

1. 出生に伴う主な手続き

出生に伴う主な手続きのご案内

出生届

届出期間は生まれた日から14日以内

【届出に必要なもの】

出生届(押印は任意)、母子健康手帳

【問い合わせ】 区民課戸籍係 ☎ 5307-0624



マイナンバーカードが早急に必要な場合の申請

出生届と同時に手続きができます(特急発行)。

【問い合わせ】 区民課個人番号カード交付担当 ☎ 5307-0627

赤ちゃんの健康保険加入・出産育児一時金の申請

○国民健康保険の場合

【問い合わせ】

国民健康保険加入について …………… 国保年金課国保資格係

☎ 5307-0641

出産育児一時金の申請について …… 国保年金課国保給付係

☎ 5307-0642

○国民健康保険以外の場合

【問い合わせ】 勤務先の健康保険担当窓口

子ども医療証の申請

【申請に必要なもの】

赤ちゃんの加入している健康保険の資格情報

(資格内容のわかる書類か、マイナポータルで資格情報を確認のうえ申請してください。)

【問い合わせ】 子ども家庭部管理課子ども医療・手当係

☎ 5307-0785



児童手当の請求

出生日の翌日から数えて15日以内に請求。
※15日を過ぎると手当等を受け取れない月が発生します。
※公務員の方は勤務先へ請求してください。

【内容】

子どもを養育している方に、手当等を支給します。
詳しくは区ホームページをご確認ください。

【問い合わせ】 子ども家庭部管理課 子ども医療・手当係
☎ 5307-0785



すこやか赤ちゃん連絡票 (出生通知票兼低体重児出生届)を出しましょう

赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳綴じ込みのはがき「すこやか赤ちゃん連絡票（出生通知票兼低体重児出生届）」をできるだけ早くご提出ください。下記二次元コードからでも提出できます。(P24「すこやか赤ちゃん訪問」参照)

【問い合わせ】 各保健センター (☎P124、125参照)



妊婦健康診査費用助成の申請(多胎妊娠・里帰り出産等)

妊婦健康診査等の受診票が使えない都外医療機関等で受診した場合など、申請により実費の一部を助成します。(P7参照)

新生児聴覚検査を受けましょう

赤ちゃんの耳のきこえの異常を早い時期に発見し治療につなげることで、言葉の発達などへの影響を最小限に抑えることができます。

都内の医療機関で検査を受ける場合は「母と子の保健バッグ」内の受診票が使えます。受診票が使えない都外医療機関等で受診した場合、申請により実費の一部を助成します。(P7参照)

2. すこやか赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれたら 全家庭に訪問します

<内 容>

保健師・助産師等の専門職が訪問して、赤ちゃんの体重測定、お母さんの体調の相談、授乳・子育ての相談、地域の子育て情報やサービスのご案内、などを行います。

<対 象>

生後4か月までの赤ちゃんがいるすべてのご家庭

<訪問の流れ>

①赤ちゃんが生まれたら、「すこやか赤ちゃん連絡票」を以下いずれかの方法で、できるだけ早くご提出ください。

●電子申請 右記二次元コードから提出

●はがき 郵送もしくは杉並区の窓口（出生届と同時に）に提出



②提出された連絡票をもとに、訪問させていただく保健師等から日程調整のお電話をいたします。（携帯電話からご連絡する場合があります。）

<問い合わせ>

担当地域の保健センター（P124、125参照）

※里帰り先での訪問を希望する方は、滞在先の市区町村にお問い合わせください。

3. 杉並子育て応援券



このマークが付いている事業には、杉並子育て応援券がご利用いただけます。

<内 容>

区内在住の妊婦の方及び就学前のお子さんがある家庭に、一時保育、親子で楽しむ交流事業、子育て講座など有料の子育て支援サービスに利用できる「杉並子育て応援券」を交付します。

※利用には、杉並子育て応援券アプリのインストールが必要です。

<応援券の種類>

- 対象者に無料で交付するもの（無償分）

No.	交付対象者	子の生年月日	交付額 (1pt=1円相当)
①	ゆりかご面接を受けた妊婦本人		10,000 pt
②	お子さんが生まれた方	令和7年4月2日～ 令和8年4月1日	30,000 pt
③	0歳のお子さんがいて、区に転入した方	令和6年4月2日～ 令和7年4月1日	15,000 pt
④	1歳・2歳のお子さんがある方	令和4年4月2日～ 令和6年4月1日	15,000 pt

※②～④は、小学生以下の兄弟が2人以上いる場合、追加で5,000pt交付します。

- 購入することができるもの（有償分）

就学前のお子さんがある方（出生児は除く）は、子ども1人につき年間最大30,000ptを購入することができます（4,000円で10,000ptの購入が可能）。

<利用までの流れ>

- 初 回：区からご案内はがきを送付します。案内に沿って応援券アプリにユーザー登録していただくことで、応援券が付与されます。
- 登録後：対象者の応援券アプリに自動的に応援券を付与します。



