

妊娠・出産時の手続チェック表

妊娠、出産時の手続や各種サービス等のお申込みを忘れずにしましょう。

秋田市に転入の際にも、手続漏れがないように活用してください。



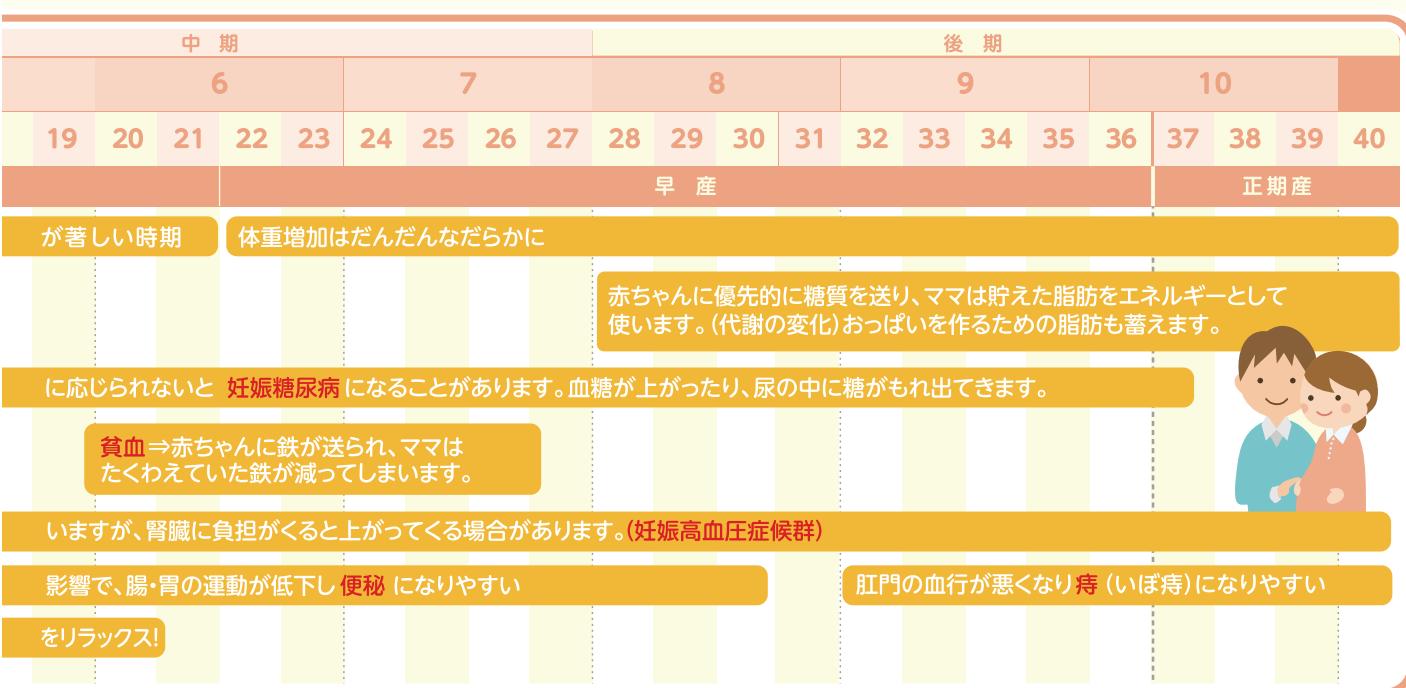
内 容	該当ページ
妊娠がわかったら	
<input type="checkbox"/> 「妊娠届」を提出し、「母子健康手帳」セット、妊産婦健康診査受診票を受け取りましょう。	P20
<input type="checkbox"/> 秋田市版ネウボラで母子保健コーディネーターと面接しましょう。 ネウボラに妊娠届を出したかたは、その場で面接を行います。	P1
<input type="checkbox"/> 「妊産婦健康診査」を妊娠週数に合わせて受診しましょう。	P20
<input type="checkbox"/> 妊娠期の食事や過ごし方について、「プレママのすこやか食べルーム(食生活学級)」で学んでみませんか。(要申込み)	P21
<input type="checkbox"/> 「2人でTry!パパ・ママれっすん(両親学級)」に参加してみませんか。(要申込み) ご夫婦で、助産師さんの講話やお風呂の入れ方などの体験学習ができます。	P21
<input type="checkbox"/> 「プレママトーク」に参加してみませんか。(要申込み) 母子保健コーディネーター(助産師)を囲み、妊婦さん同士で交流ができます。	P21
<input type="checkbox"/> 妊婦訪問、助産制度、ふれあいさん派遣事業、子育てタクシー等のサービスもあります。 ひとりで悩まず相談しましょう。	P20、P21、P32
<input type="checkbox"/> 「産前産後期間の国民年金保険料免除申請」の届出をしましょう。お勤めしているかたは、勤務先へ連絡しましょう。	P21
お子さんが生まれたら	
<input type="checkbox"/> 「出生届」を出しましょう。(生まれた日も含めて14日以内)	P21
