

# 子育てに関すること

## 母子健康手帳に関すること

**【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2459 ☎978-2422**

- 医療機関で妊娠の診断を受けた妊婦から、区役所窓口で妊娠の届出を受け、母子健康手帳及び健診券綴り(妊婦健康診査費用補助券、医療機関乳幼児健康診査受診票など)を交付しています。
- 届出の時に、妊婦が横浜市民であること(住民票が横浜市内にあること)と、妊婦の個人番号や出産予定日・受診医療機関などを確認しますので、妊婦の診断を受けた医療機関の診察券と個人番号カード等をお持ちください。

## 妊婦さんとご家族向け講座スケジュール(どのクラスもパートナーの参加可)

**【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2456 ☎978-2422**

持ち物(共通): 子育てガイドブック「どれどれ」、母子健康手帳、筆記用具

- ハローベビークラス①② **【予約不要】** / 全て水曜日  
対象: 妊娠35週までの妊婦さんとその家族  
会場: 青葉福祉保健センター1階 時間: 9:00~11:30  
内容: ウィメンズヘルスを学ぼう ー妊娠中のはなし、出産のはなしー  
1回目 妊娠中の過ごし方とストレッチ、歯と栄養、ラフル紹介(助産師、栄養士、歯科衛生士)  
※終了後、希望者はラフルサテライトツアー  
2回目 出産(帝王切開を含む)・授乳について、産後の手続き、親子のつどいの広場紹介(助産師、母子保健コーディネーター)

|        |     |      |      |     |      |     |       |       |      |      |      |      |
|--------|-----|------|------|-----|------|-----|-------|-------|------|------|------|------|
| 1回目    | 4/1 | 5/13 | 6/3  | 7/1 | 7/29 | 9/2 | 10/7  | 11/4  | 12/2 | 1/6  | 2/3  | 3/3  |
| 2回目    | 4/8 | 5/20 | 6/10 | 7/8 | 8/5  | 9/9 | 10/14 | 11/11 | 12/9 | 1/13 | 2/10 | 3/10 |
| 出産予定日※ | 8月  | 9月   | 10月  | 11月 | 12月  | 1月  | 2月    | 3月    | 4月   | 5月   | 6月   | 7月   |

- ※出産予定日は目安です。
- ハローベビークラス③ **【予約制】** ※会場・時間はハローベビークラス①②と同じです。  
対象: 妊娠35週までの妊婦さんとその家族 ※1回目または2回目以降にいらした際にお申込み方法をお伝えします。  
内容: ウィメンズヘルスを活かそう ー産後のはなしー  
3回目 産後のママの健康、赤ちゃんについて、子育てのヒント

|        |      |      |      |       |        |        |       |       |       |      |      |      |
|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|------|------|------|
| 3回目    | 4/22 | 5/27 | 6/17 | 7/22  | 8/26   | 9/30   | 10/28 | 11/18 | 12/16 | 1/27 | 2/17 | 3/17 |
| 出産予定日※ | 6-7月 | 7-8月 | 8-9月 | 9-10月 | 10-11月 | 11-12月 | 12-1月 | 1-2月  | 2-3月  | 3-4月 | 4-5月 | 5-6月 |

- プレパバ・プレママクラス **【抽選制】**  
対象: はじめてパバ、ママ(教室当日が妊娠30~35週の人)になる人  
内容: 沐浴体験、赤ちゃんの抱き方・衣類交換体験など  
申込み: 希望月の前月1日~15日にパマトコより申込み。詳しくはホームページをご覧ください。  
会場: 青葉福祉保健センター1階 時間: 9:00~11:30

|       |      |      |      |       |       |      |
|-------|------|------|------|-------|-------|------|
| 水曜日開催 | 4/15 | 6/24 | 8/19 | 10/21 | 12/23 | 2/24 |
| 土曜日開催 | 5/23 | 7/25 | 9/26 | 11/28 | 1/23  | 3/27 |

会場: 青葉区地域子育て支援拠点 ラフル(青葉台) 時間: 9:45~11:30

- 女性の健康相談 **【予約制】**  
不妊相談、更年期、思春期の体の悩み、妊娠中や産後の体と心の心配、赤ちゃんの体重の増え方や卒乳などの相談をお受けします。

