

# いたばし子育て 情報ブック



親子の遊場・  
お出かけスポット

申請と手続き

早かりいほの  
子育て支援

妊婦出産・初めま  
してのおやん

子どもの健康  
子育て

子育て支援

仕事も育児も  
バランスよく

大き、  
いたばしの学校

のびのび  
子育て

子育て費用の  
軽減

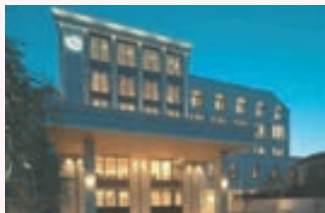
ひとり  
で

子育て  
イローページ

赤ちゃんの駅

板橋区  
ITABASHI





# 東京 王子の産婦人科 スワンレディースクリニック

SWAN LADIES CLINIC



受付



2階 ナースステーション



病室 (一例)



5階 展望ラウンジ

皆様に寄り添い、理想のお産、心に残るお産が出来るよう、努めさせていただきます。

○無痛分娩 1,114件 (2025年1月~12月)

○産後ケア ○家族立ち会い分娩

子連れ入院も受け付け可能。

4Dエコー、マタニティスタジオ設備あり。

〒114-0002 東京都北区王子4-27-7

TEL 03-5944-6028

◆王子神谷駅2番出口 徒歩3分

◆王子駅北口 徒歩11分

◆王子4丁目バス停 徒歩1分

ホームページ



スワンレディースクリニック 🔍



## は じ め に



このたびは「いたばし子育て情報ブック」を手にとっていただき、ありがとうございます。

私たち板橋区では、「子ども・若者・子育て世代が住みたくなるまち」をめざし、子どもの最善の利益を第一に考えながら、家庭での子育てをみんなで支え、大人も子どもとともに成長する喜びや楽しさを実感していただけるよう、様々な取組を進めております。

特に、子育て支援としましては、妊娠・出産から子育てにわたり、適切な時期に健康診断の受診や育児サポート等の必要な支援を実施し、親子の心身のケアや安心して就学準備もできる「切れ目のない支援」を実施しています。特に、妊娠期から2歳未満の赤ちゃんを対象とした「絵本プレゼント事業」は「絵本のまち板橋」の特徴を活かした板橋区ならではの事業となっておりますので、対象となる方は、ぜひご利用ください。

この「いたばし子育て情報ブック」は、こうした区や関係機関が実施するサービス・事業等を一冊にまとめたものです。ちょっとした疑問や知りたいことがあれば、まずはこのブックを開いてみてください。コンパクトなサイズで携帯しやすく、表紙の二次元コードからは電子版もご利用いただけます。お手元において、お子さんの成長とともにご活用いただければ幸いです。

また、板橋区のホームページにも「いたばし子育て情報サイト」を設置し、最新の情報を随時発信しておりますので、併せてお役立てください。

最後に、広告や情報提供を通じて本ブックの実現を支えてくださった企業・団体の皆さまへ、心から感謝申し上げます。

これからも、子どもと家族が笑顔で過ごせる街づくりを全力で推進してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

令和8年6月

板橋区長 坂本 健

# も く じ

親子の遊び場・お出かけスポット …… 4

ライフステージ別 各種申請・手続き・サービス 10

早わかり！  
いたばしの子育て支援サービス …… 11

子育て情報の探し方 …… 12  
妊娠したら、これだけは …… 13  
出生届の提出時に、他の手続きも …… 14  
ユニークな子育て支援情報 …… 15  
育児支援ヘルパー …… 16  
ベビーシッター利用料助成事業 …… 16  
ファミリー・サポート・センター事業 …… 17  
ショートステイ・トワイライトステイ事業 …… 17

妊娠・出産  
～初めまして、赤ちゃん～ …… 18

妊娠したら …… 18  
妊娠中のくらし …… 20  
妊娠中の過ごし方・産後の過ごし方 …… 21  
母と子の健康カレンダー …… 21  
妊娠・出産費用の助成など …… 22  
赤ちゃんが生まれたら …… 23  
産婦健康診査を受けましょう …… 24  
産後ケア事業（宿泊型・通所型・訪問型）＜申込制＞ …… 24  
子育て費用の援助 …… 25  
ひとり親の子育てを応援 …… 26  
障がいのあるお子さんや家庭のために …… 28

子どもの健康 ～すくすく子育て～ …… 30

乳幼児の健康診査・育児相談など …… 30  
歯と口の健康 …… 32  
健康的な食生活のために …… 33  
予防接種 …… 34  
子どもが病気・けがをしたとき …… 35  
子どもの人権といのちを守る …… 36

子育て支援 …… 38

子育て支援交流スペース …… 38  
子育て応援児童館CAP'Sへ行こう …… 38  
交流グループ …… 39  
ちょっと、子どもを預かって！ …… 40  
子育てを学ぶ …… 41

仕事も育児もバランスよく …… 42

いたばしの認可保育施設 …… 42  
その他の保育サービス …… 42  
よい保育施設の選び方（保育園選び・見学のポイント） …… 43  
保育施設の申し込みから入園手続きまで …… 44  
入園までの流れ …… 44

大好き、いたばしの学校 …… 45

幼稚園 …… 45  
就学準備 …… 45  
年齢別/生活習慣チェックシートについて …… 47

のびのび子育て …… 48

放課後・休日の子どもの居場所 …… 48  
いたばしの文化と歴史にふれる …… 49  
自然とスポーツを楽しもう …… 50  
自然・宇宙・科学は友だち …… 52

子育て費用の軽減 …… 53

妊娠・出産のとき …… 53  
子どもの医療費の助成 …… 53  
子どもの任意予防接種の助成 …… 54  
子どもの手当 …… 54  
障がいがある子どもの手当・医療の助成 …… 54  
ひとり親家庭への助成 …… 55  
就園・就学援助、その他 …… 55

ひとりで悩まないで …… 56

相談窓口 …… 56  
子育ての不安・悩み、発育の心配 …… 57  
学校生活の悩み・子どもの権利 …… 58  
家庭の困りごと・再就職 …… 59  
女性の心とからだの悩み …… 61  
産前・産後の母親と父親のメンタルヘルス …… 61

子育てイエローページ …… 62

本庁舎・赤塚支所 …… 62  
出先機関 …… 63  
板橋地域 …… 64  
常盤台地域 …… 66  
志村地域 …… 67  
赤塚地域 …… 69  
高島平地域 …… 71

赤ちゃんの駅 …… 73

「赤ちゃんの駅」実施施設一覧 …… 73

掲載している情報等は、令和8年4月1日現在のものです。要件、金額等内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。また、感染症等の拡大の影響に伴い、掲載している情報等によっては、営業日や時間等の変更が行われている場合がございます。板橋区の感染症等に関する最新の情報については、板橋区公式ホームページでご確認ください。



見やすく読みまちがえにくい  
ユニバーサルデザインフォント  
を採用しています。

# いたばし子育て情報ブック

## 広告掲載別一覧

ジャンル別広告ページ  
(インデックス)

P77

医療法人社団 キンダーリング  
えがおこどもクリニック

### 健康

P78~P87

医療法人社団 幸徳会 かとう内科クリニック  
やの内科・小児科クリニック

ときわ台はしもと小児科アレルギー科

鈴木医院・鈴木歯科

医療法人社団 浅間会 宮下こどもクリニック

はす花こどもファミリークリニック

いたばし本町こども・アレルギークリニック

よつば耳鼻咽喉科

医療法人社団 ナイズ

キャップクリニック板橋

医療法人社団 ふるた小児クリニック

医療法人社団 和会 あべこどもクリニック

双葉町クリニック

板橋区役所前こどもクリニック

小田島こどもクリニック

医療法人社団 躍心会 高田皮膚科クリニック・  
高島平東口クリニック・志村三丁目皮膚科

はなまるキッズクリニック

田丸小児科内科医院

萩原医院

堀口内科小児科

医療法人社団 藤香会

ときわ台レディースクリニック

伊藤内科小児科クリニック

北村眼科医院

医療法人社団 櫻美会 石川医院

小竹向原歯科クリニック

医療法人社団 JINAI 仁愛歯科クリニック

医療法人社団 圭優会 高島平診療所しみず歯科

### 暮らし・住まい

P87

河島コンクリート工業株式会社

大谷建装工業株式会社

### 子育て・教育

P89~P93

社会福祉法人 あすなろ福祉会 あすなろ保育園  
SEEDS英語幼児園

社会福祉法人 あすなろ福祉会 あいあい保育園

学校法人 四釜学園 かごめ幼稚園

みその幼稚園

なります幼稚園

学校法人 明角学園 ときわ幼稚園

学校法人 まきば学園 まきば幼稚園

学校法人 追川学園 徳丸幼稚園

認定こども園 むかいほら幼稚園

学校法人 加藤学園 まるやま幼稚園

赤塚幼稚園

サンフラワー・A株式会社

ひまわりベビールーム小竹向原

キッズドリーム園中板橋

社会福祉法人 松葉の園 志村さかした保育園

松月院幼稚園

### 協賛企業マップ

P94・95

株式会社赤ん坊カンパニー

共立印刷株式会社

### 表2

スワンレディースクリニック

### 表3 対向

学校法人板橋明星学園

iMeisei小規模保育園

板橋明星幼稚園

Baby&Beans

### 表3

社会福祉法人三共会 たつの子保育園

医療法人社団 飯田記念会

耳鼻咽喉科いいだクリニック

### 表4

板橋区医師会病院



# 親子の遊び場・ お出かけスポット

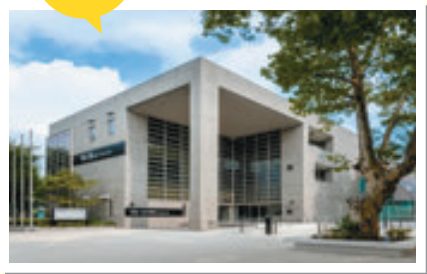
板橋区には、大小さまざまな公園があちこちにあります。天気のいい日には、親子一緒に外に出て、のびのび遊びたいものです。また、体育館の温水プールは、冬でも利用できます。

## 植村記念加賀スポーツセンター・植村冒険館

植村記念加賀スポーツセンターは令和3年12月18日「スポーツ・冒険・緑・歴史」が融合された複合施設としてグランドオープンしました。

プールや体育館の他、世界的冒険家である植村直己さんの冒険精神を感じられる植村冒険館が併設された、多世代が楽しめる施設となっていますので、ぜひ、お気軽にお越しください。

親子の遊び場・お出かけスポット



### ●基本情報

**【植村記念加賀スポーツセンター】**板橋区加賀1-10-5  
(アクセス)「板橋区役所前」駅より徒歩7分

(営業時間)平日9時～23時 土・日曜日、祝日9時～21時  
※プールは平日10時～22時20分

土・日曜日、祝日10時～20時30分  
(休館日)第3月曜日(祝日にあたる場合はその翌日)、年末年始

**【植村冒険館】**板橋区加賀1-10-5  
(植村記念加賀スポーツセンター3階)

(アクセス)同上  
(営業時間)10時～18時

(展示室の最終入館時間は17時30分)  
(休館日)毎週月曜日(祝日にあたる場合はその翌日)、年末年始



### 問い合わせ

植村記念加賀スポーツセンター ☎ 3579-2626  
植村冒険館 …………… ☎ 6912-4703

📺 スマートフォンやタブレットで動画が再生されます！



スマホで画像をかざすと映像や画像が飛び出すARサービス(拡張現実)

左のQRコードからアプリをゲット。アプリで「P4～P9の各施設」の画像を撮ると動画を見ることが出来ます。  
※アプリは無料です。通信料は利用者の負担となります。

(iOS,Android対応)



## 板橋こども動物園(本園) / こども動物園高島平分園

身近な動物と触れ合える、動物園です。

ヤギ、ヒツジの「ふれあい広場」や、モルモットのだっこコーナーなどがあります。東板橋公園内の本園では、ポニーの乗馬体験ができます(2歳~小学生対象)。

【板橋こども動物園(本園)】(東板橋公園内)

「板橋区役所前」駅より徒歩8分

【こども動物園高島平分園】(徳丸ヶ原公園内)

「高島平」駅より徒歩5分

【休園日】

月曜日(祝日の場合は直後の平日)・

12月29日から1月3日まで・2月の第3火曜日

問い合わせ



板橋こども動物園事務所 ☎ 3963-8003  
高島平分園事務所 …… ☎ 3932-0090



親子の遊び場・お出かけスポット



## 中央図書館・いたばしポローニャ絵本館

中央図書館は、常盤台にある板橋区平和公園の一角にあります。

公園から連続した1階には、中央図書館児童コーナー及び、中央図書館に併設された「いたばしポローニャ絵本館」があり、世界の絵本の展示や貸出、絵本に親しむ多彩なイベントを開催しています。また、このエリアには、絵本ガイドを配置し、子どもの年齢・興味・成長過程に合わせた絵本の紹介や説明・相談等に応じ、子どもと絵本をつないでいます。

【板橋区立中央図書館】(板橋区平和公園内)

「上板橋」駅より徒歩7分

【開園時間】9時～20時

【休館日】

毎月第2月曜日(祝日にあたる場合は翌平日)

毎月末日(3月を除き、土日祝の場合は翌平日)

年末年始(12月29日～1月4日)、特別整理期間

問い合わせ

板橋区立中央図書館

☎6281-0291



## 城北交通公園

補助付き自転車・豆自動車・三輪車を無料で貸出しています。

D51蒸気機関車やミニSL・都バスの実物を展示しています。

(アクセス)※城北公園内

三田線 蓮根駅下車 徒歩5分

【城北交通公園】

(開園時間)9:00～16:00まで

(休園日)月曜日

(祝日の場合は直後の平日に振替)

12月28日～1月4日まで

問い合わせ

城北交通公園

☎ 3969-9422



## 赤塚植物園

赤塚植物園は住宅街に残された自然スポットです。街の風景とうってかわり、緑に包まれた静かな丘陵地が広がります。奥へと続く園路を巡り、丘を上り下りしながらのんびり散策できる植物園です。本園、万葉・薬用園と農業園からなり、約1.2ヘクタールの敷地に、ニリンソウなど約600種類の植物が植えられ四季折々に楽しめます。

### 【本園】

日本の風土で見られる身近な里山の樹木、園芸種、農産種、野草などを幅広く植栽しています。各種エリアを縫うように、スロープで奥のケヤキ広場まで行くことができます。ケヤキ広場には芝生地やベンチがあり、ゆっくり過ごすことができます。

### 【万葉・薬用園】

日本で古来から自生、栽培されている植物を集めました。日本文化につながりのある植物、万葉集に登場する植物や薬用植物などが見られます。段差のない園路により園内を巡ることが出来ます。

### 【農業園】

身近だけれど意外とその生きた姿が知られていない野菜や果物を植栽しています。畑では一年を通じ、区内の小学校、保育園など、子供たちを対象にした農業体験も実施しています。スロープで繋がる奥の果樹園は芝生地やベンチがあり、農業園全体を見渡すことができます。

### 【みどりの学習室】

植物図鑑をはじめ、自然環境や緑化、農業など植物にまつわる図書を備えたライブラリーです。テーブルで、自由に閲覧可能です。開館時には植物に関する質問にお答えします。

### 【開園時間】

9時～16時30分(12月は16時まで)  
入園無料

### 【休園日】

年末年始

### 【休室日(ウエルカムセンター)】

※毎週月曜日、第1・3・5火曜日は休み  
(祝日の場合は直後の平日)  
※ウエルカムセンターが休みの日も園内は  
利用できます。

### 【所在地】赤塚5-17-14

【交通】「成増」駅または「下赤塚」駅より徒歩18分



### 問い合わせ

赤塚植物園

☎ 3975-9127



## 都立浮間公園

浮間ヶ池が全体の40パーセントを占める、水と緑の公園。お弁当を食べるなら、風車のある芝生広場で。春は、以前桜草の自生地だったことから桜草祭が行われます。夏には、「じゃぶじゃぶ池」にちびっ子たちがやってきます。

【都立浮間公園】「浮間舟渡」駅より徒歩1分

### 問い合わせ

浮間公園サービスセンター ☎ 3969-9168

## 都立光が丘公園

広さ60万平方メートルの大きな公園で、ゆるやかな丘に作られ憩いの森に囲まれた芝生広場や、野鳥観察ができるバードサンクチュアリ、野球場などの体育施設、たくさんの遊具があるちびっこ広場があります。「NPO法人PLAYTANK」により、プレーパークの活動も行われています。

【都立光が丘公園】

東武東上線「成増」・東京メトロ有楽町線「地下鉄成増」・東京メトロ副都心線「地下鉄成増」より徒歩15分

### 問い合わせ

光が丘公園サービスセンター ☎ 3977-7638

## 体育館・温水プール

就学前の幼児については、年齢による制限があるので、事前にお問い合わせください。

※【開館時間】【休館日】【交通】についてはP50をご参照ください。

### 問い合わせ

小豆沢体育館 …………… ☎ 3969-4166  
 上板橋体育館 …………… ☎ 5399-6501  
 赤塚体育館 …………… ☎ 3938-1966  
 高島平温水プール ……… ☎ 3932-5348  
 植村記念加賀スポーツセンター ☎ 3579-2626

## 都立赤塚公園

春は桜、秋は紅葉、ドングリ拾いなども楽しめます。噴水広場は、水遊び場として、夏の人気スポットです。子ども向けの遊具は少ないですが、広々とした自然豊かな公園です。また、バーベキュー広場もあり、土日は家族連れや、グループで賑わっています。

【都立赤塚公園】

「高島平」駅より徒歩10分

### 問い合わせ

赤塚公園サービスセンター ☎ 3938-5715



## 都立城北中央公園

野球場や競技場などの運動施設を備えた、城北地区における最大の運動公園です。

児童公園や広場には樹木が多く、散策も楽しめます。

**【城北中央公園】**東武東上線「上板橋」より徒歩15分



### 問い合わせ

城北中央公園サービスセンター ☎ 3931-3650

## 熱帯環境植物館

ねったいかんは、東南アジアの熱帯雨林を再現しており、熱帯に生息している植物や魚たちを生活している環境ごとに展示しています。やすらぎや学びの場として、ぜひ親子でお越しください。屋内施設なので雨の日でも安心。授乳やおむつ替えができる赤ちゃんの駅も設置されています。開館時間等の詳細は、P52をご覧ください。



# ライフステージ別 各種申請・手続き・サービス

妊娠してから、出産、そして子どもの成長に応じて、様々な行政サービスや助成を受けることができます。詳しくは、該当ページをご覧ください。

## 妊娠したら・・・

妊娠届、おやこ健康手帳(母子健康手帳)、妊婦健康診査、妊婦・出産ナビゲーション事業(P13)

## 妊娠に係る手続き・サービスなど

入院助産(P22)  
育児支援ヘルパー派遣(P16)  
妊娠高血圧症候群等医療費助成(P22・P53)

妊婦歯科健診(P19)

ウェルカムベビー講座(P19)

## 出産したら・・・

出生届、出生通知票(P14・P23)  
乳幼児・子ども医療証、国民健康保険への加入(P14)  
児童手当等(P15・P25・P54)  
新生儿聴覚検査(P14・P23)



ひとり親家庭への援助(P26・P55)

妊婦訪問指導(P20)  
保健指導票、高額療養費(P22)



## 健やか子育て・・・

乳幼児歯科健診(P31)  
新生儿聴覚検査(P14・P23)  
乳幼児健康診査(P30)  
予防接種(P34)



新生儿等・産婦訪問(こんにちは赤ちゃん訪問)(P23)、産後ケア事業<申込制>(P24)、離乳食講習会(P31)、児童館子育て相談「エール」(P38)、育児相談(P30)、子どもなんでも相談・児童虐待相談(P36)

赤ちゃんの駅(P73)



## 保育・・・



一時保育(P40)、認可保育園・家庭福祉員・ベビールーム・小規模保育事業・事業所内保育事業・居宅訪問型保育事業・認定こども園(P42)、病児・病後児保育・認証保育所(P42)、ファミリー・サポート・センター事業(P43)、乳児ショートステイ(P41) ショートステイ・トワイライトステイ(P41)

## 幼稚園・・・

私立幼稚園等入園料補助金、私立幼稚園等保護者負担軽減補助金 幼稚園等の預かり保育無償化(P45)

## 親と子の交流スペース・・・

乳幼児子育て支援事業、森のサロン(P38) 子育て応援児童館CAP'S(P38)、親子の交流グループ(P39)

新入学・ご案内、就学相談、就学援助、就学时健康診断(P45～46)

放課後対策事業「あいキッズ」(P48)

障がいのあるお子さんや家庭のために(P28)

子育ての不安・悩み、発育の心配(P57)



就学援助(P46) 子どもの学習・生活支援事業 まなびのひろばやきば(P58)

学校生活の悩み・子どもの権利(P58)



家庭の困りごと・再就職、女性の心とからだの悩み(P59・P61)



# 早わかり！いたばしの子育て支援サービス

## より身近な子育て相談機関 子ども家庭総合支援センター



子ども家庭総合支援センターでは0歳～18歳未満の子どもと家庭に関するあらゆる相談に応じ、相談内容に応じた専門機関やサービスの紹介を行っています。

児童相談所機能も担っているため、身近な子育て相談から専門的な相談までワンストップでお受けすることができます。

### ■アクセス

板橋区本町24-17

電話：03-5944-2373

都営三田線板橋本町駅から徒歩7分

### ■事業内容

#### ①子どもなんでも相談

子育ての相談など、コールセンターのオペレーターが24時間365日対応します。

電話：0120-925-610 ※無料

#### ②子ども家庭相談

子育て相談などについて、福祉・心理の専門スタッフが継続的に相談・支援を行います。

#### ③子育てサポート事業

育児支援ヘルパー、ファミリー・サポート、ショートステイ等のご利用をサポートします。

こんな時、まずはお気軽に「子育てサポート(03-5944-2381)」へお問合せください

・サービスの違いがわからない ・どのサービスを使えばよいかわからない

・利用方法がわからない 等

	産前	産後	就学前
サポート	産前産後支援事業(産後ドゥーラ)	妊娠中～産後6カ月未満	妊娠中～3歳誕生日前日
	育児支援ヘルパー派遣事業		
子どもを預ける	生後43日～小学校卒業	ファミリー・サポート・センター事業	
	生後43日～18歳未満	子どもショートステイ事業	
		乳児ショートステイ事業	生後43日～2歳未満
		2歳～12歳以下	ショートステイトワイライト事業
	ベビーシッター利用料助成事業		
	※障がい児は小学校6年生、病児・病後児は小学校3年生まで 0歳～小学校就学前		

#### ④保護者向けプログラム

子育ての専門家などによるプログラムや継続的なグループミーティングを行い、子育てに関する悩みや不安の解消に向けて支援します。

#### ⑤子ども家庭援助事業(児童相談所機能)

子ども虐待・非行・育成などの子育てに関する相談のほか、区民や警察から子ども虐待などの相談・通告があった場合、一時保護も含めて速やかに対応します。

#### ⑥里親事業

様々な事情で親と離れて暮らす子どもを自分の家庭に迎え入れ養育する里親制度について、普及・啓発するほか、里親希望者の相談、研修、里親への支援等を行っています。

## ♡ 子育て情報の探し方

初めての子育てでは、とにかく、どうしたらいいのかわからないことがいっぱい。赤ちゃんの世話に必要なモノを安く買える場所から、評判のいい小児科まで。一番手っ取り早いのは、近所の□コミ情報。それ以外にいろいろな情報源があります。情報を上手に使いこなして、板橋区の子育て生活を楽しみたいものです。

### ♣ 区の子育て支援の制度・サービスに関する情報源

#### ◎いたばしくらしガイド

区の子育て情報のほか、行政情報、地図、施設・医療機関の連絡先一覧など、くらしに役立つ情報と、日頃からの災害への備えやハザードマップなどの防災情報を掲載した板橋区のガイドブック。区ホームページから、電子書籍版をご覧ください。

### ♣ 板橋区LINE公式アカウント

子育て、イベント、防災・防犯など様々な情報を配信しています。ごみ収集日をお知らせするアラート機能なども充実。ぜひご登録ください♪



### ♣ イベント・講座・学習会などのタイムリーな情報源

#### ◎広報いたばし

毎月第1～第4土曜日に発行している板橋区の広報紙。新聞折込のほか、区施設、区内各駅の配布スタンド、区内のコンビニエンスストア(セブンイレブン・ファミリーマート)などで入手できます。区の事業やイベント、子育てに関する講座・交流会などの情報を掲載しているので、こまめにチェックしてみましょう。特に、一時保育付きの講座は人気があり、定員もあるので、早めの申込が必要です。

#### ◎子育てサークルだより(すくすくネット)

「子育てサークル交流会」が発行する、月刊の広報誌。子育てに関連する団体、機関、個人が参加。毎月、参加団体のイベントや学習会などの情報を掲載しています。おもに健康福祉センターや児童館などで配布。

### ♣ 各施設の情報コーナー

#### ◎各地域の公共施設

各地域の施設には、子育て支援関連の機関、団体などの各種チラシやリーフレットがスタンドや棚に置いてあります。用事で立ち寄ったとき、ついでにのぞいてみると、意外な情報を入手できるかもしれません。

・健康福祉センター ・児童館 ・図書館 ・地域センター ・子ども家庭総合支援センター

#### ◎子育て支援関連施設

区内には、児童館以外に、いくつかの親子の交流施設があり、一時預かり、育児相談のほか、子育て関連情報の提供として、各種のチラシなどを置いています。また、こういう施設は、公園などと同じく、□コミ情報を入手する絶好の場所です。

・おやこ舎「あやとり」 ⇒P41参照 ・東京家政大学森のサロン⇒P38参照

### ♣ パソコンで検索

#### ◎板橋区役所ホームページ「いたばし子育て情報サイト」

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kosodate/index.html>

板橋区の子育てに関連する情報はもちろん、様々な情報があふれています。

#### ◎板橋区内保育園パーフェクトデータ

<http://www.hoiku.net/>(板橋区私立保育園園長会の公式ホームページです)

板橋区の全ての認可保育園のデータを集約。毎月、各園の入園受入可能人数と延長保育の受入可能人数を掲載しています。

#### ◎板橋区私立幼稚園協会 <https://www.itabashi-kids.jp/>

板橋区内の幼稚園情報のほか、「幼稚園教育の魅力」「子育て機関の情報」を紹介しています。

## ✿いたばし子育て応援アプリ

板橋区の子育て支援情報やお出かけ情報、公共施設や保育所・児童館、病院等のマップ情報、子育て日記、予防接種情報などをまとめて提供する「いつでも・どこでも・超便利」なアプリです。オンライン相談・イベント予約機能に加え、子育てに関する動画も視聴することができるので、ぜひインストールしてみてください。

情報の受信にかかる通信料はお客様の負担となりますのでご了承ください。

また、区ホームページ(二次元コード)より、利用規約とプライバシーポリシーをご確認のうえダウンロードしてください。



## ♡ 妊娠したら、これだけは

マタニティライフを始める人は、何かと心配・不安がつきものです。でもあらかじめ、出産までにどんなことをすればいいのか、板橋区にはどんなサポートがあるのか、知っておくと安心です。

## ✿妊娠したら、これだけは！

### ◎妊娠届出書の提出

マタニティライフは、妊娠届出書を提出することからスタートします。書類は次の窓口にあります。

・各健康福祉センター ・各区民事務所 ・戸籍住民課証明係(板橋区役所本庁舎1階)

### ◎おやこ健康手帳(母子健康手帳)の交付

妊娠届出書を提出すると、その場で「おやこ健康手帳(母子健康手帳)」と「妊婦健康診査受診票」などが入った「母と子の保健バッグ」が渡されます。

おやこ健康手帳(母子健康手帳)はお子さん1人につき1冊となります。双子(ふたご)以上のお子さんが生まれることがわかった場合は、新たに「おやこ健康手帳(母子健康手帳)」をお受け取りください。

### ◎妊婦・出産ナビゲーション事業

板橋区では、全ての妊婦さんが安心して出産を迎え、その後の育児を行えるように、お住まいの住所を担当する各健康福祉センター及び板橋区役所健康推進課で、保健師又は助産師による妊婦面接を実施しています。区民事務所では妊婦面接を行っておりません。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

### ◎妊婦健康診査

妊娠中の定期健診は分娩の安全性の確保や母子感染を防ぐために、とても大切です。お母さんやお腹の赤ちゃんの健康を保つためにも定期的に健康診査をお受けください。

#### <妊婦健康診査受診票>

- ◆受診時期…妊娠中の定期的な健康診査は、P.19の表を参考にして受けてください。
- ◆医療機関…都内契約医療機関等 ※一部を除き都外の医療機関では利用できません。
- ◆費用…一部助成・上限あり(受診票にない検査項目を行った場合は、自己負担が発生します。)

#### <妊婦子宮頸がん検診受診票>

- ◆受診時期…主治医と相談の上、受診してください。(原則として1回目の妊婦健診で実施します。)
- ◆医療機関…都内契約医療機関等 ※一部を除き都外の医療機関では利用できません。
- ◆費用…一部助成・上限あり(受診票にない検査項目を行った場合は、自己負担が発生します。)

#### <妊婦超音波検査受診票>

- ◆受診時期…主治医と相談の上、妊婦健康診査受診票と一緒にご利用ください。
- ◆医療機関…都内契約医療機関等 ※一部を除き都外の医療機関では利用できません。
- ◆費用…一部助成・上限あり(受診票にない検査項目を行った場合は、自己負担が発生します。)

### <新生児聴覚検査受診票>

- ◆受診時期…出生日を0日と起算して生後50日に達する日まで
- ◆医療機関…都内契約医療機関等 ※都外の医療機関では利用できません。
- ◆費用…一部助成・上限あり(受診票にない検査項目を行った場合は、自己負担が発生します。)

### ◎ウェルカムベビー講座等

妊婦さんやご家族を対象に行っています。詳細はP19をご覧ください。

## ♡ 出生届の提出時に、他の手続きも

例えば、板橋区役所や赤塚支所へ出生届を出すなら、ほかの手続きも一緒にまとめて済ませてみませんか。国民健康保険、出産育児一時金、乳幼児医療証、児童手当などの手続きをしておく、あとあとラクですよ。

### ♣ 出かける前に、必要なものをチェック！

- 出生届書  おやこ健康手帳(母子健康手帳)  保険資格がわかるもの
- 申請者の金融機関の口座番号がわかるもの
- マイナンバー(個人番号)がわかるもの・本人確認書類

### ◎出生届を14日以内(出生日を含む)に

おやこ健康手帳(母子健康手帳)を提出し、「出生届出済証明」を受けましょう。

- ◆届出先…出生地又は届出人の本籍地あるいは所在地の市区町村  
※板橋区の場合は【板橋区役所本庁舎】戸籍住民課戸籍係  
【赤塚支所1階】住民サービス係
- ◆届出人…父又は母  
※届出人が署名したあと届書を区役所に持参するのは、お子さんの父母以外の方でもかまいません。
- ◆届出に必要なもの  
・出生届(出産後、病院・産院で受け取ってください) ・おやこ健康手帳(母子健康手帳)  
※出生証明書は出産した病院の医師等が記入したものを添付してください。  
※父母が共に外国人の場合は、別途、入国管理局で在留資格の申請が必要です。



