

9. しゅっさんこそだ 出産と子育て

■ しゅっさん 出産

1. にんしんとどけ 妊娠届

こそだ しえんぶ こ 子育て支援部 子ども家庭支援課

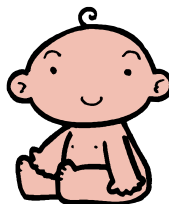
でんわ 電話 : 03-3602-1387

にんしん なか あか 妊娠(お腹に赤ちゃんがいること)したら、にんしんとどけ だ 届けを出してください。『ぼ しけんこう 母子健康手帳』や『はは こ ほけん 母と子の保健バッグ』がもらえます。

【場所】

- こ ども 総合センター (あおと 青戸4-15-14)
- かくほけん 各保健センター ● く 区 民事務所
- く やくしよ かい 区役所 4階401番 こ こそだ しえんまどぐち 子育て支援窓口
- く やくしよ やかん きゆうじつまどぐち 区役所夜間・休日窓口
- じどうかん しんみずもとじどうかん みなみにいじゆくじどうかん じどうかいかん しらとりじどうかん 児童館(新水元児童館、南新宿児童館、児童会館※、白鳥児童館、
しぶえじどうかん こすげじどうかん こ ども 未来 プラザ 鎌倉) 渋江児童館、小菅児童館、子ども未来プラザ鎌倉)

※児童会館は、2022年7月中旬から、「子ども未来プラザ西新小岩」に移ります。



がいこくご ぼ しけんこうてちよう 外国語の『母子健康手帳』

えいご ちゆうごくご 英語、中国語、ハンブル、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、インドネシア語、タイ語、ベトナム語、ネパール語の『母子健康手帳』があります。

がいこくご ぼ しけんこうてちよう 外国語の『母子健康手帳』は、「こ ども 総合センター」、「く やくしよ かい 区役所4階401番 子育て支援窓口」、「かくほけん 各保健センター」でもらえます。

9. 生育以及教育

■生育

1. 妊娠登记

育儿支援部 婴幼儿家庭支援课

电话：03-3602-1387

怀孕后请马上进行妊娠登记，领取“母子健康手册”和“母子保健袋”。

【登记处地点】

- 儿童综合中心（青户 4-15-14）
- 各保健中心 ● 区民事务所
- 区役所 4 楼 401 番 育儿支援窗口
- 区役所夜间・ 休息日办公窗口
- 儿童馆（新水元儿童馆、南新水元儿童馆、儿童会馆、白鸟儿童馆、涩江儿童馆、小管儿童馆、儿童未来馆镰仓）

※儿童会馆将于 2022 年 7 月中旬移至「儿童未来中心西新小岩(子ども未来プラザ西新小岩)」

外语版的“母子健康手册”

可以提供英语、汉语、韩语、葡萄牙语、西班牙语、他加禄语、印度尼西亚语、泰语、越南语、尼泊尔语的“母子健康手册”。

外语版的“母子健康手帐”，请到“儿童综合中心”、“葛饰区区役所 4 楼 401 育儿支援窗口(401 子育て支援窓口)”、“各保健中心”领取。

【届け出の方法】

葛飾区に住民登録があることを確認できるもの(『在留カード』『国民健康保険証』『運転免許証』など)を持って、窓口で届出書を書いてください。受付時間は聞いてください。

【母と子の保健バッグに入っているもの】

- 『妊婦健康診査受診票』
- 『出生通知票』
- 育児支援ガイドブック ほか

※『母子健康手帳』と『妊婦健康診査受診票』は、健康診査や病院に行くときに、必ず持って行きましょう。『母子健康手帳』に妊婦健康診査の記録を、忘れずに医師や助産師に書いてもらいましょう。

2. 妊娠中の健康診査

妊娠中の健康診査が安く受けられます。回数は14回です。『母と子の保健バッグ』に入っている『妊婦健康診査受診票』は、東京都内の決められた病院で使えます。

3. 母親学級(ハローベビー教室、パパママ学級)

