

妊娠・出産・健康

🌿 妊娠から赤ちゃんが生まれるまで 問 母子保健担当 TEL 32-6411 🌿

🌿 母子健康手帳の交付

妊娠したかな？と思ったら、まず早めに病院受診。出産予定日が確定したら、妊娠の届け出にお越しください。母子健康手帳、妊婦一般健康診査受診票などを交付します。

また、保健師や看護師、助産師が妊娠・出産・育児などの相談にも応じます。お気軽にご相談ください。

※母子健康手帳の交付は予約制です(2日前まで)



🌿 妊婦一般健康診査・超音波健診(エコー健診)費助成

妊娠によってお母さんの体も大きく変化していますので、どんなに体調が良くても定期的に健診を受けることが大切です。

健診には毎回費用がかかりますが、苫小牧市では妊婦一般健康診査受診票を14枚、超音波健診受診票を6枚交付し、費用の一部を助成しています。

※北海道外で受診される方・多胎妊婦で追加で健診の必要がある方は申請によって助成を受けることができます。詳細はお問合せください。

🌿 妊婦歯科健康診査

苫小牧市では、妊婦歯科健康診査受診票を交付しており、無料で受けることができます。妊娠中は、ホルモン分泌の変化やつわりの影響により、むし歯や歯肉炎・歯周病が発生しやすく、歯周病が進行すると早産・低出生体重児出産のリスクが高くなります。

生まれてくるお子さんのためにも、歯科健診を受診してむし歯と歯周病の予防に努めましょう。

🌿 妊婦のための支援給付

妊娠時と妊娠32週以降の2回に分けて「妊婦支援給付金」を給付します。

①1回目 妊娠時(5万円の給付)

妊婦届出、妊婦支援給付認定の申請をし、助産師・保健師等の面談を受けた妊婦の方

※妊娠届出時に申請の案内をします

②2回目 妊娠32週以降(胎児1人あたり5万円の給付)

胎児の数の届け出をした妊産婦の方

※妊娠8ヵ月頃アンケートとともに「胎児の数の届け出書」を送付します。

③給付方法 妊産婦名義の銀行口座へ振り込み

妊娠・出産・健康

広告



医療法人社団

沖歯科医院

OKI DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 09:00~12:30	●	●	×	●	●	◎
午後 14:00~18:00	●	●	×	●	●	×

◎…9:00~13:30 水・日・祝…休診

ご自宅への往診も行っています。

ご予約・お問い合わせ Web予約24H受付中

苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144-72-8558



パパママ教室

参加当日に妊娠4か月から9か月の初妊婦さんとその夫またはパートナーの方を対象とした教室です。ベビー人形を使って赤ちゃんのお風呂の入れ方を学んだり、妊婦ジャケットを着用し、お父さんに妊婦さんの生活を体験していただきます。また、栄養士による妊娠中の栄養に関する講話も行います。

すこやかな赤ちゃんの誕生のために、パパとママで楽しく学んでみませんか？

お申込先など

※ご参加いただくには、事前のお申込みが必要です。受付期間内にお電話またはホームページからお申込みください。



妊婦訪問・妊婦電話相談

保健師や助産師が、妊娠中の体調管理や赤ちゃんを迎えるための準備、抱っこや沐浴の仕方などの相談に応じます。

産前・産後サポート事業 「子育て見守り応援隊」

妊娠・出産・育児に不安を感じている方の相談にアドバイザーが応じます。自宅または公共施設でお話できます。お気軽にご利用ください！

※利用希望の連絡はお電話または



産前・産後サポート事業 「子育てサロンOasis」

妊婦さんやそのご家族、開催月に生後3～6か月を迎えるこどもをもつご家族同士、気軽にお話したり、悩みや相談をお受けするゆったりとした”交流の場”です。皆さんの参加をお待ちしております。毎月1回、先着20組で開催しています。

お申込先など

ご参加いただくには、事前のお申込みが必要です。

お電話またはホームページにてお申込みください。



苦小牧市コウノトリ検査事業

問 母子保健担当 TEL 32-6411

子どもを望む夫婦が早期に検査を受け、必要に応じて適切な不妊治療を開始できるよう、不妊検査に要した費用の一部を助成します。



苦小牧市先進不妊治療費助成事業

不妊治療のうち、医療保険適用の不妊治療と併用して実施された厚生労働省にて先進

医療として告示された技術(先進不妊治療)に要した費用の一部を助成します。

苦小牧市不育症治療費助成事業

不育症に関する検査や治療を受けている方の経済的負担を軽減するため、不育症検査・治療に要した費用の一部を助成します。

こどもが生まれたら

① 出生届

子どもが生まれたら14日以内に市役所1階窓口サービス課に届け出が必要です。勇払・のぞみ・沼ノ端出張所でも届け出ることができます。

土・日曜日、祝日、執務時間外(執務時間は、午前8時45分から午後5時15分まで)でも市役所1階東側の庁舎管理員室で届出することができます(マイナンバーカードの記載内容変更等は行っておりません)。



