



妊娠・子育てのことで相談先に迷ったら…



担当地域の

保健相談所へご連絡ください



▲区ホームページ

保健相談所	問合せ(平日8:30~17:15)	担当地域
豊玉 (豊玉北5-15-19 豊玉すこやかセンター4階)	☎3992-1188	旭丘、向山、小竹町、栄町、桜台、豊玉上、豊玉北、豊玉中、豊玉南、中村、中村北、中村南、貫井、練馬、羽沢
北 (北町6-35-7)	☎3931-1347	春日町1・2・4、北町、田柄1・2、錦、早宮、氷川台、平和台
光が丘 (光が丘2-9-6 光が丘区民センター1階)	☎5997-7722	旭町、春日町3・5・6、田柄3・4・5、高松、土支田、光が丘
石神井 (石神井町7-3-28)	☎3996-0634	大泉町2、下石神井、石神井台1~3・5・6、石神井町、高野台、東大泉、富士見台、南大泉、南田中、三原台、谷原
大泉 (大泉学園町5-8-8)	☎3921-0217	大泉学園町、大泉町1・3~6、西大泉、西大泉町
関 (関町東1-27-4)	☎3929-5381	上石神井、上石神井南町、石神井台4・7・8、関町北、関町東、関町南、立野町

保健相談所は、妊娠が分かったときから地域で安心して子育てができるよう、保健師や助産師、看護師の資格を持つ「妊娠・子育て相談員」をはじめ、管理栄養士・歯科衛生士・心理相談員などの専門職がサポートします。妊娠中や子育て中の家族の健康についても相談できます。



こんな悩みはありませんか？



つわりで体調が悪いけど、赤ちゃんは大丈夫？

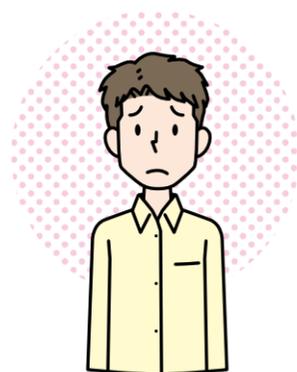
離乳食や歯磨きはいつから始めたらいいの？

かみつく、ものを投げるといった行為や、夜泣きで困っている

妊娠中や出産後に利用できるサービスは何があるの？

子どもの言葉の発達がゆっくりで心配

出産の費用ってどのくらい掛かるの？



妊娠・子育てに役立つアプリを紹介！

妊娠中から登録しておくとお便利！

子育て情報の“知る・探す・申し込む”が簡単に！

ねりますくすくアプリ



ダウンロードはコチラ

▲区ホームページ

- 予防接種のスケジュールを自動で作成！
- 乳幼児健診の結果や予防接種の履歴を自動で記録！
- 月齢・年齢や妊娠週数に合わせた情報をお届け！



ねりま子育て応援アプリ



ダウンロードはコチラ

▲区ホームページ

- 子育てに関する情報が簡単に手に入る！
- イベントや講座を申し込める！
- 子育て支援施設を地図上で探せる！