お母さんとお父さんで助け合って子育てができるように、赤ちゃんのお風呂の入れ方などを学びます。

【登记方法】

请持能证明在葛饰区进行了住民登记的证件（“在留卡”、“国民健康保险证”、“驾照”等），到窗口登记。

【“母子保健袋”内装有以下物品】

- “孕妇健康检查就诊票”
- “出生通知票”
- 育儿支援手册 等

※前往医院检查或接受治疗时请一定携带“母子保健手册”和“孕妇健康检查票”。孕妇每次检查结果一定让医生“在母子保健手册”上做记录。

2. 怀孕期间的健康检查

持有“妊娠健康检查票”可以享受低价格的检查。“母子保健袋”中装有 14 次的“妊娠健康检查票”。在都内指定医疗机构进行检查时可以使用。

3. 母亲学习班（你好 baby 教室、妈妈爸爸学习班）

教授婴儿入浴方法等，指导父母怎样相互协助一起养育孩子。

4. 妊娠後期訪問

葛飾区に住んでいる、妊娠28週から36週の人のお家に助産師や保健師が行きます。出産について心配なことや赤ちゃんが産まれた後の体調管理や赤ちゃんとの生活などを相談できます。希望する人は申し込みましょう。

5. 出産費用の援助

区 子育て支援課（区役所4階）

電話：03-5654-8276

出産費用（赤ちゃんを産むときにかかるお金）に困っている人は、入院・分娩費用を助けてもらえることがあります。ただし、費用の一部を支払うことがあり、入院できる病院は決められています。くわしくは聞いてください。

6. 赤ちゃんが産まれたときの手続き

日本国内で赤ちゃんが生まれたときは、14日以内に葛飾区に「出生の届け出」をしてください。赤ちゃんの『住民票』を作ります。その他、大切な手続きがたくさんあります。（⇒P.26）

7. 産後ケア（産婦健康診査・宿泊ケア・乳房ケア）を受けるための手続き

健康部（保健所）青戸保健センター

電話：03-3602-1284

赤ちゃんが生まれた後、お母さんが「産後ケア」を受けるときのお金を、助けてもらえることがあります。使える病院や医療機関は決められています。利用するために、事前に申し込みをします。妊娠25週より後に、4か所の「保健センター」で申し込みができます。くわしくは保健センターに聞いてください。

4. 怀孕后期家庭访问

针对居住在葛饰区怀孕 28 周至 36 周期间的孕妇，助产士或健康保健师到家访问。回答对出产的担心事宜以及婴儿出生后的身体健康管理，育儿方法等。希望者请报名。

5. 补助分娩费

育儿支援课(区役所 4 楼)
电话：03-5654-8276

对支付分娩费用有困难者，在住院、分娩费用上给予一定补助。支付一定金额，但是必须利用指定的医院。详细事宜请确认。

6. 婴儿出生后需要办理的手续

在日本国内出生的婴儿 14 天之内到葛饰区政府办理“出生登记”，制作“住民票”。另外还需要办理其它重要手续。（请参照 27 页）

7. 接受产后护理（产妇健康检查、住宿护理、乳房护理）的手续

健康部(保健所)青户保健中心
电话：03-3602-1284

婴儿出生后，产妇接受“产后护理”时发生的费用，部分有可能的到补助。必须利用指定的医院或医疗机构。利用之前需要事先申请。怀孕 25 周之后，可以在区内 4 处的保健中心申请。详细请向保健中心问询。

8. こんにちは赤ちゃん訪問

子育て支援部 子ども家庭支援課

電話：03-3602-1387

生まれてから4か月になるまでの赤ちゃんがいる家庭に助産師や保健師が行きます。赤ちゃんの体重測定、子育てについて心配な事やお母さんの体調などを相談できます。

■ あかちゃん・子どもの健康

1. 健康診査（健診）

No. 1～7 健康部（保健所）青戸保健センター

電話：03-3602-1284

No. 8 子育て支援部 子ども家庭支援課

電話：03-3602-1387

子どもが健康に育つために、健康診査（健康かどうかの確認）をします。

No.	健診名	通知方法/内容
1	3～4か月児健康診査	生まれて3か月のころに案内の手紙をもらいます。身体測定、内科診察、各種相談など ※健診時に『子育てママの健康チェック』の受診票をもらいます。
2	6～7か月児健康診査 9～10か月児健康診査	3～4か月児健診のときに受診票をもらいます。
3	ハッピーバースデー すくすく歯科健診	1歳の誕生日のころに案内の手紙をもらいます。歯科健診、各種相談など

8. “婴儿你好”家访

育儿支援部 婴幼儿家庭支援课

电话：03-3602-1387

针对出生后 4 个月以内的婴儿，助产士，保健师将到家里进行家访。解决有关育儿方面的担心事宜，了解母亲的身体状况等。

■ 婴幼儿的健康

1. 健康检查

No. 1~7 健康部（保健所）青户保健中心

电话：03-3602-1284

No. 8 育儿支援部 婴幼儿家庭支援课

电话：03-3602-1387

为使婴儿健康成长，定期进行健康检查。

No.	检查名	通知方法・检查内容
1	3 到 4 个月婴儿健康检查	满 3 个月左右通知邮到家中。 测量身高、内科检查、各种咨询等。 ※健康检查时将发给“育儿妈妈健康检查”就诊票。
2	6 到 7 个月婴儿健康检查 9 到 10 个月婴儿健康检查	3 到 4 个月的婴儿健康检查时发给就诊票。
3	生日齿科健康检查	满 1 岁生日前后将寄去健康检查通知。 检查牙齿、进行各种咨询

