後でも手続き可能)

産前産後期間の国民年金保険料免除制度

お問い合わせ 福祉健康部保険年金課国民年金係 ☎042-481-7062

届出をすることで、出産(予定)日が属する月の前月(多胎の場合は3か月前)分から翌々月分までの国民年金保険料が免除される制度です。

- 〈 対 象 〉 出産日が平成31年2月以降である国民年金第1号被保険者(免除される期間内において、国民年金第1号被保険者に該当する月が1か月以上あれば対象)
- 〈 届 出 時 期 〉 出産予定日の6か月前から(出産後でも手続き可能)

おむつ専用ごみ袋(おむつ袋)の配布

お問い合わせ 環境部資源循環推進課 ☎042-306-8781

紙おむつを使っているご家庭に専用ごみ袋を無料で配布しています。
※透明または半透明の袋に「おむつ」と書いて出すこともできます。



本庁以外の おむつ袋の配布窓口

- ・神代出張所
- ・グリーンセンター
- ・各地域福祉センター
- ・ふじみ交流プラザ
- ・市民プラザあくろす2階・3階
- ・各児童館
- ・子ども家庭支援センターすこやか(ココスクエア2階)
- ・子ども発達センター
- ・西部公民館
- ・北部公民館

医療給付・医療費助成

養育医療

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

この制度は、調布市にお住まいの未熟児(体重が2,000グラム以下、または2,000グラムより大きくて生活力が特に弱い乳児が対象)で、医師が入院養育の必要を認めた方に医療給付を行う制度です。

自立支援医療(育成医療)

お問い合わせ 福祉健康部障害福祉課 ☎042-481-7089

保護者が調布市に住所を有する18歳未満の児童で、身体に障害を有する方、またはこれを放置すると将来障害を残すと認められるが手術等によって障害の改善が見込まれる方で区市町村民税(所得割)が23万5千円未満の世帯の方に医療費(保険診療)の自己負担額の一部を助成する制度です。

小児慢性特定疾病医療費助成制度

お問い合わせ 東京都福祉局子供・子育て支援部家庭支援課 ☎03-5320-4375
(申請先は調布市子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081)

この制度は、国が行う小児慢性特定疾患治療研究に基づき、定められた対象疾患の治療方法等の情報を今後の治療研究に生かすとともに、その治療に罹った費用(保険適用分)の一部を、公費によって助成する制度です。

乳幼児

相談したい 利用したい

バースデーサポート事業

1歳と2歳のお誕生日にアンケートを実施し、子育て支援に関わる情報提供や子育てに関する相談を行います。
対象者には育児パッケージをプレゼントしています。

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

保健・予防接種

乳幼児健診

調布市では、保健センターで実施する「集団健診」と医療機関で受診する「個別健診」(2回)を無料で行っています。
対象となる方には郵送で通知を送ります。

健 診	対 象	受診場所	内 容
3・4か月児健診	3～6か月未満の乳児	保健センター	問診・計測・内科健診・母乳相談等
6・7か月児健診	6～8か月未満の乳児	東京都内 医療機関	問診・計測・内科健診等
9・10か月児健診	9～11か月未満の乳児		
1歳6か月児健診	1歳6か月～2歳未満の幼児	保健センター	問診・計測・内科健診・歯科健診・心理相談・育児相談
3歳児健診	3歳～4歳未満の幼児		

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

教室・相談

教室

●赤ちゃんのスキンケア教室(予約制)

〈 対 象 〉 3～6か月のお子様と保護者、
妊娠5～7か月のプレママ・プレパパ 〈 内 容 〉 スキンケアの具体的な方法について

●食物アレルギー教室(予約制)

〈 対 象 〉 4～6か月のお子様と保護者 〈 内 容 〉 食物アレルギーの正しい知識と離乳食の進め方について

●7～9か月児のもぐもぐ離乳食講座(予約制)

〈 対 象 〉 7～9か月のお子様と保護者 〈 内 容 〉 離乳食の進め方、食べさせ方、生活リズム等

お申し込み 市ホームページからインターネットで申込み

お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

相談

●子どものための食事相談(栄養相談)(予約制)・・・栄養士が食事に関する相談をお受けしています。

●子ども歯科相談室(予約制)

〈 対 象 〉 1歳児・2歳児・4歳児・5歳児・6歳児
〈 内 容 〉 むし歯予防の話や歯科健診、歯磨きの練習

●食べ方相談(予約制)・・・離乳食開始後～就学前のお子様の食べ方について相談に応じます。

●子どもの相談室(予約制)

・・・お子様の健康や発達、育児に関するご相談に応じます。こころ・ことば・うんどうの専門相談員がおります。

●アレルギー相談(随時)・・・18歳以下のお子様と保護者のアレルギーについての相談に応じます。

お申し込み・お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081



NEW WORLD
INTERNATIONAL SCHOOL

ニューワールドインターナショナルスクール

お子さんをバイリテラシーに!

NWIS Preschool and Kindergartenで
国際社会で活躍できる知力と英語力をつけよう!

是非、一度クラスを見学に来てください。
NWISの子どもたちの英語力の高さ、知識の豊富さ、
積極性、お子さまの未来の可能性を感じてください。

バイリテラシーとは

バイリンガルとは二つの言語で
他者とコミュニケーションが
とれる人、バイリテラシーとは
二つの言語を学習するこ
とのできる人を指します。

日本語でOK!お気軽にお問い合わせください!

address

182-0002
3-9-15 Sengawa-Cho
Chofu-shi, Tokyo
東京都調布市仙川町3-9-15

東京都調布市仙川町
3-9-15に移転しました!

幼児教育無償化対象施設

phone/fax

03-3305-0573

email: n.w.i.s@newworldinternationalschool.com

2歳～6歳 延長保育あり▶ 8:00～19:00

www.newworldinternationalschool.com



乳幼児

定期予防接種

ママが赤ちゃんにプレゼントした病気に対する抵抗力(免疫)は、百日せきでは生後3か月までに、麻しん(はしか)では生後12か月までにほとんど自然に失われていきます。そのため、赤ちゃん自身で免疫をつくり病気を予防する必要があります。その手助けとなるのが「予防接種」です。

ワクチンの種類と予防接種の間隔

不活化ワクチン

不活化ワクチンは、毒性を無くした細菌やウイルスの一部を使います。

生ワクチンに比べて体内で細菌やウイルスは増殖しないため、何回かに分けて接種します。

生ワクチン

生ワクチンは、病原性を弱めた(弱毒化した)ウイルスや細菌等をワクチンとしたものです。接種後に得られる免疫は強固で、自然感染による強毒な病原体の感染を防ぐことができます。

異なる生ワクチンの注射を受けるときは
次の予防接種まで
27日以上空ける



定期予防接種のポイント

「定期予防接種」は予防接種法により、対象疾病、対象者、接種期間などが定められています。

予防接種には、ワクチンごとにそれぞれ接種に適した時期(標準的な接種期間)があります。

できるだけ標準的な接種期間で受けることをおすすめします。接種回数や間隔もワクチンの種類で異なります。

医療機関と相談しながら接種スケジュールを組み立てていきましょう。

POINT 1

接種できる時期になったら

市からのお知らせと予診票を郵送します。指定医療機関(※)に接種の予約を取りましょう。

※詳細はお知らせをご覧ください。

POINT 2

当日はここをチェック!

お子様の体調はよいか、熱があったり、普段と変わった様子がないか確認しましょう。

心配がある時は、医師に相談しましょう。

予防接種の種類や回数を確認して間違いがないかチェックしましょう。

母子健康手帳、健康保険証、予診票は必ず持っていきましょう。

POINT 3

ワクチンを接種するときのポイント

小さなお子様は動かないようにしっかりと抱っこしてあげてください。保護者の皆様がリラックスすると、お子様も安心します。

注射で泣くお子様は多いもの。大切な予防接種が苦手にならないように、頑張ったことを褒めてあげるなど、保護者の皆様の工夫がカギです。

POINT 4

接種後の注意

接種直後、30分くらいはすぐ対応してもらえるように、医療機関のなかでお子様の様子をみてあげるか、すぐに医師と連絡が取れるようにしててください。この間に急な体の変化が起こることがあります。

