

第8章 子どもを産んで育てる

1 妊娠したとき

1-1 母子健康手帳をもらおう

妊娠がわかったら、子ども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課に妊娠したことを伝えて「母子健康手帳」をもらいましょう。（英語・ポルトガル語・スペイン語・タガログ語・中国語・韓国語・タイ語・インドネシア語・ベトナム語・ネパール語があります。）

※ 「母子健康手帳」は、病院に行くときに持って行きます。赤ちゃんを育てるときに注意することやポイントが書いてあります。赤ちゃんの体の大きさ、どんな病気や予防接種（P25）をしたかなどを書きます。



子ども福祉課（三木市立児童センター） ☎ 0794-89-2340
吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

1-2 妊婦健診（妊婦健康診査）

妊娠したら、病院に行き、健康かどうか調べる「妊婦健診」を受けましょう。妊婦の方の健診費用を一部助成する券なども、子ども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課でもらえます。妊婦健診を受けるときや、病院で赤ちゃんを産むときは、医療保険からお金が出ません。

※ 妊婦健診の回数

赤ちゃんを産むまでに14回くらい妊婦健診を受けます。

- ・妊娠してから23週目までは4週間に1回
- ・24週目から35週目までは2週間に1回
- ・36週目から赤ちゃんが生まれるまでは週1回



1-3 妊婦歯科健診（妊婦歯科健康診査）

妊娠中に1回、歯科健康診査を無料（0円）で受けることができます。

無料（0円）で受けられるのは、健診と口腔衛生指導です。

1-4 相談

妊娠しているときや赤ちゃんが生まれてから、心配なことや困ったことがあったら、保健師や助産師に相談することができます。子ども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課に相談してください。赤ちゃんの育て方を一緒に考えましょう。

- 「みっきいたまびよサロン」
にんしん しゅつさん こそだ ふあん なや そうだん おな あか
 妊娠・出産・子育ての不安や悩みを相談できます。同じころに赤ちゃんが
う ひと ともだち
 生まれる人と友達になることができます。お母さん同士で話かあ どうし はなしができます。
- 「乳幼児発達専門相談」
にゅうようじはつたつせんもんそうだん
こ 子どものことばや発達・行動はつたつ こうどうなどの相談そうだんです。



1-5 保健師・助産師などの訪問

ほけんし じょさんし ほうもん
 保健師や助産師が家庭を訪問し、相談や大切なことを教えます。無料（0円）。

- 妊婦訪問
にんぶほうもん
にんしん かん そうだん りょう さーびす はなし
 妊娠に関する相談や利用できるサービスについて話をします。
- こんにちは赤ちゃん訪問
あか ほうもん
う げつ
 生まれてから4か月までの赤ちゃんのいる家庭を訪問します。
いくじ かん そうだん あか たいじゅうそくてい にゅうようじけんしん よぼうせつしゅ こそだ
 育児に関する相談、赤ちゃんの体重測定、乳幼児健診や予防接種、子育て
しえん さーびす
 支援サービスについて聞くことができます。

2 赤ちゃんが生まれたとき

2-1 出生届

にほん こ う しやくしょ しみんか よかわししよ しみんせいかつか
 日本で子どもが生まれたら、市役所の市民課か吉川支所の市民生活課に
しゅつしやうとどけ
 「出生届」を出します。「出生届」は、生まれた日から14日以内に出します。
たいしかん りょうじかん あか
 大使館か領事館にも赤ちゃんが生まれたことを伝えてください。
あか とう かあ りょうほうがいこくじん あか にほん
 赤ちゃんのお父さんとお母さんが両方外国人のときは、赤ちゃんが日本で
う
 生まれても、日本国籍を持つことができません。

みき しやくしょ しみんか
 三木市役所 市民課 ☎ 0794-82-2000

よかわししよ しみんせいかつか
 吉川支所 市民生活課 ☎ 0794-72-0180



2-2 生まれた赤ちゃんの在留カードをもらう

あか とう かあ りょうほうがいこくじん おおさかしゆつにゅうこくざいりゅう
 赤ちゃんのお父さんとお母さんが両方外国人のときは、大阪出入国在留
かんりきよくこうべしきよく しよるい
 管理局神戸支局に書類を出して赤ちゃんの「在留カード」をもらいます。
しやくしょ しゅつしやうとどけ
 市役所で「出生届」を出したときに、「出生届書記載事項証明書」と、
じゅうみんひやう うつ じゅうみんひやうきさいじこうしやうめいしよ
 「住民票の写し」か「住民票記載事項証明書」をもらいます。