<決済方法>

- ①応援券アプリを起動し、事業者が提示する二次元コードを読み取ってください。
 - ②利用サービスと利用料金を入力し、内容に誤りがないか、事業者と確認してから決済してください。
- ※応援券アプリ上は、1pt=1円相当のポイントにより決済を行います。

<問い合わせ>

地域子育て支援課子育て支援係 ☎5307-0786
事業の詳細は、区ホームページをご確認ください。



4. 産前・産後支援ヘルパー



<内 容>

産前・産後の家事や育児の支援が必要なご家庭を、ヘルパーが訪問する子育て支援サービスです。区から委託を受けた事業者のスタッフがご自宅へ訪問し、サービスを行います。

サービス内容

- ◆日常的な家事(食事の支度・洗濯・掃除等)
- ◆食材及び日用品の買い物
- ◆健診等の付添い
- ◆上の子の保育園等の送りまたは迎え
- ◆対象児のお世話(もく浴や授乳・食事の介助等)
- ◆対象児の見守り(2時間まで)
- ◆上の子の世話(2時間まで)



<対 象>

区内在住の妊婦及び1歳未満の子を養育中の方

<利用ができる時間・日時>

80時間以内

※出生時に3歳未満の兄または姉がいる場合は、200時間以内
9:00～17:00で連続した4時間以内/日・祝日・年末年始を除く

<費 用>

1時間 1,000円(所得により無料の場合があります)

ヘルパーの交通費は、利用者の負担になります。

<申請手続>

電子申請、郵送または窓口のいずれかの方法で申請してください。
申請後、利用開始までには2週間前後が必要です。

<問い合わせ>

地域子育て支援課子育て支援係

☎ 5307-0345

事業の詳細は、区ホームページをご確認ください。



5. 産後ケア事業



<内 容>

産後に、施設に滞在し、助産師など専門のスタッフからお母さんと赤ちゃんの健康状態の確認や疲労回復ケア、乳房ケア、母乳やミルクのあげ方のアドバイス、もく浴の練習、育児相談などが受けられます。

ご利用例

- 産後の体調が優れず、育児に自信がもてずに不安。
- 授乳がうまくいかない…体重がちゃんと増えているのか心配。
- 赤ちゃんが泣いた時の対応など、お世話について教えてほしい。
- 赤ちゃんがなかなか寝てくれず、疲れてしまった。生活リズムの整え方について知りたい。

<対 象>

区内在住の産後7か月未満のお母さんと赤ちゃん
※医療行為の必要な方や、感染症の疑いがある方はご利用できません。



<産後ケアの種類>

- 宿泊型** 施設に宿泊してケアを受けます（食事つき）。
- 日帰り型（個別）** 個別にケアを受けます。1回5時間以上（昼食つき）
- 日帰り型（少人数）** 2～3人で一緒にケアを受けます。1回3時間程度

<利用料金と利用回数>

	利用料金 (住民税課税世帯)	利用回数 (子ども1人につき)
宿泊型	1泊2日7,000円 その後1日ごとに3,500円	3種類合わせて 10回まで (注)宿泊型は最大5回 (4泊5日)まで
日帰り型(個別)	1日 2,000円	
日帰り型(少人数)	1日 1,000円	

※令和7年4月現在、日帰り型の利用回数は個別と少人数合わせて5回まで。
制度改正により令和7年5月に上記利用回数に変更予定

<次ページへ>

<利用料金と利用回数の注意事項>

- ・非課税世帯・生活保護世帯は料金が異なります。
- ・お母さんと双子の赤ちゃん2人同時利用の場合は、3種類合わせて20回まで（宿泊型は最大9泊10日の10回まで）となり、赤ちゃん1人分の利用料が別途加算されます。
- ・杉並子育て応援券が利用できます。（一部施設除く）

<申請・利用できる期間>

申請できる期間：**妊娠8か月（28週）以降、利用予定日の2週間前まで**

利用できる期間：**出産日から7か月に達する日の前日まで** 注

注）産後申請の方は承認日から産後7か月に達する前日まで

申請が区に届いてから利用承認メールが届くまで5日程度かかることがありますので、妊娠中の申請をお勧めいたします。

※休日等により、さらに日数がかかる場合があります。

<利用の流れ>



①利用申請

インターネットによる申請（電子申請）、郵送または窓口のいずれかの方法で申請書類を提出してください。

<利用申請>



電子申請 区ホームページのリンク先から申請

郵 送 〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1
杉並区地域子育て支援課母子保健係「産後ケア事業担当」宛

