

第1章 健やかガイド

妊娠したら

母子健康手帳の交付

問 地域支援課 (2階4番窓口) ☎556-6648

妊娠中の経過や出生後の子どもの発育・発達などを記入する健康の記録です。予防接種の記録や小学校入学前健診の参考にもなりますので、大切に保管してください。

【申請】 妊娠届出書

妊婦健康診査費用の助成

母子健康手帳交付時に、母子健康手帳別冊（受診券）を交付します。

母子健康管理指導事項連絡カード

問 神奈川県労働局 ☎045-211-7380

仕事を持つ妊産婦の方が、医師等から通勤緩和や休憩などの指導を受けた場合、その指導内容を的確に事業主に伝えるためのカードです。

【様式】 厚生労働省ホームページ、母子健康手帳に添付

ブレババ・ママにおすすめ

両親学級（※要予約 日程等はホームページをご確認ください。）

問 地域支援課 (2階4番窓口) ☎556-6648

食生活・運動・休養・心の安定などバランスのとれた健康的な日常生活を送るため、妊娠による身体の変化や過ごし方や出産・育児について学びます。

【対象】 妊娠16週から28週の初産婦とパートナー等

詳しくはこちら



★土曜開催

問 川崎市看護協会 ☎711-3995

【回数】 年10回（会場・Zoomのハイブリット）

【対象】 妊娠20週から35週の初産婦とパートナー等

【受講料】 無料 会場は抽選（他の両親学級参加予定者はオンライン参加）

詳しくはこちら

川崎市看護協会



★日曜開催

問 川崎市助産師会 ☎281-9330

【回数】 年9回+オンライン3回

【対象】 20週～35週の初産婦とパートナー等

【受講料】 無料

詳しくはこちら



赤ちゃんが生まれたら

出生届（生後14日以内）

問 区民課 (1階3番窓口) ☎556-6617

出生後に病院等から発行された届書（右側半分に出生証明書が付いたもの）の左側半分に、必要事項を記入し、住所地又は本籍地、出生地・一時滞在地に届け出てください。

【持ち物】 母子健康手帳

出生連絡票（生後14日以内）

問 地域支援課 (2階4番窓口) ☎556-6648

オンライン又は窓口で、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。新生児訪問や3～4か月児健診等で活用される大事なものです。

児童手当の申請、健康保険への加入

問 区民課 (1階4番窓口) ☎児童手当…556-6615
(1階9番窓口) ☎健康保険…556-6620

〔児童手当〕 高校生年代までの児童を養育している方に支給します。詳しくは川崎市HPへ。

〔健康保険〕 国民健康保険については区役所へ、それ以外は加入する健康保険組合等へ。

赤ちゃん訪問 問 地域支援課 ☎556-6648

「新生児訪問」か「こんにちは赤ちゃん訪問」により、生後間もない赤ちゃんのいる全家庭を訪問しています。出生連絡票に希望記入欄がありますので忘れずに出しましょう。



	新生児訪問	こんにちは赤ちゃん訪問
訪問する人	保健師・助産師・看護師	区役所で研修を受けて市長から委嘱された地域に住む訪問員
訪問場所	家の中（赤ちゃんの体重測定、お母さん・赤ちゃんの健康状態の確認、育児相談）	玄関先
特徴	専門職が訪問するので、悩みに応じた相談が受けられます。	地域に住む訪問員ならではの情報をお届けします。

小児医療費助成 (P11)