4	さい げつ じ けんこうしんさ 1歳6か月児健康診査	さい げつ じゆしんひよう てがみ 1歳5か月のころに受診票を手紙でもらいます。
5	さい げつ じ 1歳6か月児 し けんこうしんさ 歯科健康診査	さい げつ じけんこうしんさ じゆしんひよう いっしょ 1歳6か月児健康診査の受診票と一緒に てがみ 手紙をもらいます。
6	すくすく はそだ し けんしん すくすく 歯育て 歯科健診	さい たんじよう び あんない てがみ 2歳の誕生日のころに案内の手紙をもらいます。
7	さい けんこうしんさ 3歳児健康診査	さい たんじよう び あんない てがみ 3歳の誕生日のころに案内の手紙をもら ます。 によけんさ し けんしん しんちよう たいじゆうそくてい 尿検査、歯科健診、身長・体重測定、 しんさつ しりよく ちようりよくけんさ かくしゆそうだん 診察、視力・聴力検査、各種相談など
8	さい けんこうしんさ 5歳児健康診査	さい とし がつ あんない てがみ 5歳になる年の4月に案内の手紙をもら ます。

2. こども いりようひ じよせい 子ども医療費の助成

区 子育て支援課（区役所4階）

電話：03-5654-8294

葛飾区に住んでいて、健康保険に入っている0歳から中学校3年生まで（15歳になった日から最初の3月31日まで）の間にある子どもは、『医療証』がもらえます。医療機関に『医療証』と『健康保険証』を持っていくと、払うお金の一部が助成されます。『医療証』をもらうためには申し込みが必要です。申し込み方法は子育て支援課に聞いてください。

4	1岁6个月婴幼儿健康检查	在满1岁5个月的前后将寄去就诊票。
5	1岁6个月儿童牙齿健康检查	与1岁6个月的儿童健康检查票一同寄去。
6	牙齿检查	2岁生日月前后寄去检查通知
7	3岁幼儿健康检查	通知将在满3岁生日的前后寄到。 进行尿、牙齿、身高、体重的测定及检查。 视力、听力的检查。以及各种咨询。
8	5岁儿童健康检查	通知于满5周岁的同一年的4月份寄去

2. 儿童医疗费补助

区 育儿支援课(区役所4楼)

电话: 03-5654-8294

向居住在葛饰区,加入了健康保险的0岁至中学3年级的学生(15岁生日后的第一个3月31日止)发行“医疗证”。向医疗机构提示“医疗证”和“健康保险证”后,医疗费可以得到补助。“医疗证”需要申请。申请办法请向育儿支援课咨询。

3. 予防接種

保健予防課（「健康プラザかつしか」内）

電話：03-3602-1238

感染症（ウイルスや菌でうつる病気）の予防のために「予防接種」をします。
『予防接種票』は、生まれてから2か月になる前に郵送で届きます。葛飾区内に住民登録のある子どもで葛飾区が出した『予防接種票』がないときは、『母子健康手帳』を持って、保健予防課・保健センターでもらってください。くわしくは聞いてください。

子どもを育てるときの支援

1. 児童手当

区 子育て支援課（区役所4階）

電話：03-5654-8294

『児童手当』は、国の制度で、葛飾区内に住んでいて、子どもを育てている人がもらえるお金です。所得額（給料などの収入）によって、10,000円（3歳未満は15,000円）または5,000円がもらえます。

『児童手当』をもらうためには申し込みが必要です。申し込み方法やその他の手当については、子育て支援課に聞いてください。

● 手当の対象となる世帯（同じ家に住む人たち）

0歳から中学校3年生まで（15歳になった日から最初の3月31日まで）の間にある子どもを育てている世帯。

3. 预防接种

保健预防课（「葛饰健康中心」内）

电话：03-3602-1238

进行“预防接种”以预防感染病。“预防接种票”将在婴儿满2个月前寄到。在葛饰区进行了住民登记的婴幼儿，如果没有得到葛饰区发行的“预防接种票”，请持“母子健康手册”前往保健预防课或保健中心领取。详细事宜请咨询。

