

新潟市の子育て相談機関

＊ハロー!ミッドワイフ(新潟市助産師会)

電話で、助産師に妊娠や出産、
ママの身体や育児について相談ができます。

☎025-244-8885(月・火・木・金曜13:00~15:30)

※お盆・年末年始などお休みさせていただく場合があります



＊子育て何でも相談センターきらきら(新潟市社会福祉協議会)

電話やメール(ホームページの相談フォーマットから送信)、
LINEで、子育てに関する悩みを相談できます。
詳しくはきらきらホームページをご覧ください。

☎025-248-2220(平日8:30~17:00)



＊地域子育て支援センター

乳幼児とその保護者を対象に、保育士や保健師による子育て相談、
フリースペースの開放などを行っています。

各施設の詳しい情報はこちらから。



地区担当保健師にはどんなことをしてもらえるの?

保健師は妊娠中から 子育てを応援します♥



もちろん、 出産後も応援します!



(2023.6)

新潟市 妊娠・子育てプラン

妊娠期～出産後4か月頃までの
母子保健サービスや
各種制度、手続きをご紹介します!



新潟市子育て応援キャラクター
「ほのおちゃん」

＊妊娠・子育てほっとステーション(各区役所健康福祉課)

妊娠から出産、子育てまでの相談にワンストップで対応する窓口です。(平日8:30~17:30)
相談内容に応じて、マタニティナビゲーターや保育コンシェルジュ、家庭児童相談員等の職員が
対応します。

北 区	(025) 387-1340	秋葉区	(0250) 25-5622
東 区	(025) 250-2340	南 区	(025) 372-6375
中央区	(025) 223-7237	西 区	(025) 264-7423
江南区	(025) 382-4340	西蒲区	(0256) 72-8372

＊お住まいの地区担当保健師 名前:

電話番号(平日8:30~17:30)			
北区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域保健福祉担当 <input type="checkbox"/> 北地域保健福祉センター	(025) 387-1345 (025) 387-1781	秋葉区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域保健福祉担当	(0250) 25-5695
東区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域保健福祉担当 <input type="checkbox"/> 石山地域保健福祉センター	(025) 250-2370 (025) 250-2901	南区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域健康係	(025) 372-6395
中央区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域保健福祉担当 <input type="checkbox"/> 東地域保健福祉センター <input type="checkbox"/> 南地域保健福祉センター	(025) 223-7039 (025) 243-5312 (025) 285-2373	西区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域保健福祉担当 <input type="checkbox"/> 西地域保健福祉センター <input type="checkbox"/> 黒埼地域保健福祉センター	(025) 264-7453 (025) 264-7731 (025) 264-7474
江南区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 地域保健福祉担当	(025) 382-4138	西蒲区健康福祉課 <input type="checkbox"/> 巻地域保健福祉センター	(0256) 72-7100

※地区担当保健師は変更となる場合があります。

赤字は区役所・保健福祉センターなどで、青字は医療機関で受けられます。

妊娠期START!

妊娠初期 (2～4か月頃)

※妊娠おめでとうございます※

出産に向けて必要なことはセルフチェックシート【妊娠期】を要チェック!

- 母子健康手帳交付
助産師や保健師等の面談により、必要なサービスをご紹介します。
また、各種受診券をお渡します。
- 妊婦健康診査
医療機関での健康診査について14回分の助成を受けられます。
- 妊産婦医療費助成
申請日から出産日の翌月末日まで妊産婦さんの医療費について、助成を行います。
- 出産応援ギフト
助産師や保健師等との面談後、申請をされた方に5万円を支給します。

妊娠中期 (5～7か月頃)

- 妊婦婦科健診 日程等詳細はこちら
妊娠中に1回受けられます。
体調の良い時に早めに受けましょう。
- 安産教室 日程等詳細はこちら
妊娠中に必要な情報から子育てに役立つ情報を講話やグループワーク、体験等により学べます。医療機関等でも教室があります。

妊娠後期 (8～10か月頃)

- 妊娠8か月面談
妊娠8か月頃アンケートを送付時に、ご案内いたします。
個別面談により、助産師等へ出産や子育ての悩みや不安を相談できます。
- 出産育児一時金
出産に伴い、申請により公的医療保険から支給されます。
医療機関への直接支払制度は、出産前に医療機関で手続きを行います。

産前産後の各種保険料免除
産前産後や育児休業期間中、社会保険料(健康保険・厚生年金)や国民年金保険料が免除される可能性があります。手続きについて職場や保険者等に確認しましょう。

