

# ねりま 子育て応援ハンドブック



子どもは、練馬の未来を拓く宝です。緑豊かなこの練馬区で、子ども達が健やかに成長することが私の最大の願いです。

こういった思いから、安心して子どもを産み育てられるよう、妊娠・出産・子育ての情報をひとつにまとめた“ねりま子育て応援ハンドブック”を作成しました。各種手続き、困ったときの相談先など、必要な情報を掲載しています。ぜひ、ご活用ください。

練馬区長 前川 耀男



📌 特集 ..... 2	👤 子どもを預けたい ..... 40
● ねりま子育てMAP ..... 2	● 毎日預けたい! ..... 40
● 妊娠・子育てで困ったら保健相談所へ ..... 4	● 一時的に預けたい! ..... 43
● 子育てなんでも相談 すくすくアドバイザーにどうぞ! ..... 6	📖 親子で遊びたい・学びたい ..... 50
● マタニティ&子育てカレンダー ..... 8	子育てのひろば、児童館など
● 活用しよう!ねりまのサポート ..... 13	👨‍👩‍👧 子育ての仲間をつくろう ..... 58
● ねりまの子育て応援情報 ..... 16	🗣️ 子育てや教育の相談をしたい 60
👩 妊娠がわかったら ..... 20	● 子育ての相談 ..... 60
妊婦健康診査、赤ちゃん準備教室など	子ども家庭支援センター、保健相談所など
👁️ 各種助成制度 ..... 22	● 教育の相談 ..... 64
出産育児一時金、児童手当など	● その他の相談 ..... 65
👶 赤ちゃんが生まれたら ..... 29	👤 ひとり親(母子・父子)家庭 ..... 66
必要な手続き (出生届、健康保険の加入など)	児童育成手当(育成手当)、児童扶養手当など
👶 子どもの健康 ..... 30	📞 ダイヤルガイド ..... 70
こんにちは赤ちゃん訪問、 乳幼児健診・健康相談・育児栄養歯科相談、 予防接種など	👤 もしもの時の相談連絡先 ..... 90
🚗 子育て応援 ..... 38	👩 産後の体と心の健康 ..... 92
産後ケア事業、育児支援ヘルパー事業など	📖 病気・ケガのための対応マニュアル ..... 94
	📖 防災情報 ..... 96

新型コロナウイルス感染症の影響により、区のサービス、事業の一部が中止・変更となっている場合があります。

最新の情報については、区ホームページをご確認ください。



令和5年(2023年)5月発行

発行:練馬区健康部健康推進課 ☎03-3993-1111(代) 〒176-8501 練馬区豊玉北6-12-1

編集・デザイン:株式会社ジチタイアド

本誌に掲載されている情報は特に記載がない限り令和5年4月1日現在のものです。その後内容に変更が生じる場合があります。当冊子の著作権を侵害する行為(SNSやHPへの無断転載、デザインや文言の流用、複製物の商用利用等)は法律で禁じられています。コンテンツの一部は、厚生労働省ホームページ(<https://www.mhlw.go.jp/>)の情報をもとに株式会社ジチタイアドが作成したものです。