

乳幼児健診

乳幼児健診は、指定の日時に各保健センターで行う健診と、区内の委託医療機関で個別に受ける健診があります。該当時期になるとお知らせが郵送されます。

1 か月児健診

対象月齢の間に個別に受診します。受診票は妊婦健康診査受診票と一緒にお渡しします。(この受診票は一定金額を上限として助成するものです。医療機関での指導内容や検査項目により自己負担が発生することがあります。)

- 対象月齢
生後 28 日～生後 41 日まで(出生日を 0 日目と数えます。)
- 健診場所 都内の委託医療機関
※東京都外で受診される方は健康づくり課までご連絡ください。
- 問い合わせ
健康づくり課健康づくり推進係
【TEL】 5273-3047 【FAX】 5273-3930

3～4 か月児健診

指定の日時に実施します。健康診査のほか、お母さんの健康相談も行います。

また、「絵本でふれあう子育て支援」(▶▶ P17)として、絵本をお渡ししています。

- 通知方法
3～4 か月になる頃、個別に郵送
- 対象月齢 3～6 か月未満
- 健診場所 保健センター (▶▶ P88)

6～7 か月児健診

対象月齢の間に個別に受診します。受診票と健診を実施している医療機関のリストは、3～4 か月児健診時に配付します。各医療機関にご照会のうえ、お受けください。

- 通知方法 3～4 か月児健診時
- 対象月齢
6～7 か月の間(8 か月になる前日まで)
- 健診場所 都内の委託医療機関

- 問い合わせ 保健センター (▶▶ P88)

9～10 か月児健診

対象月齢の間に個別に受診します。受診票と健診を実施している医療機関のリストは、3～4 か月児健診時に配付します。各医療機関にご照会のうえ、お受けください。

- 通知方法
3～4 か月児健診時
- 対象月齢
9～10 か月の間(11 か月になる前日まで)
- 健診場所
都内の委託医療機関

1 歳 6 か月児健診

対象月齢の間に個別に受診します。受診票と健診を実施している医療機関のリストと一緒に送付します。各医療機関にご照会のうえ、お受けください。健診受診後に、バースデーサポートギフト(電子カタログギフト)をお贈りします。

- 通知方法
1 歳 6 か月の頃、個別に郵送
- 対象月齢
満 1 歳 6 か月～2 歳未満
- 健診場所
区内の委託医療機関

1 歳 6 か月児歯科健診

指定の日時に実施します。歯科健診のほか個別相談も行います。

- 通知方法
1 歳 6 か月児健診通知に同封
- 対象月齢
満 1 歳 6 か月～2 歳未満
- 健診場所
保健センター (▶▶ P88)

3歳児健診

指定の日時に実施します。内科健診、歯科健診のほか、尿検査や個別相談も行います。

また、「絵本でふれあう子育て支援」(▶▶ P17)として、絵本の引換券をお渡ししています。最寄りの区立図書館で、引換期間内にリストの中から1冊をお選びください。

- 通知方法

3歳の頃、個別に郵送(視力、聴覚、尿検査セットも同封)

- 対象月齢

満3歳～4歳未満

- 健診場所 保健センター (▶▶ P88)

5歳児健診(令和8年7月から)

集団遊び、問診、計測(身長・体重)、診察、個別相談を行います。

- 通知方法 個別に郵送

- 対象月齢

満5歳(令和8年度の対象は、令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ)

- 申し込み

予約制。個別に送付される5歳児健診のご案内に記載の二次元コードよりお申し込みください。

- 健診場所 保健センター (▶▶ P88)

乳幼児歯科相談

もぐもぐごっくん歯科相談

食べ方等、子どもの口の機能に関する心配ごとに対し、口腔機能専門の歯科医師が個別相談を行います。実際に食べ方を見ながらのアドバイスができます。

- 対象月齢 7か月頃～就学前

- 場所 保健センター

- 申し込み

予約制。新宿区ホームページ(右二次元コード)よりお申し込みください。

- 問い合わせ

保健センター (▶▶ P88)



もぐもぐ
ごっくん
歯科相談

歯と口の健康チェック (歯科健診)とフッ素塗布

区内の協力歯科医療機関で、年に2回、歯と口の健康チェック(歯科健診)とフッ素塗布を無料で実施します。

- 通知方法

4月末に2回分の受診票を一齐に郵送

- 対象月齢(年度末月齢)

3歳～7歳(令和8年度の対象は、平成31年4月2日～令和6年4月1日生まれ)

- 問い合わせ

健康づくり課健康づくり推進係

【TEL】5273-3047 【FAX】5273-3930

はじめて歯科相談(1歳児) にこにこ歯科相談(2歳児)

