



分娩、育儿、 教育

育儿的支援

怀孕、分娩、育儿



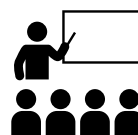
p60

育儿援助服务



p62

育儿研讨班



p69

保育园等

p70



儿童园

p70

幼儿园

p70

小学、初中

p70



义务教育之后的
教育

p71

儿童馆、儿童角、
学童俱乐部



p72



在学校学习日语

p73

在当地学习日语

p74

怀孕、分娩、育儿

■妊娠申报、母子健康手册的发放

👉 牛込保健中心

☎ 03-3260-6231

👉 四谷保健中心

☎ 03-3351-5161

👉 东新宿保健中心

☎ 03-3200-1026

👉 落合保健中心

☎ 03-3952-7161

👉 健康促进课 健康促进工作系

☎ 03-5273-3047

知道怀孕后，请尽早向保健中心、健康促进课健康促进工作系、特别办事处的其中一个单位提出妊娠申报。

向孕妇发放记录有怀孕、分娩经过、孩子发育情况、健康诊查、预防接种等内容的母子健康手册。

另外，还将发放装有有关妊娠·分娩·育儿的手册与孕妇健康诊查就诊单等的“母子保健袋”（仅限已办理居民登记的人）。

○ 对象

已怀孕的人员（原则上为办理了新宿区居民登记的人员）

○ 申请方法

请提交窗口交付的怀孕申报单。

○ 申报点

保健中心、健康促进课健康促进工作系、特别办事处

※ 详情请向上述部门咨询。

※ 健康促进课、保健中心可领取母子健康手册的外语版（韩国语、汉语、西班牙语、他加禄语、英语、葡萄牙语、泰国语、印度尼西亚语、越南语、尼泊尔语）。韩语、中文、英语版在特别办事处也可领取。

希望领取的人士请在发放手册时申请。

■分娩·育儿支援事业 (摇篮·新宿)

👤 各保健中心

健康促进课 健康促进工作系

为了支援孕妇从怀孕中到育儿期能够安心度过，将由保健师等专门工作人员进行面谈，介绍怀孕中和产后的信息。在保健中心·健康促进课健康促进工作系进行了怀孕申报的人，可当场接受面谈。在特别办事处申报的人，请携带母子健康手册前往保健中心·健康促进课健康促进工作系。

怀孕中迁入新宿区的人也属于面谈对象。

■妈妈学习班·父母学习班

👤 各保健中心

以怀孕中的妈妈及将要当爸爸的人为对象，举办关于怀孕、分娩、育儿知识的讲座。

○ 申请方法

详情请通过二维码确认。



■宝宝，你好！援助教室

👤 各保健中心

以孕妇及产妇为对象，助产师、保健师等进行咨询、建议，并提供育儿信息等。

需要预约。详情请通过二维码确认。



■产前产后支援事业

👤 儿童综合中心

产前产后如需要帮忙做家务和育儿时，将派遣帮扶人员等。

○ 对象

<在新宿区内居住，符合下列条件之一者>

- 孕妇
- 养育着 0 岁孩子的人
- 养育着 1 ~ 2 岁孩子和未满 4 岁的兄弟姐妹的人
- 养育着 0 ~ 2 岁多胎儿（双胞胎、三胞胎等）的人

○ 利用费

1 小时 1,000 日元或 1,500 日元（有减免制度）

- 需要事先登记。登记方法和详细利用内容请扫描二维码确认。



■保姆利用支援事业 (临时托管的利用支援)

👤 儿童综合中心

因工作、精神康复、生病等原因而请了保姆时，将补助部分使用费。

○ 对象

在区内居住，有 0 岁到小学入学前孩子的人

○ 利用时间

365 天 24 小时

○ 补助金额

每个孩子每小时 2,500 日元（7:00 ~ 22:00）或 3,500 日元（22:00 ~ 7:00）

○ 利用方法

使用了保姆服务之后，请通过在线或邮寄的方式申请。对象企业和申请方法等请通过二维码确认。



■出生申报

👤 户籍居民课 户籍系

请父亲或母亲在孩子出生后的 14 日以内向孩子出生地或申报人当前住所所在的政府提出申报。

并且，请不要忘记办理以下申报。

- 出生后的 30 日以内东京出入境在留管理局申请获取在留资格的相关许可
 - 与自己国家有关的手续（申请护照等）
- ※ 父母或任意一方为特别永住者，申请在日本出生孩子的特别永住许可时，请在出生后 60 天以内向户籍居民课住民登记系申请办理。此时需提供出生申报受理证明书。关于其他的必要资料，请咨询户籍居民课居民记录系（☎ 03-5273-3601）。

■产后护理事业

👤 各保健中心

健康促进课 健康促进推进系

需要产后育儿支援的母亲和婴儿可获得支援。

内容包括在支援设施住宿的短期居留型、白天前往支援设施的日间服务型、助产师前往利用者家中的外展服务型 3 种。详情请扫描二维码确认。



○ 可以利用的人

- 母亲和婴儿均在新宿区进行了居民登记
- 需要产后护理的人
- 母亲和婴儿均无需医疗行为或住院治疗

○ 利用费

有自己负担额（有减免制度）

○ 申请方法

需要事先登记申请。怀孕 8 个月（28 周）后请通过前往负责的保健中心窗口、邮寄、在线等方式申请。





■ 茁壮宝宝访问

👤 各保健中心

由访问指导员（助产师、保健师等）对有出生后 4 个月以内的婴儿的家庭进行访问。提供婴儿体重测量、育儿咨询、母子保健服务介绍等服务（免费）。请在孩子出生后立即邮寄母子健康手册中的“茁壮宝宝访问联络单”（出生通知单）。

