


1 か月
2・3か月 4か月
1 歳

医療・健診	<input type="checkbox"/> 1 か月健診 ※出産病院で受診（自費） ●赤ちゃんの発育発達についての確認や、お母さんの産後の体調について確認してください。 ●住民税非課税世帯または生活保護世帯等の方には、保健指導票を交付します。詳細は各健康福祉センターにお問合せください。	子育てコラム 生後1か月を過ぎたころから、窓を開けて新鮮な空気を入れたり、赤ちゃんを抱いてベランダに出るなど、外気に慣らしていきましょう。	<input type="checkbox"/> 4か月児健診 ※健康福祉センターで受診（無料） ●お子さんが2か月になる月の下旬に管轄の健康福祉センターから通知します。	<input type="checkbox"/> 6・7か月児健診 <input type="checkbox"/> 9・10か月児健診 ※都内契約医療機関で受診（無料） ●4か月児健診の案内と一緒に受診券をお送りします。	<input type="checkbox"/> 1歳6か月児健診 ※区内契約医療機関で受診（無料） <input type="checkbox"/> 1歳6か月児歯科健診 ※健康福祉センターで受診（無料） ●1歳5か月になる月の下旬に管轄の健康福祉センターから通知します。
	<input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査 (生後50日まで、1回分) ●新生児聴覚検査受診票を利用し、契約医療機関等で検査を受けると、検査費用の一部助成が受けられます。 ●里帰り等の理由により、都内契約医療機関以外で新生児聴覚検査を受けたために、新生児聴覚検査受診票を使用できなかった場合、新生児聴覚検査費用の一部を助成します。	<input type="checkbox"/> 定期予防接種 ●対象月齢になりましたら、個別に案内をお送りします。			

育児支援・相談	<input type="checkbox"/> 新生児等・産婦訪問 ●保健師または助産師がご家庭に訪問して、産婦さんの体調、授乳や育児の相談をお受けします。赤ちゃんの体重を計測し、発育の様子と一緒に確認します。	<input type="checkbox"/> お母さんの休み時間 (申込制) 問合せ：各健康福祉センター ●毎日の子育てや家事の大変さ、家庭や夫との関係などの同じような悩みを持つお母さん同士が気持ちを話せる会です。 (保育付 4か月以上の児)		
	<input type="checkbox"/> 産後ケア事業 (訪問型・宿泊型) ◆訪問型：自己負担金1回600円 (9回利用可、すくすくカード2回まで使用可、双子の場合は、お子様1人につき1枚必要) ◆宿泊型：自己負担金あり 訪問型：助産師が訪問し、産婦さんの心身のケア(乳房のケア含む)や育児のアドバイスを行います(産後1年以内、沐浴指導は生後28日まで)。 宿泊型：利用要件があります。各健康福祉センターへお問合せください。	<input type="checkbox"/> 子育て応援児童館 CAP'S (キャップス) 問合せ：各児童館へ ●お子さんと一緒に自由に遊ぶ、子育てを応援するさまざまな事業を行っています。0歳から参加できる年齢に応じたプログラムや季節のイベントを毎日実施しています。また、開館中はいつでも子育てに関する相談をお受けしています。 開館時間：月曜日～金曜日 9時～17時 (※土曜日・日曜日・祝日は施設開放のみ実施)		
	<input type="checkbox"/> 育児相談・出張育児相談 (予約制) ※日程や会場は別紙または区ホームページをご覧ください。	●各健康福祉センターや管内の集会所や児童館を会場に育児相談を行っています。 ●お子さんの計測や育児相談、栄養相談、歯科相談を行います。		
	<input type="checkbox"/> 健康福祉センターは、子育て世代包括支援センター(母子保健型)事業を行っています。 いたばし子育てナビアプリダウンロードはこちらから (iOS用) (Android用) 	<input type="checkbox"/> 2・3か月児の母と子の会 (予約制) (産後サポート事業) ●同じ生まれ月の赤ちゃんとお母さんが集まってお話しする会です。健康福祉センター及び児童館で行っています。※計測は行いません。 ※日程や会場は、別紙又は区ホームページをご覧ください。	<input type="checkbox"/> 離乳食講習会 (申込制) 対象：概ね生後8か月までのお子さんの保護者 ●離乳食のすすめ方と作り方(調理実演、試食) ※第1子優先	
<input type="checkbox"/> ツインキッズクラブ 開催場所：志村健康福祉センター ●ふたご、みつごを妊娠中の方、子育て中の方のための交流会です(日程は志村健康福祉センターへお問い合わせください)。				

保育・家事援助	<input type="checkbox"/> 育児支援ヘルパー派遣事業 問合せ：子ども家庭支援センター ●妊娠中の方(母子健康手帳の取得後から)及び3歳未満の乳幼児のいる方への家事援助や育児援助を行います。 ●事前に利用登録が必要です。 ※費用：自己負担金あり、利用時間制限あり ※すくすくカード使用可			
	<input type="checkbox"/> ぬくもりサービス 問合せ：板橋区社会福祉協議会 ●妊娠中から子育て中(原則1～3歳まで)の方への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、外出の同行を行います。事前登録が必要です。 ※費用：自己負担金あり、別途年会費あり ※ゆうちょ口座が必要となります。			
	<input type="checkbox"/> ファミリー・サポート・センター事業 問合せ：子ども家庭支援センター ●子どもを預ける人と保育する人がそれぞれ会員として登録し、子育てを地域で相互援助する事業です。 ●事前に利用登録が必要です。 ※対象と援助内容：生後43日～12歳に達した日以後、最初の3月31日までの子どもの一時保育、送迎など。 ※費用：自己負担金あり ※すくすくカード使用可			
	<input type="checkbox"/> ショートステイ/トワイライトステイ(2歳以上) <input type="checkbox"/> 乳児ショートステイ(生後43日～2歳未満) <input type="checkbox"/> 協力家庭(里親)ショートステイ(生後43日～18歳未満) 問合せ：子ども家庭支援センター ●通院、介護等で一時的に養育に困る場合に、お子さんを区が委託する各施設等(年齢により施設が異なります)でお預かりします。 ●事前に予約が必要です。 ※費用：自己負担金あり(減免制度あり)、年間利用日数制限あり ※乳児ショートステイのみすくすくカード使用可			
	<input type="checkbox"/> 保育園(認可保育園、認定こども園、地域型保育施設) 問合せ：保育サービス課入園相談係 ●入所は先着順ではなく、利用調整(選考)を行います。 ●出生後43日からお預けが可能です。※園によって異なります。 ●毎月10日メチ(2～4月除く)で翌月の入所にご応募できます。※4月入所は11月が申込期間となります。詳しくは10月頃に出来る上りの手引きをご参照ください。			
	<input type="checkbox"/> 一時保育(保育園) 問合せ：保育サービス課保育運営・給食係(区立)、民間保育振興係(私立) ●保護者の育児疲れや入院、冠婚葬祭、家族の介護等の理由で、お子さんを保育できない場合、保育園で一時保育を利用できます。 ●保育年齢、保育時間、利用料金は、各実施園によって異なります。 ※申込：直接希望する施設へ(実施している施設はホームページ、いたばし子育て情報ブック等をご覧ください)			