1歳と2歳の子どものお口のチェック(むし歯・歯並び・食べ方等)と歯みがきの練習を行います。

- 通知方法

1歳・2歳のお誕生月に個別に郵送

- 問い合わせ 保健センター (▶▶ P88)



予防接種

感染症にかからないために予防接種を受けましょう。どんな予防接種をいつ接種するのか、どこで受ければいいのかなど、次の表を参考に接種スケジュールをたてましょう。

種 類		1 か 月	3 か 月	6 か 月	9 か 月	1 歳	1 歳 半	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	8 歳	9 歳	10 歳	11 歳	12 歳	13 歳	14 歳	15 歳	16 歳
定期 接 種	B 型肝炎		対象年齢 出生後～1 歳未満																			
	ロタウイルス	1 価	対象年齢 出生 6 週 0 日後～24 週 0 日後																			
		5 価	対象年齢 出生 6 週 0 日後～32 週 0 日後																			
	小児用肺炎球菌		対象年齢 生後 2 か月～5 歳未満																			
	5 種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ・ヒブ）	1 期 初 回	対象年齢 生後 2 か月～7 歳 6 か月未満																			
		1 期 追 加	対象年齢 生後 2 か月～7 歳 6 か月未満																			
	B C G		対象年齢 出生後～1 歳未満																			
	MR （麻しん・ 風しん混合）※1	1 期	対象年齢 1 歳～2 歳未満																			
		2 期	対象年齢 幼稚園・保育園等年長児相当年齢時																			
	水 痘（水ぼうそう）		対象年齢 1 歳～3 歳未満																			
	日 本 脳 炎	1 期 初 回	対象年齢 生後 6 か月～7 歳 6 か月未満																			
		1 期 追 加	対象年齢 生後 6 か月～7 歳 6 か月未満																			
		2 期	対象年齢 9 歳～13 歳未満																			
	2 種 混 合 （ジフテリア・破傷風）		対象年齢 11 歳～13 歳未満																			
	ヒトパピローマウイルス （HPV）※2		対象年齢 小学校 6 年生～高校 1 年生相当年齢の女性																			
任意 接 種	男性ヒトパピローマウイルス（HPV）※2、おたふくかぜ、インフルエンザなどがあります。 任意接種は、保護者と被接種者の方の希望により接種する予防接種です。 おたふくかぜ、インフルエンザの任意接種費用は一部自己負担があります。																					

※1 接種期間について経過措置を設けています。対象者等詳しくは新宿区ホームページ（表右上の二次元コード）をご確認ください。

※2 対象者等詳しくは新宿区ホームページ（表右上の二次元コード）をご確認ください。

● 問い合わせ

保健予防課予防係

【TEL】 5273-3859 【FAX】 5273-3820

保健センター (▶▶ P88)



子どもの
予防接種



HPV
(女性)



HPV
(男性)

(令和8年4月現在)

回 数	標準・推奨接種年齢	通知時期	接種方法	備考
3 回	生後 2 か月～ 9 か月未満	生後 2 か月になる前	個別接種 新宿区が指定する子どもの予防接種実施医療機関に、「予防接種予診票」を持参して接種します。実施医療機関名簿は、予診票と一緒に郵送します。最新の医療機関名簿は新宿区ホームページに掲載しています。	母子感染予防の対象者として、健康保険により B 型肝炎ワクチンを受けた子どもは定期接種の対象外です。
2 回	初回接種は生後 2 か月～出生 14 週 6 日後まで	生後 2 か月になる前		
3 回				
1～4 回 接種開始時期により異なります	生後 2 か月～7 か月未満に初回接種開始・1 歳～1 歳 3 か月未満に追加接種	生後 2 か月になる前		
3 回	生後 2 か月～1 歳未満	生後 2 か月になる前		
1 回	1 期初回 3 回目終了後 6 か月～18 か月未満			
1 回	生後 5 か月～8 か月未満	生後 2 か月になる前		
1 回	1 歳になってすぐ	生後 11 か月になる月の下旬		平成 30 年 4 月 2 日～平成 31 年 4 月 1 日生まれの方で 1 期の接種が完了していない方、令和 4 年 4 月 2 日～令和 5 年 4 月 1 日生まれの方で 2 期の接種が完了していない方は令和 9 年 3 月 31 日までの間、接種できます。
1 回	対象年齢になってすぐ	対象年度前の 3 月末		
2 回	1 回目: 1 歳～1 歳 3 か月未満 2 回目: 1 回目終了後 6 か月～12 か月未満	生後 11 か月になる月の下旬		
2 回	3 歳	3 歳になる月の前月下旬		平成 7 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日生まれの方で 1 期・2 期の接種が完了していない場合、20 歳になるまでの間、不足分を接種できます。
1 回	4 歳			
1 回	9 歳	9 歳になる月の前月下旬		
1 回	11 歳	11 歳になる月の前月下旬		
2～3 回 接種開始時期により異なります	中学校 1 年生	小学校 6 年生になる前の 3 月末		