■ 婴儿辅食讲习会

👤 各保健中心

以出生后 5 至 6 个月左右的婴儿监护人为对象，对关于离乳食品的推进方法（有烹饪演示、试吃）和事故防止的相关内容进行介绍。届时会向对象人员寄送邀请函。

需要预约。详情请通过二维码确认。



■ 1 岁婴儿饮食讲习会

👤 各保健中心

以出生后 1 岁至 1 岁半的婴儿监护人为对象，对关于离乳结束期的进餐和副食进行沟通。

请在“首次牙科咨询”通知上记载的日期参加。

■ 牙科卫生咨询

👤 各保健中心

分别以 1 岁和 2 岁幼儿为对象，由牙科医生和牙科卫生士进行咨询。

向对象儿童个别寄送通知。

■ 婴幼儿的健康咨询

👤 各保健中心

由保健师、营养师、口腔卫生士等针对婴幼儿的身心健康、发育、育儿、营养、牙齿的问题予以咨询。

育儿援助服务

■ 婴幼儿健康诊查

👤 各保健中心

在分娩后，以婴幼儿为对象，在指定的月龄免费为其进行体检与诊查。担当的保健中心将分别通知各对象。请勿忘记接受检查。

● 3 ~ 4 个月婴儿体检

实施场所：保健中心

通知：个别通知

内容：检测、诊察、个别咨询

● 6 ~ 7 个月婴儿体检、9 ~ 10 个月婴儿体检

实施场所：都内委托医疗机关

通知：在 3 ~ 4 个月婴儿进行体检时，
发放就诊单

内容：检测、诊察

● 1 岁 6 个月幼儿体检

实施场所：区内委托医疗机关

通知：个别发放就诊单

内容：检测、诊察

体检就诊后将寄送生日支援礼品。

● 1岁6个月幼儿牙科检查

实施场所：保健中心
 通知：个别通知
 内容：牙科诊察、个别咨询

● 3岁幼儿体检

实施场所：保健中心
 通知：个别通知
 内容：检测、诊察、牙科诊察、个别咨询

● 5岁幼儿体检（2026年7月～预定实施）

实施场所：保健中心
 通知：个别通知
 内容：检测、诊察、集体游戏、个别咨询
 ※ 详情请咨询担当的保健中心。

■ 预防接种

👤 保健预防课 预防系

预防接种有助于婴儿自身形成免疫力，预防疾病。

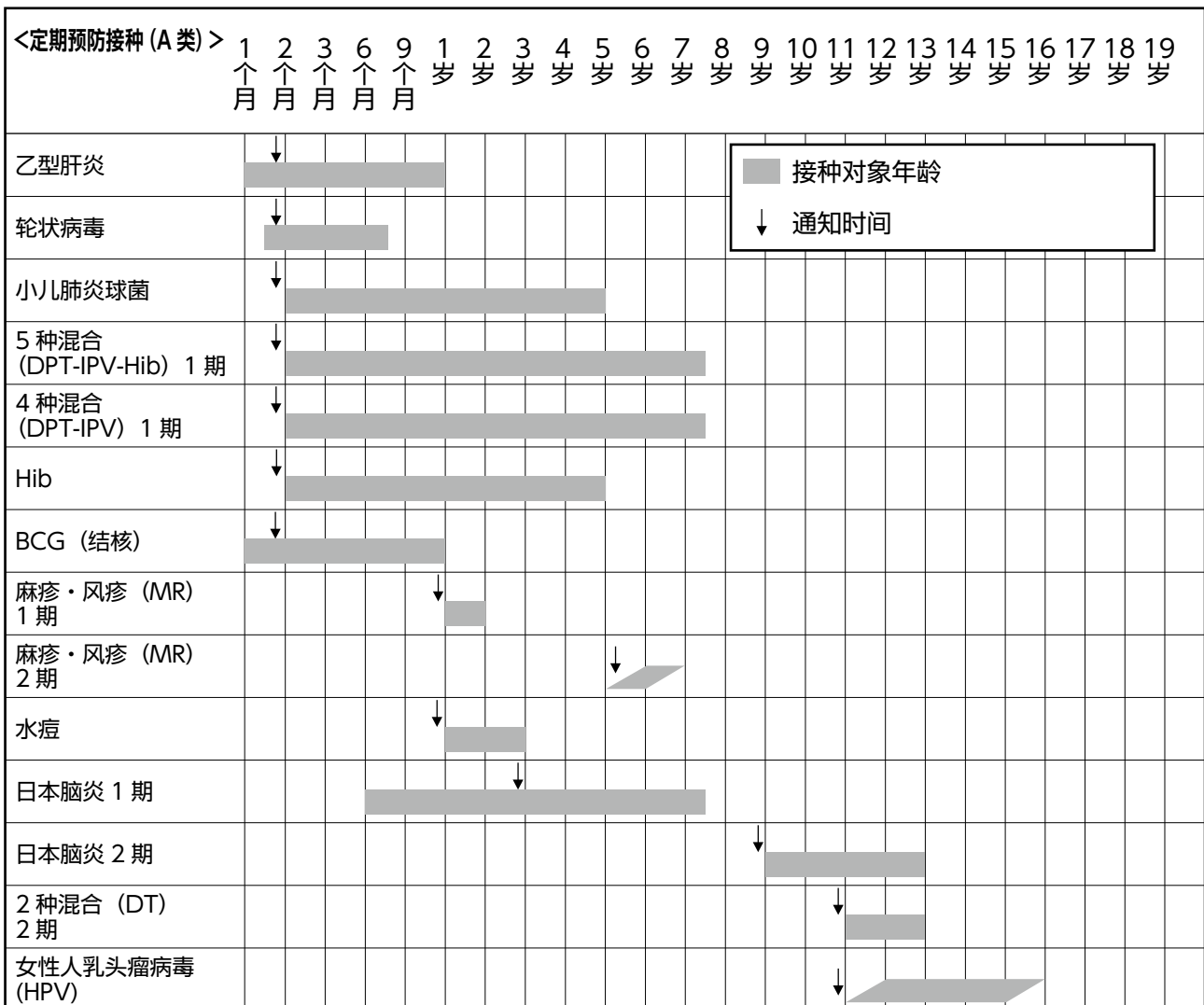
在新宿区，我们将以区内居民为对象实施预防接种相关费用的补助。实施时间因年龄、预防接种的种类不同而异。我们将发给相应人员预防接种预诊单。