### ◎国民健康保険に加入している方は、赤ちゃんの加入を

赤ちゃんの国民健康保険の加入手続きをしましょう。

- ◆届出窓口…【板橋区役所本庁舎】国保年金課国保資格係
- ◆届出に必要なもの  
・来庁される方の本人確認書類(別世帯の場合、委任状が必要です。)
- ・おやこ健康手帳(母子健康手帳)(「出生届出済証明」があるもの)

### ◎出産育児一時金の受け取り

国民健康保険に加入している方は、要件を満たせば出産育児一時金の支給を受けることができます。出産育児一時金を出産費用に充てる直接支払制度を利用する場合は、出産する医療機関等で手続きをしてください。

直接支払制度を利用されない方、又は出産費総額が50万円未満で差額が生じた方については、出産後に板橋区に支給申請をしてください。社会保険に加入している方は、加入先の健康保険組合に申請をして下さい。

- ◆届出窓口…【板橋区役所本庁舎】国保年金課国保給付係
  - ◆届出に必要なもの…すべて原本が必要です。
    - ・出産した方の本人確認書類
    - ・おやこ健康手帳(母子健康手帳)(「出生届出済証明」があるもの)  
(死産(人工・自然流産を含む。))の場合は、所定の申請書に医師等の証明を受けるなど、死産であることを証明が必要)
    - ・世帯主の金融機関の口座番号 ・医療機関等の領収書と明細書
    - ・直接支払制度合意文書
- ※海外出産の場合、また、郵送で申請をご希望の場合は、事前にお問い合わせください。

## ◎乳幼児医療証をつくりましょう

赤ちゃんの病気やけがでかかった保険診療の医療費の自己負担分を助成する制度です。

◆届出窓口…【板橋区役所本庁舎】子育て支援課子どもの手当医療係（郵送による申請は、郵送用申請書と保険資格がわかるもののコピーを送る）

### ◆届出に必要なもの

・保険資格がわかるもの（乳幼児が加入しているか、加入予定のもの。コピー可）

※国が運営する電子申請サービス（ぴったりサービス）でも申請できます。

## ◎児童手当を申請するには

高等学校修了前の児童（18歳になった最初の3月まで）を育てている方に支給されます。

詳しくは区のホームページをご覧ください。

### ◆届出窓口

【板橋区役所本庁舎】子育て支援課子どもの手当医療係

【赤塚支所1階】住民サービス係

### ◆届出に必要なもの

- ・申請者名義の普通預金通帳
- ・申請者の保険資格がわかるもののコピー（私学共済を除く共済組合加入者のみ）
- ・申請者および配偶者のマイナンバー（個人番号）がわかるもの・本人確認書類
- ・その他必要な書類がある場合があります。

※国が運営する電子申請サービス（ぴったりサービス）でも申請できます。

## ◎マイナンバーカードの特急発行について

マイナンバーカードの特急発行は、通常よりも早い期間でマイナンバーカードを発行し、簡易書留（速達）で受け取ることができる制度です。以下のいずれかの方法で申請できます。

- ・マイナンバーカードの特急発行申請書欄がある出生届（出生届兼マイナンバーカード交付申請書）の提出によって申請することができます。
- ・出生届の提出から5開庁日以内であれば、区民事務所または板橋区役所本庁舎2階マイナンバー総合案内（26番窓口）でマイナンバーカードの特急発行申請を行うことができます。

### ◆届出人…父または母

※赤ちゃん本人の来庁は不要です。

### ◆届出に必要なもの

原則不要です。なお、以下をお持ちの方は受付時間を短縮できる場合があります。

- ・おやこ健康手帳（母子健康手帳）
- ・届出人の本人確認書類

◆詳細については区ホームページをご覧ください。

## ♡ユニークな子育て支援情報

板橋区では、子育て家庭を応援する様々な取り組みを行っています。ここでは、その中で板橋区が独自に行っているユニークな取り組みをご紹介します。

## ✿すくすくカード事業

### ◎自分で使いたいサービスが選べます！

お母さん・お父さんの育児不安・負担の軽減を図るとともに、リフレッシュ等の外出機会を促し、子育てしやすい環境づくりの推進を目的として、妊娠中から生まれたお子さんが3歳になるまで、多様なサービスの中から使いたいサービスを選んで利用できる「板橋区すくすくカード事業」を実施しています。

- ①配付対象 板橋区内に住所を有する妊娠中～3歳未満のお子さんの保護者 おやこ健康手帳（母子健康手帳）交付時に窓口で配付（出産後に転入された方は郵送で配付）
- ②配付方法 対象のお子さん一人につき利用券6枚がついたカードを配付
- ③配付枚数 対象のお子さんの3歳の誕生日の前日まで有効
- ④有効期間

※すくすくカード事業の内容は、すくすくカードメニューブック、もしくは、ホームページをご覧ください。

◆問い合わせ…子育て支援課 ☎3579-2475

## ✿赤ちゃんの駅

### ◎オムツ替えや授乳に児童館、保育園、健康福祉センターなどが便利！

外出先で、オムツ替えや授乳をする場所がなくて困ったことはありませんか？

そんな時にたよりになるのが「赤ちゃんの駅」です。

区では、子育て中のお母さんが、子どもと一緒に気軽に外出できる環境をつくるため、区内の保育園や児童館などを「赤ちゃんの駅」に指定しています。

⇒P73～P76参照

「赤ちゃんの駅」には、目印のフラッグやステッカーが玄関などに標示してありますので、お気軽にお立ち寄りください。

### ◆問い合わせ

子育て支援課 ☎3579-2475



## ✿ ITABASHI マタニティステーション ⇒P39参照

### ✿ 子育て出張相談

区内商業施設(イオンスタイル板橋・イオンスタイル板橋前野町)の赤ちゃんの駅内「子育て情報コーナーすくすく」において、子育てに関する出張相談を実施しています。おむつ替えや授乳の際に、日々の子育てに関する疑問や悩み、保育園への入園についてなどを気軽に相談することができます。

- ・イオンスタイル板橋 火・木曜日 10時～12時
- ・イオンスタイル板橋前野町 火・木曜日 14時～16時

※祝日・年末年始を除く

### ✿ 子育て応援とうきょうパスポート

◎提示すると協賛店で様々な子育てサービスを受けることができます。都内在住の18歳未満のお子様がいる、または妊娠中の方がいる世帯が対象となります。

詳細はホームページをご覧ください。<https://kosodateswitch.metro.tokyo.lg.jp/about>

## ♡ 育児支援ヘルパー

問い合わせ・申請先 ▶ 株式会社パソナライフケア ☎0120-022-177

### Q.1 利用できるのは？

区内に住所がある妊娠中の方(おやこ健康手帳(母子健康手帳)取得後から)及び3歳未満の乳幼児のいる方です。なお、育児協力者が居るときは援助ができませんのでご注意ください。

### Q.2 利用できる時間、料金は？

◆利用時間…月～日曜日(12/29～1/3を除く)

8時～19時(1日の利用時間は5時間まで)

◆料金…1時間あたり800円。(9時～17時以外の時間帯や土・日曜日、祝日は900円)

妊娠中～0歳児については、初回利用～10時間まで無料で利用ができます。

※減免制度あり

※利用予定日の前日(土・日・祝日、12/29～1/3を除く)17時を過ぎてキャンセルした場合は、キャンセル料をいただきます。無料利用枠のご利用についてはキャンセル料はかかりませんが、無料利用枠及び利用上限時間を1時間減算します。

### Q.3 サービス内容は？

◆家事援助…食事の支度、近所への買い物、洗濯、簡易な掃除など。

◆育児援助…沐浴の補助、乳幼児の見守り、健診等の付き添い、育児相談。

※買い物以外は、保護者がいるところでの援助です。

### Q.4 利用するには？

オンラインでの利用申し込みが必要です。詳細はホームページをご覧ください。

## ✿ サポートぬくもり

▶ 社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会地域福祉課 板橋区板橋2-65-6 板橋区情報処理センター1階 ☎3964-1185 FAX3964-0245

妊娠中・子育て中のパパ・ママを支えます。会員制の住民参加型有料在宅福祉サービスで、家事や育児補助を行います。1時間900円から(別途年会費1,000円)。

## ♡ ベビーシッター利用料助成事業

問い合わせ ▶ ベビーシッター利用料助成事業専用コールセンター ☎0120-212-115

※年度内に電話番号が変更になる場合があるため、区HPをご確認ください。

◆事業内容…日常生活上の突発的な事情などのために、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補助します。

◆対象…板橋区に住所があり、未就学児(障がい児は小学校6年生、病児・病後児は小学校3年生まで)のお子様と同居している保護者

- ◆対象期間…令和8年4月1日から令和9年3月31日までの利用分
- ◆利用料補助の上限時間…お子様1人につき年度内144時間まで(多胎児、障がい児、ひとり親家庭の方の場合はお子様1人につき年度内288時間まで)
- ◆利用料補助の上限金額…(1)日中利用(午前7時～午後10時)1時間あたり2,500円  
(2)夜間利用(午後10時～翌朝7時)1時間あたり3,500円
- ◆対象となる利用料…ベビーシッター事業者から請求される金額のうち、純然たる保育サービス提供対価(税込)のみ。入会金、会費、交通費等は対象外。
- ◆対象のベビーシッター…東京都が定める、ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)の認定事業者。詳細は東京都福祉局のホームページへ。  
<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/hoiku/bs/itijiazukarijgyoushalist.html>
- ◆利用方法…(1)東京都の認定事業者一覧から事業者を選び、直接利用契約を結びます。予約時に「東京都のベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)を使いたい」旨を必ず事業者伝えてください。  
(2)サービスを利用後、利用料金をベビーシッター事業者に直接お支払いください。事業者から「ベビーシッター補助事業要件証明書」「領収書」及び「利用明細書等」の発行を受けてください。  
(3)申請書、内訳表(区ホームページからダウンロードできます)、添付書類をそろえて区に補助金を申請してください。
- ◆申請書送付先…株式会社パソナライフケア(板橋区委託事業者)  
〒107-0062東京都港区南青山3-1-30  
株式会社パソナライフケア・板橋区ベビーシッター担当宛(区ホームページから電子申請も可能です)  
※年度内に送付先が変更になる場合があるため、区HPをご確認ください。

## ♡ ファミリー・サポート・センター事業

問い合わせ・登録申請先 ▶ 子ども家庭総合支援センター子育てサポート(本町24-17) ☎5944-2381

保育園の送り迎えや、ちょっとした用事のために1時間からでも子どもを預けることができます。子どもを預ける人と保育する人がそれぞれ利用会員・援助会員として登録し、子育てを地域で相互援助する事業です。

### Q.1 利用会員になれるのは？

板橋区に住所があり、対象となる子どものいる一時保育などを希望する方です。

### Q.2 援助会員とは？

- ◆資格…板橋区に住所があり、育児支援活動に熱意のある20歳以上70歳未満の健康な人で、区が実施する援助会員養成講座等を修了した人。
- ◆活動内容…会員の自宅や利用会員が指定する場所での一時保育、保育園などへの送迎です。  
※保護者がいないところでの援助です。

### Q.3 利用できるのは？

- ◆対象…生後43日～12歳の子ども(小学校6年生の3月31日まで利用可)
  - ◆時間…利用会員が希望する時間で援助会員が活動可能な時間(宿泊不可)
  - ◆料金…一人1時間あたり800円(9時～17時以外の時間帯や土・日曜日、祝日、12/29～1/3は、900円)すくすくカードの利用ができます。⇒P15参照
- ※利用前日の21時以降にキャンセルした場合、利用料の1時間分のキャンセル料が必要です。

### Q.4 利用するには？

まず利用会員の登録申請が必要です。登録方法及び利用方法の詳細はホームページをご覧ください。

- ◆申し込み…子ども家庭総合支援センター子育てサポート ☎5944-2381

## ♡ ショートステイ・トワイライトステイ事業

ご家庭において、お子さんの養育が一時的に困難となり、他に養育できる方がいない場合に協力家庭や施設においてお預かりする事業です。

⇒詳しくは、P41「ショートステイ・トワイライトステイ事業」参照

# 妊娠・出産～初めまして、赤ちゃん～

## ♡ 妊娠したら

おなかの赤ちゃんのことや、これからの生活の変化を考えると、不安もいっぱいですね。心配なときは、お近くの健康福祉センターへお気軽に相談してください。

### ❁ まず近くの窓口へ▶▶▶ 妊娠届出書の提出

▶ 健康推進課 ☎3579-2313 FAX3962-7834

「妊娠届出書」は、下記の窓口においてあります。

- ・各健康福祉センター
- ・各区民事務所
- ・戸籍住民課証明係(板橋区役所本庁舎1階)

必要な事項を記入し提出すると、「おやこ健康手帳(母子健康手帳)」と「妊婦健康診査受診票」などが入った「母と子の保健バッグ」が渡されます。

これで、妊娠から出産・育児に至るまで、さまざまな行政サービスが受けられます。



マタニティマーク

### ◎ おやこ健康手帳(母子健康手帳)

おやこ健康手帳(母子健康手帳)は、お母さんやおさんの健康の状態や成長の様子を記録します。診察や保健指導などを受けるときは、必ず持参し、必要に応じて書き入れてもらいましょう。

おやこ健康手帳(母子健康手帳)は、お子さん1人につき1冊となります。双子(ふたご)以上のお子さんが生まれることがわかった場合は、新たにおやこ健康手帳(母子健康手帳)をお受け取りください。

⇒使用に支障をきたすほど破れたり、汚れたり、また、なくしたりしたときは、おやこ健康手帳(母子健康手帳)の再交付を受けてください。

### ◎ 母と子の保健バッグ

東京都内の契約医療機関で利用できる妊婦健康診査受診票(14枚)、妊婦子宮頸がん検診受診票(1枚)、妊婦超音波検査受診票(4枚)、新生児聴覚検査受診票(1枚)、産婦健康診査受診票(2枚)、1か月児健康診査受診票(1枚)、妊婦歯科健診受診券(1枚)などが入っています。

また、児童手当、子ども医療証の案内や申請書をあわせてお渡ししています。

### ❁ 妊婦等包括相談支援事業・妊婦のための支援給付

妊婦等包括相談支援事業として、妊婦やご家族等に対して、各時期の面談・訪問等を活かしながら、保健師又は助産師が出産・育児等についての必要な情報提供や相談を行っています。また、妊婦期からの切れ目ない支援を効果的に実施するため、妊婦のための支援給付を一体的に行います。詳しくはホームページをご確認ください。

名称	対象(めやす)	事業内容
妊婦出産ナビゲーション事業 (妊婦面接)	妊娠届から 出産前まで	おやこ健康手帳(母子健康手帳)をお受け取り後に、各健康福祉センター又は板橋区役所健康推進課にて妊婦面接を行います。出産前に面接を受けていただいた方には、育児パッケージと妊婦のための支援給付の申請についてご案内します。オンラインでの面接も可能です。
妊娠8か月アンケート・ 伴走型妊婦訪問事業	妊娠8か月頃	妊婦8か月頃に、区からアンケートをお送りします(妊婦のための支援給付の届出案内有)。ご希望の方には、健康福祉センターでの面談、助産師による家庭訪問を行います。
新生児等・産婦訪問 (乳児家庭全戸訪問)	出産後から 産後4か月頃まで	出生通知票(電子申請)をもとに、ご家庭に訪問し、赤ちゃんの体重計測や育児等についての情報提供・相談を行います。

◆ 各健康福祉センター  
◆ 健康推進課母子保健係 ☎3579-2313

## ❀ 定期健診を受けましょう▶▶▶妊婦健康診査

### ◎妊婦健康診査

◆受診時期…妊娠中の定期的な健康診査は、下記の表を参考に受けてください。

理想的な妊娠中の健康診査の回数	公費による受診	
妊娠満23週までは、4週間に1回	14回	妊婦子宮頸がん検診1回 妊婦超音波検査4回
妊娠満24週から35週までは、2週間に1回		
妊娠満36週以降分娩までは、1週間に1回		

- ◆医療機関…都内契約医療機関等 ※一部を除き都外の医療機関では利用できません。
- ◆費用…一部助成・上限あり(受診票にない検査項目を行った場合は自己負担額が発生します。)
- ◆問い合わせ…健康推進課 ☎3579-2313 FAX3962-7834

### ◎定期予防接種

RSウイルスを原因とする新生児と乳児の下気道疾患を予防するため、妊婦に対するRSウイルス(母子免疫)ワクチンの定期接種を実施しています。予診票は妊娠届を提出後に区が郵送します。

- ◆対象…妊娠28週0日～36週6日の方
- ◆費用…無料
- ◆接種場所…23区内の協力医療機関

#### [里帰り出産等による妊婦健康診査・予防接種費用の助成]

板橋区では、里帰り出産等のために、区で交付した妊婦健康診査受診票・予防接種予診票が利用できず、都内契約医療機関以外で自費で妊婦健康診査を受診した方および予防接種を受けた方(事前に要申請)に対して、費用の一部を助成します。申請期限は出産した日・接種後より1年以内です。詳しくは、ホームページをご覧ください。

- ◆問い合わせ…妊婦健康診査について 健康推進課 ☎3579-2313  
予防接種について 予防対策課 ☎3579-2318

### ◎保健指導票

住民税非課税世帯及び生活保護世帯の妊婦・産婦や乳児(新生児を含む)を対象に、都内の指定医療機関で保健指導(健康診査)を公費負担で受けることができる保健指導票を交付します。対象の世帯により交付条件が異なりますので詳しくは各健康保健センターにお問い合わせください。

### ◎妊婦歯科健診

母と子の保健バッグに同封の「妊婦歯科健診受診券」を利用して妊娠中1回、無料で歯科健診を受けることができます。詳しくは区ホームページをご覧ください。

- ◆問い合わせ…健康推進課健康づくり・女性保健係 ☎3579-2727

### ◎ウェルカムベビー講座等

妊婦さんとパートナー、ご家族の方を対象に、妊娠・出産・赤ちゃんのお世話などについて学べる講座です。日程や申込方法などについては、区ホームページをご覧ください。

#### [対面コース(ペアコース・ママコース)]

- ◆対象…妊娠16週0日～36週6日の妊婦さんとご家族、初産婦優先
- ◆内容…助産師講義、妊婦疑似体験、沐浴・おむつ交換等実習、区制度案内、動画紹介等

#### [オンラインコース(ライブ配信)]

- ◆対象…妊婦さんとご家族(妊娠週数問わず、経産婦、祖父母も可)
- ◆内容…助産師講義、沐浴・おむつ交換等説明、区制度案内、動画紹介、質疑応答等

#### [プレパパセミナー]

- ◆対象…初めて父親になる方
- ◆内容…育児中に感じるストレスや不安への対応を学ぶ講義等

#### [妊婦とパートナー・家族へのおすすめコンテンツ]

マタニティストレッチや赤ちゃんの抱っこの仕方、おむつ交換、沐浴、妊産婦さんのための栄養と食事、おすすめ簡単レシピなど、プレママ・プレパパにおすすめの動画等を公開しています。いつでもどこでも何度でも視聴できます。詳しくは区ホームページをご覧ください。※申込不要

妊娠・出産  
〜初めまして、赤ちゃん〜

## ◎妊婦訪問指導

妊娠や出産について、心配や不安のある方は、保健師又は助産師が訪問してお話を伺ったり相談をお受けしています。妊娠8か月アンケートや電話での相談も受け付けていますので、お気軽に各健康福祉センターへご連絡ください。(無料)

◆問い合わせ…各健康福祉センター

## 妊娠中のくらし

### 【大切な健康診査】

おなかの赤ちゃんの発育はめざましく、それにつれて母体にもさまざまな変化が起きてきます。定期的に医療機関などで健康診査(妊婦健診)を受け、赤ちゃんの育ちぐあいや血圧・尿などの状態をみてもらいましょう。健康診査の間隔は妊娠23週までが4週間に1回、妊娠24-35週が2週間に1回、妊娠36週以降が週1回です。

### 【不安な点は積極的に質問を】

日常生活や栄養・環境のことなど、不安なことがあったら遠慮なく健康診査(妊婦健診)のときに、医師・助産師・栄養士などに相談しましょう。また、母親学級や両親学級などにもぜひ出席してください。

### 【休息と睡眠を十分に】

妊娠初期である11週(第3月)頃までと後期28週(第8月)以降はからだの調子が変動しやすく大切な時期です。仕事のしかたや休息の方法、食事のとり方などに無理せず工夫をしましょう。

### 【妊娠中の夫の協力】

妊婦の心身の安定には夫や家族など周囲の理解や協力が必要です。妻の妊娠の約40週間は、夫にとっても「父親」になっていく大切な準備期間です。この時期に夫婦で協力し、二人にとって子どもとの生活で大切にしたい事など、じっくり話し合ってみましょう。

### 【注意したい症状】

次のような症状が出たら、急いで診察を受けましょう。

むくみ、性器出血、腹痛、発熱、下痢、がんこな便秘、強い頭痛、めまい、吐き気、嘔吐、つわりで衰弱がひどい、ふだんとちがったおりもの、イライラしたり動悸がはげしく不安感がある、今まであった胎動を感じなくなった、下腹部が張って安静にしてもおさまらないなど。

### 【薬の影響について】

妊娠中の薬の影響については、事前にその必要性や効果、副作用について医師や薬剤師から十分説明を受け、適切な用量・用法を守りましょう。

### 【妊娠中、気をつけたい感染症

#### 胎児に影響を与える感染症も】

妊娠中には風しん、りんご病、水ぼうそう、トキソプラズマなどの感染症に注意しましょう。妊娠中に初感染すると胎児に影響を与えるものもあります。清潔に心がけ、うがい、手洗いを欠かさないようにしましょう。

### 【妊娠後半期に入ったら】

妊娠後半期(妊娠20週:第6月以降)に起こりやすいトラブルのうち、特に注意しなければならないのが妊娠高血圧症候群と貧血です。どちらも胎児の発育に影響し、母体を弱めることがあります。しかし、軽いうちに注意し治療を受ければ、胎児や母体に影響をほとんど残しません。予防と早期発見につとめましょう。

### 【里帰りのお産】

里帰り分娩などを望むときは、前の医師から紹介状をもらいます。また、分娩前後を住所以外で過ごす場合は、住所地及び帰省先の市区町村の母子保健担当に連絡し、その地域のサービス(新生児訪問など)の説明を受けましょう。

### 【母乳のすすめ】

赤ちゃんに母乳を与えるには、妊娠中から乳房や乳首の準備をしておくことが大切です。医師や助産師などに相談し、手入れの開始方法を教えてもらいましょう。

### 【たばこは…】

妊娠中の喫煙や受動喫煙は、胎児の発育に影響します。また、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙は乳幼児突然死症候群(SIDS)と関係することが知られています。妊婦自身の禁煙はもちろんのこと、周囲の人も妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙をやめましょう。

### 【アルコールは…】

アルコールは胎盤を通過しやすく、少量でも飲酒をすれば胎児もお酒を飲んだこととなります。赤ちゃんの発育にも影響を及ぼしますので、妊娠中は飲酒をやめましょう。

## 妊娠中の過ごし方

### 【歯の健康】

妊娠すると、ホルモンバランスの変化や生活習慣の変化により、むし歯や歯周病のリスクが高まります。1日1回は丁寧な歯みがきを心掛け、お口の中を清潔に保ちましょう。ご自身のお口の中の状態を知るためにも、体調の良い時に、歯科健診を受けることをおすすめします。

### 【食生活】

お母さんの健康と赤ちゃんの健やかな発育のために、食事は大切です。1日3食とること、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を心がけましょう。お菓子や嗜好飲料はひかえめにし、乳製品や果物を適度にとりましょう。

## 産後の過ごし方

### 【産後の健康にも注意】

お産のあとは、赤ちゃんのお世話に気をとられてお母さん自身のからだの健康については後回しにしがちです。産婦健診では医師の診察を受けましょう。

また、妊娠中や分娩のときに異常があった場合は、引き続きその治療を受けなければなりません。

### 【赤ちゃん和家人のかかりつけ医】

産後は何かと不安がちながちです。育児に備え、かかりつけの医師を決め、ふだんから相談に応じてもらいましょう。

妊娠・出産  
初めまして、赤ちゃん

## 母と子の健康カレンダー

妊 娠 出産誕生 4か月 6か月 9か月 1歳 1歳6か月 3歳 4歳 5歳

妊婦歯科健診(妊娠中のみ)

ウエルカムベビ-講座

乳幼児歯科健診

妊婦面接・相談

産後ケア

妊婦訪問

新生児等訪問

乳幼児訪問

保健指導票の交付  
新生児聴覚検査受診票の交付  
RSウイルス(母子免疫)予防接種  
妊婦健診受診票の交付  
おやこ健康手帳(母子健康手帳)の交付

出生届

出生通知票提出(電子申請)  
1か月児健診(病院等)  
産婦健診(病院等)  
1か月頃

4か月児健診  
離乳食講習会 BCG

6か月児健診  
B型肝炎(1回)

9か月児健診

麻疹・風しん混合1期

水痘(1回)

小肺(追加1回)

1歳6か月児健診  
1歳6か月児健診

水痘(1回)

五種混合又は三種混合+ポリオ(追加1回)

3歳児健診

日本脳炎(2回)

4歳児健診(希望者のみ)

日本脳炎(追加1回)

5歳児健診(希望者のみ)

麻疹・風しん混合2期

妊婦健診(病院等)

~23週 | 24週~35週 | 36週~  
4週に1回 | 2週に1回 | 週1回

※P13~P14及び  
P18~P19参照

## ♡ 妊娠・出産費用の助成など

妊娠・出産は、家族にとって一大イベント。費用もかかります。条件がそろえば、利用できる助成制度があります。ただし、所得制限があったり、出産後には利用できなかったりするので、注意が必要です。

### 🌸 妊娠高血圧症候群等医療費助成

▶ 各健康福祉センター

妊婦が、次の病気で入院医療を必要とする場合は、医療費の助成制度を利用できます。ただし、入院見込日数が26日以上又は、前年の所得税が3万円以下の世帯の方が対象となります。

◆対象疾病…妊娠高血圧症候群、糖尿病及び妊娠糖尿病、貧血、産科出血、心疾患

### 🌸 保健指導票

▶ 各健康福祉センター

住民税非課税世帯及び生活保護世帯の妊婦・産婦や乳児(新生児を含む)を対象に、都内の指定医療機関で保健指導(健康診査)を公費負担で受けることができる保健指導票を交付します。対象の世帯により交付条件が異なりますので詳しくはお問い合わせください。

### 🌸 高額療養費

▶ 国保年金課国保給付係 ☎3579-2404

通常の妊娠や出産にかかる費用は全額自己負担ですが、国民健康保険に加入している方で、帝王切開など、保険適用の負担額が高額になった場合、自己負担限度額を超えた部分が支給されます。なお、限度額適用認定証又は、マイナ保険証を提示することにより保険診療分の支払いが自己負担限度額までとなります。詳しくはお問い合わせください。

### 🌸 出産育児一時金

▶ 国保年金課国保給付係 ☎3579-2404

国民健康保険に加入している方が、出産したとき、子ども1人につき50万円を世帯主に支給します。妊娠85日以上で死産(人工・自然流産を含む)でも支給されます。この場合、医師の証明が必要です。ただし、他の社会保険等からこれに相当する給付がある場合は、支給されません。また、区が医療機関へ出産育児一時金の支払いをすることで、退院時の負担を軽減する、直接支払制度があります。手続きは医療機関でできますのでご確認ください。

社会保険に加入している方は、加入先の健康保険組合に申請してください。

### 🌸 国民健康保険料の産前産後の減額制度

▶ 国保年金課国保資格係 ☎3579-2406 [自動音声応答]

国民健康保険に加入している方は、出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の国民健康保険料が減額されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民健康保険料が減額されます。詳しくはお問い合わせください。

### 🌸 国民年金保険料の産前産後の免除制度

▶ 国保年金課国民年金係 ☎3579-2431

国民年金第1号被保険者の方は、出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。詳しくはお問い合わせください。

### 🌸 入院助産

▶ 各福祉課総合相談係

板橋福祉課総合相談係 ☎3579-2322

赤塚福祉課総合相談係 ☎3938-5126

志村福祉課総合相談係 ☎3968-2331

入院して出産する費用を支払うことが困難な方が指定病院を利用して出産できる制度です。所得制限があり、出産後の利用はできません。

## ❁ 確定申告(医療費控除)

📍板橋税務署 ☎3962-4151 自動ダイヤル相談

1年間に支払った医療費の総額が10万円(所得金額により10万円以下になる場合があります。)を超える場合、確定申告をすることにより、支払った税金が還付されることがあります。

### ◆医療費として認められるもの

・出産までの定期健診費 ・分娩費、入院費 ・入退院時や通院にかかった電車やバス代など

## ♡ 赤ちゃんが生まれたら

待望の赤ちゃん誕生、おめでとうございます。赤ちゃんの生まれた家庭に板橋区ではさまざまな支援を行っています。何か困ったこと、わからないことがあったら、遠慮なく担当係へご連絡ください。

## ❁ 出生届

📍戸籍住民課戸籍係 ☎3579-2202/赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113

赤ちゃんが生まれた日を含めて14日以内に届け出る必要があります。

### ◆必要なもの

・出生届(出産後、病院・産院で受け取ってください) ・おやこ健康手帳(母子健康手帳)

※出生証明書は、出産した病院の医師等が記入したものを添付してください。

※届出人は、原則としてお子さんの父又は母です。届出人が署名したあと届書を区役所に持参するのは、お子さんの父母以外の方でもかまいません。

## ❁ マイナンバーカード

📍板橋区マイナンバーコールセンター ☎6905-7031

出生届出日の翌日から5開庁日以内であれば、赤ちゃんが来庁することなくマイナンバーカードを通常より早い期間で受け取れる特急発行申請が行えます。詳しくは区ホームページをご覧ください。

## ❁ 新生児聴覚検査

生まれた赤ちゃんに実施する、新生児聴覚検査にかかる費用の一部を助成します。受診期間は誕生日を0日と起算して生後50日に達する日までです。検査はできるだけ退院前に、出産した病院で受けてください。受診票は、妊娠届出時にお渡しする「母と子の保健バッグ」の中に入っています。

### ◎里帰り出産等による新生児聴覚検査の助成

受診票が使用できない医療機関で検査を受けた方に対し、その検査費用の一部を助成します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

