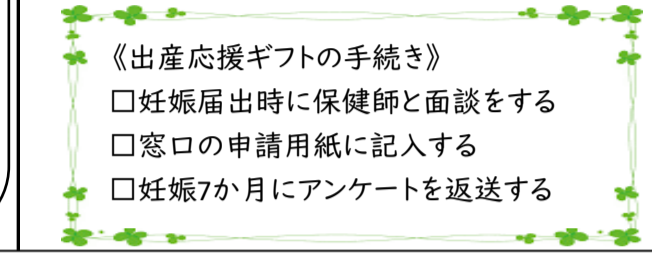


子育てガイド

妊娠期

時期	初期			中期			後期		
月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月
週数	4~7週	8~11週	12~15週	16~19週	20~23週	24~27週	28~31週	32~35週	36~40週以降
妊婦健診	4週間に1回					2週間に1回			1週間に回
自分や家族ですること	<input type="checkbox"/> 妊娠の届出 《窓口でお渡しするもの》 <input type="checkbox"/> 母子健康手帳 <input type="checkbox"/> 妊婦一般健康診査受診票 <input type="checkbox"/> 産婦健康診査受診票 <input type="checkbox"/> 県外出産の申請 <input type="checkbox"/> 子育てパスポート <input type="checkbox"/> マタニティタクシー券 <input type="checkbox"/> 妊婦歯科検診 <input type="checkbox"/> 出産する病院を決めて、予約をする <input type="checkbox"/> 里帰り出産をするか決める			<input type="checkbox"/> 育児グッズを準備する <input type="checkbox"/> 産後の家事・育児の分担を家族で話し合う <input type="checkbox"/> 近所の小児科や地域交流の場（地域子育て支援拠点など）の情報を集め、足を運んでみる <input type="checkbox"/> 里帰り出産の場合は産院を決める 《出産応援ギフトの手続き》 <input type="checkbox"/> 妊娠届出時に保健師と面談をする <input type="checkbox"/> 窓口の申請用紙に記入する <input type="checkbox"/> 妊娠7か月にアンケートを返送する			<input type="checkbox"/> 産前・産後のサービスについて利用を検討する <input type="checkbox"/> 上の子の出産時の体制を考える <input type="checkbox"/> 入院セットを準備する <input type="checkbox"/> 出産時の連絡先リストを作る（産院・タクシーなど） <input type="checkbox"/> 産後の生活をイメージし、自宅の環境を整える		
お仕事の関係	<input type="checkbox"/> 出産予定日を会社に伝える。妊娠中の働き方（時間外労働、休日労働、深夜業など）の希望を伝え、相談する <input type="checkbox"/> 体調が悪い場合は、医師や助産師に相談し、「母性健康管理指導事項連絡カード」を勤務先に提出する <input type="checkbox"/> 妊婦健診を受けるための時間が必要な場合は会社に申請する <input type="checkbox"/> 産休について、会社に報告し、取得する（出産後の働き方の希望を伝える） <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、会社へ申請する～産後のパパ育休も創設されました～ <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎの準備をする								



アプリダウンロード



ios用 Android用



子育てガイド

子育て期

時期	出産	1歳			2歳	3歳			
乳幼児健診	1か月児健診	3~4か月児健診	6~7か月児健診	7か月児離乳食相談	9~10か月児健診	10か月児離乳食相談	1歳6か月児健診	2歳児健診	3歳児健診
産婦健診	2週間健診	1か月健診							
自分や家族ですること	<input type="checkbox"/> 出産後に必要な手続きを行う、経済的な支援を受ける <input type="checkbox"/> 出生届の提出（市民課） <input type="checkbox"/> 新生児連絡票（健康推進課 母子保健係） <input type="checkbox"/> 児童手当・子育て応援祝い品の贈呈（こども未来課 子育て支援係） <input type="checkbox"/> 指定ごみ袋の減免販売（廃棄物対策課 リサイクル推進係） <input type="checkbox"/> 乳幼児福祉医療費給付事業（健康推進課 国保医療係） <input type="checkbox"/> 出産育児一時金（詳細は医療機関・ご加入の健康保険組合等へ） <input type="checkbox"/> 赤ちゃん訪問 <input type="checkbox"/> 予防接種を受ける <input type="checkbox"/> かかりつけの小児科を決める <input type="checkbox"/> 子育て支援センターや子育てひろばを利用する 《子育て応援ギフトの手続き》 ＊郵送される申請書にて申請 赤ちゃん訪問時に保健師にお渡しください。								
お仕事の関係	<input type="checkbox"/> 職場復帰や入園の時期に合わせ、希望する園の園開放へ行ってみる <input type="checkbox"/> 保育園の申込みや利用に関して相談する（保育課 保育・幼稚園係） <input type="checkbox"/> 育児休業給付金を申請する（原則会社経由） <input type="checkbox"/> 産前産後の社会保険料（健康保険・厚生年金）の免除を申し出る（原則会社経由） <input type="checkbox"/> 育児休業取得中の社会保険料（健康保険・厚生年金）の免除を申し出る（原則会社経由） <input type="checkbox"/> 職場復帰に向けて家族で育児・家事の分担や働き方を話し合う <input type="checkbox"/> 夫婦それぞれが職場復帰後の働き方（短時間勤務や残業免除等）について会社と相談する <input type="checkbox"/> ファミリーサポートセンターなどの利用を検討する								

