

# 妊娠・出産したら



妊娠・出産したら

## 妊娠がわかったら

| 制度・サービス  | 内容   | 窓口   |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 母子健康手帳                    | 妊娠したら早めに妊娠届出書を提出しましょう。<br>母子健康手帳が交付されます。<br>詳しくは、市ホームページをご覧ください。   |  |
| <input type="checkbox"/> 妊婦健康診査                    | 妊娠届出された方へ、県内の医療機関等において無料で妊婦健診が受けられる受診票14回分を交付します。<br>(多胎妊婦の方には7回分を追加交付します)ただし、指定している内容以外の検査は、有料になります。転入された妊婦さんは、右記へお問い合わせください。<br>詳しくは、市ホームページをご覧ください。               |  |
| <input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査                   | 出生後、医療機関で受ける新生児聴覚検査の費用を助成します。妊娠届出時に、県内指定医療機関において無料で受けられる受診票を交付しています。里帰り出産等で県内指定医療機関以外で受検する場合は、右記へお問い合わせください。<br>詳しくは市ホームページをご覧ください。                                  | 市保健所<br>あおもり親子はぐくみプラザ<br>(元氣プラザ)<br>☎017-718-2983<br>☎017-718-2984<br>健康福祉課(浪岡庁舎)<br>☎0172-62-1114 |
| <input type="checkbox"/> 妊婦連絡票                     | 健康な赤ちゃんを産むために、医療機関、市町村、保健所が連携を取り合って妊婦さんを支援していくためのものです。<br>用紙は医療機関にあります。<br>妊娠届出時に妊娠届出書と一緒に母子健康手帳の交付窓口へ提出しましょう。   |  |
| <input type="checkbox"/> 妊婦訪問                      | 必要に応じ、保健師等が家庭訪問をして相談に応じます。   |  |
| <input type="checkbox"/> 出産応援給付金<br>(妊娠届出時)        | 全ての妊婦が安心して出産できるように応援するため、妊娠届出時の面談を通じて相談に応じるとともに給付金を支給します(保健師等との面談必須)。<br>【対象者・給付額】妊婦 50,000円<br>【申請方法】妊娠届出時の面談後に申請受付<br>【持参物】振込口座がわかるもの<br>(通帳またはキャッシュカード)           | あおもり親子はぐくみプラザ<br>(元氣プラザ)<br>☎017-718-2987<br>健康福祉課(浪岡庁舎)<br>☎0172-62-1114                          |
| <input type="checkbox"/> 助産                        | 経済的な理由により医療機関で出産できない生活保護世帯や市民税非課税世帯などの妊産婦の方を対象に、指定病院での出産費用を助成します。<br>※所得や保険給付である出産育児一時金の状況により、対象とならない場合もあります。  | 子育て支援課(駅前庁舎)<br>☎017-734-5334<br>健康福祉課(浪岡庁舎)<br>☎0172-62-1113                                      |
| <input type="checkbox"/> 妊産婦医療費助成                  | 国民健康保険に加入している妊産婦は、申請すると市から「青森市妊産婦十割給付医療証」が交付され、申請日以降の外来医療費(保険診療分)が無料になります。(出産した翌月末日まで無料)   | 国保医療年金課(駅前庁舎)<br>☎017-734-5343<br>健康福祉課(浪岡庁舎)<br>☎0172-62-1153                                     |
| <input type="checkbox"/> 産前産後期間の<br>国民健康保険税の<br>軽減 | 国民健康保険に加入している方が出産(又は予定)したとき、届出により、出産(予定)日が属する月の前月(多胎妊娠の場合は3か月前)から出産(予定)月の翌々月までの国民健康保険税の所得割額と均等割額が軽減されます。出産予定日の6か月前から届出ができ、手続きには出産予定日や単胎・多胎妊娠の別がわかる書類(母子健康手帳など)が必要です。 | 国保医療年金課(駅前庁舎)<br>☎017-734-5340<br>健康福祉課(浪岡庁舎)<br>☎0172-62-1153                                     |