問 保険年金課 (1階6番窓口) ☎556-6721

中学校修了前までの児童にかかる保険医療費の自己負担額を助成します。（一部自己負担あり）

【持ち物】 赤ちゃんの健康保険の記号・番号及び保険者名が分かるもの、父母の本人確認書類及び個人番号カードか通知カード

出産育児一時金

問 保険年金課 (国保加入者のみ) (1階9番窓口) ☎556-6620

基本的には医療機関への直接支払制度（上限50万）を利用します。詳細は、川崎市国保の場合は区役所へ、それ以外は加入する健康保険へ。

出産被保険者の保険料軽減措置

問 保険年金課 (国保加入者のみ) (1階9番窓口) ☎556-6620

子育て世帯の負担軽減、次世代育成支援等の観点から、出産する国保加入者の産前産後期間に相当する保険料を軽減する制度です。川崎市国保の場合は区役所へ。

スケジュールを立てて忘れずに
予防接種

問 予防接種コールセンター ☎200-0142

定期接種（無料）とそれ以外の任意接種（有料）があり、定期接種の予診票や協力医療機関名簿は、生後1か月になった月の月末頃に川崎市から送付します。

【持ち物】 母子健康手帳、予診票

子どもの相談・健診・子育てサポート

母子保健相談

問 地域支援課 ☎556-6648

幸区役所で行う相談です。気軽にお電話ください。
月～金 8:30～12:00、13:00～17:00

育児相談・産後の健康相談

要予約。第2もしくは第3火曜9:15～10:30受付
身長・体重測定や助産師・保健師・栄養士・歯科衛生士による個別相談
予約開始日はホームページでご確認ください。

アレルギー相談

要予約。アレルギー相談
第1金曜13:15～13:30受付

乳幼児健診

問 地域支援課 ☎556-6648

身体計測、発育・発達の診察、歯科健診、育児相談などを行います。詳細は、川崎市からの通知をご覧ください。

1か月児健診	協力医療機関
3～4か月児健診	
7か月児健診	
1歳6か月児健診	幸区役所
3歳児健診	
5歳児健診	協力医療機関

乳幼児向け教室 問 地域支援課 ☎556-6693

幸区役所で行う乳幼児向け教室で、食事や歯の健康について相談できます。要予約※ご予約は、ホームページでご確認ください



教室名	内容
離乳食教室	離乳食のすすめ方の話と個別相談
幼児食教室	10か月～1歳11か月のお子さんの食事についての話と個別相談
スマイル歯みがき教室	第1火曜。就学前の幼児と保護者向け歯科衛生士による歯みがき相談

「すくすく子育てボランティア」の皆さんが、乳幼児健診、育児相談などの場でお子さんの安全確保をスムーズにするためのサポートをしています。

問 地域支援課 ☎556-6648



母乳や育児の相談

問 地域支援課 ☎556-6729

地域の助産師さんは、妊娠・出産・産褥期を総合的にサポートする母子の強い味方です。気軽に相談してみましょ。要予約

乳腺外来のある病院は
P73～参照

オリーブ母子相談室

古川町102-204 ☎276-9603、090-6049-1142
月～金 9:00～17:00 出張・緊急時応相談

小峯助産院

小倉2-32-5 ☎588-7275、090-1841-4557
随時 緊急時応相談
9:00～11:30、14:00～16:30 (木、日、祝休)

ベビママケアsorcier (ソルシエ)

鹿島田 ☎090-3511-8815
9:00～22:00 不定休、緊急時応相談 出張のみ

つばめ助産院

北加瀬1-8-5-201 ☎090-3209-9619
月～土 営業時間はホームページへ

はなさき母乳育児相談室

小倉 ☎080-6587-3005
不定休
9:00～17:00 土日祝応相談 出張のみ

ミチコ母乳育児相談室

北加瀬2-17-29 ☎080-8860-7223
火～土 9:00～17:00 出張専門緊急時対応

身近な地域での子育て相談

民生委員・児童委員、主任児童委員

問 地域ケア推進課 ☎556-6643

地域に暮らす皆さんの相談相手や見守り役として活動しています。主任児童委員は小学校区に1人いますので、困りごとがあれば相談でき、プライバシーも守られます。

地域子育て支援センター、保育園

問 保育所等・地域連携担当 ☎556-6672

地域子育て支援センター (P13～14) や保育園 (P62、78～80) でも保育士、栄養士、看護師などの相談が受けられます。詳しくはお問い合わせください。

赤ちゃん相談 (P16)

