

妊娠中

☐ 妊婦面接（ 年 月 日） P 1 ☐ 妊娠8か月頃アンケート

☐ 電話相談・家庭訪問 あなたの住まいを担当する健康福祉センター・担当保健

☐ 妊婦健康診査（14回分）など P 4

☐ 妊婦歯科健診 P 4

☐ 保健指導票（対象要件あり）妊婦健康

☐ ウェルカムベビー講座 P 6  
（旧母親学級・両親学級）

☐ 伴走型妊婦訪問事業 P 1

☐ ツインキッズクラブ（健康福祉センターで実施）  
ふたご・みつごを妊娠中の方や子育て中の方のための交流会です。

ふたご・みつご  
のお子さんに係  
るサービスなど  
はこちら



☐ 育児支援ヘルパー P 10 ☐ 産後ドゥーラ P 10

## Check ! ご本人やご家族ができること

- 出産する病院等を決める。（里帰り出産の場合は、帰省先の病院等に分娩を予約）
- 出産予定を職場に伝え、産前産後休業や育児休業などの調整、手続きを行う。
- 妊娠中の生活や食事を確認する。 P 7
- 家族と緊急連絡先、産前産後の過ごし方を確認する。
- 入院時の持ち物の用意、ベビー用品の準備をする。

### 産後パパ育休

厚生労働省



子どもの成長を  
間近で感じよう！



あなたのお住まいを担当するのは 健康福祉センターです

あなたのお住まいを担当する保健師は です

出産

生後1か月頃

出産予定日（ 年 月 日）

師が訪問や電話等で相談をお受けします。 P 13

☐ 新生児聴覚検査（生後50日まで、1回分） P 4

☐ 1か月児健康診査

診査・新生児聴覚検査・1か月児健康診査（乳児・産婦） P 4

出産病院で赤ちゃんとお母さんの健診を行います（自費）。

☐ 出生通知票

赤ちゃんが生まれたら提出してください（電子申請）。通知票をもとに新生児等・産婦訪問を行います。

☐ 新生児等・産婦訪問（乳児家庭全戸訪問事業） P 8

☐ 産後ケア事業 P 8

☐ ママのためのこころの相談室、  
パパのためのこころの相談室（予約制） P 9

保育・育児支援につ  
いてはP10をご覧ください

☐ ショートステイ P 10

☐ ファミリー・サポート・センター事業 P 10

☐ ベビーシッター利用支援事業 P 10

☐ 出生届 赤ちゃんが生まれたら、14日以内に届け出る必要があります。

☐ 子ども医療費助成（乳幼児医療証） P 12

☐ 児童手当 P 12



☐ 出産育児一時金

健康保険に加入している方に、出産児一人につき50万円が支給されます。  
手続きは出産する医療機関です。詳しくは加入している健康保険組合へご確認ください。

☐ 出産手当金 詳しくはご加入の社会保険組合へご確認ください。

☐ お子さまの健康保険加入 詳しくは加入予定の健康保険組合へご確認ください。

出産・子育てに関する今後の予定