<input type="checkbox"/> 「母子健康手帳別冊」セットを受け取りましょう。乳児健康診査受診券等が綴られており、予防接種の受け方の説明が記載されています。	P21
<input type="checkbox"/> 「児童手当」の手続をしましょう。申請をした日の属する月の翌月分から支給されます。	P22
お子さんの健康保険証をつくりましょう。	
<input type="checkbox"/> ●お勤めしているかたは、勤務先へ連絡しましょう。 <input type="checkbox"/> ●国民健康保険のかたは、出生届と一緒に手続ができますので、世帯主の被保険者証、免許証、個人番号カード(マイナンバー通知カード)、印鑑をお持ちください。	—
問 国保年金課 National Health Insurance and Pension Section ☎018-888-5633	
「出産育児一時金」の支給の手続をしましょう。	
<input type="checkbox"/> 分娩機関での直接支払制度の手続により、高額な出産費用を準備せずに済みます。 <input type="checkbox"/> ●お勤めしているかたは、勤務先へ連絡しましょう。 <input type="checkbox"/> ●国民健康保険のかたは、国保年金課へお問合せください。	—
問 国保年金課 National Health Insurance and Pension Section ☎018-888-5630	
「乳幼児の福祉医療制度」の手続をしましょう。	
<input type="checkbox"/> ※母子健康手帳別冊セット内「秋田市に住所がある乳幼児および小学生の医療費の自己負担分を助成します」のリーフレットをご確認ください。	P22
<input type="checkbox"/> 「低体重児出生届」の提出、「未熟児養育医療」の申請は、対象となるかたは手続をしましょう。	P21、P23
<input type="checkbox"/> 「こんにちは赤ちゃん訪問」を受けましょう。	P30