# 赤ちゃんが産まれたら



| 制度・サービス                       | 内 容   | 窓 口  |
|-------------------------------|---|--|
| □ 出生届                         | 赤ちゃんが生まれた日を含めて14日以内に、出生地か本籍地または住所地の市区町村役場に出生届を提出しましょう。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>市民課(駅前庁舎)</li> <li>市民課(浪岡庁舎)</li> <li>各支所<br/>(浜館・奥内・原別・後湯・野内)</li> <li>各情報コーナー<br/>中央(本庁舎)<br/>柳川(柳川庁舎)<br/>西部(西部市民センター)<br/>油川(油川市民センター)<br/>荒川(荒川市民センター)<br/>横内(横内市民センター)<br/>東岳(東岳コミュニティセンター)<br/>高田(高田教育福祉センター)</li> </ul> |
| □ 乳幼児健康手帳                     | 出生届出時に、各種予防接種券が綴られた乳幼児健康手帳を交付します。青森市外で出生届を提出された方は、市民課(駅前庁舎)・あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)・健康福祉課(浪岡庁舎)にて交付いたします。   | <ul style="list-style-type: none"> <li>市民課(駅前庁舎)</li> <li>市民課(浪岡庁舎)</li> <li>あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ)</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)</li> </ul>  |
| □ お誕生カード(新生児出生通知書)            | 母子健康手帳交付時にお渡した「お誕生カード(新生児出生通知書)」を出生届出時に窓口に提出してください。青森市外で出生届を提出された方は、「お誕生カード(新生児出生通知書)」をあおもり親子はぐくみプラザに郵送していただくか電話でご連絡ください。   | <ul style="list-style-type: none"> <li>市民課(駅前庁舎)</li> <li>市民課(浪岡庁舎)</li> <li>あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ)</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)</li> </ul>  |
| □ こんにちは赤ちゃん訪問(産婦・新生児訪問・未熟児訪問) | 「お誕生カード(新生児出生通知書)」を出生届と同じ窓口へ提出しましょう。家庭訪問をし育児の相談などに応じています。青森市以外で出生届を提出された方は、あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)または、健康福祉課(浪岡庁舎)に電話か「お誕生カード(新生児出生通知書)」の郵送のいずれかでご連絡ください。未提出の方へは、妊娠届出時の連絡先へご連絡いたします。   | <ul style="list-style-type: none"> <li>市保健所<br/>あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ)<br/>☎017-718-2984<br/>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1114</li> </ul>  |
| □ 子育て応援給付金(出生届出後)             | 全ての子育て家庭が安心して子育てできるように応援するため、新生児訪問時の面談を通じて相談に応じるとともに給付金を支給します(保健師等との面談必須)。【対象者・給付額】新生児の養育者 新生児一人当たり50,000円【申請方法】新生児訪問時に配付する申請書を返送。・里帰り出産などで訪問を受けられない場合はご連絡ください。   | <ul style="list-style-type: none"> <li>市保健所<br/>あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ)<br/>☎017-718-2987</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1114</li> </ul>   |
| □ 未熟児養育医療                     | 出生時体重が2,000g以下または生活能力が未熟で、指定養育医療機関の医師が入院養育を必要と認めた場合、必要な医療を給付します。(一部自己負担あり)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1114</li> </ul>  |
| □ 子ども医療費の助成                   | 0歳から中学校3年生までの子どもの入院・通院分にかかる医療費(保険診療)の自己負担分を助成します。所得制限等の要件があります。※国民健康保険加入の0歳児に限り所得制限はありません。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>国民医療年金課(駅前庁舎)<br/>☎017-734-5345</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1153</li> </ul>   |
| □ 出産育児一時金                     | 国民健康保険に加入している方が出産したとき、出産育児一時金が支給されます。市が分娩費用を出産育児一時金支給額の範囲で直接医療機関へ支払い、差額は産主へ支給する制度もあります。※流産や死産であっても、妊娠85日以上のときは支給されますが証明書が必要です。(社会保険加入の方は、勤務先、または各健康保険の保険者で手続きしてください。)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>国民医療年金課(駅前庁舎)<br/>☎017-734-5343</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1153</li> </ul>   |
| □ 出産費資金の融資あっせん(貸付)            | 国民健康保険の被保険者で、出産育児一時金の支給を受けるまでの間、出産に係る費用を支払うための資金を、出産育児一時金の8割を限度額とし、無利子で金融機関から融資を斡旋しています。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>国民医療年金課(駅前庁舎)<br/>☎017-734-5343</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1153</li> </ul>   |
| □ 児童手当<br>※令和5年12月1日時点の情報です   | 15歳到達後最初の3月31日までの間にある児童(中学校修了前の児童)を養育している方に手当を支給します。出生、転入の場合は、誕生日、前住所地の転出予定日の翌日から15日以内に申請してください。なお、公務員の方は所属庁への申請となります。【支給月額】<br>・3歳未満 15,000円(一律)<br>・3歳～小学生 10,000円(第3子以降は15,000円)<br>・中学生 10,000円(一律)<br>【所得制限限度額以上の方】5,000円(一律)<br>【所得上限限度額以上の方】支給されません<br>※所得制限及び所得上限についてはお問い合わせください。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>子育て支援課(駅前庁舎)<br/>☎017-734-5334</li> <li>健康福祉課(浪岡庁舎)<br/>☎0172-62-1113</li> </ul>  |