② 児童手当の認定請求(手続き)

0歳から18歳到達後最初の3月31日までの子どもを養育している方に、支給されます。

父母など2人以上の者が子どもを養育している場合は、原則所得の高い方が申請者です。

ただし、2か月以上児童福祉施設(里親を含む)に入所している子どもは除きます。

問 ①窓口サービス課 TEL 32-6299
②③子育て応援課 TEL 32-6416

認定申請に必要なもの

- ▶ 申請者名義の銀行預金通帳またはキャッシュカードの写し
- ▶ 健康保険情報がわかるもの(資格確認書等)の写し

手当額

対象となる子の年齢など	月額
3歳未満(第1・2子)	15,000円
3歳から高校終了まで(第1・2子)	10,000円
第3子以降	(一律)30,000円

支払時期

- ▶ 偶数月の10日(土日祝日の場合は直前の金融機関営業日)にそれぞれの前月分までが支給されます。



③子育て支援医療費助成制度

0歳から18歳到達後最初の3月31日までのこどもに対する医療費(通院、入院及び訪問看護)を助成します。保険外負担分は助成対象外です。

認定申請に必要なもの

- ▶ 窓口に来た方の身分証明書

子ども・お母さんの健康

新生児聴覚検査

生まれたばかりの赤ちゃんの耳の聴こえに異常がないかを調べる検査です。3,000円を上限に助成します。

産婦健康診査

出産後まもない時期のお母さんのからだところの健康状態を確認するため、健診費用の助成をしています。

赤ちゃん訪問

安心して子育てができるように、生後3か月までのお子さんがある全ての家庭に保健師か助産師が訪問しています。訪問では、お子さんの体重を測ったり、発育の様子を一緒に確認します。また、予防接種や今後の健康診査などについて説明します。普段の生活の中での子育ての悩みや不安、お母さんの体調などの相談もお受けします。

産後ケア事業

出産後、お母さん自身の体調管理や、授乳・育児等に不安がある方を対象に、市が委託した助産院等で相談・支援を受けられる「産後ケア事業」を実施しています。



- ▶ 対象児童の健康保険情報がわかるもの(資格確認書等)の写し
- ▶ 転入された方または生計維持者の住民票が苫小牧市内にない場合は、その方の収入等に係る調査に関する同意書

※同意をいただけない場合は所得課税証明書が必要。



問 母子保健担当 TEL 32-6411

助産師がご自宅に訪問してケアを行う「訪問型」、お母さんとお子さんが助産院に滞在してケアを受ける「通所型」、宿泊してケアを受ける「宿泊型」があります。

多胎産後サポート事業

3歳未満の多胎児を育児しているご家庭の身体的・精神的負担を少しでも軽減するため、「多胎産後サポート事業」を実施しています。支援員がご自宅に伺い、家事や育児の支援をします。手助け(サポート)が必要な時はぜひご利用ください。

援助内容

- ▶ 育児:授乳・食事介助、離乳食の補助、おむつ交換、沐浴・入浴介助など
- ▶ 家事:食事の準備(日常的に調理可能なもの)、離乳食の調理(簡単な料理、当日食べきり)、衣服の洗濯、部屋の掃除、整理整頓など
- ▶ 付き添い:買い物の補助、健診・予防接種・病院受診の付き添い





各種予防接種

問 健康づくり課 TEL 32-6407

感染症を予防するためには予防接種が大切です。下表のとおり年間を通じて実施しています。

こどもの予防接種

定期予防接種の種類		受ける回数と実施時期	
A類疾病 無料	市内の指定された医療機関で実施 通年実施	BCG(結核)	1歳の誕生日の前日までに1回接種
		ロタウイルス	1価:生後6週から生後24週までの間に2回 5価:生後6週から生後32週までの間に3回 ※ワクチンの種類によって変わります。
		小児用肺炎球菌	生後2カ月から60カ月に至るまでに4回~1回の接種(接種開始時期により回数が変わります)
		ジフテリア 百日せき ポリオ 破傷風 Hib感染症 (五種混合)	▶五種混合について 第1期として生後2カ月から90カ月に至るまでに4回接種 第1期初回...20日から56日の間隔で3回接種 第1期追加...初回3回目終了後6カ月から18カ月までの間に1回接種
		ジフテリア 破傷風(DT)	第2期として11歳以上13歳未満の方
		麻しん 風しん(MR)	第1期として生後12カ月から24カ月に至るまでに1回接種 第2期として5歳から7歳未満の方で小学校入学前の1年間に1回接種
		水痘	生後12カ月から36カ月に至るまでに2回接種(1回目と2回目の接種間隔を3カ月以上空ける)
		日本脳炎	第1期として生後6カ月から90カ月に至るまでに3回接種 第1期初回...6日から28日の間隔で2回接種 第1期追加...初回2回目接種後、おおむね1年経過後に1回接種 第2期として9歳から13歳の誕生日の前日までに1回接種
		B型肝炎	1歳に至るまでに3回接種(1回目と2回目の接種間隔は27日以上、3回目は1回目の接種から139日以上空ける)
		子宮頸がん ワクチン	12歳となる日の属する年度の初日から16歳となる日の属する年度の末日までの間にある女子で3回接種

