



# 分娩后

## 出生申报表

**咨询** 各综合分厅舍区民课窗口服务系（参见封底）（芝地区综合分厅舍为户籍系）



出生证明书（和出生申报表一起）将由分娩的医院开具。

申报人（父亲或母亲）需在孩子出生后14天以内（在日本国外出生时为3个月以内），在申报人的住所、籍贯地或出生地中任意一处的区市政府、町村政府进行申报。

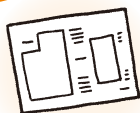
办理出生登记时，请携带“母子健康手册”以验证“出生登记证明”。

如果您因为回老家等原因，办理登记时不便带上母子健康手册时，请改天带来。

加入了国民健康保险的人士还请同时携带国民健康保险被保险者证（保险证）。

### 携带资料

1



出生申报表 1份

2



母子健康手册

3



国民健康保险被  
保险者证

请不要忘记！



## 个人编号和个人编号卡

**咨询** 各综合分厅舍区民课保健福祉系（请参阅封底）

※My Number Portal的相关咨询，请参阅各种手续的栏目。

婴儿也可以申请个人编号卡。

申报出生登记后，将于一个月内收到婴儿的个人编号通知邮件。

可以使用智能手机等扫描和个人编号通知单同封的申请表上的二维码，轻松在线申请。

个人编号卡的有效期至申请该卡后的第5个生日为止。

可以使用个人编号卡，通过智能手机等从My Number Portal上电子申请“儿童津贴手续”和“小儿医疗证发行申请”等。

**【有关个人编号通知的咨询方式】** 个人编号导航拨号 0570-00-1277

## 出生通知书

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0084



婴儿出生后，除出生申报表之外，请向港区保健所寄送“母子健康手册”中附带的“出生通知书”明信片。如果因为新迁入等原因，没有港区的“出生通知书”的，请咨询。

保健所将根据收到的出生通知书，进行“你好！宝贝”上门家访和母子保健服务介绍等服务。

## 新生儿听觉检查

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0084



### ○请接受新生儿听觉检查

新新生儿听觉检查是在婴儿出生后马上进行的检查，在婴儿睡眠期间检查其是否可能有听觉障碍。

据称每 1,000 名婴儿中就有 1 到 2 名出生时有某种形式的听力障碍。

尽早发现听觉障碍十分重要，如能在早期阶段为听觉障碍提供适当的援助，可在沟通形成和语言发育方面取得很好的效果。

### ○新生儿听觉检查费用补助

在交付母子健康手册时，将和产检就诊单等一并交付 1 张新生儿听觉检查就诊单。就诊单上列出的检查项目（不在保险范围内的）由公费承担。

上述就诊单仅可在东京都内的委托医疗机构中使用。如果在东京都外的医疗机构接受新生儿听觉检查，通过申请可补贴部分费用。

## “你好！宝贝”上门家访（全户访问项目）

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0084



保健所将根据收到的出生通知书，进行“你好！宝贝”上门家访。在产后不久，妈妈自己的身体往往还有各种不适，同时由于不习惯与婴儿一起生活，是一段容易感到不安的时期。

我们将上门家访，提供“婴儿的体重测量和育儿咨询”、“产后调养”等咨询，并介绍“母子保健服务”等。

**【对象】** 有出生后约 120 天以内的婴儿的所有家庭

**【方法】** 由助产士、保健师上门访问

## 产后母婴护理项目

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0084



以孕期到产后的母子为对象，由专业人员进行育儿支援，帮助妈妈调理身心，支持婴儿的健康成长。

### ○ 由助产士提供咨询的母子保健咨询窗口

关于孕产妇的怀孕、生育、育儿方面的烦恼、忧虑，受理电话或面谈形式的咨询。将根据母婴的具体情况提供有针对性的建议。

#### ● 咨询窗口

周一～周五 9:00～17:00

(节假日、年末年初除外)

☎ 3455-4431 (咨询专用电话)