# 誕生から6歳まで



妊娠・出産したら

赤ちゃんの様子

| 内容  | 妊娠 | 0か月   | 1か月                    | 2か月 | 3か月                   | 4か月           | 5か月      | 6か月   | 7か月                                    |
|-----|----|---|------------------------|-----|-----------------------|---------------|----------|---|--|
| 運動  |    | 手指を口に持っていき舐める<br>手にふれたものをつかむ  |                        |     | 首がすわる<br>周囲の動くものを目で追う |               |          | 寝返ろうとする   |  |
|     |    |  |                        |     |                       |               |          |  |  |
| 社会性 |    | あやされて泣き止む   | 見て笑いかける<br>人の顔をじっと見つめる |     |                       | あやされると声を出して喜ぶ |          |   | 人の真似をする                                |
|     |    |   |                        |     | 音や話し声のする方に顔を向ける       |               |          |   |  |
| 言語  |    | 元気な声で泣く   |                        |     | 声を出して笑う               |               |          |   | 曲に合わせて体を動かす<br>名前を呼ばれると<br>大人の口元をみて真似る |
|     |    |   | 大きな声で泣く                |     |                       |               | 喃語が盛んになる |   |  |



● 4か月児健康診査(個人通知) ● 7か月児

あおもり親子はぐみプラザ

☎017-718-2983  
☎017-718-2984

健康福祉課(浪岡庁舎)

☎0172-62-1114

妊婦健康診査(妊婦健康診査を無料で受けられる受診票を交付)

マタニティ講座(妊婦さんとその家族のための教室)

妊婦訪問(必要に応じ家庭訪問をして、相談対応)

新生児聴覚検査(受診票交付)

こんにちは赤ちゃん訪問(産婦・新生児・未熟児訪問)

産後ケア(助産師による産後に必要なケアや育児指導)

電話による子育て相談(妊娠・出産・子育ての不安等に対し、電話で保健師・栄養士が相談に対応)

助産師による心と体のケア相談(妊産婦さんの心と体の不調や授乳に対する心配ごとに助産師が

- ※その他の専門相談
- 女性相談:思春期・妊娠・避妊・不妊等女性の心身の健康に関する相談
  - ハミガキ・食育相談(歯科衛生士・栄養士が対応)
  - 小児慢性特定疾病児童等自立支援事業(長期にわたり療育が必要な



※発達過程には個人差があります



| 8か月               | 9か月 | 10か月                   | 11か月 | 1歳         | 2歳                            | 3歳                          | 4歳          | 5歳 | 6歳 |
|-------------------|-----|------------------------|------|------------|-------------------------------|-----------------------------|-------------|----|----|
|                   |     | コップを両手にもって飲む           |      |            | ボールをける                        |                             |             |    |    |
| ハイハイをする           |     |                        |      |            | 三輪車をこぐ                        |                             |             |    |    |
|                   |     | 手づかみで食べようとする           |      |            | その場で跳ぶ                        |                             |             |    |    |
| 支えなしでひとりですわる      |     |                        |      | ひとりで立つ     |                               |                             |             |    |    |
| つかまり立ちができる        |     |                        |      | ひとりで歩く     |                               | 鉄棒にぶらさがったり、ジャングルジムによじ登ったりする |             |    |    |
|                   |     |                        |      |            | すべり台をすべる                      |                             |             |    |    |
|                   |     |                        |      |            | 階段をあがる                        |                             |             |    |    |
| イヤイヤ、パイパイなどの動作をする |     |                        |      | スプーンを使う    |                               |                             |             |    |    |
|                   |     | 「ちょうだい」と求められるものを渡そうとする |      |            |                               |                             |             |    |    |
| 人見知りをしたり後追いをしたりする |     |                        |      |            |                               | ごっこ遊びができる                   |             |    |    |
|                   |     |                        |      |            | 少しの間待つようになる                   |                             | ルールのある遊びをする |    |    |
|                   |     |                        |      |            | 大人のすることに興味を持ったり、真似しようとしていたりする |                             |             |    |    |
|                   |     |                        |      |            | 簡単なことばと動作が結びつくようになる           |                             |             |    |    |
|                   |     | ママ、パパなどの発語がある          |      |            | 質問が増えてくる                      |                             |             |    |    |
| 応じる様子がある          |     |                        |      |            |                               |                             |             |    |    |
|                   |     |                        |      | 名前を呼ぶと振りむく | 年齢や名前をいう                      | 自分の経験したことを話せる               |             |    |    |
| 身振りを真似る           |     |                        |      | ものの名前を覚える  | あいさつをするようになる                  |                             |             |    |    |
|                   |     |                        |      |            | 二語文を言う                        |                             |             |    |    |

健康診査(個人通知)(個別に指定医療機関で健診)

● 1歳6か月児健康診査(個人通知)

● フツ素塗布(1歳6か月児健康診査時に受診票を交付)

● 3歳児健康診査(個人通知)  
(幼児期最後の総合的な健康診査)



相談に対応)

● 療育相談:身体の発育発達に心配のある乳幼児等に関する相談

お子さんご家族のための自立支援員による相談支援)



市ホームページ>便利ガイド>妊娠・出産>妊婦の健康または子どもの健康