おたふくかぜ、インフルエンザについては、接種時期が近づきましたら、予防接種予診票を個別に送付します。小学校 6 年生～高校 1 年生相当年齢の男性に対する HPV ワクチン接種と、2 歳～18 歳以下の MR（麻しん・風しん混合）定期接種未接種の方を対象に、任意接種費用の全額助成を実施しています。希望する方は保健予防課へお問い合わせください。

お医者さん情報

救急・休日の医療機関

緊急のとき

頭を強く打ち、出血が止まらない！呼びかけても意識がない！けいれんがとまらない！など緊急な場合には119番へ連絡しましょう。

【救急車を呼ぶには？】

119番に連絡し、落ち着いて「住所・名前・電話番号・今いる場所の目標物・子どもの状態」を告げましょう。

救急車を呼んだ ほうがよいか迷ったとき

○東京消防庁 救急相談センター

【TEL】# 7119または3212-2323（24時間年中無休）

急な病気やケガをして、病院へ行くか、救急車を呼ぶか迷ったときの相談窓口です。相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者等の職員）が24時間年中無休で対応しています。

休日や夜間などに急病になったとき

休日（土・日・祝日）・年末年始・夜間などに診療しています。

■ 休日診療

問い合わせ	新宿区医師会区民健康センター (MAP E-3) 新宿 7-26-4 【TEL】3208-2223
受付	土（内科）17:00～22:00 日・祝日・年末年始 （内科）9:00～22:00 （小児科）9:00～17:00 ※受付は終了30分前まで。
内容	内科・小児科等で、休日に急病の方を対象に診療を行っています。必ず電話で症状等をご相談のうえ、受診してください。また保険診療で有料ですので、マイナ保険証・子ども医療証等をお持ちください。

■ 小児夜間診療

問い合わせ	しんじゅく夜間こども診療室 (MAP F-3) 戸山 1-21-1（国立国際医療センター内） 【TEL】6228-0713
受付	（小児科） 月～金 19:00～22:00 土・日・祝日・年末年始 18:00～22:00 ※受付は21:30まで。
内容	夜間に小児科（骨折・熱傷等の外科を除く）の診療を実施しています。マイナ保険証・子ども医療証等をお持ちください（できるだけ来院前にお電話でご連絡ください）。

緊急時の医療機関案内

緊急時に医療機関や詳しい情報を案内してくれます。

■ 休日急患テレフォン案内

問い合わせ	新宿区医師会区民健康センター (MAP E-3) 新宿 7-26-4 【TEL】3208-2223
受付	土 17:00～22:00 日・祝日・年末年始 9:00～22:00
内容	救急医療機関や、休日歯科当番医（日・祝日の9:00～17:00、区内2か所）等をご案内します。また、急患に関する相談について、必要に応じて医師または看護師がお答えします。（※17:00以降は医療機関のご案内のみ）

■ 東京都電話相談案内

問い合わせ	東京都 子供の健康相談室 (小児救急相談) 【TEL】 #8000 または 5285-8898
受付	月～金 18:00～翌朝 8:00 土・日・祝日・年末年始 8:00～翌朝 8:00
内容	子どもの健康・救急に関する相談に看護師や保健師等が応じています。また必要に応じて小児科医師がお答えします。

問い合わせ	東京都医療機関案内サービス 「ひまわり」 【TEL】 5272-0303 【FAX】 (聴覚障害者の方等) 5285-8080
受付	24 時間受付
内容	電話・ファクシミリで都内の医療機関をご案内しています。(音声アナウンスに従ってダイヤルまたはプッシュボタンを操作してください。)

■ インターネット

● 医療情報ネット (ナビイ)

お近くの医療機関、診療中の医療機関、休日当番医などを検索できます。



● こどもの救急

子ども (生後 1 か月～6 歳) の救急時の情報があります。

夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。



■ Web サイト検索

次のキーワードで検索してください。

● 新宿区医師会
(区内の医科の医療機関の検索)



● 東京都新宿区歯科医師会
(区内の歯科の医療機関の検索)



● 東京都新宿区四谷牛込歯科医師会
(区内の歯科の医療機関の検索)