<定期预防接种（A类）免费>

● 乙型肝炎

对象：未满1岁、3次

※ 作为母子感染预防对象，通过健康保险注射了乙型肝炎疫苗的的儿童不属于定期接种的对象。



分娩、育儿、教育



● 轮状病毒

- 对象：① 出生 6 周 0 天～ 24 周 0 天之间的人，2 次（接种 1 价“Rotarix”时）
② 出生 6 周 0 天～ 32 周 0 天之间的人，3 次（接种 5 价“RotaTeq”时）

※ 无论哪种疫苗，都建议在出生 14 周 6 天之前接种第一次。

● 小儿肺炎球菌

- 对象：出生后 2 个月～未满 5 岁、1～4 次（次数根据初次接种开始时期等不同）

● 5 种混合 (DPT-IPV-Hib) 1 期

- 对象：出生后 2 个月～未满 7 岁 6 个月、4 次

● 4 种混合 (DPT-IPV) 1 期

- 对象：出生后 2 个月～未满 7 岁 6 个月、4 次

● Hib

- 对象：出生后 2 个月～未满 5 岁、1～4 次（次数根据初次接种开始时期等不同）

● BCG (结核)

- 对象：出生后未满 12 个月、1 次

● 麻疹·风疹 (MR) 1 期·2 期

- 对象：1 期→ 1 岁～未满 2 岁、1 次
2 期→ 5 岁～未满 7 岁，入读小学前的 1 年间（4 月 1 日～ 3 月 31 日）、1 次

※ 由于 2024 年度的疫苗供应不足，在定期接种对象期间中未能接受麻疹·风疹疫苗 (MR 疫苗) 的人，可在 2025 年 4 月 1 日至 2027 年 3 月 31 日期间接受定期接种。符合条件的人请向保健预防课咨询。

- 对象：2022 年 4 月 2 日至 2023 年 4 月 1 日出生，且未完成 1 期接种的人
2018 年 4 月 2 日至 2019 年 4 月 1 日出生，且未完成 2 期接种的人

● 水痘

- 对象：1 岁～未满 3 岁、2 次

● 日本脑炎 1 期·2 期

- 对象：1 期→ 出生后 6 个月～未满 7 岁 6 个月、3 次
2 期→ 9 岁～未满 13 岁、1 次

※ 1995 年 4 月 2 日～ 2007 年 4 月 1 日出生的对象在满 20 岁之前可免费进行不足次数的接种，届时请咨询。

● 2 种混合 (DT) 2 期

- 对象：11 岁～ 未满 13 岁、1 次

● 女性人乳头瘤病毒 (HPV)

- 对象：相当于小学 6 年级～高中 1 年级年龄的女性、2～3 次（次数根据使用疫苗及接种开始年龄而不同。）

< 任意接种 >

包括以下项目。详情请来电咨询。接受生活保护的家庭均免除自己负担额。

● 腮腺炎

- 对象：出生后 12 个月～上小学前（满 6 岁后的首个 3 月 31 日前）、1 次
有部分自己负担额。

● 流感

- 对象：出生后 6 个月～未满 19 岁（接种时期有限制）、最多 2 次
有部分自己负担额。

● 麻疹·风疹 (MR)

- 对象：2 岁～ 18 岁，定期接种未接种的人（定期接种对象除外），最多 2 次（未接种次数）

● 男性人乳头瘤病毒 (HPV)

- 对象：相当于小学 6 年级～高中 1 年级年龄的男性、最多 3 次（年度内接种的次数部分）

■儿童牙齿和口腔的健康检查以及 涂抹氟化物

🏠 健康促进课 健康促进工作系

以3岁~7岁的儿童为对象，免费由区内委托的口腔科医疗机构口腔科医生对牙齿和口腔进行健康检查，以及为增强牙质而涂抹氟化物。届时，由区政府寄送就诊票。

■诞生礼物的发放

🏠 儿童育成担当课 儿童医疗、补贴系

新宿区为庆祝孩子的诞生，向他们赠送“诞生礼物”。

发放对象为在新宿区内有住所、孩子新出生且孩子住所也在新宿区的人员。

区里将通知对象人员。

■儿童的医疗费补助

🏠 儿童育成担当课 儿童医疗、补贴系

根据申请，向到达年满18岁后最初的3月31日为止的，且加入了日本的健康保险的儿童发放医疗证。

在东京都内的医疗机构等窗口出示个人编号保险证（或资格确认书）和医疗证，可以不用自己负担适用保险部分的医疗费就能接受治疗。住院时支付了伙食疗养费时或是在都外的医疗机构就诊时，自己负担的医疗费请申请补助。