帰宅後もはげしく体を動かすようなことはせず、接種箇所をきれいに保ってあげましょう。お風呂には入れても構いませんが、接種した部位をこすらないでください。

乳幼児期からの予防接種一覧表

	種 類	回数	対 象 者	標準的な接種期間 (望ましい接種期間)	通 知 時 期
定期予防接種 (無料・公費負担)	生 ロタウイルス	ロタリックス 2 ロタテック 3	出生6週0日後～24週0日後 出生6週0日後～32週0日後	(1回目の接種は 生後2か月～14週6日後まで)	生後1か月に達する月の下旬
	不 五種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ・ヒブ)	第1期初回 3 第1期追加 1	生後2か月～7歳6か月未満	生後2か月～7か月未満 初回接種終了後 6か月～18か月未満	生後1か月に達する月の下旬 (令和6年2月生まれ以降) 生後10か月に達する月の下旬 (令和6年2月生まれ以降)
	不 小児用肺炎球菌 ※1	初回 3 追加 1	生後2か月～5歳未満	初回接種開始は 生後2か月～7か月未満 生後12か月～15か月未満	生後1か月に達する月の下旬 生後10か月に達する月の下旬
	不 B型肝炎 ※2	3	1歳未満	生後2か月～9か月未満	生後1か月に達する月の下旬
	生 BCG(結核)	1	1歳未満	生後5か月～8か月未満	生後1か月に達する月の下旬
	生 麻しん(はしか) 風しん ※3	第1期 1 第2期 1	1歳～2歳未満 小学校入学前の1年間	(1歳になったらなるべく早く)	生後10か月に達する月の下旬 小学校入学前年の4月(6歳になる年度の4月)
	生 水痘(みずぼうそう)	2	1歳～3歳未満	1回目:1歳～1歳3か月未満 2回目:1回目接種終了後 6か月～1年未満	生後10か月に達する月の下旬
	不 日本脳炎	第1期初回 2 第1期追加 1 第2期 1	生後6か月～7歳6か月未満 9歳～13歳未満	3歳 4歳 9歳	3歳に達する月の上旬 4歳に達する月の下旬 9歳に達する月の下旬
	不 二種混合 (ジフテリア・破傷風)	第2期 1	11歳～13歳未満	11歳	11歳に達する月の下旬
	不 HPV(子宮頸がん予防) ※4	2 または 3	小学6年生(12歳相当)～ 高校1年生(16歳相当)の女子	中学1年生(13歳相当)	中学1年生の4月
	任意予防接種 (有料)				
	生 おたふくかぜ ※5	2	1歳以上	1回目:1歳 2回目: 小学校入学前の1年間	生後10か月に達する月の下旬 ご案内の通知はありません。 接種を希望される場合は医療機関で 予診票をお受け取りください。
	不 季節性インフルエンザ (13歳未満の場合)	毎年 2回	6か月以上	10月～1月下旬までの間	未定 (決まり次第ホームページでお知らせします)

※1 接種開始月齢(年齢)により接種回数が異なります。 ※2 母子感染予防のためにB型肝炎ワクチンを受けた方は、定期予防接種の対象外です。(健康保険適用)

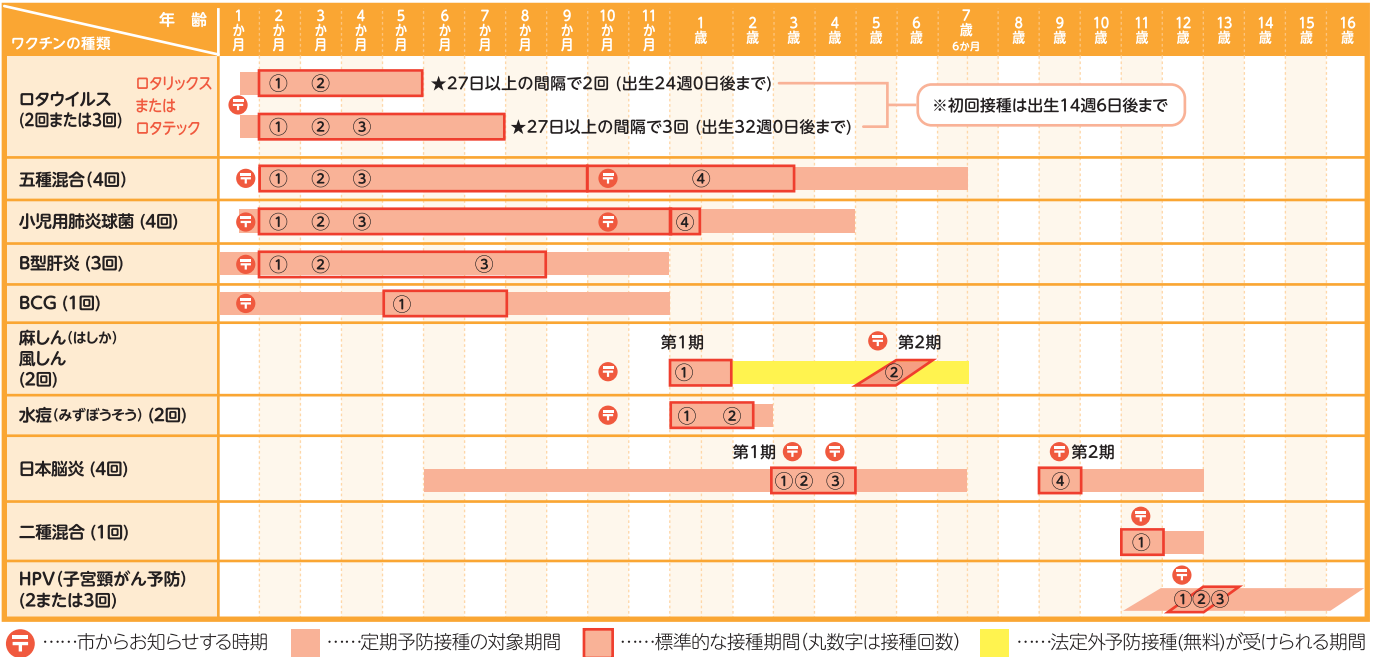
※3 麻しん風しん第1期・第2期の対象期間に接種できなかった場合、調布市が独自に行う法定外予防接種(無料)が受けられますので、ご相談ください。(7歳6か月未満まで)

※4 接種開始年齢やワクチンの種類により回数が異なります。平成9年4月2日～平成21年4月1日生の女性で一定の要件を満たしている方は、令和8年3月31日まで、不足回数を接種できます。

※5 おたふくかぜは法定外予防接種として費用の一部助成があります。(対象者1歳～2歳未満、自己負担額3,000円)

☆お知らせ通知時期の直前や通知時期を過ぎてから転入された方は、下記担当までお問い合わせください。

【定期予防接種スケジュール】



お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係予防接種担当 ☎042-441-6136

乳幼児

相談したい 利用したい

児童館子育てひろば

全児童館で実施。専門相談員や助産師による子育てに関する相談、月1回の身体測定、乳幼児向け遊具を使った自由遊び、リトミック・工作等を実施しています。妊娠中の方もご利用できます。

お問い合わせ 子ども生活部児童青少年課
☎042-481-7534



交流したい 情報がほしい

コロコロパンダ・サンデーコロパン 《乳児交流事業》(3か月～1歳)

親子遊びや保護者の方向士の交流を行っています。子育てに関する情報収集の場としてもぜひご利用ください。

〈対象〉市内在住の満3か月～1歳のお誕生日の赤ちゃんと保護者

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
☎042-481-7733

にこにこパンダ《幼児交流事業》 (1歳～1歳半)

親子で楽しく遊べる場、仲間づくりの場を提供しています。

〈対象〉市内在住の1歳～1歳6か月未満の未就園児と保護者

〈実施期間〉月1回(全3回)実施

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
☎042-481-7733

すくすくパンダ《幼児交流事業》 (1歳半～就学前)

親子で楽しく遊べる場、仲間づくりの場を提供しています。

〈対象〉市内在住の1歳6か月以上の未就園児と保護者

〈実施期間〉月2回(全6回)実施

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
☎042-481-7733

子どもを預けたい

すこやか保育(1歳～小学校6年生)

たまにはリフレッシュがしたいなど、保護者の必要に応じて利用の理由を問わず、お子様をお預かりします。(ネット予約可。要事前登録)

〈対象〉市内在住の1歳～小学校6年生

〈利用料〉2時間まで500円、以降1時間ごとに500円

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
☎042-481-7733

子どもショートステイ(1歳半～小学校6年生)

保護者の疾病・出産・家族の看護・冠婚葬祭等で緊急一時的にお子様の面倒を見られないときに、お子様をお預かりします。

〈対象〉市内在住の1歳6か月～小学校6年生

〈利用料〉1日1人1,500円(食費は別途。朝食250円、昼食450円、夕食500円)

〈実施施設〉子ども家庭支援センターすこやか/調布学園

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
☎042-481-7733

トワイライトステイ(1歳半～小学校6年生)

就労形態の多様化等により、保護者の帰宅が遅い場合に、お子様を17時から22時まですこやかでお預かりします。(ネット予約可)保育園、学童クラブ等へのお迎えも行っています。

※半年ごとの会員登録制

〈対象〉市内在住の1歳6か月～小学校6年生

〈利用料〉1日1人1,000円
(別途夕食代500円・送迎代200円)

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
☎042-481-7733

手伝ってほしい

ファミリー・サポート・センター(6か月～小学校6年生)

ファミリー・サポート・センターは、子育て支援を目的とした会です。子育てのお手伝いをお願いしたい方(依頼会員)とお手伝いできる方(協力会員)を会員登録し、必要に応じてセンターから会員を紹介し援助活動を行います。援助の内容は、保育園や学童クラブの送迎・一時的な保育など様々です。

