

初めての出産だからわからないことだらけ。生まれる前やその後はどんな手続きがあるのかしら手伝ってくれる人がいないし体調が悪くなったらどうしよう。だれかに相談したいな...

妊娠



うれしいけど不安もいっぱい...

まずは妊娠届を出しましょう

提出先
 保健所
 区役所
 出張所

母子健康手帳(親子健康手帳)
 妊婦健診受診票交付



「母と子の保健バッグ」をお渡します。

子育てコーディネーター

区役所子育て推進課では子育てコーディネーターが産前産後の子育て支援の情報提供をしています。区役所においての際はぜひお寄り下さい。

いろいろ相談できて不安も解消!!



子育てコーディネーター手作りのChiyoda子育てMapをプレゼント
 子育て情報満載!!

「保健所で実施(区役所2Fではタブレットで面談できます)」
ママパパ面談

千代田区に妊娠届を提出された妊娠中の方全員を対象に保健師・看護師が面談を行い妊娠・出産・子育てのさまざまな相談や必要となるサービスなどをお伝えします。

ママ・パパ学級

これからママになる方、そのパートナーの方が妊娠・出産・育児に向けて、ご家庭に合った方法を考えられるよう気軽に見て学べる動画と保健所で行う対面講座を開催しています。ぜひご参加下さい。
 ※ 対面講座では助産師による妊娠・出産に関する講義や沐浴デモンストレーション赤んぼ人形等の抱っこ体験などかたでできます。



千代田保健所

保健所は地域住民の健康や衛生を支えるだけでなく、母子の妊娠期から子育て期にわたるサポートをしています。

健やか親子相談

(妊娠中・子育て中の方)
 保護者の悩み・子育て全般について心理相談員が個別相談を行います。

予防接種

生まれ月の翌月末に予防接種のお知らせを郵送します。指定医療機関で接種して下さい。



3-4か月児健診

健診のお知らせと6~7か月児 9~10か月児健診受診票をお送ります。

同じ学年のお子さんのいる地域の方との交流のチャンス!!

にこにこ広場

生後4か月未満のお子さんと保護者を対象とした情報交換の場です。(予約制・定員あり)



「ちよだばばサロン」も開催!!
 ・育児講座・座談会 (予約・定員制)

保健師・看護師・子育てコーディネーター・児童館職員・児童委員などに子育てに関する相談もできる!

赤ちゃん誕生

児童手当
 ・子ども医療費助成の手続きもほす

忘れないでね!

14日以内!

出生届

出生通知票

赤ちゃん訪問

保健所の保健師や助産師が全てのご家庭に伺います。

千代田保健所の「妊娠・就学までの保健・医療サービス」を参考に子育てコーディネーター(子育て推進課)が作成しています。こちらの情報は2025年10月時点のもので今後変更する場合があります。

5歳児健診

3歳児健診

1歳6か月児健診

↑ 保健所で実施

ビバ-相談

11か月頃にご案内を送付します。(1歳児歯科健診)



9~10か月児健診
 6~7か月児健診
 指定医療機関で行います。受診票を持っています。



離乳食講習会

ご案内を送付します。(予約制)



実物があるからわかりやすい!

↑ 保健所で実施