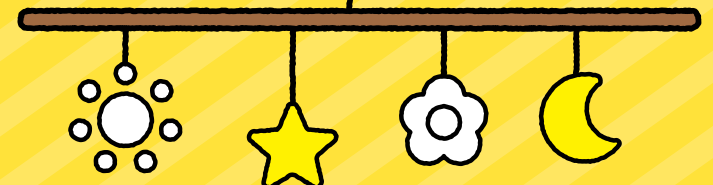




たいとう子育てハンドブック

図書登録 令和7年度登録第17号
発行 令和7年7月
発行者 東京都台東区
〒110-8615 東京都台東区東上野 4-5-6
編集 区民部子育て・若者支援課
電話 5246-1237(直通)



たいとう

子育てハンドブック





お子様の可能性を広げ、ママの心も軽くなる

「1人で悩まないで」「他の人と比較しないで」
子育てを一生懸命がんばるママの心をふんわり軽く

心理学者が考えた！
子どもの考える力×チャレンジ精神を自然に伸ばす
子育て教室

『ママtoこ 笑顔の 未来づくり教室』



心理学に基づいた子育て支援とママのためのカウンセリング
で、お子様の成長とママの笑顔を応援します。
がんばるママの家事支援も。

Presented by: 井筒郁子 (OFFICE OLIVINE)
メンタルケア心理士®・ダイナミックマインド教育認定コーチ
ゆうメンタルクリニック在籍心理士・「障がいのカタチを変える」を掲げ、児童発達支援事業CHOUCHOU (シュシュ) を展開するONELIFEの事業にjoin、寄与・女性のための心理学NPO
法人APL/パラカウンセリング研究所出身、2000年より人の教育に携わる
HP<https://ikukoco.wixsite.com/ieco>
e-mail: ikuko.izutsu@gmail.com

はじめに

お子さんが生まれた方、おめでとうございます。

子育て中に転入してこられた方、台東区へようこそ。

台東区は、次代の社会を担う子供たちの健やかな育ちと子育てを支え、子供の育ちを喜び見守るまちをめざして、さまざまな支援に取り組んでいるところです。

このハンドブックに、妊娠がわかってから、子供が小学校に入るまでの、台東区の子育て支援サービスをまとめました。

「保育園の入園手続きって、どうしたらいいんだろう?」「急な仕事や病気で、子供を預かってもらいたい」「子供と一緒におでかけしたいけれど、どこかいいいところは?」「子育ての悩みをどこに相談したらいいのかわからない」、そんな疑問にお答えするものです。

台東区の子育て施設とコミュニティバスめぐりんのルートを掲載したイラストマップを付録として折り込み、持ち運びやすいサイズで作成しました。おでかけのときにも携帯していただき、楽しい子育て生活に役立てていただければ幸いです。

台東区





集まれ2・3歳 ㉒



あそびひろば ㉒

家にはない
おもちゃが
たくさん!



手話でコミュニケーション ㉒

子供も大人も
楽しめます



台東区でたのしく子育て! ～子ども家庭支援センター あそびひろば～



パパとママのスタディタイム ㉒



コンサート ㉒

大人もホッと
できる場所



あそびとおしゃべりタイム ㉒



ぐんぐんランド ㉒



親子ダンス体操 ㉒



子育て情報を交換したり、
悩みを相談できたり...



屋上水遊び ㉒



はじめてのおるすばん ㉒



ぽかぽかクリスマス会 ㉒



「あそびひろば」は、親子で遊んだり、ほかの人と話をしたりして、安心して過ごせる場所です。一角に「赤ちゃんコーナー」もあります。親子で遊べるイベントも行っています。「子ども家庭支援センター あそびひろば」についての詳細は、p45～47に掲載。



ここで初めて
ママ友ができました



パパのための手遊びとふれあい遊び ㉒

㉒ にここひろば(日本堤子ども家庭支援センター)

㉒ わくわくひろば(台東子ども家庭支援センター)

㉒ のびのびひろば(寿子ども家庭支援センター)

㉒ ぽかぽかひろば(谷中子ども家庭支援センター)

目次

はじめに	1
台東区でたのしく子育て!	2
台東区の子育てスケジュール	6

妊娠がわかったら



「母子健康手帳」の交付	8
妊娠中の健診費等の助成	9
妊娠中の歯科健診の助成	10
ゆりかご・たいとう面接	10
ハローベビー学級	11
プレママ・パパ交流会	11
産前産後支援ヘルパー“あったかハンド”	12
入院助産	12
風しんの抗体検査・予防接種の費用助成	13

赤ちゃんが生まれたら



出生届	14
児童手当	15
子ども医療費助成(乳・子・青医療証)	15
産前産後期間の国民年金保険料免除制度	16
産前産後期間の国民健康保険料軽減措置	16
出産費用助成	16
出産育児一時金	17
多胎児家庭向け タクシー利用料助成	18
にぎやか家庭応援プラン	19
産後ケア	19
産婦歯科健診	19

子供の健康のために



「出生通知書」と「こんにちは赤ちゃん訪問」	21
健康診査	21
歯科健康診査	23
定期の予防接種	24
任意予防接種	26

特別な支援が必要な子



特別児童扶養手当・児童育成手当(障害手当)	28
医療費の助成	29
障害児福祉手当(国の制度)	30
児童発達支援	31
弱視等治療用眼鏡助成	32
子供の発達に関する相談	33

知っておきたい+αのサポート



離乳食・幼児食講習会	34
歯と口の健康教室	35
幼児用ヘルメット無償配付	36
子育て家庭家事援助利用券	37
子育て世帯住宅リフォーム支援制度	37

ひとり親家庭への支援



児童育成手当・児童扶養手当	39
医療費助成・自立支援など	40
乗車券の割引	42
入居相談・居住支援サービス	43
ひとり親家庭をサポート	44

もっと楽しくみんなで子育て



子ども家庭支援センター	45
児童館	48
おやこ一む	50
乳幼児家庭教育学級	50
幼児運動教室	51
区立石浜橋場こども園 未就園児の会	51
区立保育園 子育てひろば	52
区立幼稚園 未就園児の会	53
図書館	54

一時的に預けたいとき



一時保育	56
休日・年末一時保育	57
いっとき保育	58
台東区ファミリー・サポート・センター	59
ベビーシッター利用支援(一時預かり利用支援)	60
トワイライトステイ	61
ショートステイ	62
乳幼児ショートステイ	63
病後児保育	64
居宅訪問型病児・病後児保育利用料助成	65

育児相談を利用しよう



子育てアシスト	66
子ども家庭支援センター 子育て総合相談	66
区立保育園 子育て相談	67
保健所で行う育児相談	68
教育支援館の相談事業	70

保育園・こども園・幼稚園



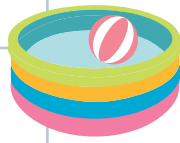
認可保育園	71
保育園一覧	72
地域型保育	76
認証保育所	78
認証保育所等保育料助成	79
認定こども園	80
区立幼稚園	82
私立幼稚園	84
私立幼稚園保護者補助	85

付録 赤ちゃん子育てQ&A

索引	96
----	----

はさみ込み付録 台東区子育てイラストマップ

台東区の子育てスケジュール

	妊娠	誕生～2か月	3～4か月	5～7か月	8～11か月	1～2歳	3～5歳
届出など	母子健康手帳 → P.8へ 	出生届 → P.14へ 出生通知書 → P.21へ 児童手当 → P.15へ 子ども医療費助成 → P.15へ 保育園 → P.71へ 認定こども園 → P.80へ				(0歳～18歳まで) (0歳～18歳まで) (57日～5歳まで) (57日～5歳まで)	幼稚園 (3～5歳まで) → P.82へ
健康診査など	妊婦健康診査 → P.9へ 	こんにちは赤ちゃん訪問 → P.21へ 新生児聴覚検査 → P.21へ	3～4か月児健康診査 → P.22へ	6～7か月児健康診査 → P.22へ	9～10か月児健康診査 → P.22へ 	1歳6か月児健康診査 → P.22へ 2歳児歯科健康診査 → P.23へ	3歳児健康診査 → P.23へ
予防接種		ロタウイルス (2か月～) 小児肺炎球菌 (2か月～) B型肝炎 (2か月～) DPT-IPV-Hib (2か月～) → P.24へ		BCG → P.24へ		麻しん風しん (MR) → P.25へ 水痘 → P.25へ	日本脳炎1期初回 → P.25へ 日本脳炎1期追加 → P.25へ
支援サービス	産前産後支援ヘルパー“あったかハンド” (母子健康手帳取得時～産後3年未満) → P.12へ ハローベビー学級 → P.11へ ゆりかご・たいとう面接 → P.10へ	子ども家庭支援センター 児童館 児童館幼児タイム ファミリー・サポート・センター ベビーシッター利用支援事業 (一時預かり支援) 乳幼児ショートステイ (0～2歳未満) → P.63へ 産後ケア (宿泊型・日帰り型:産後4か月未満) (外来型・訪問型乳房ケア:産後1年未満)		→ P.12へ (0歳～18歳未満) → P.45へ (0歳～18歳まで) → P.48へ (0歳～3歳児) → P.49へ (43日～小学6年生) → P.59へ (0歳～小学3年生) → P.60へ いっとき保育 (6か月～小学校就学前まで) → P.58へ ショートステイ (2歳～18歳未満) → P.62へ トワイライトステイ (2歳～小学6年生まで) → P.61へ 休日・年末一時保育 (4月1日現在1歳～小学校就学前まで) → P.57へ		一時保育 (8か月～小学校就学前) → P.56へ	

妊娠中の健診費等の助成

浅草保健相談センター 庶務担当 TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 1
保健サービス課 母子成人保健担当 TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 7
(台東保健所 2 階)

医療機関で受ける妊婦健康診断の費用の一部が助成されます。

妊婦健康診断費助成

「母子健康手帳」の交付を受けた妊婦に、妊婦健康診断受診票14枚と妊婦超音波検査受診票4枚、妊婦子宮頸がん検診受診票1枚を交付します。

この受診票は、都内の妊婦健康診断を実施している契約医療機関や一部助産所で利用できるもので、受診票に記載された検査項目について助成します。

妊婦精密健康診断費助成

「母子健康手帳」と一緒に交付した妊婦健康診断受診票により医療機関で実施した妊婦健康診断で、診断の確定のために精密検査の必要があると判断された妊婦には、精密健康診断受診票を交付します。

里帰り出産等妊婦健康診断費助成

里帰り先や助産所（一部除く）など、都内契約医療機関以外で妊婦健康診断を受診する場合に、健診費の一部を助成します。

妊娠高血圧症候群等医療費助成

妊娠により入院医療を必要とする妊娠高血圧症候群及びその関連疾患・糖尿病及び妊娠糖尿病・貧血・産科出血・心疾患に係る医療費について、各種医療保険等を適用し、その自己負担額（入院時食事療養の標準負担額を除く）を助成します。

ただし、所得税額や入院期間など一定の要件があります。



妊娠がわかったら

充実したマタニティライフを過ごしましょう。

「母子健康手帳」の交付

浅草保健相談センター 庶務担当 TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 1
保健サービス課 母子成人保健担当 TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 7
(台東保健所 2 階)

妊娠の診断を受けたら、浅草保健相談センター、台東保健所、区民事務所・同分室、または区役所戸籍住民サービス課へ妊娠届を出しましょう。

「母子健康手帳」と「母と子の保健バッグ」を渡します。「母子健康手帳」は、妊娠期から就学時までの母と子の健康状態を記録するもので、健診や予防接種の際に必要です。大切に保管しましょう。

希望者には、「父子健康手帳」も配布しています。

「母と子の保健バッグ」に入っているのは…

- 1 「母子健康手帳」
- 2 出生通知書（赤ちゃん訪問連絡票）提出のお願い
(母子健康手帳の表紙を開くとはさみ込んであります)
- 3 マタニティキーホルダー
- 4 「妊婦健康診断受診票」
- 5 「妊婦超音波検査のごあんない」(妊婦超音波検査受診票)
- 6 「妊婦子宮頸がん検診のごあんない」
(妊婦子宮頸がん検診受診票)
- 7 「新生児聴覚検査のごあんない」(新生児聴覚検査受診票)
- 8 「里帰り出産等妊婦健康診断費助成制度のご案内」
- 9 「妊婦歯科健康診断のご案内」と「妊婦歯科健康診断受診票」
- 10 「先天性代謝異常等検査のお知らせ」
- 11 「ゆりかご・たいとう面接」のご案内
- 12 「赤ちゃんを迎える方へ～台東区からのお知らせ～」
- 13 「たいとうおやこ手帳アプリ/出産費用助成制度について」
- 14 「子育て応援とうきょうパスポート」
- 15 子育てハンドブック
- 16 その他、妊娠、出産、育児に関するパンフレットやチラシ



妊娠中の歯科健診の助成

台東保健所 保健サービス課 母子成人保健担当(歯科衛生)
(台東保健所2階) TEL 3847-9449

妊娠中の歯科健診を助成します。
「母子健康手帳」の交付を受けた妊婦に妊婦歯科健康診査受診票を1枚交付します。
この受診票は、受診票に記載された診査項目を区内委託歯科医療機関で受診できます。
※健診後に治療や精密な検査等を受けた場合、その費用は受診した人の負担

ゆりかご・たいとう面接

浅草保健相談センター 母子健康包括支援担当
TEL 3844-8177

保健師等の専門職が妊婦の話を聞いて、妊娠期から子育て期にわたりその人に合ったサービスを紹介したり、妊娠中の不安を軽減できるようにサポートします。面接終了後に育児パッケージ(1万円分)を渡し、国の妊婦支援給付金(5万円)をご案内します。

対 象	区内在住の妊婦
会 場	浅草保健相談センター・台東保健所
面接受付日時	月～金曜日 午前9時～午後4時 (祝日・年末年始を除く)
面接所要時間	一人45分程度
持 ち 物	母子健康手帳
予 約 方 法	台東区ホームページから電子申請でご予約ください
お 問 合 せ	浅草保健相談センター TEL 3844-8172 保健サービス課 保健指導担当 TEL 3847-9497



ゆりかご・たいとう面接

ハローベビー学級

浅草保健相談センター 母子健康包括支援担当
TEL 3844-8177

妊娠・出産・子育てに関する講座、乳児の抱き方・おむつ替え・沐浴などの見学・実習を行います。

対 象	区内在住の妊娠20～36週の妊婦(原則として初産婦)とその配偶者
会 場	浅草保健相談センター
申 込 方 法	台東区ホームページから申込(電子申請)



ハローベビー学級



プレママ・パパ交流会

浅草保健相談センター 保健指導担当 TEL 3844-8172
保健サービス課 保健指導担当(台東保健所2階) TEL 3847-9497

先輩ママ&パパや乳児(生後1～3か月)との情報交換や交流を行います。
詳しくは上記への問合せ、または台東区ホームページを参照。

対 象	区内在住の妊婦とその家族
会 場	浅草保健相談センター・台東保健所

産前産後支援ヘルパー“あったかハンド”

浅草保健相談センター 庶務担当 TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 1

妊婦や乳幼児を介助する人がいない家庭にヘルパーを派遣し、育児や家事の手伝いをします。多胎世帯の場合は、限度時間が異なります。詳細は台東区ホームページを参照してください。

対 象	区内在住で、家庭内に妊婦または乳幼児を介助する人がいないため、育児や家事が困難な人 ※下記のいずれかの事業を受けていることが利用条件 ○ゆりかご・たいとう面接 ○乳児家庭全戸訪問 ○3～4か月児健康診査 ○1歳6か月児健康診査(問診)
サービス内容	育児の支援(沐浴の補助、授乳の補助、おむつ交換の補助、乳幼児・兄・姉の世話) 家事の支援(食事の支度、衣類の洗濯、居室の清掃及び整理整頓、食材及び生活必需品の買い物、健診等の付添い) ※保護者が外出中の支援は不可
利用できる期間 限 度 時 間	妊娠・出産の対象となる妊婦または乳幼児が、母子健康手帳取得時から生後3年の前日までの期間。「母子健康手帳取得時から生後1年の前日まで」「生後1年から生後2年の前日まで」「生後2年から生後3年の前日まで」の各期間ごとに96時間を限度。 ※申請は、ゆりかご・たいとう面接実施後から可能
利用できる日時	月曜日から土曜日まで(日、祝日、年末年始は除く) 午前9時から午後5時まで(1日4時間を限度) ※詳細は各事業者に問合せ
利 用 料 金	1時間1人あたり300円 ※減免制度あり
申 請 方 法	利用申請書を提出(窓口へ提出・郵送・電子申請) ※申請書は台東区ホームページよりダウンロード可能 申請内容、家庭状況を確認・審査し、おおむね1週間後に書類を送付 利用希望日の1週間前までに、希望する事業者に連絡し、派遣日を調整

入院助産

子育て・若者支援課 庶務担当 TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 7
(区役所6階⑥窓口)

保健上、必要があるにもかかわらず、経済的な事情で入院して出産することができない場合に、指定の病院での入院・出産を助成します。

所得制限があり、経済状況を確認します。また、健康保険などの出産育児一時金を受けられる世帯は適用できない場合もありますので、必ず事前に相談してください。

風しんの抗体検査・予防接種の費用助成

保健予防課 予防担当 TEL 3 8 4 7 - 9 4 7 1
(台東保健所5階)