*定期予防接種は、予防接種のしおりを読んでから受けてください。

妊娠・出産・健康

広告

お子さんの「いつも」と「もしも」をやさしく見守る小児科です

予防接種・ワクチンは当日予約なしで受けることができます

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	● ~13:00 まで
13:00~17:30	●	●	●	休診	●	休診

休診日▶日曜・祝日 受付は診療時間の15分前まで

チャイルドコーナー

友だち募集

稲岡内科小児科

☎0144-72-5141

ホームページ

苫小牧市北光町2丁目7-10

苫小牧 稲岡内科小児科 検索

妊婦の予防接種

A類疾病 無 料	市内の指定された医療機関で実施	通年実施	RSウイルス	妊娠28週から37週に至るまでの間に1回接種 (妊娠28週0日目～妊娠36週6日目まで)
-------------	-----------------	------	--------	---

妊娠・出産・健康

乳幼児健康診査

1か月児健康診査

- ▶ 基本的に出産した病院で受診してください。
- ▶ 母子健康手帳交付時に受診票をお渡しします。

4か月・10か月児健康診査

- ▶ 市内の医療機関で受診してください。
- ▶ 該当する月の前月末に、受診票を送付します。

1歳6か月・3歳児健康診査

- ▶ 健診会場：苫小牧市教育・福祉センター3階
- ▶ 専門スタッフによる集団健診です。
- ▶ 該当する月の前々月末に、受診票を送付します。

5歳児発達相談

- ▶ 今年度内で5歳を迎える「年中児」のこどもが対象です。
- ▶ 生まれ月に応じて随時、案内とセルフチェック表を送付します。
- ▶ セルフチェック表でこどもの特徴や傾向を知り、気になることなどがありましたらご相談ください。



子どもと遊ぼう



床に仰向けに寝かせ、両足を持って、前後に行ったり来たり。最初のうちは、子どもの膝を曲げて押しますが、しだいに自分でつぱろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

赤ちゃん教室「すくすくコース」

2か月のお子さんを持つ保護者のために、保健師・栄養士が育児のアドバイスをを行います。

- (1) 定員：先着順20組
- (2) 持ち物：母子健康手帳、お子さん用のバスタオルやオムツ

親子デンタル教室

1歳～1歳6か月までのお子さんをお持ちの保護者を対象に、お子さんの歯の健康について、歯科医師・歯科衛生士がお話しします。また、歯科衛生士によるブラッシング指導、フッ素塗布(希望者のみ)も行います。

- (1) 定員：先着順20組
- (2) 持ち物：母子健康手帳、乳幼児用歯ブラシ

子育て応援教室「おとうさんといっしょ！」

7か月から1歳6か月のお子さんとお父さんで参加し、保育士や保健師が手遊びや絵本の読み聞かせの仕方を紹介したりして一緒に遊べます。

- (1) 定員：先着順30組
- (2) 持ち物：母子健康手帳

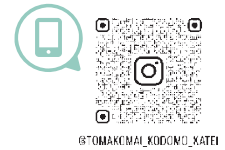
申込先など

※ご参加いただくには、事前申込が必要です。受付期間内に、お電話またはホームページからお申込みください。



とまこまいこども家庭センター公式インスタグラム

赤ちゃん教室などの様子や、健康にまつわる情報を発信しています。



妊娠・出産・健康

広告





はくちょう 歯科 医院

お子さまの矯正について

明るい未来に向けて今から取り組みましょう

マウスピースの装着と日々のトレーニングにより、筋機能や習慣を改善し、望ましい歯並びと発育を目指していきます。詳しくはHPをご覧ください▶

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～13:00	●	●	●	—	●	●	—
14:00～17:45	●	●	●	—	●	※	—

※土曜日午後 最終受付 16:15 まで

〒059-1261 苫小牧市ときわ町4丁目25-22

TEL 0144-84-8828

