



妊娠したら・・・赤ちゃんが生まれたら



母子健康手帳・妊婦健康診査受診票の手続きをしましょう

- 交付場所・・・総合福祉センター しんた21
- 交付時間・・・月～金曜日の9時～17時（祝日、12月29日～1月3日を除く）
- 必要書類・・・病院で交付される妊娠届出書・妊婦のマイナンバーカード（写真あり）又は個人番号通知カード（写真なし）と本人確認書類（運転免許証など）



健康推進 G ☎85-0100
登別市片倉町6丁目9-1（しんた21内）



すこやかマタニティ教室

- 体験型の教室です。育児のイメージづくりをしてみませんか？
- 〈対象〉妊娠中の方（プレ育児コースは夫婦で参加可能）
- 〈内容〉プレ育児コース：沐浴、おむつ交換、抱っこの体験、パパの妊婦体験
プレママコース：調乳体験、産後の赤ちゃんやママの生活についてのお話



健康推進 G ☎85-0100
登別市片倉町6丁目9-1（しんた21内）



赤ちゃんが生まれたら

- 市民サービスグループへ出生届を提出します。同時に出生通知票（母子健康手帳セットに入っている）を提出します。
- 年金・長寿医療グループで子ども医療費受給者証、こども家庭グループで児童手当や児童扶養手当の手続きをしましょう。



市民サービス G ☎85-1855
（登別市役所） 登別市中央町6丁目11



年金・長寿医療 G ☎85-2137
こども家庭 G ☎57-1078
（登別市役所） 登別市中央町6丁目11

※母子健康手帳アプリをご利用ください

スマートフォン、パソコン、タブレットなどで「母子健康手帳アプリ」を検索、ダウンロード（無料）して、居住地に「登別市」を選択すると、妊娠週数・子どもの月齢に応じた子育て情報を受け取ることができます。



▲母子健康手帳アプリ





産後子育てママ派遣事業

○出産後のお母さんの体力が回復するまでの間、育児や家事の援助を必要とするご家庭にヘルパーが訪問し、お母さんや生まれたお子さんの身の回りのお世話をを行い、安心して日常生活を営むことができるよう支援します。

〈対象〉

登別市に住民票がある、育児や家事などの支援ができる方がいないご家庭で、出産直後のため身の回りのことや育児・家事が困難な方

〈内容〉

育児に関するサービス：授乳・沐浴の補助やおむつ交換

家事に関するサービス：食事の世話・住居などの掃除及び整理整頓・洗濯・買い物

その他必要な育児・家事及び助言や相談

〈利用期間〉 病院・診療所で出産した場合は退院の日から、その他の場合は出産の日から90日以内の期間（多胎出産の場合はいずれも1年以内の期間）

※日曜日、祝日及び12月29日～1月3日を除く

〈利用日数〉 20日（多胎出産の場合は50日以内）

〈利用料金〉 世帯の市民税などの課税区分に応じて負担額が変わります。



産後ケア事業

〈対象〉 産後1年未満で、家族などから協力が得られず、心身の不調や育児不安のある方

〈内容〉 お母さんの体調管理と健康相談、授乳相談(乳房マッサージ、ミルクの授乳方法等)

育児相談（沐浴方法、抱っこの仕方、赤ちゃんの発達・発育等）

〈料金〉 市民税課税世帯の方は有料

訪問型：助産師が家庭訪問して、サービスを受ける方法（1回1,000円）

通所型：お母さんと赤ちゃんが指定施設に通い、サービスを受ける方法（1回500円）



産婦健康診査

〈対象〉 産後2週間前後で、育児不安や体調不良のある方・産後1カ月前後の方

〈内容〉 産婦健康診査に係る費用(1～2回分)を助成

※母子健康手帳交付時に受診票を交付します。



健康推進 G ☎85-0100

登別市片倉町6丁目9-1（しんた21内）





赤ちゃん訪問

〈対象〉 生後4カ月までのお子さん

〈内容〉 体重測定、授乳や育児に関する相談など

※保健師・助産師が訪問する日時を調整します。



もぐもぐ食育広場

〈対象〉 生後7カ月～8カ月のお子さんと保護者

〈内容〉 栄養士による講話（離乳食の進め方や与え方、調理方法）と保育士によるあそびの紹介など

※対象者には個別に通知します。



親子むし歯予防教室

〈対象〉 1歳～1歳6カ月未満のお子さんと保護者

〈内容〉 歯科検診、フッ素塗布（無料）、ブラッシング指導など

※要予約、定員20組（先着順）

※年に1回のみ参加できます。



フッ素塗布

〈対象〉 1歳6カ月～4歳未満

〈受付〉 13時30分～15時

※対象者には個別に通知します。



すくすく親子相談

〈対象〉 小学校入学前までのお子さんと保護者

〈内容〉 保健師・助産師・心理士・栄養士・保育士が育児の疑問や悩みについて一緒に考えます。

身長や体重の計測だけの利用も可能です。

※希望者のみ・要予約



健康推進G ☎85-0100

登別市片倉町6丁目9-1（しんた21内）

