

**乳幼児健康診査** こども家庭係 ☎ 540-2340 fax 540-3026

会場:区役所1階健診会場

月齢ごとに受診日を指定したご案内を郵送します。指定日に受診できない場合は、指定日以降の別日でも受診できます。

対象	受付時間	内容
4か月児	8時40分～9時30分	計測・診察・各種相談・歯科相談・栄養相談ほか
1歳6か月児		計測・診察・各種相談・歯科健診・歯科相談・栄養相談ほか
3歳児	12時45分～13時30分	計測・診察・各種相談・歯科健診・歯科相談・栄養相談・尿検査ほか

**妊娠・出産・女性の健康に関すること** こども家庭支援担当 ☎ 540-2365 fax 540-3026 (女性の相談、母子健康手帳は問い合わせ番号が異なります)

●**両親教室 予約制(先着順)**

対象者:おおむね妊娠20週以降(安定期)の初めて出産をする人

内容:3回1コース(受講する回の順番が入れ替わっても問題ありません)

第1回:妊娠中の栄養と歯の健康について

第2回:お母さんの心と体の変化・赤ちゃんとの生活と沐浴について・先輩家族の体験談

第3回:出産の経過と授乳について・産後の手続きについて

持ち物:「子育てガイドブックどれどれ」(母子健康手帳交付時に渡された冊子)、母子健康手帳、筆記用具

申込・日程・会場: [港北区 両親教室](#) [検索](#)



●**女性の相談** こども家庭支援担当 ☎ 540-2323

配偶者等からの暴力等、女性に関するさまざまな問題の相談に応じます。

●**地域両親教室 予約制(ウェブ申込み、先着順)**

対象者:港北区在住の初めて出産する人とそのパートナー

内容:育児・沐浴の方法等についての講座

会場:港北区地域子育て支援拠点 どりっぷ(☎ 540-7420)、どりっぷサテライト(☎ 633-1078)、その他地域会場

申込・日程・会場: [どりっぷ 両親教室](#) [検索](#) または二次元コードから



●**母子健康手帳** こども家庭係 ☎ 540-2340

医療機関で妊娠の診断を受けたら、なるべく早めに届出をし、母子健康手帳の交付を受けてください。妊婦健康診査や医療機関乳児健康診査等の健診券をまとめた健診券綴りも併せて交付します。なお、妊婦本人以外が届出をする場合、妊婦本人の個人番号が分かるもの、委任状、代理人の本人確認ができるものが必要です。

持ち物:個人番号カード(個人番号カードを持っていない場合は本人確認ができるもの(運転免許証等)、妊婦の診断を受けた医療機関の診察券)

●**女性の健康相談 予約制**

思春期・更年期・月経に関する相談、家族計画、不妊等、助産師・保健師が相談に応じます。

**子どもの相談・教室等に関すること**

●**こども家庭相談** ☎ 540-2388 fax 540-3026

妊娠期を含む18歳までのお子さんと保護者を対象とした相談を保健師、社会福祉職がお受けします。お子さん本人からも相談できます。

●**母乳相談 予約制** こども家庭支援担当 ☎ 540-2365 fax 540-3026

赤ちゃんの体重確認・母乳分泌、卒乳等の相談 持ち物:母子健康手帳

●**こんには赤ちゃん訪問** こども家庭支援担当 ☎ 540-2365 fax 540-3026

生後4か月までの乳児がいる全ての家庭を訪問します。地域の訪問員がお伺いし、子育て情報をお届けしています。

●**母子訪問** こども家庭支援担当 ☎ 540-2365 fax 540-3026

初めて出産した全ての家庭に助産師や保健師が訪問します。お母さんの健康状態の確認や育児の不安、悩みについての相談に応じます。

※母子訪問とこんには赤ちゃん訪問には出生連絡票の提出が必要です。出生後なるべく早く、母子健康手帳に添付されている出生連絡票を提出してください。

●**保育園の育児相談**

公立保育園の保育士が育児に関する相談に応じます。

港北保育園	月～金曜 9時～16時	☎ 421-8589
大曾根保育園	水曜 10時30分～12時30分	☎ 531-0034
南日吉保育園	月曜 10時～12時	☎ 561-6560
菊名保育園	火曜 10時30分～12時30分	☎ 433-1259
太尾保育園	月・水曜 10時～12時	☎ 542-0852

園庭開放や交流保育、育児講座も行っています。詳細は各保育園へ問い合わせてください。

[港北区 公立園の地域子育て支援](#) [検索](#)

※私立の保育園でも育児相談や園庭開放を行っています。

詳細は各保育園へ問い合わせてください



●**児童虐待に関する相談**

こども家庭相談 ☎ 540-2388 fax 540-3026

よこはま子ども虐待ホットライン ☎ 0120-805-240 (24時間フリーダイヤル)

●**離乳食教室 予約制** 健康づくり係 ☎ 540-2362 fax 540-2368

対象者:7～8か月頃のお子さんと保護者

内容:離乳食の進め方や作り方の話、2回食のプチ体験

持ち物:離乳食手帳(4か月児健診で配布)、子ども用スプーン、各自必要なもの(手拭きタオル、お子さんの飲み物等)