●会員条件

依頼会員：市内在住で6か月～小学校6年生までの子どものいる方

協力会員：市内または近隣自治体に在住(市内在勤・在学を含む)で20歳以上の心身ともに健康な方

両方会員：依頼会員でありながら、同時に無理なく援助もできる方

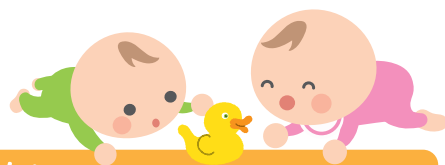
●謝礼

協力会員の方へ依頼会員が支払う謝礼金です。

月～金曜日 7:00～19:00 1時間700円

早朝及び夜間・土・日・祝日・年末年始 1時間900円

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか
調布市ファミリー・サポート・センター
☎042-481-7730



広告

／ 随時入園可 ／

東京外国語大学キャンパス内のグローバルな保育園

A global nursery school on the campus of Tokyo University of Foreign Studies



PAL 国際保育園@東京外大 PAL International School@TUFS

赤ちゃんから英語に触れることができます



HP



PAL国際保育園@東京外大
(PAL International School@TUFS)
☎042-306-9955
🌐 <https://seiwakuen.ed.jp/pal/tufs/>
✉ paltufs@seiwakuen.ed.jp

📍 府中市朝日町3-11-11 (東京外国語大学内 国際交流会館前)
🚗 駐車場あり
🕒 開園時間: 7:00～19:00/月～土
📖 コース: フルタイム(8時間・9.5時間・11時間)、午後、週1、学童
対象: 生後57日～小学校6年生

その他の支援メニュー 乳幼児

幼児教育・保育の無償化については市のホームページをご覧ください。

相談したい・利用したい

子ども発達センターにおける相談・療育(療育の利用は6か月～就学前)

子どもの成長の過程では発育や発達に関して、さまざまな心配や不安が出てくるものです。

・ことばが遅い ・歩き始めるのが遅い ・お友達と上手に遊べない ・落ち着きがない ・他の子と比べ少し違うと感じる

子どもたちが、家庭や地域でのびのびと遊び、学び、いきいきと育つことができるように、一人ひとりの子どもの必要に応じた療育を行い、子育て家庭を支援します。お子様の発達のことで不安や心配がありましたらお気軽にご相談ください。

●発達相談コーディネーターへの相談

発達相談コーディネーターは、「子どもの発達相談に関する総合案内窓口」として、子ども発達センターで活動をしています。保護者の方が抱えているお子さんに関する心配ごとを整理して、必要な情報を提供したり、適切な支援機関をご紹介します。

どんなにささいなことでも大丈夫です。お話することでスッキリすることもありますので、お気軽にご相談ください。匿名でのご相談もお受けしています。

お問い合わせ 子ども発達センター ☎042-486-1190(代表) / ☎042-486-3200(相談専用)

教育相談(就学前～18歳)

お子様の心や行動に関する心配ごとについて、心理相談員による継続的な相談をお受けしています。まずは電話でお申し込みください。

〈相談日時〉月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:15

〈来所相談〉(心理相談) ☎042-481-7633

お子様の教育や学校生活などに関する心配ごとについての相談を匿名でお受けしています。

〈電話相談〉(心のキャッチフォン) ☎042-481-7777(専用電話) / ☎042-499-1616(FAX相談)

学校教育の場で特別な支援が必要なお子様の就学等についての相談をお受けしています。特別支援学校、特別支援学級への就学や校内通級教室への入級をご希望の場合は、就学相談が必要になります。

〈就学相談〉 ☎042-481-7634

お問い合わせ 調布市教育相談所 ☎042-481-7633

保育園の各種案内・相談

保育コンシェルジュ等が保育園全般に関する相談をお受けしています。

お問い合わせ 子ども生活部保育課 ☎042-481-7132・7133・7134・7758

子どもを預けたい

認可保育園(57日目～就学前)・認証保育所(57日目～就学前)

認可保育園:児童福祉法に基づく児童福祉施設で保護者が仕事や病気等の理由で保育が困難な場合に保護者に代わって小学校就学前の児童を保育する施設です。

認証保育所:多様化している保育ニーズに柔軟に対応するため東京都独自の基準(認証基準)による都市型スタイルの保育所です。

お問い合わせ 認可保育園:(運営について)各認可保育園へ

(申し込みについて)子ども生活部保育課 ☎042-481-7132・7133・7134・7758

認証保育所:各認証保育所へ

家庭福祉員・グループ型保育施設《共同実施型家庭的保育事業》(57日目～2歳)

家庭福祉員:保護者が働いている昼間家庭で保育できないお子様(0歳児から2歳児)を保育の専門家の自宅で、家庭的な雰囲気の中で保育を行う制度です。

グループ型保育施設:多様な保育ニーズに対応するため、複数の家庭福祉員(保育ママ)が同一の建物において協力しながら家庭的保育を実施する施設です。

〈対象〉生後57日以上から2歳児まで

お問い合わせ 家庭福祉員:各家庭福祉員へ / グループ型保育施設:各グループ型保育施設へ

幼稚園(満3歳～就学前)

学校教育法に基づいて幼児教育を行う施設です。市内には私立幼稚園が13園と幼稚園類似施設(東京都が認可した幼児施設)が1園あります。

お問い合わせ 各幼稚園へ

保育園一時預かり(3か月～就学前)

市内在住の就学前までの集団保育が可能なお子様をお預かりします。保護者の利用要件は問いません。リフレッシュ等を目的とした利用も可能です。

お問い合わせ 一時預かり実施施設へ

保育園定期利用保育(1歳～就学前)

パートタイム勤務や資格取得のための通学などの理由により、複数月にわたって断続的な保育を必要とする方の児童をお預かりする事業です。

〈対象〉市内在住で認可保育所、認証保育所、家庭福祉員等を月極利用しておらず、月の必要保育時間が160時間未満の満1歳～就学前の児童

お問い合わせ 定期利用保育実施施設へ

病児・病後児保育事業(1歳～小学校6年生)

病気の急性期又は回復期にあるお子様を次の1～3全て該当の場合に限り、一時的にお預かりします。

- 1 お子様が病気の急性期又は回復期にあるため、保育園等へ登園することができない場合
- 2 保護者の勤務等により家庭で育児が困難な場合
- 3 施設の指導医が受入れ可能と判断した場合

〈対象〉市内に住所を有し、保育園等に通園中の満1歳から小学校6年生までのお子様
(保育園の一時預かり利用者は含みません)

〈利用料〉1人1日 2,500円

〈実施施設〉エンゼルケアルーム・ポピンズルーム調布

お問い合わせ 病児・病後児保育実施施設へ

子ども発達センターの緊急一時養護事業・リフレッシュ支援事業(1歳半～小学校6年生)

病気・出産・冠婚葬祭などで一時的に養育が困難になったとき、又はご家族の休息が必要なときに、障害のあるお子様、発達に遅れやかたよりのあるお子様をお預かりします。

〈対象〉市内在住の発達に遅れやかたよりのある、又はその心配のある1歳6か月～就学前のお子様及び障害手帳又は診断書のある小学校6年生(障害児)までのお子様

〈利用料〉緊急一時養護事業:1時間100円

リフレッシュ支援事業:1時間200円

お問い合わせ 子ども発達センター ☎042-486-3155

多様な他者との関わりの機会の創出事業(未就学児の定期的な預かり事業)(3か月～2歳)

在宅子育て家庭の0～2歳児の未就園児を対象とした定期的な預かりと保護者との面談を通じて、未就園児とその保護者を支援する事業です。

〈対象〉市内に住所を有し、保育園や幼稚園等に在籍していない3か月～2歳児のお子様とその保護者

〈利用料〉1人2,200円/日、44,000円/月が上限(施設により異なります)

お問い合わせ 本事業実施施設(各保育施設・幼稚園等)へ

その他の支援メニュー 乳幼児

経済的支援

施設等利用費(幼児教育無償化)(満3歳～就学前)・幼稚園等保護者負担軽減補助(2歳児～就学前)

●施設等利用費

- 〈 対 象 〉 1 園児の保護者が調布市に住民登録があること
2 私立幼稚園(施設型給付の幼稚園及び認定こども園(教育)を含む)等に満3歳～5歳児を通園させていること
3 入園料又は保育料を納入していること

- 〈 補 助 金 額 〉 私立幼稚園は月額上限25,700円を給付します。
※施設型給付の幼稚園及び認定こども園(教育)は保育料が無償になります。
※年度の途中で入園・退園・転入・転出された場合は規定により算出された日割りの補助額となります。

●幼稚園等保護者負担軽減補助

- ①入園料補助と②保育料補助の2種類があります。

- 〈 対 象 〉 1 園児が調布市に住民登録があること
2 私立幼稚園、施設型給付の幼稚園、認定こども園(教育)又は幼稚園類似施設等に2歳児～5歳児を通園させていること(プレ保育は対象外)
3 入園料又は保育料を納入していること

- 〈 補 助 金 額 〉 ①入園料補助(月額) 30,000 円
入園年度に1回限り交付します。入園日に調布市に住民登録のある園児が対象となります。
②保育料補助(月額上限)6,300円～10,700円
世帯の区市町村民税所得割課税額の合算と兄弟順位に基づき補助額が決まります。
住宅借入金等特別控除等の税額控除適用の場合は控除前の額で算出します。
※年度の途中で入園、退園、転入、転出された場合は規定により算出された日割りの補助額となります。