■ 育儿支援

1. 儿童补贴

区 育儿支援课（区役所4楼）

电话：03-5654-8294

“儿童补贴”是国家制订的补贴制度。居住在葛饰区内，抚养子女者均将得到。根据收入所得额决定补助金额。分别为10,000日元（未满3岁补助15,000日元）或5,000日元。

接受“儿童补助”需要办理申请手续。详细申请方法以及其它补贴请向育儿支援课联系。

- 可以享受补贴的家庭

抚养零岁至初中3年级以下（满15岁后的第一个3月31日止）的孩子的家庭。

2. ひとり親家庭の人に

☐ 区 子育て支援課
電話：03-5654-8276

ひとり親家庭（離婚や死別などいろいろな事情で、母親か父親がひとりで子どもを育てている家庭）の人は、生活に必要なお金を借りる相談や住まいや就職の相談ができます。まずは、相談してみてください。

3. 子ども総合センター

子育て支援部 子ども家庭支援課
電話：03-3602-1386（代）

場所：葛飾区青戸4-15-14（「健康プラザかつしか」内）

福祉・保健の担当の職員に、子育てに関する相談ができます。

- ・ 妊娠期から始まる親と子どもの健康について
- ・ 育児支援が必要な家庭を見つけて、早く支援する
- ・ 児童虐待（子どもへの暴力など）や育てるのが難しい家庭への対応

4. 発達に心配がある子どもの相談

電話：03-3602-1388

場所：葛飾区青戸4-15-14（「健康プラザかつしか」内）

小学校に入る前の子どもの、心や体、ことばの発達（成長）についての心配や障害について相談をすることができます。

2. 有关单身家庭

区 育儿支援课

电话：03-5654-8276

单亲家庭(离婚或死别等,只有母亲或父亲抚养的家庭),针对有困难者生活费给予贷款。住房及求职方面可以咨询。

3. 儿童综合中心

育儿支援部 婴幼儿家庭支援课

电话：03-3602-1386(总机)

地点：葛饰区青户 4-15-14 (「葛饰健康中心」内)

福祉·保健工作人员回答有关育儿相关的咨询事宜。

- 怀孕期间母子健康管理
- 早期发现在育儿方面需要帮助的家庭,并尽早给予帮助
- 对有儿童虐待现象及有养育困难的家庭及时发现及时解决

4. 接受儿童发育方面的咨询

电话：03-3602-1388

地点：葛饰区青户 4-15-14 (「葛饰健康中心」内)

接受学龄前儿童的身心健康及发育情况的咨询。

5. 子育てひろば（子ども総合センター1階） 電話：03-6240-7591

乳幼児（3歳くらいまで）と家族が、交流できる場所です。

子どもたちが、発達にあった遊びを楽しめ、親同士、子ども同士の出会いと仲間づくりができる場所です。

子育て講座や季節の行事、イベントもひらきます。

子育て相談もできます。子育てについての困ったことや不安など、小さなことでも気軽に相談できます。

【時間】 9：00～17：00（日曜日、祝日、年末年始は休み）

■未就学児童（小学校に入る前の子ども）の保育・教育

1. 保育施設（保育園など）

区 保育課 入園相談係
電話：03-5654-8279

保護者が働いていたり病気などのために、昼間子どもの保育ができないとき、保護者に代わって保育（子どもを育てる）します。「保育園」、「認定こども園」、「家庭的保育事業所（保育ママ）」、「小規模保育事業所」があります。預けることができる年齢や時間は、保育施設ごとに決まっています。

【申込方法】

- ① 各保育施設や、区役所、区民事務所で申込案内をもらってください。申込案内は区のホームページからもダウンロードできます。

URL：<https://www.city.katsushika.lg.jp>

5. 育儿广场(儿童综合中心 1 楼)

电话：03-6240-7591

是婴幼儿(未满 3 岁)以及家长间进行交流的场所。

孩子们可以在此玩耍。也是家长及孩子们相互交流及结交朋友的场所。

还举办育儿学习班, 季节性活动, 各种集会等。

另外还接受育儿咨询。在养育孩子时如果遇到困难, 即使是一些小小的烦恼也可以咨询。

【时间】 9:00~17:00 (星期日、节假日、年末年初休息)

■学龄前儿童的保育·教育

1. 保育机构 (保育园等)

区

保育课 入园相谈系

电话：03-5654-8279

家长因工作或生病等原因白天无法照顾孩子时, 代替家长来照顾。有“保育园”、“认定儿童园”、“家庭保育事业所(保育妈妈)”、“小规模保育所”。接受保育的年龄及保育时间由每个保育园自行决定。