## ❁ 養育医療

📍各健康福祉センター

赤ちゃんの出生体重が2,000g以下、あるいは強い黄だんなどで医師が入院養育を必要と認めた場合、指定の医療機関に入院すると医療の給付が受けられます。

## ❁ 出生通知票(おやこ健康手帳(母子健康手帳)内に電子申請用二次元コード掲載あり) 📍各健康福祉センター

赤ちゃんが生まれたら、「出生通知票」を提出してください(電子申請)。赤ちゃんの名前が決まる前でも結構です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

※出生体重が2,500g未満の場合は、必ず出生通知票のご提出をお願いします。

## ❁ 新生児等・産婦訪問(乳児家庭全戸訪問事業)(出生通知票で申込) 📍各健康福祉センター

出生通知票をもとに、助産師又は保健師が赤ちゃんの生まれたご家庭に訪問します(生後120日以内)。出生通知票のご提出がない場合は、健康福祉センターの保健師からご連絡を取らせていただきます。

詳しくは、区ホームページをご覧ください。(電子申請や電話申込もできます。)

## ❁ 多胎児家庭支援事業(移動経費補助)

📍健康推進課母子保健係 ☎3579-2313

0歳、1歳、2歳の双子・三つ子のお子様を同じ世帯で養育されているご家庭を対象に、乳幼児健康診査や育児相談などを利用する際の外出時のタクシー費用の一部を助成します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

## ♡ 産婦健康診査を受けましょう

- ◆ 受診時期…出産後2か月まで(公費による受診回数2回まで)
- ◆ 問い合わせ…健康推進課母子保健係 ☎3579-2313

## ♡ 産後ケア事業(宿泊型・通所型・訪問型) <申込制>

産後ケアは、産後のお母さんと赤ちゃんが助産師による授乳相談や育児支援を受けていただくことで、安心して子育てができるようサポートする事業です。

※利用にあたっては、利用登録申請が必要です。詳細は区ホームページをご覧ください。

	宿泊型	通所型	訪問型
利用期間	最大産後120日以内 施設により利用期間(対象月齢)が異なります	最大産後6か月以内	産後1年以内
利用料金	1泊2日8,000円 1日追加4,000円	1回2,000円	1回600円
利用回数	6泊7日まで	7回まで	5回まで ※すすくカードが2回まで利用できます
利用施設	区契約施設や助産師のみ利用できます ※施設等一覧は、区ホームページをご確認ください。		
◆ 健康推進課母子保健係 ☎3579-2313			

## 🌸 産前産後支援事業(産後ドゥーラ)

📍 子ども家庭総合支援センター子育てサポート(本町24-17) ☎5944-2381

- ◆ 事業内容…産前・産後に、専門的な資格を持つ「産後ドゥーラ」が訪問し、お母さんのサポートや家事・育児の支援を行います。
- ◆ 対象…板橋区内に住所がある、妊娠中(おやこ健康手帳(母子健康手帳)の取得後)及び生後6か月未満のお子さんと同居されている方
- ◆ 利用上限時間…30時間(多胎児の場合は60時間)
- ◆ 利用可能時間…月曜日から日曜日(祝日含む)の午前9時から午後8時まで(12月29日から翌1月3日を除く)
- ◆ 利用料金…1時間につき1,300円(住民税非課税世帯・就学援助受給世帯半額、生活保護受給世帯免除)  
※初回利用～4時間まで、利用料1時間500円(住民税非課税世帯・就学援助受給世帯・生活保護受給世帯無料)  
※お出かけ同行時の交通費等、実費が発生するときは、追加でお支払いください。
- ◆ サービス内容…食事の支度・片付け、食材や生活必需品の買物、掃除、洗濯、授乳・おむつ替え・沐浴、きょうだいのお世話、通院などの同行、育児相談・助言など  
※引っ越し作業などの日常的な家事にあたらぬ作業や、託児目的での利用、保護者不在時の利用はできません。
- ◆ 利用方法…まず利用登録申請が必要です。登録方法及び利用方法の詳細は、ホームページをご覧ください。  
※利用予定日の前日(土・日・祝日、12/29～1/3を除く)17時を過ぎてキャンセルした場合は、1時間利用したものとし、利用上限時間数から1時間減算します。(キャンセル料はかかりません)

## 🌸 育児支援ヘルパー派遣

⇒詳しくは、P16参照

## ♡ 子育て費用の援助

子育てには何かとお金が必要です。赤ちゃんが誕生したら、児童手当の申請は、出生届と一緒に手続きを。手当の種類によって所得限度額に違いがあるので、よく確認をしましょう。手当は、受給要件に該当する児童の保護者に支給されます。なお、記載されているそれぞれの手当の金額は、法律の改正等により変更になる場合があります。詳しくは担当係へお問い合わせください。

### ✿ 児童手当

▶ 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477 / 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113

対象は、高等学校修了前の児童(18歳になった最初の3月まで)

- |                   |           |         |
|-------------------|-----------|---------|
| ・0歳～3歳誕生月         | (第1子・第2子) | 15,000円 |
|                   | (第3子以降)   | 30,000円 |
| ・3歳誕生月の翌月～高等学校修了前 | (第1子・第2子) | 10,000円 |
|                   | (第3子以降)   | 30,000円 |

※詳しくは、区ホームページをご覧ください。

板橋区 HP



### ✿ 児童扶養手当

▶ 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477 / 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113

対象は、父又は母がいない(父又は母が心身に重度の障がいのある場合などを含む)18歳になった最初の3月31日までの児童(心身に中程度以上の障がいのある児童は20歳未満)

- ・児童1人の場合 【全部支給】48,050円 【一部支給】11,340円～48,040円
- ・児童2人目以降 【全部支給】11,350円加算 【一部支給】5,680円～11,340円加算

### ✿ 特別児童扶養手当

▶ 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477 / 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113

対象は、次のいずれかに該当する20歳未満の児童

- ・愛の手帳1・2・3程度
- ・身体障害者手帳1・2・3級程度、下肢4級程度の一部
- ・長期間安静を要する病状または精神の障がい(自閉スペクトラム症等)により日常生活に著しい制限を受ける方

※なお、複数の障がいがある場合は、個々の障がいの程度が上記より軽度な場合でも該当となることがあります。

【1級】58,450円 【2級】38,930円



## ❁ 児童育成手当

👉 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477 / 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113

### 1. 育成手当

対象は、父又は母がいない(父又は母が心身に重度の障がいのある場合などを含む)18歳になった最初の3月までの児童1人につき13,500円

### 2. 障害手当

対象は、次のいずれかに該当する20歳未満の児童

- ・愛の手帳1・2・3度程度
- ・身体障害者手帳1・2級程度
- ・「脳性まひ」又は「進行性筋委縮症」 1人につき15,500円

※その他障がいの程度や等級が上記以外でも、診断書の提出により認定になる場合があります。

## ❁ 子ども医療費助成

👉 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477

対象は、18歳になった最初の3月31日までの児童

保険診療の範囲内で、自己負担となる医療費を助成する制度です。申請された方に医療証を発行します。

## ❁ 子育て・介護支援融資(すくすく・ささえ)

👉 東京都産業労働局雇用就業部労働環境課 ☎5320-4653

中央労働金庫 ☎0120-86-6956 / 東京都信用組合協会 ☎3567-6211

妊娠中から20歳までのお子様の子育て費用、介護休業中の生活費及び介護に関する費用を東京都が低利で融資します。(入学金・授業料等の教育費や子育てに必要な物品の購入費用、塾やおけいこごとの費用としてご利用いただけます。)

- ◆ 融資額…100万円以内
- ◆ 年利…1.5%(令和7年4月1日現在・固定金利)
- ◆ 返済期間…5年以内

※その他要件があります。 ※融資に当たっては審査があります。

## ♡ ひとり親の子育てを応援

ひとり親で子育てをする方のためにさまざまな手当や助成があります。利用するためには、所得などの制限があります。わからないことは、担当係に問い合わせをしたらうで申請しましょう。

## ❁ ひとり親家庭等医療費助成

👉 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477

対象は、父又は母がいない(父又は母が心身に重度の障がいのある場合などを含む)18歳になった最初の3月31日までの児童(心身に中程度以上の障がいのある児童は20歳未満)と、その親または養育者。

保険診療の範囲内で自己負担となる医療費を助成する制度です。住民税課税世帯の方は一部自己負担金があります。

## ❁ ひとり親家庭休養ホーム

👉 各福祉課総合相談係

ひとり親家庭の親と18歳以下(児童が18歳に達する日の属する年度の末日まで)の児童が区が指定した日帰り施設を無料または低額な料金で利用できます。(年度内1人1回)

## ❁ ひとり親家庭ホームヘルプサービス

👉 各福祉課総合相談係

小学校修了前の子どもを養育しているひとり親家庭で、就労や一時的な病気で育児・家事にお困りの時、ホームヘルパー派遣を利用できます。所得制限はありませんが、所得に応じて費用の一部負担があります。

## ❁ 児童扶養手当・児童育成手当 ⇒P25参照

## ❁ 母子及び父子福祉資金

▶ 各福祉課総合相談係

6か月以上都内に在住する20歳未満の子ども等を扶養している母子及び父子家庭等を対象に、修学・就学支度・生活など12の資金の貸付を行います。

## ❁ 女性福祉資金

▶ 各福祉課総合相談係

配偶者のいない25歳以上の女性、または25歳未満で親・子・兄弟姉妹などを扶養している女性を対象に修学・就学支度・技能習得資金などの貸付を行います。連帯保証人が1人必要です。

## ❁ 母子生活支援施設

▶ 各福祉課総合相談係

子どもが18歳未満の母子家庭で、様々な理由により安定した生活が難しく、子どもの養育が十分できない場合に親子で入所できます。

## ❁ 資格取得と就労支援

▶ 各福祉課総合相談係

### ① 自立支援教育訓練給付金

20歳未満の子どもを養育しているひとり親家庭の母または父が就職のために役立つと認められる指定教育訓練講座を受講し、修了した場合、受講料の一部を支給します。受講開始前に申し込みが必要です。

### ② 高等職業訓練促進給付金等

20歳未満の子どもを養育しているひとり親家庭の母または父が就業に有利な資格を取得するために養成機関で修業する際に、生活費の負担軽減を目的として、その修業期間中は高等職業訓練促進給付金を、修了時には修了支援給付金を支給します。

### ③ 高等学校卒業程度認定試験合格支援事業

20歳未満の子どもを養育しているひとり親家庭の母または父、および子どもが高卒認定試験合格のための講座を受講し、修了した場合、受講料の一部を支給します。受講開始前に申し込みが必要です。

### ④ 母子・父子自立支援プログラム策定事業

ひとり親の方のニーズに沿ったプログラムを策定し、自立に向けてお手伝いします。

◆ 対象者…①④…ひとり親家庭の親、②…児童扶養手当受給中の方、または同等の所得水準の方(例外あり)、③…ひとり親家庭の親または児童

## ❁ 養育費確保支援補助金

▶ 各福祉課総合相談係

養育費の取り決めに関する公正証書の作成や家庭裁判所への調停申し立て等にかかる経費を補助します。補助金の支給を希望される方は事前にご相談ください。



## ♥ 障がいのあるお子さんや家庭のために

すべての子どもに健やかな成長を保障するために、さまざまな援助のサービスがあります。障がいのあるお子さんや保護者の方を対象とした各種サービスのご利用については、それぞれの担当窓口にご相談ください。

### ✿ 手帳の交付

▶ 障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362

#### ◎ 身体障害者手帳

肢体・体幹・視覚・聴覚・平衡機能・音声・言語・そしゃく・心臓・腎臓・呼吸器・膀胱直腸・小腸・免疫機能・肝機能などに障がいのある方が、各種の援護を受けるために必要な手帳です。

#### ◎ 愛の手帳

知的障がいのある方が、各種の援護を受けるために必要な手帳です。

- ◆ 18歳未満の方は、子ども家庭総合支援センター ☎5944-2374
- ◆ 18歳以上の方は、東京都心身障害者福祉センター ☎3235-2961

### ✿ 精神障害者保健福祉手帳の交付

▶ 各健康福祉センター

上板橋健康福祉センター ☎3937-1041	板橋健康福祉センター ☎3579-2333
志村健康福祉センター ☎3969-3836	赤塚健康福祉センター ☎3979-0511
	高島平健康福祉センター ☎3938-8621

精神障がいのある方が、各種の支援を受けることができます。

- ◆ 申請に必要なもの
- 所定の申請用紙
- 診断書(健康福祉センターに様式あり)
- 写真

### ✿ 精神障がい者(児)医療費の助成

▶ 各健康福祉センター

- 精神障がいで通院治療している方に医療費を助成します。
- 18歳未満の方が精神疾患で入院して健康保険で治療を受けた場合も、医療費を助成します。

### ✿ 心身障害者(児)手当

▶ 障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 FAX3579-2364

#### ◎ 心身障害者福祉手当(区の制度)

身体障害者手帳1級～3級又は愛の手帳をお持ちの方、脳性麻痺又は進行性筋萎縮症の方、区指定の難病で特定疾病の医療費助成を受けている方が受給できる手当。手当額は障がいの程度により異なります。年齢・所得制限あり。児童育成手当(障害手当)を受給している方は対象になりません。

#### ◎ 重度心身障害者手当(都の制度)

重度の心身障がいのある方で、常に複雑な介護を必要とする方が受給できる手当。所得制限あり。

#### ◎ 障害児福祉手当(国の制度)

重度の心身障がいのある方で、常に介護を必要とする20歳未満の方。所得制限あり。

#### ◎ 特別児童扶養手当(国の制度) ⇒ P25参照。所得制限あり。

#### ◎ 児童育成手当(区の制度) [障害手当] ⇒ P26参照。所得制限あり。

※ただし、いずれの手当も施設入所児童は対象外です。

## ✿心身障がい者医療費の助成

▶障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 FAX3579-2364

身体障害者手帳1級2級(内部障がいは3級まで)、愛の手帳1度2度、精神障害者保健福祉手帳1級の方を対象に、マル障受給者証を交付します。病院等で診療を受けたときに、健康保険の自己負担分の一部を助成します。(所得制限あり)

## ✿障がい児(者) 歯科診療

▶板橋区歯科衛生センター 常盤台3-3-3 ☎3966-9393

一般の歯科医院での歯の治療が困難な障がい児(者)に対し、歯科診療・ブラッシング指導を行います。

## ✿自立支援医療(育成医療)

▶各健康福祉センター

18歳未満の方で、身体に機能障がいがあり、手術などにより機能回復が見込まれる方の医療費を助成します(保護者の所得制限あり)。指定医療機関で受診してください。

## ✿緊急保護(区の制度)

▶障がい政策課施設係 ☎3579-2363 FAX3579-4159

1歳以上の障がい児(者)の介護者が、介護できなくなったとき、赤塚ホームにおいて一時的に保護を行います。事前に利用登録が必要です。

- ◆場所…赤塚ホーム 赤塚6-19-14(赤塚福祉園内) ☎5383-5631 FAX5383-7551
- ◆申し込み…直接施設へ

## ✿障がい児への支援

▶障がいサービス課障がい相談係及び障がい児支援係

### ①居宅介護(ホームヘルプ)

自宅での入浴、排せつ、食事の介護などのサービスがあります。

### ②短期入所(ショートステイ)

自宅で介護する方が病気の場合などに、短期間、夜間を含め施設などで入浴、排せつ、食事の介護などを行います。

### ③障がい児通所支援

◆児童発達支援…未就学のお子さんを対象に、日常生活における基本的な動作の指導、集団生活への適応訓練を事業所にて指導員が行います。

◆放課後等デイサービス…就学しているお子さん(原則18歳に到達するまで)を対象に生活能力の向上のために必要な訓練、社会との交流促進等の支援を事業所にて指導員が行います。

◆保育所等訪問支援…指導員が保育所や幼稚園、学校などを訪問し、他のお子さんと一緒に過ごす集団生活に適應できるよう、専門的な支援を行います。

◆居宅訪問型児童発達支援…重度の障がいなどにより、通所することが困難なお子さんのために、指導員が児童の自宅を訪問し発達支援を行います。

### ④日中一時支援

日中施設で、入浴・排せつ・食事の介護などを行います。

### ⑤移動支援

社会生活上必要不可欠な外出および余暇活動などの社会参加のために外出する際の移動を支援します。

### ⑥補装具の購入・修理

心身障がい者(児)等に対して日常生活に必要な補装具を製作・修理する場合、補装具費を支給します。

### ⑦日常生活用具の購入

日常生活の利便性を図るため、在宅の心身障がい者(児)等に対して、日常生活用具費を支給します。

### ⑧住宅設備

住宅の設備改善費の一部を助成します。

※①⑤の支援については介護者の状況により支援が受けられます。



# 子どもの健康～すくすく子育て～

## ♡ 乳幼児の健康診査・育児相談など

子どもの健やかな成長を願って、無料で身体測定や相談などを行っています。健康診査は、子どものこころやからだの成長・発達を確かめる、大切な機会です。また、ことばの遅れや病気の早期発見のきっかけにもなります。

### 🌸 乳幼児健康診査

📍 各健康福祉センター

健診名	実施場所	対象者	健診の内容	お知らせの方法
1か月児健康診査	出産病院等	生後28日～生後41日まで (誕生日を0日目とする。)	身体発育状況、栄養状況、疾病及び異常の有無等	妊娠届出時に配付
4か月児健康診査	健康福祉センター	4か月児 (6か月になる前日まで)	問診、身体測定、診察、育児・栄養相談	2か月になる月の下旬に郵送
6か月児健康診査	都内契約医療機関	6～7か月児 (6か月になる日から8か月になる前日まで)	身体測定、診察、保健指導	
9か月児健康診査		9～10か月児 (9か月になる日から11か月になる前日まで)		
1歳6か月児健康診査	区内契約医療機関	1歳6か月児～1歳11か月児	身体測定、診察、保健指導	1歳5か月になる月の下旬に郵送
1歳6か月児 歯科健診	健康福祉センター	(1歳6か月～2歳になる前日まで)	歯科健診、育児・栄養・心理相談	
3歳児健康診査	健康福祉センター	3歳児 (4歳になる前日まで)	問診、身体測定、診察、歯科健診、尿検査、視力検査(※)、聴力検査(※)、育児・栄養・心理相談	2歳11か月になる月の下旬に郵送
4歳・5歳児健康診査		4歳・5歳児 (保育園・幼稚園児は除く)	(※)は3歳児のみ	毎月末、広報いたばしに掲載

### 🌸 健康福祉センターのごあんない

名称	担当の地域
板橋健康福祉センター ☎3579-2333	板橋・稲荷台・大谷口・大谷口上町・大谷口北町・大山町・大山金井町・大山西町・大山東町・加賀・熊野町・小茂根(1丁目1番)・幸町・栄町・中板橋・仲宿・仲町・中丸町・氷川町・富士見町・双葉町・本町・南町・向原・大和町・弥生町
上板橋健康福祉センター ☎3937-1041	上板橋・小茂根(1丁目2番～5丁目)・桜川・東新町・常盤台・東山町・南常盤台
赤塚健康福祉センター ☎3979-0511	赤塚・赤塚新町・大門・徳丸・中台・成増・西台・三園(1丁目)・四葉・若木
志村健康福祉センター ☎3969-3836	相生町・小豆沢・泉町・大原町・坂下・清水町・志村・蓮沼町・蓮根・東坂下・舟渡・前野町・宮本町
高島平健康福祉センター ☎3938-8621	新河岸・高島平・三園(2丁目)

### 🌸 育児相談

📍 各健康福祉センター

日時・場所はホームページをご覧ください。

#### ◎ 育児相談

健康福祉センターや集会所等で、保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士による育児相談・身体計測を行っています(一部予約制)。また、電話での相談は、いつでも受け付けていますので、ご利用ください。

### ◎お母さんの休み時間(予約制)

毎日の子育てや家事の大変さ、家族や周囲との関係など同じような悩みを持つお母さん同士が安心して気持ちを話せる会を開催しています。

### ◎ママのためのこころの相談室・パパのためのこころの相談室(保育付き、予約制)

妊娠・出産・育児の不安や家族関係の悩みなど、公認心理師とゆっくり話してみませんか。個別の相談です。

## 🌸 離乳食

▶ 各健康福祉センター

### ◎離乳食講習会(予約制)

健康福祉センターで、5～8か月頃までの離乳食のすすめ方のお話や作り方の紹介を行っています。日時は、毎月末の広報いたばしまたはホームページでお知らせします。

## 🌸 子ども発達支援センター事業

▶ 子ども発達支援センター ・専門相談 ☎5917-0905 FAX3974-8755  
・医療的ケア児相談支援 ☎3956-0240 FAX3956-0241

### ◎発達支援の専門相談

発達に気がかりのある乳幼児からおおむね15歳までの子どもとその家族などを対象に、発達障がいに関する相談をお受けします。

### ◎医療的ケア児相談支援

医療的ケア児相談窓口では、医療的ケア児とその家族、関係機関からの相談をお受けします。

◆相談時間…月～金曜日 9時30分から16時30分/第2・4土曜日 9時30分から12時(専門相談のみ)

※日曜、祝日、年末年始を除く

※出張専門相談…毎週金曜日 志村健康福祉センターにて実施(専門相談のみ)

予約・問合せは上記「子ども発達支援センター」へ

## 🌸 医療的ケア児等コーディネーター事業

▶ 障がいサービス課障がい児支援係 ☎3579-2148 FAX3579-2364

医療的ケア児等コーディネーターが、医療的ケア児とその家族が地域で安心して生活できるよう、医療、福祉、保育、教育等の関係機関と連携し、相談支援・連携調整を行います。利用にあたっては保護者からの申込みが必要です。

◆費用…無料 ◆問合せ・申込み…直接または電話・FAX

## 🌸 乳幼児歯科健診

▶ 各健康福祉センター

就学前のお子さんを対象に歯科健診と歯科相談を行っています。

詳しい日程や会場などは、区ホームページでご確認ください。

『広報いたばし』は新聞折り込みのほか区施設や各駅などでも配布しています。  
また、区ホームページでもご覧いただけます。

### 1歳未満の乳児に はちみつを与えないでください！

1歳未満の乳児は腸内環境が未熟なため、はちみつにボツリヌス菌が混入していた場合、菌が腸内で増えて「乳児ボツリヌス症」を起こすことがあります。

はちみつやはちみつ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

「乳児ボツリヌス症」になると、便秘になったり、哺乳(ほにゅう)力が低下したり、元気がなくなったりします。過去には死亡例もあります。右記二次元コードよりご確認ください。



## ♡ 歯と口の健康

健康な歯と口は、どの年齢でも食事や会話、スポーツなどを楽しむために大切です。お子さんの歯と口の健康に関心を持ち、日頃から観察する習慣をつけましょう。

### 🌸 むし歯・歯肉炎の予防

- 歯が生える前から、保護者の清潔な指でお口の周りや中を優しく触れて、お手入れに慣れさせましょう
- 食べたら歯をみがく（お手入れする）習慣をつけましょう
- お菓子や甘い飲み物は時間と量を決めて与え、規則正しい食生活を心がけましょう
- 普段の水分補給は水や麦茶にしましょう（熱が出たときや下痢のときは除きます）
- 歯が生えたらフッ化物配合の歯みがきジェル、うがいができるようになったら歯みがき粉を使って、歯を強くしましょう

### 🌸 お口の機能の発達

私たちの口には、「食べる」「話す」など、生活に欠かせない大切な働き（口腔機能）があります。お子さんのお口の発達は、生まれてすぐに母乳やミルクを飲むところから始まり、成長とともに少しずつ身についていきます。子どもの頃に口の機能を正しく発達させることは、将来の健康にもつながります。歯だけでなく日常の行動も含めて観察し、気になることがあれば歯科医院で相談しましょう。

### 🌸 かかりつけ歯科医を持ちましょう

お子さんのお口の中は成長とともに変化します。初めての歯科受診は1歳頃を目安にし、定期的に歯科医院でお口の状態や機能の発達をチェックしてもらいましょう。保護者の方も定期的に歯科受診をして、お口の健康を保ちましょう。

### 🌸 いたばしよい歯動画

お子さんの成長に合わせた歯のお手入れ方法やフッ化物の使い方などを、動画で分かりやすく紹介しています。ぜひご活用ください。



## ♡ 健康的な食生活のために

健康の増進、生活の質の向上を図るため、家族みんなで次の項目について実践していきましょう。

### ❁ 1.食事を楽しみましょう。

- 毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。
- おいしい食事を、味わいながらゆっくりよく噛んで食べましょう。
- 家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。

### ❁ 2.1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。

- 朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- 夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。

### ❁ 3.適度な運動とバランスのよい食事で適正体重の維持を。

- 普段から体重を量り、食事量に気をつけましょう。
- 普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- 無理な減量はやめましょう。
- 特に若年女性のやせに気をつけましょう。

### ❁ 4.主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを。

- 多様な食品を組み合わせましょう。
- 調理方法が偏らないようにしましょう。
- 手作りと外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。

### ❁ 5.ごはんなどの穀類をしっかりと。

- 穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- 日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。

### ❁ 6.野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせよう。

- たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。
- 牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。

### ❁ 7.食塩は控えめに、脂肪は質と量を考えて。

- 食塩の多い食品や料理を控えめにしましょう。
- 動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- 栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。

### ❁ 8.日本の食文化や地域の産物を活かし、郷土の味の継承を。

- 「和食」をはじめとした日本の食文化を大切にして日々の食生活に活かしましょう。
- 地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- 食材に関する知識や調理技術を身につけましょう。
- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や作法を伝えていきましょう。

### ❁ 9.食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活を。

- まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスを減らしましょう。
- 調理や保存を上手にして、食べ残しのない適量を心がけましょう。
- 賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。

### ❁ 10.「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみましょう。

- 子どものころから、食生活を大切にしましょう。
- 家庭や学校、地域で、食品の安全性を含めた「食」に関する知識や理解を深め、望ましい習慣を身につけましょう。
- 家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみましょう。
- 自分たちの健康目標をつくり、よりよい食生活を目指しましょう。

## ♥ 予防接種

感染症は、今でも子どもの健康をおびやかしている病気ですが、予防できるものです。感染症から子どもを守るために、予防接種は大きな力を発揮してきました。感染症に対する治療法が進歩してきた現在においても、予防接種は非常に効果の高い予防手段ですので、子どもの健康を守るために予防接種を受けましょう。(里帰り出産先で接種をご希望の方はHPをご覧ください)

### 🌸 定期予防接種

予防接種名		接種回数	接種対象年齢 (法律で定められた期間)	標準的な接種時期 (望ましい接種時期)	区よりの 通知時期
ロタウイルス ※1	1価 ワクチン	2回	出生6週0日後から24週0日後まで	1回目接種は、生後2か月の前日から14週6日後まで	生後1か月
	5価 ワクチン	3回	出生6週0日後から32週0日後まで		
B型肝炎		3回	1歳の誕生日の前日まで	生後2か月の前日から9か月の前日まで	生後1か月
小児用肺炎球菌 ※2	初回	3回	生後2か月の前日から5歳の誕生日の前日まで	1回目接種は生後2か月の前日から7か月の前日まで	生後1か月
	追加	1回		1歳以降かつ初回終了後60日以降(おおむね生後12か月の前日から15か月の前日まで)	
五種混合1期 ※3	初回	3回	生後2か月の前日から7歳6か月の前日まで	生後2か月の前日から7か月の前日まで	生後1か月
	追加	1回		初回終了後6か月から1年半	
BCG		1回	1歳の誕生日の前日まで	生後5か月の前日から8か月の前日まで	生後1か月
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	1回目 1歳の誕生日の前日から1歳3か月の前日まで 2回目 1回目終了後6か月から1年	生後11か月
麻しん風しん混合1期		1回	1歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日まで	3歳の誕生日の前日から4歳の誕生日の前日まで 4歳の誕生日の前日から5歳の誕生日の前日まで	生後11か月 接種対象期間の前年度末
麻しん風しん混合2期		1回	小学校就学前1年間(幼稚園園長相当)(就学前年度4月1日～3月31日)		
日本脳炎1期 ※4	初回	2回	生後6か月の前日から7歳6か月の前日まで	3歳の誕生日の前日から4歳の誕生日の前日まで 4歳の誕生日の前日から5歳の誕生日の前日まで	2歳11か月
	追加	1回			
日本脳炎2期		1回	9歳の誕生日の前日から13歳の誕生日の前日まで	9歳の誕生日の前日から10歳の誕生日の前日まで	8歳11か月
二種混合2期		1回	11歳の誕生日の前日から13歳の誕生日の前日まで	11歳の誕生日の前日から12歳の誕生日の前日まで	10歳11か月
ヒトパピローマウイルス感染症		3回	小学校6年生から高校1年生相当の女子	中学1年生	小学6年生になる直前の3月末

法律で定められた接種対象年齢であれば、全額公費負担(無料)です。

- ※1 ロタウイルスワクチンは2種類あり、どちらか一種類のワクチンでそれぞれの回数を接種します。  
 ※2 接種開始年齢によって接種回数異なります。区ホームページをご覧くださいか下記へお問い合わせください。

上記予防接種のほかに

- 麻しん風しん混合1・2期について、2歳以上19歳未満の方で、定期接種期間に接種できなかった場合は、下記へお問い合わせください。
- 日本脳炎特別措置として平成18年4月2日生～平成19年4月1日生の方に限り、初回(2回)、追加(1回)、2期(1回)のうち未接種回数分を20歳未満までの間に公費負担で接種できます。接種を希望する場合は、予診票の発行手続きが必要です。  
 詳しくは、予防対策課予防接種係にお問い合わせください。

予診票がない場合は、おやこ健康手帳(母子健康手帳)をお持ちになり、健康福祉センターへお越しになるか、電子申請を行ってください。

◆お問い合わせ…予防対策課予防接種係 ☎3579-2318

## ♡ 子どもが病気・けがをしたとき

### 🌸 小児平日夜間診療

- ▶ 板橋区平日夜間応急子どもクリニック 大谷口上町30-1 (日本大学医学部附属板橋病院内)  
☎3972-8111 (「子どもクリニック受診希望」と伝えてください。)

平日の夜間、子どもの急病に対して、小児科応急診療を行っています。電話連絡のうえ、ご来院ください。受診する際は、保険証・乳幼児医療証等を忘れずに持っていきましょう。

- ◆ 診療日…月～金曜日(休日、年末年始を除く)
- ◆ 診療時間…19時～22時(最終受付21時45分)
- ◆ 診療科目…小児科
- ◆ 対象…15歳以下の子ども

### 🌸 休日医科診療(当番制)

- ▶ 広報いたばし(前月の第4土曜日発行号) / 区ホームページ「夜間・休日診療」

急病患者(主として内科・小児科)を対象に、休日診療を行っています。事前に必ず電話で医療機関に確認のうえ、受診してください。受診する際は、保険証・乳幼児医療証等を忘れずに持っていきましょう。

- ◆ 診療日…日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)
- ◆ 診療時間…9時～20時(最終受付19時30分)