お問い合わせ 子ども生活部保育課 ☎042-481-7132・7133・7134・7758

認可外保育施設保育料助成事業(57日目～就学前)

認証保育所、家庭福祉員(保育ママ)、共同実施型家庭的保育施設(グループ型保育施設)、認可外保育施設(指導監督基準を満たしている施設のみ)を利用する保護者で次の全てに当てはまる方が対象となります。

- 1 市内に住所を有していること。
2 各月1日現在施設と月々契約し、保育料を納入していること。(一時預かり利用または月の途中の入所は対象外です)

〈 交 付 方 法 〉 年4回、保護者指定の銀行口座に直接振込みます。

〈 助 成 額 (月 額) 〉 保護者(世帯)の市民税所得割課税額の合算額と児童の年齢により、以下のような助成額となります。
ただし、住宅借入金等特別控除等の税額控除適用の場合は、控除前の額を算定の対象とします。

●認可外保育施設保育料助成事業(0～2歳)

区分	保護者(世帯)の所得状況 市民税所得割課税額 (世帯合計)	対象	無償化給付 (月額)	保育料助成 (月額)	合計助成額 (月額上限)
-	非課税世帯及び生活保護世帯	新3号認定※	42,000円	25,000円	67,000円
1	非課税世帯及び生活保護世帯	全世帯	0円	67,000円	67,000円
2	～77,100円	第1子 第2子以降	0円	36,000円 63,000円	36,000円 63,000円
3	77,200円～211,200円	第1子 第2子以降	0円	27,000円 54,000円	27,000円 54,000円
4	211,300円～256,300円	第1子 第2子以降	0円	18,000円 45,000円	18,000円 45,000円
5	256,400円～	第1子 第2子以降	0円	9,000円 36,000円	9,000円 36,000円

※子育てのための施設等利用給付認定3号

●認可外保育施設保育料助成事業(3～5歳)

区分	保護者(世帯)の所得状況 市民税所得割課税額 (世帯合計)	対象	無償化給付 (月額)	保育料助成 (月額)	合計助成額 (月額上限)
-	全世帯	新2号認定※ 第1子 第2子以降	37,000円	0円 20,000円	37,000円 57,000円
1	非課税世帯及び生活保護世帯	第1子 第2子以降	0円	23,000円 43,000円	23,000円 43,000円
2	～77,100円	第1子 第2子以降	0円	18,000円 38,000円	18,000円 38,000円
3	77,200円～211,200円	第1子 第2子以降	0円	14,000円 34,000円	14,000円 34,000円
4	211,300円～256,300円	第1子 第2子以降	0円	9,000円 29,000円	9,000円 29,000円
5	256,400円～	第1子 第2子以降	0円	5,000円 25,000円	5,000円 25,000円

※子育てのための施設等利用給付認定2号

お問い合わせ 子ども生活部保育課 ☎042-481-7132・7133・7134・7758

※幼児教育・保育の無償化については市のホームページをご覧ください。

CareDesign.jp

CCA NPO法人
チャイルド・ケアリング・
アソシエーション

調布発達支援教室

子供にとって受け入れやすい
音楽やアプリを使うことにより
まったく発語のないお子さんから、
発語を導く療育があります。

支援内容

- ことばの療法 ○個別学習支援
○ことばのリトミック ○ピアノ指導
○体験型ソーシャルスキルトレーニング
○ペアレント トレーニング
○知能検査 ○発達検査 ○心理検査 他

特徴

独自に開発したアプリケーションを使用し、
またパソコンからでもできる学習支援ソフトを
使用しています。

Child Caring Association 楽しい療育アプリシリーズ

発達障害児向け日常会話練習のためのアプリ。どのメディアでもダウンロード可能です



独自に開発した教育ソフトや音楽を使った発達課題はとても受け入れやすく、
子どもが容易に興味をもって行うことができるので、発達を促すことができます。

※本アプリはNPO法人チャイルド・ケアリング・アソシエーションの制作著作物ですが
App Store内での開発者表記は便宜上「Yuko Miura(Osada)」となっています。

アプリについて、詳しくは→ <http://www.npo-cca.org/>

CCA NPO法人
チャイルド・ケアリング・
アソシエーション

キッズデザイン賞受賞



KIDS DESIGN
AWARD 2016

子供たちを産み
育てやすいデザイン部門

お問い合わせ 調布発達支援教室

☎042-489-7813

〒182-0026 調布市小島町1-21-6 アジャント調布503

✉ caresdesign@jcom.home.ne.jp

<http://caresdesign.sub.jp/index.html>

調布発達支援教室

検索

その他の支援メニュー 小学生・中学生～18歳

相談したい 利用したい

子ども・若者総合支援事業 ここあ(中学生～)

学校・仕事・家庭生活(ひきこもり等)などの困りごとについて相談に応じます。また、様々な事情により、進学や就職をあきらめてしま
うことがないよう学習支援や居場所の提供を行いサポートします。

●相談 電話・面談・訪問等により、問題の解決に必要な手立てと一緒に考えていきます。他の機関の紹介や情報提供などもしてい
ます。

〈 対 象 〉概ね中学生以上の子ども・若者およびその家族

●居場所 自宅や学校、職場でもない場所でゆったり過ごすことができます。調理・手芸・スポーツなどのプログラムもあり、自由に
参加したり、漫画を読んだりゲームをしたり、自分の好きな時間を過ごすことができます。

〈 対 象 〉不登校、ひきこもり、無業等の状態にある概ね15歳以上の子ども・若者

●学習支援 学習コーディネーターの助言のもと学生ボランティアによるマンツーマンでの学習です。高校進学に向けた学習およ
び学習習慣を身につけるためのサポートを行います。学生ボランティアとは勉強以外にもいろいろな話ができる場です。

〈 対 象 〉児童扶養手当や就学援助等を受給している家庭の中学生

お問い合わせ ここあ ☎042-452-8816

子ども・若者等チャット相談事業(中学生～)

令和7年7月1日から、調布市の子ども・若者等(在住・在学)を対象としたチャット相談事業を開始します。24時間365日、無料かつ匿
名で日常生活における様々な悩み・困りごとの相談ができます。

お問い合わせ 子ども生活部児童青少年課 ☎042-481-7536

安全な遊び場・居場所がほしい

児童館(0か月～18歳)

各児童館では、自由あそびのほか、定例サークル事業や季節の行事など、様々な事業を実施し、特色ある児童館づくりに努めていま
す。プレイルーム(遊戯室)や図書室、集会室の利用ができます。

お問い合わせ 子ども生活部児童青少年課 ☎042-481-7534

学童クラブ(小学生)

児童福祉法に基づき、就労等の理由により、保護者が昼間家庭にいない小学生を対象に、家庭に代わる放課後の適切な「遊びや生
活の場」を提供する事業です。

〈 対 象 〉就労、疾病等の理由で児童が放課後帰宅しても保護者が家庭にいない、小学校1年生から6年生までの児童
※私立・国立小学校に通学する児童も居住している学区の学童クラブに申込みできます。

〈 育 成 料 〉月額5,000円(減免の制度があります)
※おやつの実費負担として育成料とは別に月額1,500円をお預かりします。
※18時～19時までは延長使用料が別途かかります(各30分200円)。

お問い合わせ 子ども生活部児童青少年課 ☎042-481-7534

放課後子供教室事業あそびバ(小学生)

放課後の学校内または近隣の施設を利用して子ども達が安全に遊べる場所を提供し、仲良く遊べるようあそびバの職員が見守りを
行っています。費用は無料です。また、令和2年度から入退室管理システムを導入、令和4年度からは一部施設において試行的に開設
時間を延長して実施しています。詳しくはホームページを参照または児童青少年課までお問い合わせください。

〈 対 象 〉あそびバを実施する各小学校に在籍する全児童
※私立・国立小学校に通学する児童も居住している学区のあそびバを利用できます。

お問い合わせ 子ども生活部児童青少年課 ☎042-481-7534

青少年ステーションCAPS(中学生～18歳)

青少年ステーションCAPSは主に中・高校生世代のスポーツ・音楽・ダンス・創作活動などをサポートし、安心して気軽に利用できる
居場所施設です。また相談室があり、カウンセラーもいます。

〈 対 象 〉市内の中学・高校に在学又は市内に在住・在勤の方(18歳を迎えた方は年度末(3月31日))まで利用可

〈 利 用 料 〉無料(来館時に登録が必要です)

お問い合わせ 青少年ステーションCAPS ☎042-442-5535

調布市青少年交流館(小学生～高校生)

青少年が同世代相互及び世代を超えた交流を通し、社会性や協調性を育み、豊かな人間性の形成を図る場を提供しています。
また、専門員を配置して、利用する青少年のサポートを行っているほか、様々なイベントを開催しています。

〈 対 象 〉小学生～高校生

お問い合わせ 教育部社会教育課 ☎042-481-7490

経済的支援

義務教育就学児医療費助成制度(小学生～中学生)

義務教育就学児の医療費(保険診療分のみ)の自己負担分を助成する制度です。所得制限はありません。

〈 対 象 〉小学校1年生から中学校3年生までのお子様

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

高校生等医療費助成制度(中学校卒業～18歳)