○ 手续

请准备一些必要的文件，到儿童育成担当课儿童医疗、补贴系或特别办事处申请。

○ 必要文件

- 用来确认以申请人名义开设的转账账户
- 可确认儿童加入了健康保险的资料（资格确认书、资格信息通知等）

■孩子的短期照看

🏠 儿童综合中心

● 所谓孩子短期照看

以未满18岁的儿童为对象，对于下述情况没人可全天养育孩时，由区内的儿童福利设施和合作家庭等托管进行养育的制度。

- 因生病或分娩住院时
- 家人生病需要看护时
- 遇上事故和灾害时
- 因看护孩子而过度疲劳
- 出差住宿（每年利用天数有限制）
- 发生了其他无法照看孩子的事情

○ 对象

居住在区内的出生后60天~未满18岁的孩子

○ 可使用的時間

住宿7晚以内（1晚24小时）。当天往返不能利用。

○ 托管设施

二叶婴儿院，区内的孩子短期照看协力家庭

○ 使用费

1晚（24小时）3,000日元（有根据监护人的收入予以减免的制度）

○ 利用条件、方法

关于利用的详细内容，请通过二维码确认。



■夜间养护等事业

🏠 儿童综合中心

夜间无法照顾孩子时，在区内合作家庭等最多5小时托管的制度。

○ 对象

居住于区内的出生后60天~未满18岁的孩子





○可利用的时间、次数

原则上 17:00~22:00 期间内的 5 小时。

一年 12 次

○利用费

1 次 2,000 日元 (根据监护人的收入有减免制度)

○利用条件、方法

关于利用的详细内容,请通过二维码确认。



■儿童津贴

👤 儿童育成担当课 儿童医疗、补贴系

儿童津贴是向正在养育至年满 18 岁后最初的 3 月 31 日的儿童的人员发放的津贴。

※ 儿童需要在日本国内居住 (但留学等除外)。

发放对象儿童人均

0 岁~未满 3 岁的第 1 子、第 2 子	月額 15,000 日元
3 岁~18 岁年度末以内的第 1 子、第 2 子	月額 10,000 日元
0 岁~18 岁年度末以内的第 3 子以后	月額 30,000 日元

※ 孩子的人数为满 22 岁以后第一个 3 月 31 日期间前的儿童人数 (有监护相当·生活费负担关系的孩子)。

○注意点

必须申请才能享受津贴。晚申请的话,发放开始的时间也会随之推迟。

在申请时,除申请书外,还会要求提交其他资料。

■儿童育成津贴

👤 儿童育成担当课 培养支援系

儿童育成津贴分为以下 2 种,是一种根据申请发放的津贴。不管是哪种津贴,都有收入方面的限制性条件。

● 育成津贴

还未过 18 岁后第一个 3 月 31 日的、处于以下任何一种状态的儿童的抚养人

- 父母离婚的儿童
- 父亲或母亲死亡的儿童
- 父亲或母亲有重度残疾 (身体残疾者手册 1~2 级程度) 的儿童
- 父亲或母亲生死不明的儿童
- 遭父亲或母亲连续遗弃 1 年以上的儿童
- 法院要求父亲或母亲保护其免受家庭暴力的儿童
- 父亲或母亲根据法令被连续拘禁 1 年以上的儿童
- 非婚生,不被父亲 (父子家庭的话则为母亲) 抚养的儿童

○ 发放额

每位儿童每月 13,500 日元

● 残疾津贴

满足以下情形之一的、未满 20 岁的儿童的抚养人

- “爱之手册”的 1、2、3 度程度智障
- “身体残疾者手册”的 1、2 级程度残疾
- 患大脑性麻痹或进行性脑萎缩症

○ 发放额

每位儿童每月 15,500 日元

■儿童抚养津贴

👤 儿童育成担当课 培养支援系

据申请,向养育着还未过到 18 岁后第一个 3 月 31 日 (如有一定残疾,放宽到未

20岁)、处于以下状态之一的儿童的父亲或母亲、或养育人发放的津贴。必须申请才能享受津贴。此外,该项津贴有收入方面的限制条件。

- 父母离婚的儿童
- 父亲或母亲死亡儿童
- 父亲或母亲为重度残疾(身体残疾者手册1~2级程度)的儿童
- 父亲或母亲生死不明的儿童
- 被父亲或母亲连续遗弃1年以上的儿童
- 法院要求父亲或母亲保护其免受家庭暴力的儿童
- 父亲或母亲根据法令被连续拘禁1年以上的儿童
- 非婚生,不被父亲(父子家庭的话则为母亲)抚养的儿童

※ 儿童如果生活在国外,则不能享受该项津贴。

○ 发放额(截至2025年4月)

- 只有1名儿童时
全额发放 月額 46,690 日元
部分发放 根据收入,从月額 11,010 日元到 46,680 日元不等
- 第2个孩子以后的加算额
全额发放 月額 11,030 日元
部分发放 根据收入,月額 5,520 日元~11,020 日元