- ◎ 東京都医療機関案内「ひまわり」 ☎5272-0303
- ◎ 外国語による医療情報サービス(毎日9時～20時) ☎5285-8181
- ◆ 対応言語…英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語
- ◎ 東京消防庁救急相談センター ☎#7119または3212-2323



### 🌸 休日歯科応急診療

- ▶ 板橋区歯科衛生センター 常盤台3-3-3 ☎3966-9393

休日に歯が痛くなってお困りの方に応急診療を行っています。受診する際は、マイナンバーカード・乳幼児医療証等を忘れずに持っていきましょう。

- ◆ 診療日…日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月4日)
- ◆ 診療時間…9時～17時(最終受付16時)
- ◆ 申し込み…電話でお申し込みください。

### 🌸 電話相談「子供の健康相談室」(小児救急相談)

- ▶ #8000または☎5285-8898

板橋区の健康福祉センターが閉庁した後、東京都では、子どもの健康に関する不安や悩みの相談に応じています。月～金曜日18時～翌朝8時、土・日・休日・年末年始8時～翌朝8時

### 🌸 中毒110番(医薬品・化学物質など、急性中毒の問い合わせ)

- ◎ (公財)日本中毒情報センター つくば中毒110番

☎029-852-9999 365日、9時～21時対応

化学物質(たばこ・家庭用品など)や医薬品、動植物の毒などによる急性中毒の情報を提供しています。

- ◎ たばこ専用電話(たばこ誤飲事故専用)

☎072-726-9922 365日、24時間対応

自動音声応答による情報提供。



※いずれも、通話料は相談者の負担となります。

## ♡ 子どもの人権といのちを守ろう

子どもは、かけがえのない“未来への希望”です。地域の中で、子どもたちを温かく見守り、子どもへの虐待、事故や犯罪などから守りましょう。

### ♣ 子ども家庭総合支援センター

▶ 子ども家庭総合支援センター ☎5944-2373

- ◆ 子育てをしていて「虐待かな?」と思ったとき
  - ・ 子育てがうまくいかず自分を責めてしまう
  - ・ 子どもがかわいいと思えない
- ◆ まわりで様子を見て「虐待かな?」と思ったとき
  - ・ 子どもに向かって激しく怒鳴る、叩く親がいる
  - ・ 怪我やあざが多い、また、ひどく不潔な子がいる

### ◎ 子どもなんでも相談 ☎0120-925-610

子どもと家庭に関する悩みなら、何でも相談を受けます。

### ♣ メールけいしちょう

▶ 警視庁生活安全総務課渉外情報発信係 ☎3581-4321 警視庁代表

警視庁と板橋・志村・高島平警察署は、身近な地域で起きた犯罪の発生情報「警視庁メールマガジン」の配信サービスを行っています。携帯電話やパソコンから簡単に登録手続きができ、配信情報を自由に選択できます。

### ♣ 子ども110番の家

▶ 各警察署

子どもたちの身に危険が迫ったとき、助けを求めて逃げ込める民間の防犯協力拠点「子ども110番の家」の活動があります。子どもが、安心して通学したり遊んだりすることができるようにPTAが中心となって進めています。

### ♣ 児童養護施設・里親

▶ 子ども家庭総合支援センター ☎5944-2374 FAX5944-2376

「児童養護施設」は、保護者のいない児童や環境上養護を要する児童を養護し、その自立を支援する施設です。

また、「里親制度」は、親と一緒に暮らせない児童を自分の家庭に迎え入れ、養育をしていただく制度です。

### ♣ 乳児院

▶ 子ども家庭総合支援センター ☎5944-2374 FAX5944-2376

さまざまな事情で家庭での養育が困難な乳幼児を、おおむね2歳まで養育する施設です。

### ♣ 子どもの事故の対策POINT! 月齢別にみる発達と事故 ～チェックしてみましょう～

多くの子どもが事故で命を落としています。その事故の多くは家庭の中でおきています。子どもの発達段階にあわせた安全な環境づくりを心がけ、事故を未然に防ぎましょう。

#### ◎ 救急車を呼んだほうがいいか迷ったら

救急相談センター #7119

#### ◎ 救急車を呼ぶときは…

- ① 119とダイヤルして「救急」と伝える
- ② 救急車が向かう住所(目標物)を伝える
- ③ 状況を簡潔に伝える(子どもの年齢、いつ、どこで、どうしたか、容体等)
- ④ 通報者の名前を伝える(場合によって電話番号も聞かれる)

#### ◎ 救急車を呼んだら、用意しましょう

健康保険証・乳幼児医療証・おやこ健康手帳(母子健康手帳)・診察券・おくすり手帳・お金・着替え(靴)



## 生後0～4か月(ねがえり前)

### ◎窒息

- うつぶせ寝はさせない
- やわらかい寝具は使わない
- ベッドの中に不要なものは置かない

### ◎やけど

- ミルク、お湯、シャワーの温度を確認している
- 子どもを抱いたまま料理をしない

### ◎転落・転倒

- 靴下、スリッパは滑るので気をつける
- 上の子が抱くときは、大人が支えている

### ◎おぼれ

- 疲労時、飲酒時には一緒に入浴しない
- 子どもを風呂のふたの上に寝かせない



## 生後5～8か月(ねがえり・おすわりができるようになったら)

### ◎誤飲・窒息

- 医薬品、化粧品、洗剤、たばこなどは手の届かない所に置いている
- トイレトーパーの芯(直径39mm)を通るものは、手の届くところに置かない

### ◎やけど

- 子どもを抱いたまま熱いものを飲食しない
- テーブルクロスは子どもが引っ張るので使わない

### ◎転落・事故

- ソファなどの高い所に寝かせない
- ベビーベッドの柵を上げている

## 生後9～12か月(はいはい・つかまり立ち)

### ◎やけど

- ポットや炊飯器にふれないように子どもの近くで使用しない
- ストープやヒーターは安全柵を囲っている

### ◎転落・転倒

- 階段の上下などには転落防止用の柵をつけている
- ドアや窓には鍵をかけている
- 子どもを乗せたまま、自転車から離れない

### ◎おぼれ

- 残り湯をしない
- 浴室に外鍵をかけている
- 洗濯機の近くに踏台になるような物を置かない

### 【児童館小児救急教室について】

板橋区では、子育て中のパパママ向けに、児童館で小児救急教室を開催しています。東京都では救急車を呼んでから到着するまでに、約10分かかると言われています。心臓呼吸停止のまま、なにも手当をせずに10分も放置すると、助かる可能性がどんどん低くなってしまいます。

この「救急車が到着するまでの10分間」に身近な方の応急手当が行われれば、お子さんの命が助かる可能性がグッと高くなります。いざという時のために、大切なお子さんの命を守る方法を一緒に学んでみませんか？

開催日など詳細につきましては、地域防災支援課までお問い合わせください。

▶ 地域防災支援課地域支援係  
☎3579-2152



# 子育て支援

## ♡ 子育て支援交流スペース

地域の交流スペースでお子さんとの時間を過ごしてみませんか？

自宅以外でお子さんと過ごせるあそび場や子育て支援事業を紹介しています。気軽に足を運んでみてください。

### ✿ 乳幼児子育て支援事業

▶各児童館または子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475

子どもの健やかな成長を願って、児童館では、乳幼児子育て支援事業を実施しています。

個別の遊びを中心に親子で自由にご利用いただけるほか、年齢に応じた集団遊びを行う0歳からの年齢別プログラムや目的別プログラムを実施しています。ぜひご利用ください。

### ✿ 園庭開放

▶各保育園・幼稚園へ直接

区立、私立の保育園・幼稚園では、地域の親子に園庭や施設の一部を開放。七夕などの季節行事やプール遊びなどの行事にも参加できます。電話による相談、対面による相談もあります。

### ✿ 森のサロン

▶森のサロン ☎3961-6354 / 子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475

板橋区と東京家政大学との協働による子育てひろばです。4歳未満のお子さんと保護者を対象に大学ならではの講座や、緑豊かなキャンパスでの屋外イベントも開催しています。

加賀1-18-1 東京家政大学内

◆利用時間…10時～12時、13時～16時(水曜日の午後、土・日曜日、祝日、学校休校日を除く)

◆ホームページ…<https://www.tokyo-kasei.ac.jp/society/hulip/salon/index.html>



## ♡ 子育て応援児童館CAP'Sへ行こう

### ✿ 子育て応援児童館CAP'S

▶子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475 FAX3579-2487または各児童館

児童館は、「子育て応援児童館CAP'S(キャップス・Children And Parents' Station)」として、主に乳幼児と保護者向けのいろいろな事業をおこなっています。

乳幼児向け年齢別プログラムや子育て応援教室のほか、乳幼児専用ルーム「すくすくサロン」を全館に設置するなど、親子の居場所づくりに取り組んでいます。

◎開館時間 月～金曜日 9時～17時 ※乳幼児は、保護者同伴で自由利用できます。  
※12時～13時はランチスペースとして、すくすくサロンを利用できます。

◎休業日 土・日曜日、祝日、年末年始  
次の通り、施設開放日があります。

#### ◎施設開放

土・日曜日・祝日の9時～12時、13時～17時(12月28日～1月4日を除き、12月27日が土曜日の時は12月27日、1月5日が日曜日の時は1月5日を除く。) ※児童・乳幼児親子に開放しています。

#### ◎子育て相談

全てのCAP'Sで、開館時間中随時職員がお受けしています。また、次の5館では「子育て相談エール」として専任相談員も相談をお受けしています。気軽にお声がけください。

◆実施館…大山東・上板橋・清水・なります・はすのみ

✿ 乳幼児子育て支援事業 ⇒P38参照

✿ 子育て応援教室 ⇒P41参照

## ✿ 乳幼児向け年齢別プログラム

① 直接各児童館へ / 子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475 FAX3579-2487

乳幼児とその保護者を対象に年齢に応じた集団遊びを行っています。

◆ 活動日…月～金曜日(土・日曜日・祝日・年末年始を除く)

◆ 活動時間…9時～17時のおおむね30分～1時間程度

※CAP'Sにより実施時間や内容などが異なります。詳しくは各CAP'Sへお問い合わせください。

## ✿ ほっとプログラム

子育ての「ちょっと気になる」に寄り添った少人数制のプログラムを、次の5館で月に1～2回実施しています。事前予約が必要ですので、詳しくは実施館にお問い合わせください。また、ほっとプログラム実施館においても、子育て相談エール館同様、専任相談員による子育て相談をお受けしています。

◆ 実施館…赤塚・志村・高島平・西徳・南板橋

## ✿ 乳幼児専用ルーム「すくすくサロン」

① 子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475 FAX3579-2487または各児童館

情報交換や仲間づくりの場として、乳幼児とその保護者が一日中過ごせる部屋です。お昼にはランチスペースとして、持参した昼食をとることができます。

◆ 開設日…月～金曜日

◆ 開設時間…CAP'Sの開館時間を通して利用できます。

## ✿ ITABASHIマタニティステーション ① 子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475

ITABASHIマタニティステーションは、妊婦さんの外出時の立ち寄り場所として全児童館でご利用いただけます。休憩のほか児童館の利用案内や子育て情報の提供も行っています。

◆ 開設日…月～金曜日(祝日・年末年始を除く)

◆ 開設時間…9時～17時

## ♡ 交流グループ

各健康福祉センターには、保健師が活動を支える親子の交流グループがあります。

名称	対象・活動内容	連絡先
ツインキッズクラブ	<ul style="list-style-type: none"> <li>双子、三つ子を妊娠中の方とそのパートナーの方</li> <li>双子、三つ子のお子さん(未就園児)とその保護者の方</li> </ul> 年6回の交流会を行います。	各健康福祉センター ⇒P30参照

ママ同士の交流や、子育ての悩み相談、子育て情報の提供などを行っています。

名称	対象・活動内容	連絡先
2・3か月児の親子の会 (産後サポート事業)	2～3か月のお子さんの保護者を対象に交流会と児童館の利用案内を行います。	各児童館 ⇒P64～P72参照

子育て中の人、子育て支援活動を行っている人が中心となって、自主的に活動する子育てサークルもあります。

名称	対象・活動内容	連絡先
子育てサークル交流会	板橋区の子育てを応援する団体・機関・個人が参加して、親子で楽しめる「すくすくまつり」を年に1回、開催しています。また、イベント情報などを掲載した「すくすくネット」を発行しています。	子育てサークル交流会 金成(かなり) ☎090-4452-0661

## ♡ ちょっと、子どもを預かって！

子育てに疲れて、ちょっと息抜きをしたいときもあります。急な用事ができた、子どもを連れて外出できない、病気になってしまった。そんなときには「一時保育」という制度があります。上手に利用して、子育て生活を楽しく！

### ✿ 一時保育(保育園など)

区立保育園⇒保育運営課保育運営・給食係 ☎3579-2483

私立保育園⇒保育サービス課民間保育第一係 ☎3579-2492

小規模保育園⇒保育サービス課民間保育第二係 ☎3579-2494

保護者の育児疲れや入院、冠婚葬祭、家族の介護等のとき、保育園で一時保育を利用できます。保育年齢、利用料金は、各保育園によって異なります。

◆申し込み…直接、希望する施設へ

名称	住所	連絡先
赤塚保育園	赤塚6-30-1	☎3930-0128(一時保育専用)
向原保育園	向原1-18-5	☎3974-6388(一時保育専用)
敬隣保育園	本町19-4	☎3961-3912
平和保育園	富士見町13-6	☎3964-6074
陽光保育園	大谷口上町23-1	☎3956-1068
こぶし保育園	坂下3-10-G-109	☎5916-0431
前野保育園	前野町4-6-7	☎3967-4644
グローバルキッズ上板橋園	常盤台4-30-4	☎3936-7777
キッズタウンむかいほら保育園	向原3-7-7	☎5917-0752
板橋保育園	富士見町20-25	☎5944-2662
メリーポピンズ浮間舟渡ルーム	舟渡1-2-11	☎6279-8951
小規模保育園ドリームキッズ板橋保育園	板橋1-8-11	☎5944-2780
木下の保育園中板橋小規模保育園	中板橋19-6	☎5375-0125
木下の保育園上板橋小規模保育園	上板橋2-3-8 2階	☎6906-9775
木下の保育園成増小規模保育園	赤塚3-16-2	☎3975-2117
上板橋二丁目小規模保育園	上板橋2-48-1	☎6906-4200
志村一丁目小規模保育園	志村1-8-6	☎6454-5008
サンシティ小規模保育園	中台3-27-7	☎5922-6166
大山西町小規模保育園	大山西町52-13	☎5926-7317
デイジー小規模保育園・加賀	加賀2-5-28 1階	☎5944-1380
デイジー小規模保育園・小竹向原	小茂根1-1-41	☎6909-4044
シエル小規模保育園・加賀	加賀2-5-28 2階	☎5944-1971
コスモメイトときわ台小規模保育園	前野町2-16-1	☎3966-1090
きららの杜西台小規模保育園	高島平1-79-3	☎6913-0477
ウェルネス保育園成増小規模保育園	成増1-5-9 1F	☎6904-0910
小規模保育園あずさわ保育園	蓮沼町73-14	☎3967-9267
小規模保育園ひまわり保育所	高島平8-9-1-102	☎3936-3910
氷川町小規模保育園	氷川町24-2	☎3579-5766
なでしこ小規模保育園	坂下3-28-24	☎5918-8611
スマイスセレソンスポーツ保育園志村坂上	小豆沢2-3-18	☎6386-8200
HOPPA板橋徳丸保育園	徳丸3-10-11	☎3931-0991
HOPPA板橋西口保育園	板橋1-12-6	☎3579-3022
HOPPA板橋赤塚ばうむ保育園	赤塚新町3-13-11	☎6904-1350
小規模保育園MIRAZ常盤台保育園	南常盤台1-21-4	☎5926-4747
ぬくもりのおうち保育高島平小規模保育園	高島平8-7-13	☎6912-3714
ぬくもりのおうち保育蓮根小規模保育園	蓮根2-27-24	☎5948-7414

この他、区内の認証保育所でも、一時保育を実施しているところがあります。

**✿ 多様な他者との関わりの機会の創出事業** ◯ 保育サービス課民間保育第二係 ☎3579-2494

保護者の就労等の有無にかかわらず、保育所等を利用していないお子さんを定期的にお預りする制度です。

名称	電話番号
おやこ舎あやとり	☎3968-1701

この他、区内の一部幼稚園でも事業を実施しているところがあります。

(問い合わせ先:学務課幼稚園係 ☎3579-2613)

**✿ ショートステイ・トワイライトステイ事業**

▶ 子ども家庭総合支援センター子育てサポート(本町24-17) ☎5944-2381

仕事・病気・出産・介護・育児疲れなどで、一時的に子どもの世話ができないときに区が委託した家庭的な施設(2歳~12歳)、または区が委託した乳児院(生後43日~2歳未満)または、区が委託した協力家庭(生後43日~18歳未満)でお預りします。宿泊・日帰り・夕方からのお預りがありますので、用途に合わせてご利用いただけます。

※減免制度あり

◎ ショートステイ、乳児ショートステイ・協力家庭

- ・ 宿泊 1泊24時間 2500円(食事付)
- ・ 日帰り 10時間以内(※乳児ショートステイは9時間以内、協力家庭は4時間以上10時間以内) 1500円(食事付)
- ・ 年度内 併せて14日以内利用可 (協力家庭は単独で年14日以内利用可)  
(日帰りは0.5日で換算)



◎ トワイライトステイ

1回900円(夕食付)。16時~22時の間で利用できます。年度内30日以内利用可。

※乳児院、協力家庭でのお預かりはありません。

**♡ 子育てを学ぶ**

子どもが生まれると、親になります。でも、誰でも最初から、悩みや不安が何もなく、親になるわけではないですね。板橋区には、子育てしながら学ぶ場がいろいろと用意されています。

**✿ ウェルカムベビー講座** ⇒P19参照。

▶ 各健康福祉センター

**✿ 男女平等推進センター「スクエア・I(あい)」**

**男女平等推進センター「スクエア・I(あい)相談室」**

▶ 男女社会参画課 ☎3579-2486

男女平等参画社会の実現をめざし、区民の自主的な活動・交流の場として開設されました。情報資料コーナーでは、家族や子育てに関する図書等の貸出し・閲覧を行っています。また、相談室では、各種相談事業も行っています。

**✿ 子育て応援教室**

▶ 直接各児童館へ / 子育て支援課子育てサービス係 ☎3579-2475 FAX3579-2487

児童館では、子育てに関する各種講習会、親子の創作活動、保護者同士の交流会などを実施しています。だれでも気軽に参加できます。

◆ 実施館…全26館

◆ 実施曜日、実施回数…月曜日~金曜日で、概ね月2回程度

※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。



# 仕事も育児もバランスよく

## ♡ いたばしの認可保育施設

板橋区には、区立保育園や私立保育園をはじめ、様々な保育施設があります。保育園の詳細な内容や受入可能数などは、「板橋区幼稚園・保育園のご案内～保育利用の手引～」をご覧ください。

なお、認可保育施設を利用するためには、入所申込みに加えて、お子さんの保育が必要であることの認定＝「保育の必要性の認定(2・3号認定)」を受ける必要があります。

認可保育園	0～5歳を保育する施設です。区立と私立があります。	申込み… 保育サービス課 入園相談係 ☎3579-2452
家庭福祉員 ベビールーム	0.1.2歳の児童が対象。就労などの理由により家庭で保育できない保護者に代わって家庭福祉員は自宅で、ベビールームは家庭福祉員が区の施設等で保育を行います。	
小規模保育事業	0.1.2歳の児童が対象。民間及び区の空き施設を活用し事業者が保育を行います。	原則、入所を希望する月の前月10日までに保育サービス課窓口又は郵送・電子申請にてお申込みください。居宅訪問型保育事業以外は、赤塚又は志村福祉課の窓口でも申込み書類を提出できます。4月入所申込の日程は9月頃の「広報いたばし」、区ホームページに掲載します。0歳児の受付月齢は保育施設によって異なります。
事業所内保育事業	0.1.2歳の児童が対象。民間事業所が従業員の児童の保育を行う施設で、その地域において保育を必要とする児童も一緒に保育します。	
居宅訪問型保育事業	障がいや疾病等により個別の医療的ケアが必要で集団保育が著しく困難と認められる児童を、保護者の自宅において1対1で保育する事業です。	
認定こども園	教育と保育を一体的に行う施設です。入園の区分には主に保育園機能を利用する「保育枠」と主に幼稚園機能を利用する「幼稚園枠」に分かれますが、児童は入園後、合同で教育・保育を受けます。	

## ♡ その他の保育サービス

病児・病後児保育 ※保育サービス課へ事前登録が必要です。	<p>区内に住所がある、満1歳～就学前の児童が対象。病気の回復期などで保育園や幼稚園など集団保育が困難な場合に利用できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 保育時間…8時～18時</li> <li>◆ 保育料…日額1,500円、食事代・おやつ代実費(上限500円) お迎えサービスを利用した場合はタクシー代(迎車・往復)、その他実費</li> <li>◆ 保育期間…1回の利用につき、7日を限度</li> </ul> <p><b>病児・病後児保育(お迎えサービスあり)</b> 板橋区医師会病院病児・病後児保育室 (高島平3-12-6) 帝京大学医学部附属病院病児・病後児保育室 (加賀2-11-1) いわた医院チャイルドケアセンター (坂下1-35-17)</p> <p><b>病児・病後児保育</b> さいしょ小児科くまさんの家 (東新町2-55-4)</p> <p><b>病後児保育</b> キッズタウンむかいほら保育園病後児保育室「すみれ」 (向原3-7-7)</p>	◆ 申込み… 保育サービス課 民間保育第二係 ☎3579-2494 FAX3579-2487
---------------------------------	--	--

ベビーシッター利用料助成事業	日常生活上の突発的な事情などのために、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補助します。 対象となるお子様は未就学児ですが、障がい児の場合は小学校6年生まで、病児・病後児の場合は小学校3年生まで利用できます。 ⇒詳しくはP16「ベビーシッター利用料助成事業(一時預かり利用支援)」参照	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆問… ベビーシッター利用料助成事業(一時預かり利用支援)専用コールセンター ☎0120-212-115 ※年度内に電話番号が変更になる場合があるため区HPをご確認ください。</li> <li>◆申込み… 利用申込は各ベビーシッター事業所へ、補助金の申請についてはP16を参照してください。</li> </ul>
認証保育所	都が設置を認証した13時間開所と0歳児からの保育を基本とした民間事業者による保育施設です。保育年齢・利用料金は各保育所によって異なります。	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆問… 保育サービス課 民間保育第二係 ☎3579-2494 FAX3579-2487</li> </ul>
認証保育所等保育料負担軽減助成制度・認可外保育施設保育料負担軽減助成制度	認証保育所などの認可外保育施設に通われているお子さんがいる保護者の方に、板橋区が保育料の一部を負担する制度です。助成に当たり、板橋区に住民登録があること、保育料に未納がないこと等の要件があります。	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆申込み… 直接、各施設へ</li> </ul>

## 🌸 乳児等通園支援事業(こども誰でも通園制度)

子育て家庭に対して、こどもの育ちを応援し、多様な働き方やライフスタイルにかかわらずの形で支援を強化するため、新たな通園給付を始めました。月一定時間までの利用可能枠の中で、就労要件を問わず時間単位で柔軟に施設を利用することができます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

## 🌸 ファミリー・サポート・センター事業

📍 子ども家庭総合支援センター子育てサポート(本町24-17) ☎5944-2381

短時間の保育、保育園への送迎などを、会員制の相互援助により行う一時保育サービス事業。受付は、月～金曜日(祝日・12/29～1/3を除く) 9時～17時  
⇒詳しくは、P17「ファミリー・サポート・センター事業」参照

## 📍 よい保育施設の選び方(保育園選び・見学のポイント)

※厚生労働省「よい保育施設の選び方十か条」を基に作成しています。

### 🌸 1. 園選びの前に考えておきましょう

教育・保育施設は様々な運営形態があります。また、保育時間や延長時間も施設によって異なります。ご家庭の実情、子育てで大事にしてきたこと、これから大事にしていきたいことを踏まえて、保育園を選ぶようにしましょう。

#### (1) 生後何か月から保育が必要か？

保育園によって、受入れ月齢が異なります。「板橋区幼稚園・保育園等のご案内」等で受入れの月齢を確認しましょう。

#### (2) 通勤の都合、子どもの健康面にも留意した保育時間は？

保護者の通勤時間や通勤手段と合わせて園を選びましょう。また、通園の方法などが子どもの負担にならないかなど、子どもの健康面にも留意して検討しましょう。

### 🌸 2. 園見学をしましょう

決める前に施設を見学してみましよう。キャッチフレーズや建物の外観など、見た目だけで決めるのは避け、お子さんが生活する場所を、保護者の目で見て確かめましよう。

### (1) 事前に訪問日時の約束を

保育所の場合、昼寝の時間があります。通常の保育指導を見学するために、事前に施設と連絡をとり、見学日時を決めて施設に行きましょう。

### (2) 部屋の中まで入ってみて

見学のときは、子どもたちが過ごしている保育室の中まで入らせてもらいましょう。年齢や保育時間の長さに応じて、子どもの負担にならないような配慮や工夫がなされているかなど、見てみましょう。

### (3) 子どもたちの様子をみて

子どもたちの表情がいきいきとしているか、見てみましょう。保育士の子どもへの関わり、子どもへの声かけや会話など、雰囲気を見るのも大切です。

### (4) 保育する人の様子をみて

保育園では、1日のうちに複数の保育士と関わることになります。正規の職員、非常勤の職員など、さまざまな保育士がいることを知って、構成などを確認するのもよいでしょう。

### (5) 施設の様子をみて

- 保育室の広さや整理の状況、遊具の配置や種類などもみてみましょう。
- 乳児が静かに眠れる場所、子どもが動き回れる広さがあるか、外遊びをしているか聞いてみましょう。
- 陽あたりや風とおしがいかが、また清潔か見てみましょう。
- 災害のときのための避難口や避難階段があるか、見てみましょう。

### (6) 保育の方針を聞いて

保育園ごとに方針があるので、園長や保育士から、保育の考え方や内容について、聞いてみましょう。

### (7) その他

- 日々の発育に関わる食事について、どんな給食が出されているのか、聞いてみましょう。
- 連絡帳などの家庭との連絡や参観の機会などがあるか、聞いてみましょう。

## ♡ 保育施設の申し込みから入園手続きまで

保育園などの利用を希望する場合には、入所申込みに加えて「保育の必要性の認定」が必要です。

まず、「板橋区幼稚園・保育園等のご案内」を手に入れましょう。保育サービス課、赤塚・志村福祉課、各保育園、各区民事務所、各区立図書館などで配布しています。区役所ホームページからの入手もできます。

## ♡ 入園までの流れ

希望する保育施設を決める	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 「板橋区幼稚園・保育園のご案内」などを参考に、保育園の場所や毎日の送り迎えルート、保育方針や内容を検討してみましょう。</li> <li>• 保育園の空き状況は、区役所ホームページに掲載されています。</li> <li>• 決める前に施設見学をしてみましょう。園庭開放や園児との交流行事に参加してみるのもよいでしょう。</li> </ul>
保育の必要性の認定申請と入所申し込み	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 原則、入園を希望する月の前月10日までに、保育サービス課（区役所南館3階）窓口又は郵送・電子申請にてお申込みください。赤塚・志村福祉課の窓口でも申込み書類を提出できます。</li> <li>• 4月入所申込の日程は9月頃の「広報いたばし」、区ホームページに掲載します。</li> <li>• 必要性の認定と保育施設の利用申込みは同時にできます。（利用申込みを行うことで、認定申請を兼ねることになります。）</li> </ul>
調査・利用調整	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 保育の必要性について担当者が確認を行います。</li> <li>• 選考により希望施設ごとに保育の必要性（指数）の高い方から入所を内定します。</li> <li>• 例月は下旬、4月入所は、2月上旬に選考結果をお知らせします。</li> </ul>
入園内定	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 入園内定者へは、担当者より電話でご連絡します。なお、4月入所の場合は保育利用調整結果通知書でご連絡します。</li> <li>• 入所できなかった場合は、その旨が通知されます。保育施設の利用申し込みは年度内有効なので、希望施設に欠員が生じるとに選考が行われます。</li> </ul>
面接・健康診断	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 入所内定施設で、集団生活が可能かどうか、面接・健康診断を行います。</li> <li>• 面接・健康診断の結果、入所に支障がなければ入所決定です。</li> </ul>
入園決定	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 毎月1日（日・祝日は翌日）から通所できます。</li> <li>• 認可保育園の保育料は、無償になりました。</li> <li>• 延長保育料や行事費、教材費などの実費は有償です。</li> </ul>

# 大好き、いたばしの学校

## ♡ 幼稚園

早いものでもう幼稚園入園ですね。区内には、区立幼稚園が1園、私立幼稚園が30園あります。毎年11月上旬、翌年度の新入園児を募集します。幼稚園については、補助金制度があります。

基本的な預かり時間は午前9時から午後2時までですが、私立幼稚園では、それ以外にも在園児をお預かりする「預かり保育」を実施しています。通年(年間200日以上)、長時間(11時間)の預かり保育を実施する幼稚園も増えてきています。

保護者が就労している場合でも、幼稚園を選択することはできるんですよ。

### ♣ 区立幼稚園

▶ 学務課幼稚園係 ☎3579-2613

保育期間は3年間。対象は区内に住所があり、園児を送り迎えできる人です。長時間(11時間)の預かり保育や希望制の給食(週2回程度)も行っています。

◎高島幼稚園 高島平2-18-1 ☎3934-5848

### ♣ 私立幼稚園

▶ 各私立幼稚園

区内に30園の私立幼稚園があります。それぞれ特色ある幼児教育を行っています。

◆参考URL…板橋区私立幼稚園協会

<https://www.itabashi-kids.jp/>

### ♣ 私立幼稚園保護者補助制度

▶ 学務課幼稚園係 ☎3579-2613

板橋区に住所がある、満3歳児～5歳児を私立幼稚園に就園させて、入園料・保育料を納めている保護者(世帯)には、次の3つの補助制度があります。

区内の幼稚園については、申請方法についてのお知らせが幼稚園を通じてあります。

#### ◎私立幼稚園等入園料補助金

入園料の一部が補助されます。この補助金には、所得制限はありません。

#### ◎私立幼稚園等保護者負担軽減補助金(保育料補助金)

私立幼稚園または幼稚園類似の幼児施設に満3歳～5歳児を通園させている保護者が対象。補助金額は、住民税額・家族構成によって異なります。ひとり親家庭等の場合に、加算されることがあります。

#### ◎施設等利用費、私立幼稚園等保護者負担軽減補助金(幼稚園等の預かり保育無償化)

保育を必要とする認定(保育園への入園と同等の認定)を受けた保護者が対象。預かり保育の利用日数に応じて、幼稚園等の預かり保育利用料が補助されます。

## ♡ 就学準備

区では通学区域を定めています。入学されるお子様と保護者の方は学校公開や学校行事を利用して、まず地元とつながりの深い通学区域の学校をご覧ください。地域の学校に関心が向き、新しい発見があるかもしれません。

