

この江東区子育てハンドブックはおもに妊娠中の方や未就学児のお子さんをもつ
保護者向けの情報が入っています。ぜひご活用ください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、本誌記載の情報から変更となる場合がございます。

砂町銀座

2022江東区

子育て ハンドブック



江東区の子育て

資料に相談しよう

妊娠がわかったら

赤ちゃんが
生まれたら

こどもが通う施設

子育てをまじめる
手助けしてほしいこと

こどもとお出かけ

子育てについて
学びたい

ひとり親
家庭の方へ

障害・疾病のある
お子さんのために

こどもらふ

妊娠中の方や3歳までのお子さんをもつ保護者向けに江東区では
こんにちは赤ちゃんLINE(マタニティ・産後)を配信しています。
ぜひご利用ください。詳しい内容はP7、8をご覧ください。

こんにちは赤ちゃんLINE





小児科・アレルギー科

なおやこどもクリニック

未来を創る子供たちを守りたい

小さなこと、気がかりなことでもお気軽にご相談ください。

お誕生おめでとうございます

新生児からのアレルギー予防

最近では、花粉症や食物アレルギーなど、アレルギーの病気が増えています。

アレルギーの病気は生まれ持った体質も関係していますが、

「出生後にも予防のために出来ることがある」ということをご存じですか？

アレルギー疾患の多くは乳児期の湿疹から始まりアトピー、食物アレルギー、喘息、アレルギー性鼻炎へと進行します。

これをアレルギーマーチと言い、早期にこの進行をとめることが重要と考えられています。



食物アレルギー診療ガイドライン2016 (2018改訂版) より

少しでも気になることや不安に思うことがある場合は、まずご相談ください。



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	×	●	●
15:00~18:00	●	●	●	×	●	▲

休診日 木・日・祝 ▲土曜日は14:00~15:00

予約外来 平日/14:00~16:00 土曜/9:00~11:00

※院内状況により変更されている可能性があります。最新情報はHPでご確認ください

TEL 03-5653-0708



〒136-0074 江東区東砂7-19-13 ペルコモン南砂2階

「南砂駅」より徒歩11分(葛西橋通り、イオン駐車場向かい)

予約外来: 予防接種・健診・アレルギー外来

江東区歯科医師会からのお知らせ



江東区の 無料健診



妊婦歯科健康診査

1歳6ヶ月児歯科健康診査

3歳児歯科健康診査

おとなの歯科検診



私たち歯科医師会会員は

区民のみなさまに向けて、このような活動を行っています！

- 休日で、急にお口の問題が生じた時には、当番医が対応します。
- 通院がむずかしい方の所へ訪問し、相談や診療を行っています。
- 妊婦さんやこどもたちに、お口の健診や相談を行っています。
- お口の節目検診を、協力医の各歯科医院にて行っています。
- 障がいのある方々に、安心して通える場へのかけはしとなります。
- 専門的な対応が必要な時は、大きな病院や施設などへ、つなぎます。
- 80歳を過ぎて、20本歯の有る方の表彰を行っています。
- 災害などが起きた時には、救援活動を行います。
- お祭りでは、みなさまと直接ふれあう場を設けています。

・社団法人
東京都江東区歯科医師会
会員の証・

一般社団法人 東京都江東区歯科医師会

質問・お問合せは
こちらからどうぞ

TEL 3649-0780 FAX 3649-1688
HP <http://kotoku-shikaishikai.com/>



江東区の子育て

安心して子育てができるまち江東区

新型コロナウイルス感染症の影響が続く中、子育てに対して孤独感を覚える家庭が増加しております。江東区では、これまで孤立した子育て環境を解消し、誰もが安心して快適に子育てできるよう地域一体となって取り組んでまいりました。

令和4年度は、子ども家庭支援センターの訪問支援員によるアウトリーチ型支援体制を強化し、子育てに不安を抱えるご家庭に寄り添った支援を行ってまいります。また、亀戸子ども家庭支援センターを新たに開設するとともに、住吉子ども家庭支援センター、こどもプラザ図書館、地域交流スペース等で構成された区内初のこども向け複合施設「こどもプラザ」を開設しました。これにより子ども家庭支援センターは23区最多の8か所体制となり、妊娠期・乳幼児期から18歳まで切れ目のない支援に取り組んでまいります。

この「子育てハンドブック2022」は、子育てサービスの情報をコンパクトにまとめており、お子さんの成長段階に合わせた行政サービスの紹介や心配や困りごとの相談先など、区民の皆様に必要な情報を掲載しております。是非ご活用ください。最後に、本誌発行の趣旨にご賛同いただきました広告主の皆様へ、この場を借りて厚く御礼申し上げます。