妊娠20週頃までの女性が風しんにかかると、胎児にも感染し、先天性風しん症候群の子供が生まれる可能性があります。妊娠中は予防接種が受けられませんので、周囲の人が予防に努めることが大切です。

抗体検査

対 象 者	受診日現在19歳以上で台東区に住民登録のある人のうち、次のいずれか (1)妊娠を希望する女性 (2)(1)の同居者 (3)妊婦の同居者
実 施 方 法	「抗体検査受診票」を持参のうえ、HⅠ法またはEⅠA法のいずれかで検査
場 所・費 用	区内協力医療機関、無料

※風しんにかかったことがある人、風しん(またはMR)予防接種を受けたことがある人、抗体検査を受けたことがある人は費用助成の対象外

オンライン申請
(抗体検査)▶



予防接種

対 象 者	接種日現在19歳以上で台東区に住民登録があり、抗体検査で風しん抗体価がHⅠ法で16倍以下、EⅠA法で8.0未満の人のうち、次のいずれか (1)妊娠を希望する女性 (2)(1)の同居者 (3)妊婦の同居者
実 施 方 法	「予防接種受診票」を持参のうえ、麻しん風しん混合ワクチンまたは風しん単独ワクチンを接種
場 所・費 用	区内協力医療機関、無料

※過去に本制度で予防接種を受けた方、風しん(またはMR)予防接種を2回以上受けたことがある人は、費用助成の対象外

オンライン申請
(予防接種)▶





赤ちゃんが生まれたら

出産後は必要な届出、手続きをお忘れなく！

出生届

戸籍住民サービス課
(区役所 1 階⑩窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 1 6 2

生まれた日から14日以内(生まれた日を含む)に、届出人(父または母)の本籍地または住所地、もしくは出生地の区市役所・町村役場に出生届を出します。

※外国籍を有する人及び国外での出生等については問合せ

必要書類	- 出生届書 1 通(医師または助産師等が作成した出生証明書付きのもの) 「母子健康手帳」
注意事項	- 命名は常用漢字・人名用漢字・ひらがな・カタカナの範囲内にする - 役所に届出に来る人が、祖父母など使用者の場合でも、届出人は父または母にする - 里帰り出産等で「母子健康手帳」が手元がない場合は、区役所開庁時間内に届出をすれば、「母子健康手帳」に貼付する「出生届出済証明」を交付(休日・夜間の届出の場合は、「母子健康手帳」を持参。出生届出済証明欄に証明)

児童の権利に関する条約(子どもの権利条約)

「児童の権利に関する条約(子どもの権利条約)」は、世界中の子供が健やかに成長できるようにと願いをこめて、1989(平成元)年に国連総会において採択されました。日本は1994(平成6)年に批准しています。

この条約は前文と本文54条からなり、子供の生存、発達、保護、参加という包括的な権利を実現・保護するために必要となる具体的な事項を規定しています。

条約に定められている権利は、大きく分けて次の4つ

- ◎生きる権利……すべての子供の命が守られること。
- ◎育つ権利……医療、教育や生活支援を受けたり、友達と遊んだりして、もって生まれた能力を十分に伸ばして成長できること。
- ◎守られる権利……暴力や搾取、有害な労働などから守られること。
- ◎参加する権利……自由に意見を表したり、団体を作ったりできること。

※「児童の権利に関する条約」については、
外務省やUnicefのホームページで詳しく紹介されています。



児童手当

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所 6 階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

国内に居住する18歳になった最初の3月31日までの子供を養育している父または母等に手当を支給します。前年度の所得等により申請者を決定します。

必要書類	1 申請者(保護者)名義の預金通帳 2 申請者(保護者)の健康保険の加入状況がわかるもの(資格確認書、資格情報のお知らせ等)の写し ※共済組合(私学共済を除く)に加入の人のみ 3 マイナンバーカードまたは通知カード
手 当 額	第1子・第2子 3歳未満 15,000円 3歳～18歳 10,000円 第3子以降 30,000円※22歳年度末までの児童をカウント  オンライン申請(児童手当)
支給時期	手当は、原則として申請をした月の翌月分から口座振込で年6回(偶数月)に分けて支給 ※申請が遅れた場合、さかのぼっての支給は不可

子ども医療費助成(乳・子・青医療証)

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所 6 階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

子供(0歳～18歳到達後の最初の3月31日まで)が健康保険証を使って医療機関を受診した場合に、医療機関に支払う医療費の自己負担金を助成します。

必要書類	子供の健康保険等加入状況が確認できるもの(資格確認書、資格情報のお知らせのコピー等) ※健康保険の加入手続き中でも申請可
助成の開始	助成の開始は、原則として申請月の初日から ただし、出生または台東区に転入し、3か月以内に交付申請の手続きをしたときは、出生日または台東区に転入した日から助成を開始

オンライン申請
(子ども医療費助成)



産前産後期間の国民年金保険料免除制度

区民課 国民年金係
(区役所3階①窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 6 2

国民年金に加入している人が出産したとき、産前産後期間の国民年金保険料が免除される場合があります。出産予定日の6か月前から届出可能です。本人確認書類と母子健康手帳を持参のうえ、担当窓口へ届出ください。

※厚生年金に加入中の人、扶養に入っている人は加入中の年金制度へ確認

産前産後期間の国民健康保険料軽減措置

国民健康保険課 資格係
(区役所2階②窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 5 2

出産予定または出産した方には申請に基づき軽減措置を行います。

台東区の国民健康保険に加入している、妊娠85日(4か月)以上の出産(死産、流産、早産及び人工妊娠中絶の場合を含む。)が対象となります。

軽減内容	対象者の軽減期間(単胎は4か月、多胎は6か月)における所得割額と均等割額の全額					
	○=軽減月					
	3か月前	2か月前	1か月前	出産(予定)月	1か月後	2か月後
単胎			○	○	○	○
多胎	○	○	○	○	○	○

必要書類	本人確認書類、マイナンバーが確認できるもの、 母子健康手帳など出産(予定)日および身分関係を明らかにできる書類
------	--

出産費用助成

浅草保健相談センター 庶務担当

TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 1

経済的負担を軽減することで、出産や育児に対する不安を和らげ、安心して出産ができる環境を整えるため、出産した全ての区民の方へ一律で5万円を助成します。

必要書類	1 本人確認書類(運転免許証・マイナンバーカードなど) 2 振込先口座情報(通帳・キャッシュカードなど) 3 出産時の医療機関等の領収書や分娩・出産明細書、 又は出産育児一時金の支給決定通知書等 4 母子健康手帳(※下記に該当する方のみ必要) ※今回出産した子の住民票が、台東区外の場合
手続期間	出産日から1年間

出産育児一時金

国民健康保険課 給付係
(区役所2階②窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 5 3

※台東区の国民健康保険以外の健康保険に加入している人は各健康保険へ問合せください。

健康保険に加入している人が出産したとき、原則として出産した時点で加入している健康保険から出産育児一時金が支給されます。妊娠満85日以上の死産・流産の場合も支給されます。

直接支払・受取代理制度

出産育児一時金は、原則として出産した病院等に健康保険から直接支払い、出産費用に充当しています(直接支払制度または受取代理制度)。

ただし、直接支払制度および受取代理制度を利用できなかった場合、出産費用が出産育児一時金未済で差額が発生した場合は、出産時に加入していた健康保険に請求してください。

台東区の国民健康保険の出産一時金

台東区の国民健康保険の出産育児一時金は出産児1人につき50万円です。

社会保険等に1年以上継続して加入し、退職後6か月以内の出産の場合は前に加入していた健康保険から支給される場合もあります。ただし、国民健康保険と重複して受給することはできません。

台東区の国民健康保険に加入している人が請求を行う場合

必要書類	1 母子健康手帳(出生届出済証明付き)など、出産したことを証明するもの (死産・流産の場合は医師の証明書(妊娠満85日以上であることがわかるもの)) 2 医療機関発行の領収書 3 病院交付の合意文書(直接支払制度活用、不活用の意思を示すもの) 4 振込先の口座のわかるもの(預金通帳等) 5 世帯主のマイナンバーカード(お持ちでない場合・世帯主のマイナンバーがわかるもの・世帯主の本人確認書類) ※海外出産の場合は上記4、5の他に以下の書類が必要 6 出生証明書の原本 (死産・流産の場合は医師の証明書(妊娠満85日以上であることがわかるもの)) 7 6の日本語訳(訳者の住所・氏名を必ず記入) 8 出産した人のパスポート 9 調査に関わる同意書(海外出産の事実・内容について、医療機関等に照会するためのもの) 10 出産した人の印鑑(スタンプ印でないもの)
手続期間	出産日の翌日から2年間 ※2年を経過すると時効となり、申請不可

多胎児家庭向け タクシー利用料助成

子育て・若者支援課 庶務担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 7

多胎児(双子や三つ子)を養育している家庭に、乳幼児健診等の母子保健事業を利用する際の、タクシー利用料金の一部を助成します。

対 象	台東区民で3歳未満の多胎児を同一世帯で養育する保護者
対 象 となる 事 業・費 用	乳幼児健診、予防接種、産後ケア事業、多胎児家庭の交流会、相談事業等の母子保健事業を利用する場合や、保健所の保健師、子ども家庭支援センターの相談員等へ相談する場合の外出した際にかかる移動のための費用 ※タクシー利用料のみ。電車やバス、自家用車は対象外
限 度 額	1世帯あたり 年間最大24,000円 (こども商品券にて事前配付)
申 請 方 法	オンライン申請または郵送

オンライン申請
(多胎児タクシー)



医療・介護情報検索システム

医療・介護情報検索システムでは、区内の医療機関が検索できます。区内の医療機関や薬局の詳細な情報も提供しています。医療機関名のほか、診療科目や地図・地域からも検索できますので、活用してください。



<https://carepro-navi.jp/taito>



にぎやか家庭応援プラン

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

第3子以降の子供の「出生」「小学校入学」「中学校入学」時に祝い品を贈呈します。対象は対象児と保護者が同一世帯で、誕生日または小・中学校入学年の4月2日から申請日まで区内在住の場合。

祝い品は30,000円相当の指定の品目(こども商品券等)から選択できます。

産後ケア

浅草保健相談センター 母子健康包括支援担当

TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 7

出産後、助産師などのアドバイスを受けながら育児方法を学んだり、育児の不安を軽減したりできるようにサポートします。

※詳しくは上記への問合せ、または台東区ホームページを参照

類 型	宿泊型・日帰り型	外来型・訪問型乳房ケア
対 象	出産後4か月未満の産婦と乳児 ・台東区に住民登録がある ・産後ケアを必要とする方	出産後1年未満の産婦と乳児 ・台東区に住民登録がある ・授乳や育児などについて相談がある
利 用 上 限	1回の出産につき合計7日	1回の出産につき合計6回

産婦歯科健診

保健サービス課 母子成人保健担当(歯科衛生)
(台東保健所2階)

TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 9

産後の歯科健診です。子供連れでもOKです。

対 象	産後おおむね1年くらいまでの産婦
会 場	台東保健所・浅草保健相談センター
日 程	赤ちゃんお口ふれあい教室と同日開催 ※詳しい日程は台東区ホームページを参照
申 込 方 法	台東区ホームページから電子申請または電話で予約

もしものときに備えて

夜間・休日に子供の具合が悪くなったら

台東区準夜間・休日こどもクリニック

平日 月曜日～土曜日(祝日・年末年始等を除く)

受付時間 午後6時45分～午後9時45分

休日 日曜日・祝日・お盆(8月14日～16日)

年末年始(12月29日～1月3日)

受付時間 午前8時45分～午後9時45分

※お盆(8月14日～16日)、年末(12月29日)が平日の場合、午後5時45分～午後9時45分

永寿総合病院内 東上野2-23-16 TEL 3833-8381

深夜などの緊急時の場合

近隣の小児二次救急医療機関 ※病院へ行く前に必ず電話で確認してください。

日本大学病院 千代田区神田駿河台1-6 TEL 3293-1711

日本医科大学付属病院 文京区千駄木1-1-5 TEL 3822-2131

順天堂大学医学部附属順天堂医院 文京区本郷3-1-3 TEL 3813-3111

東京大学医学部附属病院 文京区本郷7-3-1 TEL 3815-5411

東京科学大学病院 文京区湯島1-5-45 TEL 3813-6111

その他

区内の夜間・休日診療当番医のご案内

台東区夜間・休日診療案内電話(自動音声案内) TEL 5246-1277

台東区ホームページ

<https://www.city.taito.lg.jp/kinkyu/shinryo.html>



都内の医療機関のご案内(24時間365日対応)

医療情報ネット「ナビイ」

<https://www.iroyou.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

全国の医療機関・薬局についてさまざまな方法で検索・情報収集できます。

東京都医療機関案内サービスひまわり TEL 5272-0303



救急車を呼んだほうがよいかわからないときの相談(24時間365日対応)

東京消防庁救急相談センター TEL #7119(プッシュ回線・携帯電話・PHS)
3212-2323(その他の電話等)

子供の健康・救急に関する相談

(月曜日～金曜日午後6時～翌朝8時、土曜日・日曜日・休日・年末年始 午前8時～翌朝8時)

子供の健康相談室 TEL #8000(プッシュ回線・携帯電話)
5285-8898(その他の電話等)



子供の健康のために

健診や予防接種は忘れずに受けましょう。

「出生通知書」と「こんにちは赤ちゃん訪問」

浅草保健相談センター 母子健康包括支援担当

TEL 3844-8177

子供が生まれた、すべての家庭に保健師または助産師が訪問し、体重測定や育児相談、母子保健サービスの紹介などを行います。訪問終了後に妊婦支援給付金(5万円)のご案内をします。

赤ちゃんが生まれたあと、できるだけ早く「出生通知書」を電子申請してください。電子申請ができない場合は、電話でも受け付けています。

健康診査

浅草保健相談センター 庶務担当

TEL 3844-8171

保健サービス課 母子成人保健担当

TEL 3847-9447

(台東保健所2階)

子供の成長に合わせ、各時期に健康診査を行っています。

新生児聴覚検査

対象	区内在住の新生児 ※受診票は、母子健康手帳の交付時に同封(受診票の有効期間は、生後50日に達する日まで)
内容	新生児聴覚検査
会場	都内契約医療機関
実施日時	医療機関に問合せ

3～4か月児健康診査

対 象	区内在住の3～4か月児
内 容	内科健診、育児・栄養相談
会 場	浅草保健相談センター または 台東保健所
実 施 日 時	対象者には、個別に健診のお知らせを送付

6～7か月児健康診査／9～10か月児健康診査

対 象	区内在住の6～7か月児／9～10か月児 ※受診票は、3～4か月児健診時に配布
内 容	内科健診
会 場	都内契約医療機関
実 施 日 時	医療機関に問合せ

1歳6か月児健康診査

対 象	区内在住の1歳6か月児
内 容	歯科健診、育児・栄養・歯科・子供相談 ※内科健診は区内協力医療機関で実施 受診票は健診のお知らせに同封
会 場	浅草保健相談センター または 台東保健所
実 施 日 時	対象者には、個別に健診のお知らせを送付



3～4か月児健診

3歳児健康診査

対 象	区内在住の3歳児
内 容	内科・歯科健診、尿・視力・聴力検査、育児・栄養・歯科・子ども相談
会 場	浅草保健相談センター または 台東保健所
実 施 日 時	対象者には、個別に健診のお知らせを送付

乳幼児精密健康診査

対 象	乳幼児健康診査(新生児聴覚検査・3～4か月児健診、6～7か月児健診、9～10か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診)において、精密検査の必要があると判断された乳幼児に精密健康診査受診票を交付
内 容	契約医療機関において、精密健康診査受診票で精密検査を受けた場合は、各種保険を適用した際に支払う自己負担額を公費負担

歯科健康診査

保健サービス課 母子成人保健担当(歯科衛生)

(台東保健所2階)

TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 9

保健所で歯科健診・相談を行っています。

2歳児歯科健診

対 象	区内在住の2歳児
内 容	歯科健診、歯科相談
会 場 と 日 程	台東保健所 水曜日(月1回) 午前9時～午前10時 浅草保健相談センター 木曜日または金曜日(月1回) 午前9時～午前10時 ※実施日は変更になる場合があります
申 込 方 法	台東区ホームページから電子申請または電話で予約

歯科衛生相談

対 象	区内在住の子供から大人まで
内 容	歯科健診・相談
会 場 と 日 程	台東保健所 火・水曜日(月1回または2回) 午後1時30分～午後2時30分 浅草保健相談センター 木曜日(月1回または2回) 午後1時30分～午後2時30分
申 込 方 法	電話で予約

定期予防接種

保健予防課 予防担当
(台東保健所 5階)