### ♣ 新入学・ご案内

▶ 学務課学事係 ☎3579-2611

入学する前年の9月上旬頃から、入学予定者に冊子(新入学に関するご案内)を配布します。

### ♣ 就学时健康診断

▶ 学務課学校運営保健係 ☎3579-2616

入学する前年の11月に就学前の健康診断を行いますので、10月末頃に受診票などを郵送します。日程については、9月上旬頃に冊子(新入学に関するご案内)とあわせて郵送するとともにホームページにてお知らせします。

## 🍀 就学援助

▶ 学務課学事係 ☎3579-2611

世帯の所得状況により、学用品費・修学旅行費・移動教室費・学校行事費などを援助する制度です。板橋区立小中学校に通学されていて援助を希望される方は、各小中学校へお申し込みください。板橋区立以外の国公立小中学校に通学されていて援助を希望される方は、学務課学事係へお問い合わせください。

## 🍀 特別支援教育就学奨励費

▶ 学務課学事係 ☎3579-2611

板橋区に住所があり、小・中学校の特別支援学級(知的障がい)に通学する児童・生徒に対し、世帯の所得状況により、入学準備金、学用品等購入費などを援助する制度です。(通常級に通っている方でも一定の条件を満たす方は対象となります。)

既に就学援助を受けている方でも、交流・共同学習交通費及び職場実習交通費については、支給対象になります。また、情緒や難聴・言語の通級に通われる場合は、通学費のみが支給されません。

希望される方は、7月に学校より案内があります。板橋区立以外の特別支援学級に通学されている方は、学務課学事係にお問い合わせください。

## 🍀 就学相談(障がいのある、又はその心配がある児童・生徒)

▶ 教育支援センター特別支援教育相談 ☎3579-2198

特別支援学級(知的)への就学・進学を希望される方、特別支援教室への入室及び都立の特別支援学校への入学を希望される方は、ご相談ください。

## 🍀 特別支援学級・通級指導学級・特別支援教室 ▶ 指導室特別支援教育係 ☎3579-2612

### ◎特別支援学級(知的障がい)

知的な発達に遅れがあり、身辺自立や集団参加に特別な配慮を要する児童・生徒のための、毎日通う学級です。小学校12校、中学校8校に設置しています。

### ◎通級指導学級(聴覚・言語)

聴力や言葉に課題のある児童のための学級で、指定された日時に通って指導・訓練を受ける通級制です。通級指導学級として、きこえとことばの教室を志村第三小学校・上板橋小学校に、ことばの教室を高島第六小学校に設置しています。

### ◎特別支援教室(STEP UP教室)

通常の学級に在籍し、知的な発達に遅れはないが、発達障がいやその他の情緒的課題のため、学習上、生活上に困難を抱えている児童・生徒を対象に、巡回指導教員が在籍校に設置されている「特別支援教室(STEP UP教室)」で指導します。「特別支援教室(STEP UP教室)」は、区内全ての小学校及び中学校に設置されています。

## 🍀 都立特別支援学校(視覚障がい、聴覚障がい、肢体不自由、知的障がい)

▶ 教育支援センター特別支援教育相談 ☎3579-2198

東京都では、発達や障がいの状態により、特別支援学級の教育では十分な効果をあげることが難しいと思われる児童・生徒のために、専門的な指導と適切な施設・設備を整えた、都立の特別支援学校を設置しています。入学を希望される方は、上記へお問い合わせください。

## 🍀 天津わかしお学校

▶ 学務課学校運営保健係 ☎3579-2616または天津わかしお学校 ☎04-7094-0371

小学校3年～6年生で、ぜん息・肥満・虚弱・偏食などの健康課題のある児童が対象。温暖で豊かな自然環境に恵まれた千葉県鴨川市に設置され、家族と離れて寄宿舎生活を送ります。区内の小学校と同じ教科書を用いた少人数学習に加えて、健康回復のための「自立活動」を行っています。

また、家族の所得状況により、学用品費・移動教室費・学校行事費、その他帰省費・寄宿舎日用品費などが補助される就学奨励費制度があります。就学奨励費制度については、直接学校にお問い合わせください。

## ♡ 年齢別/生活習慣チェックシートについて

区教育委員会では、3・4・5歳児及び小学6年生の児童を対象に、生活習慣チェックシートを作成・配付しています。

3・4・5歳児の保護者の方には、親子で楽しみながら取り組めるチェックシート(図1～3)を作成し、保育園・幼稚園等を通じて配付しております。

また、小学6年生の児童と保護者の方には、お子さんが将来像を思い描き、目標設定をし、有意義な中学校生活を送るために、親子で取り組めるワークシート形式の「中学校入学前の生活サポートシート」(図4)を、小学校を通じて配付しております。

お子さんとのコミュニケーションを通じ、お子さんが身に付けたい生活習慣を自分で考え、行動しようとする自立心を培いつつ、充実した生活を送ることができるよう、ぜひご活用ください。なお、図1～4のチェックシートについては、PDF形式のデータを区ホームページに掲載しております。



区ホームページ二次元コード

♣ 図1「3さいからの!!いきいき ちゃれんじ せいかつ」



♣ 図2「4さいからの!!いきいき ちゃれんじ せいかつ」



♣ 図3「小学校入学にそなえよう!!いきいき ちゃれんじ せいかつ」



♣ 図4「中学校入学前の生活サポートシート」



大好き、いたばしの学校

# のびのび子育て

## ♡ 放課後・休日の子どもの居場所

放課後・休日子どもたちが、地域のなかで、楽しくのびのびと遊べる場所、のんびり過ごせる施設、学習支援の場所があります。子どもの安全を確保し、子育てを地域のなかで支え見守りたいものです。

### ✿ 放課後対策事業「あいキッズ」

▶ 地域教育力推進課あいキッズ係 ☎3579-2637 FAX3579-2635

あいキッズは、「放課後の子どもたちの安心・安全な居場所の確保」、「子どもたちの健全育成」、「保護者の仕事等と子育ての両立支援」を3つの目的とし、子ども同士や地域の方との交流を推し進めます。

子どもたちは、日頃慣れ親しんでいる学校の校庭や体育館、あいキッズルームなどで、思いっきり体を動かしたり、読書や自主学習をしたり目的別に利用し、様々な活動をしています。あいキッズの多様な体験活動が子どもたちの想像力、向上心など豊かな人間性を育てています。

### ✿ 子どもの遊び場

▶ 地域教育力推進課地域連携係 ☎3579-2619 FAX3579-2635

子どもたちが、楽しくのびのびと遊べるように区立小学校の校庭を、「子どもの遊び場」として開放しています。

◆ 開放日…土曜・日曜・祝日

※8月の学校完全休校日及び12月29日～1月3日は開放しません。雨天や高温の日、改修工事や学校行事がある日などは中止。

◆ 開放時間…3月～9月は13時～17時まで／10月～2月は13時～16時まで

◆ 利用対象者…小・中学生及び付き添い人のある幼児

### ✿ いきいき寺子屋プラン事業

▶ 地域教育力推進課地域連携係 ☎3579-2619 FAX3579-2635

地域ボランティアが中心となって組織している「学校開放協力会」が、土曜等の子どもの居場所作りを行っています。

### ✿ 絵本のプレゼント事業

▶ 中央図書館ポローニャ絵本係 ☎6281-0560

抱っこされて肌のぬくもりを感じながら、優しい言葉を聞くことは赤ちゃんにとって大変嬉しく、成長にとっても大切な経験です。それは、おとなになっても安らぎのひとときとなります。できるだけ多くの赤ちゃんに、早いうちから本と出会ってほしい、そして、本を通して親子のきずなを深めてほしい、という願いを込めて、赤ちゃん向けの絵本2冊をお配りしています。

おやこ健康手帳(母子健康手帳)をお受け取りになってから、お子様が満2歳になる前日までに、おやこ健康手帳(母子健康手帳)をご持参のうえ、区立各図書館及び各児童館でお受け取りください。※児童館は、土日・祝日を除く

### ✿ 図書館

▶ 各図書館

区内に在住・在勤・在学であれば、だれでも本や雑誌、絵本や紙芝居、CDを借りることができます。利用カードを作るには、住所を確認できるものをもって、近くの図書館へ。もちろん、赤ちゃんでも作ることができます。

#### ◎ 住所確認に必要なもの

・マイナンバーカード ・健康保険資格確認書 ・運転免許証 ・学生証など

※小学生以下のお子さんをご自分で登録手続きする際は、紛失の恐れがあるので、本人確認資料は不要です。氏名、住所、電話番号等を正確に記入できれば、その場で利用カードをお渡しします(後日、保護者の方に内容確認させていただきます)。

## ◎図書館の催し

- ・映画会(子ども向け) ・おはなし会(読み聞かせ)

## 🌸i-youth(あい・ゆうず)

中学生を中心とした若者世代が自由に使うことができるスペースです。  
ご利用には、登録が必要です。詳しくはお問合せください。

◎まなぼーと大原(大原生涯学習センター) ☎3969-0401 FAX3969-0403

◎まなぼーと成増(成増生涯学習センター) ☎3975-9706 FAX3975-9708

## 🌸中高生勉強会「学びiプレイス」

▶生涯学習課 ☎3579-2633 FAX3579-2635

中学生・高校生(相当年齢の方を含む)が気軽に参加できる勉強会です。大学生等のボランティアが勉強をサポートしています。参加費は無料です。

◆会場…教育支援センター、まなぼーと大原、まなぼーと成増、中央図書館、高島平図書館、グリーンカレッジホール

※会場ごとに曜日・時間を決めて原則週1回(グリーンカレッジホールは月2回)開催しています。詳しくはお問合せください。

## ♡いたばしの文化と歴史にふれる

板橋の各地には、遠い昔の人々の生活の営みのあとを示す遺跡や、区民が大切にしたい豊かな文化財が残っています。時には、親子で板橋の長い歴史と伝統にふれてみたいものです。

## 🌸郷土資料館

▶郷土資料館 ☎5998-0081 FAX5998-0083

区内で出土した遺物や、古文書、各種資料などを展示し、板橋の歴史を学ぶことができます。古民家では、端午の節供飾り、雛飾りや、板橋の地域色豊かな年中行事も行っています。

◆開館時間…9時30分～17時(入館は16時30分まで)

◆休館日…月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始

◆料 金…無料(特別展は有料の場合あり)

## 🌸郷土芸能伝承館

▶郷土芸能伝承館 ☎5398-4711 FAX5398-4711

民俗芸能または芸能の練習場として、また生涯学習団体などの活動の場としても利用できます。

◆開館時間…9時～21時30分

◆休館日…第3月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始

◆料 金…有料

## 🌸板橋区立美術館

▶板橋区立美術館 ☎3979-3251 FAX3979-3252

絵本原画展・江戸時代の古美術・日本の油絵の展覧会などを開催しています。

親子で参加できる「こどもアトリエ」を開催します。

開催日時等詳細は美術館ホームページでご確認ください。

◆開館時間…9時30分～17時

◆休館日…月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始

◆料 金…展覧会ごとに異なります。なお、小中高生は無料です。

## 🌸観光・まちあるき

▶くらしと観光課観光振興係 ☎3579-2251 FAX3579-7616

観光いたばしガイドマップでは、区内のおすすめスポットや板橋区を5つのエリアに分けたエリアごとのまちあるきコースを紹介しています。いたばし観光センター、区役所本庁舎総合案内、各地域センターなどで配布しています。

## ❁いたばし観光センター

❁いたばし観光センター ☎3963-5078 FAX3963-5373

観光案内、観光グッズなどの展示販売、資料展示、観光ガイド受付を行っています。

- ◆開館時間…9時～17時
- ◆休館日…火曜日(祝日の場合はその翌平日)、年末年始
- ◆料 金…入館、ガイド案内ともに無料
- ◆ガイド申込み…ガイド利用日の14日前まで(詳しくは観光センターまでお問い合わせください)

## ♡自然とスポーツを楽しもう

戸外で子どもを安心して遊ばせる環境がますます必要になってきます。幼いときから、自然のなかでのびのびとからだを動かし、スポーツを楽しめるようになるといいですね。

## ❁ハケ岳荘

❁☎0266-66-2323 長野県諏訪郡富士見町立沢字広原1-1322

ハケ岳山麓に位置し、豊かな自然に囲まれた社会教育宿泊施設です。平成31年4月にリニューアルオープンし、バーベキュー・ハイキング・川遊び・登山・キャンプなどが楽しめます。屋内には、プレイングホール・研修室を備えており、家族・グループの利用にも便利です。

- ◆利用料金…【使用料(1泊)】おとな(15歳以上)2,800円、子ども(4歳～14歳)1,000円。他に食事代。
- ◆利用宿泊数…3泊4日まで
- ◆申込方法…直接、現地に電話またはホームページから申し込み。
- ◆空室情報…<https://itabashi-yatsugatake.com/>

## ❁体育館・温水プール

❁小豆沢体育館 ☎3969-4166/赤塚体育館 ☎3938-1966/上板橋体育館 ☎5399-6501  
高島平温水プール ☎3932-5348/植村記念加賀スポーツセンター ☎3579-2626

- ◆開館時間…平日9時～23時 土・日曜日、祝日 9時～21時  
※プールは平日10時～22時20分 土・日曜日、祝日 10時～20時20分
- ◆休館日…小豆沢・上板橋・高島平は第2月曜日  
赤塚・加賀は第3月曜日(祝日にあたる場合はその翌日)、年末年始
- ◆交 通…小豆沢体育館 [志村坂上]駅より徒歩5分  
赤塚体育館 [成増]駅より徒歩12分  
植村記念加賀スポーツセンター [板橋区役所前]駅より徒歩7分  
上板橋体育館 [上板橋]駅より徒歩10分  
高島平温水プール [高島平]駅より徒歩5分  
※詳しくは各体育館にお問い合わせください。

## ❁植村冒険館(公益財団法人植村記念財団)

❁植村記念加賀スポーツセンター3階 ☎6912-4703 FAX6912-4705

世界的な冒険家植村直己さんの業績を紹介する施設です。「冒険」と「自然」をテーマに、植村さんが実際に使っていた道具や写真パネルを展示する3階「展示室(常設展示・企画展示)」があります。また、冒険・探険・登山などの本が閲覧できる1階「ウエムラチャレンジベース」や3階「どんぐり文庫」があります。そのほか、自然体験事業等も行っていきます。

- ◆交 通…都営三田線「板橋区役所前」駅より徒歩7分
- ◆開館時間…10時～18時(展示室への入室は17時30分まで)
- ◆休館日…月曜日(祝日にあたる場合はその翌日)、年末年始
- ◆料 金…無料(「自然塾」(自然体験事業)を除く)

## ❁板橋区のスポーツ事業

小学生も参加できる大会があります。

区民スポーツ大会

❁スポーツ振興課 管理係 ☎3579-2651

## ❁ 屋外体育施設

▶ スポーツ振興課 管理係 ☎3579-2651

区内には子どもから大人まで楽しめる様々な屋外体育施設がございます。

ご利用には団体登録が必要となり、公共施設予約システムからご予約いただくことで、利用が可能です。

## ❁ 浮間舟渡フットサルパーク

▶ 小豆沢体育館 ☎3969-4166

屋外フットサル場です。隣接してお子さんが遊べる遊具もございます。

◎フットサル場 1面(人工芝)ゴールポストあり

## ❁ 野球場

▶ 小豆沢体育館 ☎3969-4166(小豆沢・城北・荒川戸田橋)  
高島平温水プール ☎3932-5348(徳丸ヶ原)

小豆沢・城北・徳丸ヶ原では、予約がないときは子どもの遊び場として開放します。

◎小豆沢(2面、ナイター可)

◎城北(2面、ナイター可)

◎徳丸ヶ原(少年・女性・60歳以上用1面)

◎荒川戸田橋(一般11面・硬軟兼用2面・少年専用6面)



## ❁ 運動場

▶ 赤塚体育館 ☎3938-1966

▶ 植村加賀スポーツセンター ☎3579-2626(東板橋公園)

少年野球のほか、少年サッカーなどにも利用できます。

※予約がないときは子どもの遊び場として開放します。

◎赤塚体育館少年運動場

◎東板橋公園運動場

## ❁ 高島平多目的運動場

▶ 高島平温水プール ☎3932-5348

少年サッカー、フットサル、グランドゴルフなどに利用できます。

※予約がないときは子どもの遊び場として開放します。

## ❁ サッカー場

▶ 小豆沢体育館 ☎3969-4166

少年サッカーで利用できます。

◎荒川戸田橋サッカー場(3面)



## ♡ 自然・宇宙・科学は友だち

板橋区には、自然、宇宙、科学に触れ、楽しんで学べるユニークな施設があります。それぞれの施設では、親子で参加できる楽しいイベントもおこなっています。「広報いたばし」などをご覧ください。

### 🌸 教育科学館

▶ 教育科学館 ☎3559-6561 FAX3559-6000 常盤台4-14-1

身近な科学をテーマにした展示、四季の番組を投影するプラネタリウム、科学・パソコン等の各種教室を開催しています。

- ◆ 開館時間…9時～16時30分(夏休み～17時)
- ◆ 休館日…月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始、そのほか施設点検日。
- ◆ 入館料…無料
- ◆ プラネタリウム…おとな350円、こども(2歳から高校生まで)120円、65歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方は減免があります。
- ◆ 交通…東武東上線「上板橋駅」北口下車5分

### 🌸 熱帯環境植物館

▶ 熱帯環境植物館 ☎5920-1131 FAX5920-1132 高島平8-29-2

世界三大熱帯雨林の一つで、日本と密接な関係にある東南アジアの熱帯雨林を再現。地階部分にミニ水族館を設け、海から高山へと続く一連の熱帯環境を立体的に再現しています。また、生態の展示だけでなく、さまざまな企画展示や講演会などのイベントを行っています。

- ◆ 開館時間…10時～18時(入館は17時30分まで)
- ◆ 休館日…月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始
- ◆ 入館料…おとな360円、65歳以上180円、小中学生130円、未就学児無料  
【年間パスポート・回数券(6枚綴り)】  
いずれもおとな1,800円、65歳以上900円、小中学生660円
- ◆ 交通…都営三田線「高島平駅」東口下車7分

### 🌸 エコポリスセンター

▶ エコポリスセンター ☎5970-5001 FAX5970-2255 前野町4-6-1

区民が、環境学習や環境保全行動に取り組み、環境について「知る・気付く」「考える・学ぶ」「行動する」ための施設です。環境分野に興味関心がある方、活動されている方が「交流する」場、環境学習の指導者を「育てる」場でもあります。

地上3階・地下2階の建物自体が、自然や環境との調和をテーマに設計されています。

展示フロア、環境情報資料室などがあり、環境やリサイクルをテーマにした講座やワークショップも開催されています。

- ◆ 開館時間…9時～17時 ※施設貸出 9時～21時30分
- ◆ 休館日…第3月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始
- ◆ 入館料…無料
- ◆ 交通…東武東上線「ときわ台」駅北口下車17分  
・「ときわ台」駅から赤羽駅西口行バス「前野小学校」下車2分  
・都営三田線「志村坂上」駅A2出口下車14分

### 🌸 リサイクルプラザ

▶ リサイクルプラザ ☎3558-5374 FAX3558-4735 舟渡4-16-6

ごみ減量・リサイクル啓発を目的とするイベントや各種講座の開催、家具や雑貨といった不用品販売のリユース事業等を展開しています。また、おもちゃ交換会・子ども服交換会や親子参加型のリサイクル工作教室等を定期的に開催しています。その他、多目的室等の施設貸出も行っています。

- ◆ 開館時間…9時～17時(不用品販売10時～16時) ※施設貸出 9時～17時
- ◆ 休館日…年末年始(12月29日～1月3日)、そのほか施設点検日
- ◆ 入館料…無料
- ◆ 交通…都営三田線「蓮根」下車徒歩20分  
・都営三田線「西台」から国際興業バス浮間舟渡行「舟渡小学校」下車徒歩7分  
・都営三田線「高島平」から国際興業バス池袋駅西口行「舟渡小学校」下車徒歩7分  
・JR埼京線「浮間舟渡」下車徒歩20分、または「浮間舟渡」から国際興業バス東武練馬行・高島平駅行「舟渡小学校」下車徒歩7分  
・東武東上線「東武練馬」から国際興業バス浮間舟渡駅行「舟渡小学校」下車徒歩7分

※上記4館を結ぶ「4館送迎バス」を運行しています。詳しくはエコポリスセンターホームページをご確認ください。



# 子育て費用の軽減

子どもを産み育てるのは、何かとお金がかかるもの。でも、所得などの条件をクリアできれば軽減できることがあります。該当しそうな人は、よく調べて担当窓口へ。

## ♡ 妊娠・出産のとき

名称	問い合わせ	内容
妊娠高血圧症候群等医療費助成 ⇒P22参照	各健康福祉センター P30	妊娠高血圧症候群、糖尿病などで入院治療を必要とする妊産婦に医療費を助成(条件あり)。
高額療養費 ⇒P22参照	国保年金課 国保給付係 ☎3579-2404	国民健康保険に加入している方で、保険適用の負担額が高額になった場合、自己負担限度額を超えた分が支給されます。 ※高額療養費に該当する場合は、3~4か月後に申請書が送られます。
出産育児一時金 ⇒P22参照	国保年金課 国保給付係 ☎3579-2404	国民健康保険に加入している方が、出産したとき、子ども1人につき50万円を世帯主に支給します。 社会保険に加入している方は、加入先の健康保険組合へお問合せください。
国民健康保険料の産前産後の減額制度 ⇒P22参照	国保年金課 国保資格係 ☎3579-2406 [自動音声応答]	国民健康保険に加入している方は、出産予定日または出産日の属する月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は、3か月前から6か月間)の国民健康保険料が減額されます。
国民年金保険料の産前産後の免除制度 ⇒P22参照	国保年金課 国民年金係 ☎3579-2431	国民年金第1号被保険者の方は、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(多胎妊娠の場合は、3か月前から6か月間)の国民年金保険料が免除されます。
入院助産 ⇒P22参照	各福祉課 総合相談係	入院して出産する費用を支払うことが困難な場合。
確定申告(医療費控除) ⇒P23参照	板橋税務署 ☎3962-4151 (自動ダイヤル相談)	医療費の総額が10万円を超える場合。(所得金額により10万円以下になる場合もあります)
保健指導票 ⇒P22参照	各健康福祉センター P30	住民税非課税世帯及び生活保護世帯の妊婦・産婦や乳児(新生児を含む)を対象に、都内の指定医療機関で保健指導(健康診査)を公費負担で受けることができる保健指導票を交付します。

## ♡ 子どもの医療費の助成

名称	問い合わせ	内容
養育医療 ⇒P23参照	各健康福祉センター P30	出生時の体重が2,000g以下、あるいは強い黄だんなどで、医師が入院養育を必要と認めた場合の医療給付。
子ども医療費助成 ⇒P26参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477	保険診療の範囲内で、自己負担となる医療費を助成。 出生から、18歳になった最初の3月31日までの児童が対象。
小児慢性特定疾病医療費の助成	各健康福祉センター P30	18歳未満の子どもの慢性疾患の治療を受けている場合の医療費の助成。
大気汚染医療費助成	予防対策課 管理・公害保健係 ☎3579-2303	気管支ぜん息等の呼吸器系疾患の医療費の自己負担分の助成。18歳未満の方で、都内在住1年以上(3歳未満は、6か月以上)及び健康保険に加入していることなどの条件あり。
結核児童療育給付	予防対策課 感染症対策係 ☎3579-2321	結核にかかっている18歳未満の児童に対し、医師が長期の入院を必要と認めた場合に医療費の一部と日用品・学用品を給付。

## ♡ 子どもの任意予防接種の助成

名称	問い合わせ	内容
麻しん風しん混合ワクチン任意接種助成	予防対策課予防接種係 ☎3579-2318	2歳の誕生日の前日から19歳の誕生日の前日までの麻しん風しん混合ワクチンの予防接種が2回完了していない方(一部自己負担あり)
おたふくかぜワクチン任意接種助成	予防対策課予防接種係 ☎3579-2318	(1回目)1歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日まで (2回目)小学校入学前年度 (一部自己負担あり) ※令和7年2月以降のおたふくワクチン供給不足を受け、接種の機会を逃した方は、お問い合わせください。
ヒトパピローウイルス感染症(男性)任意接種助成	予防対策課予防接種係 ☎3579-2318	小学校6年生から高校1年生相当の男子
子どもインフルエンザ任意接種助成	予防対策課予防接種係 ☎3579-2318	生後6か月の前日から12歳の誕生日の前日まで、1人2回まで13歳の誕生日の前日から高校3年生相当まで、1人1回(一部自己負担・接種期間あり)

## ♡ 子どもの手当

名称	問い合わせ	内容
児童手当 ⇒P25参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113	高等学校修了前の児童(18歳になった最初の3月31日まで) ※公務員は勤務先での支給 ※詳しくは区ホームページをご覧ください。
児童扶養手当 ⇒P25参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113	父又は母がいない(父又は母が心身に重度の障がいのある場合などを含む)18歳になった最初の3月31日までの児童(心身に中程度以上の障がいのある児童は20歳未満) (所得制限あり)
特別児童扶養手当 ⇒P25参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113	心身に中程度以上の障がいのある20歳未満の児童 (所得制限あり)
児童育成手当 ⇒P26参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477 赤塚支所住民サービス係 ☎3938-5113	1.育成手当 父又は母がいない(父又は母が心身に重度の障がいのある場合などを含む)18歳になった最初の3月31日までの児童 2.障害手当 心身に中程度以上の障がいのある20歳未満の児童 (所得制限あり)

## ♡ 障がいがある子どもの手当・医療の助成

名称	問い合わせ	内容
自立支援医療(育成医療) ⇒P29参照	各健康福祉センター P30	18歳未満の方で、身体に機能障がいがあり、手術などにより機能回復が見込まれる方の医療費を助成(保護者の所得制限あり)。
心身障がい者医療費の助成 ⇒P29参照	障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 FAX3579-2364	対象は、身体障害者手帳1級2級(内部障がいは3級まで)、愛の手帳1度2度、精神障害者保健福祉手帳1級の方。(所得制限あり。所得の判定対象者は、加入保険の世帯主、又は医療保険の被保険者)
精神障がい者(児)医療費の助成 ⇒P28参照	各健康福祉センター P30	精神障がいので通院治療している方に、医療費の助成。18歳未満の方で、入院治療も対象。
心身障害者福祉手当 ⇒P28参照	障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 FAX3579-2364	身体障害者手帳(1～3級)、愛の手帳、区指定難病等を有する方。

名 称	問い合わせ	内 容
重度心身障害者手当 ⇒P28参照	障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 FAX3579-2364	対象は、65歳未満で常時複雑な介護を必要とする方。
障害児福祉手当 ⇒P28参照	障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 FAX3579-2364	20歳未満で、常に介護を必要とする方。
特別児童扶養手当・ 児童育成手当(障害手当) ⇒P28参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477	心身に中程度以上の障がいのある20歳未満の児童(所得制限あり)

## ♡ひとり親家庭への助成

名 称	問い合わせ	内 容
ひとり親家庭等医療費助成 ⇒P26参照	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477	対象は、父又は母がいない(父又は母が心身に重度の障がいのある場合などを含む)18歳になった最初の3月までの児童(心身に中程度以上の障がいのある児童は20歳未満)と、その親又は養育者(所得制限あり)
母子及び父子福祉資金 ⇒P27参照	各福祉課総合相談係 P56	対象は、都内に6カ月以上在住している20歳未満の子どもを扶養しているひとり親家庭の親等への貸付け
女性福祉資金 ⇒P27参照	各福祉課総合相談係 P56	対象は、配偶者のいない25歳以上の女性、または25歳未満で親・子・兄弟姉妹などを扶養している女性への貸付け
資格取得と就労支援 ⇒P27参照	各福祉課総合相談係 P56	就職に役立つ資格の取得や高卒認定試験の合格をめざす場合、受講費用等の一部を支給します。また、ひとり親の方のニーズに沿ったプログラムを策定し、自立に向けてお手伝いします。

## ♡就園・就学援助、その他

名 称	問い合わせ	内 容
私立幼稚園等入園料補助金 ⇒P45参照	学務課幼稚園係 ☎3579-2613	私立幼稚園等の入園料の一部補助。
私立幼稚園等 保護者負担軽減補助金 ⇒P45参照	学務課幼稚園係 ☎3579-2613	私立幼稚園の保育料の一部補助。
施設等利用費(幼稚園等の 預かり保育無償化) ⇒P45参照	学務課幼稚園係 ☎3579-2613	保育を必要とする認定(保育園への入園と同等の認定)を受けた保護者が対象。預かり保育の利用日数に応じて、幼稚園等の預かり保育利用料が補助されます。
就学援助・特別支援教育就 学奨励費 ⇒P46参照	学務課学事係 ☎3579-2611	世帯の所得状況により、学用品費・修学旅行費・移動教室費などを援助。
区立小・中学校給食費の無 償化	学務課 学校給食係 ☎3579-2617	区立小・中学校に在籍する児童生徒の給食費を補助しています。
都営交通機関の無料パス	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477	児童扶養手当受給世帯の世帯員のうち1名分。 ※ただし、生活保護受給世帯の方は、福祉事務所で申請してください。
JR通勤定期の割引	子育て支援課 子どもの手当医療係 ☎3579-2477	児童扶養手当受給世帯の世帯員。
水道・下水道料金の免除	板橋営業所 ☎5248-6365	生活保護、児童扶養手当、特別児童扶養手当受給世帯。
粗大ごみ収集手数料の免除	粗大ごみ受付センター ☎6747-9353	生活保護、児童扶養手当、特別児童扶養手当受給世帯。

# ひとりで悩まないで

## ♡ 相談窓口

子育てには、不安や悩みはつきものです。特に初めての妊娠・出産であれば、なおさらのことです。まわりの誰かに話すだけでも、かなり気分が楽になります。自分ひとりだけで抱えこまないで、まずは相談窓口へ電話を。

