



赤ちゃんが生まれたら

出産後に必要な手続きの流れ

① 出生届の提出

● **誕生日を含め14日以内**に提出

● **どこで** 出生地、父母の本籍地、または父母の所在地の市町村

② 国民健康保険の加入・ 出産育児一時金の申請

● 国保加入のみ**誕生日を含め14日以内**に手続き

● **どこで** 市役所医療保険課または吉川支所健康福祉課

● ※社会保険等の方は勤務先又は各保険者にご確認ください。

③ 児童手当の申請

● **誕生日の翌日から15日以内**(15日目が休日の場合は、休み明けの最初の開庁日まで)に手続き

● **どこで** 市役所子育て支援課または吉川支所市民生活課

④ 子ども医療費 受給者証の申請



● お子さんの健康保険証ができてからの申請となります。

● ※国保加入者は出生届と同時手続き可能

● **どこで** 市役所医療保険課または吉川支所健康福祉課

① 出生届

問 市民課 ☎82-2000(代表)

● 子どもが生まれたとき、生まれた子どもの父親または母親は市区町村への届け出が必要です。

いつまで 誕生日を含め**14日以内**

どこで 出生地、父母の本籍地、または父母の所在地の市町村(里帰り先を含む)
※三木市の場合は、市役所市民課または吉川支所市民生活課

✓ 必要なもの

- 出生届
(※出生証明書欄に医師か助産師の証明が必要)
- 母子健康手帳
(夜間、休日に届け出の場合、お預かりし、後日市民課窓口でお返しします)

② 国民健康保険の加入

問 医療保険課 ☎82-2000(代表)

いつまで 誕生日を含め**14日以内**

どこで 市役所医療保険課または吉川支所健康福祉課

✓ 必要なもの

- 母子健康手帳
- 保護者の本人確認できるもの
- 世帯主のマイナンバーの分かるもの

● ※その他の健康保険の方はご加入されている健康保険の窓口へお問い合わせください。

広 告



いわた ウィメンズクリニック

Iwata Women's Clinic



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	○	○	○	○ (-12:30)	○	○ (-12:30)	/
15:30-18:00	○	○	○	/	○	/	/

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
西脇市上比延町432-49

☎ **0795-23-8888**

赤ちゃんが生まれたら

② 出産育児一時金の申請

問 医療保険課 ☎82-2000(代表)

対象 国民健康保険加入者の出産に対して支給されます。

支給額 500,000円(産科医療補償制度未加入医療機関での出産は488,000円)

手続き ・直接支払制度を利用したが、出産費用が500,000円(または488,000円)を下回った場合に差額支給の申請。
・直接支払制度を利用しない場合に申請。

どこで 市役所医療保険課または吉川支所健康福祉課

✓ 必要なもの

- 国民健康保険証
- 母子健康手帳又は出生証明書(死産証明書)
- 世帯主名義の口座の分かるもの
- 医療機関等との代理契約に関する合意文書(直接支払制度を利用された場合)
- 出産費用の領収・明細書

※その他の健康保険(社会保険等)の方はご加入されている健康保険の窓口へお問い合わせください。

③ 児童手当の申請

問 子育て支援課 ☎82-2000(代表)

対象 児童の保護者に対して支給されます。(所得制限有り)

受給期間 申請した月の翌月から15歳になった年度の3月まで

支給月 6月・10月・2月

いつまで 出生日の翌日から**15日以内**(15日目が休日の場合は、休み明けの最初の開庁日まで)

● 支給月額

	3歳未満	3歳~小学校修了前	中学生
第1,2子	15,000円	10,000円	10,000円
第3子以降		15,000円	

● 所得制限限度額以上所得上限限度額未満の場合、一律5,000円

● 所得上限限度額以上の場合、支給はありません。

どこで 市役所子育て支援課または吉川支所市民生活課

✓ 必要なもの

- 請求者(保護者のうち所得の高い方)の健康保険証
- 振込希望先の口座の預金通帳またはキャッシュカード(請求者名義の口座)
- 請求者と配偶者のマイナンバーの分かるもの
- 申請に来られる方の本人確認書類

📖 児童扶養手当については **P52** を参照

赤ちゃんが生まれたら



マイナンバーカードをお持ちの方は、オンラインでの申請が可能です

マイナンバーカードを使った電子申請サービス「ぴったりサービス」では、自分に合ったカテゴリ・キーワードを検索すると、各種電子申請(一部サービスを除く)が可能です。

▶ たとえば“子育て”カテゴリでできること

児童手当等の受給資格及び児童手当の額についての認定請求
児童扶養手当の認定請求 保育施設等の利用申込など

📱 こちらからご確認ください



赤ちゃんの健康

健康増進課(総合保健福祉センター)では、お母さんや赤ちゃん、家族全員の心と体の健康をサポートします。保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士等が各ご家庭に応じた具体的なアドバイスを提案します。