● 東京都こども医療ガイド
(子どもの病気やケア、育児などについての一般的な知識の提供)



子どもの安全・安心

しんじゅく安全・安心情報ネット

希望する方に「不審者情報」「事件情報」「その他の防犯情報」などのメールをお送りします。配信をご希望の方は、パソコンまたは携帯電話・スマートフォンから登録してください。

登録方法

● 二次元コードからの登録

右記二次元コードを読み取り、サイトに接続後、手順に従って登録してください。



● 区公式 LINE からの登録

LINE アプリを起動し、ホーム画面の「友だち追加」から、「QRコード」を選択して、右記二次元コードを読み取り、新宿区を友だち追加後、下記の手順に従って設定してください。
『基本メニュー』⇒『防災防犯』⇒『不審者情報受信登録』



ピーポ 110 ばんのいえ

子どもが危険を感じたときに、助けを求められる緊急避難場所です。子どもの安全を守ってくれる家やお店には、「ピーポ 110 ばんのいえ」のステッカーが貼ってあります。



▲ 「ピーポ 110 ばんのいえ」ステッカーのデザイン

被害にあった場合の相談窓口

● 問い合わせ
警視庁犯罪被害者ホットライン
【TEL】 3597-7830
月～金 8:30～17:15

公益社団法人 被害者支援都民センター
【TEL】 3222-9050
【FAX】 3222-9053
月・木・金 9:30～17:30
火・水 9:30～19:00



コ ラ ム

「知っておきたい子どもの病気とケガ」 子育て地域医療ハンドブック

新宿区が発行している子育て地域医療ハンドブック「知っておきたい子どもの病気とケガ」でも、症状別の対処方法や、緊急連絡先、新宿区の診療マップなどをご紹介します。

このハンドブックは、「すくすく赤ちゃん訪問」(▶▶ P15) で出産後に訪問指導員がご家庭を訪問した際にお渡ししています。

● 問い合わせ 健康づくり課健康づくり推進係
【TEL】 5273-3047 【FAX】 5273-3930



災害に備えて

妊婦・乳幼児のための日頃からの備え

- ☐ 母子健康手帳は避難時に持ち出せるように、わかりやすい場所においておきましょう。
 - ☐ 必要な薬などを1週間分準備しておきましょう。
 - ☐ 授乳中の方は、哺乳瓶とミルク1週間分程度を、非常持出袋に入れておきましょう。
 - ☐ 子どもが通っている保育園等への非常時の連絡方法や、家族内で非常時の避難先・連絡方法を確認しておきましょう。
 - ☐ 日頃から近所の方や子育て世代の友人などとネットワークをつくっておきましょう。
 - ☐ 妊娠中の方は、お腹を覆うひざ掛けのようなものを非常持出袋に入れておくなど役立ちます。
 - ☐ 避難が必要になったら、非常持出袋や母子健康手帳を持って、近所の方たちと協力して避難しましょう。特に乳幼児がいる方は、子どものお気に入りのおもちゃやタオルなどを持ち出せると、避難先で子どもが安心できます。

最低3日分（できれば1週間分）の生活物資を備えましょう

水や食料などは普段から多めに買っておき、使った分だけ新しく補充するようにし、有効に活用しましょう。

〔飲料水〕

1人1日3リットルを目安に、ペットボトル入りのミネラルウォーターなどを備蓄しておきましょう。

〔食料〕

米（レトルト等調理済が便利）や缶詰、菓子類など。乳幼児の粉ミルクや離乳食なども忘れずに。

〔その他〕

カセットコンロ・ボンベ、携帯トイレ、トイレ
トペーパー、ウェットティッシュなど。

※常備薬やアレルギー対応食など家庭に応じた備えも忘れずに行いましょう。

非常持出品の用意

避難が必要な場合に備えて、非常持出品を用意し、ひとまとめにして取り出しやすいところに保管しておきましょう。非常持出品は、避難のときに持ち出す一次持出品と、避難後、災害復旧までの間の生活物資を入れた二次持出品にわけておくことでより安心です。中身は定期的に点検しましょう。

いざ、避難となったら

単独で行動せず、区や防災関係機関、防災区民組織（町会や自治会等）のリーダーの指示のもとに集団で避難しましょう。地域の人たちが助け合って避難できるように一時的に集合する場所（一時（いつ）とき 集合場所）が防災区民組織により決められています。詳しくは、お近くの防災区民組織の役員の方等にお尋ねください。

防災ハンドブック『災害に備えて』は
こちらで確認できます。



● 問い合わせ

危機管理課地域防災係

【TEL】 5273-3874 【FAX】 3209-4069