## 板橋こころと生活の相談窓口

様々な悩みを抱えた方に必要な相談窓口の情報を掲載しています。詳しくは区のホームページをご覧ください。



区ホームページ二次元コード

相談窓口	電話	場所	内容
健康福祉センター 板橋 ☎3579-2333 上板橋 ☎3937-1041 赤塚 ☎3979-0511 志村 ☎3969-3836 高島平 ☎3938-8621		大山東町32-15 桜川3-18-6 赤塚1-10-13 蓮根2-5-5 高島平3-13-28	区内5か所にある区民の健康や育児に関する身近な相談窓口。育児相談では乳幼児の成長・発達の悩み、言葉の遅れ、栄養、歯科などに関する相談を受け付けています。 (担当地域はP30参照)
子ども家庭総合支援センター	☎5944-2373 FAX5944-2376	本町24-17	・子どもと家庭に関するあらゆる相談について専門のスタッフが相談を受け付けています。 ・ショートステイ・トワイライトステイ事業(ショートステイ、協力家庭)、育児支援ヘルパー派遣事業、ファミリー・サポート・センター事業、産前産後支援事業(産後ドゥーラ)、ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)を行っています。 ・里親制度の普及啓発や里親への研修・支援を行っています。
板橋区福祉事務所 板橋福祉課 ☎3579-2322 赤塚福祉課 ☎3938-5126 志村福祉課 ☎3968-2331		栄町36-1 グリーンホール3階 赤塚6-38-1 蓮根2-28-1	ひとり親家庭への支援、離婚や家庭内の問題、出産の費用などの相談に応じています。
保健福祉 オンブズマン制度	☎3579-2890	板橋2-66-1	保健福祉サービスに関する苦情等について、保健福祉オンブズマンが調査し、解決にあたります。
民生委員・児童委員、 主任児童委員	福祉部生活支援課 庶務係 ☎3579-2352 FAX3579-2046	板橋2-66-1	生活の困りごとや悩み、問題をかかえている方の相談に乗り、必要に応じて区の関係機関等へつなぎます。
都立精神保健福祉センター (精神保健福祉相談)	都立精神保健福祉センター ☎3844-2210(代表) ☎3844-2212 (こころの電話相談) 月曜～金曜日 9時～17時(祝日と年末年始を除く)	台東区下谷1-1-3	心の問題や病気で困っているご本人及び関係者の方からの相談を受け付けています。
東京都児童相談センター ・4152電話相談	東京都児童相談センター ☎3366-4152 月曜～金曜日 9時～21時、土・日・祝日 9時～17時(年末年始除く)	新宿区北新宿4-6-1	電話相談室。子育ての悩み、不安、親自身の悩みなどあらゆる相談を受け付けています。

## ♡ 子育ての不安・悩み、発育の心配

子どもの育ち方は、十人十色。子ども一人ひとりにあった育ち方を、一緒になって考えてくれる心強い相談窓口が板橋にもたくさんあります。

相談窓口	問い合わせ・申し込み	場所	内容
板橋区立保育園	直接各保育園へ 【受付時間】 月～金曜日9時～17時	区立保育園	乳幼児の日常的な子育てに関する育児相談を受け付けています。
子育て応援児童館CAP'S	直接施設へ 【受付時間】 月～金曜日9時～17時	児童館	子育てに関する親の悩みや子どもの悩みについて相談を受け付けています。
障がいのある、またはその心配がある児童・生徒の就学相談	教育支援センター 特別支援教育相談 ☎3579-2198	区役所南館6階 教育支援センター	特別支援学級や、特別支援学校への入学及び転学の相談を受け付けています。
淑徳大学 短期大学部 ボランティア センター 子育て支援相談室	相談は予約制 電話で申し込み 相談日は申し込み時に調整します。 ☎3966-7602 FAX3966-7695	淑徳大学 東京キャンパス ボランティア センター 前野町6-32-1	子育てに不安のあるお母さん、お父さんを対象に相談を受け付けています。 1回50分。無料。
東京家政大学 臨床相談センター	完全予約制・電話で申し込み 【問い合わせ】 月～土曜日 10時～16時 ☎3961-0770 【相談時間】月～土曜日 10時～12時 13時～17時	東京家政大学 加賀1-18-1	子どもの発達相談や子育ての悩みについて相談を受け付けています。 1回(約50分)3,000円。
子どもの虐待防止センター	相談電話 ☎6909-0999 【受付時間】 平日10時～17時 土曜日10時～15時 (日曜日と祝日除く)		相談員が虐待の相談、子育ての悩みも受け付けています。
子ども家庭総合支援センター	☎5944-2373	⇒P36参照	児童虐待の通報の受付や対応を行います。
東京都子ども医療ガイド	<a href="https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/">https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/</a>		子どもの病気や発熱、けが、子育ての情報が簡単に分かる東京都管轄のWebサイトです。
TOKYO子育て情報サービス	<a href="https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/info_service/info-service.html">https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/info_service/info-service.html</a>		都では、安心して子育てができるよう、妊娠・子育ておよび事故防止に関する情報をインターネットで提供しています。
子ども発達支援センター	①専門相談 ☎5917-0905 ②医療的ケア児相談 ☎3956-0240 【開所時間】 平日9時30分～16時30分 第2・第4土曜日(①のみ実施) 9時30分～12時	子ども発達支援センター 小茂根1-1-7 日本肢体不自由児協会2階	①発達に気がかりのある乳幼児からおおむね15歳までの子どもを対象に相談を行います。 ②18才未満または18才以上の高等学校に在籍する医療的ケアを必要とする子どもと家族等を対象に相談を受け付けています。
板橋区発達障がい者支援センター(あいポート)	☎5964-5422 【開所時間】 火～土曜日 10時～18時 【相談電話受付】 火～土曜日10時～17時	板橋区発達障がい者支援センター 向原3-7-9 ココロネ板橋1階	おおむね16歳以上の発達障がいのある方とその家族等を対象に専門相談、社会参加に向けた訓練などを行います。
電話相談 「子供の健康相談室」 (小児救急相談)	#8000(ダイヤル回線の固定電話、ひかり電話、IP電話からはつながりません。)または☎5285-8898 月～金曜日18時～翌朝8時 土・日曜日・休日、年末年始8時～翌朝8時		健康福祉センターが閉庁する時間帯に小児の救急・健康について電話相談できます。

## ♡ 学校生活の悩み・子どもの権利

「学校生活になじめない」、「友だちが少ない」、「勉強がおくれがち」、「学校でいじめられているのでは…」小学生になると、そんな悩みを抱える子どもが出てきます。子どもが発するSOSを早めにキャッチしたいものです。

相談窓口	問い合わせ・申し込み	場 所	内 容	
教育支援センター	【学校相談】 ☎3579-2199	区役所南館 6階	不登校、いじめなど子どもの教育に関すること。また、学校の教育活動についての各種相談 【相談時間】(休日・年末年始を除く) 月～金曜日9時～17時	
	【特別支援教育相談】 ☎3579-2198	区役所南館 6階	特別支援学級や特別支援学校への就学・転学の相談や特別支援教育に関する相談 【相談時間】(休日・年末年始を除く) 月～金曜日9時～17時	
	【心理・言語専門相談】 ☎3579-2197(予約制)	区役所南館 6階	不登校、いじめ、友達とうまく遊べない、集団行動が苦手、ことばのおくれや発達の偏りが気になる、万引きや非行、チックや爪かみなどの相談 ※言語相談は未就学児が対象 【相談時間】(いずれも休日・年末年始を除く) <教育支援センター> 月～土曜日9時～17時、火曜日のみ19時まで <成増教育相談室> 月～金曜日9時～17時	
	【心理専門相談】 成増教育相談室 ☎3975-9693(予約制)	成増生涯学習センター1階 成増1-12-4		
	【いじめ110番】 ☎3964-1370	電話相談のみ	いじめに関する相談 【相談時間】(年末・年始を除く) 月～金曜日9時～17時 ※夜間・休日等留守番電話対応	
	【板橋フレンドセンター】 ☎3961-2500 【成増フレンド(板橋フレンドセンター分室)】	板橋フレンドセンター 富士見町3-1 成増生涯学習センター1階 成増1-12-4	不登校で悩んでいる子どもとその家族のための通級に関する相談(電話・来所) ※通級対象は区立学校に在籍または区内に在住の小学生(4年生以上)と中学生です。	
子どもの学習・生活支援事業 まなびのひろげやきば	【まなびのひろげやきば】 板橋教室・赤塚教室・高島平教室 ☎090-8028-9198	電話でご確認ください	経済面や家庭・学習環境に困りごとを抱えている世帯の子どもが対象の学習支援教室、居場所、相談・訪問支援	
少年の悩みごとの相談 ヤングテレホンコーナー	警視庁少年相談係 ☎3580-4970 【開設時間】(年末年始を除く) 24時間 月～金曜日(8時30分から17時15分)は、専門の担当者(心理職及び警察官)が対応します。夜間及び土・日曜日、祝日は、宿直の警察官が対応します。		少年自身をはじめ、保護者や学校関係者などからの困り事全般をお受けしています。専門の相談員(心理職)と少年問題に詳しい警察官が相談に応じます。	
子どもの人権110番	東京法務局 子どもの人権110番 月～金曜日 8時30分～17時15分 ☎0120-007-110		いじめや体罰、不登校や虐待についての相談。子どもからだけでなくおとなからも、子どもの人権に関する相談に応じています。	
東京子供ネット	東京子どもネットフリーダイヤル ☎0120-874-374 (はなしてみなよ) 月～金曜日9時～21時 土・日曜日、祝日9時～17時 (年末年始を除く) 東京子どもネットメッセージダイヤル ☎0120-874-376(24時間)	東京都児童相談センター事業課 新宿区北新宿4-6-1	「虐待」「いじめ」「体罰」など子どもの権利侵害に関する相談。場合により、子どもの権利擁護専門員による面接相談(要予約)。	

相談窓口	問い合わせ・申し込み	場 所	内 容
東京都教育相談センター 青少年リスタート プレイス	東京都教育相談センター ☎3360-4192 月～金曜日9時～17時 閉庁日、年末年始を除く	東京都新宿区 北新宿4-6-1 東京都子供家庭 総合センター	高等学校を中途退学した方、高等学校での就学経験のない方、また、進路選択を控えながらも中学校で不登校の状態にある方やその保護者の支援をしています。

## ♡ 家庭の困りごと・再就職

パートナーからの暴力、離婚などの問題、家庭や地域での人間関係、再就職、こころの悩みなど、性別に起因するさまざまな問題について、相談を受ける窓口がいろいろあります。

相談窓口	問い合わせ・申込等	場 所	内 容
板橋区立男女平等推進センター 総合相談 (電話相談・来所相談) DV専門相談	☎3579-2188(女性相談) ☎3579-2992(男性相談) (来所相談は要予約) 【相談日時】 月～金曜日9時～17時 (祝日、年末年始を除く※男性の来所相談は水曜日のみ実施) ※チャット相談は月～土曜日14時～20時 ☎3579-2188 【相談日時】(予約制) 月・木曜日 10時～12時、13時～17時 (祝日、年末年始を除く)	大山東町32-15	家族との関係、職場での人間関係など性別(性的指向、性自認を含む)に起因する様々な悩みや不安についての相談ができます。 また、「子育てママのための個別相談」も行っています。  配偶者やパートナー等からの暴力(DV)に係ることについての相談ができます。
いたばし(あい)ダイヤル (板橋区配偶者暴力相談支援センター)	☎5860-9510 【相談日時】 月～金曜日9時～17時 (祝日、年末年始を除く)		DVで悩む方の総合的な支援窓口です。相談や情報提供、通報への対応などを行っています。
東京ウィメンズプラザ (配偶者暴力相談支援センター) (電話相談・来所相談)	☎5467-2455(一般相談) ☎5467-1721(DV専用相談) (来所相談は要予約) 毎日(年末年始を除く) 9時～21時	渋谷区神宮前 5-53-67	配偶者からの暴力(ドメスティック・バイオレンス=DV)、交際相手からの暴力(デートDV)、夫婦や親子の問題、生き方、人間関係など、暮らしのなかで抱えるさまざまな悩みについて、相談を受けています。 ※DVやデートDVで悩んでいる方のための配偶者暴力相談支援センターでもあり、被害者からの相談に応じています。
東京都女性相談支援センター (配偶者暴力相談支援センター) (電話相談・来所相談)	☎5261-3110(23区居住の方) 月～金曜日9時～21時 ※土曜日、日曜日、祝日、年末年始は9時～17時 ☎042-522-4232(多摩・島しょ地区居住の方) 月～金曜日9時～16時 (ともに来所相談は要予約。祝日、年末年始を除く)		女性からの様々な相談 ※DVで悩んでいる人のための配偶者暴力相談支援センターでもあり、緊急の保護や自立のための支援が必要な女性の相談を受けています。

相談窓口	問い合わせ・申込等	場 所	内 容	
板橋区 区民相談室	法律相談 月～金曜日 13時～16時 (水曜日の夜間相談 は17時～19時) 赤塚支所(水曜日の 13時～16時のみ)	板橋2-65-6 情報処理 センター4階	☎3579-2288 月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 9時～17時 (水曜は19時まで) 予約は相談希望日の1週間前 (同じ曜日)の9時から電話で 受付 ※耳が聞こえない・話ができ ないなどの障がいがある方 は、受付時間内でのFAX申 込可 FAX3579-4715	金銭貸借関係、遺産相続、離婚など 法律一般(弁護士による30分以内 の面談)
	家事相談 火曜日 13時～16時		夫婦・親子・家族間の問題など (家事相談員による45分以内の面談)	
東京都ひとり親家庭 支援センター(はあと)	☎6272-8720 火～金曜日9時～20時30分 月・土・日曜日、祝日9時～17 時30分	千代田区飯田橋 3-4-6 新都心ビル7階	生活相談、就業支援、養育費相談、 離婚前後の法律相談、など面会交 流支援などを行っています。	
キャリア・ カウンセリング (就労相談)	産業振興課産業支援係 ☎3579-2172(予約制) 第2木曜日、第4火曜日 (祝日、年末年始を除く) 13時・14時・15時・16時の各 時間で、一人45分	板橋2-65-6 情報処理 センター5階 産業振興課	結婚、育児などで退職した後、もう 一度働きたいなど、就職・再就職に 関する悩み全般をキャリアコンサル タントが受け付けます。 ※仕事のあっせん(紹介)は行って いません。	
ハローワークプラザ 成増	☎5968-8609	成増3-13-1 アリエス2階	求人情報の提供・職業相談・会社へ の照会のほか、ミニ面接会も実施。	
いたばし暮らしの サポートセンター (板橋区自立相談支援 機関)	板橋本部 ☎6912-4591 月～金曜日9時～19時 赤塚分室 ☎6904-1332 月～金曜日9時～17時 志村分室 ☎5948-7088 月～金曜日9時～17時	板橋本部 栄町36-1 グリーン ホール4階 赤塚分室 赤塚6-38-1 赤塚福祉課内 志村分室 蓮根2-28-1 志村福祉課内	生活・仕事・家計などの困りごと についての相談窓口です。訪問・同行 支援も行います。	
いたばしひとり親家庭 (離婚前含む) 相談窓口	☎6909-6205 月・水・木・金曜日9時～17時 火曜日9時～19時 第2日曜日9時～17時	栄町36-1 グリーン ホール4階	生活・家計・離婚前後の問題などで 悩みを抱えるひとり親家庭の方、 離婚を考えている保護者の方のた めの相談窓口です。	



## ♡ 女性の心とからだの悩み

女性は、結婚、妊娠、出産、子育て、再就職・職場復帰などをきっかけとして、女性ならではの身体的、精神的な悩みが生まれることがあります。そんなときは、気軽に専門の相談員に相談しましょう。

相談窓口	問い合わせ・申込等	場 所	内 容
板橋区女性健康 支援センター	☎3579-2306 月～金曜日9時～17時 (土・日曜日、祝日、年末年始を 除く)	板橋2-66-1 板橋区役所 南館3階	女性の健康に関する悩みについ て、保健師または女性婦人科医に 相談ができます。
東京都女性のための 健康ホットライン	☎5339-1155 月～金曜日10時～16時 (元日を除く) ※メール相談あり		思春期から更年期にいたる女性の 心身の健康に関する悩みについ て、看護師などの専門職に電話や メールで相談ができます。
東京都 妊娠相談ほっとライン	☎5339-1133 通年(元日を除く) 10時～22時 ※メール相談あり		妊娠や出産に関する様々な悩みにつ いて、電話やメールで相談がで きます。
東京都 不妊・不育ホットライン	☎6407-8270 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)		不妊経験のある女性が共感と認識 のもと相談に応じます。
東京都助産師会 子育て・女性健康 支援センター	☎080-3915-9923 火曜・木曜日 10時～16時 (祝日・年末年始を除く)		妊娠や出産、育児に関する様々な 悩みについて助産師に相談がで きます。

## ♡ 産前・産後の母親と父親のメンタルヘルス

妊娠・出産・育児の不安や、家族との関係による悩みなどのこころの健康相談を行っています。

相談窓口	問い合わせ・申込	場 所	内 容
健康福祉センター 板橋 上板橋 赤塚 志村 高島平	P30参照 (お住いの地域担当の健康福 祉センター)	大山東町32-15 桜川3-18-6 赤塚1-10-13 蓮根2-5-5 高島平3-13-28	妊娠期(流産・死産の方も含む)、子 育て期(乳幼児期までの保護者) で、気持ちの落ち込み、イライラ、 子育てのつらさなどの相談がで きます。



# 子育てイエローページ

## ♡ 本庁舎・赤塚支所

あなたの子育て生活に役立つ情報源、問い合わせ先をリストアップしました。それぞれの電話番号は、直接各課や係につながるダイヤルインです。

			電 話	FAX
担当窓口がわからないとき	板橋区役所	代表電話	☎3964-1111	
おやこ健康手帳(母子健康手帳)	健康推進課	母子保健係	☎3579-2313	3962-7834
出生届	戸籍住民課	戸籍係	☎3579-2202	
	赤塚支所	住民サービス係	☎3938-5113	
高額療養費、出産育児一時金	国保年金課	国保給付係	☎3579-2404	3579-2425
児童手当、子ども医療費助成 ひとり親家庭の手当、医療費助成	子育て支援課	子どもの手当医療係	☎3579-2477	
	赤塚支所	住民サービス係	☎3938-5113	
児童館	子育て支援課	子育てサービス係	☎3579-2475	3579-2487
保育園	保育運営課	保育管理係	☎3579-2480	3579-2487
		保育運営・給食係	☎3579-2483	3579-2487
	保育サービス課	民間保育第一係	☎3579-2492	3579-2487
		民間保育第二係	☎3579-2494	3579-2487
		入園相談係	☎3579-2452	3579-2487
心身障がい者医療費の助成、 手当	障がいサービス課	障がい相談係	☎3579-2362	3579-2364
障がい児通所支援の受給者 証、医療的ケア児等コーディネーター事業	障がいサービス課	障がい児支援係	☎3579-2148	3579-2364
幼稚園、就学援助	学務課	幼稚園係	☎3579-2613	3579-4214
		学事係	☎3579-2611	3579-4214
サークル(団体)	生涯学習課	社会教育推進係	☎3579-2633	3579-2635
教育相談	教育支援センター	学校相談	☎3579-2199	
		特別支援教育相談	☎3579-2198	3579-4058
		心理・言語専門相談	☎3579-2197	
		いじめ110番	☎3964-1370	

### ◎本庁舎の開庁日時

●月～金曜(祝日を除く)8時30分～17時

※火曜は一部窓口(戸籍住民課・国保年金課・納税課)のみ 19時まで延長

※出生届は、休日・夜間も本庁舎夜間受付でお預かりしています。

●毎月第2日曜は一部窓口(戸籍住民課・子育て支援課・国保年金課・納税課)のみ 9時～17時

●年末年始(12月29日～翌年1月3日)は閉庁

※火曜夜間および第2日曜については一部取り扱いができない業務がございますので、ご注意ください。

	名 称	所在地	電 話	FAX
文化・教養	文化会館	大山東町51-1	☎3579-2222	
	グリーンホール	栄町36-1	☎3579-2221	
	まなぼーと大原 (大原生涯学習センター)	大原町5-18	☎3969-0401	3969-0403
	まなぼーと成増 (成増生涯学習センター)	成増1-12-4	☎3975-9706	3975-9708
	教育科学館	常盤台4-14-1	☎3559-6561	3559-6000
	区立美術館	赤塚5-34-27	☎3979-3251	3979-3252
	郷土資料館	赤塚5-35-25	☎5998-0081	5998-0083
	熱帯環境植物館	高島平8-29-2	☎5920-1131	5920-1132
	エコポリスセンター	前野町4-6-1	☎5970-5001	5970-2255
	リサイクルプラザ	舟渡4-16-6	☎3558-5374	3558-4735
公園・レク レーション	南部土木サービスセンター	富士見町3-1	☎3579-2508	3579-7447
	北部土木サービスセンター	新河岸1-9-8	☎5398-7333	5398-1252
	板橋こども動物園	板橋3-50-1	☎3963-8003	
	こども動物園高島平分園	高島平8-24-1	☎3932-0090	
	城北交通公園	坂下2-19-1	☎3969-9422	
	赤塚植物園	赤塚5-17-14	☎3975-9127	
	都立赤塚公園	高島平3-1	☎3938-5715	
	都立浮間公園	舟渡2-15-1	☎3969-9168	
	都立城北中央公園	練馬区氷川台1-3-1	☎3931-3650	
	都立光が丘公園	練馬区光が丘4-1-1	☎3977-7638	
子育て支援	子ども家庭総合支援センター	本町24-17	☎5944-2373	5944-2376
	子ども発達支援センター	小茂根1-1-7 日本肢体不自由児協会2階	専門相談 ☎5917-0905 医療的ケア児相談 ☎3956-0240	3974-8755 3956-0241
男女 平等推進	男女社会参画課	大山東町32-15	☎3579-2486	
	男女平等推進センター 団体交流室・情報資料コーナー	栄町36-1 グリーンホール7階	☎3579-2790	
	男女平等推進センター 相談室	大山東町32-15	☎3579-2188 (総合相談)	
社会福祉	板橋区福祉事務所板橋福祉課	栄町36-1 グリーンホール3階	☎3579-2322	3579-5974
	板橋区福祉事務所赤塚福祉課	赤塚6-38-1	☎3938-5126	3938-5820
	板橋区福祉事務所志村福祉課	蓮根2-28-1	☎3968-2331	3965-0180
教育	成増教育相談室	成増1-12-4 成増生涯学習センター1階	☎3975-9693	
	板橋フレンドセンター	富士見町3-1		
	成増フレンド (板橋フレンドセンター分室)	成増1-12-4 成増生涯学習センター1階	☎3961-2500	

	名称	所在地	電話	
健康福祉センター・ 福祉事務所・ 区民事務所・図書館	板橋健康福祉センター	大山東町32-15	☎3579-2333	
	板橋区福祉事務所板橋福祉課	栄町36-1 グリーンホール3階	☎3579-2322	
	仲町区民事務所	仲町20-5	☎3959-4105	
	氷川図書館	氷川町28-9	☎3961-9981	
保育園(区立)	東板橋図書館	加賀1-10-15	☎3579-2666	
	かないくぼ保育園	板橋2-21-1	☎3964-4678	
	中板橋保育園	中板橋11-9	☎3962-9487	
保育園(私立)	みなみ保育園	幸町3-1	☎3973-1311	
	あすなる保育園	大和町36-4	☎3963-5678	
	あいあい保育園	仲宿32-3	☎3964-5179	
	太陽の子保育園(本園)	仲宿46-1	☎3964-6205	
	加賀保育園	加賀2-3-2	☎3962-0249	
	松葉保育園	氷川町27-2	☎3961-1369	
	やまと保育園	大和町2-2	☎3961-8855	
	敬隣保育園	本町19-4	☎3961-3912	
	平和保育園	富士見町13-6	☎3964-6074	
	大禮保育園	大山東町13-2	☎3964-7268	
	旭保育園	大山金井町56-1	☎3974-9441	
	大山保育園	大山町44-4	☎3959-1920	
	風の子保育園	仲町14-15	☎3956-4433	
	わかたけ保育園	仲町45-4	☎3972-9177	
	さいわい保育園	幸町45-4	☎3972-5861	
	板橋仲町どろんこ保育園	仲町16-10	☎5964-6460	
	栄町保育園	栄町26-1	☎3961-3241	
	明日葉保育園大山園	南町57-11	☎5926-6676	
	さくらさくみらい 中板橋	中板橋20-1 モダ・ビエント中板橋プラシア203	☎3962-4601	
	ミアヘルサ保育園ひびぎ 板橋区役所前	板橋2-65-8 MSビルディング板橋区役所前2階	☎6905-6112	
	にじいろ保育園中板橋	中板橋9-1	☎6905-6447	
	保育園加賀のこども	加賀1-9-11	☎3963-1585	
	ベネッセ板橋三丁目保育園	板橋3-36-6	☎6905-5025	
	ミアヘルサ保育園ひびぎ中板橋	弥生町21-8	☎5926-5715	
	さくらさくみらい 本町	本町24-7	☎5944-1226	
	にじいろ保育園板橋二丁目	板橋2-29-3	☎6912-4912	
	大山西町保育園	大山西町21-3	☎3974-1123	
	星樂保育園	大山東町35-2	☎6915-5454	
	さくらさくみらい 新板橋	板橋4-40-2	☎6909-6739	
	にじいろ保育園板橋一丁目	板橋1-31-9	☎5944-1773	
	さくらさくみらい 板橋四丁目	板橋4-26-4	☎6905-7839	
	クオリスキッズ板橋本町保育園	本町35-4	☎5944-2691	
	板橋保育園	富士見町20-25	☎5944-2662	
	にじいろ保育園大山	大山町26番2号クロス大山レジデンスウエスト1F~3F	☎5926-6981	
	メリーポピンズ大山ルーム	仲町2-1	☎5926-7292	
	にじいろ保育園弥生	弥生町16番4号	☎3956-2995	
	認証保育所	ベネッセ板橋保育園	板橋1-55-16 板橋ビュウロッキング2階	☎5943-2081
		中板橋雲母保育園	弥生町2-5	☎5926-6703
		メリーポピンズ中板橋ルーム	中板橋7-16 双美ビル1階	☎3579-1755

	名称	所在地	電話
小規模保育	木下の保育園中板橋小規模保育園	中板橋19-6	☎5375-0125
	氷川町小規模保育園	氷川町24-2	☎3579-5766
	Meisei(メイセイ)小規模保育園	板橋3-29-5	☎6912-4812
	小規模保育園ドリームキッズ板橋保育園	板橋1-8-11	☎5944-2780
	HOPPA板橋西口保育園	板橋1-12-6	☎3579-3022
	大山西町小規模保育園	大山西町52-13	☎5926-7317
	デイズー小規模保育園・加賀	加賀2-5-28 1階	☎5944-1380
	シエル小規模保育園・加賀	加賀2-5-28 2階	☎5944-1971
	小規模保育園おはよう保育園大山西町	大山西町19-1	☎3530-3170
	小規模保育園板橋一丁目 インフィニティ保育園	板橋1-6-9	☎5944-1984
	小規模保育園大山西町 インフィニティ保育園	大山西町2-3	☎6909-4109
小規模保育園大山西町 インフィニティ保育園	大山西町47-6	☎5926-6696	
事業所内保育	事業所内保育所帝京わかさ保育園	仲宿13-10	☎3964-0708
	事業所内保育所東京家政大学 ナースリールーム	加賀1-18-1	☎3961-5220
幼稚園(私立)	板橋明星幼稚園	板橋3-25-24	☎3964-3478
	落合幼稚園	板橋2-20-1	☎3963-0407
	帝京幼稚園	加賀2-10-1	☎3964-4042
認定こども園	幼稚園型認定こども園 東京家政大学附属みどりヶ丘幼稚園	加賀1-18-1	☎3961-9997
子育て応援児童館 CAP'S	CAP'S大山東	大山東町8-7	☎3579-6767
	CAP'S氷川	氷川町24-2	☎3961-5723
	CAP'S南板橋	板橋1-39-1	☎3963-4518
	CAP'S弥生	弥生町16-2	☎3956-8311
	CAP'S富士見台	前野町1-8-1	☎3965-8524
あいキッズ	板橋第八小学校	双葉町42-1	☎3964-2534
	加賀小学校	稻荷台23-1	☎3961-4072
	金沢小学校	加賀2-2-1	☎3962-7781
	板橋第五小学校	中丸町19-1	☎3959-7810
	中根橋小学校	栄町16-7	☎3962-4207
	弥生小学校	弥生町16-2	☎3958-1478
	板橋第一小学校	氷川町13-1	☎3962-3013
	板橋第四小学校	板橋4-9-13	☎3962-3214
	板橋第二小学校	板橋2-52-1	☎3962-1942
	板橋第六小学校	大山町13-1	☎3972-1265
	板橋第七小学校	大山西町45-8	☎3955-8474

	氏名	所在地	電話
家庭福祉員	細田 みゆき	双葉町12-8 久保田ビル101	☎6915-5991
	森 さち子	双葉町23-11	☎080-8491-4774
	嶋 博美	弥生町29-14	☎3972-2259
	高野 貴子	幸町3-3	☎3955-6764
	鶴田 和美	南町35-9	☎070-2285-4642

	名 称	所在地	電 話
健康福祉センター・ 区民事務所・図書館	上板橋健康福祉センター	桜川3-18-6	☎3937-1041
	常盤台区民事務所	常盤台3-27-1	☎3967-6711
	中央図書館・ いたばしポローニャ絵本館	常盤台4-3-1	☎6281-0291 (中央図書館)、 ☎6281-0560 (絵本館)
保育園(区立)	小茂根図書館	小茂根1-6-2	☎3554-8801
	向原保育園	向原1-18-5	☎3974-6364
	大谷口保育園	大谷口北町87-1	☎3958-3664
	東新保育園	東新町2-43-5	☎3972-8040
	上板橋保育園	上板橋2-3-8	☎3933-6935
	ときわ台保育園	常盤台3-21-2	☎3969-0436
保育園(私立)	アスク上板橋保育園	上板橋1-19-16 アソルティ上板橋1階	☎5922-1502
	グローバルキッズ上板橋園	常盤台4-30-4	☎3936-7777
	わかたけかなえ保育園	常盤台3-12-15	☎5918-9868
	茂呂塾保育園	小茂根4-4-7	☎3956-2525
	ひまわりベビールーム小竹向原	小茂根1-27-7 小茂根サンハイツ1階	☎5966-5554
	たつの子保育園	常盤台3-25-10	☎3960-2039
	第二たつの子保育園	常盤台3-24-2	☎3960-2039
	さくら保育園	東新町1-17-7	☎3956-6302
	ひまわりキッズガーデン小茂根	小茂根2-11-12	☎5986-2135
	陽光保育園	大谷口上町23-1	☎3956-1068
	キッズタウンむかいほら保育園	向原3-7-7	☎5917-0752
	上板橋すきっぷ保育園	上板橋3-21-7	☎6906-6526
	にじいろ保育園上板橋	上板橋2-2-15	☎6281-0075
	ほっぺるランド大谷口	大谷口2-11-8	☎5948-3731
	生活クラブ保育園ぼむ・向原	向原3-10-32	☎5926-8690
	にじいろ保育園小茂根	小茂根1-27-14	☎6909-4147
	ソラストときわ台保育園	常盤台2-5-7 峰岡ビル1階	☎5392-7551
さくらさくみらい 小竹向原	小茂根1-19-8	☎5926-4739	
認証保育所	コアラ保育園	常盤台4-25-2 大生ビル2階	☎3937-8417
	こっこ保育園	南常盤台1-26-21	☎3957-7377
	ポピンズナーサリースクール ときわ台	南常盤台1-40-1 ときわ台南口駅ビル2階	☎5917-2105
小規模保育	上板橋二丁目小規模保育園	上板橋2-48-1	☎6906-4200
	きららの杜小茂根小規模保育園	小茂根1-32-16	☎6909-4477
	メディコール小規模保育園中板橋	大谷口北町17-4	☎5926-3173
	小規模保育園MIRATZ常盤台保育園	南常盤台1-21-4	☎5926-4747
	木下の保育園上板橋小規模保育園	上板橋2-3-8 2階	☎6906-9775
	デイジー小規模保育園・小竹向原	小茂根1-1-41 1階	☎6909-4044
幼稚園(私立)	帝都幼稚園	常盤台1-6-2	☎3960-1370
	ときわ幼稚園	常盤台4-12-4	☎3936-8734
	常盤台めぐみ幼稚園	常盤台2-3-3	☎3967-9424