## 妊婦の予防接種

※お問合せは横浜市予防接種コールセンターへお願いします。  
**【問合せ】 ☎330-8561 ☎664-7296** 受付時間: 9:00~17:00(土日祝・年末年始を除く)

- RSウイルス母子免疫ワクチン  
対象者: 接種日時時点で横浜市内に住居登録のある妊娠28週0日~36週6日の方。  
詳細はお問い合わせください。

## 子どもの教室・相談などに関すること

**【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2456 ☎978-2422**

- 赤ちゃん教室(地域育児教室) **【予約不要】**  
1歳までの子どもを初めて子育てする人を対象に、地域の18会場で開催しています。会場の都合により日程変更がありますので、事前にチラシ、ホームページ等にてご確認ください。 ※休館日及び会場の都合や悪天候等により、休みになる場合があります。
- ひとやすみ **【予約制】** 時間: 10:00~11:30 ※保育あり  
子どもと離れて、子育てや家庭のことなど日頃感じていることを何でも話せる場所です。 ※詳細はホームページをご覧ください。
- 子育て支援者会場 ほっこりんこ **【予約不要】**  
地区センター等、子どもの集まる場所区内16か所、就学前の子どもを自由に遊ばせたり、子育ての先輩ママがちょっとした相談や情報交換を行っています。出入りは自由で、予約は不要です。会場や開催日時等の詳細はホームページやお電話にてご確認ください。

- 【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2460 ☎978-2422  
妊娠期・乳幼児期から学童期・思春期までの子育てに関する相談窓口です。保健師、社会福祉職・助産師などが電話や面接で子育てや成長発達の相談をお受けします。まずは、お気軽にご連絡ください。時間: 月~金(祝日・年末年始を除く) 8:45~17:00

## 乳幼児健康診査

**【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2459 ☎978-2422**

- 【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2459 ☎978-2422  
会場: 青葉福祉保健センター1階(受付9番窓口)  
受付時間: 個別に届くお知らせをご覧ください。  
所要時間: 1.5~2時間程度(目安)。当日は混み合うため、お待ちいただくことがあります。  
持ち物: 母子健康手帳、問診票、バスタオル、予備のおむつ、使用済みおむつを入れる袋、子どもの靴を入れる袋
- 指定日は健診日の約2~3週間前までに、個別に通知します。指定日の都合が悪い場合は、次回以降の健診日になるべく早めにお越しください。その際のご連絡は不要です。
- 指定日から2か月以上遅れる場合のみご連絡ください。
- 健診日に、それぞれの対象年齢(月齢)に達していれば受診できます。
- 転居などで健診日がわからない場合は、子ども家庭係までご連絡ください。

|                                             |         |        |        |        |        |  |
|---------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|--------|--|
| <b>4か月児健診</b> 火曜日 (毎週ではありません。下記日程表をご覧ください。) |         |        |        |        |        |  |
| 4月                                          | 5月      | 6月     | 7月     | 8月     | 9月     |  |
| 7日・21日                                      | 12日・26日 | 9日・23日 | 7日・21日 | 4日・18日 | 1日・15日 |  |
| 10月                                         | 11月     | 12月    | 9年1月   | 2月     | 3月     |  |
| 6日・20日                                      | 10日・24日 | 8日・22日 | 5日・19日 | 2日・16日 | 9日・23日 |  |
| 内 容: 計測、診察、歯科相談、生活相談、栄養相談                   |         |        |        |        |        |  |

|                                                                                       |             |         |            |            |            |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------|------------|------------|------------|--|
| <b>1歳6か月児健診</b> 木曜日 (毎週ではありません。下記日程表をご覧ください。)                                         |             |         |            |            |            |  |
| 4月                                                                                    | 5月          | 6月      | 7月         | 8月         | 9月         |  |
| 2日・9日・23日                                                                             | 14日・21日・28日 | 11日・25日 | 2日・16日     | 6日・20日・27日 | 10日・24日    |  |
| 10月                                                                                   | 11月         | 12月     | 9年1月       | 2月         | 3月         |  |
| 1日・15日・22日                                                                            | 5日・12日・26日  | 10日・24日 | 7日・14日・28日 | 4日・18日     | 4日・18日・25日 |  |
| 内 容: 計測、診察、歯科健診、歯科相談、生活相談、栄養相談。歯科健診の時にむし歯予測テストを実施し、対象となる方には歯みがき教室や、定期歯科健診の案内を郵送いたします。 |             |         |            |            |            |  |