高等学校の就学期にある方の医療費(保険診療分のみ)の自己負担分を助成する制度です。高校在学中か否かは問いません。所得制
限はありません。

〈 対 象 〉高校生相当年齢の方(18歳に達した年度の3月末日まで)

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

就学援助制度(小学生～中学生)

お子様が学校で等しく勉強できるように、経済的に困りの保護者に対して教育費の一部(学用品費、校外活動費等)を援助して
います。

〈 対 象 〉市内に居住し、公立小・中学校・義務教育学校又は中等教育学校(前期課程)に在籍する児童・生徒の保護者で所定
の要件に該当する方。主な認定の要件は、「生活保護を受けている」、「世帯全員の市民税が非課税である」、「世帯
全員の国民年金保険料が免除された」、「児童扶養手当を受給している」、「世帯の所得の合計が基準額未満である」
等です。詳細は、市ホームページを参照または学務課までお問い合わせください。

お問い合わせ 教育部学務課 ☎042-481-7473

調布市立学校給食費負担軽減事業(小学生～中学生)

保護者の経済的負担の軽減と、給食を安定的に提供し、お子様の心身の健全な発達とさらなる食育の推進を図るため、
市立学校の給食費を無償化しています。所得制限はありません。

〈 対 象 〉調布市立小・中学校に通う児童・生徒

お問い合わせ 教育部学務課 ☎042-481-7476



その他の支援メニュー

相談したい 利用したい

利用者支援事業

妊婦や子育て世帯に対し、教育・保育・保健その他の子育て支援の情報提供及び必要に応じ相談・助言等を行うとともに、各種事業の利用支援を行います。

お問い合わせ	妊娠・乳幼児期	子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081
	妊娠・乳幼児～子育て期	子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733
	保育園の各種案内・相談	子ども生活部保育課 ☎042-481-7132・7133・7134・7758

児童虐待防止センター

●すこやか虐待防止ホットライン

子育て中の保護者や子ども自身、市民の方々から児童虐待に関する緊急的な相談に応じる窓口です。
必要に応じて児童相談所などを中心とした関係機関との連携やサービス調整等を行い、子どもの虐待防止や子育てに不安を持つ家庭に積極的な支援をします。虐待をしてしまう大人にも早期の支援が必要です。一人で悩まずに相談してください。

〈相談時間〉 9:00～17:00(すこやか閉館日を除く)※閉館時は**189**(児童相談所全国共通ダイヤルへ)

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか専用フリーダイヤル ☎0120-087-358(オハナシ スコヤカ)

すこやか相談コーナー

お子様の発達についての心配ごと、子育ての相談、子どもと家庭に関する相談、また、子ども自身からの相談などを受け付けています。必要場合は、専門機関をご紹介させていただくほか、妊婦の方も含めて子育て支援サービスの情報提供・利用相談も行います。(利用者支援事業)

〈相談時間〉 9:00～17:00(すこやか閉館日を除く月～金)土・日・祝の相談は要予約

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7731

保育園での育児相談《公立全園・私立3園》

離乳食・発達のこと等、子育ての悩み、心配事等を受け付けます。
お子様が保育園に通園していなくても相談できます。

お問い合わせ 育児相談実施施設へ

東京都の相談窓口

夫婦間の悩み、こころやかからの悩み、生活のことなど、女性からの様々な相談(電話・面接による一般相談・専門相談・DV相談)を受けています。

・東京都女性相談センター多摩支所 ☎042-522-4232 月～金曜日 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)	・東京都女性相談センター ☎03-5261-3110 月～金曜日 9:00～20:00(祝日・年末年始を除く) 土・日・祝日・年末年始 9:00～17:00
・東京ウィメンズプラザ ☎03-5467-2455 毎日 9:00～21:00(年末年始を除く)	

子ども発達センター

お子様の発達に心配のある保護者の相談を受けています。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ 子ども発達センター ☎042-486-1190(代表)／☎042-486-3200(相談専用)

プレイセンターのプランケット(助産師による無料子育て相談)

妊娠中の悩み、出産後のママの体や心、子育ての悩み等相談を受け付けています。要予約。

●プレイセンターちょうふ

〈相談日時〉 毎週金・土曜日(祝日は除く)10:00～12:00、14:00～16:00
※毎週金曜日(祝日は除く)13:00～14:00はおしゃべり会を開催しています(産後ママのプランケットルーム)

〈ホームページ〉 <https://www.shiragumo.jp/playcentre-chofu>

お問い合わせ プレイセンターちょうふ ☎042-499-2102

●プレイセンターせんがわ

〈相談日時〉 毎週火・木曜日(祝日は除く)10:00～12:00、14:00～16:00
※毎週月曜日(祝日は除く)10:30～11:30はおしゃべり会を開催しています(産後ママのプランケットルーム)

〈ホームページ〉 <https://www.shiragumo.jp/playcentre-sengawa>

お問い合わせ プレイセンターせんがわ ☎070-1320-2321

安全な遊び場・居場所が欲しい

子ども家庭支援センターすこやか 屋根のある公園

子ども家庭支援センターすこやか内の、親子で一緒に楽しく遊べる広場です。乗用玩具、プラレール、ブロックなどのおもちゃがある広場や絵本をゆっくりと読める和室などがあります。

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733

プレイセンター子育てひろば

雨の日でも子どもが遊べる屋内の遊び場です。親同士が学び合い自分たちで運営するプレイセンター活動も定期的を実施しています。

お問い合わせ プレイセンターちょうふ ☎042-499-2102
プレイセンターせんがわ ☎070-1320-2321

地域交流センター「まんまる」

地域交流センター「まんまる」では、週4日専門職が常駐し、様々なイベントを実施しながら居場所づくりを行っています。開所していない日も地域の活動場所として利用することができます。

〈ホームページ〉 <https://chofugakuen.com/about/manmaru/>

〈Instagram〉 <https://www.instagram.com/manmaru2022/>

お問い合わせ 調布学園内地域交流センターまんまる ☎042-483-7611

交流したい 情報がほしい

エンゼル大学(子育て講座)

子育てや子どもに関する身近なテーマから、ふれあい遊びや心と体のリフレッシュ等様々な講座を行っています。

〈対象〉 市内在住の方

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733

パパひろば

親子遊びや子育ての情報交換、父親同士の交流や母親のリフレッシュを目的としてお子様とパパ(もしくはおじいちゃん)が遊ぶためのひろばです。パパ・おじいちゃんならではの親子遊びや工作、年に数回お出かけ企画を行っています。

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733

その他の支援メニュー

地域交流事業《認可保育園・幼稚園等》

認可保育園・幼稚園等では、地域の子育て支援の一貫として、子育て中の親子の方などを対象に交流事業を行っています。子育ての身近な相談や仲間づくりの場としてご利用ください。

〈事業内容〉 園によって多種多様です。(園庭開放、人形劇、餅つき大会等)

お問い合わせ 地域交流事業実施施設へ

調布子育て応援サイト「コサイト」

妊娠中や子育て中の人に役立つ楽しい情報が満載のサイト。市内にある子育て関連施設や子連れで出かけたいお店や公園の情報、子育てのヒントになるようなコラム、地域で行われるイベント等の情報を集約し発信しています。

〈ホームページ〉 <https://cosite.jp/>

お問い合わせ

コサイト編集部(NPO法人ちょうふ子育てネットワーク・ちょこネット) ☎042-426-8287



ちょうふおやこ手帳アプリ

妊娠中の体調管理やエコー写真を記録。子育てサービスをサクサク検索。自動AI予防接種のスケジュールを管理。プッシュ通知で接種日をお知らせします。お子様の成長記録をグラフで管理、日々の出来事を写真で残せます。きょうだいも1つのアプリで管理でき、便利です。家族にも成長記録を共有できます。ぜひダウンロードを！右記二次元コードから詳細をご覧ください。



お問い合わせ 子ども生活部子ども家庭センター母子保健係 ☎042-441-6081

保健 予防接種

ひろばのお医者さん・栄養士さん

すこやかでお医者さんや歯医者さん、栄養士さんや小児アレルギーエデュケーター等が子どもの成長や歯の健康、離乳食やスキンケアなどをテーマに話をし、質問に答えます。年6回開催します。

お問い合わせ 子ども家庭支援センターすこやか ☎042-481-7733



経済的支援

児童扶養手当

所得制限があります。

〈対象〉 ひとり親家庭等の保護者で18歳に達した年度の3月末日まで(中程度以上の障害がある場合は20歳未満まで)の児童を養育している方(父又は母が重度の障害を有する場合も含む)

〈支給額(月額)〉 1人目:11,010円～46,690円 2人目以降1人につき:5,520円～11,030円

〈支給月〉 年6回 奇数月

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

児童育成手当

所得制限があります。児童育成手当には育成手当と障害手当の2種類があります。

●育成手当 ひとり親家庭等の保護者で18歳に達した年度の3月末日までの児童を養育している方(父又は母が重度の障害を有する場合を含む)

●障害手当 身体障害者手帳1級・2級程度、愛の手帳1度～3度程度、脳性マヒまたは進行性筋萎縮症の障害のある20歳未満の児童を養育している方(精神障害は対象外)が対象です。