	名 称	所在地	電 話
幼稚園(私立)	ふたば幼稚園	上板橋2-40-3	☎3933-2332
	緑ヶ丘幼稚園	東新町2-16-13	☎3957-4992
	かごめ幼稚園	大谷口北町39-1	☎3972-4920
	武蔵野音楽大学第二幼稚園	小茂根4-13-2	☎3956-5955
認定こども園	認定こども園板橋向原幼稚園	向原2-31-3	☎3958-2266
子育て応援児童館 CAP'S	CAP'S上板橋	上板橋2-3-8	☎3933-6970
	CAP'S東新	東新町2-43-5	☎3972-8020
	CAP'S向原	向原1-18-5	☎3974-6736
あいキッズ	常盤台小学校	常盤台1-6-1	☎3965-9751
	桜川小学校	東新町2-29-1	☎3973-0977
	上板橋第二小学校	小茂根1-14-1	☎3973-3506
	上板橋小学校	東山町47-3	☎3958-5183
	上板橋第四小学校	上板橋1-3-1	☎3937-8896
	板橋第十小学校	大谷口上町43-1	☎3974-2665
	向原小学校	向原2-34-1	☎3974-6740
	大谷口小学校	大谷口北町21-1	☎3974-2750

	氏 名	所在地	電 話
家庭福祉員	濱田 ゆかり	小茂根1-8-12	☎3958-9930
	土屋 由桂	小茂根2-13-1	☎3956-6055
	田沼 敦子	向原1-9-7	☎6339-1350
	中田 直美	桜川3-19-4	☎5920-0025

## ♡ 志村地域

	名 称	所在地	電 話
健康福祉センター・ 福祉事務所・ 区民事務所・図書館	志村健康福祉センター	蓮根2-5-5	☎3969-3836
	板橋区福祉事務所志村福祉課	蓮根2-28-1	☎3968-2331
	志村坂上区民事務所	小豆沢2-19-15	☎3969-7571
	蓮根区民事務所	坂下2-18-1	☎3969-7581
	清水図書館	泉町16-16 (清水地域センター3階)	☎3965-9701
	蓮根図書館	蓮根3-15-1-101 (蓮根3丁目アパート1号棟1階)	☎3965-7351
	志村図書館	小豆沢1-8-1	☎5994-3021
	西台図書館	西台3-13-2	☎5399-1191
保育園(区立)	南前野保育園	前野町2-23-1	☎3967-3830
	西前野保育園	前野町6-10-7	☎3965-3144
	さかうえ保育園	小豆沢1-20-17	☎3965-9721
	小桜保育園	志村3-32-1	☎3960-9341
	向台保育園	中台2-15-7	☎3932-0058
	緑が丘保育園	中台3-27-2	☎3934-4160
	若木保育園	若木2-11-6	☎3932-0551
	西台保育園	西台2-5-18	☎3935-0516

	名 称	所在地	電 話
保育園(私立)	ひいらぎ保育園	西台2-22-4	☎3937-2541
	第一保育園	西台3-32-26	☎3933-2032
	東京自由保育園	清水町24-13	☎3964-0034
	和敬保育園	大原町3-9	☎3966-3723
	マハヤナ第二保育園	前野町5-24-10	☎3960-2850
	ひまわりキッズガーデン大原	大原町13-1	☎5914-0130
	友和保育園	坂下1-21-9	☎3966-4036
	ひまわりキッズガーデン志村	小豆沢1-12-6	☎5392-3856
	前野保育園	前野町4-6-7	☎3967-4644
	グローバルキッズ板橋園	清水町44-3 ロイヤルガーデン2階	☎3579-0503
	ひまわりキッズガーデン城山	志村1-30-15	☎5914-0661
	いたばし前野町保育園	前野町6-3-9 日版プロセスビル	☎5916-6002
	ミアヘルサ保育園ひびきあずさわ	小豆沢2-19-8	☎6454-5051
	ベネッセ前野町保育園	前野町3-28-1	☎5916-0351
	ほっぺるランド志村坂上	前野町4-1-17	☎6454-5208
	ほっぺるランド板橋清水町	清水町36-1 板橋本町ビル2F	☎6905-7614
	ほっぺるランド板橋小豆沢	小豆沢2-26-20 マンション岩上1F、2F	☎6454-9551
	ほっぺるランド本蓮沼	蓮沼町22-2	☎6454-5891
	アスクときわ台保育園	前野町2-35-22	☎5916-0130
	Gakkenほいくえん志村坂上	小豆沢2-21-12	☎3965-8501
ソラスト前野町保育園	前野町2-1-20 エステート前野町20号棟1階	☎5916-1921	
キッズマイル板橋東坂下	東坂下1-10-5	☎6454-5881	
小規模保育	小規模保育園あずさわ保育園	蓮沼町73-14	☎3967-9267
	サンシティ小規模保育園	中台3-27-7	☎5922-6166
	スマイスセレソンスポーツ保育園 志村坂上	小豆沢2-3-18	☎6386-8200
	志村一丁目小規模保育園	志村1-8-6	☎6454-5008
	メディコール小規模保育園富士見台	前野町1-8-1	☎5918-7028
事業所内保育	コスモイトときわ台小規模保育園	前野町2-16-1	☎3966-1090
	ゆめの園バンビ若葉事業所内保育所 事業所内保育所バジリック保育園	若木3-15-1 宮本町38-8 板橋スパイスセンター内	☎3935-5780 ☎3558-5144
幼稚園(私立)	板橋富士見幼稚園	宮本町29-1	☎3965-7001
	淑徳幼稚園	前野町5-32-8	☎5392-8877
	城山幼稚園	志村2-16-2	☎3966-5262
	城山みどり幼稚園	坂下2-22-10	☎3966-4646
	前野幼稚園	前野町4-20-8	☎3960-3948
子育て応援児童館 CAP'S	サンシティ聖母幼稚園	中台3-27-3	☎3937-8386
	CAP'Sあずさわ	小豆沢3-9-2-103	☎3966-2825
	CAP'Sさかうえ	小豆沢1-20-17	☎3965-9733
	CAP'S清水	清水町72-7	☎3963-3313
	CAP'S緑が丘	中台3-27-2	☎3934-4176
	CAP'S志村	志村2-16-11	☎3969-5881
CAP'S南前野	前野町2-23-1	☎3967-3870	

	名 称	所在地	電 話
あいキッズ	志村第六小学校	坂下2-18-1	☎3960-9263
	志村坂下小学校	相生町26-14	☎3935-3005
	前野小学校	前野町6-40-1	☎3965-2915
	志村第二小学校	志村1-7-1	☎3969-7190
	志村第一小学校	泉町17-1	☎3558-1020
	北前野小学校	前野町5-44-3	☎3966-8824
	富士見台小学校	前野町1-10-1	☎3969-8502
	志村第三小学校	清水町83-1	☎3963-3370
	中台小学校	中台1-9-7	☎3937-4757
	志村第五小学校	西台3-38-23	☎5920-2181
	緑小学校	中台3-27-1	☎3932-2768
	志村小学校	志村2-16-11	☎3965-9793
	志村第四小学校	小豆沢4-13-1	☎3965-9631
若木小学校	若木1-14-1	☎3935-9994	

	氏 名	所在地	電 話
家庭福祉員	山後 育恵	前野町2-1-20 20号棟101	☎090-3452-3514
	笹木 純子	前野町6-48-2	☎090-2315-9730

## ♡ 赤塚地域

	名 称	所在地	電 話
健康福祉センター・ 福祉事務所・ 区民事務所・図書館	赤塚健康福祉センター	赤塚1-10-13	☎3979-0511
	赤塚支所・住民サービス係	赤塚6-38-1	☎3938-5113
	板橋区福祉事務所赤塚福祉課	赤塚6-38-1	☎3938-5126
	下赤塚区民事務所	赤塚6-38-1	☎3938-5110
	赤塚図書館	赤塚6-38-1(赤塚支所2階)	☎3939-5281
	成増図書館	成増3-13-1(アリエス3階)	☎3977-6078
保育園(区立)	紅梅保育園	徳丸6-2-10	☎3934-6488
	あさひが丘保育園	赤塚7-4-1	☎3938-8838
	赤塚保育園	赤塚6-30-1	☎3930-0120
	赤塚新町保育園	赤塚新町2-12-1	☎3977-5120
	ゆりの木保育園	赤塚新町3-32-11-102	☎3977-2650



	名 称	所在地	電 話
保育園(私立)	メリーポピンズ東武練馬ルーム	徳丸2-3-1 徳丸スクエア1階	☎3934-3806
	赤塚六丁目保育園	赤塚6-32-11	☎3977-8866
	北野保育園(本園)	徳丸3-20-14	☎3933-1757
	北野保育園(分園)	徳丸4-20-19	☎6909-7525
	愛和保育園	赤塚2-14-10	☎3977-1148
	成美保育園	成増4-28-16	☎3938-2899
	成増保育園	成増2-24-7	☎3975-5360
	麦の子保育園	赤塚5-16-27	☎3930-7300
	ういず成増保育園	赤塚3-19-4	☎6904-2957
	にじいろ保育園徳丸	徳丸3-38-19	☎6915-7145
	ほっぺるランド板橋徳丸	徳丸4-20-28	☎6281-0541
	しらさぎ保育園	成増5-19-40	☎3977-8820
	まなびの森保育園下赤塚	赤塚6-15-2	☎5998-3222
	グローバルキッズ成増園	成増2-8-10	☎3979-8677
	ほっぺるランド成増	成増3-3-6	☎5967-1451
	ソラスト成増保育園	成増3-13-1 アリエスビル1階	☎5904-5191
	認証保育所	板橋雲母(きらら)保育園東武練馬	徳丸3-27-16
まるやま保育園		四葉2-27-25	☎3930-0887
メリーポピンズ成増ルーム		成増1-26-3 プラザサンタナカ6号館1階	☎5997-5550
こもれび保育園成増園		成増2-17-11 グランドメゾン成増201	☎6411-0701
認定こども園	コスモメイト成増保育園	赤塚新町3-16-17 寿高赤塚ビル1階	☎5967-5145
	コスモメイト成増保育園 (ゆりの木別園)	赤塚新町3-32-11-101	☎5967-5146
	幼保連携型認定こども園 成増すみれこども園	成増1-35-26	☎6909-2858
小規模保育	小規模保育園生活クラブ保育園 ぼむ・徳丸	徳丸2-30-16	☎5922-3550
	木下の保育園成増小規模保育園	赤塚3-16-2	☎3975-2117
	ぴっころきっず下赤塚小規模保育園	赤塚6-6-32	☎6915-6065
	小規模保育園ぶれあ保育園・赤塚	赤塚4-15-5	☎5967-1097
	HOPPA板橋徳丸保育園	徳丸3-10-11	☎3931-0991
	HOPPA板橋赤塚ばうむ保育園	赤塚新町3-13-11	☎6904-1350
ベビールーム	ウェルネス保育園成増小規模保育園	成増1-5-9 1F	☎6904-0910
	下赤塚 北野	赤塚新町2-12-1 2F 徳丸3-22-39-5棟202	☎3977-8066 ☎3932-6071
幼稚園(私立)	赤塚幼稚園	赤塚2-3-12	☎3930-0990
	松月院幼稚園	赤塚8-4-9	☎3930-9500
	徳丸幼稚園	徳丸1-22-14	☎3933-2853
	なります幼稚園	成増4-30-14	☎3930-0831
	まきば幼稚園	徳丸2-9-7	☎3933-7337
	まるやま幼稚園	四葉2-27-25	☎3930-5213
	みその幼稚園	三園1-30-1	☎3930-6610

	名 称	所在地	電 話
子育て応援児童館 CAP'S	CAP'S紅梅	徳丸6-2-10	☎3934-6477
	CAP'Sしらさぎ	成増5-19-41	☎3979-3895
	CAP'Sなります	成増3-34-21	☎3939-6502
	CAP'S西徳	西台4-4-37	☎3936-2409
	CAP'Sゆりの木	赤塚新町3-32-11-209	☎3977-2651
	CAP'S赤塚	赤塚6-38-1	☎3938-8821
あいキッズ	徳丸小学校	徳丸1-21-1	☎3935-3381
	紅梅小学校	徳丸8-10-1	☎3935-4698
	成増ヶ丘小学校	成増3-17-7	☎3939-6503
	赤塚小学校	赤塚3-1-22	☎3975-1577
	成増小学校	成増1-11-1	☎3977-0131
	北野小学校	徳丸3-22-39 マナーズフォートS棟	☎3932-1568
	下赤塚小学校	赤塚6-14-1	☎3977-5140
	三園小学校	三園1-24-1	☎3938-0422
	赤塚新町小学校	赤塚新町3-31-1	☎3977-2652

	氏 名	所在地	電 話
家庭福祉員	平川 佐和子	徳丸2-30-14	☎090-9011-9706
	石福 喜代美	赤塚1-10-10	☎090-4932-7137

## ♡ 高島平地域

	名 称	所在地	電 話
健康福祉センター・ 福祉事務所・ 区民事務所・図書館	高島平健康福祉センター	高島平3-13-28	☎3938-8621
	板橋区福祉事務所志村福祉課	蓮根2-28-1	☎3968-2331
	高島平区民事務所	高島平3-12-28	☎3938-1191
	高島平図書館	高島平3-13-1	☎3939-6565
保育園(区立)	高島平さつき保育園	高島平9-1-6-201	☎3936-9182
	高島平つくし保育園	高島平2-26-3-101	☎3936-1360
	高島平すみれ保育園	高島平2-28-6-101	☎3936-1370
	高島平けやき保育園	高島平2-32-3-101	☎3936-1380
	高島平つばみ保育園	高島平2-25-4	☎3936-9234
	高島平もみじ保育園	高島平3-10-1-101	☎3975-8454
	高島平あやめ保育園	高島平8-30-1	☎3932-4708
	高島平くるみ保育園	高島平8-16-1	☎3933-9035
	蓮根保育園	蓮根2-6-15	☎3968-0687
	志村橋保育園	舟渡3-6-3	☎3966-0286
	新河岸保育園	新河岸2-10-11-101	☎3938-6701
	坂下三丁目保育園	坂下3-14-6-101	☎3965-6241
	相生保育園	相生町24-3-101	☎3936-9636
	保育園(私立)	かえで保育園	高島平1-65-1
つつじ保育園		高島平9-43-1	☎3936-3090
こじか保育園		高島平2-28-7	☎3937-4551
聖マリア保育園		高島平8-21-11	☎3934-0029
わかたけ第二保育園		新河岸1-3-5	☎3935-1354
白鳩保育園(本園)		高島平5-34-7	☎3939-0057
白鳩保育園(分園)		高島平4-21-1	☎3939-6611
メリーポピンズ浮間舟渡ルーム		舟渡1-2-11	☎6279-8951

	名 称	所在地	電 話
保育園(私立)	舟渡保育園	舟渡2-19-8	☎3966-3619
	同援みどり保育園	蓮根3-15-6	☎3965-6591
	はあもにい保育園	舟渡1-14-23	☎3960-0111
	にじいろ保育園蓮根	蓮根2-19-3	☎5918-8831
	さくらさくみらい 西台	高島平1-83-5	☎6906-8439
	志村さかした保育園	相生町23-5	☎3932-1818
	にじいろ保育園坂下二丁目	坂下2-32-22	☎5948-7971
	さくらさくみらい 蓮根	坂下2-13-16	☎5918-8739
	明日葉保育園蓮根園	坂下2-16-8 蓮根駅前福祉ビル2階	☎5916-6888
	トレジャーキッズふなど保育園	舟渡1-13-10 アイタワー	☎3969-1331
	こぶし保育園	坂下3-10-G-109	☎5916-0431
認証保育所	板橋雲母(きらら)保育園高島平	高島平1-41-6	☎3559-2127
認定こども園	城山みどりこども園	坂下2-22-10	☎3966-4646
小規模保育	なでしこ小規模保育園	坂下3-28-24	☎5918-8611
	きららの杜西台小規模保育園	高島平1-79-3	☎6913-0477
	メディコール小規模保育園西台	高島平1-27-10	☎6913-0481
	桃花小規模保育園高島平一丁目	高島平1-49-1	☎6906-7151
	ぬくもりのおうち保育 高島平小規模保育園	高島平8-7-13	☎6912-3714
	ぬくもりのおうち保育 蓮根小規模保育園	蓮根2-27-24	☎5948-7414
	小規模保育園ひまわり保育所	高島平8-9-1-102	☎3936-3910
幼稚園(区立)	高島幼稚園	高島平2-18-1	☎3934-5848
幼稚園(私立)	きよみ幼稚園	高島平7-37-6	☎3939-5438
	こうま幼稚園	高島平8-21-13	☎3935-0176
	大東文化大学附属青桐幼稚園	高島平3-6-1	☎5399-7700
	稚竹幼稚園	蓮根2-9-23	☎3966-3340
	子育て応援児童館 CAP'S	CAP'S蓮根	蓮根2-6-15
CAP'S蓮根第二		蓮根3-15-1-104	☎3969-5582
CAP'S志村橋		舟渡3-6-3	☎3966-6849
CAP'S新河岸		新河岸1-3-2-101	☎3937-8337
CAP'S高島平		高島平3-12-28	☎3979-3894
CAP'Sはすのみ		高島平1-50-2	☎3934-5980
あいキッズ		高島第一小学校	高島平7-24-1
	新河岸小学校	新河岸1-3-1	☎3936-4576
	高島第二小学校	高島平2-25-3	☎3936-1566
	高島第三小学校	高島平4-21-2	☎3938-7808
	高島第六小学校	高島平1-50-2	☎3936-9555
	蓮根第二小学校	蓮根3-15-5	☎3966-4721
	蓮根小学校	蓮根3-10-1	☎3969-8403
	高島第五小学校	高島平3-11-1	☎3975-6105
	舟渡小学校	舟渡3-6-15	☎3965-2584

	氏 名	所在地	電 話
家庭福祉員	安森 真弓	蓮根2-21-5-102	☎3558-3352
	岡本 さざり	高島平5-20-3	☎070-5044-3911

# 赤ちゃんの駅

このフラッグが目印



2009年度受賞



2010年度受賞



## ♡「赤ちゃんの駅」実施施設一覧（令和8年4月1日現在190か所）

### ◎私立保育園

(59か所)

名称	所在地
板橋保育園	富士見町20-25
赤塚六丁目保育園	赤塚6-32-11
あすなろ保育園	大和町36-4
あいあい保育園	仲宿32-3
松葉保育園	氷川町27-2
やまと保育園	大和町2-2
敬隣保育園	本町19-4
東京自由保育園	清水町24-13
大禮保育園	大山東町13-2
大山保育園	大山町44-4
風の子保育園	仲町14-15
わかたけ保育園	仲町45-4
前野保育園	前野町4-6-7
第二たつの子保育園	常盤台3-24-2
さくら保育園	東新町1-17-7
ひまわりキッズガーデン 小茂根	小茂根2-11-12
ひまわりキッズガーデン 大原	大原町13-1
ひまわりキッズガーデン 志村	小豆沢1-12-6
ひまわりベビールーム 小竹向原	小茂根1-27-7

名称	所在地
友和保育園	坂下1-21-9
ひいらぎ保育園	西台2-22-4
第一保育園	西台3-32-26
こじか保育園	高島平2-28-7
愛和保育園	赤塚2-14-10
北野保育園	徳丸3-20-14
わかたけ第二保育園	新河岸1-3-5
加賀保育園	加賀2-3-2
かえで保育園	高島平1-65-1
旭保育園	大山金井町56-1
陽光保育園	大谷口上町23-1
和敬保育園	大原町3-9
同援みどり保育園	蓮根3-15-6
舟渡保育園	舟渡2-19-8
つつじ保育園	高島平9-43-1
太陽の子保育園	仲宿46-1
アスク上板橋保育園	上板橋1-19-16 1F
グローバルキッズ板橋園	清水町44-3 2F
茂呂塾保育園	小茂根4-4-7
わかたけかなえ保育園	常盤台3-12-15
北野保育園分園	徳丸4-20-19

名称	所在地
はあもにい保育園	舟渡1-14-23
聖マリア保育園	高島平8-21-11
アスクときわ台保育園	前野町2-35-22
保育園 加賀のこども	加賀1-9-11
ひまわりキッズガーデン 城山	志村1-30-15
白鳩保育園	高島平5-34-7
麦の子保育園	赤塚5-16-27
メリーポピンズ 東武練馬ルーム	徳丸2-3-1 徳丸スクエア1F
さいわい保育園	幸町45-4
マハヤナ第二保育園	前野町5-24-10
グローバルキッズ上板橋園	常盤台4-30-4
志村さかした保育園	相生町23-5
栄町保育園	栄町26-1
星樂保育園	大山東町35-2
大山西町保育園	大山西町21-3
明日葉保育園蓮根園	坂下2-16-8 蓮根駅前 福祉ビル2階
トレジャーキッズ ふなど保育園	舟渡1-13-10 アイタワー
こぶし保育園	坂下3-10-G-109
にじいろ保育園弥生	弥生町16-4

### ◎民間商業施設等 (18か所)

名称	所在地
イオンスタイル板橋	徳丸2-6-1
イオンスタイル板橋前野町	前野町4-21-22
ダイエー西台店	蓮根3-8-12
セブントウン小豆沢	小豆沢3-9-5
薬局くすりの福太郎上板橋店	桜川3-23-2
cucul(美容室)	成増3-47-6 1F
ときわ台徳岡歯科医院	常盤台1-44-1 B1F
ベルクスモール浮間舟渡	舟渡1-6-22
なかよし薬局成増店	成増2-21-21 東京飯店ビル1F
icoi-hair&relaxation-	中板橋8-6
いいよし鍼灸接骨院	大山町6-6

名称	所在地
蓮根かとう接骨院	坂下1-41-16 ガーデンハイム蓮根
フォルクスワーゲン板橋	坂下1-2-1
やよいカフェ&バー	弥生町58-1
大山いぶき カイロプラクティック	大山東町57-3 O・スクエア1階
レストラン ななテラス	向原3-7-7
なないろ	徳丸1-17-2-1F

### ◎私立幼稚園 (13か所)

名称	所在地
赤塚幼稚園	赤塚2-3-12
板橋富士見幼稚園	宮本町29-1
板橋向原幼稚園	向原2-31-3
板橋明星幼稚園	板橋3-25-24
落合幼稚園	板橋2-20-1
こうま幼稚園	高島平8-21-13
帝京幼稚園	加賀2-10-1
成増すみれこども園	成増1-35-26
前野幼稚園	前野町4-20-8
まきば幼稚園	徳丸2-9-7
みその幼稚園	三園1-30-1
武蔵野音楽大学第二幼稚園	小茂根4-13-2
稚竹幼稚園	蓮根2-9-23

### ◎区立幼稚園 (1か所)

名称	所在地
高島幼稚園	高島平2-18-1

### ◎私立大学 (1か所)

名称	所在地
東京家政大学「森のサロン」	加賀1-18-1



◎子育て応援児童館CAP'S (26か所)

名称	所在地
CAP'S志村	志村2-16-11
CAP'S蓮根	蓮根2-6-15
CAP'S東新	東新町2-43-5
CAP'S弥生	弥生町16-2
CAP'S志村橋	舟渡3-6-3
CAP'S南前野	前野町2-23-1
CAP'S紅梅	徳丸6-2-10
CAP'S向原	向原1-18-5
CAP'S氷川	氷川町24-2
CAP'S上板橋	上板橋2-3-8
CAP'S新河岸	新河岸 1-3-2-101
CAP'S蓮根第二	蓮根 3-15-1-104
CAP'S南板橋	板橋1-39-1
CAP'S緑が丘	中台3-27-2
CAP'S高島平	高島平3-12-28
CAP'Sしらすぎ	成増5-19-41
CAP'Sはすのみ	高島平1-50-2
CAP'Sあずさわ	小豆沢 3-9-2-103
CAP'Sなります	成増3-34-21
CAP'Sさかうえ	小豆沢1-20-17
CAP'Sゆりの木	赤塚新町 3-32-11-209
CAP'S富士見台	前野町1-8-1
CAP'S大山東	大山東町8-7
CAP'S西徳	西台4-4-37
CAP'S清水	清水町72-7
CAP'S赤塚	赤塚6-38-1

◎集会施設 (5か所)

名称	所在地
成増地域センター(アクトホール)	成増3-11-3-405
中台地域センター	中台1-44-8
徳丸地域センター	徳丸3-35-15
仲町地域センター	仲町20-5
桜川地域センター	東新町2-45-6

◎保育施設・その他 (6か所)

名称	所在地
生活クラブ保育園ほむ	徳丸2-30-16
メリーポピンズ中板橋ルーム	中板橋7-16 双美ビル1F
みんなのセンター おむすび	仲宿45-6
学童保育&シッター こどもの杜	前野町5-39-17
Baby&Beans	板橋3-29-8
かえでの樹保育園 板橋本町	宮本町1-1

◎区役所等 (3か所)

名称	所在地
区役所1階北館 3階南館	板橋2-66-1
子ども家庭総合支援センター	本町24-17

◎福祉園等 (3か所)

名称	所在地
小豆沢福祉園	東坂下1-4-9
高島平福祉園 障がい者福祉センター	高島平9-25-12
三園福祉園	三園2-9-16

◎区立保育園 (34か所)

名称	所在地
志村橋保育園	舟渡3-6-3
赤塚保育園	赤塚6-30-1
向台保育園	中台2-15-7
大谷口保育園	大谷口北町87-1
小桜保育園	志村3-32-1
みなみ保育園	幸町3-1
ときわ台保育園	常盤台3-21-2
中板橋保育園	中板橋11-9
蓮根保育園	蓮根2-6-15
あさひが丘保育園	赤塚7-4-1
東新保育園	東新町2-43-5

名 称	所在地
若木保育園	若木2-11-6
新河岸保育園	新河岸 2-10-11-101
南前野保育園	前野町2-23-1
紅梅保育園	徳丸6-2-10
高島平つくし保育園	高島平 2-26-3-101
高島平すみれ保育園	高島平 2-28-6-101
高島平けやき保育園	高島平 2-32-3-101
高島平つぼみ保育園	高島平2-25-4
高島平もみじ保育園	高島平 3-10-1-101
高島平さつき保育園	高島平 9-1-6-201
西台保育園	西台2-5-18
高島平あやめ保育園	高島平8-30-1
かないくぼ保育園	板橋2-21-1
赤塚新町保育園	赤塚新町2-12-1
高島平くるみ保育園	高島平8-16-1
向原保育園	向原1-18-5
相生保育園	相生町 24-3-101
坂下三丁目保育園	坂下 3-14-6-101
上板橋保育園	上板橋2-3-8
緑が丘保育園	中台3-27-2
西前野保育園	前野町6-10-7
さかうえ保育園	小豆沢1-20-17
ゆりの木保育園	赤塚新町 3-32-11-102

## ◎美術館等 (5か所)

名 称	所在地
区立美術館	赤塚5-34-27
板橋子ども動物園	板橋3-50-1
中央図書館	常盤台4-3-1
熱帯環境植物館	高島平8-29-2
植村記念加賀スポーツセンター	加賀1-10-5

## ◎健康福祉センター (5か所)

名 称	所在地
板橋健康福祉センター	大山東町32-15
上板橋健康福祉センター	桜川3-18-6
赤塚健康福祉センター	赤塚1-10-13
志村健康福祉センター	蓮根2-5-5
高島平健康福祉センター	高島平3-13-28

## ◎高齢者施設 (11か所)

名 称	所在地
東京高齢協 ふじみ	富士見町39-9 ウエキビル1F
グランダ大山	大山金井町21-6
地域ケアセンター ビオラ	前野町3-36-10
特別養護老人ホーム いずみの苑	東坂下2-2-22
総合ケアセンター 若葉ゆめの園	若木3-15-1
特別養護老人ホーム ブルーポピーアネックス	大門8-1
オーネスト成増	成増4-29-7
グランダ大山式番館	幸町45-27
あずさわの里	小豆沢4-14-3
リハビリホーム グランダ板橋前野町	前野町3-28-3
そんぼの家S 奈美木成増	赤塚3-13-1
クラッチ・ファミリア小竹向原	大谷口2-15-7

# ジャンル別広告ページ

## 協賛店企業



健康 P78



暮らし・住まい P87



子育て・教育 P89



協賛企業マップ P94



医療法人社団キンダーリング

小児科・アレルギー科・小児皮膚科

## えがおこどもクリニック

「こどものかかりつけ医」として  
なんでも相談できるクリニックです。  
お子さんだけでなく家族も笑顔になれる  
アットホームなクリニックを目指しています。

休診日：水曜、日曜、祝日

	月	火	水	木	金	土
9:00-12:30	●	●	/	●	●	●
14:00-15:30	○	○	/	○	○	●
15:30-18:30	●	●	/	●	●	/

●土曜日のみ14:00～16:00

●一般診療 ○予防接種・乳幼児健診 / 休み

赤ちゃんのワクチン接種

アレルギーのご相談

お肌の乾燥・湿疹のご相談

〒174-0063 板橋区前野町3丁目31-3 P 3台あり

TEL 03-5994-7250

★一般診療の時間帯にも予防接種のご相談を承ります。

インターネット予約

<https://kinderring.or.jp/>

当院ではインターネット予約を導入しております。





医療法人社団 幸徳会

# かとう内科クリニック

<https://www.katonaika-clinic.com>

**甲状腺の治療** 糖尿病・骨粗鬆症の治療

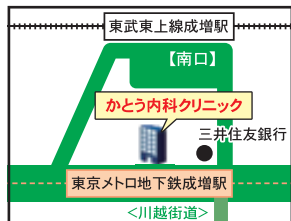
日曜診療・夜7時まで診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	-	●	●	●	●
15:00~19:00	●	●	-	-	●	-	-