TEL 3 8 4 7 - 9 4 7 1

区では以下の定期予防接種を行っています。法定接種期間に該当し、通知前の接種を希望する場合は、担当まで連絡してください。

種類	接種回数	接種期間 (法定)	接種に適した年齢	通知時期
ロタウイルス 1価	2回	出生6週0日後から 24週0日後	初回接種：生後2か月から 出生14週6日後まで	1か月頃
ロタウイルス 5価	3回	出生6週0日後から 32週0日後	初回接種：生後2か月から 出生14週6日後まで	
小児肺炎球菌 初回	3回	2か月以上 5歳未満	2か月～7か月未満	1か月頃
小児肺炎球菌 追加	1回		初回終了後60日以上あけて、 1歳以上1歳3か月未満	11か月頃
B型肝炎	3回	1歳未満	2か月以上9か月未満	1か月頃
DPT-IPV-Hib1期 (ジフテリア、百日咳、 破傷風、不活化ポリオ、 ヒブ) 初回	3回	2か月以上 7歳6か月未満	2か月以上1歳未満	1か月頃
DPT-IPV-Hib1期 (ジフテリア、百日咳、 破傷風、不活化ポリオ、 ヒブ) 追加	1回		1期初回終了後 6か月以上18か月未満	1歳4か月頃
DT2期 (ジフテリア、破傷風)	1回	11歳以上 13歳未満	11歳以上12歳未満	11歳頃
BCG	1回	1歳未満	5か月以上8か月未満	4か月頃

種類	接種回数	接種期間 (法定)	接種に適した年齢	通知時期
MR1期 (麻しん風しん混合)	1回 ※1	1歳以上 2歳未満	同左	11か月頃
MR2期 (麻しん風しん混合)	1回 ※1	5歳以上7歳未満 で小学校入学前の 1年間	同左	対象前の 3月下旬
水痘	2回	1歳以上 3歳未満	1回目は1歳以上1歳3か月 未満、2回目は1回目接種 後6か月以上12か月未満	11か月頃
日本脳炎1期 初回	2回	6か月以上 7歳6か月未満	3歳以上4歳未満	3歳頃
日本脳炎1期 追加	1回		4歳以上5歳未満	4歳頃
日本脳炎2期	1回	9歳以上 13歳未満	9歳以上10歳未満	9歳頃
HPV (ヒトパピローマウイルス) 2価	3回	12歳となる年度 初日から16歳に なる年度末日ま での女子	13歳になる年度初日から 末日	対象前の 3月下旬
HPV (ヒトパピローマウイルス) 4価	3回			
HPV (ヒトパピローマウイルス) 9価	3回 ※2			

※1 MR(麻しん風しん混合)の定期接種を逃した方(18歳以下)には接種費助成の制度があります

※2 接種開始年齢等により、2回で接種完了となる場合もあります



任意予防接種

保健予防課 予防担当
(台東保健所 5 階)

TEL 3 8 4 7 - 9 4 7 1

予防接種法の対象となっていない任意の予防接種は、以下のとおりです。
接種を希望する場合は、医師とよく相談のうえ、接種してください。

種類	接種の時期・回数	接種期間	通知時期
小児インフルエンザ ※一部費用助成あり	生後6か月以上中学3年生まで (各年12月末時点) 13歳未満2回 (2～4週間間隔) 13歳以上1回または2回 (1～4週間間隔)	各年10月1日～ 翌年2月末日	毎年10月
おたふくかぜ ※一部費用助成あり	1歳と小学校入学前1年間の2 回が望ましい	1歳以上	11か月頃
HPV 4価 (ヒトパピローマウイルス)	小学6年生～高校1年生相当の男子 3回		要申請

「たいとうおやこ手帳アプリ」

「たいとうおやこ手帳アプリ」は、
台東区の予防接種情報等を提供するサービスです。

たいとうおやこ手帳アプリの機能

- ・予防接種スケジュールを自動で作成
- ・予防接種を受ける日をメールでお知らせ
- ・健康に役立つ情報をお届け
- ・乳幼児健康診査の時期をお知らせ

台東区ホームページ二次元コード
※登録料、利用料は無料



保健所に行くには

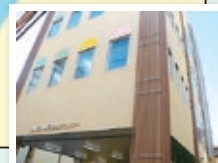
● 台東保健所

〒110-0015 台東区東上野 4-22-8



● 浅草保健相談センター

〒111-0033 台東区花川戸 2-11-10





特別な支援が必要な子

利用できるサポート制度を知っておきましょう。

特別児童扶養手当・児童育成手当(障害手当)

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所 6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

該当の児童の父母、養育者への手当です。窓口での申請が必要です。

特別児童扶養手当

対 象	次のいずれかに該当する児童(20歳未満)を扶養している父母または養育者 1 身体障害者1～3級程度の児童(下肢障害の一部 4級も含む) 2 愛の手帳1～3度程度の児童 3 長期間安静を要する病状または精神の障害により日常生活に著しい制限を受ける児童 ※上記の障害に該当する人が全て対象とは限らないので注意
手 当 額	児童一人につき 月額 特児1級(重度)の場合 56,800円 ※所得制限あり 特児2級(中度)の場合 37,830円

児童育成手当(障害手当)

対 象	次のいずれかに該当する児童(20歳未満)を扶養している父母または養育者 1 身体障害者手帳1、2級程度の児童 2 愛の手帳1～3度程度の児童 3 脳性麻痺 4 進行性筋萎縮症 ※上記の障害に該当する人が全て対象とは限らないので注意
手 当 額	児童一人につき 月額 15,500円 ※所得制限あり

医療的ケア相談

区では、医療的ケアを必要とする子の支援を行っています。
医療的ケアを必要とする子については、以下の担当に相談してください。

- 総合的な相談 障害福祉課総合相談担当 TEL 5246-1202
- 小中学校・幼稚園・こども園 学務課特別支援学級担当 TEL 5246-1416
- 保育園 児童保育課支援担当 TEL 5246-1309
- こどもクラブ・放課後子供教室 児童保育課放課後対策担当 TEL 5246-1235

医療費の助成

保健サービス課 母子成人保健担当 (台東保健所 2階)	TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 7
保健予防課 予防担当 (台東保健所 5階)	TEL 3 8 4 7 - 9 4 7 1
保健予防課 精神保健担当 (台東保健所 5階)	TEL 3 8 4 7 - 9 4 0 5

該当の児童への助成です。

対象や申請窓口がそれぞれ異なりますので、確認の上、申請してください。

母子関係(公費負担制度)

種 類	対象者	公費負担額	手続方法
養育医療	1 出生時体重が2,000g以下の乳児 2 1以外で医師が入院養育を必要と認めた乳児	健康保険適用後の自己負担額(一部本人負担あり)	所定の書類をそろえて、台東保健所保健サービス課母子成人保健担当へ申請 ※指定医療機関における医療に限り助成可能
自立支援医療(育成医療)	18歳未満で身体・内臓障害があり、手術により機能回復が見込まれる子供(所得制限あり)		
療育医療	18歳未満で結核にかかっていて入院を必要とする子供		

特殊疾病関係(東京都助成事業)

種 類	対象者	公費負担額	手続方法
小児慢性疾患	18歳未満で心臓病・小児がん・慢性疾患などにかかり治療を受けている子供	健康保険適用後の自己負担額(一部本人負担あり)	所定の書類をそろえて、台東保健所保健サービス課母子成人保健担当へ申請



精神障害関係(東京都助成事業)

種 類	対象者	公費負担額	手続方法
小児 精神病	18歳未満の精神障害で入院 治療を必要とする子供	健康保険適用後の 自己負担額	所定の書類をそろ えて、台東保健所 保健予防課精神保 健担当へ申請

大気汚染関係(東京都助成事業)

種 類	対象者	公費負担額	手続方法
大気汚染 による 健康障害	18歳未満で気管支ぜん息な どの病気で治療を受けている 子供	健康保険適用後の 自己負担額	所定の書類をそろ えて、台東保健所 保健予防課予防担 当へ申請

障害児福祉手当(国の制度)

障害福祉課 給付担当
(区役所2階⑩窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 0 1

該当の人に支給される手当です。窓口での申請が必要です。
この手当は、所定の診断書で障害の程度の判定を行います。

助成限度額

対 象	20歳未満で精神又は身体に重度の障害があるため、日常生活において常 時介護を必要とする状態(身体障害者手帳1・2級の一部、愛の手帳1・ 2度の一部、またはこれらと同等の疾病、精神の障害)の人 ※各種手帳を所持していなくても可
金 額	月額 16,100円 ※所得等の支給制限あり。改定される場合もあり



児童発達支援

松が谷福祉会館 こども療育担当 TEL 3 8 4 2 - 2 6 7 3
(松が谷福祉会館1階)

障害福祉課 総合相談担当 TEL 5 2 4 6 - 1 2 0 2 ・ 1 2 0 3
(区役所2階⑩窓口)

保健予防課 精神保健担当 TEL 3 8 4 7 - 9 4 0 5
(台東保健所5階)

該当する児童に、必要な療育や訓練を行います。

対 象	療育の観点から、集団療育及び個別療育を行う必要があると認められる児童 ・市町村等が行う乳幼児健診等で療育の必要性があると認められた児童 ・保育所や幼稚園に在籍しているが、併せて、指定児童発達支援事業所に おいて専門的な療育・訓練を受ける必要があると認められた児童、など
内 容	日常生活における基本的な動作の指導、知識技能の付与、集団生活への適 応訓練、そのほか必要な支援を行います
費 用	令和7年4月より原則サービスにかかる費用は無料

台東区松が谷福祉会館 こども療育室

こども療育室では、子供一人ひとりの発達の支援を行っています。

発達の様子や相談内容に応じて、心理士や言語聴覚士など専門のスタッフが、個別
に助言します。また、一人ひとりの発達段階に合わせて、個別指導やグループ指導を
行っています。

気がかりなことがあれば、早めに相談してみましょう
(相談先、受付時間はp33参照)。



弱視等治療用眼鏡助成

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

健康保険の適用となった弱視等の治療用眼鏡を使用している9歳未満の子供を対象に、更新や修理にかかる費用の一部を助成します。

助成限度額

	更 新	修理(費用の1/2を助成)
眼鏡	40,492円	20,246円
コンタクトレンズ	1枚 13,780円	1枚 6,890円

助成対象

更新 … 度数を変えて眼鏡等を作成する場合で、5歳未満の子供は作成してから1年未満、5歳から9歳未満の子供は作成してから2年未満に買い換える場合。
修理 … 健康保険の適用となった治療用眼鏡等を度数を変えずに買換える場合、またはフレーム等を修理する場合。

発達障害とは…

発達障害は、主に言葉やコミュニケーション、行動の問題として現れます。人とのやりとりや集団行動の場面で、本人・周囲に困難なことが起こりやすい障害です。見た目には障害がわかりにくく、周囲から気づかれなため誤解を受けやすいので、本人が戸惑い、生活のしづらさを感じている場合も少なくありません。

早期に発見し、適切な支援につなげることが、子供の成長のために重要です。

発達障害の主な例

自閉スペクトラム症(ASD)

- コミュニケーション・対人関係が苦手／社会性の障害／パターン化した行動 など

注意欠陥多動性症(ADHD)

- 不注意／多動・多弁／衝動的な行動 など

学習障害(LD)

- 読む・書く・計算が困難 など

幼児期によく見られる行動

- 言葉を覚え、おしゃべりはするが、会話のやりとりは苦手
- 車・電車などの大好きなおもちゃではよく遊ぶが、他のものには興味をもちにくい
- 公園で元氣よく動き回るが、順番が守れず、落ち着いていられない
- ひとり遊びはできるが、皆と一緒に遊ばず、体操も嫌がる

※これらの発達障害は互いに重なり合うことも多く、個々の子供の個性や発達の状況、年齢、環境などによって目に見える症状はさまざまです。

子供の発達に関する相談

詳細は各相談窓口へ問合せください。

発達相談

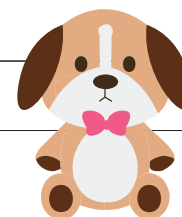
対 象	区内在住の乳幼児と保護者
内 容	運動・情緒・言語等の発達面についての診察、相談。要予約
会 場 と 日 程	台東保健所 第2火曜日 午前8時45分～正午 第4火曜日 午前9時30分～午前10時30分 浅草保健相談センター 第3水曜日 午前9時40分～午前10時50分 ※実施日は変更になる場合もあり
予約・問合せ	台東保健所 保健サービス課 TEL 3 8 4 7 - 9 4 9 7 浅草保健相談センター 保健指導担当 TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 2

パンダクラブ(発達相談集団)

対 象	区内在住の2～3歳児の保護者
内 容	他の子と遊べない、落ち着きがない、言葉で意思を伝えにくい等がある幼児に対して、遊びを通じて支援していくグループ指導。要予約
会 場 と 日 程	浅草保健相談センター 第4木曜日 午前9時30分～午前11時 ※実施日は変更になる場合もあり
予約・問合せ	浅草保健相談センター 保健指導担当 TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 2

専門相談

対 象	区内在住の0歳以上の子供と保護者
内 容	個別や小集団による発達指導や相談
受 付 時 間	月曜日～金曜日(祝祭日除く) 午前8時30分～午後5時
問 合 せ	松が谷福祉会館こども療育室 TEL 3 8 4 2 - 2 6 7 3





知っておきたい+αのサポート

こんなサポートも利用できます。

離乳食・幼児食講習会

台東保健所 保健サービス課 栄養担当

TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 0

離乳食・幼児食の進め方やポイントを学ぶ教室を開催しています。

離乳食講習会(中期・後期)

対 象	区内在住でおおむね6～8か月児の保護者(原則第1子) ※誕生日で日程が決定
内 容	離乳中期(7～8か月頃)・後期(9～11か月頃)の離乳食のポイント ※保護者のみ試食あり
会 場	台東保健所・浅草保健相談センター
実 施 日 時	毎月開催。台東区ホームページを参照
申 込 方 法	事前に電話で予約

幼児食へのステップアップ教室

対 象	区内在住でおおむね11か月～1歳4か月児の保護者(原則第1子) ※誕生日で日程が決定
内 容	離乳食から幼児食へステップアップする頃のポイント ※保護者のみ試食あり
会 場	台東保健所
実 施 日 時	奇数月開催。 台東区ホームページ、「広報たいとう」を参照
申 込 方 法	事前に電話で予約

離乳食&幼児食動画(YouTubeの台東区公式チャンネル)

離乳食と幼児食の進め方とポイントに関する20分番組を配信中。離乳食・幼児食の時期やそれぞれの悩みに合わせて、各動画にアクセスしてみてください。

はじめての離乳食
初期編



はじめての離乳食
中・後期編



はじめての幼児食づくり
～離乳食からのステップアップ～



歯と口の健康教室

保健サービス課 母子成人保健担当(歯科衛生)

(台東保健所2階)

TEL 3 8 4 7 - 9 4 4 9

歯みがきスタートに向けた教室を開催しています。

赤ちゃんお口ふれあい教室

対 象	区内在住で初めての歯が生え始めた子供と保護者
内 容	歯みがきを始める前の準備教室。保護者の膝に寝かせ、口をさわる練習など
会 場	台東保健所・浅草保健相談センター
実 施 日 時	毎月開催。日程表は生後8か月のときに送付 台東区ホームページにも掲載
申 込 方 法	台東区ホームページから電子申請または電話で予約

親子の歯ッピー教室

対 象	区内在住で上の前歯が4本くらい生え揃った子供と保護者
内 容	歯ブラシを使った歯みがきのポイント実習と、むし歯予防の学習会
会 場	台東保健所・浅草保健相談センター
実 施 日 時	毎月開催。日程表は生後8か月のときに送付 台東区ホームページにも掲載
申 込 方 法	台東区ホームページから電子申請または電話で予約



赤ちゃんお口ふれあい教室

幼児用ヘルメット無償配付

交通対策課
(区役所5階②窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 3 0 5

自転車の転倒事故等から子供を守るために、幼児用のヘルメットを配付します。

対 象	区内在住で1歳の誕生日を迎えた子供
申 込 方 法	誕生日月の翌月に送付される書類の二次元コードから電子申請で申し込み ※電子申請が利用できない場合は、区が送付した書類一式と身分証明書を 持参し、交通対策課へ
そ の 他	サイズはS・M、色は赤・青の中から選べます ※ヘルメットの種類は変更になることもあり



幼児用ヘルメット

子育て応援とうきょうパスポート

都内在住の、妊婦又は18歳になった最初の3月31日を迎えるまでの子供がいる世帯は、「子育て応援とうきょうパスポート」を利用できます。右の協賛ステッカーが貼ってある店舗で、パスポートを提示すると、さまざまなサービスが受けられます。詳細は、「とうきょう子育てスイッチ」で公表しています。

【問合せ先】
東京都福祉局
子供・子育て支援部企画課
TEL 5320-4115
ホームページ
<https://kosodateswitch.metro.tokyo.lg.jp/>



子育て家庭家事援助利用券

台東区ファミリー・サポート・センター（台東区社会福祉協議会）
TEL 5 8 2 8 - 7 5 4 8
<https://taitoshakyo.com/service/fsc/riyouken>

区内の乳幼児を育てる家庭において、家事を行うことが困難で、ホームヘルパーを必要とする場合、その費用の一部を助成する利用券を交付します。

対 象	区内在住、就学前の子供がいる人で、以下に当てはまる家庭 ①保護者の一時的な疾病・体調不良(妊婦含む)等により家事従事が困難なとき ②乳幼児の一時的な疾病により、保護者が看病のため、家事従事が困難なとき
利 用 内 容	掃除・洗濯・食事作り・買い物など ※育児支援は不可
申 請 手 続 け	郵送申請。詳細は問合せ
助 成	契約料金のうち1時間1,000円を助成する利用券を交付
利 用 方 法	指定の事業者へ直接、派遣を依頼