江東区長
上峰孝明



区役所庁舎案内

江東区東陽4-11-28 ☎3647-9111 (代表)

【開庁日】月～金曜日 午前8時30分～午後5時

※水曜日に限り一部窓口で午後7時まで受付

【閉庁日】土・日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

ただし、原則毎月第2日曜日(令和5年3月は第4日曜)は午前9時～午後4時まで受付しています。

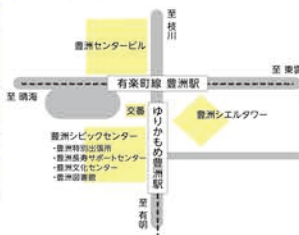
	階	業務	第2日曜日	水曜夜間
区民課	2階	戸籍に関する各種届出	○	○
	防災センター2階	国民年金加入と免除申請	×	○
医療保険課	2階	国民健康保険への加入届出 出産育児一時金の申請など	○	○
福祉事務所 保護第一課	2階	担当地区*における生活保護法に基づく生活困窮世帯への保護、家庭相談業務、入院助産の実施 ※担当地区についてはP30をご覧ください。	×	×
保育課	3階	保育園の入園相談、入園申請、保育料の支払い	×	○
こども家庭支援課	3階	児童に関する各種手当の申請、子ども医療費助成等の申請・受付、医療証の交付	○	○
地域教育課	6階	江東きずくクラブ利用料の支払い	×	×



豊洲特別出張所

江東区豊洲2-2-18豊洲シビックセンター3階 ※業務時間・開所日は本庁舎と同じ

担当(電話番号)	業務	第2日曜日	水曜夜間
戸籍係 (5859-0069)	戸籍に関する各種届出	○	○
保育課 (3647-4934)	保育園の入園相談	×	×
こども家庭支援課 (5859-0165)	児童手当の申請、子ども医療費助成の申請・受付、医療証の交付	○	○



※お取り扱いができない業務もありますので、事前にお問合せください。



困ったときのINDEX



近くに知り合いもいないし・・・子どもを連れて
落ち着いて相談や話をしたい!!
近くに子育て中のひとはいるかな?

子ども家庭支援センター→P13、14

保健相談所→P15、16

子育て応援団体一覧→P23～25

子どもが生まれた!どんな手続きが必要?

手続き・届出をしましょう→P33、34

子どもの発達心配、どうすれば?

まずは相談してみましょう→P17、18、74～76

(区の相談先と発達支援施設)

就学する子どもの支援体制について→P64

保育園・幼稚園ってどこにあるの?

保育施設→P44～56

幼稚園→P59～61

認定子ども園→P62

次は小学校だ。どんな制度があるの?

小学校の制度→P62～64

放課後に子どもを預かってくれるところ
はある?

江東きずクラブ・

土曜江東きずクラブ→P65～67、69～72

子どもの送迎を手伝って欲しい。買い物に
行きたい。その間だけ、子どもを預かってく
れるところは?

子育てサポート一時保育→P79、80

リフレッシュひととき保育→P81

ファミリー・サポート・センター→P83

自宅に来て少し家事を手伝って欲しい!
どんなサービスがあるの?

ふれあいサービス→P85

シルバー人材センター→P86

子どもと一緒に遊べる場所はあるの?

子ども家庭支援センター→P13、14

子どもと遊べる区の施設→P87～93

お出かけマップ→P95～102

ひとり親への支援はどんなものがあるの?

まずは相談してみましょう→P105(母子・父子相談)

経済的支援→P105～107

自立支援→P107、108

その他支援→P108、109

子どもをどう育てていいのかわからない!!
助けて!!

電話で相談してみましょう→P17、18

子育てについて学びたい→P103、104

子どもが急に病気になったり、
ケガをしたらどうしよう?

もしもの時の緊急連絡先→P116～120

病児・病後児保育→P57、58

近隣から子どもの泣き声が・・・

虐待かなと思ったら→P122

妊娠・子育てでどんなことがあるかな?