### ○ 妈妈健康咨询

经历分娩这一伟大工作，妈妈的身体发生了很大的变化。荷尔蒙平衡也发生了变化，可以说是一段心情不稳定的时期。

在产后调养和母乳喂养、婴儿离乳方面需要咨询时，请随时致电问询。

**【对象】** 分娩后 1 年以内的人士

**【内容】** 产后调养、母乳喂养的相关咨询

**【方法】** 由助产士上门访问

**【咨询次数】** 产后 3 次

### ○ 日间护理 (沙龙) 项目

※ 可在 1 个月婴儿体检后参加。

#### Hello 妈妈沙龙 (需预约)

面向 1～2 个月的婴儿及其监护人，举办由助产士进行的讲座和交流会。

#### 小兔子俱乐部 (需预约)

出生后 2～3 个月的婴儿及其监护人集聚一堂。内容包括自我介绍和助产士的简短讲话等。因为是分为各地区的小组进行交流，所以可以借此机会结交邻里的育儿朋友！在这里您可以与其他人进行交流，了解其他人是如何养育孩子的。同时这里也会进行阅读起跑线项目。

#### 悠闲沙龙 (需预约)

面向 3～4 个月的婴儿及其监护人，设置了妈妈们可以进行交流的自由空间。

※ 各项活动可参加的日期均根据出生月份等而定，请查询港区网站首页。

## 产后母婴护理住宿型短期寄宿项目

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0084



如果您无法从家人处获得育儿和家务的支持，可以住宿于区签约的医疗机构等处，接受母婴护理、哺乳咨询和育儿咨询。使用这项服务需要事先注册。详情敬请咨询。

## 产后母子日间照护服务及乳房护理机构

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0084



如果无法从家人等处获得育儿或家务支援，或者因为身体不适、对母乳喂养和育儿感到不安时，可以前往港区特约医疗机构或以家访的形式接受母婴保健、育儿咨询、母乳相关咨询和母乳喂养方法等指导。使用前必须事先注册。有关详细信息请与我们联系。

## 婴幼儿体检、育儿咨询、讲座

咨询 带★的体检与咨询 港区保健所健康推进课健康服务系 ☎ 6400-0084

咨询 带●的体检与咨询 港区保健所健康推进课地区保健系 ☎ 6400-0083



| 名称         | 实施地点                           | 咨询方式 |
|------------|--------------------------------|------|
| 3~4个月婴儿体检  | 港区保健所                          | ★    |
| 4个月婴儿育儿咨询  | 指定医疗机构                         | ★    |
| 6~7个月婴儿体检  | 指定医疗机构                         | ★    |
| 9~10个月婴儿体检 | 指定医疗机构                         | ★    |
| 1岁6个月幼儿体检  | 内科体检在指定医疗机构进行, 牙科检查、育儿咨询在保健所进行 | ★    |
| 3岁幼儿体检     | 港区保健所                          | ★    |

婴幼儿体检、育儿咨询为免费服务。届时将向对象者寄送相关介绍书。也可通过港区网站主页查看日程。(预约制)

其他服务还包括保健所每月针对0岁~学龄前儿童提供的“健康育儿咨询”。详情请浏览港区网站主页。

| 名称        | 内容、对象等                                                                   | 咨询方式 |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------|------|
| 第一次的辅食课堂  | 介绍让孩子开始吃辅食的方法。<br>【对象】5月龄婴儿的监护人 【地点】港区保健所(预约制)                           | ●    |
| 婴幼儿饮食咨询会  | 将由管理营养师提供婴幼儿饮食咨询。<br>【对象】婴幼儿的监护人 【地点】港区保健所(预约制)                          | ●    |
| 生日牙齿检查    | 每月1次的牙科检查、刷牙指导、饮食咨询等<br>【对象】学龄前儿童(3岁的幼儿在“3岁幼儿体检”中进行)<br>【地点】港区保健所(预约制)   | ●    |
| 小康健牙齿涂氟项目 | 牙齿涂氟、牙科检查、牙科保健指导<br>【对象】本年度内满4岁、5岁、6岁的儿童<br>【费用】免费(实施期间内1次) 【地点】区内实施医疗机构 | ●    |
| 齿列及咬合咨询   | 由专业矫正牙医提供咨询。<br>【对象】3岁到小学6年级学生 【地点】港区保健所(预约制)                            | ●    |

## 港区立儿童发育支援中心(Pao)

咨询 港区立儿童发育支援中心(Pao) ☎ 6277-3106

F 6277-3844 开馆时间: 周一至周六 9:00-18:00



面向发育有障碍或迟缓的儿童, 提供发育咨询支援。

是否对孩子有以下担心或不安?

