

あかちゃんが できた

妊娠後の諸手続き

はだの子育て応援センター「はぐるーむ」、母子健康手帳(親子健康手帳)、妊婦健康診査、妊婦歯科健康診査、電子母子手帳アプリ「はだのっこ」by母子モ、おめでた家族教室、育児と仕事の両立、不妊・不育相談、妊産婦タクシー利用助成、パパの育児

はだの子育て応援センター

「はぐるーむ」



「秦野で子育てして良かった」のために、妊娠・出産から子育てまで、ずーっと応援します。「もしかして妊娠?」、「赤ちゃんを育てるって大変そう」、「うちの子、小さいかも」など、妊娠や出産、子育てには不安や戸惑いはつきもの。母子保健コーディネーター(助産師)を中心に、保健師・管理栄養士等の専門職がサポートします。お気軽にご相談ください。

対象	妊娠期から出産、子育て期までの妊産婦やその家族
日時	月～金曜日(祝日、年末年始は除く) 午前8時30分～午後5時
相談内容	妊娠・出産・育児に関する相談に、電話や訪問・面談等で対応します。

例えば…

- ・ はじめての妊娠で不安…
- ・ 妊娠中の食事は何に気をつけたい?
- ・ 産後に使えるサービスを教えて
- ・ 母乳は足りている?
- ・ 赤ちゃんの体重が増えているか心配

済んだら
チェックしよう!

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

母子健康手帳(親子健康手帳)

医療機関で妊娠の診断を受けたら早めに妊娠届出書を提出し、母子健康手帳の交付を受けましょう。母子健康手帳はお子さんとお母さんの健康状態を記録する大切な手帳です。乳幼児健診や予防接種を受ける時に必要となります。代理での手続きも可能です。

日時	平日の午前8時30分～午後5時及び土・日曜の開庁日の8時30分～正午、午後1時～5時 ※たばこ祭開催日、年末年始等を除く。 土・日曜の開庁日については市ホームページなどでご確認ください。
----	--

場所 保健福祉センター1階 こども家庭支援課 親子健康担当



母子健康手帳の交付に必要なもの

- 妊娠届出書 (妊娠届出書は交付場所にあります。市ホームページからもダウンロードできます)
- 届出者(妊婦又は代理人)の本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、在留カードなど)
- 妊婦のマイナンバーがわかるもの(マイナンバーカードなど)

妊婦健康診査

～定期的に妊婦健康診査を受けましょう～

お腹の赤ちゃんの育ちぐあいや妊婦さんの健康状態を確認するために、血液・血圧・尿などの検査をします。妊娠期の健診費用負担を軽減し、継続的に医療機関で健診を受けていただくために妊婦健康診査費用の助成を行っています。

妊婦歯科健康診査

～この機会にぜひ歯科健診を受けましょう～

妊娠中は、ホルモンバランスの変化やつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯肉炎、むし歯になりやすい時期です。重度の歯周病により、早産・低体重児出産の頻度が高まる可能性も報告されています。ママのお口の中の健康状態が、生まれてくる赤ちゃんに大きく影響します。償還払いの制度は行っておりませんので、補助券をお持ちのうえ、できるだけ妊娠12週～27週頃に委託医療機関で歯科健診を受けましょう!

● 補助券の共通事項 ●

(対象補助券: 妊婦健康診査、妊婦歯科健康診査、新生児聴覚検査、産婦健康診査)

- 各補助券は、母子健康手帳交付時(または妊婦健康診査補助券交換時)に渡しています。再発行はしないため、紛失しないよう大切に保管してください。
- 市外に転出した日から秦野市発行の補助券は利用できません。継続的な助成を受けるために、速やかに転入先で手続きをしてください。
- 補助券が利用できるのは主に県内医療機関です。県外等では償還払いとなります。歯科医院は、市ホームページ等で受診可能な医院をご確認ください。歯科健診は償還払いができません。詳しくはお問い合わせください。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

電子母子手帳アプリ「はだのっこ」by母子モ

電子母子手帳アプリ「はだのっこ」は、電子ならではの便利な機能を使って、紙の母子健康手帳を補完する子育てに役立つ便利なアプリです。利用料金は無料(通信料は利用者負担)で、妊娠から出産、育児までをサポートします。神奈川県健康管理アプリ「マイME-BYO(みびょう)カルテ」と連携しているの、小学校以降の健康記録も引き続きアプリで簡単管理できます。