こんにちは赤ちゃん訪問

市内にお住まいのすべての赤ちゃんに対して、生後4か月ごろまでに保健師、助産師等がご家庭にお伺いしています。育児に関する相談や赤ちゃんの体重測定を行います。また、健診や予防接種、各種サービスについてご説明します。母子健康手帳に添付している出生連絡票(桃色のはがき)を忘れずにお出しください。訪問前に担当者から日程調整の電話連絡を行います。

低出生体重児訪問

☎ 健康増進課(総合保健福祉センター) ☎86-0900
吉川支所 健康福祉課 ☎72-2210

低出生体重児(2,500g未滿)の赤ちゃんが生まれたら届け出てください。保健師または助産師が家庭を訪問し育児の相談に応じます。

乳幼児健康診査

☎ 健康増進課(総合保健福祉センター)

☎86-0900

お子さんの順調な成長・発達と健康を守るため乳幼児期に健康診査などを行っています。お子さんの成長を確認するとともに、育児相談の場としてもご利用ください。

事業名	内容	対象者	場所	日程	受付時間
乳児集団健康診査	身体測定、問診および保健指導、小児科診察、離乳食等栄養相談を行います。	満3か月から満5か月になるまでのお子さん	総合保健福祉センター	月1回	対象者へは来所日時を個別に通知します。
1歳6か月児健康診査	身体測定、問診および保健指導、歯科診察、小児科診察、栄養相談、歯科相談、心理相談を行います。	満1歳6か月から満2歳になるまでのお子さん			
3歳児健康診査	尿検査、身体測定、問診および保健指導、歯科診察、小児科診察、視聴覚検査、栄養相談、歯科相談、心理相談を行います。	満3歳から満4歳になるまでのお子さん			
5歳児発達健診	社会性の発達を確認します。子育て相談票を配布し、必要に応じて5歳児発達相談を行います。	今年度内に満5歳になるお子さん	市内の認定こども園、保育所および幼稚園に在籍しているお子さんは各園を通じて、在宅や市外の園に在籍のお子さんには郵送で実施します。		

赤ちゃんのお世話についての動画を掲載しています。

三木市ホームページからチェック★ ～妊娠・子育て基礎知識編～



三木市 赤ちゃん 動画

検索

三木市健康福祉部健康増進課

離乳食の進め方の目安

この離乳食の進め方の表は、あくまでもひとつの目安です。赤ちゃんの心身の成長やその日の体調を見ながら、焦らず、進めていきましょう。

月齢	離乳の開始 → 離乳の完了				
	生後5、6か月頃	7、8か月頃	9か月から11か月頃	12か月から18か月頃	
離乳食の回数	1日1回	1日2回	1日3回	1日3回	
授乳の回数	食後+ 赤ちゃんが欲しがるだけ	食後+ (母乳)欲しが るだけ (ミルク)1日3回 程度	食後+ (母乳)欲しが るだけ (ミルク)1日2回 程度	一人一人の離乳 の進行および完 了の状況に応じ て与える	
食べ方の目安	○子どもの様子 をみながら、1 日1回1さじず つ始める。 ○母乳やミルク は飲みたいだ け与える。	○1日2回食で、 食事のリズム をつけていく。 ○いろいろな味 や舌ざわりを 楽しめるよう に食品の種類 を増やしてい く。	○食事のリズ ムを大切に、1日 3回食に進め ていく。 ○家族一緒に楽 しい食卓体験 を。	○1日3回の食 事のリズムを 大切に、生活 リズムを整え る。 ○自分で食べる 楽しみを手づ かみ食べから 始める。	
食事の 目安 1回 あたり の 目安 量	調理形態 (目安となる食品)	なめらかにすり つぶした状態 (ヨーグルト)	舌でつぶせる固 さ(豆腐)	歯ぐきでつぶせ る固さ(バナナ)	歯ぐきでかめる 固さ(肉だんご)
	I.穀類(g)		全がゆ50~80	全がゆ90~軟飯80	軟飯90~ご飯80
	II.野菜・果物(g)	つぶしがゆから 始める。	20~30	30~40	40~50
	III.魚(g)	すりつぶした野 菜なども試して みる。	10~15	15	15~20
	または肉(g)	慣れてきたら、 つぶした豆腐・ 白身魚・卵黄等 を試してみる。	10~15	15	15~20
	または豆腐(g)		30~40	45	50~55
	または卵(個)		卵黄1~全卵1/3	全卵1/2	全卵1/2~2/3
	または乳製品(g)		50~70	80	100

上記の量はあくまでも目安であり、子どもの食欲や成長・発達の状況に応じて、食事の量を調整する。

※上の表は、「授乳・離乳の支援ガイド」(厚生労働省2019年3月公表)をもとに、具体例などを加筆して作成したものです。



赤ちゃんが生まれたら