妊娠～出産カレンダー



子育てカレンダー

事業名等		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳 (小1)
子どもの健康	乳幼児健康診査(P25)	4か月児・ 7か月児・ 10か月児 健診	1歳6か月 児健診	2歳児 歯科 健診	3歳児 健診				
	フッ化物塗布(P26)		○	○	○	○	○		
	Hib感染症	(3回)	(1回)						
	小児の肺炎球菌感染症	(3回)	(1回)						
	四種混合	(3回)	(1回)						
	BCG	(1回)							
	麻しん風しん		(1回)					(1回)	
	水痘			(2回)					
	日本脳炎				(3回)				
子育てサービス	B型肝炎	(3回)							
	ロタウイルス感染症	(2回又は3回)							
	産後のママトーク(P30)								
	離乳食教室(P30)								
	幼児食教室(P30)								
	むし歯予防教室(P30)								
	ブックスタート推進事業(P32)								
	在宅子育てサポート事業(P31)								
あきた子育てふれあいカード(P31)									
ファミリー・サポート・センター(P34)									
デイケア(P36)									
一時預かり(P36、P49、P50、P53)									



	事業名等	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳 (小1)
子育てサービス	子育てタクシー、ショートステイ、病児・病後児保育事業(P32、P36、P37)								
	育児相談(P30)								
	発達相談(P30)								
	子育てサービスの利用相談(P1)								
	子ども家庭相談(P4)								
	女性の悩み相談(P4)								
	家庭教育相談(P4)								
親子でお出かけ	乳幼児学級(P41)								
	子ども未来センター(P3)								
	子育て交流ひろば(P41)、子ども広場等(P43)								
	育児サークル(P45)								
	市立図書館(P47、P48)								
施設等 教育・保育	保育園、認定こども園等(P49～P54)								
	幼稚園(P52、P53)								
子就学後の 育て	トワイライトステイ(P57)								
	放課後児童クラブ(P57)								
	児童センター(P59)								

妊娠届と母子健康手帳

report your pregnancy, Maternal and Child Health Handbooks

妊娠がわかつたら、「妊娠届」を出しましょ。母子健康手帳を交付します。母子健康手帳は、妊娠中の経過やお子さんの健康の記録をすることができます。秋田市版ネウボラ(子ども健康課内)では、妊娠届出の際に、母子保健コーディネーター(助産師)等が各種サービス紹介や心配事の相談に応じています。



問 秋田市版ネウボラ(子ども健康課内)(Akita City Versions "Neuvola" Children's Health and Welfare Section)

018-883-1175

受付窓口 秋田市版ネウボラ(子ども健康課内)、市民課、北部市民サービスセンター、西部市民サービスセンター、南部市民サービスセンター、駅東サービスセンター(アルヴェ内)、河辺市民サービスセンター、岩見三内連絡所、雄和市民サービスセンター、大正寺連絡所

妊娠・出産

妊娠婦健康診査

Prenatal Checkups Sheets

妊娠一般健康診査16回(多胎妊娠の方は6回分追加)子宮頸がん検査・クラミジア検査1回、妊娠歯科健康診査1回、産後1か月健康診査、母乳育児相談1回を公費の補助で受けることができます。秋田市に住民票があり、里帰りなどにより秋田県外で妊娠健康診査や産後1か月健康診査等を受診する場合は、健診費用を払い戻す制度があります。妊娠健康診査受診票等と一緒に配布された「里帰り等妊娠連絡票」を事前に子ども健康課まで提出してください。

問 子ども健康課 Children's Health and Welfare Section 018-883-1174

父子手帳

Parenting Book for Fathers

妊娠・出産期から子育て期にわたり、お子さんとご家族の歩みを記す秋田市オリジナル父子手帳「パパと○○ちゃんのおもいでぶっく」を母子健康手帳の交付窓口でお渡しします。



●交付窓口 上記「妊娠届と母子健康手帳」の受付窓口と同じ

●対象・交付方法 各窓口で妊娠届を提出される方

(父子手帳の希望の有無をご記入いただき、希望される方にさしあげます)

※すでに妊娠届を提出し、母子健康手帳を持っている方でも、希望される方には各窓口でお渡しします。

問 子ども総務課 Child-Care General Affairs Section 018-888-5687

秋田市オリジナル父子手帳は、パパの積極的な育児参加と仕事と生活の調和を図る「ワーク・ライフ・バランス」を応援するため、子育て中の男性の意見を取り入れて平成27年10月に作成しました。こちらのサイトもご覧ください。

●育てる男が、家族を変える。社会が動く。イクメンプロジェクト <https://ikumen-project.mhlw.go.jp>

●NPO法人ファザーリングジャパン 笑っている父親になろう <https://fathering.jp/>

妊娠訪問

Home Visits During Pregnancy

助産師や保健師が、妊娠さんを訪問し、妊娠中の健康面の相談に応じます。希望するかたは、電話でお申し込みください。

問 子ども健康課 Children's Health and Welfare Section 018-883-1175

プレママサロン(子育て教室)

初めてパパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃんになるかたを対象に、赤ちゃんとのふれあい、抱っこの仕方、おむつ交換、授乳、沐浴の体験学習などをします。参加費は無料です。事前に参加申込みをしてください。

