

北保健センターの相談先

困ったことがあったら、まずはここへ！
子育てに関わる相談を受け付けています。
お気軽にご相談ください。

【開庁時間】 月～金（祝日・年末年始を除く） 8：45～17：15

保健師

*妊娠・出産
*育児
*子どもの発達
*ママの体のこと など

栄養士

*妊娠期の食生活
*離乳食のすすめ方、作り方
*月齢に合わせた離乳食や
幼児食の相談 など

歯科衛生士

*歯みがき
*歯並び
*咬み合わせ
*フッ素（フッ化物）について
*むし歯予防 など

健やか推進係 **757-1181**

出前子育て相談 「ピンポンこんにちは」

保育士がご家庭を訪問し、
相談をお受けします。



保育士

*月齢に応じた遊び
*子育てサロン
*生活リズム
*トイレトレーニング
*イヤイヤ期 など

*保育所
*認定こども園
*幼稚園 など

*ひとり親について

子育て支援担当係 **757-2566/756-0874**
(相談専用ダイヤル)

北区保育・子育て支援センター子育て支援係 **757-5381**

子ども家庭福祉係
757-2563

次のページから
お子さんの成長時期毎の
北区の子育て情報をお知らせします



赤ちゃんが
お腹にやってきました！
嬉しいけど、不安もあります。
どんな準備が必要ですか？



相談先と妊婦向け
情報

マタニティ教室《予約制》

妊娠中の過ごし方、出産・育児についての講
話や育児実習を行います。

対象：北区にお住まいの初めて
ご出産を迎えられる妊娠
6か月以降の妊婦



妊産婦歯科健診《予約制》

妊産婦の歯の健診・相談を行っています。

対象：妊婦および産婦
(産後1年以内)



この時期の健診等

妊婦訪問事業

妊娠中の方のご家庭を訪問し、
妊娠・出産・育児に関する不安や
悩みの相談に応じるとともに、
子育て情報などの提供を行います。



北区保育・子育て支援センター ちあふる・きた こあらの部屋

子育てサロンこあらの部屋は、妊娠から
ご利用いただけます。先輩ママや保育士と
お話しませんか？子育て講座にもお申込
みいただけます。
(詳細は11、12ページ)



歯科衛生士

子育て保健相談員

管理栄養士

保健師

保育士



健やか推進係 **757-1181**

子育て支援担当係 **757-2566**

私たちがサポートします