



## 1

## 妊娠の手続

## 1-1

## 妊娠の届出と母子健康手帳の交付等

- ・ 妊娠が判明したら、住んでいる市区町村に速やかに妊娠の届出を行ってください。
- ・ 市区町村では、妊娠の届出を行った人に対して、次のものが提供されます。

- ① 母子健康手帳の交付
- ② 妊婦健康診査を公費の補助で受けられる受診券又は補助券の交付
- ③ 保健師などによる相談
- ④ 両親学級（母親学級・父親学級）の紹介

※ 母子健康手帳は、母親の妊娠期から産後まで、子どもの新生児期から乳幼児期までの健康状態を一貫して記録したものであるとともに、乳幼児の保護者に対する育児に関する指導書です。必要に応じて、保護者が自分で記載・管理し、また、医療関係者が記載・参照できるように工夫されています。

※ 令和5年1月に「母子健康手帳情報支援サイト」を開設し、育児等の情報を掲載しております。

(母子健康手帳情報支援サイト) <https://mchbook.cfa.go.jp>

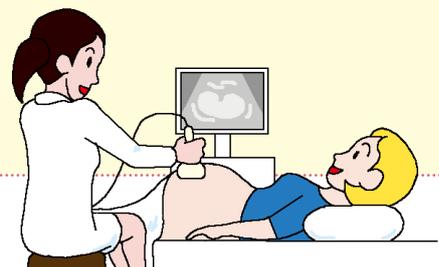


## 1-2

## 妊婦健康診査

- ・ 妊娠中は、普段よりいっそう、健康に気を付ける必要があります。妊婦健康診査を定期的に受診し、医師や助産師などのアドバイスを受けて健康管理に取り組んでください。
- ・ 妊婦健康診査は、おおむね次のような頻度で受診することが望ましいです。

- ① 妊娠初期から妊娠 23 週までは4週間に1回
- ② 妊娠 24 週から妊娠 35 週までは2週間に1回
- ③ 妊娠 36 週から出産までは週1回

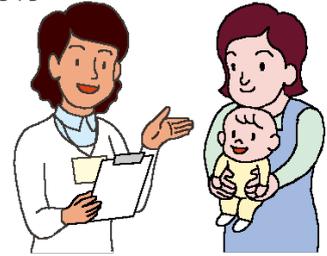


### 1-3 保健師・助産師などによる訪問指導

家庭に保健師や助産師などが訪問し、次の相談・指導を行います。

- ① 家庭生活や食事などの指導
- ② 妊娠、出産に関する不安や心配に対する相談
- ③ 新生児や乳幼児の育児に関する相談

※ この訪問指導は無料です。詳しいことは、住んでいる市区町村に問い合わせてください。



### 1-4 両親学級（母親学級・父親学級）

市区町村では、妊娠、出産、育児、栄養などに関する教室を開催しています。親同士の交流の場にもなっています。



## 2 出産後の手続

### 2-1 出生届

#### 日本で子どもが生まれたら

- ・ 父又は母が出生の届出をしなければなりません。
- ・ この届出は子どもが生まれた日から 14 日以内にする必要があります。
- ・ この届出は子どもが生まれた場所か、届出人の所在地にある市区町村に提出してください。



#### (1) 出生の届出に必要なもの

- ・ 出生証明書
- ・ その他必要となるものは、届出をする市区町村に問い合わせてください。

#### (2) その他の手続

子どもが生まれた日から 60 日を経過して在留資格を取得していない場合は、住民票が消され、国民健康保険や児童手当などの行政サービスを受けることができないことがあります。詳しくは、第 1 章 2 2-4 在留資格の取得を確認してください。

### 2-2 出生した子の本国への届出

父も母も外国の国籍である場合、その子どもが日本で生まれたとしても、日本国籍を取得することはできません。このような場合、子どもが生まれたことについて本国へ届け出る手続をしてください。詳しい手続については、父又は母の国籍国の駐日大使館・(総)領事館に問い合わせてください。



また、生まれた子どものパスポートも、あわせて発給を受けてください。

## 3 出産費用と各種手当

妊娠・出産は病気ではないので、基本的には健康保険は適用されません。  
例外として、帝王切開などの手術費などには、健康保険が適用されます。

### 3-1 出産育児一時金

健康保険や国民健康保険の加入者が出産したとき、出産費用として50万円が支給される制度です。ただし、妊娠週数が22週に達していないなど、産科医療補償制度対象出産ではない場合は、48万8千円となります。

この支給制度には、次の2つの制度があります。

#### ① 直接支払制度

出産育児一時金の請求と受取りを、妊婦などに代わって医療機関などが行う制度です。出産育児一時金が医療機関などへ直接支給されるため、退院時に窓口で出産費用を全額支払う必要がなくなります。

#### ② 受取代理制度

妊婦などが加入する健康保険組合などに出産育児一時金の請求を行う際に、出産する医療機関などにその受取りを任せることにより、医療機関などへ直接出産育児一時金が支給される制度です。