〈支給額〉 育成手当 1人月額13,500円
障害手当 1人月額15,500円

〈支給月〉 年3回 2月・6月・10月

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

ひとり親家庭等医療費助成制度

所得制限があります。1～4のいずれかに該当する方及びその家庭の児童(18歳に達した年度の3月末日まで。中程度以上の障害がある場合は20歳未満まで)

- 1 ひとり親(母子・父子)家庭の母又は父
- 2 両親のいない児童などを養育している養育者
- 3 母又は父に重い障害がある方
- 4 1～3以外にひとり親に準ずると認められる方

〈助成範囲〉 国民健康保険や社会保険などの各種医療保険の自己負担分3割のうち、2割を助成。住民税非課税世帯は、自己負担分が全額助成されます。

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

特別児童扶養手当

所得制限があります。

〈対象〉 身体障害者手帳1～3級程度、愛の手帳1～3度程度もしくは同程度の疾病又は障害のある20歳未満の児童を養育している方
※児童の障害状況を審査の結果、非該当となる場合もあります。
※児童がその障害を理由とする公的年金を受けている場合、施設に入所している場合は支給されません。

〈支給額〉 重度障害児 1人月額56,800円
中度障害児 1人月額37,830円

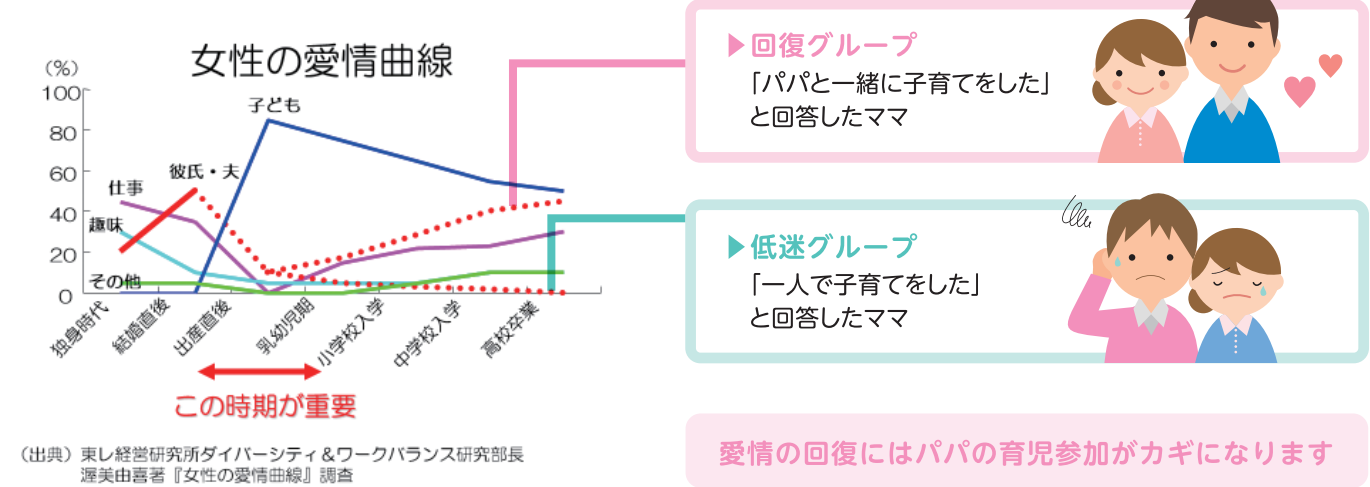
〈支給月〉 年3回 4月・8月・11月

お問い合わせ 子ども生活部子ども育成課 ☎042-481-7093

ママとパパに読んでほしい 産前から産後の話

ママの心の変化

赤ちゃんが生まれるとママの愛情は子どもに注がれます。特に乳幼児期は、24時間待ったなしの育児となるので、パパが育児参加をすることでママの心身の負担はぐっと減ります。この時期に「パパと一緒に子育てをした」と回答したママと、「一人で子育てをした」と回答したママの愛情の回復には開きがみられます。



妊娠編

妊娠中の身体の変化

心身共に変化の大きい妊娠期。ママの変化に合わせてパパができることは何かも考えてみましょう！

	日付	胎児の変化	ママの変化	パパにできること
妊娠初期	0～15週	●臓器が発達 ●人間らしい形になる	つわりなどの体調の変化 個人差はあるが8割の妊婦に起こる。 ●吐きづわり…においに伴う吐き気や嘔吐 ●食べづわり…空腹になると吐き気がでる ●眠りづわり…とにかくだるく強い眠気がある ●下腹部の違和感や便秘、トイレが近くなる等。	・主体的に家事をする ・禁煙・においに配慮する ・ママの休息がとれる空間づくり
妊娠中期	16～27週	●胎盤はほぼ完成 ●筋肉や骨格が発達 ●聴覚など感覚機能が発達	マイナートラブル おなかが大きくなると、背中・腰の痛みや足のむくみ、疲れなど不調が出てくる。	・ママへ休みをうながす ・重いものを持つ ・マッサージなどいたわりの時間をつくる
妊娠後期	28～40週	●肺の機能が成熟 ●睡眠のリズムがで始める	体調の変化やママの不安 体重増加で動きづらくなる。胃の圧迫感、ももの付け根のつっぱり感、貧血や便秘、トイレが近くなるなど変化が大きい。	・一緒に散歩して気分転換や体力づくりをする ・体調の変化や出産の不安に対して、「大変そうだね、大丈夫？」など寄りそった声かけをする ・産後のサポート体制を話し合う

産後編

出産という大仕事を終えたママは、見た目以上に疲れています。また、産後は心身の急激な変化に慣れない育児も重なり、ママにとってはとても大変な時期です。一人で抱え込まず、周囲のサポートを受けて、できるだけ身体を休める時間を作りましょう。

産後の体

しっかりと休養をとしましょう

産後は、妊娠・出産によるダメージに加え、赤ちゃん中心の生活で思った以上に疲れがたまりやすくなります。夜中の授乳などでまとまった睡眠がとれないため、日中も十分に休みましょう。

体の回復を最優先に

妊娠・出産で変化したり弱ったりしている体が妊娠前の状態に戻っていく過程で、色々な体の不調が現れることがあります。そのため、産後は無理をせずとにかく体を休め、回復を最優先させましょう。

- 赤ちゃんと一緒にこまめに昼寝をして休息を取りましょう。
- 夜間の母乳育児以外のことはパパに任せる、日中は行政や民間のサービスを利用するなどして、周囲と協力しましょう。
- 家事などはできるだけ周囲の人に任せて、自分の体調管理と赤ちゃんの世話に専念しましょう。

産後の心

産後1週間前後 マタニティーブルーズ

赤ちゃんが生まれて嬉しいはずなのに、ちょっとしたことで涙が出たり、イライラしたり、疲れやすかったり。産後数日から心が不安定になる状態のことを「マタニティーブルーズ」と呼びます。出産直後の急激なホルモンの変化や出産・育児に伴う生活環境の変化などが原因で起こるものですが、産後2週間ほどで自然に落ち着いてきます。病的なものではないため、必要以上に心配することはありませんが、産後うつにつながることもあります。長引く場合には早めに出産した施設や専門機関に相談しましょう。

産後2週間すぎ 産後うつ

産後2週間ほどを過ぎても、気分の落ち込みが続くときは、産後うつの可能性があります。発症する時期には個人差があり、症状についても、気分の落ち込み、食欲不振、不眠などさまざまです。マタニティーブルーズとは違い、産後うつは心の病気です。産後のママだけでなく、ママを支えるパパにもしばしば起こります。パパは仕事と育児のアンバランス、育児に対する不安などから不調になることがあります。悪化させないためにも、早めに専門医の適切な治療を受けましょう。また、周囲の人の理解と協力も大切です。「頑張れ」「母親なんだから」といった言葉よりも、「疲れていない?」「困っていることはある?」など、ママに寄り添い、安心できる環境をつくりましょう。

悩みがあるときは

気持ちが落ち込んだり、イライラしたり、寝不足だったり…産後のママの心と体は不安定です。日々の育児の悩みを1人で抱え込まず、医師やカウンセラー、子ども家庭センター（P1）などに相談してみましょう。身近な人でも構いません。悩みがあるのは当たり前のことです。また、パパの慣れない育児への戸惑いやこころの相談もお受けしています。周囲を頼って悩みやストレスをうまく発散しながら、赤ちゃんとの新生活を過ごしましょう。