子育て世帯住宅リフォーム支援制度

住宅課
(区役所5階⑩窓口)
TEL 5 2 4 6 - 1 4 6 8

住居内で子供が安全に過ごすための住宅リフォーム工事にかかる費用の一部を助成します。事前相談のうえ、工事着手前に申請することが必要です。

対 象 者	・18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある者(高校生以下の子供)を扶養し同居していること ・申請者、配偶者及び申請者と同居する人全員の前年(1月から6月に申請する場合は前々年)の総所得金額の合計が1,200万円以下であること、など
対象となる住宅	対象者自らが居住している、またはリフォーム工事後に居住する区内の住宅であること。マンション等共同住宅の場合は、専有部分のみが対象
対 象 工 事	手すりの取付、進入防止フェンスの設置、浴室扉の鍵の設置等工事、対面式キッチンやまたぎの低い浴槽への取替、間取り変更など
助 成 金 額	対象工事費(消費税を除く)の3分の1。上限200,000円

台東区公式チャンネル(YouTube)

「台東区公式チャンネル」では、区が制作した番組をYouTubeで配信しています。いろいろなジャンルの番組があるなか、再生リスト「みんなでHUGくむたいとうっ子」では、子育て中の親子が楽しめる番組をまとめています。ぜひ活用してください。



◀みんなでHUGくむたいとうっ子



▲台東区のじどうかん みんなで幼児タイム



▲子育てお悩み解決し隊「離乳食って大変!?!」



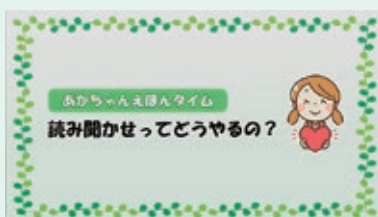
▲【親子でスマイル応援講座】乳幼児のおでかけ編



▲おとあそび♪親子音楽会



▲親子で実践！てあそび・ふれあいあそび



▲赤ちゃん絵本タイム

ほかにも、
たくさんの番組があります！



ひとり親家庭への支援

ひとり親家庭を支える手当や事業があります。

児童育成手当・児童扶養手当

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

離婚や未婚等で父または母がいらないか、父または母に重度の障害がある家庭で、18歳になった最初の3月31日までの児童を養育している人に手当を支給します。

児童育成手当

対 象	父・母・養育者
手 当 額	子供1人につき 月額13,500円 ※所得制限あり

児童扶養手当

対 象	父・母・養育者 ※子供に中度以上の障害がある場合は20歳未満
手 当 額	子供1人の場合 月額11,010円～46,690円の範囲で所得に応じて決定 子供2人目以降 5,520円～11,030円加算 ※本人及び同居の扶養義務者(親、兄弟姉妹等)の所得制限あり

東京都ひとり親家庭支援センター はあと

ひとり親(母子家庭・父子家庭)の総合的な支援窓口。生活相談、養育相談、離婚前後の法律相談、面会交流支援は「はあと」で、就業支援は「はあと飯田橋」で行っています。



- ・東京都ひとり親家庭支援センター はあと
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-4-6 新都心ビル7階
TEL(相談)03-6272-8720
- ・はあと飯田橋
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター 7階
TEL03-3263-3451

ホームページ <https://haat.or.jp/>



医療費助成・自立支援など

子育て・若者支援課 給付担当 (区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

離婚や未婚などにより、ひとり親になった人に対して、医療費の助成や自立に向けた支援などを行っています。

ひとり親家庭等医療費助成(親医療証)

対 象	父・母・養育者と子供 (子供に中度以上の障害がある場合は20歳未満) ※0歳～18歳の子供は子ども医療費助成制度を使用
内 容	保険診療を受けたときの自己負担額を助成 ・全額助成 住民税非課税世帯 ・一部助成 住民税課税世帯 ※本人及び同居の扶養義務者(親、兄弟姉妹等)の所得制限あり

母子・父子福祉資金

対 象	都内に6か月以上居住している20歳未満の子供の父母・養育者等
内 容	子供の入学や修学に必要な資金等を貸付(低利子または無利子) ※貸付にあたっては面接・審査を実施。貸付条件は(予約のうえ)事前相談

自立支援プログラム策定事業

対 象	台東区に居住している離婚を考える父母及びひとり親家庭の父母
内 容	個々の状況・ニーズに応じた自立目標や支援内容についてプログラムを策定し、継続的に求職活動や職業能力開発などを支援。相談は要予約

自立支援教育訓練給付事業

対 象	父・母(自立支援プログラム策定を同時に行います)
内 容	①就労を目的とした資格を取得するため訓練講座等を受講する場合 ②修了後1年以内に専門資格取得・就職した場合、受講料の一部(①は60%、②は25%、いずれも上限あり)を支給 ※受講前に(予約のうえ)相談、申請が必要

高等職業訓練促進給付金等事業

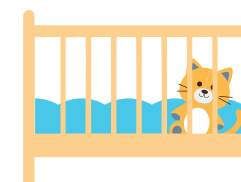
対 象	父・母(児童扶養手当を受けている人または同等の所得水準の人)		
内 容 と 給 付 金 額	経済的自立に効果的な資格を取得するため学校等に6か月以上修学する場合、助成金を支給 ※受講前に(予約のうえ)相談、申請が必要 対象となる資格：看護師・介護福祉士・保育士・美容師・理容師・保健師ほか		
		課税世帯	非課税世帯
	訓練促進給付金	月額 70,500円★1	月額 150,000円★2
	訓練修了支援給付金	月額 25,000円	月額 50,000円
	★1 修学期間の最後の1年間のみ月額110,500円 ★2 修学期間が12か月未満の場合 月額14万円		

高等学校卒業程度認定取得支援事業

対 象	父・母(自立支援プログラム策定を同時に行います) および20歳未満の子供
内 容	父・母・子供の学び直しを支援するため、民間事業者等が実施する高等学校卒業程度認定試験の対策講座(通信制も含む)の受講費用の一部を支給。給付金種別等は問い合わせてください ※受講前に(予約のうえ)相談、申請が必要

養育費受け取り支援事業

対 象	台東区に居住している離婚を考える父母及びひとり親家庭の父母
内 容	①「子供の養育プラン」作成支援 離婚後の子供の養育について考えるきっかけとするため、養育費や親子交流について父母間の取り決め内容を確認するシートの作成などの支援 ②手数料等補助 継続的に養育費の受け取りができるよう、債務名義となる公正証書を作成した場合、家事審判・調停を行った場合、ADR(裁判外紛争解決手続)を利用した場合に手数料等を補助。上限：各30,000円 ※①②とも(予約のうえ)相談、申請が必要



乗車券の割引

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

児童扶養手当の受給者には、以下の優遇制度があります。

都営交通無料乗車券

対 象	児童扶養手当を受けている人または同一世帯の人のうち、どなたか1人
内 容	都電、都バス、都営地下鉄、日暮里・舎人ライナーの無料乗車券を発行

JR通勤定期乗車券の割引

対 象	児童扶養手当を受けている人または同一世帯の人
内 容	JR通勤定期乗車券を3割引で購入できる「資格証明書」「乗車券購入証明書」を発行 ※定期券を購入する人の写真(最近6か月以内、正面上半身、たて4cm X よこ3cm)が必要

その他の優遇制度

それぞれ、下記の担当事業所で手続きしてください。

●水道料金・下水道料金の減免

対 象	児童扶養手当または特別児童扶養手当を受けている世帯で、受給者本人が契約しているもの
内 容	①水道料金は基本料金と1か月あたり10mまでの従量料金の合計額 ②下水道料金は1か月あたり8mまでの料金
手 続 き	東京都水道局文京営業所へ申請 持ち物：児童扶養手当証書、特別児童扶養手当受給証明書 所在地：文京区西片2-16-23 TEL：5840-8021

●粗大ゴミ等収集手数料の免除

対 象	児童扶養手当または特別児童扶養手当を受けている人
手 続 き	粗大ゴミ受付センターに電話で申請 TEL：6747-5111



入居相談・居住支援サービス

住宅課
(区役所5階⑩窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 4 6 8

住宅探しや住み替えのことで困っている人の相談窓口や制度があります。

入居相談窓口

不動産関係団体と協力して住宅探しの相談を行います。住宅のあっせんではなく、情報の提供です。

対 象 者	・ひとり親世帯(18歳以下の子供及び父又は母のみの世帯)等 ・台東区に住民登録をし、区内に住んでいること
相 談 日 時	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 ※電話での相談も可能

住み替え居住支援制度

現住戸(民間賃貸住宅)の取壊しや家主の都合による契約更新拒否により、立ち退きを受けている世帯に対して、区内の別の民間賃貸住宅に転居した場合、転居費用を助成します。転居先住宅の賃貸借契約締結前の申請が必要です。

対 象 者	・ひとり親世帯(18歳以下の子供と同居し扶養する父または母のみで構成される世帯)等 ・台東区に住民登録をし、区内に1年以上住んでいること ・生活保護を受給しておらず、世帯全員が住民税を滞納していないこと、など ※所得制限あり
助 成 金 額	転居費用(礼金・仲介手数料・引越し費用の合計額)上限150,000円 ただし、立ち退き料を受領した場合は、礼金・仲介手数料・引越し費用の実費から立ち退き料相当額を差し引いた額を助成

家賃等債務保証制度

民間賃貸住宅の契約時に家賃の支払い等を保証する保証会社と契約した際に支払った初回保証料の一部を助成します。

対 象 者	・ひとり親世帯(18歳以下の子供と同居し扶養する父または母のみで構成される世帯)等 ・台東区に住民登録をし、区内に1年以上住んでいること ・生活保護を受給しておらず、世帯全員が住民税を滞納していないこと ・緊急連絡先があることなど ※所得制限あり
助 成 金 額	保証会社に支払った初回保証料の1/2、上限額あり

ひとり親家庭をサポート

子育て・若者支援課 庶務担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 7

ひとり親家庭を対象として行っているサービスや事業があります。

ホームヘルプサービス

対 象	父・母・養育者または中学生以下の子供が一時的な病気やその他の理由などで家事・育児が困難な場合
内 容	食事の世話・掃除・洗濯・育児等を支援するためにホームヘルパーを一定の期間、派遣 ※所得に応じて本人負担あり

レクリエーション

対 象	父または母と4歳～中学3年生までの子供
内 容	年に1～2回、日帰りのバスハイクを実施 ※参加費無料(ただし、昼食は自己負担)

母子生活支援施設(さくら荘)

対 象	母と18歳未満の子供
内 容	母子家庭のために自立に向けて必要な支援を行う施設です。入所できるのは18歳未満の子供を養育する母子世帯で、さまざまな事情を抱え子供の養育が十分にできない場合です。費用は収入の状況により異なります

「シングルママ シングルパパ 暮らし応援ナビ Tokyo」

東京で暮らすひとり親、これからひとり親になるかもしれない方に向けた情報サイトです。

支援情報や相談窓口一覧、コラムやお悩みFAQ、役立つセミナー・イベント情報など、東京都で暮らすひとり親とそのお子さんが安心して生活できるよう、サポートのための情報が掲載されています。

問合せ先
東京都福祉局子供・子育て支援部育成支援課
(ひとり親福祉担当)
TEL 5320-4125
<http://www.single-ouen-navi.metro.tokyo.lg.jp/>



もっと楽しくみんなで子育て

家にこもらず、出掛けてみませんか？

子ども家庭支援センター

日本堤子ども家庭支援センター	TEL 5 8 2 4 - 2 5 3 5
台東子ども家庭支援センター	TEL 3 8 3 4 - 4 5 7 7
寿子ども家庭支援センター	TEL 3 8 4 1 - 4 6 3 1
谷中子ども家庭支援センター	TEL 3 8 2 4 - 5 5 3 2

子ども家庭支援センターは安心して子供を産み、育て、子供の成長を地域みんなで見守ることができる「子育ての拠点」となることを目指した施設です。

乳幼児(0～3歳)とその保護者に、安心して過ごせる「遊びとふれあいの場の提供」、そして0～18歳未満のすべての子供とその保護者及び関係者に「子育てに関する総合相談及び情報提供」、さらに「子育ての仲間づくりやボランティア活動を支えるお手伝い」などを行っています。

あそびひろば・赤ちゃんコーナー

対 象	乳幼児(0～3歳)とその保護者
開 設 時 間	月曜日～土曜日(祝日・年末年始を除く) 午前10時～午後4時

ひろばのイベント

あそびひろばでは、ひろばスタッフや外部講師による、さまざまなイベント、講座、コンサートなどを行っています。たとえば…



- 初めての育児を応援する「集まれ！育児初めてさん！」(日本堤・にこにこひろば)
- 0～3歳の計測会(足型スタンプ付き！)「ぐんぐんランド」(台東・わくわくひろば)
- ベビーマッサージや季節の製作「のびのびタイム」(寿・のびのびひろば)
- 身近な素材で！簡単な手作りおもちゃ(谷中・ぽかぽかひろば)

参加は申込制。ひろば内のお知らせ(掲示物)やホームページを見て、参加したいイベントがあれば、期日までに各ひろばに電話で申し込んでください。

イベントをきっかけに、ぜひひろばへ。

日本堤子ども家庭支援センター にこにこひろば



〒111-0021 台東区日本堤2-25-8 たなか多目的センター1階
TEL: 5824-2535
Eメール: soudan-kokasen1.ezb@city.taito.tokyo.jp(相談専用)



寿子ども家庭支援センター のびのびひろば



〒111-0042 台東区寿1-10-10
TEL: 3841-4631
Eメール: kotobuki-nobinobi@jcom.home.ne.jp(相談専用)



台東子ども家庭支援センター わくわくひろば



〒110-0016 台東区台東1-25-5 台東複合施設いきいきプラザ1階
TEL: 3834-4577
Eメール: soudan-kokasen2.p73@city.taito.tokyo.jp(相談専用)



谷中子ども家庭支援センター ぽかぽかひろば



〒110-0001 台東区谷中2-9-21
TEL: 3824-5532
Eメール: yanaka-soudan@g-asuka.co.jp



児童館

台東区社会福祉事業団 児童課
児童保育課 放課後対策担当
(区役所6階⑦窓口)

TEL 5603-2229
TEL 5246-1235

子供たちが遊びを通して体を動かし、情操を豊かにするとともに自主性や協調性を育てるための施設です。遊戯室や図書室もあり、季節にふさわしい楽しい行事を行っています。

区内児童館

対 象	0歳～18歳までの児童とその保護者 ※乳幼児は保護者の同伴が必要
開 設 時 間	午前9時30分～午後6時
休 館 日	日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日) ※5月5日は施設を開館

館 名	所在地	電話番号
千 束 児 童 館	千束3-20-6	3874-1714
玉 姫 児 童 館	清川2-22-13	3874-6571
台 東 児 童 館	台東1-11-5	3832-8493
池之端児童館	池之端2-3-3	3823-6644
松が谷児童館	松が谷4-15-11	3841-6734
今 戸 児 童 館	今戸1-3-6	3876-1656
寿 児 童 館	寿1-4-5	3844-8602
谷 中 児 童 館	谷中5-6-5	3824-4043



児童館幼児タイム

歌や手遊びや体操など乳幼児親子で楽しめるプログラムを行っています。また、育児情報交換や友達作りの場にもなっています。児童館のない地域にも出掛け、「出前幼児タイム」を行っています。日程や詳細については、台東区社会福祉事業団のホームページを参照してください。



幼児タイム活動時間 午前10時30分～11時30分

児童館・問い合わせ	実施場所	クラス名	曜日	対象年齢
千束児童館	千束児童館 4階遊戯室	よちよち ぐんぐん	木曜 金曜	0～1歳 2～3歳
	金杉区民館 下谷分館 1階多目的ホール	すくすく 下谷	木曜	0～3歳
	玉姫児童館 1階遊戯室	プチたま	水曜	0～3歳
台東児童館	台東児童館 3階遊戯室	のびのび びよびよ	火曜 水曜	1～3歳 0歳
	浅草橋区民館	すくすく	木曜	0～3歳
	池之端児童館 1階遊戯室	スマイル ベビー ハッピー キッズ	水曜 金曜	0～1歳 2～3歳
松が谷児童館	松が谷児童館 3階遊戯室	りんご	水曜	0歳
		ぶどう	木曜	2～3歳
		バナナ	金曜	1歳
今戸児童館	今戸児童館 1階遊戯室	とことこ	木曜	2～3歳
		ぶちてく※	金曜	0歳
		てくてく※	金曜	1歳
寿児童館	寿児童館 地下1階遊戯室	ラッコ	水曜	0歳
		コアラ	木曜	1歳
		ひよこ	金曜	2～3歳
谷中児童館	谷中児童館 2階遊戯室	パンダ	水曜	2～3歳
		うさぎ	木曜	1歳
		いちご	金曜	0歳