妊娠の経過→P26、27

産後の体と心の健康→P32

発育・発達お役立ちカレンダー→P35、36

赤ちゃんの泣きの特徴について→P37

離乳食について→P42

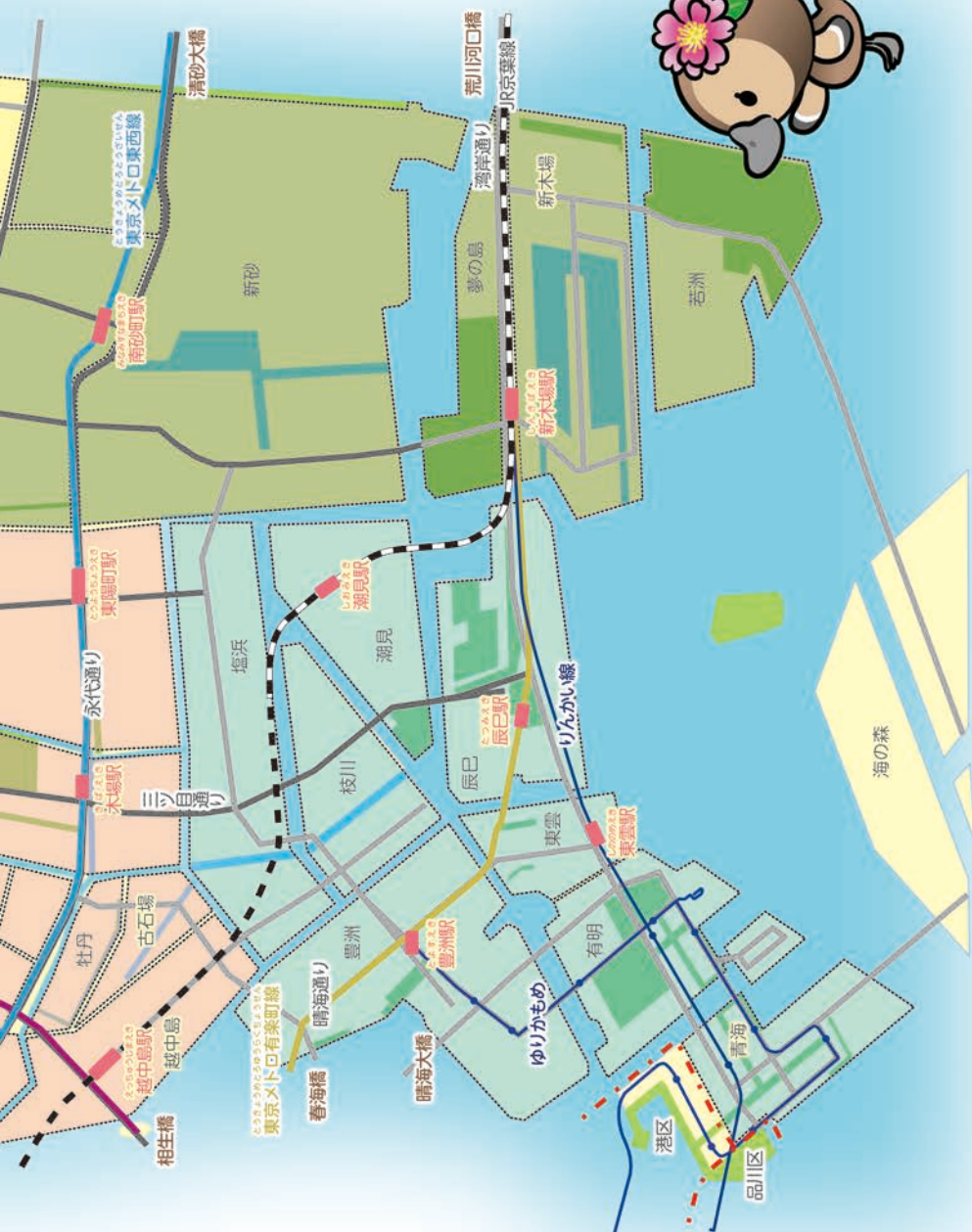
子どもが安全に暮らす環境づくり→P123、124

子どもがいる家庭での災害対策→P125



江東区の地図と町名と 主要道路と駅分布図





子育て情報ポータルサイトを 使いこなそう！

子ども家庭支援センター みずべ

区内8ヵ所にある子ども家庭支援センター「みずべ」のHPです。
様々な支援サービスやイベント情報、施設の利用案内などを掲載しています。

ポイント① みずべを知ろう！

みずべを知っていただくために、みずべの1日
や利用者の声、ご利用にあたっての留意点
などを掲載。

みずべってどんな場所？にお応えします。



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	-	-	休み
8	9	10	11	12	13	14
AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00
15	16	17	18	19	20	21
AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00
22	23	24	25	26	27	28
AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00
29	30	31	1	2	3	4
AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00	AM 9:00 PM 1:00