開催日時 第2・第3木曜日、10:00~12:00

問 秋田赤十字乳児院 018-884-1760

妊娠期の講座 Classes for Pregnant Women

問 子ども健康課 Children's Health and Welfare Section
018-883-1174、1175

2人でTry!パパ・ママれっすん(両親学級)

妊娠16週から35週の妊婦さんとそのパートナーを対象に行います。日程は広報あきたに掲載します。希望するかたは、往復はがきまたは、封書(封書の場合は返信用のはがきを同封)でお申し込みください。

プレママのすこやか食ベルーム(食生活学級)

妊娠35週までの妊婦さんとご家族を対象に食事やお口の衛生についての講話、軽体操、試食、個別相談を行います。日程は、子ども健康課ホームページまたは広報あきたをご確認ください。希望するかたは、電話などでお申し込みください。

プレママトーク

妊娠35週頃までの妊婦さんを対象に、助産師を囲んでの交流等を行います。月1回開催。
希望するかたは、電話などでお申し込みください。

助産制度

Birthing Nurse System

保健上、入院して分娩する必要があるにもかかわらず、経済的な理由で入院することが困難な妊産婦のかたを援助します。ただし所得制限があり、所得によって自己負担が発生した場合は、退院後に市から郵送される納入通知書により納付していただきます。制度を利用できる施設は決められています。

問 子ども総務課 Child-Care General Affairs Section
018-888-5690

国民年金保険料免除申請 National Pension Insurance Fee Exemption Application

「産前産後期間の国民年金保険料免除申請」の届出をしましょう。

国民年金第1号被保険者の産前産後の一定期間の国民年金保険料が全額免除されます。

申請は出産予定日の6か月前からです。(出産後も届出できます。)

・お一人(単胎妊娠)の場合…出産月(出産予定月)の前月から4か月間

・双子・三つ子など(多胎妊娠)の場合…出産月(出産予定月)の3か月前から6か月間

※出産とは妊娠85日(4ヶ月)以上の出産をいい、死産、流産、早産された場合を含みます。

(平成31年2月以降に出産したかたが対象)

手続き等についてはお問い合わせください。厚生年金に加入しているかたは、お勧め先に確認してください。

問 国保年金課 018-888-5633

問 秋田年金事務所 018-865-2392

出生届

Child-Birth Registration

子どもが生まれた日から14日以内に「出生届(出生証明書つき)」を出しましょう。

住所地・本籍地・出生地の市区町村役場で受付しています。秋田市に届け出る場合は下記の窓口へ。

※2,500g未満で生まれたかたは、出生届の他に病院においてある「低体重児出生届」を子ども健康課に提出してください。

問 市民課 Citizen Registration Section 018-888-5629

受付窓口 市民課、北部市民サービスセンター、西部市民サービスセンター、南部市民サービスセンター、駅東サービスセンター、河辺市民サービスセンター、岩見三内連絡所、雄和市民サービスセンター、大正寺連絡所

必要なもの ①出生届(出生証明書つき) ②母子健康手帳 ③印鑑

母子健康手帳別冊

the mother-child information package

出生届の際に、母子健康手帳別冊交付券の提出と引き換えに母子健康手帳別冊をさしあげます。秋田市で行う「乳児健康診査」と「予防接種」について受け方の説明と健康診査受診券等がつづられています。この別冊は、転入されたかたや秋田市に住民票があり出生届を他市町村に出されたかたにもさしあげます。市内の出生届受付窓口で母子健康手帳別冊交付券と引き換えにお受け取りください。

問 子ども健康課 Children's Health and Welfare Section 018-883-1174

児童手当

Child Support Payments

中学校修了前(15歳到達後の最初の年度末まで)のお子さんを育てているかたは、児童手当を受けることができます。支給の対象となるのは、申請した月の翌月分からです。

問 子ども総務課 Child-Care General Affairs Section

018-888-5689

手当の月額

- 3歳未満……………15,000円
 - 3歳以上小学校修了前…10,000円(第3子以降15,000円)
 - 中学校修了前……………10,000円
- ※所得制限限度額以上の場合は、お子さん1人に対して一律5,000円