横浜市子育て応援アプリ「パマトコ」  
横浜市の子育てに関するあらゆる手続きや情報が集約された公式アプリ

|                                                                                |            |         |            |            |            |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|------------|------------|------------|
| <b>3歳児健診</b> 木・金曜日 (毎週ではありません。下記日程表をご覧ください。)                                   |            |         |            |            |            |
| 4月                                                                             | 5月         | 6月      | 7月         | 8月         | 9月         |
| 10日・16日・24日                                                                    | 8日・15日・29日 | 18日・26日 | 3日・10日・24日 | 7日・21日・28日 | 4日・17日・25日 |
| 10月                                                                            | 11月        | 12月     | 9年1月       | 2月         | 3月         |
| 9日・16日・29日                                                                     | 6日・20日・27日 | 11日・17日 | 8日・15日・22日 | 5日・19日・25日 | 11日・26日    |
| 内 容: 計測、診察、目の屈折検査、尿検査、歯科健診、歯科相談、生活相談、栄養相談<br>健診当日の尿を同封の容器に入れ、問診票と一緒に持ち帰ってください。 |            |         |            |            |            |

## 子どもと妊産婦のお口の相談・歯みがき教室

**【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2459 ☎978-2422**

- 妊産婦・乳幼児歯科相談 **【予約制】** ※詳細は毎月の「広報よこはま青葉区版」をご覧ください。  
定員15名 先着順  
対象: 妊娠中・産後1年未満の方、乳幼児(0歳~就学前)  
※妊娠中の歯科健診は「横浜市妊婦歯科健康診査(無料)」をご利用ください。  
会場: 青葉福祉保健センター1階13番 時間: 9:30~11:00  
内容: 歯科医師によるむし歯・歯並び等のチェックや相談、歯科衛生士による歯みがき実習  
持ち物: 母子健康手帳、口腔ケアに使用している道具(歯ブラシ等)  
申込み: 青葉区ホームページまたは電話でお申し込みください。

|      |      |      |      |      |      |      |       |       |       |      |      |      |
|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|------|
| 開催日時 | 4/16 | 5/14 | 6/26 | 7/16 | 8/20 | 9/17 | 10/15 | 11/20 | 12/17 | 1/15 | 2/18 | 3/18 |
|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|------|

**【問合せ】 健康づくり係(3階63番窓口) ☎978-2441 ☎978-2419**

- ニコニコピカピカ歯みがき教室 **【予約制】** ※詳細は毎月の「広報よこはま青葉区版」をご覧ください。  
定員各回20名 先着順 対象: 0歳~1歳5か月児  
会場: 青葉福祉保健センター1階13番 時間: ①9:40~10:15 ②10:25~11:00  
内容: 歯科衛生士によるむし歯予防のお話と歯みがき実習、歯ブラシのプレゼント  
持ち物: 母子健康手帳、口腔ケアに使用している道具(歯ブラシ等)  
申込み: 青葉区ホームページまたは電話でお申し込みください。  
※予約開始日は実施日の1ヶ月前からです。

|      |      |      |      |      |      |      |       |       |       |      |      |      |
|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|------|
| 開催日時 | 4/23 | 5/21 | 6/25 | 7/24 | 8/27 | 9/24 | 10/22 | 11/26 | 12/24 | 1/28 | 2/25 | 3/25 |
|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|------|