<p>予防接種モ!</p> <p>複雑な予防接種時期もスマホだと楽に管理できる!</p>	<p>成長記録モ!</p> <p>お子さんの成長記録を家族と共有でき一緒に振り返られる!</p>	<p>地域の情報モ!</p> <p>お住いの地域の育児情報や行政情報が手元に届いて便利!</p>
---	---	---

利用するには、「母子モ(ボシモ)」で検索、アプリストアからダウンロードしてください。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

安心して子育てするために

初めての赤ちゃんを迎え、わからないこと、不安なことばかりで悩んでいませんか？
妊娠・出産に関するさまざまな相談窓口をご紹介します。

おめでた家族教室

安心して妊娠期を過ごし、赤ちゃんを迎える準備をするための教室です。
主にこれからお母さん、お父さんになる方を対象に、毎月、予約制で開催しています。(初回のみ1組100円)



- 内容**
- ①妊娠中の生活・栄養
 - ②出産の経過、マタニティエクササイズ、母乳のコツ
 - ③お風呂の実習とパパの妊婦体験、産後の心の健康など
- 日程はホームページに掲載しています。電話、メールからお申し込みください。

件名 おめでた家族教室申し込み

- 内容**
- ①お名前(ご家族の方も参加される場合は人数も入力)
 - ②電話番号、お住まいの地区
 - ③参加される日にち
 - ④出産予定日・出産予定病院

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

おめでた家族教室
申し込み



育児と仕事の両立 ～妊娠、出産後も仕事を続けたい！～

仕事も育児もフルで頑張る！それは理想的ですが、頑張すぎは禁物です。無理をすると体調を崩しやすくなります。家族の理解、協力を得ながら、地域の子育て支援制度や民間のサービスをうまく利用し、1人で背負いすぎないように気をつけましょう。

●パパも育休を

パパも育休を取得できます(ママが専業主婦でも取得できます)。母乳を与えること以外の育児はパパにもできます。出産という大きな変化を経験したママは、ホルモンバランスの乱れなどの影響で、フルに動けないこともあります。「頑張れ」ではなく、「一緒に頑張ろう」や、「ツライね、後は僕がやるよ」などの言葉をかけて、一緒に赤ちゃんを育てましょう。

これからママ、パパになる方々に知っておいて欲しい、法律や規則について

●ワーキングマザー両立応援カウンセリング

働くママ・働きたいママ・プレママ等のための相談室(県)

●問い合わせ

神奈川県かながわ労働センター本所 電話：045-633-6110(代表)

●女性のための労働相談(県)

女性相談員が相談に応じます。女性弁護士による相談もあります。
また、電話による相談も受け付けています。

●問い合わせ

マザーズハローワーク横浜 女性職員対応 電話：045-320-0335(第1・2・3・5金曜)
女性弁護士対応 電話：045-662-6110【要予約】

(第4金曜)(来所のみ)

●色々なハラスメントへの相談(県)

妊娠・出産等を理由とする解雇、その他不利益な取扱いは禁止されています。マタハラ・バワハラ・セクハラなどの相談に応じます。

●問い合わせ

神奈川県かながわ労働センター湘南支所 電話：0463-22-2711(代表)
神奈川県かながわ労働センター本所労働相談110番 電話：045-662-6110(直通)

働き続けたい
女性のために
(神奈川県HP)



不妊・不育相談

神奈川県不妊・不育専門相談センター

不妊・不育専門センターでは、不妊や流産等を繰り返す不育症について医師や臨床心理士、助産師などの専門家が相談に応じます。男性やご夫婦・カップルでの相談も可能です。予約不要の電話相談と予約制の面接(来所あるいはオンライン)相談を受け付けています。

■相談受付日時 毎月2～3回 ●電話 9時～11時30分 ●面接 14時～16時15分

■電話相談 045(212)1052

■相談予約の申し込み・問合せ先 県健康増進課 ☎045(210)4786

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/cz6/cnt/f851/index.html>(神奈川県HP)

秦野市不妊治療費(先進医療分)助成事業

医療保険適用の体外受精・顕微授精と併せて、医療保険の適用とならない先進医療の治療を受けた方を対象に、先進医療にかかった費用の一部を助成します。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