■ 特别儿童抚养津贴

🏠 儿童育成担当课 培养支援系

向养育着未满20岁、有以下程度残疾的孩子的人员发放的津贴。必须申请才能享受津贴。此外,该项津贴有收入方面的限制条件。

● 身体残疾

- 大致为“身体残疾者手册”1级~3级的程度(关于下肢残疾,包含4级的一部分)
- 因疾病处于需要长期静养的状态等

● 智力残疾

- 大致为“爱之手册”1度~3度左右

● 精神残疾

- 与上述相同程度的残疾(泛自闭症等导致日常生活受到明显限制的人)

● 多重残疾

- 有多种残疾时,单个残疾的程度比上述较轻时也可能符合对象。

○ 发放额(截至2025年4月)

残疾儿童每人每月

1级 56,800 日元

2级 37,830 日元

(根据残疾程度决定)

■ 家庭互助事业

👉 社会福利法人 新宿区社会福利协议会

新宿区家庭互助中心

🏠 新宿区高田马场 1-17-20

☎ 03-5273-3545

● 通常托管

这是一项在区民间开展会员制的相互援助活动,在地域中进行育儿援助。接受育儿援助的人员(利用会员)与提供育儿援助的人员(提供会员)均需登记。

○ 对象

在区内居住、工作或上学,出生后43天~18岁以内的儿童的监护人

○ 相互援助活动的内容

- 在保育园、儿童园、幼儿园、小学、学童俱乐部等保育设施的开始时间前提供儿童托管服务。
- 在保育设施等工作结束后提供儿童托管服务。
- 保育设施等的往返提供接送服务。
- 在保育设施等的休息日提供儿童托管服务
- 其他会员育儿援助所必需的活动





- 利用时间
6:00 ~ 22:00
- 利用费
7:00 ~ 19:00 每小时 800 日元
上述以外的时间段、年末年初为每小时 900 日元
- 利用方法
- ① 在家庭互助中心办理登记手续（需要预约）后，进行利用申请。
- ② 介绍提供会员，并进行事前的商讨。
- ③ 正式委托援助。

● 患病儿童、病后儿童照顾

儿童生病时或处于疾病恢复期时，如不能委托保育机构照顾，提供照顾的会员可在利用会员或提供照顾的会员家里进行服务。

- 对象
区内居住并经会员登记的 1 岁至小学 6 年级儿童监护人
- 利用时间
8:00 ~ 18:30（星期六、星期日、节假日、年末年初除外）
- 利用费
每小时 1,000 日元
- ※ 需要事先请医生诊断。根据病情可能无法提供服务。
- 利用方法届时请咨询。

■ 地区育儿援助中心

广场是指 0 岁到 3 岁的婴幼儿和其监护人可以自由使用的亲子游玩场所、集会的场所。这些广场不需要使用费。

有关开馆日、开放时间等，请询问有关人员。

● 地区育儿援助中心 二叶

🏠 新宿区南元町 4
☎ 03-5363-2170

交通：从 JR 信浓町站步行 8 分钟、从 JR 四谷站步行 13 分钟

● 地区育儿援助中心 原町深雪

🏠 新宿区原町 2-43
☎ 03-3356-2663

交通：从都营大江户线牛込柳町站步行 2 分钟

■ YUTTARI-NO

以亲子为对象的会员制设施。详细内容敬请咨询。

🏠 新宿区北山伏町 2-17 北山伏儿童馆 1 楼
☎ 03-5228-4377

交通：东京 Metro 地铁：从东西线神乐坂站步行 10 分钟

都营地铁：从大江户线 牛込神乐坂、牛込柳町站步行 10 分钟

都巴士：从饭 62、桥 63 系统 山伏町步行 5 分钟。从白 61 系统“牛込柳町站前”步行 10 分钟

■ 儿童综合中心、儿童家庭援助中心

2011 年 4 月 1 日开放的儿童综合中心，不仅可以为残障儿童提供服务，还能在育儿方面提供全面的援助服务。中心除了具有儿童家庭援助中心和儿童馆的功能外，还开设了儿童俱乐部和放学后等为残障儿童提供可以活动的场所。

儿童家庭援助中心为地区内的育儿家庭提供支援。

● 儿童与家庭的综合咨询

有关育儿的不安和烦恼、难事及不明之事等，请随时咨询。本中心的人员将与您一起想办法，为您提供建议。此外，还将根据需要为您介绍专业机构。

● 儿童的托管服务等

- 产前产后支援事业（参照第 61 页）
- 孩子的短期照看（参照第 65 页）
- 夜间养护等事业（参照第 65 页）

○ 广场型临时保育

短时间托管照顾婴幼儿的制度。在儿童综合中心、榎町儿童家庭援助中心、中落合儿童家庭援助中心实施。

○ 育儿访问咨询

由经验丰富的咨询员上门访问，提供育儿咨询，介绍育儿信息。请向附近的儿童综合中心或儿童家庭支援中心咨询。

○ 家庭访问型育儿志愿者推进事业 (home start)