休診日：水曜日・祝日

板橋区成増2-17-6 エクセルKSY 1F

**TEL.03-3977-8222** (予約可)



東武東上線成増駅 徒歩3分  
地下鉄成増駅 徒歩1分



# やの内科・小児科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
9:00~12:30	●	●	-	●	●	●	□
15:20~16:20	●	◆	-	●	◆	□	□
16:30~18:30	●	●	-	●	●	□	□

- 9:00~13:30 まで 休診日：水曜・日曜・祝日
- ◆ 小児予防接種・乳幼児健診専用時間帯

予約について…当日順番予約と事前時間予約があります。  
Webや電話で、簡単にお取りいただけますので、スムーズな  
受診のため、ぜひご利用ください(詳細はホームページ参照)

〒175-0093 東京都板橋区赤塚新町3-19-5

**TEL.03-3930-2277**

<https://www.yano-clinic.net>



出産前後の育児相談とワクチンデビューの相談も行っています



## 小児科専門のクリニック

小児アレルギー疾患、予防接種、健診

# ときわ台はしもと 小児科アレルギー科

- 日本専門医機構認定 小児科専門医
  - 日本アレルギー学会認定 アレルギー専門医
- 女性医師も在籍しています

院長 医学博士\*

**橋本 光司**

※1988年日本大学にて取得

診療科目 小児科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	◎
14:00~14:30 健康診査・予防接種	●	●	●	●	●	
14:30~18:30	●	●	○	●	▲	

◎9:00~13:30 ○14:30~18:00 ▲14:30~17:00

※受付は診療終了の30分前までです。

休診日 日曜・祝日

東武東上線「ときわ台駅」  
北口ロータリーすぐ



当院は専用の駐輪場や駐車場がありません。  
恐れ入りますが、近隣の施設をご利用下さい。

# TEL.03-6454-5415

板橋区常盤台1-2-3 新光常盤台ビル3階

ときわ台はしもと

検索





# はす花こども ファミリークリニック

●小児科  
●内科

院長: 神保 詩乃

日本小児科学会認定小児科専門医  
日本循環器学会認定循環器専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	/
14:00~15:30 予防接種・乳幼児健診	○	○	/	○	/	○	/
15:30~18:00	○	○	○	○	/	★	/

受付時間は、診療時間の20分前より開始、30分前に終了です。

●…受付17時まで

★…循環器診療:第4土曜日

予防接種

乳幼児健診

循環器・消化器相談

☎03-3960-8287

東京都板橋区蓮沼町23-3

WEB  
予約



HP



ご家族みなさまの  
かかりつけ医に



健康(病院・医院)



# いたばし本町 こども・アレルギークリニック

赤ちゃんから大人まで診療

## 小児科・内科・アレルギー科

院長: 菅波 佑介 (日本小児科学会認定小児科専門医 / 日本アレルギー学会認定アレルギー専門医)

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00-12:00	●	●	●	●	●	●
14:00-16:00	★	★	★	▲	★	○
16:30-19:00	●	●	●	▲	●	/

★ ワクチン・乳児健診・アレルギー相談の時間帯

▲ 14:00 - 18:00 ○ 13:30 - 16:00 休診日:日曜/祝日

予防接種

乳児健診

アレルギー相談

皮膚・湿疹相談



板橋区本町35-2 メゾン・ルゥ板橋 1階  
都営三田線「板橋本町駅」A1出口 徒歩3分

☎03-3963-8000



医療法人社団 クローバーリーフ

# よつば耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	●	●	/	●	●	●
午後3:00~6:30	●	●	/	●	●	2:00 5:00

※土曜日午後は、14:00~17:00 休診日/水・日・祝

〒175-0083  
東京都板橋区徳丸2-6-1  
イオン板橋ショッピングセンター 4F  
電話番号 **03-6906-6397**  
<https://caps-clinic.jp/itabashi/>

**P 10台有り**

## ☎03-5967-3387

板橋区四葉2-1-10

医療法人社団 ナイス

# 365日・年中無休の小児科

土日祝も予防接種・健診を受けられます。

## キャプスクリニック板橋

診療時間  
**9:00-13:00 / 15:00-21:00**  
(受付時間 8:45-12:45 / 14:45-20:45)

※施設点検日・休館日等は、休診または開院時間を変更する場合がございます

〒175-0083  
東京都板橋区徳丸2-6-1  
イオン板橋ショッピングセンター 4F  
電話番号 **03-6906-6397**  
<https://caps-clinic.jp/itabashi/>

**東武練馬駅北口より徒歩1分**

CAPS CLINIC Member

当院はセサミストリートクリニックメンバーです。世界中の子どもの可能性を育み、学び楽しさを伝える、セサミストリートの教育活動を支援しています。  
© 2024 Sesame Workshop. "Sesame Street" and associated characters, trademarks and design elements are owned and licensed by Sesame Workshop. All rights reserved.

Furuta Pediatric Clinic  
TEL.03-3932-7800

医療法人社団 こども  
**ふるた小児クリニック**

日本小児科学会認定 小児科専門医 院長 古田 俊哉

●診療科目 小児科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30am	○	○	○	※	○	○
3:00~5:30pm	○	○	○	休	○	休

※木曜日は予防接種・乳児健診のみ

■予防接種・乳児健診(予約制)  
月・火・水・金 2:00~3:00pm  
木 9:00~12:00am

■休診日 木曜・土曜の午後、日曜・祝日

板橋区徳丸2-21-8 あり

Abc Children's Clinic

医療法人社団 和会  
**あべこどもクリニック**

小児科・内科・アレルギー科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~11:30	●	●	●	休	●	●	休
午後3:00~4:00	★	★	★	休	★	休	休
午後4:00~6:00	●	●	●	休	●	休	休

★乳児健診・各種予防接種  
育児相談(窓口予約)

●一般診療(電話予約可)

休診日:木曜・日曜・祝日  
土曜午後・第3土曜日

板橋区高島平1-28-5 KAZZビル2F  
**TEL 03-3559-8115 (受付)**  
**(一般予約) 03-3559-8552**

内科・アレルギー科・小児科・皮フ科

# 双葉町クリニック

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前8:45～12:00	●	●	●	休	●	●
午後2:45～6:00	●	▲	●	休	●	休

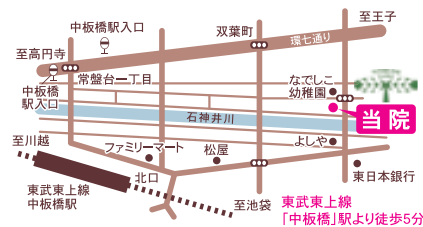
▲…予防接種、乳児健診(要予約)のみ

板橋区双葉町12-17

待合室の混雑を避けるため、事前受付システムをご利用下さい。

☎03-3961-8060

<https://www.futabacho-cl.com>



板橋区役所前

# こどもクリニック

小児科

乳幼児～中学生までお気軽にご相談ください

咳 鼻 下痢 嘔吐 発疹

	月	火	水	木	金	土	日
午前診療 09:00～12:00	●	●	●	●	●	●	／
予防接種・健診専用 14:00～15:00	／	／	／	／	／	／	／
午後診療 15:00～18:00	●	●	●	●	●	●	／

【休診日】水曜、土曜午後、日曜、祝日

各種診療相談(要予約)

障害者相談・発達相談・漢方相談・  
育児相談・便秘相談・夜尿相談…など

都営三田線「板橋区役所前駅」3分

東京都板橋区板橋3-14-1

メディアコンプレックスビル1階

☎03-3963-1230

小児科・アレルギー科

予防接種・乳児健診

# 小田島こどもクリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:45	●	●	●	／	●	★
15:00～16:00 (予防接種・健診)	●	●	●	／	●	☆
16:00～18:15	●	●	●	／	●	／

土曜…★10:00～11:45／☆9:00～10:00

休診日／木曜・日曜・祝日・土曜午後

板橋区東新町1-14-13

TEL 03-6427-5052



東武東上線「上板橋駅」より徒歩5分

医療法人社団 躍心会  
<https://www.yakushinkai.com>  
 板橋区高島平8-5-10 MAビル1F・3F

### 高田皮膚科クリニック

診療時間: 月～金 9:00～12:00・14:00～19:00  
 土 9:00～12:00

休診日: 日・祝日

TEL: 03-3550-8500

### 高島平東口クリニック

内科・小児科・消化器内科

診療時間: 月～金 9:00～12:00・15:00～19:00  
 土 9:00～12:00

休診日: 日・祝日・木

TEL: 03-3933-1213

### 志村三丁目皮フ科

<https://shimura-hifuka.com/>  
 板橋区志村3-24-3

診療時間: 月～土 9:00～12:00・13:30～17:30  
 休診日: 日・祝日

TEL: 03-5918-9407

## はなまる キッズクリニック

小児科・アレルギー科

診療時間 【平日】 9:00～12:30  
 15:00～18:30

【土曜】 9:00～12:00

※予約診療となります

休診日 木曜・日曜・祝日



都営三田線『蓮根駅』より徒歩2分  
 板橋区蓮根2-20-22-1F

TEL.03-3558-8870

はなまるキッズクリニック | 検索

月・火・木19時まで診療 土日も診療

小児科・内科

乳幼児健診・予防接種

## 田丸小児科内科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	10:00 / 13:00	○	○	○	10:00 / 13:00
15:00～19:00	○	○	/	○	14:00 / 17:00	14:00 / 16:00	/

休診日: 祝日

板橋区大山町41-3  
 (大山駅南口徒歩3分)

TEL 03-3956-2836

内科・小児科

## 萩原医院

診療時間 月 火 水 木 金 土

午前9:00▶12:00 ● ● ● / ● ●

午後2:00▶6:00 ● ● ● ▲ ● 16:30

木曜午前・日曜・祝日は休診日  
 ※第2・4木曜日午後は休診日です

東京都板橋区中板橋21-2

TEL 03-3961-8380

高島平診療所

# 堀口内科小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
09:00~12:00	●	●	●	—	●	—	—
09:00~14:00	—	—	—	—	—	▲	—
16:00~18:30	●	●	●	—	●	—	—

受付時間:午前8:30~/午後3:30~  
休診日:日曜・祝日・第2・4土曜日



板橋区高島平4-30-6 1F

ご予約・お問い合わせはコチラ

☎03-3975-4114



<https://tokiwadai-lc.com>

TOKIWADAI LADIES CLINIC

医療法人社団 藤香会

## ときわ台レディースクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00 <small>(受付は11:45まで)</small>	○	○	○	○	○	○
15:30~18:30 <small>(受付は18:00まで)</small>	○	○	○	/	○	/

休診日:木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

板橋区常盤台2-5-3 アビアートときわ台3F

TEL 03-5915-5207

東武東上線ときわ台駅北口より徒歩1分

健康(病院・医院)

## 伊藤内科クリニック

院長

外観



休診日:水曜午後、土曜午後、日曜・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	休休
16:00~20:00	●	●	休	●	●	休	休休

03-3930-5114

東京都板橋区成増1-17-10

## 北村眼科医院

Kitamura Eye Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00-13:00	○	○	○	/	○	○
16:00-19:00	○	○	○	/	○	/

休診日:木・日・土曜午後・祝日



〒173-0014 板橋区大山東町58-20

☎03-3961-0487

医療法人社団櫻美会  各種保険取扱い

小児科

内科

## 石川医院

院長 宮川 美知子 日本小児科学会 小児科専門医  
日本小児神経学会 小児神経専門医

		月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	9:00 ~ 12:30	●	●	●	●	●	●	休診
	14:30 ~ 19:00	●	●	一般外来 16:00 ~	休診	●	休診	

🌸 乳幼児健診 🌸 栄養相談【予約制】  
水曜 14:30~16:00 (栄養相談のみも可)

🌟 各種予防接種【予約制】

🌟 のびのびクラブ(小児の心理相談)【予約制】

🌟 高齢者の物忘れ相談【予約制】

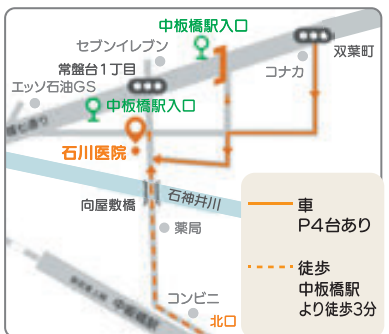
板橋区常盤台1-61-3

☎ 03-3960-3940

<https://www.ishikawa-iin.or.jp/>

あなたに寄り添う

街のかかりつけ医



小竹向原駅から徒歩5分! かかりつけの歯医者さん



歯科・小児歯科・歯科口腔外科・矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝日
9:30~13:00	●	●	/	●	●	●	/	◎
14:30~19:00	●	●	/	●	●	▲	/	

▲14:30~18:00 ◎9:30~15:00 休診日:水曜・日曜

※最終受付は診療終了の30分前です

当院は初診のカウンセリングを重視し

治療方針を明確にします

〒173-0037

板橋区小茂根1-26-25 小茂根KMハイツ1階

☎ 03-5926-8220



お子様連れの方も安心



医療法人社団JINAI

# 仁愛歯科クリニック



★土日も診療  
★キッズルームあり  
急患随時受付

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-18:00	×	●	●	●	●	●	●
18:00-21:00	×	●	●	●	●	×	×

休診日 月曜、祝日

〒174-0055 板橋区泉町6-11

☎03-5970-0108

分院

## 西台仁愛歯科クリニック

診療時間 9:30~21:00 休診日 水曜・祝日

★土日も夜9時まで診療します!!

〒174-0046 板橋区蓮根3-9-11

ライオンズプラザ西台駅前1階

☎03-5918-7164

医療法人社団圭優会  
高島平診療所しみず歯科

**特徴01**

板橋区妊婦歯科検診  
実施医療機関

当院は板橋区の妊婦歯科  
健診実施医療機関です

**特徴02**

保育士在籍の  
歯科医院

保育士在籍のため  
お子様連れでも安心

**特徴03**

子育て経験豊富な  
スタッフ

女性歯科医師 6名  
歯科衛生士 15名

高島平地域の「健康」と「笑顔」のために

新高島平駅より徒歩5分  
子育て経験豊富な女性歯科医師6名と歯科衛生士15名が在籍  
妊娠中も産後も通いやすい医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:45-17:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日:祝日 診療科目:歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科  
▲:水曜日は19:00までとなります。  
■:日曜日のみ午前診療【8:45-13:00】となります。

〒175-0082 東京都板橋区高島平4丁目30-62階5階  
TEL:03-5979-4180

健康(歯科)

板橋区より褒賞受賞

板橋区住宅リフォーム登録事業者  
誠実と信頼 外壁屋根塗装専門店

## 大谷建装工業株式会社

プージ君

Since 1970

板橋区蓮根3-8-14  
☎0120-881-841

## 河島のミキサ車は全車「AED」搭載!

自動車用 心肺蘇生装置

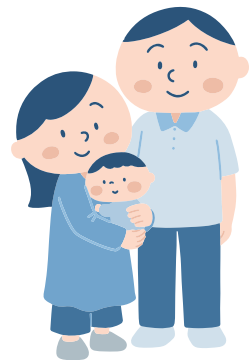
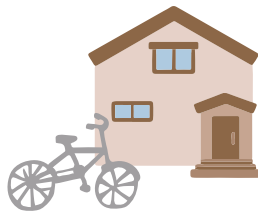
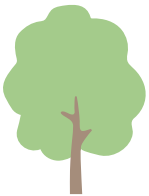
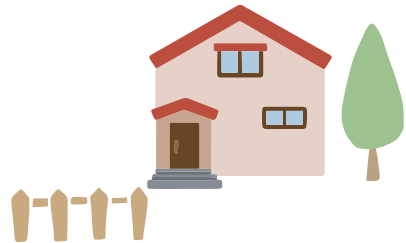
緊急の際はお声がけください!

人科建装工業株式会社  
おぼろび採用  
緊急対応員  
最新型の自律型AED  
「おぼろび」搭載  
ご利用ください

**KAWASHIMA**  
CONCRETE INDUSTRY INC.

河島コンクリート工業株式会社  
東京都板橋区新河岸1-11-8 Tel:03-5921-0308(代)

暮らし・住まい





Since 1968

社会福祉法人 あすなろ福祉会

# あすなろ保育園

\\ 感性保育 子どもたちの五感を育てよう! //

英語指導

絵画指導

音楽指導

体育指導

サッカー指導

日本語指導

書道指導

TEL 03-3963-5678

板橋区仲宿25-6

仮園舎: 板橋区大和町36-4

くわしくはHPをご覧ください▶



保育士・職員募集

正職員

いつでも見学に来て下さい。

建替工事につき

仮園舎にて保育実施中! A3出口より徒歩 3分

「板橋本町駅」

子育て・教育



## Strength

心身ともにしなやかで力強さをあわせ持ち、

## Energy

周りを巻き込むパワーに満ち溢れ何事にも積極的に取り組み、

## Enthusiasm

知的好奇心が旺盛で様々な分野を熱心に学習し、

## Diversity

他者との違い多様性を受け入れ認め合い、

## Survivor

困難を乗り越えこの世をたくましく生き抜くサバイバーを育てます。

- 英語で学び、英語で遊ぶ幼児保育
- 習い事までSEEDSで完結  
朝から夕方までお預け可能
- 幼児期の発達・発達サポートも  
経験豊富な講師が対応
- 駅前だから  
お仕事前後の  
送り迎えが楽ちゃん
- 英検Jr.・英検の  
対策もバッチリ!

園児  
募集中!

英語塾も併設! 英語学習はおまかせください!

SEEDS英語幼稚園

板橋区常盤台1-43-1 EQUiAときわ台4F  
TEL 03-5918-9613





社会福祉法人  
あすなる福祉会

# あいあい保育園



音楽・英会話  
茶道・体育等  
専門講師による  
プログラムが  
充実しています!

板橋区仲宿 32-3

Tel.03-3964-5179



(板橋区役所前駅より徒歩3分) [www.aiihoikuen.net](http://www.aiihoikuen.net)

かごめ幼稚園  
KAGOME  
園見学 随時受付しています!

かごめ幼稚園では、やさしく見守り  
のびのびとした中でも  
けじめのある教育を目指しています

お気軽にお問い合わせ下さい!  
☎ 03-3972-4920  
板橋区大谷口北町39-1

広い芝生のお庭でのびのび保育  
健康・素直・創造

心身ともに健康で、素直で思いやりのある、  
創造性豊かな子どもの育成

みどり豊かな  
環境で  
のびのび保育

たくさんの  
お友だちや先生  
との関わり

豊かな学びや  
専門講師  
による指導

東京都公認  
  
みその幼稚園

☎ 03-3930-6610  
〒175-0091 東京都板橋区三園1-30-1

HP



東京都  
認可

# なります幼稚園

narimasu kindergarten



預り保育 平日7:30~18:30  
夏冬春休み(土日祝日除く)もお預かりします。  
満3歳児(4年保育実施)2歳から通えます。

## 教育目標

- おとうさん おかあさん ありがとう  
両親(家族)への感謝の心を育てる
- げんきに なかよく がんばるこ  
・健康体づくり(専任講師による体育指導、スイミング)  
・英語教室(年長から) ・文字指導  
・音楽(鍵盤ハーモニカ、年長マーチングパレード鼓笛隊)  
・SIカード遊び(考える楽しさと創造的思考を育むプログラム)  
・当園畑での自然観察と収穫

東京都板橋区成増4-30-14

TEL.03-3930-0831



ホームページ

## TOKYO子育て応援幼稚園

学校法人  明角学園

# ときわ幼稚園

TEL 03-3936-8734

<https://www.tokiwa.ed.jp>

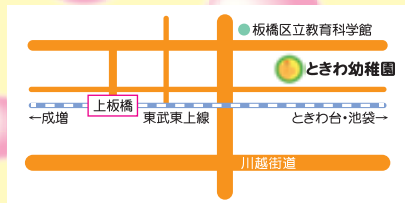


何でも食べる子ども

夢中に遊べる子ども

ぐっすり眠れる子ども

にそだてましょう



板橋区常盤台4-12-4

東武東上線「上板橋」下車(北口徒歩4分)

子育て・教育

# Makiba Kindergarten

1953年  
創立

TOKYO子育て  
応援幼稚園

年間を通じて、長時間の  
預かり保育が利用できます

自然の中で元気いっぱい!

# まきばようちえん

愛のあるキリスト教保育を基礎に、  
豊かな情操をはぐむ

まきば幼稚園 板橋



ホームページ



Instagram

満3歳児  
クラス開設

ご見学のお申込みは  
メールまたはお電話でどうぞ

TEL.03-3933-7337

イオンスタイル板橋となり

# とくまる ようちえん

子ども主体の

『引き出す教育』

あかるく  
なかよく  
たくましく



満3歳児クラス(4年保育)開設  
7:30~18:30 早朝・延長保育実施

TOKYO子育て応援幼稚園

東京都板橋区徳丸1-22-14

TEL.03-3933-2853



認定こども園

## むかいばら幼稚園

mukaibara Kindergarten



### 教育方針

"おもいやり"の心を育む  
アニミズム教育

- ◆ 因果のとれる豊かな知能
- ◆ 体感を伴った知識
- ◆ 柔軟な思考力の育成

入園を考えている  
みなさまへ

- ◆ 未就園児クラス
  - ・ぴよぴよクラブ
  - ・えびあいクラブ
- ◆ 預かり保育  
7:30~18:30  
3・4・5歳児対象
- ◆ R6年度より満3歳児(4年保育)  
保育スタートしております。

TEL 03-3958-2266  
板橋区向原2-31-3



土曜プレ保育  
参加募集中!

体験教育に触れて  
生きる力の経験値アップをしよう!

## まるやま幼稚園

### Maruyama Kindergarten

自然に触れることにより子供達に夢と希望を  
生きる力を育む

強く 豊かに 仲良く



首都高速5号池袋線  
赤塚公園

まるやま幼稚園

セブンイレブン  
ミニストップ  
コスモ咖啡店  
ヤオコー

うるやゴルフ  
ブアミリーマート  
サイゼリヤ  
西松屋

板橋区四葉2-27-25  
TEL.03-3930-5213



公 認

## 赤塚幼稚園

- ★ 3年保育(満3歳児保育あり)
- ★ 預かり保育 朝7:30~夕方6:30  
(保育時間を除く)  
(土、日、祝日、年末年始を除く毎日)  
夏、冬、春休み中も毎日お預りします。
- ★ 「なかよしクラブ」未就園児(2歳児)対象  
詳細はホームページにて!

☎ 03-3930-0990  
東京都板橋区赤塚2-3-12



下赤塚駅北口徒歩2分

板橋区で子育て中の  
皆さまにお知らせ!

### 意外と知らない ベビーシッターの 上手な使い方

ベビーシッター利用支援事業  
(一時預かり利用支援) 利用で  
利用料金が補助されます

**未就学児は  
だけでもOK**

障がい児は  
小6まで  
認定不要

**年間144時間  
まで  
いつでもOK**


障がい児・ひとり親・多胎児は  
288時間まで

**どんなとき  
でもOK**

利用目的は  
問いません  
送迎のみもOK

資料請求やお問合せは  
こちらへ ↓

1993年創業 / (公社)全国保育サービス協会正会員  
**サンフラワー・A株式会社**  
板橋区小豆沢1-12-6 プラッセ小豆沢2階  
<https://sunflower-a.com>  
☎03-5914-1531 ✉ [kodomo@sunflower-a.com](mailto:kodomo@sunflower-a.com)



東京都認可保育園

# ひまわりベビールーム小竹向原

◆子ども・保護者・職員が毎日笑顔で楽しくなる保育園◆



0~2歳児の  
小規模保育園です。

保護者との愛着形成を土台に  
“主体性・受容性・好奇心・探求心”を育みます。

東京都板橋区小茂根1-27-7

☎03-5966-5554

ホームページ Instagram



英語・体操・音楽  
楽しいレッスンもりだくさん!

## キッズドリーム園

### 中板橋

### 園児募集

園内見学大歓迎♪  
お気軽にお問い合わせください!

「中板橋駅」北口徒歩1分  
板橋区中板橋20-6  
☎03-6912-4945

子育て・教育

社会福祉法人松葉の園

# 志村さかした保育園

明るく 正しく 潤いを

陽だまりのような  
心地よい 保育園

保育時間 7:15~18:15

延長時間 18:15~20:15

“絵本の森”には紙芝居や絵本がたくさん📖

☎03-3932-1818

板橋区相生町23-5



社会福祉法人  
幼松月院幼稚園

みどり豊かな環境  
伸び伸びとした子どもたち  
やさしい心を育む仏教教育

- 預かり保育 7:30~18:30  
(土、日、祝日、年末年始、園行事に関する日を除く毎日)
- 未就園児クラス(2歳児対象)
- 満3歳児クラス令和8年度開設

詳細はホームページをご覧ください

東京都板橋区赤塚8-4-9  
TEL 03-3930-9500  
<https://www.shougetsuin.jp>



ベビーカーフックの元祖開発メーカー



株式会社 赤ん坊カンパニー

赤ん坊の未来と、お母さんの願いを信頼とがたちに...

妊娠・出産から育児にわたり、お母さんの視点に立って、安心して使いやすく、赤ちゃんの成長段階に合わせて、安全で機能的な育児用品・子育て応援グッズを開発しております。



東京都板橋区大山東町32-16-2F

Tel:03-6905-5065

<http://www.akanbou.co.jp>



お客様の心をお届けするのが私たちの使命です



KYORITSU 共立印刷株式会社  
KYORITSU PRINTING CO.,LTD.

<https://www.kyoritsu-company.co.jp/>

本社 / 〒174-8860 東京都板橋区清水町36番1号  
TEL. 03-5248-7800 FAX. 03-5248-5570

工場 / 〒367-0038 埼玉県本庄市いまい台1丁目32  
TEL. 0495-27-0351 FAX. 0495-27-0352

営業所 / 札幌 / 名古屋 / 大阪 / 高松

工場 / 本庄第1工場 / 本庄第2工場 / 本庄第3工場  
児玉第5工場 / 児玉第6工場 / 児玉第7工場  
情報出力センター / 本庄ロジスティックセンター

# 協賛企業 マップ

協賛企業マップ



## いたばし子育て情報ブック

令和8年(2026年)6月発行

発行 板橋区子ども家庭部子育て支援課/  
株式会社サイネックス

広告販売 株式会社サイネックス 埼玉支店

〒330-8541 埼玉県さいたま市大宮区土手町1-49-8  
電話:048-643-7120  
※掲載している広告は、令和8年4月30日現在の情報です。

板橋区  
HP



サイネックス  
HP



制作 株式会社サイネックス 東京本部

〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3  
電話:03-3265-6541(代表)

刊行物番号

R08-19



見やすく読みまちがえにくい  
ユニバーサルデザインフォント  
を採用しています。

無断で複写、転載することはご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

# 学校法人 板橋明星学園

板橋でとぎれのない一貫した子育て  
～生きる力の基礎は「遊び」～



未就園児クラス

1、2歳児親子分離クラス  
(単発預かり保育要相談)

## iMeisei 小規模保育園

1・2歳だからこそ  
小さな集団でサポート  
全職員が有資格  
(保育士・幼稚園教諭)  
※保育料:無償  
板橋区板橋3-29-5



砂場園庭

## 板橋明星幼稚園

幼稚園は学校教育の  
はじめの一步  
満3歳誕生日から入園可  
※保育料:幼稚園教育保育料無償  
板橋区板橋3-25-24

慣れた環境で  
ストレスなく進級  
できます

☎03-3964-3478



## 児童発達支援事業所 とは…

0歳から6歳までの未就学児(保育園・幼稚園など)  
対象で発達の気になるお子さま向けに療育を行い、  
発達の手助けをする児童発達支援事業所です。

楽しく学び成長します!

個性 × 創造 × コミュニケーション力

子どもたちが大人になる未来に大事な  
21世紀型スキルの土台づくりを目指します。



発達がちよっと気になる  
集団で遊べるのかしら

●お子さんのどのような姿が気になりますか?

一人遊びが多く  
集団活動が苦手

言葉の発達が遅い

忘れ物が多く  
気が散りやすい

落ち着いて  
座ることができない

自分の気持ちを伝えたり  
相手の気持ちを読み取ったり  
することが苦手

読み書きなどの学習に  
遅れが見られる

こだわりが強く  
切り替えが難しい

感覚が敏感・鈍感

身体の使い方が不器用

お子さまに合わせた指導方法で  
成長できるよう支援していきます!

スモールステップで成功体験を重ねて  
自己肯定感を育み、いろんなことに挑戦できる力を!

☎03-6905-6680

保育と介護  
手 つなぐ ささえる 心



社会福祉法人 三共会

保育 03-3960-2039

介護 03-3960-9058

〒174-0071 東京都板橋区常盤台 3-25-10

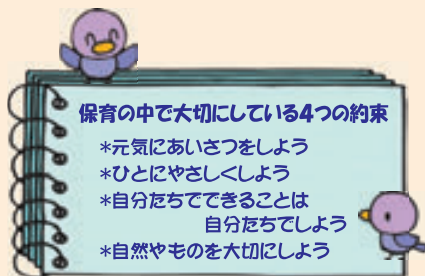
たつの子保育園

●生後57日より学齢までの保育園です●

\* 開園は午前7時30分より午後7時30分までです

第二たつの子保育園

\* お母さん方の子育て、保育相談も受け付けています



医療法人社団 飯田記念会



耳鼻咽喉科

いいだクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30 ~ 12:00	○	○	○	—	○	○	—
15:30 ~ 18:00	○	○	○	—	○	—	—

休診日：木曜・土曜午後・日曜・祝日



中板橋駅より徒歩30秒

☎ 03-6905-1133



〒173-0016 東京都板橋区中板橋 20-5 2F

# 板橋区医師会病院

詳しくはコチラ



日本医療機能評価機構認定病院 / 基幹型臨床研修指定病院  
東京都指定二次救急病院 / 開放型病院 地域包括ケア病院

無料低額診療事業実施医療機関



内科・小児科・外科・整形外科  
産婦人科・眼科・皮膚科・泌尿器科  
耳鼻咽喉科・リハビリテーション科  
特定健診・保健指導・人間ドック  
脳ドック(オプション)  
各種予防接種  
小児科休日急病診療

※ エントランス及び外来フロアの一部をリニューアルいたしました。



受付  
時間

**8:30~11:00**

(新患は11:30まで)

**12:30~15:00**

(皮膚科・産婦人科のみ予約不要)

TEL. **03-3975-8151** (板橋区高島平3-12-6)

**病児・病後児保育室**

※事前に板橋区への登録が必要です

TEL. **03-3975-8155** (直通)

予約制

ご利用になりたい日の前日にご予約ください。

(前日がお休みの場合は前開室日)

発熱などの病気、水痘、おたふくなど保育園に預けられないお子さんをお預かりします

## 区内の小児科医療機関の検索はこちらから

### お子様の急な発熱、状態変化などの対応が必要な時に!

平日午後7時以降・土曜日午後・日曜日の  
受診などの条件でも探せます。