う ひ にちない しやくしょ しよるい も ざいりゅうしかくしゅとくてつづ
 生まれた日から30日以内に、市役所でもらった書類を持って在留資格取得手続
わす
 きをすることも忘れないでおきましょう。

2-3 保険から出るお金

赤ちゃんを1人産んだら50万円の「出産育児一時金」が、健康保険から出ます。
 赤ちゃんを産むために仕事を休んだら「出産手当金」が、健康保険から出ます。
 赤ちゃんを育てるために仕事を休んだら「育児休業手当金」が、雇用保険から出ます。

2-4 産婦健康診査

赤ちゃんを産んでから2週間後、1か月後など産後間もない時期に、病院に行つて、健康かどうか調べる「産婦健康診査」を受けましょう。健診費用を一部助成(援助)する券は、こども福祉課(三木市立児童センター)か吉川支所の健康福祉課でもらえます。

こども福祉課(三木市立児童センター) ☎ 0794-89-2340
 吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

3 児童手当

日本で0歳から18歳までの子どもを育てている人は、お金をもらうことができます。子どもが生まれたときや引っ越ししたときに、市役所のこども福祉課か吉川支所の市民生活課に申し込みます。

子どもの年齢	1か月にもらうお金	
0歳から2歳	15,000円	第3子以降 30,000円
3歳から18歳まで (高校3年生まで)	10,000円	

三木市役所 こども福祉課 ☎ 0794-82-2000
 吉川支所 市民生活課 ☎ 0794-72-0180



4 子どもを育てる

4-1 1か月児健康診査

赤ちゃんが産まれてから1か月後に病院に行つて、子どもの体の大きさや体の様子を調べる1か月児健康診査を受けましょう。健診費用を一部助成(援助)する券と問診票は、こども福祉課(三木市立児童センター)か吉川支所の健康福祉課でもらえます。

こども福祉課(三木市立児童センター) ☎ 0794-89-2340
 吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

4-2 乳幼児健診

市役所は無料（0円）で、子どもの体の大きさや、体の様子を調べる「乳幼児健診」をします。心配なことやわからないことを相談できます。

子どもが4か月・1歳6か月・3歳・5歳のときに「乳幼児健診」を受けましょう。

4-3 予防接種（病気にならないための注射）

赤ちゃんが病気にならないように、予防接種を受けます。BCG・五種混合・日本脳炎などの予防接種が受けられます。出生届を出した人には予診票（予防接種の問診表）が届きます。転入した人は母子健康手帳をもって、健康増進課（三木市総合保健福祉センター）か吉川支所の健康福祉課に来てください。

終わっていない予防接種があれば予診票（予防接種の問診表）がもらえます。

健康増進課（三木市総合保健福祉センター） ☎ 0794-86-0900

吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210



4-4 子ども医療費助成（子どもの医療費の援助）

0歳から18歳までは、病院へ行った時に払うお金（保険診療分）の全額を市が払います。

三木市役所 保険年金課 ☎ 0794-82-2000

吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

4-5 小学校に入る前の子ども

小学校に入る前の6歳以下の子どもは、保育所や幼稚園、認定こども園などに通うことができます。3歳児（4月1日に3歳になっている子ども）から5歳児の子ども、保育所、幼稚園、認定こども園などの保育料は無料（0円）です。

○ 保育所・認定こども園への入園相談（対象 0歳児～小学校入学前）

○ 幼稚園への入園相談（対象 4～5歳児）

三木市教育委員会 教育・保育課 ☎ 0794-82-2000



4-6 アフタースクール

親が働いている小学生は、学校が終わったら「アフタースクール」を利用することができます。子どもが安全に遊んだり、宿題などができるように大人が見ています。

○ アフタースクールへの入所相談

三木市教育委員会 教育・保育課 ☎ 0794-82-2000