ポイント②

リフレッシュひととき保育

保護者の方のリフレッシュを目的にお子さまを
一時的にお預かりするひととき保育について、
登録面接後、サイト上にマイページを作成し
スマホやPCから空き情報の確認や抽選申込が
できます。

ポイント③

プログラムの動画配信

みずべの紹介や各種プログラムの
YouTube配信をしています。
ぜひお家からもみずべを楽しんでください。

動画で見る 有明みずべ

プログラムなどの動画をご紹介します
お家にいながら「みずべ」を体験いただけます



有明みずべ「地球がワハハ」



とよす&ありあけみずべのお

ポイント④ 相談フォーム

保護者の皆さまの様々な悩みをご相談いただける相談フォームを設置しています。
電話での相談はちょっと…でもメールならという方、ぜひご利用ください。

様々な子育て支援サービスやイベント情報をお届けします。
スマホやPCで気になる情報をチェックしてください♪

子育て情報ポータルサイトはこちら→



子育て施設イベント

子ども家庭支援センターや児童館、保育園、幼稚園などのイベントスケジュールを掲載しています。参加したいイベントをチェックしてください。

児童館

区内18カ所の児童館を紹介しています。乳幼児親子向けの様々なサービスを提供していますので、ぜひ最寄りの児童館に遊びに来てください。



子育て応援情報配信

定期的に様々な子育て情報を配信する「子育て応援情報配信」の登録ができます。

こんにちは赤ちゃんLINE

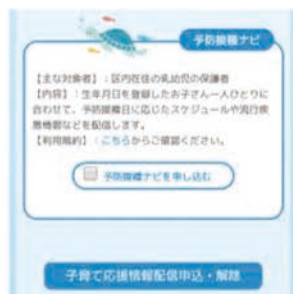
妊娠中の健康状態やお子さんが生まれた後の成長の様子、子育てのアドバイス、区の支援サービスなどを配信します。

予防接種ナビ

お子さんの予防接種の情報を配信します。

子育てイベント情報

区公式LINEにご登録いただくと、毎月子育てイベント情報の更新時に区公式LINEよりお知らせを配信します。



マチを好きになるアプリ



マチイロ

2022 江東区
子育てハンドブック
配信中

自治体がもっと身近になる機能が盛りだくさん！

ダウンロードはこちらから



※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。

マチイロに関する
お問い合わせは

株式会社ジチタイワークス 092-716-1480(代表)まで
〒810-0022 福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F
※株式会社ゴープのジチタイワークス事業は、2021/12/1付で
「株式会社ジチタイワークス」に分社化しております。



こんにちは 赤ちゃんLINE



産後LINE

お子さんの誕生日に基づき、成長の様子、子育てアドバイスや区の子育て情報などを配信します。

主な対象者 0歳児～2歳児の母親・父親

配信内容

育児アドバイス、ホームケア、
予防接種、事故予防、
産後のメンタルヘルス、
行政情報 など

配信頻度

生後0～100日/毎日
～1歳誕生日/3日に一度
～2歳誕生日/7日に一度
～3歳誕生日/14日に一度

登録情報

赤ちゃんの誕生日と名前
(ニックネーム)を登録

※利用は無料です。ただし、通信料は利用者負担となります。出生日、ニックネームだけで登録いただけます。個人が特定されるような情報(実氏名など)は登録には必要ありません。

ご登録は
こちらから



- ① 区公式LINEと友達になる
- ② メニューの「子育て」をタップ
- ③ 「赤ちゃんが生まれたら」をタップ
- ④ こんにちは赤ちゃんLINEをタップ

マタニティLINE編

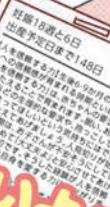
え〜〜〜!!

赤ちゃんできたの!?
おめでとう〜!!!

江東区のカフェにて



「マタニティLINE」

という
ものがあるね...日数にあわせて
お腹の赤ちゃんの
様子などLINEが
くるんだって!登録して
みよう!「イライラして
しまう時があります。」
...かあ。
今日も早く
帰れるように、
仕事がんばろう!母親の身体のことも
教えてくれるんだ...!

子育てはひとりじゃないよ!

そうだ!
おしえてあげよう!