- 说话慢
- 很晚才学会走路
- 静不下来
- 动作不灵活
- 与伙伴之间难以相处

如有疑虑请随时通过电话咨询。

根据需要, 可由心理咨询师、理疗师、职业治疗师、言语听觉治疗师、社会福利工作者等提供面谈咨询。

## 发育支援

| 名称            | 内容、对象等                                                                                                                                                                 |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 咨询和支援         | <p>接受与孩子的成长和发育相关的咨询。此外，还举办可亲子一起来园接受育儿的亲子班(0-2岁婴幼儿)以及提供单独指导。</p> <p><b>【实施日期】</b>周一~周六 9:00~18:00</p>                                                                   |
|               | <p>提供面向使用残障福利服务和残障儿童就读特殊园所支援等的咨询，制定残障儿童支援使用计划。</p>                                                                                                                     |
| 残障儿童就读特殊园所支援※ | <p>让孩子们在每天的活动中养成基本的生活习惯，通过游戏积累各种经验。通过在小型团体环境中与朋友进行互动，培养能够适应集体生活的能力。(可与保育园同日使用)</p> <p><b>【实施日期】</b>每周5日的班级：周一~周五<br/>每周2日的班级：周二、周三或周四、周五</p> <p><b>【对象】</b>约3~5岁儿童</p> |
|               | <p>让孩子们通过活动积累成功经验，从而帮助他们在幼儿园、保育园等集体中充满自信地应对问题。</p> <p><b>【实施日期】</b>周一~周五下午(每月2~3次)</p> <p><b>【对象】</b>上幼儿园、保育园等的3~5岁儿童</p>                                              |
|               | <p>根据孩子的情况，由心理咨询师、理疗师、职业治疗师、言语听觉治疗师提供单独指导。</p> <p><b>【实施日期】</b>周一~周五 <b>【对象】</b>大约3~5岁的儿童</p>                                                                          |
|               | <p>以心理咨询师、职业治疗师、言语听觉治疗师为中心，从专业的观点根据孩子的问题进行单独指导，及通过小组方式进行疗愈。目的是提高生活能力，加强社会性和沟通技能。</p> <p><b>【实施日期】</b>周一~周五的下午及周六(每月1~2次)</p> <p><b>【对象】</b>在学校上学的儿童</p>                |
|               | <p>以上门访问的方式，让孩子掌握每天生活中基本的生活习惯，通过游戏积累各种经验，提高生活能力。</p> <p><b>【实施日期】</b>周一~周五(每月2次左右)</p> <p><b>【对象】</b>因严重残障等原因，难以外出接受儿童发育支援等的儿童。</p>                                    |
|               | <p>访问保育园、幼儿园、学校等，提供帮助孩子适应集体生活的专业支援。</p> <p><b>【实施日期】</b>周一~周五(每月2次左右)</p> <p><b>【对象】</b>就读于保育园等集体生活设施的0~未满18岁的少年儿童</p>                                                 |

※ 在使用残障儿童就读特殊园所支援时，需要有就读特殊园所的资格证。

## 疫苗接种

咨询 港区保健所保健预防课保健预防系 ☎ 6400-0081



孩子随着年龄增长，会逐渐失去从母亲身上所得到对疾病的抵抗力。因此，请让您的孩子通过疫苗接种来获得免疫力，预防感染。

港区保健所将向接种适龄的孩子寄送疫苗接种预诊单。请记得就诊。有关预防接种的种类和接种时期等信息，请参阅港区网站主页。

此外，使用第6页介绍的“港区母子手账App”可以根据出生日期自动制作预防接种时间表。请善加利用。

## 儿童医疗费补助

咨询 儿童及青年支援课儿童给付系 ☎ 3578-2430



年满 18 岁后的第一个 3 月 31 日之前的孩子，可领取健康保险内诊疗、开药时发生的自费医疗费用补贴。监护人及孩子均需居住在港区，并已加入日本公共健康保险，凭申请领取医疗证。此外，该补助对监护人的收入没有限制。

※ 接受生活保护的家庭和入住设施的儿童不属于该对象。

※ 请在孩子出生、迁入日期以后的 15 天以内，通过以下任一方式申请：邮寄至儿童给付系，或带去各综合分厅舍区民课保健福祉系，或通过 My Number Portal 网站进行电子申请。

