3. 子 育 てガイド

妊娠から出産まで

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 カ月				9 か月				10 か月				
週 数	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
妊婦健診	4 週間に 1 回																				2 週間に 1 回												1 週間に 1 回				
妊婦期に考えること すること 利用できるサポートサービス	○妊娠届を提出し、母子健康手帳と妊婦健診受診券を受けとる（妊婦給付金に係る面談あり） ○出産する病院を決める 伴走型支援（妊婦健診の結果フォロー、電話相談など） ○里帰り出産するか決める つわりや体調の悪い時は無理しないでくださいね 【里帰り出産の方】産院を決め、市に連絡してください 【引っ越しされる方】転出先の市町村の窓口で妊婦健診受診券を切り替えましょう ○出産・育児グッズを準備 ○かかりつけの小児科や交流の場、保育園等情報を収集 ○歯科検診を受診 ○妊娠中期・後期すこやか教室 ○妊娠 8 カ月のアンケートに回答 ○妊婦訪問「くるサポ」で出産に向けての手続きを確認 ○出産時のきょうだい児の預け先を確認（ショートステイ） ○陣痛・入院セットを準備、陣痛時の移動手段・連絡先確認 ○赤ちゃんを迎える準備、産後の生活をイメージしてお部屋の環境を整備 ○産前・産後ヘルパー事業 心配なことや聞きたいことがあればご相談くださいね（☎942－1515）																																					
お仕事の関係	○勤め先に出産予定日を伝え、妊娠中の働き方について相談しましょう ○妊婦健診を受けるための時間が必要な場合は勤め先に相談しましょう ○産前産後休暇・育児休暇について家族で話し合い、勤め先に報告し、申請しましょう　～産後パパ育休も始まりました～ ○仕事復帰後の働き方について勤め先に確認しましょう																																				

出産から就学前まで

時 期	出 産 から 0 歳				1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳
健 診	2 週間健診（産婦助成有） 1 か月健診（産婦助成有）	4 か月児健診 （医療機関）	6 か月児相談 （サンコスモ古賀）	10 か月児健診 （サンコスモ古賀）	1 歳 6 か月児健診 （サンコスモ古賀）		3 歳児健診 （サンコスモ古賀）		就学時健診 教育委員会主催
予防接種	2 か月から接種開始　計画的に接種しましょう （ロタウイルス、B 型肝炎、小児用肺炎球菌、BCG、五種混合、麻しん・風しん混合ワクチン（MR）、水痘、日本脳炎）								
子育て期に考えること すること 利用できるサポートサービス	○出産後に必要な手続き □出生届（出生から 14 日以内）　□児童手当（出生日の翌日から 15 日以内） □健康保険証（資格確認書）の手続き　□子ども医療証（出生日の翌日から 30 日以内） ○新生児聴覚検査の償還払い（6 か月以内） ○保育施設、幼稚園など就園先の見学、申込 保育所の申込は、オンライン申請になりました 子どもの成長・発達について、子育てについて、就園、就学について気になることがありましたらご相談くださいね ○通院、健診、日常のお買い物などについて家族で確認しましょう ○かかりつけの小児科を決めましょう ○発達で気になることがあればこども発達ルーム、発達相談に相談しましょう 伴走型支援（児の発達フォロー、子育てについて電話相談、訪問など） ○乳児家庭全戸訪問「あかちゃん訪問」で母子の様子や今後の予定を確認 ○養育支援訪問で母子の様子を継続して見守ります ○産後訪問「くるサポ」　○産後ケア　○産前産後ヘルパー ○はじめのいっぽ事業　○ブックスタート事業 ○1 歳誕生広場 ○一時預かり　○ファミリーサポート　○ショートステイ ○2 歳元気っこ広場 ○地域の子育て講座や親子で過ごせる交流の場 ○セカンドブック事業 ○離乳食教室								
お仕事の関係	○産前産後、育児休業取得中の社会保険料（健康保険、厚生年金）の免除、育児休業給付金を勤め先に申請しましょう ○保育施設の情報を集め、見学を行い、慣らし保育の機関を踏まえて職場復帰の時期を検討、保育施設の申し込みをしましょう ○ファミリーサポートセンターや、民間のベビーシッターサービスの利用を検討しましょう								