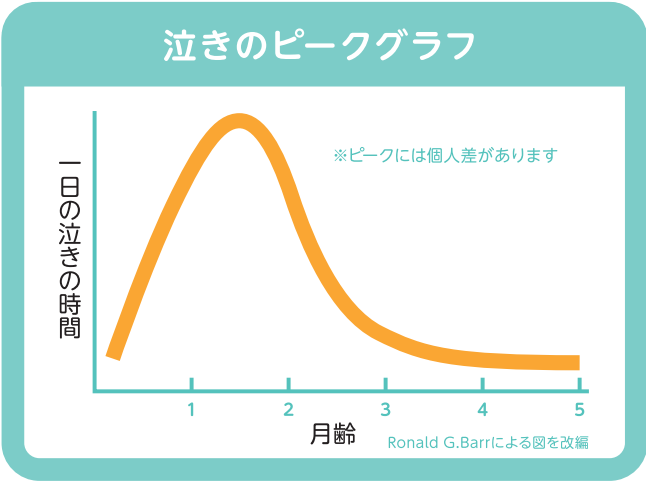
ママとパパに読んでほしい 産前から産後の話

赤ちゃんの泣きの特徴について

赤ちゃんは泣くのが仕事、泣いて当たり前。とは言うものの、赤ちゃんが泣きやまないと、不安になることもあるでしょう。ストレスを感じ、つい感情的になってしまうことがあるかもしれません。そんなときは、周囲に協力をお願いしたり、行政・民間サービスを利用したりして、1人で抱え込まないようにしましょう。まずは赤ちゃんの様子を見て、どうして泣いているのか理由を探ってみましょう。泣きやませる方法は、原因や赤ちゃんによってさまざまです。いろいろな方法を試してみましょう。ただ、夕方のたそがれ泣きや夜泣きのように、これといった理由もなく泣き出してしまうこともあります。

赤ちゃんの泣きのサイン

- ☐ お腹がすいた
- ☐ オムツが汚れている
- ☐ ガスが溜まっている
- ☐ 暑い、寒い
- ☐ 眠い
- ☐ 抱っこしてほしい
- ☐ 赤ちゃん自身もよく分かってない …等



「理由」を探しながら、色々なあやし方をみつけてみましょう。赤ちゃんの「お気に入り」が見つかるかもしれません。

どうしても泣き止まない時

無理に泣き止ませようとはせず赤ちゃんを安全な所に寝かせ、その場を少し離れてみましょう。ママ・パパの気持ちが落ち着けるようリラックス・クールダウンする時間も必要です。

注意

乳幼児揺さぶられ症候群

赤ちゃんの脳は衝撃を受けやすく、激しく揺さぶられることで重大な障害を負うことや、場合によっては命を落とすことがあります。赤ちゃんを決して揺さぶらないでください。万が一、揺さぶった場合は、すぐに医療機関を受診し、その旨を伝えましょう。

SIDS（乳幼児突然死症候群）

元気だった赤ちゃんが、眠っている間に突然亡くなってしまう病気です。原因はまだ分かっていませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

①うつぶせ寝は避けましょう。 ②できるだけ母乳で育てましょう。 ③たばこはやめましょう。

泣きへの対処法例

- 【音】**
 - ・子守唄を歌う
 - ・音楽をかける
 - ・掃除機などの機械音
- 【睡眠】**
 - ・照明を暗くする
 - ・寒い時はベッドを温めておく
- 【授乳】**
 - ・ミルクの量や温度を調節する
 - ・授乳中のこまめなゲップ
- 【動き】**
 - ・抱っこでゆらゆら
 - ・ベビーカーで散歩、車でドライブ
- 【ふれあい】**
 - ・赤ちゃんの体をマッサージ
 - ・お風呂で気分転換

※注意 体調の確認は忘れずに！

38度以上の熱や心配な症状があれば医療機関を受診しましょう。



ママとパパの役割分担

子育て中のママ・パパのモヤモヤ...

今日は誰とも話していない... 大人と話したい...

自分の時間がなくなったな...

大変なのはわかるけど... その態度は... 嫌だな...

せっかくやったのにダメ出しか...

やるならちゃんとやってほしいな！

今のうちに洗濯を...と思ったら起きちゃった！抱っこしてたらご飯冷めちゃった...

一緒に子育てするためのコツは“話し合い”

- ママとパパが会話する時間・環境を作ろう！
ママ・パパは何が得意？「察して」ではなく、お願いしたいことは具体的に伝えあおう。ママの方が家事や育児が得意なのは、経験値の差かもしれない。パパは苦手なことも、妊娠期から挑戦してみよう。やってみると家事の楽しさ、育児の嬉しい発見があるかも！
- お互いにねぎらい・共感・感謝の気持ちを言葉にしよう。
「今日も一日お疲れ様。」「大変だったね。」「話してくれて/やってくれてありがとう。」など言葉で伝えよう。
- 育児は思うようにいかないのが当たり前です。「半分できれば大丈夫」と割り切ることも大事です。
家庭内のマンパワーにも限界があるので、外部サービスの手を借りることも賢い選択です。

日々成長する赤ちゃんの一日。パパは何ができるか、家事・育児を想像してみましょう！

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
赤ちゃん	泣	グズグズ	寝	→	→	泣	ご機嫌	泣	寝	ご機嫌	泣	寝	→	→	沐浴	グズグズ	寝	グズグズ	泣	寝	→	→		
保護者がすること	だっこ		寝			だっこ	ごはん	だっこ	家事		だっこ	ごはん	寝	おふろ	だっこ	ごはん	だっこ		おふろ	寝				
ママ																								
パパ																								

パパができることリスト



- ☐ 育児を一緒にする。(オムツ交換、ミルク、抱っこ、お風呂、遊ぶなど)
- ☐ 家事をする。
(食事なら献立作り・買い物・調理・後片付け、掃除なら家のごみを集める・分別・ごみ出しなど)
- ☐ 自分のことは自分でやる。
- ☐ 子どもと過ごして、ママが1人で過ごす時間を作る。
- ☐ 夫婦の時間をとる。お互いの話を聞いて大変さを理解する。
- ☐ 平日は早く帰る日をつくる。

離乳食

離乳食は、液体状の母乳・ミルクから栄養を摂っていた赤ちゃんが、固形物の食べ物を食べる練習の期間です。
首が座り、後ろを支えると一人で座れるようになる5～6か月ごろから始めます。
離乳食を始める前には、授乳の時間の間隔(3～4時間位)を決めてリズムを作りましょう。
はじめは素材の味を覚えるために味付けをしないで、調味料は9か月くらいから風味づけ程度に使いましょう。

5～6か月頃 離乳初期

- 離乳食の回数 1日1回
- 授乳回数 5～6回
離乳食の後は母乳または
育児用ミルクを欲しがるだけ
- 調理形態
なめらかにすりつぶしたもの
- かたさの目安
ペースト、
プレーンヨーグルトくらい



ポイント この時期は、離乳食を飲み込むことと、その舌ざわりや味になれることが目的です。
赤ちゃんの様子を見ながら、少しずつ始めてみましょう。

7～8か月頃 離乳中期

- 離乳食の回数 1日2回
- 授乳回数 5～6回
離乳食の後は母乳または
育児用ミルクを欲しがるだけ
- 調理形態
舌でつぶせる固さのもの
- かたさの目安
絹ごし豆腐くらい



ポイント つぶした食物をひとまとめにする動きを覚え始めるので、飲み込みやすいようにとろみをつけるなど工夫しましょう。平らな離乳食用のスプーンを下唇にのせ、上唇が閉じるのを待ちましょう。

9～11か月頃 離乳後期

- 離乳食の回数 1日3回
- 授乳回数 4～5回
離乳食の後は母乳または
育児用ミルクを欲しがるだけ
- 調理形態
歯ぐきでつぶせる固さのもの
- かたさの目安
完熟バナナくらい



ポイント 食欲に応じて、離乳食の量を増やしていきます。
このころから手づかみ食べが始まります。固さや触感を体感し、自分の意志で食べようという行動につながるため、積極的にさせましょう。丸み(くぼみ)のあるスプーンを下唇にのせ、上唇が閉じるのを待ちましょう。

12～18か月頃 離乳完了期

- 離乳食の回数 1日3回、
必要に応じて1～2回の補食
- 授乳
1歳から牛乳が
飲めるようになります。
- 調理形態
歯ぐきで噛める固さのもの
- かたさの目安
肉団子くらい



ポイント このころは、手づかみ食で、前歯で噛み取る練習をするようになります。これによって一口量を覚えていきます。徐々にスプーンなどを使うようになり、自分で食べる準備をしていきます。

赤ちゃんの歯

健康な乳歯は、健康な永久歯や正常な歯ならび・かみ合わせへの第1歩です。赤ちゃんのうちから、むし歯予防に取り組みしましょう。

赤ちゃんの歯を守るために

■むし歯はうつります

むし歯の原因菌の多くは、身近にいる人からうつります。周囲の大人のお口のケアが大切です。特に、妊娠、出産後のママは、お口の環境が悪化していることが多いため、積極的に「健診や治療」を受け、お口のケアに努めましょう。

■生活リズム

健康な歯は良い生活リズムによって作られます。早寝・早起きをめざし、授乳や食事の時間を整えていきましょう。

■甘い食べ物、飲み物

甘いものは習慣になりやすいため、3歳くらいまではなるべく与えないようにしましょう。イオン飲料や果汁100%ジュースなどにも糖分が入っています。日常的な飲み物は麦茶や白湯にしましょう。

■寝かしつけと授乳

乳歯が生えてきてからも「母乳」や「哺乳びんでミルク」を寝かしつけに与えていると、むし歯になりやすくなります。
1歳ごろを目安に、授乳以外の方法で眠れるようにしていきましょう。