問 地域支援課 ☎556-6729

地区ボランティアや町内会等と協力して定期的に育児相談を行っています。体重測定のついでに保健師やママ同士で気軽に相談できます。



コラム

みんながハッピー！

おじいちゃん、おばあちゃんによる孫育て

パパ・ママのリフレッシュのためにも、おじいちゃん、おばあちゃんは心強い存在です。無理のない範囲で子育てのサポートをお願いしましょう。

お子さんは、色々な人から
愛されることで情緒も
安定します！

★お子さんを預ける時のポイント

- ・祖父母が出来ないこと・やりたくないことを確認する。
- ・お子さんにしてほしくないことをきちんと伝える。

子育ての昔と今

昔と今では、子育ての常識も変化しています。下表を参考にしてみてください。

内容	昔	今
授乳・卒乳	ミルクの方が栄養がある。1歳までには断乳。	母乳・ミルクどちらでもOK。自然の流れで卒乳。
抱っこ	泣くたびに抱っこすると抱き癖がつく	抱き癖はつかない。抱っこで情緒が安定
服装	風邪をひかないよう厚着をさせていた	大人より多少薄着でもOK

専門機関での相談

発達・就園・就学・療育等に関する相談が受けられます。

川崎市子ども発達・相談センター
きっすサポート さいわい

☎276-7127 幸町2-593 5F
月～金 8:30～17:00
お子さんの発達に関する相談

南部地域療育センター

川崎区中島3-3-1 (市立川崎高校築部1階)
☎211-3181 月～金 8:30～17:00
お子さんの障害・療育に関する相談

川崎市発達相談支援センター

☎246-0939 川崎区日進町5-1 3階
平日 9:00～17:00
発達障害やその疑いのあるお子さんの心身の健康、家庭生活等の相談

ハローベビーかながわ
(公社) 神奈川県助産師会

☎045-502-3932 月～土 10:00～13:00
助産師による相談。希望者には地域の助産師を紹介

女性のための総合相談
ハロー・ウィメンズ110番

☎811-8600
月～木 10:00～15:00、
金 15:00～20:00、日12:00～17:00
家庭、人間関係、生き方、配偶者やパートナーからの暴力、ハラスメントなどの相談をお受けします。
電話相談のあと、必要に応じて面接相談・法律相談をお受けします。
★男性のための電話相談
☎814-1080 水18:00～21:00

南部児童相談所

鹿島田1-21-9 ☎542-1234
月～金 8:30～17:00
子どものしつけ・家庭教育・非行・言葉や身体の発達などの相談

川崎市児童虐待防止センター

☎0120-874-124 24時間受付
児童虐待や子育て不安に関する相談

しゃんぐりらこども家庭支援センター ☎520-3608

東小倉6-1 月～金 9:00～18:00 電話相談・来所相談・訪問相談あり 来所・訪問は要予約
乳幼児を中心とした子育て不安・悩み、育児疲れや、18歳未満までのお子さまに関するご相談ができます。専門職(相談員・心理相談員)による無料相談です。宿泊でお子さんを預かるショートステイ(P8)や未就学児の親子が利用できる子育て広場(P18)も開催しています。

ひとり親家庭の相談

☎ 児童家庭課 ☎556-6688

ひとり親家庭の生活や自立に関する相談

川崎市母子・父子福祉センター
サン・ライヴ

☎733-1166 9:00～17:00 (水・金 9:00～21:00) 休所日 月、第2・4日、祝日、年始、年末(12/29～1/3) 月曜が祝日の場合は翌日

いじめ・不登校などの相談

☎ 学校・地域連携 ☎511-7205

区内の学校についての相談

川崎市総合教育センター
(塚越相談室)

塚越1-60 ☎541-3633
9:00～18:00
不登校・いじめ・友人関係・ことば・学習の遅れなどの相談

24時間子どもSOS電話相談

☎522-3293 24時間受付
いじめ、不登校などの相談

人権オンブズパーソン
(子どもの権利の侵害)

☎0120-813-887 (子ども専用)
☎200-1460 (大人専用)
月・水・金13:00～19:00、土9:00～15:00
いじめ・体罰・虐待などの相談・救済の申し立て

子どもの権利について

川崎市は2001年に「川崎市子どもの権利に関する条例」を施行し、子どもの権利を保障しています。子どもが、安心して、自分らしく生きられるように、尊重することが大切です。詳しくは、川崎市ホームページをご覧ください。



