

子育てガイド（産後・子育て期）

令和5年3月

時期	出産	1歳	2歳	3歳	4歳～
母の健診	<input type="checkbox"/> 産婦健診（2週間） <input type="checkbox"/> 産婦健診（1か月）		<input type="checkbox"/> がん検診・特定健診（対象の方）		
乳幼児健診					
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。				
	<div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>市民課・支所で出生届を出す。 <input type="checkbox"/>出生届後に市民健康相談室で定期予防接種ガイドブック（予診票綴）受領及び、（出生体重が2,500g未満の場合）低体重児出生届を出す。 <input type="checkbox"/>公的医療保険の加入 <input type="checkbox"/>子どもの医療費助成 <input type="checkbox"/>児童手当 <input type="checkbox"/>児童扶養手当 <input type="checkbox"/>ひとり親家庭等医療費助成 <input type="checkbox"/>出産育児一時金 <input type="checkbox"/>出産手当金（※） <input type="checkbox"/>産前産後の国民年金保険料の免除（第1号被保険者の方）（※） <input type="checkbox"/>医療費控除 <input type="checkbox"/>幼児同乗用自転車等購入支援事業助成金 </div>				
仕事の関係	<input type="checkbox"/> 乳児家庭全戸訪問（赤ちゃん訪問）の面談を受ける。（訪問日 年 月 日）				
	<input type="checkbox"/> 産後のケアや子育てサポートを受ける。 <input type="checkbox"/> かかりつけの小児科を決める。 <input type="checkbox"/> 予防接種を継続して続ける（生後2か月～） <input type="checkbox"/> 地域の子育て講座や交流の場（地域子育て支援拠点など）を利用する。 （マイ・サポート・スペースの利用：R5.4月～登録開始予定）				
	<div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px;"> （利用できるサポート） <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>赤ちゃん訪問 <input type="checkbox"/>ブックスタート <input type="checkbox"/>産後ケア <input type="checkbox"/>_____ <input type="checkbox"/>ファミリー・サポート・センター <input type="checkbox"/>_____ <input type="checkbox"/>おやこ DE 広場・子育て支援センター・児童館・こども館 <input type="checkbox"/>赤ちゃん教室 <input type="checkbox"/>離乳食教室（第1子） <input type="checkbox"/>一時預かり <input type="checkbox"/>ショートステイ（満1歳～） <input type="checkbox"/>わんぱく歯科くらぶ（2歳～） <input type="checkbox"/>家事育児支援（まつドリ baby ヘルパー：R5.8月～開始予定） <input type="checkbox"/>家事支援（シルバー人材センター・民間事業者・NPO） </div>				
	<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。（原則勤務先経由）（※） <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。（原則勤務先経由） <input type="checkbox"/> 育児休業給付金を申請する。（原則勤務先経由） <input type="checkbox"/> 出産後、慣らし保育期間などを踏まえて、職場復帰の時期を改めて検討する。 <input type="checkbox"/> 保育所（園）の情報を集め、足を運んでみる。→ 利用申し込みをする。 <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）について勤務先と相談する。 <input type="checkbox"/> ファミリー・サポート・センター、ベビーシッターサービス等の利用を検討する。				

（※）妊娠中に申請することも可能です。