### 3-2 出産手当金

健康保険の加入者本人が出産のため会社を休み、その間に給与の支払を受けられなかったときは、出産（予定）の日以前42日（多胎妊娠の場合は98日）から出産日後56日までの範囲内で、会社を休んだ期間を対象として出産手当金が受給できます。出産手当金は、産前産後休業の期間中、健康保険から1日につき、原則として賃金の3分の2に相当する額が受給できます。ただし、休業している間にも会社給与が支払われ、出産手当金よりも多い額が支給されている場合には、出産手当金は受給できません。

出産が予定日より遅れた場合は、その遅れた期間についても出産手当金が受給できます。

### 3-3 育児休業給付（育児休業中の給付）

#### （1）育児休業給付金

雇用保険の加入者が、1歳（一定の要件に該当した場合は1歳2か月。さらに一定の要件に該当した場合は1歳6か月又は2歳）に満たない子どもを養育するための休業を取得し、次の要件を満たす人は原則、ハローワークへの支給申請により育児休業給付金を受給できます。（はじめの180日は休業開始前賃金の67%相当額、その後は50%相当額です。）

- 給付金を受給するための要件

- ① 休業を開始した日の前2年間に11日以上働いた月又は賃金支払の基礎となった労働時間数が80時間以上ある月が12か月以上あること
- ② 育児休業中の賃金が休業開始時の賃金と比べて80%未満に低下など一定の要件を満たしていること
- ③ 休業期間中の1か月当たりの就業日数が最大10日（10日を超える場合は、就業した時間数が80時間）以下であること

なお、休業を分割して取得した場合にも原則2回目までは育児休業給付金の対象となります。

- ※ 期間雇用者（有期契約労働者）の場合

期間雇用者（期間を定めて雇用される人）は上記の条件に加えて、休業開始時に、子どもが1歳6か月までの間（保育園に入所できなかったなどの理由により、1歳6か月後の休業開始時については2歳までの間）に、その雇用契約が満了することが明らかでないことの条件も満たす必要があります。



#### （2）出生時育児休業給付金

雇用保険の加入者が、子どもが生まれてから8週間を経過するまでの間に4週間までの期間を定めて子どもを養育するための休業（産後パパ育休）を取得し、次の要件を満たす人は、ハローワークへの支給申請により出生時育児休業給付金を受給できます。（休業開始前賃金

の67%相当額。出生時育児休業給付金が支給された日数は3-3（1）育児休業給付金の給付率が67%となる日数である180日に通算されます。）

- ・ 給付金を受給するための要件

- ① 休業を開始した日の前2年間に11日以上働いた月又は賃金支払の基礎となった労働時間数が80時間以上ある月が12か月以上あること
- ② 休業中の賃金が休業開始時の賃金と比べて80%未満に低下することなど一定の要件を満たしていること
- ③ 休業期間中の就業日数が最大10日（10日を超える場合は就業した時間数が80時間）以下であること（ただし、休業期間が28日より短い場合は、その日数に比例して就業可能な日数・時間数も短くなる）

なお、産後パパ育休を分割して取得した場合にも2回目までは出生時育児休業給付金の対象となります。

また、次の①、②のいずれかに当てはまる休業については、当該休業に対して給付金は支給されません。

- ① 同一の子どもについて取得した3回目以降の出生時育児休業
- ② 同一の子どもについて取得した産後パパ育休の通算日数が28日を超えた部分

- ※ 期間雇用者（有期契約労働者）の場合

期間雇用者（期間を定めて雇用される人）は、子どもが生まれてから8週間を経過する日の翌日から6か月までの間に、その雇用契約が満了することが明らかでないことの要件を満たす必要があります。

## 3-4 児童手当

児童手当は、家庭などにおける生活の安定と子どもの健全育成を目的とした手当です。

子ども及び子どもを養育している人がいずれも日本国内に住んでいる場合に、児童手当を受給できます。

### （1）受給できる人

18歳の誕生日後の最初の3月31日までの子どもを養育している人

### （2）受給方法

- ・ まずは住んでいる市区町村へ受給申請をしてください。
- ・ 原則として、申請した月の翌月分から手当を受給できます。
- ・ 新たに子どもが生まれたり、他の市区町村へ引越したりした際は、再度申請が必要です。

### (3) 受給できる額

対象となる子ども（※）		一人当たり月額
第1子・第2子	3歳未満	1万5,000円
	3歳から 18歳に到達後の最初の年度末まで	1万円
第3子以降	0歳から 18歳に到達後の最初の年度末まで	3万円

※ 22歳に到達後の最初の年度末までの年齢の経済的負担がある子どもについて、生まれた順に第1子、第2子、第3子…といいます。

### (4) 受給時期

原則として、毎年4月、6月、8月、10月、12月、2月に、それぞれの前月分までの2か月分をまとめて受給します。

## 4 育児

### 4-1 産後ケア事業

退院直後の母子に対して心身のケアや育児のサポート等の支援を行います。

- 実施方法、実施場所

- ① 宿泊型：病院や助産所などに宿泊してケアやサポート等を受けることができます。
- ② デイサービス型：施設に日中、来所して、日帰りでケアやサポート等を受けることができます。
- ③ アウトリーチ型：実施担当者が訪問し、ご自宅でケアやサポート等を受けることができます。