受付窓口

子ども総務課、北部市民サービスセンター、西部市民サービスセンター、南部市民サービスセンター(御野場のみ)、河辺市民サービスセンター、雄和市民サービスセンター、駅東サービスセンター(平日のみ)、大正寺連絡所、岩見三内連絡所

必要なもの

認印、個人番号カードまたは通知カード(請求者および配偶者のもの)、請求者の普通預金口座の通帳、請求者の健康保険証

医療費の助成と給付

Welfare & Medical Care System for Newborns

乳幼児の福祉医療制度

出生届または転入届を提出したあと、またはお子さんが入院するときに申請すると「福祉医療費受給者証」が交付されます(所得制限があります)。診療を受けるときに、健康保険証と一緒に県内の医療機関の窓口に提示すると、保険診療の自己負担分が助成されます。0歳児と市(区町村)民税の所得割非課税の方のお子さんを除き、医療機関(入院、外来それぞれ)ごと、薬局は処方箋を出した医療機関ごとに自己負担の半額の支払いが生じますが、それぞれ月額1,000円が上限となります。県外で受診した場合は、申請により払い戻されます。手続きはお早めに。

問 子ども総務課 Child-Care General Affairs Section

018-888-5691

●申請と払い戻しの受付

子ども総務課、北部市民サービスセンター、西部市民サービスセンター、南部市民サービスセンター(御野場のみ)、駅東サービスセンター(平日のみ)、河辺市民サービスセンター、雄和市民サービスセンター

●対象

0歳児から未就学児

【令和2年7月31日まで】

入院:全員が該当(所得確認あり)

外来:0歳・1歳児は全員該当(所得確認あり) 2歳以上は所得制限あり

【令和2年8月1日から】

入院・外来:全員が該当(所得確認あり)

●必要なもの

①お子さんの名前が記載された健康保険証 ②印鑑(認め印可)

③転入された方は、マイナンバー確認書類と身分証明書が必要な場合があります。または、所得証明書(総所得金額、扶養人数、控除内訳、市・県民税課税状況が記載されているもの。源泉徴収票は不可。)

※マイナンバー確認書類および所得証明書は、所得確認の対象者が1月1日現在秋田市に住民票がなかった場合に必要です。また、払い戻しに必要なものはお問い合わせください。

※小中学生の福祉医療制度もあります

未熟児の医療費の給付

赤ちゃんが未熟児で生まれて入院した場合の医療費と食事療養費(おむつ代等を除く)を給付します。詳しくはホームページをご覧ください。

問 子ども健康課 Children's Health and Welfare Section ☎ 018-883-1172



小児慢性特定疾病の医療費等の給付

国が定める小児慢性特定疾病に該当するお子さんの医療費の助成および日常生活用具の給付を行っています。詳しくはホームページをご覧ください。

問 子ども健康課 Children's Health and Welfare Section ☎ 018-883-1172



家庭から出るごみの分別(おむつの出し方)

Disposing Diapers

おむつは、家庭ごみ用有料指定ごみ袋(黄色い袋)に入れて出してください。おむつは、ごみ処理手数料のかからない資源化物用指定ごみ袋(緑色印字)に入れて出すこともできます。その際には、おむつのみを入れ、ごみ袋の外側の見やすい所に「おむつ」と記入してください。いずれのごみ袋に入れても、家庭ごみの収集日に集積所へ出してください。

ごみの出し方について多言語でのご案内もあります。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

Information on Garbage Disposal is available in several languages.

Please check our homepage.

<https://www.city.akita.lg.jp/kurashi/recycle/1006071/1010211/1006164.html>

問 環境都市推進課ごみ減量推進担当 Eco-City Promotion Section ☎ 018-888-5708



Column

母子保健サービスの紹介



プレママのすこやか食ベルーム
食生活学級



2人でTry!パパ・ママれっすん
両親学級



母子健康手帳別冊



離乳食教室

▶ P21

▶ P21

▶ P21

▶ P30