※今戸児童館ぶちてくクラスは午前10時～11時、
てくてくクラスは午前11時15分～12時15分となります。



おやこるーむ

浅草保健相談センター 母子健康包括支援担当
TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 7

乳幼児とその保護者、妊婦やその家族が気軽に利用できる場所です。
ホッと安心できる雰囲気の中で、親子で遊んだり、友達とふれあったりしながら、
ゆっくり過ごしてください。子育てについて情報交換したり、交流したりすることも
できます。

対 象	乳幼児(0歳～おおむね3歳)とその保護者 妊婦とその家族
開 設 時 間	月～金曜日(土・日・祝日を除く) 午前9時～午後4時



乳幼児家庭教育学級

生涯学習課
(生涯学習センター5階)
TEL 5 2 4 6 - 5 8 2 1

乳幼児期の子育てについて、さまざまなテーマで継続学習を行います。講座内では、
グループワークなど親同士が交流できるプログラムを実施しています。

対 象	0～3歳までの乳幼児と、その保護者
事 業 内 容	乳幼児期に必要な親子のコミュニケーションや発達の知識などを学びながら、 親同士が継続的に交流できる場を提供
実 施 概 要	年数講座(1講座2～5回) 地域の子育て支援団体に委託して、多様な内容で実施。実施時期、申込方 法などは「広報たいとう」「子育てメルマガ」に掲載

幼児運動教室

スポーツ振興課
(生涯学習センター5階)
TEL 5 2 4 6 - 5 8 5 3

幼児の健やかな心と体作りのため、その特性に合わせたさまざまな身体の動かし方
を学ぶ運動教室を実施しています。

対 象	3歳～6歳までの未就学児
実 施 場 所	①台東リバーサイドスポーツセンター(今戸1-1-10) ②柳北スポーツプラザ(浅草橋5-1-8) ③たなかスポーツプラザ(日本堤2-25-4) ④出張型(①～③以外の区有施設) ⑤オンライン
実 施 概 要	実施時期・申込方法などは、①はリバーサイドスポーツセンターホーム ページ、②～⑤は台東区ホームページや「広報たいとう」に掲載



区立石浜橋場こども園 未就園児の会

学務課 こども園担当
(区役所6階②窓口)
TEL 5 2 4 6 - 1 4 1 4

区立石浜橋場こども園では、未就園児親子を対象に催しを行っています。
詳細は園のホームページで確認してください。

なかよしひろば

妊娠中の方や、0歳から3歳までの未就園の親子対象。毎月、室内遊び、園庭遊び
などを行っています。

プレこども園

次年度3・4・5歳児クラス入園希望の子と保護者が対象。体操やふれあい遊び、季
節の遊びや製作など年齢に応じたプログラムを用意しています。

区立保育園 子育てひろば

児童保育課 保育運営係
(区役所6階⑨窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 6 9 2

区立保育園では、毎月未就園児対象の子育てひろば「いっしょにあそぼう」を行っています。また、各園の保育士・看護師・栄養士が、専門性を活かした「合同子育てひろば」を行っています。日程等については、各保育園に問合せてください。

各保育園子育てひろば「いっしょにあそぼう」

保育園の子供たちと一緒に遊んだり、行事に参加したり楽しい時間を過ごします。

園庭開放

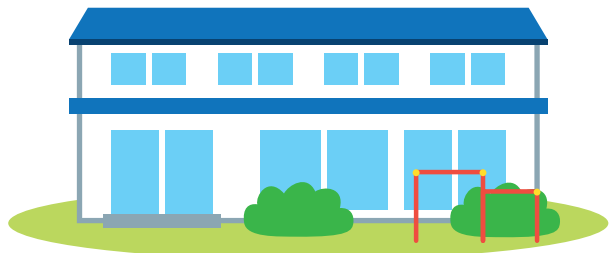
地域の未就学親子の遊び場として日時を決めて開放しています。 ※園庭開放を行っていない園もあり



区立保育園子育てひろば「いっしょにあそぼう」



区立保育園 園庭



区立幼稚園 未就園児の会

学務課 学事係
(区役所6階②窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 4 1 2

区立幼稚園では、未就園児親子を対象に、催しを行っています。詳細や日程は、各園のホームページで確認してください。

未就園児の会

0歳から3歳までの未就園の親子対象。毎月1～2回、室内遊び、季節の製作、園庭遊びなどを行っています。会の名称は園によって異なります。



プレ保育

次年度入園予定年齢の親子対象。登録制。月に1回～数回、親子で登園し、集団活動を体験します。 ※プレ保育を行っていない園もあり



施設開放

地域の未就園児親子の遊び場として、園庭や園舎内を開放している園もあります。 ※時間や内容は園によって異なります。

図書館

中央図書館

TEL 5246-5911

こどもとしょじつもあり、親子で楽しめます。

台東区の図書館

名 称	所在地	電話番号
中央図書館 (令和7年9月1日から 令和8年11月末まで休館予定)	西浅草3-25-16 生涯学習センター 1・2階	5246-5911
中央図書館浅草橋分室	浅草橋2-8-7 浅草橋区民館2・3階	3863-0082
中央図書館谷中分室	谷中5-6-5 谷中防災コミュニティセンター 3階	3824-4041
根岸図書館	根岸5-18-13 都営根岸5丁目アパート2階	3876-2101
石浜図書館	橋場1-35-16 3・4階	3876-0854
ま ち か ど 図 書 館	くらまえオレンジ 図書館	蔵前4-14-6 環境ふれあい館ひまわり6階
	すこやか としょじつ	東上野4-22-8 台東保健所3階

図書館連携施設

名 称	所在地	電話番号
いきいきプラザ (貸出・返却のみ)	台東1-25-5 台東複合施設1階 総合案内	3834-4428
はばたき21 (男女平等推進プラザ) (令和8年10月31日まで休館中)	西浅草3-25-16 生涯学習センター 4階	5246-5817

中央こども としょじつ



根 岸 こどもしつ



石 浜 こどもしつ



各図書館で開催

おはなし会・映画会・人形劇	定期的に実施。対象年齢など、詳しくは各館に問合せ
あかちゃんえほんタイム	生後6か月から1歳6か月の子供と保護者を対象に、絵本の紹介、わらべうたあそびなどを実施(要申込・定員制)



おはなし会



めいぐるみおとまり会

「はじめてであうえほん」「えほんとなかよし」

図書館はじめて子ども家庭支援センターなどで配布しています。絵本選びの参考に。



「はじめてであうえほん」中面



一時的に預けたいとき

一時的に子供を預かるサービスや事業があります。

一時保育

児童保育課 保育相談係
(区役所 6 階⑩窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 4

保護者が仕事や病気などで、家庭で子供の世話ができない場合に、一時的に子供を預かる制度です。預かりができるのは、里帰り出産を除き、区内に住所がある子供です。

実施施設・定員

坂本保育園、一時保育室あさくさばし、東上野保育園、ことぶきこども園、
たいとうこども園 各5名 ※一時保育室あさくさばしは定員8名

緊急保育

保護者が病気や出産、看護等で家庭で保育ができない場合、一時的に子供を預かります。

対 象	利用月の1日現在、生後8か月～小学校就学前
保 育 期 間	月曜日～土曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時(最大) 原則1か月以内(出産の場合は出産予定日の42日前から、出産後56日の間で希望する日数)
利 用 料	児童1人につき1日1,500円
受 付	利用する月の3か月前の5日から ※初回利用時は園との面接が必要なため、10日前(土日祝日を除いた日数)までの申込が必要
申 込 方 法	電話または窓口(申込初日は電話優先)

非定型保育・私的事由保育

保護者が週2～3日、あるいは月1～2週間程度働いたり、通学したり等、家庭で子供の保育ができない場合に預かります。

対 象	利用月の1日現在1歳～小学校就学前まで
保 育 期 間	月曜日～土曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時(最大) 1か月の利用は12日以内
利 用 料	児童1人につき1日1,500円
受 付	利用する前月の1日から ※初回利用時は園との面接が必要なため、10日前(土日祝日を除いた日数)までの申込が必要
申 込 方 法	電話または窓口(申込初日は電話優先)

里帰り出産

区外に居住している人が、台東区内にある実家に里帰りをして出産する場合、上の子の保育ができないとき、一時的に子供を預かります。ただし、祖父母宅から通う場合に限ります。

対 象	利用月の1日現在1歳～小学校就学前まで
保 育 期 間	月曜日～土曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時(最大) 出産日ははさんで1か月以内
利 用 料	児童1人につき1日2,000円
受 付	利用する月の2か月前の5日から利用日の10日前(土日祝日を除いた日数)まで
申 込 方 法	電話または窓口(申込初日は電話優先)

休日・年末一時保育

児童保育課 保育相談係
(区役所 6 階⑩窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 4

休日や年末に保護者全員が仕事などのため家庭で世話をすることのできない子供を、一時的に預かります。ただし、給食はありません。

対 象	区内在住で、4月1日現在1歳～小学校就学前まで
実 施 保 育 園	区立東上野保育園
保 育 料	休日保育(日曜・祝日) 半日1,000円、1日2,000円 年末保育(12月29日～31日) 半日1,500円、1日3,000円
保 育 期 間 及 申 込 期 間	休日保育 日曜・祝日 利用する月の前月1日～15日までに申込み 年末保育 12月29日～12月31日 11月1日～12月15日までに申込み
保 育 時 間 (最 大)	全日 午前7時15分～午後6時15分 午前 午前7時15分～午後1時 午後 午後0時30分～午後6時15分



いっとき保育

ほうらい子育てサポートセンター TEL 5 8 2 4 - 5 6 2 4
谷中子ども家庭支援センター TEL 3 8 2 4 - 5 5 3 1

とくに理由を問わず、時間単位で子供を預かります。保護者のリフレッシュ等でも利用できます。

対 象 者	区内在住の0歳(6か月)から6歳(就学前)までの健康で集団生活が可能な子供
利 用 定 員	1時間あたり10人 ※ほうらい子育てサポートセンターのみ上記に加え0歳児枠2名
利 用 日 時	1月1日～3日を除く午前9時～午後5時 ※ほうらい子育てサポートセンターの0歳児については月～金曜日(土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く) 午前10時～午後4時 1回あたり4時間まで
利 用 限 度	児童1人につき、1か月8回まで
利 用 料 金	1時間500円 昼食代400円、おやつ代100円別途負担 ※谷中子ども家庭支援センターは昼食、おやつ持参。ほうらい子育てサポートセンターの0歳児については離乳食またはミルク持参
申 請 期 間	利用したい日の前月の1日～利用したい日まで
実 施 施 設	① 社会福祉法人 清峰会「ほうらい子育てサポートセンター」 住所：台東区清川2-14-7 福祉プラザ台東清峰会2階 ② 谷中子ども家庭支援センター 住所：台東区谷中2-9-21 1階 いっとき保育室
そ の 他	事前登録が必要。詳しくは電話で問合せ



台東区ファミリー・サポート・センター

台東区社会福祉協議会 TEL 5 8 2 8 - 7 5 4 8
<https://taitoshakyo.com/service/fsc/azukari>

育児の手助けができる方(提供会員)・育児の手助けが必要な方(依頼会員)として募集・登録し依頼会員からの依頼に応じて、育児の手助けを行える提供会員を紹介します。登録料・年会費は不要です。

依頼会員と提供会員

【会員制】上記にお問合せください

依 頼 会 員 育児の手助けが必要な人	生後43日以上小学校6年生までのお子さんがいる方で 原則として区内在住・在勤の方 * お子さんが病気の時の利用はできません オンライン申請▶	
提 供 会 員 育児の手助けができる人	預かり・送り迎えの有償ボランティア 原則区内在住の方で自宅などで安全に援助活動ができる方 * 両方で相談の上 児童関係施設を利用することもできます * 入会登録時講習会に参加する必要があります(要予約) オンライン申込▶	

謝礼

平日 午前6時～午後11時…1時間800円
土・日・祝日・年末年始 午前6時～午後11時…1時間900円

▶謝礼金の一部助成について

児童扶養手当受給世帯・住民税非課税世帯・生活保護世帯の方は、謝礼金の一部助成を受けることができます。助成については下記にお問合せください。

問合せ：日本堤子ども家庭支援センター TEL 6458-1566



送迎



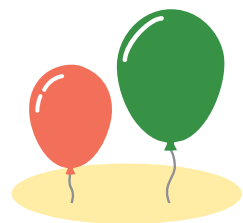
提供会員宅での預かり

ベビーシッター利用支援(一時預かり利用支援)

日本堤子ども家庭支援センター TEL 6 4 5 8 - 1 5 6 6

リフレッシュ等を目的とした一時的保育利用の保護者に対し、東京都が認定したベビーシッター事業者を利用した際の利用料の一部を補助します。

対 象 者	台東区に住所を有する、以下のいずれかの保護者(保育の認定の有無は不問) ① 日常生活上の突発的な事情や社会参加、リフレッシュ等の幅広い理由により、一時的に保育を必要とする人 ② ベビーシッターを活用した共同保育(保護者とベビーシッターによる保育)を必要とする人
対 象 児 童	0歳から小学校3年生までの児童(障害児の場合、小学6年生までの児童)
補 助 金 額	1時間あたり以下の金額を上限に利用料を補助 ① 午前7時から午後10時までの利用：1時間あたり2,500円 ② 午後10時から午前7時までの利用：1時間あたり3,500円 ※入会金、会費、交通費、キャンセル料、おむつ代等の実費等、サービス提供に付随する料金は含みません
上 限 時 間	児童1人につき年度あたり144時間(多胎児、障害児及びひとり親家庭の場合、児童1人につき年度あたり288時間)
対 象 事 業 者	東京都が定めるベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)認定事業者
利 用 の 流 れ	(1) 対象事業者から利用する事業者を選び、直接利用の契約 ※事前に「東京都のベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)を活用したい」旨を伝える必要あり ※東京都が定める要件を満たさないベビーシッター(個人)が従事した場合は、助成対象外 (2) ベビーシッターを利用し、料金を事業者へ支払い ※事業者から「ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)補助事業ベビーシッター要件証明書」の交付を受ける (3) 必要書類をそろえ、申請書類提出期限までに区に補助金を申請



トワイライトステイ

利用申請・問合せ先
日本堤子ども家庭支援センター TEL 6 4 5 8 - 1 5 6 5
台東子ども家庭支援センター TEL 3 8 3 4 - 4 4 9 7

保護者が仕事や病気(感染症を除く)などで、家庭での養育が困難となった場合に、一時的に子供を預かります。

対 象 者	区内在住の2歳から小学6年生までの健康で集団生活が可能な子供
利 用 定 員	1日あたり5人まで
利 用 日	午後5～10時(1月1日～3日を除く日)
利 用 料 金	1回2,000円(食事付き) ※所得に応じて減免あり ※送迎あり(所属施設) 1回500円
申 請 期 間	利用したい日の前月の1日～3日前まで
実 施 施 設	社会福祉法人 清峰会「ほうらい子育てサポートセンター」 住所：台東区清川12-14-7 福祉プラザ台東清峰会2階
そ の 他	事前登録が必要(利用要件あり) 詳しくは電話で問合せ



ほうらい子育てサポートセンター



ショートステイ

日本堤子ども家庭支援センター TEL 6 4 5 8 - 1 5 6 5
台東子ども家庭支援センター TEL 3 8 3 4 - 4 4 9 7

保護者が仕事や病気(感染症を除く)などで、家庭での養育が困難となった場合に、一時的に子供を預かります。

対 象 者	区内在住の2歳から18歳未満の健康で集団生活が可能な子供
利 用 定 員	1日あたり3人まで
利 用 日	①一般ショートステイ 24時間(1月1日～1月3日を除く日) ②緊急ショートステイ 24時間(休業日なし)
利 用 限 度	1か月に7日(6泊7日)まで
利 用 料 金	①一般ショートステイ 1日3,000円(食事付き) ※以降1日ごとに3,000円加算 ②緊急ショートステイ 1日4,000円(食事付き) ※以降1日ごとに4,000円または3,000円加算 ※所得に応じて減免あり ①②ともに、送迎あり(所属施設、指定場所) 1回500円
申 請 期 間	①一般ショートステイ 利用したい日の前月1日～3日前まで ②緊急ショートステイ 利用したい日の2日前から利用日の前日まで ※ただし施設利用状況により当日対応可
実 施 施 設	児童養護施設 クリスマス・フォレスト(社会福祉法人 友興会) 所在地: 荒川区荒川8-14-10
そ の 他	利用要件あり。詳しくは要問合せ



児童養護施設 クリスマス・フォレスト



乳幼児ショートステイ

利用申請・問合せ先
日本堤子ども家庭支援センター TEL 6 4 5 8 - 1 5 6 5
台東子ども家庭支援センター TEL 3 8 3 4 - 4 4 9 7

保護者が仕事や病気(感染症を除く)などで、家庭での養育が困難となった場合に、一時的に子供を預かります。

対 象 者	区内在住の0歳から2歳未満の子供
利 用 定 員	1日1名(先着順)
利 用 限 度	1か月に7日(6泊7日)まで
利 用 料 金	1泊2日 6,000円(食事付き) ※連泊の場合は、1泊ごとに3,000円加算 ※所得に応じて減免あり
申 請 期 間	利用したい日の前月の1日から3日前まで
実 施 施 設	日本赤十字社医療センター附属乳児院 住所: 渋谷区広尾4-1-1