申込・日程・会場: [港北区 離乳食教室](#) [検索](#) または毎月の「広報よこはま港北区版」を確認してください。



●**赤ちゃん会 一部予約制** こども家庭支援担当 ☎ 540-2365 fax 540-3026

初めて育児をする保護者と0歳児を対象に、育児の知識や情報交換、仲間づくりを行います。地域の24会場で開催しています。

申込・日程・会場: [港北区 赤ちゃん会](#) [検索](#)



●**子育て支援者会場** こども家庭支援担当 ☎ 540-2365 fax 540-3026

先輩ママである子育て支援者が、子育てに関する疑問や不安なことを一緒に考えます。お気軽にお越しください。(会場ごと定員あり)

日程・会場: [港北区 子育て支援者](#) [検索](#)



会場	実施日	会場	実施日
下田地域ケアプラザ	火曜	樽町地域ケアプラザ	火曜
高田地域ケアプラザ	金曜	新田地区センター	金曜
宮前公会堂	木曜	菊名地区センター	木曜
日吉本町地域ケアプラザ	木曜	しんよこはま地域活動ホーム	水曜
日吉地区センター	金曜	城郷小机地区センター	金曜
綱島地区センター	木曜	篠原地区センター	水・金曜
新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス	水曜		

●**乳幼児・妊産婦歯科相談 予約制** こども家庭係 ☎ 540-2340 fax 540-3026

対象者:未就学児、妊婦および産婦(出産後1年未満の人)

内容:歯科医師による歯科健診、歯科相談・歯みがき等のアドバイス(妊産婦の人は歯科相談のみ)

持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ、タオル [港北区 乳幼児歯科相談](#) [検索](#)



●**ひとり親家庭に関する相談** こども家庭支援担当 ☎ 540-2320 fax 540-3026

児童扶養手当(所得制限あり)の相談や就労支援を行っています。

**助成・支援**

●**子どもの医療費助成** 給付担当 ☎ 540-2351 fax 540-2355

申請方法や年齢制限、所得制限等詳細は給付担当に問い合わせてください。

小児医療費助成
お子さんの医療費のうち、保険診療の自己負担分を助成します。 対象:0歳～中学3年生
ひとり親家庭等医療費助成(所得制限あり)
母子・父子家庭等のひとり親家庭等の医療費のうち、保険診療の自己負担分を助成します。

●**小学生の放課後の居場所** 学校連携・こども担当 ☎ 540-2212、2442 fax 540-2426

小学校の施設を活用した「放課後キッズクラブ」と地域で運営されている「放課後児童クラブ(学童保育)」があります。開設時間や申込みは、各クラブへ問い合わせてください。 詳細は [港北区 放課後](#) [検索](#)



●**子育てサポートシステム** 港北区地域子育て支援拠点どりっぷ内

港北区支部事務局 ☎ 547-6422 fax 540-7421

「子ども(生後57日～小学6年生)を預けたい人」、「子どもを預かれる人」が会員として登録し、自宅での預かりや保育施設の送迎等、地域ぐるみでの子育て支援を行っています。

**高齢者の相談** 高齢者支援担当 ☎ 540-2327 fax 540-2396

福祉保健の専門職が福祉と保健に関する相談に応じています。

※区役所のほかに区内の地域ケアプラザ(4ページ)でもお受けします

リハビリ教室	脳血管疾患等で後遺症がある人に、疾病コントロールや再発予防、仲間づくり、生活圏の拡大等を目的とした心と体のリハビリ教室を行っています(おおむね40～64歳の人が対象です)。
介護予防	フレイル予防講演会の開催や元気づくりステーション等の介護予防を目的とした活動の支援を行っています。
もの忘れ相談 予約制	認知症等の不安のある本人やその家族が専門医に無料で相談できます。※診断・薬の処方はいけません。月1回(第3木曜日)
介護者のつらい	高齢者を介護している家族等が集まり、介護についての情報交換をしたり、介護者自身の健康について考えたりします。地域ケアプラザ等で開催しています。

**介護保険**

介護が必要な65歳以上の人、または40歳から64歳までで「特定疾病」が原因で介護が必要になった人は、介護保険サービスを利用することができます。

要介護認定 サービスを利用するには、介護を必要とする状態かどうか要介護認定を受ける必要があります。	介護保険担当	☎ 540-2325 fax 540-2396
介護保険料の納付に関する相談	滞納整理担当	☎ 540-2350 fax 540-2355
介護保険の給付等 高額介護サービス費・高額介護合算療養費・住宅改修費・福祉用具購入費の給付、負担限度額認定証の交付等	給付担当	☎ 540-2351 fax 540-2355
加入・資格喪失・異動等に関する届出 65歳以上の人と介護保険サービスを利用中の40歳から64歳までの人の住所・氏名変更、死亡等について届出が必要です。	保険係	☎ 540-2349 fax 540-2355