市区町村によって実施している内容が異なるので、詳しいことは、住んでいる市区町村に問い合わせてください。

## 4-2 乳幼児健康診査

市区町村では次の健康診査を無料で実施しています。

- 1歳6か月児の健康診査
  - 3歳児の健康診査
  - 市区町村によっては、その他の月齢の乳幼児でも健康診査が受診できる場合があります。
- ※ 健康診査の内容は、発育・発達の診察、身長・体重の測定、育児相談などです。詳しいことは、住んでいる市区町村に問い合わせてください。

## 4-3 予防接種

予防接種で病気を防ぐことができます。予防接種は、2つあります。

### ① 住んでいる市区町村が勧める予防接種

市区町村が勧める予防接種は無料の場合があります。詳しくは、住んでいる市区町村に問い合わせてください。

### ② 希望して行う予防接種

自分で希望して行う予防接種は自己負担となります。

予防接種を行うときは、医師に相談して決めてください。



## 4-4 子どもの医療費

健康保険に加入している場合、6歳以下の小学校就学前の子どもについては、自己負担の割合が2割となっています。

住んでいる市区町村によっては、高校卒業まで医療費は無料のところもあり、上乘せの助成をしているところもあります。

## 4-5 就学前の子どもを対象とする施設

- 6歳以下の小学校就学前の子どもを対象とした施設には、保育所、幼稚園、認定こども園などの施設があります。
- 3歳から5歳までの子どもたちの保育所、幼稚園、認定こども園などの利用料は無料です。

### (1) 保育所

- 保護者が働いているなどの理由により、家庭で保育できない保護者に代わって保育する施設です。

- 一般的な保育時間は、1日8時間ですが、夜間・休日などの時間外保育を実施している保育所もあります。
- 急な用事や短期のパートタイム就労などにより、一時的に子どもを預かる一時預かりを実施している保育所もあります。

## ワンポイント

## 認可外保育施設

子どもを保育している施設のうち、児童福祉法による認可を受けていない施設を総称したものです。

- 無認可保育所
  - デパートで来店者の子どもを対象としている施設
  - 託児所
  - ベビーホテル
  - ベビーシッター
- などがあります。



## (2) 幼稚園

- 満3歳から小学校入学前までの子どもが対象となる教育施設です。
- 1日4時間が教育時間の標準となっています。ただし、働いているなどの保護者の事情に応じて、夕方や夜まで、あるいは早朝から、子どもを預かっている園もあります。
- 子どもが主体的な遊びを通して学ぶことを大切にしています。
- また、地域の保護者向けの子育てに関する相談受付や園庭の開放などを行っている園もあります。

## (3) 認定こども園

- 認定こども園は、保育所と幼稚園の両方の機能を有しています。
- 認定こども園は、保護者が働いている、いないにかかわらず利用できます。
- 全ての子育て家庭を対象に、子育て不安に対応した相談活動や、親子の集いの場の提供なども行います。

## 4-6

## 放課後児童クラブ (学童保育)

- 保護者が仕事などにより昼間家庭にいない場合は放課後児童クラブが利用できます。
- 放課後児童クラブでは、放課後児童支援員等を配置し、授業終了後に適切な遊びや生活の場を提供しています。
- ほかに小学生等を対象として、多様な学習・体験活動を行う「放課後子供教室」を実施している自治体もあります。

## 4-7 ファミリー・サポート・センター

- ・ 次の人が会員となり、ファミリー・サポート・センターが仲介し、会員同士が支え合う組織があります。

- ① 乳幼児や小学生などの子どもを持つ子育て中の親などで子どもの預かりなどの援助を受けたい人
- ② その援助を行いたい人

- ・ 援助の例は、次のとおりです。

- ① 保育施設等への送り迎え
- ② 保育施設の時間外や放課後などの子どもの預かり
- ③ 保護者が買い物などで外出をする際の子どもの預かり

- ・ 利用の流れは、次のとおりです。

- ① 住んでいる最寄りのファミリー・サポート・センターに会員登録をする。
- ② 利用の申込みをする。
- ③ ファミリー・サポート・センターのアドバイザーから、援助を提供する人を仲介・紹介してもらう。
- ④ 利用後に援助を提供した人に料金を支払う。

# 5

## 妊娠・出産や子育てに関する相談窓口

### 5-1 こども家庭センター等

市区町村には、妊産婦、子育て中の保護者、こどもなどが、妊娠・出産や子育ての不安、家庭や学校に関する悩みなどを相談し、支援を受けることができる窓口（こども家庭センター等）があります。出産前後のことや乳幼児の発育・発達を相談できる保健師、子育ての相談に応じる相談員などが様々な相談に寄り添ってサポートします。

詳しくは、住んでいる市区町村のホームページなどで確認してください。

### 5-2 地域子育て支援拠点

市区町村では、公共施設や保育所、児童館等の地域の身近な場所（地域子育て支援拠点）で、親子同士が交流できる場を開設し、育児相談や子育てに関する情報提供等を実施しています。

詳しくは、住んでいる市区町村のホームページなどで確認してください。