預かり事業一覧表

	0歳	1歳	2歳	3歳～未就学	小学生
一時保育	緊急保育	病産 生後8か月～就学前 保護者が入院や出産などで保育ができない場合			
	非定型型保育	仕 1歳～就学前 保護者が週2～3日あるいは2～3週間程度、就労または通学する場合			
	私的事由保育	病他 1歳～就学前 保護者が通院、講習会や学校行事参加、求職活動などの場合			
	里帰り出産	産 1歳～就学前 区外在住で台東区内の実家に里帰りして出産する場合			
休日・年末一時保育		仕 1歳～就学前 休日や年末に保護者全員が仕事などの場合			
いっとき保育		病産仕他 6か月～就学前 理由は問わない			
台東区ファミリー・サポート・センター		病産仕他 生後43日～小学6年生 理由は問わない			
ベビーシッター利用支援		病産仕他 0歳～小学3年生 理由は問わない			
トワイライトステイ		病産仕 2歳～小学6年生 保護者が仕事や病気などで、家庭での養育が困難な場合			
ショートステイ		病産仕 2歳～18歳未満 保護者が仕事や病気などで、家庭での養育が困難な場合			
乳幼児ショートステイ		病産仕 0歳～2歳未満 保護者が仕事や病気などで、家庭での養育が困難な場合			

病 保護者が病気に利用できる 産 保護者が出産の際に利用できる 仕 保護者が仕事の際に利用できる
他 保護者がリフレッシュに利用できる 他 その他の理由で利用可能

病後児保育

児童保育課 給付担当
(区役所 6階③窓口)

TEL 5246-1309

子供が病気の回復期にあり、集団保育の困難な期間等において一時的にその子供を専用施設で預かることにより、保護者の子育てと就労の両立を支援します。

実 施 施 設	認可保育所ソラスト亀泉 病後児保育室 住所：亀泉3-13-3 TEL：5808-2050
対 象 児 童	区内在住の生後6か月から小学校就学前までの子供で、次のいずれかに該当する場合 1 現に保育所等に通所中 2 保護者の仕事等により家庭での育児を行うことが困難
定 員	1日あたり4名
利 用 日 及 び 利 用 時 間	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時30分
利 用 期 間	1回につき連続して7日間が限度
利 用 料	1人1日2,300円(昼食・おやつ代込み) ※課税状況等により減免制度あり



病後児保育室

居宅訪問型病児・病後児保育利用料助成

児童保育課 給付担当
(区役所 6階③窓口)

TEL 5246-1309

子供が、病気やけがなどで、保育園や小学校に登園・登校することができないときに、ベビーシッターなどの派遣による保育サービスを利用した保護者に対して、利用料の一部を助成します。

対 象 者	区内在住の生後6か月から小学校6年生までの子供
対 象 費 用	医療機関への受診(サービスの利用前後7日以内)を伴う病気、けがなどにより利用したベビーシッター等の派遣による病児・病後児保育サービスの利用料 ※入会金、年会費、月会費その他これに準じる費用は対象外。ただし、これらの費用に保育利用料が含まれている場合、利用したサービスの保育利用料相当額は対象
助 成 金 額	対象サービスの保育利用料の半額(課税状況等により全額)を助成。ただし、子供1人当たり年間(4月1日～翌年3月31日の利用)で4万円が上限
対 象 事 業 者	この助成事業の対象は、以下のいずれかの事業者によるサービス 加盟事業者等の確認は、各団体のホームページを参照 ○公益社団法人全国保育サービス協会加盟事業者 http://www.acsa.jp/htm/joining/  ○公益社団法人全国保育サービス協会が、国から委託を受けて実施するベビーシッター派遣事業の割引券取扱事業者 http://www.acsa.jp/htm/babysitter/ticket_handling_list.htm 
申 請 手 続 き	サービスを受け、利用料を支払った後に、上記担当へ申請書等を提出(利用日から1年以内)





育児相談を利用しよう

たいへんなときはひとりで悩まずに相談しましょう。

子育てアシスト

子育て・若者支援課
(区役所 6 階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 7

子育て家庭が、自身のニーズに合わせて幼稚園・保育園などの施設や地域の子育て支援事業などから必要な支援を選択し利用できるよう、専任の相談員と一緒に考えます。

相談内容	保育園や幼稚園をどうしたらいいか迷ってしまって・・・ 自分がリフレッシュするため、子供の預け先を知りたい 子供を遊ばせることのできる場所を知りたい 出産のとき、上の子供はどうしたら良いの？ など、子育てに関することならどなたでも気軽に相談できます
相談日	月曜日～金曜日(祝日・年末年始は除く)
相談時間	午前9時～午後5時(予約優先)

子ども家庭支援センター 子育て総合相談

日本堤子ども家庭支援センター

TEL 5 8 2 4 - 2 5 7 1

台東子ども家庭支援センター

TEL 3 8 3 4 - 4 4 9 7

寿子ども家庭支援センター

TEL 3 8 4 1 - 4 6 3 1

谷中子ども家庭支援センター

TEL 3 8 2 4 - 5 5 4 0

子育ての不安や悩み、周りの子供のことで心配なことなど、どんなことでも気軽に相談に応じます。

対象	0～18歳未満の子供とその保護者及び関係者
相談時間	月曜日～土曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後5時
その他	面談(要予約)、電話 Eメール(P46・P47参照)で受付

区立保育園 子育て相談

児童保育課 保育運営係
(区役所 6 階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 6 9 2

「離乳食がうまくいかない」「友達と遊べない」など、子育てに関する不安や悩みに、保育園の園長や経験豊かな保育士・看護師・栄養士が相談に応じます(来所・電話)。

相談日	月曜日～金曜日
相談時間	午前10時～正午 午後1時～午後3時

<区立保育園 相談専用電話番号>

保育園名	電話番号	保育園名	電話番号
坂本保育園	3873-6458	台東保育園	3832-1740
玉姫保育園	3872-5323	三筋保育園	3863-2958
谷中保育園	3828-5896	待乳保育園	3873-6457
千束保育園	3874-1748	東上野保育園	3832-1741
浅草橋保育園	3863-2497	松が谷保育園	3843-0851

育児以外の相談窓口

区の相談業務として以下のようなものもあります。

名称	内容	実施日	時間	場所・電話
たいとうパープル ほっとダイヤル	DVに関する相談	月～土曜日 ※第1・3・5月曜日(祝日の場合は翌平日)を除く	午前9時～ 午後5時	TEL 0120-288-322
こころと生きかた なんでも相談 (予約制)	自分の生き方や身近な人間関係、パートナーからの暴力、性的指向及び性自認に関するなどの相談	火・土・日曜日	午前10時～ 午後4時	男女平等推進 プラザ ※日、第1・3・5月曜日(祝日の場合は翌平日)を除く TEL5246-5819
		水・木曜日	午後5時～ 午後9時	
女性弁護士による 女性のための 法律相談(予約制)	結婚・離婚・相続・セクハラなど法律全般	第1土曜日 第2水曜日	午後1時～ 午後4時	
		第3木曜日	午前10時～ 午後1時	
		第4火曜日	午後4時～ 午後7時	

保健所で行う育児相談

浅草保健相談センター 保健指導担当 TEL 3 8 4 4 - 8 1 7 2
保健サービス課 保健指導担当 TEL 3 8 4 7 - 9 4 9 7
(台東保健所2階)

保健所では各種の育児相談を行っています。

育児電話相談

内 容	育児に関するさまざまな悩みや疑問について、保健師・栄養士・歯科衛生士が随時相談(栄養・歯科相談は保健サービス課で対応) 必要に応じて訪問や適切な相談機関の紹介
時 間	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 (祝日・年末年始は除く)

育児相談

内 容	乳幼児の育児・健康に関する相談、身長・体重の測定		
対 象	1～3か月児	1歳5か月まで	1歳6か月から就園前まで
会 場	浅草保健相談センター 台東保健所	谷中子ども家庭支援センター 日本堤子ども家庭支援センター 台東子ども家庭支援センター 寿子ども家庭支援センター 浅草保健相談センター 台東保健所	浅草保健相談センター 台東保健所
日 程	日程表は、「こんにちは赤ちゃん訪問」及び「乳幼児健診」等で配布 また、台東区ホームページ、「広報たいとう」等でも日時等を掲載		



育児相談

子育て心理相談

対 象	区内在住で就学前の子を育てている人(保護者)
内 容	育児や家族に関する悩みを心理相談員が個別に対応。予約制
会 場 と 日 程	台東保健所 第4火曜日 午前9時30分～午前11時 浅草保健相談センター 第3水曜日 午前9時30分～午前11時 ※実施日は変更になる場合があります

区内の育児情報

●台東いきいき子育て

台東区ホームページ内の育児情報ページ。最新の情報がキャッチできます。『たいとう子育てハンドブック』の内容も掲載。



●たいとう子育てメールマガジン

月3～5回くらいの配信。主な配信内容は、認可保育園入園関係の情報、区立幼稚園・認定こども園関係のお知らせ、育児相談の案内など。



●子育てママ&パパのための育児わくわくイベントガイド

子ども家庭支援センターや浅草保健相談センターのほか、図書館や児童館、保育園や幼稚園など、区内の子育て関連施設で実施している未就園児向けの講座・イベント情報をまとめて発信。



教育支援館の相談事業

教育支援館(生涯学習センター6階)

TEL 5 2 4 6 - 5 8 5 5

教育相談

対 象	区内在住・在園・在学の18歳までの子供とその保護者
時 間	【来所相談】(予約制) 月曜日～金曜日、第2・4土曜日(祝日は除く) 午前9時30分～午後5時30分 【電話相談】 月曜日～金曜日、第2・4土曜日(祝日は除く) 午前9時30分～午後4時30分 電話相談専用TEL 5246-5925 ※来所・電話とも水曜日は午後6時30分まで
内 容	臨床心理士による、子供の教育上のさまざまな悩みに関する相談
そ の 他	・相談内容によっては、希望により他機関を紹介 ・電話相談は名前、住所、園・学校名をふせて相談可

こころの相談室

対 象	区内在住・在園・在学の18歳までの子供とその保護者
内 容	精神科医による、子供の発達や行動に関する心配事等の相談(予約制)
相 談 時 間	第1～3火曜日、第2金曜日(祝日は除く) 午後1時30分～午後4時30分

未就学児のきこえとことばの相談

対 象	小学校入学前の幼児
内 容	発音の誤り、言葉の繰り返しなどが気になる小学校入学前の幼児の相談(予約制)
相 談 時 間	第3木曜日、第4水曜日(祝日は除く) 午前9時30分～午前11時30分 第2・4火曜日、第3水曜日、第4木曜日(祝日は除く) 午後2時15分～午後4時15分 ※日程の変更がある場合があります



保育園・こども園・幼稚園

入園を考え始めたら、早めに情報収集しましょう。

認可保育園

児童保育課 保育相談係
(区役所6階⑧窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 4

保育園は、保護者が働いていたり、病気にかかったりなどの理由で、昼間、家庭で子供を保育できない場合に保護者に代わって保育をする施設で、0～5歳児までを預かります。入園の申込みは、随時受け付けていますが、入園希望月により申請締切日が異なります。

認可保育園入園手続き

申込み

区役所6階の児童保育課で受付
申請書・保育を必要とする状況が確認できる書類・「母子健康手帳」を持参
(状況により他の書類を提出してもらうこともあり)

入園選考

入園審査会において、保育を必要とする事情、保育園の空き状況など総合的に判断し、保育を必要とする程度の高い子供から順次入園を内定

入園決定

入園が内定した場合は、内定先の保育園において面接・健康診断、その結果により入園を決定

保育料

令和7年4月より児童のクラス年齢に関係なく
保育料は無料です。

※延長保育利用時は、別途延長保育料がかかります。



区立保育園

区立保育園

保育園名	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育
坂本保育園	下谷3-11-2 3873-4287	124	6か月以上	あり
玉姫保育園	清川2-22-16 3872-5364	85	1歳以上	あり
谷中保育園	上野桜木2-16-10 3828-3223	83	57日以上	あり
千束保育園	千束3-20-6 3874-1713	105	6か月以上	あり
浅草橋保育園	浅草橋2-23-5 3866-0321	117	57日以上	あり
台東保育園	台東1-11-10 3832-6743	85	6か月以上	あり
三筋保育園	三筋2-16-4 3866-2413	73	1歳以上	あり
待乳保育園	今戸2-26-12 3873-4150	98	6か月以上	あり
東上野保育園	東上野2-25-12 3833-9810	117	6か月以上	あり
松が谷保育園	松が谷4-15-11 3843-0853	74	1歳以上	あり
東上野乳児 保育園★	東上野4-22-3 3844-3577	60	57日～2歳	あり

★施設の設置は区が行い、運営は民間の法人が行う

※保育実施年齢は、0歳児の場合、入園(希望)する月の初日現在の月齢。1歳以上の場合は、年度の4月1日現在の年齢

※区立保育園の通常保育時間は、午前7時15分～午後6時15分
(東上野乳児保育園は午前7時～午後6時)



区立保育園

私立保育園

保育園名	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育
愛隣保育園	根岸5-15-3 3872-4547	130	57日以上	あり
康保会保育園	日本堤1-6-2 3875-0514	90	3歳以上	あり
清川保育園	清川1-15-11 3872-0116	80	1歳以上	なし
共生保育園	橋場1-10-11 3873-1369	106	6か月以上	あり
立華学苑	谷中5-4-19 3828-9255	70	1歳以上	あり
康保会乳児 保育所	日本堤2-7-1 3875-0058	122	57日～2歳	あり
花川戸保育園	花川戸2-11-13 3844-8366	70	1歳以上	あり
上野保育園	東上野6-20-7 3841-7545	58	1歳以上	あり
ミアヘルサ保育園 ゆらりん新御徒町	台東4-16-8 5812-4028	80	57日以上	あり
アスクくらまえ 保育園	蔵前4-16-10 5822-5205	93	57日以上	あり
チェリッシュ浅草 保育園	浅草3-11-7 5808-7817	67	57日以上	あり
ぽけっとランド 浅草橋保育園	浅草橋5-25-10 5833-4511	90	57日以上	あり
チェリッシュナーサリー スクール上野	上野桜木2-1-3 5809-0667	69	57日以上	あり
AIAI NURSERY 入谷	竜泉1-19-7 3871-7192	63	57日以上	あり
アスクりゅうほく 保育園	浅草橋1-26-8 3863-8505	60	57日以上	あり
AIAI NURSERY 浅草	駒形1-7-11 6231-7690	60	57日以上	あり
スターキッズ保育園 (分園)	上野桜木1-4-6 5834-2720	(分園・本園合わせて) 50	57日～2歳	あり
スターキッズ保育園 (本園)	上野桜木2-1-8 5842-1746	(分園・本園合わせて) 50	3歳以上	あり
LIFE SCHOOL 根岸 こどものいえ	根岸4-15-13 6458-1451	80	57日以上	あり

幼児教育・保育の無償化

子育て世帯の負担軽減を主な目的として、基本的な保育施設の利用料が無償化されています。無償化の範囲や上限額は、保育の必要性の認定の有無、住民税非課税世帯であるかどうかによって異なります。

施設等	年齢 (クラス)	利用料
幼稚園 認可保育所 認定こども園等	0～5歳	保育料無償化 ※子ども・子育て支援新制度の対象とならない幼稚園については、月額25,700円まで無償化
幼稚園・認定こども園の 預かり保育 (保育の必要性の認定★1)を受けた場合)	3～5歳	月額450円かつ月額11,300円までの利用料を無償化 ※満3歳児は月額450円かつ月額16,300円までの利用料を補助
認可外保育施設等★2 (保育の必要性の認定★1)を受けた場合) ※一時保育、いっとき保育、ファミリー・サポート・センターの利用も対象	3～5歳	月額37,000円までの利用料を無償化★3
	0～2歳	住民税非課税世帯のみ月額42,000円までの利用料を無償化
就学前障害児の発達支援等	0～5歳	全対象者の自己負担を無償化

※★1の保育の必要性の認定方法および★2の対象となる施設一覧は、台東区ホームページ等を参照

※認証保育所等の在園児向けには、上記とは別に助成制度があり(P79参照)