### ○ 申请时的所需材料

孩子加入的健康保险证。

### ○ 补助方法

#### ① 去往东京都内的医疗机构时

向医疗机构的窗口出示健康保险证和医疗证，即可在接受诊疗、购买药物时免除自费部分。

#### ② 在东京都外和其他无理医疗证的医疗机构就诊时

在支付自己承担的医疗费部分后，为规定的申请书附上发票原件，邮寄至儿童给付系，或向各综合分厅舍区民课保健福祉系进行申请。钱款将被汇至医疗证上记载的监护人的账户。

## 儿童疾病的医疗费补助

咨询 港区保健所健康推进课地区保健系

☎ 6400-0084



### ■ 养育医疗补助

出生时体重在 2000g 以下或者生活能力特别弱、出现一定症状的新生儿，在指定医院住院时，可减免部分医疗费。

### ■ 疗育补助

未满 18 周岁的结核病患儿为了治疗需要在指定医院住院时，提供医疗补助。

### ■ 养育医疗补助

未满 18 岁，患有肢体残疾，视觉、听觉、平衡性、声音、语言、咀嚼功能障碍的儿童以及因心脏疾病、肾脏疾病、先天性内脏疾病、肝功能疾病等需要在指定医院做手术的儿童，可享受医疗费补助。

### ■ 小儿慢性疾病

未满 18 岁，患有恶性肿瘤、慢性肾脏疾病、慢性呼吸系统疾病、心脏疾病、内分泌疾病、胶原病、糖尿病、先天性代谢异常、血液疾病、免疫性疾病、神经与肌肉疾病、慢性消化系统疾病、先天性异常综合征、皮肤疾病等的儿童，可享受医疗费补助。

## 儿童补贴

咨询 儿童及青年支援课儿童给付系 ☎ 3578-2431



为了肩负下一代社会重任的儿童健康成长，政府会支付儿童补贴。

对象为在区内有住所，养育初中在读孩子的人士。

※请在孩子出生、迁入日期的第2天到15天以内，通过以下任一方式申请：邮寄至儿童给付系，或带去各综合分厅舍区民课保健福祉系，或通过 My Number Portal 网站进行电子申请。

※公务员请不要在居住地申请，要向工作单位申请。

※有关所得上限额、再申请等信息请参阅网站。

### 【补贴金额】每名孩子的每月金额

|                         |          |
|-------------------------|----------|
| 0～未满3岁                  | 15,000日元 |
| 3岁～小学毕业为止<br>(第一、第二个孩子) | 10,000日元 |
| (第三个孩子以后)               | 15,000日元 |
| 初中生                     | 10,000日元 |
| 如果超过了收入限制               | 5,000日元  |
| 如果所得超过上限                | 不予补助     |

## 港区分娩、育儿支援电子邮件

咨询 羁绊邮件计划 ☎ 6709-6893



这是发送有助于产后育儿的信息的电子邮件服务。

【对象】在区内居住的孕妇及其家人、以及未满3岁的婴幼儿的家人等

【邮件发送次数】产后100天内…每天

1岁以内…3天1次左右

2岁以内…每周2次左右

3岁以内…每月2次左右

【邮件内容】发送孩子的成长情况、育儿建议。

【注册方法】

请扫描二维码，发送一份空白邮件。您将在一两天内收到确认邮件。注册、接收邮件均为免费。

※通讯费由注册人自行承担。

※妊娠期间的注册者在产后使用还需重新注册。

【二维码】产后



※无法读取二维码时，请向以下邮件地址发送邮件。产后 [minato\\_kosodate@reg.kizunamail.com](mailto:minato_kosodate@reg.kizunamail.com)

※不能注册和接收邮件时，敬请咨询特定非营利活动法人羁绊邮件计划

## 阅读起跑线项目

咨询 教育委员会事务局教育推进部图书文化财课 图书馆系  
☎ 6435-3011



为了婴儿成长中的心理健康，同时让监护人了解和婴儿一同打开绘本时的喜悦与重要性，将在现场演示读故事、并在介绍港区的图书馆项目后，由图书馆发放绘本。

### 【对象】

住在港区的满1周岁以下的婴儿和其监护人。(每个婴儿限1次) 该活动还在小兔子俱乐部(参考→P13)举办。(内容相同。)

### 【携带资料】

母子健康手册

### 【发放绘本】

发放《不见了，不见了》《滴答滴答》的两册基础套装。如果您已经有了这些绘本，请当天提出申请。我们准备了多册可供替换的绘本。

※ 事先预约的话，我们可为您顺利地進行安排。

※ 活动可能会因为各种事由(特别整理期间等)而变更或取消。

详情请浏览港区立图书馆主页的活动一览

※ 在阅读起跑线项目的举办日期以外，您也可以电话咨询，附近的区立图书馆可随时提供接待(台场除外)。

※ 我们还为因疾病和介护等来馆困难的人士提供阅读起跑线绘本的邮寄服务。详情敬请咨询各图书馆。