访问因怀孕期或育儿 (0 岁~ 6 岁) 感到不安的监护人·孕妇家庭。

● 父母和孩子的广场

- 开馆时间内可随时自由来馆，设施开放，可供全天玩耍。
- 还举办可供带婴儿的监护人相互交流、交友的活动及育儿援助讲座。

● 为了防止虐待儿童

担心孩子可能受到虐待时，请与儿童综合中心或者儿童家庭援助中心取得联系。将与地区和相关机构、东京都儿童咨询中心联合解决问题。

● 儿童发育咨询·服务利用咨询

对有关儿童成长的烦恼和相关服务利用等问题提供咨询。还提供专业的支援服务以及收治存在成长问题儿童的残障儿童临时保育服务 (儿童综合中心)。

👉 儿童综合中心

🏠 新宿区新宿 7-3-29
☎ 03-3232-0675

👉 信浓町儿童家庭援助中心

🏠 新宿区信浓町 20
☎ 03-3357-6855

👉 榎町儿童家庭援助中心

🏠 新宿区榎町 36
☎ 03-3269-7345

👉 中落合儿童家庭援助中心

🏠 新宿区中落合 2-7-24
☎ 03-3952-7752

👉 北新宿儿童家庭援助中心

🏠 新宿区北新宿 3-20-2
☎ 03-3362-4152

育儿研讨班

■ 多语言高中入学说明会

👉 公益财团法人 新宿未来创造财团

地区·友好城市交流课

☎ 03-3232-5121
FAX 03-3209-1833

这主要是为在区内居住和上学的外国学生和监护人举办的日本高中入学的说明咨询会。除公立和私立各高中的说明之外，还由初中老师等对入学指导的概要进行说明。有翻译。实施日期等详细内容敬请咨询。

■ 育儿讲座、幼儿伙伴会

👤 儿童馆

进行育儿方面的讲座，和一些让婴幼儿互相交朋友的伙伴会。

详情请就近垂询各儿童馆有关人员。



保育园等

■入园认可保育园等

👤 保育课 入园·认定系（区立、私立保育园等）

认可保育园是在监护人因工作需要保育孩子时，对孩子进行保育的儿童福利设施。还有同样保育目的的事业所内保育所等。

基本保育费免费。

入园申请在保育课受理。

入园后根据需要对难以用日语进行沟通的儿童和监护人进行支援。需要时请向所在保育园咨询。

儿童园

■认定儿童园入园

👤 保育课 入园·认定系（区立、私立儿童园）

认定儿童园兼备幼儿园和保育园的功能，是为了综合支援监护人的育儿事宜而设立的设施。

基本保育费免费。

希望利用幼儿园功能时，在各认定儿童园申请入园；希望利用保育园功能时，在保育课受理入园申请。

入园后，根据需要对难以用日语沟通的儿童和监护人进行支援。需要时请向所在园咨询。

幼儿园

■入园区立幼儿园

👤 学校运营课 幼儿园系

☎ 03-5273-3103

幼儿园是以满3～5岁的学龄前幼儿为对象的教育设施。

幼儿园分为区立和私立2种。

区立幼儿园分为3～5岁儿童班的幼儿园。

与监护人一起、在区内办理了居民登记的幼儿为对象。

入园费和保育费免费。

入园申请在各幼儿园受理。

详细内容敬请咨询。

■入园私立幼儿园

👤 学校运营课 幼儿园系

☎ 03-5273-3103

向在区内办理了居民登记，在私立幼儿园等（不论区内、区外）入园的儿童监护人提供保育费等补助金。但补助内容根据居民税额而不同。

详细内容请向学校运营课咨询。

小学、初中

■就读区立小学、初中

👤 学校运营课 学事系

☎ 03-5273-3089

● 入学

在日本，规定小学6年、初中3年共计9





年时间，年龄上满6岁~15岁为义务教育。

外国籍儿童和学生没有就读义务，如您希望就读（入学）时，可通过提出申请获得许可。请携带孩子和监护人的在留卡等前来咨询。

● 教育费

区立小学、中学所需费用中的入学金、授课费、书本费等都是免费的。监护人要负担的是学习用品费、郊游、修学旅行费用等。但是也有按收入标准向难以支付这些费用的家庭提供教育费补助的制度。

其他详情，请询问学校运营课学事系。

■ 需要特别支援的儿童

📄 教育支援课 特别支援教育系

具有身心残疾等，需要特别照顾的儿童，在就学和转学方面提供专门的咨询。

区内

- 为发育障碍的儿童设有学习教室（特别支援教室）
- 为智力障碍的儿童开设有特别支援班
- 为身体残疾的儿童开设有区立新宿养护学校。

此外，还提供都立特别援助学校的入学和转学咨询。

■ 日本的教育制度

日本的教育基本上是小学6年、初中3年、高中3年、大学4年。

其中小学和初中是义务教育。外籍人士虽然没有上学的义务，但是也可以就读或编入区内的小学、初中。

原则上，想上高中和大学的人员都要在通过入学考试后才能入学。

此外，在日本还有以上小学前的孩子为对象的幼儿园和保育园，以初中或高中

义务教育之后的教育

■ 进入日本的高中、大学 (如为私费留学生)

要想获得日本公立或私立高中的入学考试资格，必须满足以下两个条件。①想入学时在本年度的4月1日之前已经满15岁②已在外国完成9年的学校教育、或已经从日本的初中毕业、或将要从日本初中毕业。

原则上，没有接受小学到高中的12年教育、未满18岁的人员不能就读日本的大学。外籍人士也与此相同，但是根据不同的国家，接受教育的年数会少于条件规定的年数，则不可报考。