産前・産後の子育てサポート

妊娠中や産前・産後は思うように動けないのが当たり前。支援制度をうまく利用して、育児や身の回りの世話を手伝ってもらい、身体を休めましょう。

産前・産後家庭支援ヘルパー派遣 ☎ こども未来局児童家庭支援・虐待対策室母子保健担当 ☎200-2450

対象：市内に居住する産前から産後6か月(例：1月1日のご出産の方は7月1日)を迎える日まで(多胎児の妊産婦については産後1年を迎える日まで)の妊産婦で、体を休めたい時や体調不良等がある人で、昼間他に育児や家事を行う人がいない人。
内容：育児に関するもの(授乳、おむつ交換、沐浴介助、兄姉の保育園等の送迎等) 家事に関するもの(食事の準備片づけ、清掃、買い物、洗濯など)

利用時間・回数：8:00～19:00
(1回2時間以内 1日2回まで。延べ20回(多胎児の場合は延べ60回)まで。)

★認定事業者一覧 原則派遣開始希望日の7日前までに直接認定事業者へ申込

特定非営利活動法人 ワークス・コレクティブメロディ	幸区 ☎533-8308 1,650円/回
株式会社mai・chai・mai (マイ・チャイ・マイ)	中原区 ☎431-3296 2,050円/回
株式会社ss-consul湘南コンシェル	横浜西区 ホームページからのみの申込み 全市 2,050円/回
ドゥーラ協会認定 ドゥーラかわさき	中原区 ホームページからのみの申込み 2,050円/回
株式会社ヘアーズ	東京都中央区 ☎0120-552-445 2,050円/回
育児ねっと	東京都大田区 ホームページからのみの申込み 2,050円/回

※掲載している情報については、変更になる場合もありますので、最新の情報はホームページで御確認ください。

※生活保護受給中または市民税非課税の世帯は、利用料が免除(無料)となります。申請の際に、被保護証明書または世帯全体の非課税証明書が必要となる場合があります。

産後ケア

☎ こども未来局児童家庭支援・虐待対策室母子保健担当 ☎200-2450

利用できる方：川崎市に住所のある方
宿泊型、日帰り型は生後4か月未満の母子
訪問型は生後1歳未満の母子(いずれも36週6日までに出産した方は修正月齢)
治療中、医療行為の必要がある方はご相談ください。

利用方法：申請は妊娠32週から可能です。

事前申請が必要です。妊娠中の申請をお勧めします。

※掲載している情報については、変更になる場合もありますので、最新の情報はホームページで御確認ください。



申請はこちらから!
※e-KAWASAKIは事前に
利用者登録が必要です。



川崎市産後ケア
ホームページ

川崎市 産後ケア



ヘルパー派遣体験談



食事については材料から作り方まで細かく指示する必要があり、洗濯や掃除もその都度指示が必要でした。早めにお願ひしたり、同じ方に来てもらうようにすればこの手間は省けると思います。

病気や緊急時、リフレッシュしたい時など、子どもを預けられる制度や施設を紹介します。

預かり先家庭等での預かり・送迎	①ふれあい子育てサポート（ヘルパー会員宅等）
自宅での預かり・送迎・家事援助	②シルバー人材センター、③ベビーシッター
保育園での預かり	④認可保育所等の一時保育
宿泊での預かり	⑤子育て短期利用事業（ショートステイ）

①ふれあい子育てサポート事業 問 こども未来局保育・子育て推進部子育て支援担当 ☎200-3414

育児の援助を行いたい方（ヘルパー会員）と育児の援助を受けたい方（利用会員）が、それぞれサポートセンターに登録し、会員相互により育児援助を行います。通院、買い物等による一時預かり（ヘルパー会員宅、地域子育て支援センター等）、保育園等への送迎で利用できます。

対象 生後4か月～小学校6年生のお子さんと同居している方

費用 月～金の午前8時～午後6時 1時間800円、

土日祝及び年末年始（12/29～1/3）、月曜～金曜の上記以外の時間帯 1時間900円

※ひとり親家庭等の減免制度があります。

（対象：児童扶養手当受給世帯、生活保護受給世帯、住民税非課税世帯）

ふれあい子育て サポートセンターあいにく	川崎区本町1-1-1 川崎あいにく保育園内 ☎222-7555 平日9:00～17:00
-------------------------	---

②シルバー人材センター 問 健康福祉局高齢者在宅サービス課 ☎200-2651

シルバー人材センターの登録会員（60歳以上）が、保育園等への送迎や保護者が帰宅するまでご自宅でのお預かりなど育児支援サービスを行っています。また、家事援助サービスとして家庭内のお手伝い（掃除、洗濯、調理等）も行っています。