窓 口 地域子育て支援課母子保健係、各保健センター、
各子どもセンター（P124、125参照）

申請書類

- | | | |
|---|---|------------------------|
| ①利用申請書 | } | (いずれも区ホームページからダウンロード可) |
| ②利用アンケート | | |
| ③(必要な方のみ)「世帯全員の住民税非課税証明書」または「生活保護受給証明書」 | | |

②利用承認メール受取

承認された方に「利用承認メール」を送信いたしますので、メールが届いたら、利用登録を行ってください。



③仮予約

希望する実施施設へ直接連絡し、下記を伝えてください。
実施施設は、区ホームページをご確認ください。

mila-e (ミライー) クーポンシステムから予約はできません。

- | | |
|------------------------|--------------|
| ①杉並区産後ケア事業の 仮予約 | ④出産予定日または出産日 |
| ②氏名 | ⑤利用する産後ケアの種類 |
| ③承認番号 | ⑥利用回数の残りがある |

④本予約

出産日または利用日の1週間前に、仮予約した施設へ直接連絡し、下記を伝えてください。

- | | |
|------------------------|--------------|
| ①杉並区産後ケア事業の 本予約 | ④出産日 |
| ②氏名 | ⑤利用する産後ケアの種類 |
| ③承認番号 | ⑥利用回数の残りがある |

⑤利用

当日は**スマートフォン、母子健康手帳**、その他施設が指定するものを持参してください。

ご利用後、施設に利用料金をお支払いください。

<利用の流れ>



詳しい利用の流れは、区ホームページをご覧ください。

<注意事項>

- ・利用日の変更やキャンセルをされる場合は、予約した施設に連絡してください。

キャンセルの受付：利用日の前日 午前10時まで

上記までに予約した施設へ「連絡をせず利用しなかった場合」は、産後ケアを利用したとみなされますのでご注意ください。

- ・利用中に体調不良となった場合は医療機関の受診を勧める場合があります。医療行為に対しては別途料金がかかります。利用を中断した場合でも産後ケアを利用したとみなしますので、ご了承ください。

- ・利用後、各施設からお母さんや赤ちゃんの健康状態について、杉並区に報告があります。必要な情報提供や支援のため、保健センターからご連絡させていただくことがあります。



<問い合わせ>

地域子育て支援課母子保健係

☎ 3312-2111(代) (内線1359,1829,1806)

6. 多胎児家庭支援事業

○多胎児のつどい（交流会・専門職の相談）

<内 容>

多胎育児の不安を少しでも軽減できるよう、多胎育児経験者等との交流会を実施し、保健師・助産師等の専門職が相談に応じます。

<対 象>

区内在住の多胎妊婦と多胎児家庭等

<申し込み>

予約制：電話で保健センターへ（☎P124、125参照）

○さくらんぼ面接・タクシー利用券の交付事業

<内 容>

保健師による「さくらんぼ面接」を受けた方に、区が実施する母子保健事業や多胎児のつどい等を利用する際に使用できるタクシー利用券を交付します。（0歳時、1歳時、2歳時）

<対 象>

区内在住で3歳未満の多胎児を同一世帯で養育中の保護者（対象の方には区からご案内を送付します。）

<問い合わせ>

地域子育て支援課子育て支援係 ☎ 5307-0345

さくらんぼ面接に関することは、担当地域の保健センターへ（☎P124、125参照）

○多胎児家庭家事・育児支援ヘルパー事業



<内 容>

ご家庭をヘルパーが訪問し、日常の家事・育児を支援するサービスです。

<対 象>

区内在住で、多胎児を妊娠中の方、または3歳未満の多胎児を養育中の保護者

<申請手続>

年齢が上がるごとに、申請が必要です。（電子申請可）

<問い合わせ>

地域子育て支援課子育て支援係 ☎ 5307-0345

事業の詳細は区ホームページをご確認ください。



7. 訪問育児サポーター

<内 容>

子育ての経験があり、区の専門研修を受けたサポーターがご自宅を訪問し、子育ての心配ごとや悩みごとと一緒に考えるお手伝いをします。

また、地域の子育て情報や利用できるサービスをご案内します。

<対 象>

区内在住の0歳のお子さんがいる家庭

<利用回数>

1回2時間を3回まで（多胎児の場合は6回まで）

月曜日～金曜日 9:00～17:00（祝日と12/29～1/3は除く）

<利用料金>

無料

<利用の仕方>

- ①下記問い合わせ先に電話でお申し込みください。
- ②コーディネーター（社会福祉協議会職員）が訪問して、ご希望をお聞きし、サポーター訪問の説明をします。
- ③サポーターが訪問します。

<問い合わせ>

杉並区社会福祉協議会 生活支援課ささえあい係

訪問育児サポーター事業担当 ☎ 5347-1018

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s054/1079.html>