○妊娠期に県外に里帰りをする時は…

県外の医療機関で妊婦健診を受ける場合は、子ども家庭課へ事前に連絡し、新潟市妊婦健康診査受診票が使用できるか確認しましょう。

子ども家庭課 ☎(025)226-1205

新潟市妊婦健康診査受診票が使用できない場合、医療機関等の窓口でいったん健診費用をお支払いください。払い戻しの手続きにより、各回の上限額内で新潟市が自己負担分を返金します。

詳細はこちら



○市外に転出をする時は…

市外に転出をした場合、新潟市の妊婦健康診査受診票は使用できません。
転出先の妊婦健康診査受診票の取扱い等母子保健サービスを確認しましょう。

○多胎児を妊娠した時は…

妊婦健康診査で14回分を超えて自費で支払った健診費用の一部を助成します。
また、双子や三つ子の子育てをしているご家庭をサポートする事業を実施しています。
妊娠時から参加できる事業もあります。

詳細はこちら



子育て期START!

0か月頃

※お誕生おめでとうございます※

出生後に必要なことはセルフチェックシート【子育て期】を要チェック!

- 出生届
赤ちゃんの戸籍や住民票を作るため、生後14日以内に届出が必要です。
- 子ども医療費助成
0歳～高校3年生のお子さまの医療費について、助成を行います。
- 児童手当
0歳～中学3年生までのお子さまを養育している方へ、手当を支給します。
- 先天性代謝異常等検査
先天性代謝異常等の20疾患を早期発見するための検査です。
検査料は新潟市が負担し、指導管理料は自己負担となります。

出産手当金
会社勤めをされている方に支給される手当です。詳しくは、職場を確認しましょう。

- 新生児聴覚検査(有料)
耳の聞こえの障がいを見えるための検査です。
早く発見して適切な療育を始めることが、ことばと心の成長にとっても大切です。
- 新生児訪問
助産師や保健師がご家庭に伺います。(里帰り先でも可能です)
赤ちゃんの体重測定やお母さんの産後の体調について相談できます。

1か月頃

- 子育て応援ギフト
新生児訪問を終えた後、申請をされた方に5万円を支給します。

2か月頃

- 1か月児健康診査(有料)
出産した医療機関等で受けましょう。産婦さんの1か月健診もあります。
- 予防接種
委託医療機関での個別接種です。「予防接種予診票つづり」をよく読みましょう。

4か月頃

- 股関節検診(生後2～4か月頃)(有料)
※個別に通知が届きます
股関節の検診と、助産師・保健師等による相談を受けられます。
- 乳児一般健康診査I・II(3か月頃・10か月頃)
委託医療機関での個別健診です。

育児相談会(予約制)
お子さんの身体計測や、育児について個別に相談できます。

詳細はこちら



○子育て期に市外・県外に里帰りをする時は…

出生届は新潟市外でも提出は可能ですが、新潟市で子ども医療費助成・児童手当等の手続きや予防接種予診票の受け取りは別途必要です。
県外の里帰り先で、新生児訪問や予防接種を受けたい場合は、事前に手続きが必要で、妊娠・子育てほっとステーションへご連絡ください。

詳細はこちら



なお、乳児一般健康診査受診票は、県外の医療機関、県内の一部の医療機関では使用できませんのでご注意ください。



ひとり親家庭への支援やお子さんが小さく生まれた時の医療費助成等もあります。詳しくは、「新潟市子育て応援パンフレットSK1P」をご覧ください。SK1Pにはその他、地域子育て支援センターの場所や親子の集い等の情報も掲載しています。