対象 3歳～小学校6年生のお子さん 利用時間 8:00～19:00

費用 1時間半以内は1,875円（但し送迎のみは1時間以内1,300円） 1時間半超は1,250円
×時間数

その他事務費（12%）交通費など実費

シルバー人材センター南部事務所	川崎区堤根34-15 ☎222-1550 平日8:30～17:00
-----------------	--------------------------------------

③ベビーシッター 問 こども未来局保育第2課 ☎200-3128

ベビーシッターが育児援助を行います。依頼するときは次のことに留意しましょう

- ・公益社団法人全国保育サービス協会の加盟会社等を活用する。
- ・資格（保育士登録証、認定ベビーシッター資格登録証等）の提示を求める。
- ・預かる際の方針や心構え、保険の加入、緊急時の連絡先について事前に確認する。
- ・引き渡しの際、子どもの日中の様子について報告を受ける。

詳しくは、川崎市ホームページ「ベビーシッターなどを利用するときの留意点について」をご覧ください。



④認可保育所等の一時保育 問 こども未来局保育第1課 ☎200-2662

保護者が週3日以内の就労や就学、病気、リフレッシュ（買物・映画等）などのため、お子さんを家庭で保育できない場合に利用できます。利用には、子どもの健康状態等を知らせるため、事前登録が必要です。事前登録については、園に直接お問い合わせください。

認可保育所の一時保育	利用料金：3歳以上 1歳未満 2,900円	1,500円 3歳未満 （詳細は各園へ）	2,500円
YMCAかわさき保育園	大宮町26-3-3-102	☎520-1825	概ね1歳6か月～
保育園リエッタ	南幸町2-9 2・3階	☎541-9885	概ね1歳～
幸いづみ保育園	南幸町3-149-3 5階	☎542-5696	5か月～
つくし保育園	戸手本町2-420-1	☎223-7531	概ね1歳～
かわの風保育園	戸手2-12-10	☎542-8133	6か月～
小向さくら保育園	小向西町3-52-3	☎511-6555	1歳～
ふくじゅ保育園	鹿島田1-21-8	☎201-8080	概ね1歳 かつ離乳食完了後～
どりーむ東小倉保育園	東小倉2-36	☎542-7885	概ね1歳6か月～
どりーむ保育園	北加瀬1-31-5	☎580-3020	概ね1歳6か月～
新川崎みらいのそら保育園	北加瀬1-11-4	☎589-5588	5か月～
ひよし保育園	南加瀬2-9-20	☎588-3555	概ね1歳～
おぐら保育園	小倉4-6-23	☎223-8012	5か月～
みなみかせ保育園	南加瀬3-12-8	☎201-8042	5か月～
みなみがわら保育園	河原町1-77	☎396-3171	離乳食完了後 かつ歩行可～
かしまだ保育園	下平間1-10	☎200-4991	概ね1歳～ （1歳未満は要相談）

※川崎認定保育園の一時保育についての詳細は、各園へお問い合わせください。



※川崎認定保育園の一覧は、P78～80「保育園・幼稚園等一覧」

「かわさき子育てガイドブック」、幸区ホームページをご覧ください。

※一時保育の詳しい内容については、川崎市ホームページ「一時保育」をご覧ください。

⑤子育て短期利用事業（ショートステイ） 問 こども未来局児童家庭支援・虐待対策室 ☎200-0132

保護者の病気や出産、育児疲れ、看護疲れなど一時的に育児が困難な場合に、原則、6泊7日以内で預かります。（減免あり）※詳しくは、各施設にお問い合わせください。

しゃんぐりらこども家庭支援センター （しゃんぐりらベビーホーム）	東小倉6-1 ☎520-3608 0～1歳児 1日 4,300円 ショートステイ（宿泊）のみ実施
SNG児童家庭支援センター （新日本学園）	中原区木月伊勢町3-3 ☎711-8484 市内在住の2歳以上中学生未満 1日 2,350円 ショートステイ（宿泊）・デイスティ（日中利用）

子どもの育ちの場 ～保育園・幼稚園等

子どもの育ちの場は、保育ニーズの高まりにより多様な施設や事業が展開されています。お子さんの年齢や保護者の就労状況など、各ご家庭の状況に合わせた育ちの場を見つけてください。