有关考试的详细信息，请浏览独立行政法人日本学生援助机构的网页。

📄 <http://www.jasso.go.jp/>

■ 外国留学生学习奖励金

📄 多文化共生推进课 多文化共生推进系

向在区内的研究生院、大学、短期大学、或专修学校就读一年以上、居住在区内的留学

毕业生为主要对象、传授特别技术和职业技能等为目的的专修学校和各种学校。还有以残疾人为对象、开展特别支援的学校。

并且，学校分为国立、都县区市町村立（公立）、私立3种。小学、初中、高中的学校大部分是公立的。

各学年从4月份开始，到次年3月份结束。

生，且满足一定条件的人员发放奖励金（年额为 24 万日元）。

并且还向幼儿活动小组和监护人提供育儿方面的信息，进行咨询服务。也可用作亲子集会场所。

儿童馆、儿童角、学童俱乐部

儿童馆、儿童角

儿童综合中心、儿童家庭援助中心、儿童馆

在区内，各地区均设有儿童馆，为本地区的孩子们提供完善的游玩场所，并举办各种交友活动、仪式、咨询等。（参照 72 页的表）

学童俱乐部

各学童俱乐部

区内有以下学童俱乐部。
 信浓町学童俱乐部、本盐町学童俱乐部、四谷第六小学校内学童俱乐部、花园小学校内学童俱乐部、北山伏学童俱乐部、细工町学童俱乐部、东五轩町学童俱乐部、榎町学童俱乐部、药王寺学童俱乐部、早稻田南町学童俱乐部、鹤卷小学校内学童俱乐部、富久小学校内学童俱乐部、富久町学童俱乐部、余丁町学童俱乐部、东户山小学校内学童俱乐部、大久保小学

儿童馆的开馆时间等

开馆日等	本盐町儿童馆、北山伏儿童馆、中町儿童馆、东五轩町儿童馆、早稻田南町儿童馆、富久町儿童馆、百人町儿童馆、高田马场第一儿童馆、上落合儿童馆、中井儿童馆、北新宿第一儿童馆、西新宿儿童馆	儿童综合中心 儿童角	信浓町儿童家庭援助中心儿童角、榎町儿童家庭援助中心儿童角、中落合儿童家庭援助中心儿童角、北新宿儿童家庭援助中心儿童角	药王寺儿童馆、高田马场第二儿童馆、中井儿童馆、西落合儿童馆
开馆时间	星期一～星期五	9:00～18:00	9:30～18:00 初中生以上至 19:00	9:30～18:00
	星期六、星期日、节假日	9:00～18:00	9:30～18:00	9:00～17:00
	学校长期放假期间的星期一～星期五	9:00～18:00	9:00～18:00 初中生以上至 19:00	9:00～18:00
闭馆日	12月29日～1月3日			
主要使用对象	在区内居住、上学、上班的、未满 18 岁的儿童及其监护人			
使用方法	监护人填写使用申请书，递交给各馆。发行使用证。			



校内学童俱乐部、儿童综合中心内学童俱乐部、户山小学校内学童俱乐部、百人町学童俱乐部、高田马场第一学童俱乐部、高田马场第二学童俱乐部、户塚第一小学校内学童俱乐部、户塚第二小学校内学童俱乐部、落合第一小学校内学童俱乐部、落合第四小学校内学童俱乐部、落合第五小学校内学童俱乐部、上落合学童俱乐部、中井学童俱乐部、西落合学童俱乐部、柏木小学校内学童俱乐部、淀桥第四小学校内学童俱乐部、西新宿学童俱乐部

○对象

以居住在区内的、因监护人上班和生病等原因，在学童俱乐部开放时间内在家不能持续得到适当照顾的小学生，且能过集体生活的儿童。

○使用方法

请在使用申请书上附上用来证明监护人就业情况等文件（发申请书时一起发放的），向学童俱乐部提出申请。

使用费：每月6,000日元（享受生活保护的人、居民税非课税家庭的人，通过申请可获得免除）

延长使用费：每月2,000日元或每次200日元

※ 延长使用均需另外申请。

※ 可以只在学校休假期间（暑假、寒假、春假）使用或只在星期六使用。

○使用时间

• 星期一～星期五（节假日除外）：放学后～18:00，延长使用18:00～19:00

• 星期六（节假日除外）·学校长期休假期间的星期一～星期五：9:00～18:00，延长使用8:00～9:00、18:00～19:00

※ 12月29日～1月3日休息。

在学校学习日语

■日语援助指导

📍教育支援课 教育中心

对于编入到日本的幼儿园、中小学的不懂日语的儿童，通过能够讲母语的指导员进行让其适应日语初期指导和日本学校生活的指导。指导形式分为到教育中心听讲的“教育中心内的集中指导”和向学校派遣指导员的“幼儿园·学校内的单独指导”。

“教育中心内的集中指导”原则上主要使用中文或韩国语，1天3小时，指导10天左右。

“幼儿园·学校内的单独指导”则分别进行幼儿园儿童、小学1、2年级学生50小时、小学3～6年级学生及初中生70小时的指导。此外，升入中小学时还可进行再次指导。

指导员除了进行日语的指导，还受理学校和家庭的联络等的咨询。

以往，有很多孩子们通过接受日语援助指导而学会了日语，过着快乐的学校生活。

■日语学习援助

📍教育支援课 教育中心

针对能够一定程度理解日语的日常会话，希望获得日语单独学习援助的中小學生，可在放学后一周2～3天左右向各学校派遣日语学习援助人员，通过日语进行学科指导以及必要的日语学习指导。