※★3幼稚園、認定こども園に在籍している場合は、上限額が異なる



保育園名	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育
レイモンド 鳥越保育園	鳥越2-6-2 5829-8431	90	57日以上	あり
ソラスト 竜泉保育園	竜泉3-13-4(保育所棟) 5808-2050	52	57日以上	あり
ミアヘルサ保育園 ひびき浅草	西浅草3-19-3 6231-7607	37	57日～3歳	あり
クオリスキッズ 浅草橋保育園	柳橋2-5-3 6240-9201	60	57日以上	あり
さくらさくみらい 入谷	入谷2-12-2 6458-1939	60	57日以上	あり
えがの森保育園・ あさくさ	寿3-15-12 5811-1200	60	6か月以上	あり
こどもヶ丘 保育園根岸園	根岸3-1-10 5808-9152	56	57日以上	あり
あさくさあおぞら ナーサリースクール	清川1-5-10 3873-4191	90	57日以上	あり
チェリッシュ おひさま保育園	浅草橋3-19-4 5829-5263	60	1歳以上	あり
ポピンズナーサリー スクール蔵前	三筋1-7-9 5829-3920	90	57日以上	あり
ミアヘルサ保育園 ひびき御徒町	東上野1-11-11 6240-1919	60	57日以上	あり
さくらさくみらい 下谷	下谷3-9-2 5808-9739	78	57日以上	あり
さくらさくみらい 蔵前	蔵前1-7-10 5829-8739	65	1歳以上	あり
さくらさくみらい 谷中	谷中2-1-12 5834-7939	90	57日以上	あり
うれしい保育園 上野駅前	上野7-8-13 5830-1321	62	1歳以上	あり
北上野 クローバー保育園	北上野2-18-8 5830-7473	110	57日以上	あり
うれしい保育園 仲御徒町駅前	台東3-45-4 5807-7321	94	1歳以上	あり
にじいろ保育園 蔵前	蔵前1-3-25 6240-9571	66	1歳以上	あり

※保育実施年齢は、0歳児の場合、入園(希望)する月の初日現在の月齢。1歳以上の場合は、年度の4月1日現在の年齢

地域型保育

平成27年度から始まった「子ども・子育て支援新制度」により、概ね19人以下の少人数の単位で、0歳から2歳までの子供を預かる「地域型保育事業」が新設されました。

※保育実施年齢は、0歳児の場合、入園(希望)する月の初日現在の月齢。1歳児以上の場合は、年度の4月1日現在の年齢

※入園の手続きは、認可保育園と同じ

※令和7年4月より保育料は無料です(延長保育利用時は別途延長保育料がかかります)

地域型保育事業の種類

小規模保育所

6人以上19人以下の子供を預かる施設

事業所内保育所

従業員のために事業所内に設けられる保育所。利用定員の一定の枠内で、地域の子供が利用可能

家庭的保育事業

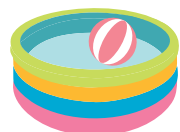
保育を行う者(家庭的保育者)の自宅、その他の場所で、常態的に保育を実施

居宅訪問型保育事業

障害や難病のある集団生活の難しい子供の自宅、家庭的保育者が常態的に保育を実施

地域型保育園

保育園名 (分類)	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育
ウィズブック 保育園入谷 (小規模保育所)	松が谷4-1-3 高松ハイム1階 6231-6719	17	57日～2歳	あり
はぐはぐキッズ 浅草橋アネックス (小規模保育所)	浅草橋2-6-4 ブルーシア浅草橋1階 5823-4556	15	57日～2歳	あり
みんなのみらい 新御徒町園 (小規模保育所)	三筋2-17-10 バムタイガー2階 5823-4928	12	57日～2歳	あり
ベベ・ア・パリ 保育園東上野 (小規模保育所)	東上野3-8-7 矢口ビル1階 5826-4421	19	57日～2歳	あり



保育園名 (分類)	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育
HOPPA 上野御徒町保育園 (小規模保育所)	台東2-21-11 レ・ベント御徒町1階 6240-1771	19	57日～2歳	あり
蔵前らる 小規模保育園 (小規模保育所)	蔵前4-32-7 グレイス蔵前1階 5825-4388	11	57日～2歳	あり
ふくろう保育園 (小規模保育所)	蔵前1-3-33 BLESS蔵前1階 5846-9768	19	57日～2歳	あり
かるがもハウス 浅草橋 (小規模保育所)	浅草橋4-14-4 リブラン今井1階 5823-4222	12	57日～2歳	あり
フレンドキッズランド 三ノ輪園 (小規模保育所)	三ノ輪1-22-10 岩出ビル1階 5808-9127	19	57日～2歳	あり
シンシア保育園 (小規模保育所)	台東4-17-2 偕楽ビル1階 5817-8169	19	57日～2歳	あり
みつな保育園 (小規模保育所)	雷門2-1-10 若山ビル1階 3841-7707	12	1歳～2歳	あり
ベベ・ア・パリ 保育園未来 (小規模保育所)	台東3-34-5 島田ビル1階 6803-2210	12	1歳～2歳	あり
ヤクルト浅草 松が谷保育園 (事業所内保育所)	松が谷2-16-3 ユーコート松が谷1階 3845-8960	9 (地域枠)	1歳～2歳	なし 土曜休園
ことぶき クローバース保育園 (事業所内保育所)	寿2-3-6 松本ビル1階 5830-3300	14 (地域枠)	3か月～2歳	あり
ふたみ 家庭保育室 (家庭的保育事業)	元浅草3-10-5 富川ビル1階 090-8501-0175 (電話は平日午前8時30分～午後5時)	5	57日～2歳	—
KAYO こども室 (家庭的保育事業)	鳥越1-20-7 080-4186-4019 (電話は平日午前9時～午後5時)	5	8か月～2歳	—
つぼみ保育室 (家庭的保育事業)	台東1-5-25 藤井ビル1階 5846-8383	5	57日～2歳	—
家庭的保育室 ふわふわ (家庭的保育事業)	千束3-17-5 ミハルビル1階 080-5544-1906 (電話は平日午前9時～午後5時)	5	57日～2歳	—

認証保育所

児童保育課 給付担当
(区役所 6階⑧窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 3 0 9

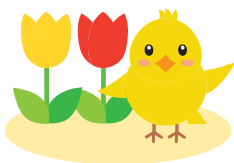
待機児童の解消や多様な保育ニーズに対応するために、東京都独自の基準により認証する保育所です。

認証保育所

保育所名	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢
ソラスト 浅草	花川戸1-15-9 パークサイド花川戸2階 5246-6455	36	57日～3歳
ポピンズナーサリー スクール駒形	駒形1-4-7 バンダイアネックスビル2階 5830-2115	32	57日～5歳
アスクバイリンガル 保育園浅草橋	浅草橋3-19-2 富士ビル2階 5833-4835	38	45日～5歳
ぼけっとランド 雷門	雷門2-15-4 雷門ハイツ2階 3841-8305	30	57日～2歳
ぼけっとランド 入谷	北上野2-29-6 パルナシウス北上野1・2階 3844-0126	30	57日～2歳
スターキッズ谷中 保育園	谷中1-2-12 メゾンティーナ根津1階 3827-5200	26	57日～2歳
ぼけっとランド 浅草タワー	西浅草3-22-3 浅草タワー 1階 5827-3431	30	57日～2歳

主な特徴

- 1 全施設0歳児から入所できます。
- 2 全施設13時間以上の開所を義務付けています。
- 3 入所申込みは、保護者と認証保育所との間で直接契約をします。
- 4 保育料は、認証保育所が徴収します。なお、保育料は上限がありますが、各認証保育所により異なります。



認証保育所等保育料助成

児童保育課 給付担当
(区役所 6階⑧窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 3 0 9

認証保育所、または指導監督基準を満たす旨の証明書を有する認可外保育施設に、月極契約で通われている場合に、認可保育園を利用している家庭の保育料との負担の均衡を図るため、保育料を負担している保護者に助成を行っています。

助成額

対象児童が認可保育園に入所した場合の標準時間の保育料と、認証保育所等と契約した基本時間の保育料(国無償化による助成額及び延長保育料、消費税等は除く)を比較【1】し、その差額に応じて下記の金額を上限【2】に助成します。

【1】認証保育所等の保育料 - 国無償化助成額 - 認可保育園の標準時間の保育料
= 保育料の差額

【2】上限額

		国無償化	認証保育所等保育料助成 (区制度)
0～2歳児 クラス	課税世帯	—	80,000円
	非課税世帯	42,000円	38,000円
3～5歳児クラス		37,000円	40,000円

※金額等は変更となる可能性があります



認定こども園

学務課 こども園担当
(区役所6階②窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 4 1 4

認定こども園は幼稚園と保育園の両方の機能を持った施設です。就学前の子供を親の就労の有無にかかわらず受け入れ、幼児教育・保育を一体的に提供します。

0～2歳児は保育園保育、3～5歳児は短時間保育(幼児教育)または長時間保育(幼児教育と保育園保育)を実施します。

※保育内容等は園によって異なる。また、短時間保育を利用している園児を対象に、幼児教育以外の時間で一時的に保育が必要な場合に「預かり保育」を実施

区立こども園

こども園名	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育	備考
石浜橋場 こども園	橋場1-35-1 3876-0049	133	1～5歳	あり	預かり保育 実施
ことぶき こども園★	寿1-10-9 3841-4719	213	57日～5歳	あり	預かり保育 実施
たいとう こども園★	下谷3-1-12 3876-3401	161	57日～5歳	あり	預かり保育 実施

★施設の設置は区が行い、運営は民間の法人が行う

私立こども園

こども園名	所在地 電話番号	定員	保育実施 年齢	延長 保育	備考
はぐはぐキッズ こども園 東上野	東上野2-13-12 M&Mビル3F 6884-8803	68	57日～5歳	あり	預かり保育 実施
忍岡 こども園	池之端2-1-22 5809-0394	73	57日～5歳	あり	預かり保育 実施



区立こども園の入園要件・手続

区分	要件	手続
0～2歳児 及び 3歳児以上の 長時間保育	・就労、病気などの理由で、昼間、 家庭で子供を保育できないこと ・石浜橋場こども園の3歳児以上 は台東区に居住していること	認可保育園入園 手続きと同様 (P71参照)
3歳児以上の 短時間保育	台東区に居住していること	希望のこども園に 入園申込書を提出

私立こども園(短時間保育)の入園要件、手続きについては区立こども園と異なります。詳細は園に問合せください。

保育料

クラス	区分	費用
0～2歳	—	保育園保育料に準ずる
3～5歳	短時間保育 長時間保育	保育料は無償

※別途、教材費、預かり保育料、行事費等は、保護者の負担



区立幼稚園

学務課 学事係
(区役所6階②窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 4 1 2

区立幼稚園では、遊びを中心とした生活を通して、創造性や好奇心を養い、自分から何でもやってみようとする自発性や自立性を育てる教育をしています。

区立幼稚園

幼稚園名	所在地	電話番号
根 岸 幼 稚 園	根岸3-9-7	3873-0159
竹 町 幼 稚 園	台東4-21-9	3831-2910
大 正 幼 稚 園	入谷2-23-8	3876-5584
清 島 幼 稚 園	東上野6-16-8	3842-5358
富 士 幼 稚 園	浅草4-48-18	3874-2460
千 束 幼 稚 園	浅草4-24-15	3872-3067
金 竜 幼 稚 園	千束1-9-21	3871-9896
田 原 幼 稚 園	雷門1-5-17	3842-6477
台 桜 幼 稚 園	谷中2-9-4	3827-6559
育 英 幼 稚 園	浅草橋2-26-5	3866-6686

入園

入 園 資 格	区内在住の3歳児から5歳児
保 育 時 間	平日午前9時～午後2時 ※夏休み等の長期休業期間あり
定 員	3歳児クラス 20名 4歳児クラス 30名 5歳児クラス 30名
費 用	教材費・預かり保育料等 ※保育料や給食費は保護者負担なし
必 要 書 類	入園申込書等(入園を希望する幼稚園で受付)

台東区立幼稚園紹介動画
「わくわく学び夢をはぐぐむ
台東区立幼稚園・こども園」



給食

外部搬入によるお弁当給食を全園で週5回提供しています。



預かり保育

区立幼稚園では、就労等により保育の必要性がある園児を対象に、全園で預かり保育を実施しています。在園児を対象に、通常の教育時間終了後に引き続き幼稚園で保育を行います。

実施日	時間	利用定員	預かり保育料 (月額)
平日(毎日)※1 (長期休業日を含む)	9時～18時 (教育時間を除く)	30名/1日	平日: 520円 長期休業日等: 1,400円 ※2

- ※1 学校園閉鎖期間(8月中旬に5日程度)や年末年始等、預かり保育を実施しない日あり
- ※2 世帯の所得状況や多子順位によって減額または免除となる場合あり。また、幼児教育・保育の無償化の対象になる場合もあり(P75参照)



私立幼稚園

問合せは各幼稚園へ

私立幼稚園では、それぞれの特色を活かしたきめ細かな教育を行っています。入園資格は、満3歳児から5歳児までです。台東区在住でなくても申込みことができます。

私立幼稚園

幼稚園名	所在地	電話番号
寛永寺幼稚園★	上野桜木1-14-11	3828-7288
浅草寺幼稚園	浅草2-3-1	3844-3555
台東初音幼稚園★	谷中5-2-4	3822-2431
谷中幼稚園	谷中3-17-1	3822-2771
徳風幼稚園★	西浅草1-5-5	3844-8012
仰願寺幼稚園★	清川1-4-3	3873-6248
蔵前幼稚園★	蔵前2-11-10	3851-0040

★子ども・子育て支援新制度移行幼稚園

入園

11月上旬頃、直接各幼稚園で受け付けます。事前に各幼稚園で配布する募集要項等を確認してください。入園手続き、保育料などの費用や定員は幼稚園により異なりますので、直接問合せください。



寛永寺幼稚園



浅草寺幼稚園



台東初音幼稚園



谷中幼稚園



徳風幼稚園



仰願寺幼稚園



蔵前幼稚園

私立幼稚園保護者補助

庶務課 私立幼稚園担当
(区役所 6階⑨窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 6

私立幼稚園(区内園・区外園問わず)に在籍している園児の保護者に、次の各補助金を支給します。なお、金額等は変更になる可能性があります。

入園料等補助金(台東区)

書 類 配 布	5月中旬～6月上旬
交 付 時 期	7月下旬～8月上旬
金 額	100,000円
備 考	入園時に限り支給

※すべての私立幼稚園が対象

保護者補助金(台東区)

書 類 配 布	5月中旬～6月中旬
交 付 時 期	年4回
金 額	第1子月額 (1)1,200円 (2)8,600円 第2子月額 (1)2,200円 (2)7,900円 (3)8,600円 第3子月額 (1)8,100円 (2)9,900円
備 考	(1)～(3)の金額は特別区民税の所得割額に応じて決定。特別区民税の所得割額により対象とならない場合があります。支給限度額は、年間保育料等の合計額

※子ども・子育て支援新制度に移行していない私立幼稚園が対象

負担軽減補助金(東京都)

書 類 配 布	5月中旬～6月中旬
交 付 時 期	年4回
金 額	第1子 月額(1)1,800円 (2)3,200円 (3)6,200円 第2子 月額(1)1,800円 (2)6,200円 第3子 月額(1)1,800円 (2)5,000円 (3)5,600円 (4)6,200円
備 考	(1)～(4)の金額は特別区民税の所得割額に応じて決定。特別区民税の所得割額により対象とならない場合があります。支給限度額は、年間保育料等の合計額

※子ども・子育て支援新制度に移行していない私立幼稚園が対象

小学校・こどもクラブについても知っておきたい

小学校

台東区立小学校は、通学区域に基づき、住まいの住所により、子供が入学する学校を教育委員会が指定します。

学校名	所在地	電話番号
上野小学校	東上野 6-16-8	3842-5356
平成小学校	台東 4-21-15	3831-1530
根岸小学校	根岸 3-9-8	3876-2411
東泉小学校	三ノ輪 1-23-9	3876-2747
忍岡小学校	池之端 2-1-22	3822-4661
谷中小学校	谷中 2-9-16	3828-9218
金曾木小学校	根岸 4-16-22	3876-3701
黒門小学校	上野 1-16-20	3831-6039
大正小学校	入谷 2-23-8	3876-5592
浅草小学校	花川戸 1-14-15	3841-1575
台東育英小学校	浅草橋 2-26-8	3851-3600
蔵前小学校	蔵前 4-19-11	3851-1535
東浅草小学校	東浅草 2-27-19	3875-0035
富士小学校	浅草 4-48-9	3874-9361
松葉小学校	松が谷 1-13-16	3841-2627
千束小学校	浅草 4-24-11	3876-3717
石浜小学校	清川 1-14-21	3875-0032
田原小学校	雷門 1-5-14	3841-1656
金亀小学校	千束 1-9-9	3871-9893

◎入学までのスケジュール

10～11月 就学時健康診断が行われる
翌年1月上旬 就学通知書が届く

◎就学援助

所得が基準以下の家庭に、学用品費等、学校でかかる費用の一部を援助する制度です。区内在住で、国公立小・中学校に通学する子供がいる家庭が対象となります。



◎就学相談

障害のある、またはその心配のある子供の、小学校や中学校へ入学、進学するときの就学相談を行っています。子供の入学や進学で心配がある、あるいは迷っている場合は、気軽に相談してください。



問合せ先

- ・入学手続・就学援助について
学務課学事係 TEL 5 2 4 6 - 1 4 1 2
- ・就学時健康診断について
学務課保健給食係 TEL 5 2 4 6 - 1 4 1 3
- ・就学(園)相談について
学務課特別支援学級担当 TEL 5 2 4 6 - 5 8 3 8

こどもクラブ

台東区内在住の小学生で、放課後、保育する保護者がいない児童を対象に、安全で楽しく過ごせるよう、こどもクラブ(学童保育所)を開設しています。

利用期間	日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く 4月1日～3月31日
利用時間	学校登校日：放課後～午後6時 学校休業日：午前8時～午後6時 (※延長育成を申請する場合は午後7時まで)
費用	育成料：月額4,000円 (※延長育成料は別途 月額1,000円)
おやつ代	月額2,000円