【申请方法】

- ① 从各保育园, 区役所或区民事务所索取报名资料, 或从葛饰区的网站下载。

URL: <https://www.city.katsushika.lg.jp>

- ② 申込書などの書類に記入し、区役所へ出してください。すでに仕事をしている人は『就労証明書（働いていることの証明書）』、病気などの人はその状況がわかる資料を一緒に出してください。

※くわしくはホームページを見るか、保育課に直接聞いてください。

【締切】

- 4月入園＝12月上旬の締切日までに書類を出してください
- 5月以降の入園＝毎月決められた締切日までに書類を出してください

【選考方法（選び方）】

保護者や家族の働いている状況や病気・心身の障害の程度、家庭の状況などによって、保育の必要性の高い世帯の子どもから入所を内定します。

【保育料】

- 0歳クラスから2歳クラスの子どもの保育料は、住民税の額で決めます。
- ・ 4～8月の「保育料（利用者負担額）」：前の年の住民税の金額で決めます。
- ・ 9～3月の「保育料（利用者負担額）」：その年の住民税の金額で決めます。
- 3歳クラスから5歳クラスの子どもは、0円です。

区役所に申し込む保育施設の他に、「認証保育所」「定期利用保育」など、施設に直接申し込むところもあります。

- ② 填好申请表后提交到葛饰区区役所。有工作者，“需提交就劳证明(工作证明)”，生病者请提交写有生病情况的资料。

※详细事宜请查看网页或直接向保育课咨询。

【报名截止日期】

- 4月份入园=请在12月上旬的指定截止日期内提交申请书。
- 5月份以后入园=请在每个月的指定截止日期内提交申请书。

【入选方法】

参考家长及家里人的就劳情况，生病状况、身心状态、残疾程度、家庭情况等，需要保育必要性大的家庭优先内定安排入园。

【保育料】

- 零岁至2岁的保育料根据住民税的纳税金额决定。
 - 4～8月的保育料:由前一年的住民税纳税金额决定。
 - 9～3月的保育料:由当年的住民税纳税金额决定。
- 3岁至5岁儿童:保育料0日元。

除通过区役所申请的保育园之外，“认定保育所”、“定期利用保育”等可以直接向这些保育机构申请入园。详细请咨询。

2. 幼稚園

しょうがっこうにゆうがくまえ こ きょういくしせつ ようちえん
小学校入学前の子どものための教育施設として「幼稚園」があります。

くりつようちえん 区立幼稚園

区

きょういくいんかいじむきょくがくむか
教育委員会事務局学務課

でんわ
電話：03-5654-8457

たいしやう 【対象】

くりつようちえん さいじ さいじ はい
区立幼稚園には4歳児と5歳児が入れます。

ほいくりやう にゆうえんりやう 【保育料・入園料】

ほいくりやう にゆうえんりやう えん
「保育料」と「入園料」は、0円です。

きやうざいひ かね
「教材費」などのお金がかかります。

くわしくは学務課か、各幼稚園に直接聞いてください。

しりつようちえん 私立幼稚園

区

こそだ しえんか
子育て支援課

でんわ
電話：03-5654-8266

たいしやう 【対象】

しりつようちえん さいじ さいじ はい
私立幼稚園には3歳児～5歳児が入れます。

※ 2歳児が入れる幼稚園もあります。

ほいくりやう 【保育料】

ほいくりやう えん つき えん こ ぶん じぶん ほん
「保育料」は0円です（月33,000円を超えた分は自分で払います）。

にゆうえんりやう ほじょ
「入園料」の補助もあります。

くわしくは、子育て支援課か、各幼稚園に聞いてください。

2. 幼稚园

“幼稚园”是以学龄前儿童为对象的教育机构。

区立幼稚园

区

教育委员会事務局学务课

电话：03-5654-8457

【入园对象】

接收入园年龄为 4 岁及 5 岁的儿童。

【保育料、入园料】

“保育料”、“入园料”都为 0 日元

“教材费”等收费。

详细请向学务课或各个幼儿园直接联系。

私立幼稚园

区

育儿支援课

电话：03-5654-8266

【入园对象】

私立幼稚园接收年龄为满 3 至 5 岁的儿童。

※部分幼稚园接收 2 岁幼儿。

【保育料】

「保育料」0 日元（但是每月超出 33,000 日元的金额自己负担）。

部分幼稚园的“入园料”给予补助。

详细请向育儿支援课或各个幼稚园确认。