秦野市不育症治療費助成事業

不育症治療を受けられたご夫婦に対し、医療保険適用外の治療費の一部を助成します。対象となる治療、必要な書類、手続きなどがありますので詳しくはお問い合わせください。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

妊産婦タクシー利用助成

ご自宅と医療機関等の間を、妊産婦健康診査及び出産に伴う入院時にタクシーを利用した場合、その費用を助成します。最後にタクシーを利用した日の翌日から、11か月以内に必要書類を持参して申請してください(申請は1回限り、合算可能)。

※里帰り先等から医療機関の往来については助成対象外です。

■費用(総額) 上限額 15,000円

申請に必要なもの

- タクシー料金の領収書の原本等(利用日と金額が分かるもの)
- 振込先口座を確認できるもの
- 受診日を確認できるもの(母子健康手帳、医療機関の領収書等)

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

人々を健やかな未来へと導く
循環型社会のベストパートナーを目指して

株式会社 タンザワ

製紙原料問屋

古紙再生を中心とするリサイクル事業のプロフェッショナルとして
市や幼稚園・小中学校の資源分別収集や
企業の各種廃棄物処理に取り組んでいます

廃棄物再生事業者登録
一般廃棄物・産業廃棄物収集運搬業許可
一般廃棄物処理施設設置許可

〒257-0031 神奈川県秦野市曾屋357番地
TEL 0463-81-1010
FAX 0463-81-1013
E-mail: tanzawa1@gol.com
<http://www.re-tanzawa.co.jp>

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

パパの育児 パパの育自

Kosodate For Men



パパになる人が
読むページ



はだのふるさと大使
LUNA SEA
真矢

これから親になるあなたへ

ご妊娠・ご出産おめでとうございます。
子どもが生まれ、家族が増えることは、誰にとっても大きな変化です。初めて向き合う事がたくさん出てくると思いますが、その一つ一つが自分を親にしていってくれる大切な経験になると思います。僕が常に忘れずにいたいと思うのは「笑っても怒っても同じ1日」という事。時にはそれぞれ息抜きしたり、時には夫婦2人の時間を過ごしたりしながら、できればいつも親が笑顔でいて欲しいな、と。そうしたらきっと、不安な気持ちに目を向けるのではなく、ほんの小さな事にも幸せを見つけられるような家族でいられるんじゃないかな、と思っています。子育てを経験した一人として、皆さんが子育てをライフを楽しめますように、心から応援しています。

パパとママ、一緒に子育て

パパカードを配布しています



「パパカード」は、これからパパになる人とパパのために作られ、妊娠届け出の時に配布しています。パパになると、不安や心配なこともあるかもしれませんが、でも、大丈夫。このカードには、子どもの健やかな成長と、パパをはじめ、ご家族全体の心身の健康をサポートする内容が盛りだくさん。また、ママがパパを理解することにも役立つ内容になっています。妊娠がわかったら、パパもママも一緒にいろいろな準備をしていきましょう。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

パパが産休 家族にサンキョウ



さんきゅうパパ
プロジェクト

さんきゅうパパプロジェクト

さんきゅうパパ
プロジェクト



「さんきゅうパパ」とは、産後に休みを取るパパのこと。「さんきゅう」は「産休」と「Thank you(ありがとう)」を示し、パパが休みを取ることで、出産後の妻と生まれてきた我が子に感謝をしようという意味を込めています。

こども家庭庁では、配偶者の出産後2か月以内に半日又は1日以上以上の休み(年次有給休暇、配偶者出産時等に係る特別休暇、育児休業等)を取得した男性の割合を、2025年に80%とすることを目標として、啓発活動を行っています。

妊娠中にできること

パパノ ミカタ



- かながわ版父子手帳 かながわパパ応援ウェブサイト「パパノミカタ」をチェックしよう
- おめでた家族教室 (p6参照) に行ってみよう
- ママの心と身体の変化を理解しよう
- できる家事を少しずつ増やしていこう
- 産後の休暇取得について、職場に相談してみよう
- ママと一緒に「わが家の子育てプラン」を立ててみよう



わが家の子育てプラン

～お互いの気持ちを書き出し、話し合ってみよう～



資料提供
群馬大学大学院 新井陽子教授、改編 秦野市

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。