セルフチェックシート【妊娠期】

*できたことには☑をつけていきましょう。
*自分の状況に合わせて☐の追加や削除をしてみましょう。

時期	月	妊婦健診	自分や家族ですること	お仕事の関係
(4週~15週) 妊娠初期	2か月	4週に1回	<input type="checkbox"/> 区役所等で母子健康手帳や妊婦健康診査受診票、妊婦歯科健診受診票、出生連絡票、乳児一般健康診査受診票Ⅰ・Ⅱを受け取る <input type="checkbox"/> 区役所等で妊娠届時の面談を受ける <input type="checkbox"/> 妊産婦医療費助成の申請をする <input type="checkbox"/> 新潟市子育てアプリ「母子モ」を登録する <input type="checkbox"/> 出産応援ギフトを申請する <input type="checkbox"/> 出産する病院を決めて、妊婦健診を受け始める <input type="checkbox"/> 産期帰りを決める <input type="checkbox"/> 妊娠中の食事や生活について情報収集する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 出産予定日を職場に伝える。妊娠中の働き方(時間外労働、休日労働、深夜業の制限等)の希望を伝え、相談する <input type="checkbox"/> 体調が悪い場合は、医師や助産師に相談し、「母性健康管理指導事項連絡カード」を職場に提出する <input type="checkbox"/> 妊婦健診を受けるための時間が必要な場合は職場に申請する
	3か月		<input type="checkbox"/> 安産教室に参加する <input type="checkbox"/> 妊婦歯科健診を受ける <input type="checkbox"/> 産後の家事・育児の分担を家族で話し合う <input type="checkbox"/> 産後1週間以内の出産の場合は産院を決める <input type="checkbox"/> 近所の小児科や地域の交流の場(地域子育て支援センター等)の情報を集め、足を運んでみる <input type="checkbox"/> 育児グッズを準備する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
	4か月			
(16週~27週) 妊娠中期	5か月	2週に1回	<input type="checkbox"/> 妊娠8か月頃アンケートに回答する <input type="checkbox"/> 産前・産後のサービス(産後ケア等)の利用を検討する <input type="checkbox"/> 上の子の出産時のサポート体制を考える(一時預かり、ファミリーサポート等) <input type="checkbox"/> 産前産後の国民年金保険料の免除(第1号被保険者の方)の申請をする <input type="checkbox"/> 出産育児一時金について医療機関や保険者へ確認する <input type="checkbox"/> 入院セットを準備する <input type="checkbox"/> 出産時の連絡先を確認する(産院・タクシー等) <input type="checkbox"/> 産後の生活をイメージし、自宅の環境を整える <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
	6か月			
	7か月			
(28週以降) 妊娠後期	8か月	1週間に1回	<input type="checkbox"/> 妊娠8か月頃アンケートに回答する <input type="checkbox"/> 産前・産後のサービス(産後ケア等)の利用を検討する <input type="checkbox"/> 上の子の出産時のサポート体制を考える(一時預かり、ファミリーサポート等) <input type="checkbox"/> 産前産後の国民年金保険料の免除(第1号被保険者の方)の申請をする <input type="checkbox"/> 出産育児一時金について医療機関や保険者へ確認する <input type="checkbox"/> 入院セットを準備する <input type="checkbox"/> 出産時の連絡先を確認する(産院・タクシー等) <input type="checkbox"/> 産後の生活をイメージし、自宅の環境を整える <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
	9か月			
	10か月			

新潟市の産前・産後サービス(有料)について
新潟市産後ケア事業や子どもショートステイ、保育施設での一時預かり、新潟市ファミリーサポートセンター等があります。事前の申請・登録等が必要です。詳しくは、「新潟市子育て応援パンフレットSKIP」をご覧ください。

セルフチェックシート【子育て期】

時期	月齢	乳児健診等	自分や家族ですること	お仕事の関係
出産	0か月	新生児聴覚検査 先天性代謝異常等検査 新生児訪問	<input type="checkbox"/> 区役所等で出産後に必要な手続きを行う <input type="checkbox"/> 出生届(生後14日以内) <input type="checkbox"/> 子ども医療費助成 <input type="checkbox"/> 児童手当 <input type="checkbox"/> 区役所等で予防接種予診票を受け取る <input type="checkbox"/> 公的医療保険の加入手続きを行う <input type="checkbox"/> 出産した医療機関等で新生児聴覚検査を受ける <input type="checkbox"/> 出産した医療機関等で先天性代謝異常等検査を受ける <input type="checkbox"/> 出生連絡票(新生児訪問依頼票)を提出する(生後14日以内) <input type="checkbox"/> 新生児訪問を受ける <input type="checkbox"/> かかりつけの小児科を決める <input type="checkbox"/> 産後のケアや子育てのサポートを利用する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 出産予定日を職場に伝える。妊娠中の働き方(時間外労働、休日労働、深夜業の制限等)の希望を伝え、相談する <input type="checkbox"/> 体調が悪い場合は、医師や助産師に相談し、「母性健康管理指導事項連絡カード」を職場に提出する <input type="checkbox"/> 妊婦健診を受けるための時間が必要な場合は職場に申請する
		1か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		2か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		3か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		4か月以降	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
子育て	1か月	1か月児健診 産婦健診	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		2か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		3か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		4か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>
		5か月	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 産休について、職場に報告し、取得する <input type="checkbox"/> 育休について家族で話し合い、職場へ申請する <input type="checkbox"/> 仕事の引継ぎを準備する <input type="checkbox"/> 出産手当金について職場へ確認する <input type="checkbox"/>

出生連絡票は電子申請もできます。
電子申請はこちら



〈入園を考えている場合〉
 慣らし保育期間を踏まえて、職場復帰の時期を改めて検討する
 保育園等の情報を集めて、足を運んでみる
 入園の申し込みを行う