マタニティLINE

出産予定日に基づき、おなかの赤ちゃんの様子、
ママのからだのことや区の子育て情報などを配信します。

主な対象者 妊娠中の女性

配信内容 胎児の成長過程、
妊娠生活のアドバイス、
行政情報 など

配信頻度 1日1通

登録情報 出産予定日を登録

ご登録は
こちらから

- ① 区公式LINEと友達になる
- ② メニューの「子育て」をタップ
- ③ 「妊娠がわかったら」をタップ
- ④ こんにちは赤ちゃんLINEをタップ

※利用は無料です。ただし、通信料は利用者負担となります。出産予定日だけで登録いただけます。
個人が特定されるような情報(実氏名など)は登録には必要ありません。

児童館ツイッター

児童館は、0歳から高校生世代までの子どもたちが誰でも利用することができる地域の遊び場です。親子でゆったり、お友達同士でワイワイ、もちろん一人でも!ぜひ遊びに来てください。

江東区では、児童館で実施しているプログラムやイベントの内容などを、各児童館の公式ツイッターで発信しています。フォローをお待ちしています!

◆対象児童館(令和4年4月1日時点)

- | | | |
|--------|----------|----------|
| ●森下児童館 | ●平野児童館 | ●古石場児童館 |
| ●塩浜児童館 | ●豊洲児童館 | ●東雲児童館 |
| ●辰巳児童館 | ●千田児童館 | ●東陽児童館 |
| ●亀戸児童館 | ●亀戸第二児童館 | ●亀戸第三児童館 |
| ●大島児童館 | ●大島第二児童館 | ●小名木川児童館 |
| ●東砂児童館 | ●東砂第二児童館 | ●南砂児童館 |



児童館のツイッターは
コチラから!



江東子どもまつりイメージキャラクター
「カクン・ユウチャン」



地域SNS「PIAZZA」

江東区では平成29年11月に子育てに関する不安感や負担感を解消し、安心して子育てができることを目指し地域SNS「PIAZZA」と包括協定を締結しました。地域SNS「PIAZZA」は二次元コードから専用アプリをダウンロードすることですぐにご利用が可能です。ぜひご利用ください。



PIAZZA

街のみんなで情報交換



PIAZZA

でコミュニケーション!

街の
イベント

お店や
病院の情報

モノの
ゆずり合い

PIAZZA

で街のイベント情報を知ろう!

アプリ内では、街のイベント情報、お店や病院情報の共有、モノの譲り合いなど地域密着情報を通じた積極的なコミュニケーションが繰り広げられています。

アプリ登録(無料)は

こちら!→



PIAZZA

で

この街の暮らしをもっと楽しく!

街のみんなで暮らしに関する情報をやりとりしたり、ちょっと困った時に相談しあったり、使わなくなったモノを必要としている人に譲ったり。

この街をもっと知り、みんなとつながることで、私たちの暮らしはもっと楽しくなります。



イベント/習いごと

イベントや習いごとの情報は大人気!「こんなの見つけた!」「参加してきました!」などのクチコミが飛び交っています。



ご近所リユース

家具・家電など大きなもののリユースも。すぐ取りに行けるのはご近所ならではの!



おしえて!

子連れで行けるレストラン。美味しいケーキ屋さん。おすすめ歯医者さんなど知りたいことを気軽に聞ける!



行政サービス一覧

	妊娠	出産	1か月	3か月	6か月
こども家庭支援課	子ども家庭支援センター“みずべ”P13・14 子育てひろばP87				リフレッシュ
	児童館P89				一時保育
	子育て情報ポータルサイトP5・6				
	こんにちは赤ちゃんLINE(マタニティLINE・産後LINE)P7・8				
	児童手当P33 子ども医療費助成P34 児童育成手当(育成手当・障害手当)P105 児童扶養手当P106				
保健所・保健相談所	虐待通告相談窓口P122(虐待対応は妊娠時から行っています)				
	妊娠届P28	出生通知票P33		乳児(3~4か月児)健診P37	6~7か月児健診P37
	母子健康手帳交付P28	●新生児聴覚検査P28 ●赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)P37			●離乳食教室P37
	●妊婦健診P28 ●妊婦歯科健診P28 ●平日版・休日版 両親学級P29 ●妊婦訪問指導P29	●母乳相談P37 ●産後ケア事業P16・34			
	子育て相談・発達相談・食事の相談P17				
区民課	電話相談・所内相談・家庭訪問(妊娠時から対応しています)				
	●妊娠高血圧症候群などの医療費助成P29	予防接種P38 予防接種ナビP39			
	●ゆりかご面接P16・28	未熟児養育医療P40 自立支援(育成)医療P111	小児慢性特定疾病医療費助成P112		
	●妊娠届P28	●出生届P33			
	●母子健康手帳交付P28				
保育・保育計画課(保育園)	マイ保育園ひろばP55・87 育児相談(保育園)P18				
	保育施設P44~56				
	緊急一時保育P78				子育てサポート
	かんがるーひろばP60・87				
	認定こども園P62				
学務課(幼稚園)					
地域教育課					
教育支援課					
教育センター(教育相談窓口)					
福祉課	民生・児童委員P18				
障害者施策課・障害者支援課	こども発達センターCoCoP18				
保護第一課・第二課	身体障害者手帳P110 愛の手帳(知的障害)P110				
	障害があるお子さんのための各種手当・助成P110				
	●入院助産制度P30				
	母子・父子相談P105 母子・父子福祉資金貸付P107 母子生活支援施設P108				
	多胎児家庭訪問支援事業P84				
その他	ふれあいサービスP85				
	シルバー人材センターP86				
	土曜・休日急病診療P118 平日夜間こどもクリニックP118 休日歯科応急診療P118				