※保育園・幼稚園の一覧はP78～80に掲載しております。

保育園・認定こども園

問 児童家庭課 ☎556-6688

保育園は、保護者の就労、病気等により、保護者に代わって保育する施設です。希望する園の4月1日入所の申込は、例年前年の10月頃から開始していますので、早めに区役所にご相談ください。

★保育園選びのチェックポイント 送迎のしやすさ、延長保育の時間帯、園の雰囲気など

種類	内容
認可保育所 (児童福祉法上の認可を受けている保育施設)	0歳(原則、生後5か月)～5歳(園によって受入年齢が異なります) 保護者の就労、病気等により、保護者に代わって保育する児童福祉施設。
地域型保育 (子ども・子育て支援制度による小規模保育)	0歳～2歳 定員が原則19人までの小規模保育を行う施設。
認可外保育 (児童福祉法上の認可を受けていない保育施設)	P80に記載している施設は、令和6年4月現在で、認可外保育施設指導監督基準を満たしている施設です。 ○川崎認定保育園 0歳～5歳(園により異なる) 川崎市が独自に認定した保育施設。 ○地域保育園 0歳～5歳(園により異なる) 児童福祉法上の認可を受けていない保育施設。 ○企業主導型保育事業 0～5歳(園により異なる) 国が市町村の計画とは別に直接企業等に働きかけ、企業等が直接運営を行う施設。
認定こども園	0歳(原則、生後5か月)～5歳(園によって受入年齢が異なります) 就学前の子どもに対して、教育と保育を一体的に提供し、地域の子育て支援も行う施設。 (就労等の理由による場合は区役所児童家庭課へ、幼児教育による場合は直接園へ申込)

幼稚園

問 各園、川崎市幼稚園協会 ☎711-8383

希望する園の見学や説明会は9月1日から始まりますので、各園へお問い合わせください。

★幼稚園選びのチェックポイント 給食、園バス、預かり保育、バスルートなど

種類	内容
幼稚園	3歳～5歳(一部の園で2歳からのプレクラスあり) 小学校教育等の基礎を培い、幼児の健やかな成長のための学校教育施設
幼稚園類似施設 (幸区内にありません)	3歳～5歳(園によって受入年齢が異なります) 無認可の幼児教育施設など

育ちの場選び体験談

仕事を始めるにあたり、フルタイム勤務への不安が強かったので、一時保育(P8)を利用することにしました。今後は、幼稚園の預かり保育を利用しながら仕事を続けたいと思っています。

自主保育まんまる 問メール manmaru.jisyuhoiku@gmail.com

自主保育とは、就学前の育ちの場を保護者たちの手で地域の中に創っていく活動です。子どもが主体的な遊びを経験することは、やがて主体的な学びにつながるほど成長には欠かせないものです。そのためにまんまるでは、区切られない時間や身近な自然で遊ぶことを大切にしています。

川崎市内では5つの自主保育グループが活動しており、「ちいくれん(地域で子育てを考えよう連絡会)」でのグループ同士の交流会やニュースレターの発行なども行っています。

0歳～6歳 週3日程度 10:00～14:00 詳細はお問い合わせ下さい。

年会費1,200円(スポーツ保険、遠足などの実費)

活動内容 外遊び、自然を活かした自由遊び、お誕生会や季節の行事もあります。

活動場所 さいわいふるさと公園、夢見ヶ崎動物公園、地域子育て支援センター等
月1～2回で子ども夢パーク(高津区)でも遊んでいます。



Instagram



コラム

絵本選びに迷ったら(1)

身近な人が楽しそうにしている事に、興味がわくことってありますよね。読み手の気分の高まりは、聞いているお子さんにも伝わります。

読み聞かせの時間も、「大人も楽しめること」を大切にしてみてはいかがでしょうか。

『たまごのあかちゃん』

かんざわとしこ／ぶん

やぎゅうけんいちろう／え 福音館書店

「たまごのなかでかくれんぼしてるあかちゃんはだあれ？」大きさや形のちがうたまごから、いろいろな赤ちゃんが出てきます。



大人も楽しむ♪

(P77へ続きます)

12