歯みがきはいつからするの？

■歯が生えてくる前からできること…

口を触られることに慣れるため、頬や口のまわりを触ってあげましょう。
膝の上にあおむけに寝かせ、口の中の様子を観察する習慣をつけましょう。

■仕上げみがきをしよう

乳歯が生えてきたら歯みがきを始めましょう。歯ブラシをやさしく歯の表面に当て、少しずつ動かしていきます。
1歳を過ぎたら、子どもを寝かせてみがく「寝かせみがき」がお勧めです。

赤ちゃんはお口が大好き

1歳ごろまでは、手をしゃぶったり、物を口に入れたりすることが大好きです。乳首以外の触覚を知ることで、歯ブラシに慣れやすくなります。口に入れても安全なおもちゃなどを用意してあげると良いでしょう。



起こりやすい事故と夜間救急診療

家の中には危険がいっぱい！あなたのお家は大丈夫？

安全だと思家の中こそ、赤ちゃんや子どもにとっては多くの危険が潜んでいます。ソファや大人のベッドからの転落、大人の薬やタバコ等の誤飲は多い事故です。普段から気を付けることで予防していきましょう。転落予防、窒息・誤飲予防に関する動画を配信しています。異物を飲み込んだ場合処置がわからない時はかかりつけ医か中毒110番へ。右記の二次元コードからご覧ください。



転落予防編



窒息・誤飲
予防編



(公財)
日本中毒
情報センター

キッチン・ダイニング

- 鍋や炊飯器などやけどの恐れがあるものや包丁などの刃物は、子どもの手の届かないところに置く
- 子どもが小さいうちは、テーブルクロスの使用を控える(子どもがひっぱって物が落ちてしまう危険があります)
- 食べ物や飲み物をテーブルの端に置かない

ベランダ

- 室外機やイスなど、柵を越える踏み台となるようなものを置かない
- 子どもが1人でベランダに出してしまわないよう、窓には常に鍵をかけておく

リビング

- テーブルや床に誤飲の危険があるものを置かない(タバコ、ボタン電池、硬貨、その他小さな部品など)
- テーブルや棚の角には、ぶつかって怪我をしないようにクッションやカバーをつける
- コンセントは感電防止のためにカバーなどをつける(ヘアピンや鍵、針金を差し込んで感電する恐れがあります)
- やけどの恐れがあるアイロンは、使用後も子どもの手の届かないところに置く
- ヒーターは子どもが触らないよう安全柵を設ける
- 乳幼児はソファや大人のベッドに寝かせない

トイレ・洗面所

- 化粧品や洗剤、消臭剤など、子どもが誤飲しそうなものは手の届かないところに置く
- 洗濯機やトイレのふたは常に閉めておく(覗き込んだ拍子に転落する危険があります)

浴室

- 入浴時以外は浴槽のお湯を抜いておく
- 浴室の入口は常に閉めておく
- 入浴時は出来る限り子どもから目を離さない

その他

- 階段や段差など転倒・転落の恐れがあるところには、安全柵を設ける
- ドアや引き戸などは手をはさむ恐れがあるため、子どもが近くにいるときは注意する

救急診療

休日や夜間に急に具合が悪くなり、応急的な診療が必要な場合に対応します。

来所される前には必ずお電話を。マイナ保険証または健康保険証、医療証は忘れずにお持ちください。

休日診療

日曜日、祝日、年末年始の9:00～12:00と13:00～17:00に、急病患者のための診療を、調布市内の医療機関(当番制)や保健センターで実施しています。毎月20日号の調布市報に翌月の休日診療当番医を掲載しています。(調布市のホームページ <http://www.city.chofu.tokyo.jp/>でも確認ができます)

休日夜間急患診療所

■調布市医療ステーション(内科小児科系)

〈対応時間〉 土・日曜日、祝日、年末年始 19:00～22:00(受付は21:45まで)

〈連絡先〉 調布市小島町3-68-10 調布市医療ステーション内

☎042-484-1455

※事前に電話をしてください。

小児初期救急平日準夜間診療

■狛江・調布小児初期救急平日準夜間診療室

〈対応時間〉 月～金曜日(但し慈恵第三病院の休診日を除く)

19:00～22:00(受付は21:30まで)

〈対象〉 15歳以下の急病のお子様

〈連絡先〉 狛江市和泉本町4-11-1 東京慈恵会医科大学附属第三病院内

☎03-3488-2061

※事前に電話をしてください。

調布市周辺の救急病院(※小児科のある救急病院のみ掲載しています)

医療機関名	住 所	電話番号
東京都立小児総合医療センター	府中市武蔵台2-8-29	042-312-8200
杏林大学医学部付属病院	三鷹市新川6-20-2	0422-47-5511
東京慈恵会医科大学附属第三病院	狛江市和泉本町4-11-1	03-3480-1151
日本赤十字社武蔵野赤十字病院	武蔵野市境南町1-26-1	0422-32-3111

子供の健康相談室(東京都小児救急相談)

〈対応時間〉 月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 18:00～翌朝8:00

土・日曜日、祝日、年末年始 8:00～翌朝8:00

〈連絡先〉 ☎#8000 ☎03-5285-8898

医療情報ネット(24時間・毎日)

医療情報ネット(ナビイ)

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>

電話案内サービス ☎0570-000-692

東京消防庁救急相談センター

〈対応時間〉 24時間年中無休

〈連絡先〉 ☎#7119 ☎042-521-2323

24時間
365日

あなたのお家に 看護師さんが訪問します!

訪問看護ステーション トータルケア 調布

ご家族の時間を支えたい、
一緒にお子さんの成長を見守りたい。
私たちは、在宅療養を希望する全ての方を
対象に支援いたします。
「ご家族みなさまの想いに寄り添う」を心がける
私たちへ、お気軽にお問い合わせください!

夜間・早朝
でも
相談可能

年末年始
土日祝日も
訪問可能

訪問看護がおこなっているサービス

内容 医師の指示と方針に基づき、看護師がご自宅へ訪問。症状の確認や
医療処置をおこない、在宅での療養環境をサポートいたします!

対象 小児※～高齢者 ※病気や障がいなど医療的ケアが必要な子どもたち

POINT 1 訪問看護は妊娠中からご利用可能!心身のお悩みご相談ください。
■身体を動かせない ■つわりや貧血がひどい ■精神的に子どもを迎える準備ができない など

POINT 2 「医療」に関わる育児のお悩みにもお応えします。
■風邪の療養中だけど、ワンオペで不安 ■慢性疾患があり、日常的にサポートして欲しい
■うちの子、発達が遅いかも? など

Notes! ●サービスの開始には、医師より「訪問看護指示書」による指示を受ける必要が
あります。スムーズな連携をはかれるよう、提携医院のご紹介も可能です。
●健康保険証・各種公費医療費助成証をご提示いただき、算定します。
子どもの場合、乳幼児医療費助成制度も活用できますので、ご相談ください。



そのほか、ご家族等への支援や相談も対応しております。サービス内容の詳細はお気軽にお問い合わせください。

まずは、お電話でご相談ください!初回訪問までの流れをご説明いたします。

お電話は
こちらから **042-443-3017**

調布市・府中市・三鷹市対応 ご相談いただければ、他の地域も対応いたします!

Total Care
The homecare nursing
訪問看護ステーション トータルケア
調布

〒182-0022
東京都調布市国領町5-4-17
パレス調布1990A館 1F



看護師さん募集中!

子育て中の方や、社会復帰を
考えている方など、**ブランクが
ある方も歓迎!**シフト制で柔軟な
働き方が可能です。
詳細はお電話でお問合せください!
左記二次元コードからも
ご確認いただけます!



広告



広告

“大切な一歩を一緒に” はじまりの時間を 国本幼稚園がサポートします

国本幼稚園では7:30～19:00、お子様をお預かりします。
お仕事を続けながらもお子様には豊かなカリキュラムで教育を受けて欲しい、
子育てを頑張っているからこそ時にはゆっくりした時間が欲しい、というご家庭を応援します。

国本幼稚園の豊かな教育カリキュラム

1 英語と仲良くなろう

グローバルな社会の発展により、国本幼稚園では幼児期
より目や耳で自然に英語を身につけることを目的に、生活
の中に英語を取り入れています。

2 アフタースクールの充実

幼稚園で習い事が受けられます。(預かり保育時間中も受
講可能)体操、サッカー、チアダンス、英語、ピアノ、造形、
もじかず教室、書道

3 2歳児クラス、子育て支援活動

0歳でも大歓迎!就園前のお子様を対象にした、親子で
一緒に遊ぶプログラムを多数用意しています。

4 国本小学校との連携

幼児期と児童期を滑らかにつなぐために幼稚園と小学校
の教員が意見交換や合同の研修を行い、互いの教育を
理解するよう努めています。
子どもたちは憧れを抱き、自信を持って進学していきます。



学校法人 **国本幼稚園**

〒157-0067 東京都世田谷区喜多見8-15-33
お問い合わせ時間/平日 9時～18時

03-3416-4724

FAX.03-6411-0125

E-MAIL: mishuenji@kunimoto.ac.jp

国本幼稚園

検索