## あおばの食育(栄養士による子どもの栄養相談・教室)

**【問合せ】 健康づくり係(3階63番窓口) ☎978-2441 ☎978-2419**

- 乳幼児食生活健康相談(個別相談) **【予約制】** ※詳細は毎月の「広報よこはま青葉区版」をご覧ください。  
対象: 離乳期から学童期の子どもと保護者  
会場: 青葉福祉保健センター1階18番  
内容: 子どもの離乳食や食生活についての相談  
持ち物: 母子健康手帳  
申込み: 電話でお申し込みください。
- 離乳食教室 **【予約制】** ※詳細は毎月の「広報よこはま青葉区版」をご覧ください。  
定員20名 先着順 対象: 離乳食中期頃(おすすり月齢7~9か月)の子どもと保護者  
会場: 青葉福祉保健センター1階18番  
内容: 中期頃の離乳食のはなし、調理実演、試食  
持ち物: 母子健康手帳、普段使っている赤ちゃん用スプーン、スタイ、抱っこひも(必要な方)  
申込み: 青葉区ホームページまたは電話でお申し込みください。 ※予約開始日は実施日の3週間前からです。
- 水色エプロン栄養士のお気軽相談コーナー **【予約不要】**  
内容: 下記対象に合わせた簡単な栄養相談・食事見本の展示。お気軽にお立ち寄りください。  
持ち物: 母子健康手帳  
会場: 青葉福祉保健センター1階⑨前

| 対象          | 内容                | 日程<br>(乳幼児健診と同日) | 開催時間                                                     |
|-------------|-------------------|------------------|----------------------------------------------------------|
| 4~6か月児と保護者  | 離乳食の始め方・進め方等      | 4か月児健診参照         | 14:00~15:00<br>お好きな時間にお立ち寄りください。<br>水色エプロンの栄養士にお声掛けください。 |
| 1~2歳児と保護者   | 離乳食から幼児期の食事への進め方等 | 1歳6か月児健診参照       |                                                          |
| 3歳~未就学児と保護者 | 幼児期の食事の進め方等       | 3歳児健診参照          |                                                          |

## 市立保育所の地域育児支援

市立保育所では、子どもの在園の有無に関わらず、園庭開放や育児相談などを通じ、地域の皆さまの育児のお手伝いをしています。お気軽にご来園ください。市立保育所の保育士が企画・制作するInstagramも、ぜひご活用ください。

## 保育所の入所について

**【問合せ】 保育担当(2階37番窓口) ☎978-2428 ☎978-2422**

保育所等利用案内は、青葉福祉保健センター2階37番窓口、あざみ野駅行政サービスコーナーなどで配布しています。青葉区ホームページでもダウンロードできます。保育所等利用案内をよくお読みになって、余裕をもって申請書をご提出ください。マイナンバーカードを使ったオンライン申請ができる手続きもあります。

## 小学生の放課後

**【問合せ】 学校連携・子ども担当(2階37番窓口) ☎978-2345 ☎978-2422**

小学生が放課後を楽しく安全に過ごせる場所として、小学校の施設を活用した「放課後キッズクラブ」や地域等で運営されている「放課後児童クラブ(学童保育)」があります。開設時間や利用方法等は青葉区ホームページをご参照いただき、詳細は各クラブにお問い合わせください。

## 医療給付制度

**【問合せ】 保険係(2階27番窓口) ☎978-2337 ☎978-2417**

- 小児医療費助成 0歳から中学校3年生\*までの医療費自己負担の助成  
※令和8年6月1日から対象年齢を18歳年度末まで拡大します。
- ひとり親家庭等医療費助成 ひとり親家庭等の医療費自己負担の助成
- 【問合せ】 子育て支援担当(2階37番窓口) ☎978-2459 ☎978-2422  
●小児慢性特定疾病医療など 特定の疾病に対する給付:P1 **【医療給付制度】** をご覧ください。

## 子どもの予防接種

**【問合せ】 健康づくり係(3階63番窓口) ☎978-2438~2441 ☎978-2419**

- 以下の「予防接種法」で定められた定期の予防接種を、市内の協力医療機関で無料で接種できます。(接種対象年齢あり)  
ロタウイルス、小児用肺炎球菌、B型肝炎、BCG、五種混合、二種混合、麻しん風しん混合、水痘、日本脳炎、子宮頸がん予防
- 接種を受ける際には、「母子健康手帳」と「予診票(接種券)」をお持ちください。
- 定期予防接種ではない予防接種(任意接種)を受ける場合は、費用は自己負担となります。
- 予約が必要な場合もありますので、協力医療機関に事前に連絡のうえ、接種をお受けください。
- 最新の情報や協力医療機関は横浜市保健所ホームページなどでご確認ください。
- 接種前には必ず「予防接種のしおり」をお読みください。
- 市外からの転入で予診票をお持ちでない方については健康づくり係(63番窓口)でお渡しします。

## <予防接種の問い合わせ先>

予防接種全般のお問合せはP1<高齢者の予防接種>をご覧ください。