あなたの身近な子育て応援の場

江東区子ども家庭支援センターみずべ



子ども家庭支援センター（愛称：みずべ）はこんなところ！

- 親子で一緒に遊べる「子育てひろば」があります。
- 経験豊富なスタッフや専門の先生に相談できます。
- 様々なプログラムや講座に参加できます。
- こども同士、保護者同士のつながりができます。
- 妊娠期から利用可能で、子育てに関する様々な情報が
入手できます。



お帰りなさいとあなたを迎えてくれる場所、それがみずべです。



子育て相談

【毎週月曜～土曜】

（祝日・年末年始を除く）

面接9:00～17:30

電話9:00～18:00

※有明・住吉のみ毎日

子育てひろば

【毎週火曜～土曜】

（祝日・年末年始を除く）

10:00～16:00

※有明・住吉のみ毎日

専門相談（要予約）

【毎月1回～2回】

○発達相談

○家族問題相談

○心理相談 など





妊娠や子育てで 困ったら保健相談所へ!



こんな悩みありませんか?

ちゃんと母乳
出ているのかな?

出産の準備って
何をすれば
良いの?

身近に
相談できる人が
いない...

離乳食って
どうやって
作るの?

ちゃんと育てて
くれるのか
気になる...



保健 相談所 とは

保健相談所は妊娠中の方や乳幼児、父、母の相談や健診などを行っています。各種教室や子育てに悩んだときの相談のほか、ご家族の健康に関するご相談にも応じます。お住まいの地域によって担当の保健相談所が決まっていますので、詳細は各保健相談所にお気軽にお問合せください。



妊婦・子育て期 相談(P17参照)

保健師・栄養士・歯科衛生士のほか、心理相談員や児童精神科医などによる専門相談もあります。

妊産期 健診・教室(P28・29参照)

健診費用の一部を助成します。各種講座を開催します。

子育て期 健診・教室(P37参照)

定期健診・経過観察健診を行っています。各種教室を開催します。

お住まいの地域を担当する保健相談所をご利用ください。



**出産前の心配ごと、産後すぐの育児不安など
何でもご相談ください!**



ゆりかご
面接

奸婦さん対象



- 妊娠中の気持ちや身体の変化を相談したい・・・
- 江東区の子育てサービスはどうなってる？
- 出産に向けて何をいつ準備するの？
- 妊娠中に気をつけることは？ など



妊娠・出産・子育てに関する様々な疑問や心配事などどんなことでもお気軽にお話しください。

面接を受けた妊婦さんにプレゼントを差し上げます。

利用者の声

地域の保健師さんに妊娠から出産後の不安項目を一通り聞いていただきました。夫や周囲に協力してくれる人はいるか、心身面のことなどです。何をすればよいか整理ができました。区の子支援施設の案内や両親学級のお知らせもいただき、面接をきっかけにいろいろと動けました。

(b.v.のママ(木場)/お子さん:3か月)

産後
ケア事業

P34参照

出産後に体調不良や育児不安がある方などを対象に「宿泊型産後ケア」「日帰り型産後ケア」、母乳育児に関して心配のある方に「乳房ケア（訪問・外来型）」のサービスを提供します。

利用基準、利用料金などの詳細は区のホームページをご覧ください。



利用者の声

生後4か月までの日帰りケアを2回利用しました。こどもを預けて個室でお昼寝やママさんたちとランチを食べたり、リフレッシュになりました。
(bvこなつさん・枝川い/お子さん:10か月)