原则上每次2小时，最多70次（140小时）。初中3年级学生已接受完日语学习援助的，可以升学对策为名义再次接受70次（140小时）以内的援助。



在当地学习日语

■新宿区日语教室

☞ 公益财团法人 新宿未来创造财团

地区・友好城市交流课

☎ 03-3232-5121

FAX 03-3209-1833

🌐 <https://www.regasu-shinjuku.or.jp/?p=630>

以入门初级者（年满 15 岁。初中生以下除外）为对象，在区内各处开办日语教室。

首先从问候语开始学习吧！

如有空余席位也可以中途参加学习。

详情请来电咨询。

时间：星期一～星期五 上午 9 点 30 分～
11 点 30 分、下午 6 点 30 分～8
点 30 分（仅星期一、四）
1 学期 / 4～7 月、2 学期 / 9～
12 月、3 学期 / 1 月～3 月

参加费用：每周 1 次班级

┌ 1、2 学期 2,000 日元
└ 3 学期 1,500 日元

■免费日语教室“日语广场”

📍 新宿多文化交流广场

☎ 03-5291-5171

FAX 03-5291-5172

这是无需预约就可参加的免费日语教室。
欢迎和日语志愿者一起学习！

日期：星期一：汉字

星期二：日语·全部

星期四：会话、初级语法

星期六：会话

时间：14:00～15:00

会场：新宿多文化交流广场

(歌舞伎町 2-44-1 Hygeia 11 楼)

对象：15 岁以上的人，但初中生除外（新宿区民优先）

■儿童日语教室（儿童俱乐部新宿）

☞ 公益财团法人 新宿未来创造财团

地区・友好城市交流课

☎ 03-3232-5121

FAX 03-3209-1833

以小学 4 年级至中学 3 年级的学生为对象，帮助他们学习日语和其他科目的学习。详情请通过电话咨询。

日期：星期二、星期四

小学生 17:30～19:00

初中生 19:00～21:00

星期六 初中生 17:30～20:30

会场：区立教育中心

参加费：免费



可受理外语的咨询窗口

★新宿区外国人咨询窗口	生活方面所有事宜	英语		☎ 03-5272-5060
		汉语	(星期一～星期五)	☎ 03-5272-5070
		韩国语		☎ 03-5272-5080
●新宿多文化交流广场	生活方面所有事宜	泰国语、尼泊尔语、缅甸语	关于对应语言的日期，请直接咨询。	☎ 03-5291-5171
●外国人综合咨询援助中心	入境、居留手续、生活咨询	英语、汉语		☎ 03-3202-5535
		西班牙语、葡萄牙语		☎ 03-5155-4039
		菲律宾语、越南语、印度尼西亚语		
●外国人在留支援中心 (FRESC)	生活方面所有事宜	英语、汉语等	(星期一～星期五)	☎ 0570-011000
●外国人居留综合信息中心	居留咨询	英语、西班牙语、汉语、韩国语等	(星期一～星期五)	☎ 0570-013904 ☎ 03-5796-7112
		英语	(星期一～星期五)	☎ 03-5320-7744
●东京都外国人咨询	生活方面所有事宜	汉语	(星期二、星期五)	☎ 03-5320-7766
		韩国语	(星期三)	☎ 03-5320-7700
		英语、汉语等	(星期一～星期五)	☎ 03-6258-1227
●警视厅综合咨询中心	与犯罪相关的咨询	英语、汉语、韩国语	(星期一～星期五) 直通线路	☎ 03-3501-0110 ☎ # 9110
●警视厅外国人困扰咨询	与犯罪相关的咨询	英语、汉语等	(星期一～星期五)	☎ 03-3503-8484
●东京都 Tsunagari 创生财团 多语言免费法律咨询	法律咨询	英语、汉语等	(星期一～星期五)	☎ 03-6258-1227
●东京法务局内面向外国人的人权 咨询	人权咨询	英语、汉语、韩国语、 菲律宾语、葡萄牙语、 越南语等	(星期一～星期五)	☎ 0570-090911
●新宿外国人雇用援助 / 指导中心	劳动咨询、 就业・打工帮助	英语、汉语	(星期一～星期五)	☎ 03-3204-8609
		英语	(星期一～星期五)	
		汉语	(星期一～星期五)	
		他加禄语	(星期一、星期二、星期三、 星期五)	☎ 03-5361-8728
		越南语	(星期二、星期四、星期五)	
		尼泊尔语	(星期一～星期四)	
		柬埔寨语	(星期三)	
蒙古语	(星期五)			
●东京都劳动咨询信息中心	劳动咨询	英语	(星期一～星期五)	☎ 03-3265-6110
		汉语	(星期二～星期四)	
●东京都保健医疗信息中心 “向日葵”	医疗机关、医疗制度	英语、汉语、 韩国语、泰国语、西班牙语	(每日) 9:00 ~ 20:00	☎ 03-5285-8181
		英语、汉语、韩国语 (预约 制)、越南语、缅甸语 (仅上 午)、尼泊尔语 (第 2、第 4 个星期二仅限上午)	(星期二) 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00	☎ 03-3292-1218 ~ 9
●Tokyo English Life Line	生活咨询	英语	(每日)	☎ 03-5774-0992
●NTT 信息中心	电话等	英语、汉语、葡萄牙语、 西班牙语	(每日)	☎ 0120-005-250
●JR East InfoLine	有关 JR 东日本的指南	英语、汉语、韩国语	(每日)	☎ 050-2016-1603

汉语版本

发 行：新宿区

区主页 ☎ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/>

面向外国人的生活信息主页

☎ <http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/>

印刷编订号：2026-3-2614

编 辑：新宿区多文化共生推进课

☎ 邮编 160-8484 新宿区歌舞伎町 1-4-1

☎ 03-5273-3504 (直线)

☎ 03-3209-7455

发行时间：2026年4月1日