

练马 育儿支援手册



■ 本手册是为练马区即将分娩的人和育儿中的人制作，刊登了各种手续和咨询处等必要信息。敬请活用。

各项的咨询处仅限带有OK标志的内容可受理外语（受理语言有限制）。其余为日语受理。请和会说日语的人一起咨询。

本手册的信息无特别说明时，为截至2024年4月1日的信息。内容可能会发生变更，敬请谅解。关于最新的信息，请浏览区主页或向各个担当咨询。



● 练马育儿 MAP	2	🚫 想亲子一起玩耍·学习	40
● 孕期&育儿日历	4	育儿广场、儿童馆等	
👩 发现怀孕后	10	👥 结交育儿伙伴	48
孕妇健康检查、婴儿准备教室等		💬 想咨询关于育儿和教育的事宜	50
🏠 各种补助制度	12	● 育儿咨询	50
分娩育儿一次性补助金、儿童津贴等		儿童家庭支援中心、保健咨询所等	
👶 宝宝出生后	19	● 教育咨询	54
必要手续		● 其他咨询	55
(出生申报、健康保险的加入等)		👤 单亲家庭	56
👶 孩子的健康	20	儿童培育津贴(培育津贴)、儿童扶养津贴等	
你好宝宝访问、2个月儿咨询、婴幼儿体检·		📞 电话簿	60
健康咨询·育儿营养牙科咨询、预防接种等		📌 其他咨询信息	80
🏠 育儿支援	28	📞 紧急时的咨询联络处	86
产后护理事业、育儿支援帮扶人员事业等			
👤 希望托管孩子	30		
● 希望每天托管	30		
● 希望临时托管	33		

最新信息请查询区主页。



2024年5月发行

发行 练马区健康部健康推进课 练马区政府 TEL 03-3993-1111 (总机) 邮编 176-8501 练马区丰玉北 6-12-1