問合せ先

児童保育課放課後対策担当 TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 5
(区役所6階⑦窓口)

初めての子育て。わからないことが多いものです。
よくある子育ての質問をまとめました。



妊娠期編

Q 里帰り出産を考えていますが、注意することは？

A 早めに出産予定の病院に連絡を

早めに出産予定の病院に連絡を取ってください。里帰り先への移動時期や移動手段は、主治医に相談の上、母体の様子や移動距離を考えて一番良い方法を選びましょう。

また、妊婦健康診査受診票は都外では使用できません。詳細はP9(里帰り出産等妊婦健康診査費助成)を参照してください。

Q 妊娠中の食事で気をつけることは？

A 1日3食、バランスよく

1日3食、特定の料理や食品に偏らないバランスのとれた食事をとることが基本です。不足しがちな鉄やカルシウムを補うために、緑黄色野菜や、乳製品、赤身魚や肉、大豆製品等を積極的にとり入れます。食欲がないときや、一度に多く食べられないときは、口に合うものを少量ずつ頻回に分けて食べるといいでしょう。

育児・子育て編

Q いつごろから外出していいの？

A 1か月健診後から少しずつ

1か月健診で問題がなければ、少しずつ外気に慣らしていきましょう。窓を開けて、新鮮な空気を部屋に取り入れたり、抱いてベランダに出たりすることから始めましょう。



Q 赤ちゃんの衣服はどんなものがいい？ 何枚くらい着せればいい？

A 前あきで、そでのあるものがおすすめ

肌着や衣服は通気性があり、汗を吸い取る綿素材のものを選びましょう。動きやすく着せ替えやすい前あき、そでのあるものがおすすめです。

着せる枚数は新生児では大人より1枚多く、生後1か月を過ぎたら大人と同じ枚数、その後徐々に大人より1枚少なくしていくのが一般的な目安です。

Q 赤ちゃんはいつから熱を出す？

A 生後5～6か月から風邪などに感染することも

赤ちゃんは生後5～6か月を過ぎると、お母さんからもらった免疫が切れ始めるので、風邪などに感染することが多くなります。

赤ちゃんの平熱は37℃前後ですが、個人差があるので健康なときに体温を測って、平熱を知っておきましょう。

Q 母乳やミルクが足りているのか心配

A 赤ちゃんの体重の増えを確認してみましょう

赤ちゃんにとって母乳やミルクの量が足りているのかわからないときもあると思います。そんなときはまず赤ちゃんの体重を確認してみましょう。体重が着実に増えていれば母乳やミルクが足りているという1つの目安になります。



Q 赤ちゃんの皮膚トラブルを防ぐには？

A 毎日お風呂に入れて、清潔に

赤ちゃんの皮膚は大人と比べてデリケートなので、湿疹など皮膚のトラブルを起こしやすいです。毎日お風呂に入れて清潔にし、保湿剤を塗って保湿をしましょう。

おむつかぶれのときはおしりを清潔にすることが大切です。よく乾燥させてから、おむつをはかせてください。湿疹やおむつかぶれがなかなか治らないときや、かゆそうにしているときは、かかりつけ医に相談しましょう。

Q 赤ちゃんも便秘になるの？

A 機嫌悪く、ミルクを飲まないときは病院へ

うんちの回数は個人差が大きいので、回数だけで便秘とは判断できません。機嫌がよく、いつもと同じように母乳やミルクを飲んでいればそれほど心配はありません。何日かうんちが出ない日が続くときは、綿棒で肛門を刺激して、うんちを出す手伝いをしてあげるといいでしょう。

また、母乳やミルクの飲みが悪い、機嫌が悪い、おなかが張っているなどの症状があったら、かかりつけ医に相談しましょう。

育児・子育て編

Q 夕方になると泣くので、家事が
できず困っています

A おんぶで家事をしてみてもいい？

夕方になると泣くという赤ちゃんも多いようです。首が十分にすわっていれば、おんぶで家事をしてみてもいいかもしれません。

また、午前中やお昼寝の間に夕食を作ったり、宅配や惣菜を活用してみるのもいいかもしれません。



Q なんでも口に入れてしまいます

A 危険なものは手の届かない
ところへ

赤ちゃんはなんでも口に入れようとして、目で見たら、手で触ったから判断する能力が十分ではない赤ちゃんにとって、まずは口に入れて確かめようとしているのです。

口に入れると危険なものは、赤ちゃんの手の届かないところに置きましょう。



Q イヤイヤ期はどう接したら？

A 主張したい気持ちを認めて
乗り切りましょう

イヤイヤ期は自我が芽生え、自己主張が強くなる時期で、成長のためには必要な過程です。この時期はまだ自分の気持ちをうまく言葉にすることができません。そのもどかしさから「イヤ！」となったり、ときにはかんしゃくを起こしてしまうこともあります。本人なりの理由があります。子供の主張したい気持ちを認め、ときには違うことを提案したり、さっさと流すなどして乗り切りましょう。



離乳食編

Q どのくらいあげたらいいか、
わかりません

A 量は気にせず、食べられるだけ

離乳食を始めたばかりの時期は母乳やミルクが主な栄養源なので、量は気にせず、食べられるだけあげます。食後は母乳やミルクをしっかり飲ませましょう。

離乳中期(7~8か月頃)以降は、「母子健康手帳」などに載っている「離乳の進め方の目安」を参考に、主食(おかゆ、うどん、パンなど)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品など)、副菜(野菜、海藻など)の3つを揃えてバランスよくあげましょう。

Q 噛まずに、まる飲みしている
ようですが、大丈夫？

A 固さと大きさをいろいろ
変えてみる

固すぎても軟らかすぎても、大きすぎても小さすぎても、まる飲みすることがあります。固さと大きさを変えてみて、赤ちゃんが口を動かして食べられるか確認してみましょう。

噛むことは練習しないとできないようにならないので、まわりの大人が口を動かすのを見せて、一緒に練習するとよいでしょう。



Q 野菜やお肉をおかゆに混ぜても
いいの？

A おかゆとおかずを別々に
食べさせることも必要

離乳期はいろいろな味や食感を体験する時期なので、白いおかゆとおかずを別々に出してあげることも必要です。おかゆの味を体験したり、野菜の味を体験したりと素材そのものの味を覚えたり、味付けのベースも和風、洋風などいろいろと体験させてみましょう。

Q 離乳食や食器で遊んでしまい
困っています

A 遊び食べは、成長の段階

ほとんどの赤ちゃんが成長の段階で遊び食べをします。食べ物を手で触ってみたい、つかんでみたい、口に持っていったりと自分で食べようという意欲の表れです。汚いからといって、いつも食べさせてばかりでは自分で食べようとしなくなってしまう。

離乳後期(9~11か月頃)になったら、ぜひ、手づかみで食べられるものを取り入れてみましょう。

赤ちゃんの食事 ～同じ食材を使った献立例～

5～6か月ごろから始まる離乳食、約1年をかけて「飲み込む」「かたまりをすりつぶす」など、ゆっくりと食べる練習をしていきます。そのときどきの口の動きに合わせた食べ物の固さと量を調整し、食品の種類も少しずつ増やしていきましょう。

離乳初期 5～6か月ごろ（1日1回の離乳食）

なめらかにすりつぶした状態の食べ物を飲み込み、舌触りや味に慣れる時期です。



＜1食分の目安量＞

- ・すりつぶしがゆ…30～50g
- ・豆腐と野菜のすりつぶし

（材料）豆腐…10g
人参…10g
ほうれん草…10g

（作り方）

- ①豆腐は茹でてすりつぶす。
- ②人参は軟らかく茹でてすりつぶし、茹で汁でとろりとなるまでのばす。
- ③ほうれん草は葉先の部分を軟らかくなるまで茹でてすりつぶし、水などでとろりとなるまでのばす。

木綿豆腐より絹ごし豆腐のほうが、なめらかに仕上がります。

離乳中期 7～8か月ごろ（1日2回の離乳食）

米粒大で豆腐くらいの固さの食べ物を、舌と上あごですりつぶす練習をする時期です。



・トマトの粗つぶし

（材料）トマト…10g

（作り方）
トマトは皮と種を除き、細かく切って、加熱する。

＜1食分の目安量＞

- ・全がゆ…50～80g
- ・鶏ささみと野菜のスープ煮

（材料）鶏ささみ…10g 人参…10g
ほうれん草…少々 水溶き片栗粉…少々

（作り方）

- ①鶏ささみは筋を除いて茹でて、すり鉢でよくすりつぶす。
- ②人参は軟らかく茹でて粗くつぶす。
- ③ほうれん草は葉先の部分を茹でて、細かく刻む。
- ④鶏ささみ、人参、ほうれん草と茹で汁などの水分と水溶き片栗粉を加えて煮る。



離乳後期 9～11か月ごろ（1日3回の離乳食）

バナナくらいの固さの食べ物を、歯ぐきでつぶす練習をしたり、手づかみで食べ始める時期です。



・きざみトマト

（材料）
トマト…20g

（作り方）
トマトは皮と種を除き、1cm角の大きさに切る。

＜1食分の目安量＞

- ・全がゆ90g～軟飯80g
- ・やわらか肉だんごと野菜のスープ

（材料）豚ひき肉…10g 豆腐…10g 水…少々
片栗粉…少々 人参…10g ほうれん草…5g
だし汁…100ml しょうゆ…1～2滴

（作り方）

- ①豚ひき肉、豆腐、水、片栗粉をよく混ぜる。
- ②大きめに茹でた人参は6～7mm角に切る。
- ③茹でたほうれん草の葉先を細かく刻む。
- ④鍋にだし汁、人参を入れて火にかけ、①をスプーンで一口大に丸めて入れて煮る。
- ⑤ほうれん草を加え、最後にしょうゆを加える。

水を加えることで軟らかいだんごになります。

離乳完了期 1歳～1歳6か月ごろ（1日3回の食事）

肉だんごくらいの固さの食べ物を、歯ぐきで噛む練習をする時期です。エネルギー、栄養素のほとんどを食事からとるようになります。



・人参スティック

（材料）
人参…15g

（作り方）
1cmくらいの厚さに切った人参を軟らかくなるまで茹でてスティック状に切る。

＜1食分の目安量＞

- ・軟飯90g～ごはん80g
- ・豆腐ハンバーグ～トマトソースがけ

（材料）豚ひき肉…15g 豆腐…10g
塩…少々 片栗粉…少々
油…少々 トマト…15g

（作り方）

- ①豚ひき肉、豆腐、塩、片栗粉をよく混ぜる。
- ②①のタネを薄い小判型にし、油をひいたフライパンで焼く。
- ③トマトは皮と種を除いて細かく切り、塩少々を加えて加熱し、ハンバーグにかける。

・ほうれん草のごま和え

（材料）ほうれん草…10g しょうゆ…2、3滴 すりごま…ひとつまみ

（作り方）

- ①軟らかく茹でたほうれん草は1cmくらいに切る。
- ②ほうれん草、すりごま、しょうゆを合わせて和える。

幼児食編

Q 栄養のバランスがとれているか心配

A 主食・主菜・副菜を組み合わせる

基本的には、1回の食事で主食(ごはん、パン、麺類など)から1つ、主菜(肉、魚、卵、大豆製品など)から1つ、副菜(野菜、海藻、きのこなど)から彩りよく2～3種類そろえた形で出してあげると、栄養バランスのとれた食事になります。食べる量は個人差があるので、量にはあまりこだわらず、バランスのよい食事にしましょう。

Q 好き嫌いがあって困っています

A あきらめずに食卓に出してあげる

子供は好きなものばかり食べてしまうことが、よくあります。嫌いだからといって、食卓に出さなければ、食べられるようにはなりません。嫌いなものでも少量盛り付け、食べられたら褒めてあげましょう。少量でも食べられれば自信につながります。

逆に、無理強いすると食事をするこゝ自体が嫌になってしまいますので、焦らずゆっくりと見守りましょう。



Q 食べたり食べなかったりします

A 子供の食欲はそのときどきで変わる

食欲はそのときどきで変わることもあります。子供の体調に変化がなく元気であれば、心配はいりません。食事の間があいていなかったり、寝起きだったり、体を動かす量が少なかったりしても食欲が落ちることがあります。

1回の食事は20分～30分を目安にして、遊び始めるようであれば「ごちそうさま」にして、次のおやつで補うようにしましょう。

Q おやつはいつから、どんなものをあげたらいい?

A 1歳過ぎから。おやつも食事の一部と考えて

離乳食が終わった1歳過ぎからおやつをあげるようにします。基本は食事と食事の間の午前10時ごろと午後3時ごろにあげるようにします。子供は1回の食事でたくさん食べられないので、おやつも食事の一部と考えましょう。

内容は、牛乳、ヨーグルト、果物、パン、いもなど栄養の補給ができるもので、次の食事に影響しない程度の量をあげるとよいでしょう。

歯とお口編

Q 生後10か月、まだ歯が生えてきません

A 個人差があるので、しばらく様子を見て

生える時期や順序は個人差があるので、遅くても心配しないでください。

1歳の誕生日を過ぎて初めて歯が生えてくる子もいます。しばらく様子を見ましょう。



Q 甘いものやジュースは絶対ダメ?

A おやつには「お楽しみ」の意味も

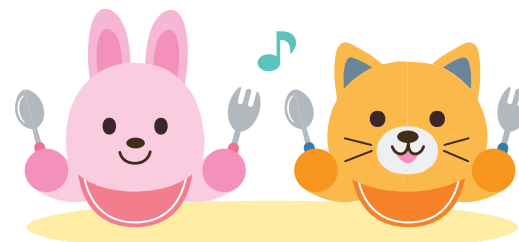
甘い味はどんな子にも好まれますが、乳歯は弱いので、甘いものはできるだけ控えたいものです。しかし、おやつは「お楽しみ」の意味もあるので、あげるときには、時間と量を決め、組み合わせを工夫するなど、上手にあげましょう。

Q 1歳3か月、歯みがきを嫌がるので、むし歯が心配

A 今は歯みがきの準備期間

口の中は敏感なのでいきなり歯ブラシを使わず、まず、寝かせみがきの姿勢から慣らしていきましょう。そして、スキンシップの一環として口の周りや歯肉に触れるなどして、親子で慣れていきましょう。

今は歯みがきの準備期間で焦る必要はありません。まず生活リズムを整え、おやつは時間と量を決め、甘い物にかたやらないよう工夫してむし歯を予防しましょう。



索引| ~よく聞く・気になるワードから~

(50音順)

あ	
育児相談(保健所)	68
一時保育	56
いっとき保育	58
おやこるーむ	50

か	
休日・年末一時保育	57
教育支援館の相談	70
健康診査	21
子育てアシスト	66
子育て家庭家事援助利用券	37
子育て世帯住宅リフォーム支援制度	37
子育て総合相談(子ども家庭支援センター)	66
子育て相談(区立保育園)	67
子育てひろば(区立保育園)	52
子ども医療費助成(乳・子・青医療証)	15
子ども家庭支援センター	45
こんにちは赤ちゃん訪問	21

さ	
産後ケア	19
産前産後支援ヘルパー	12
産婦歯科健診	19
歯科健診	23
児童育成手当	39
児童育成手当(障害手当)	28
児童館	48
児童手当	15
児童発達支援	31
児童扶養手当	39
弱視等治療用眼鏡助成	32
出産育児一時金	17
出生通知書	21
出生届	14
障害児福祉手当	30
ショートステイ	62

た	
多胎児家庭向け タクシー利用料助成	18
地域型保育	76
特別児童扶養手当	28

た	
図書館	54
トワイライトステイ	61

な	
にぎやか家庭応援プラン	19
入院助産	12
乳幼児家庭教育学級	50
乳幼児ショートステイ	63
認可保育園	71
認証保育所	78
認定こども園	80
妊婦健康診査費助成	9
妊婦歯科健診助成	10

は	
発達相談	33
歯と口の健康教室	35
ハローベビー学級	11
ひとり親家庭等医療費助成	40
ひとり親家庭ホームヘルプサービス	44
病後児保育	64
ファミリー・サポート・センター	59
ベビーシッター利用支援	60
母子健康手帳	8
母子・父子福祉資金	40

ま	
未就園児の会(区立幼稚園)	53

や	
ゆりかご・たいとう面接	10
幼児運動教室	51
幼児タイム(児童館)	49
幼児用ヘルメット	36
幼稚園(区立)	82
幼稚園(私立)	84
予防接種	24

ら	
離乳食・幼児食講習会	34

HAPPY FOODS ● WELLNESS

Smile and Jasmine



食欲がわかない時、忙しい毎日に、ひとくちの栄養をプラス

【つわりの時にも飲みたいゼリー】発売中

キウイ・レモン・ミントゼリー

ビーツ・甘夏・生姜ゼリー

シークワサー・梨ゼリー

保存料・着色料・香料・pH調整剤不使用

国産の果物・野菜を使用

※つわりの改善を目的とした商品ではございません

Fruits Square



お買い物はこちらから

株式会社Smile and Jasmine

〒101-0025 東京都千代田区神田佐久間町一丁目8番4号 アルテール秋葉原708