



2024年度

宇都宮市



ママ・パパと赤ちゃんのための しおり

この冊子は、市の制度、妊娠・出産・育児に関する情報を掲載しています。日々の生活にお役立てください。

有料広告

表紙 下部

縦65×横95mm

広告内容については、広告主に直接お問い合わせください。

裏表紙 上部

縦65 × 横95mm

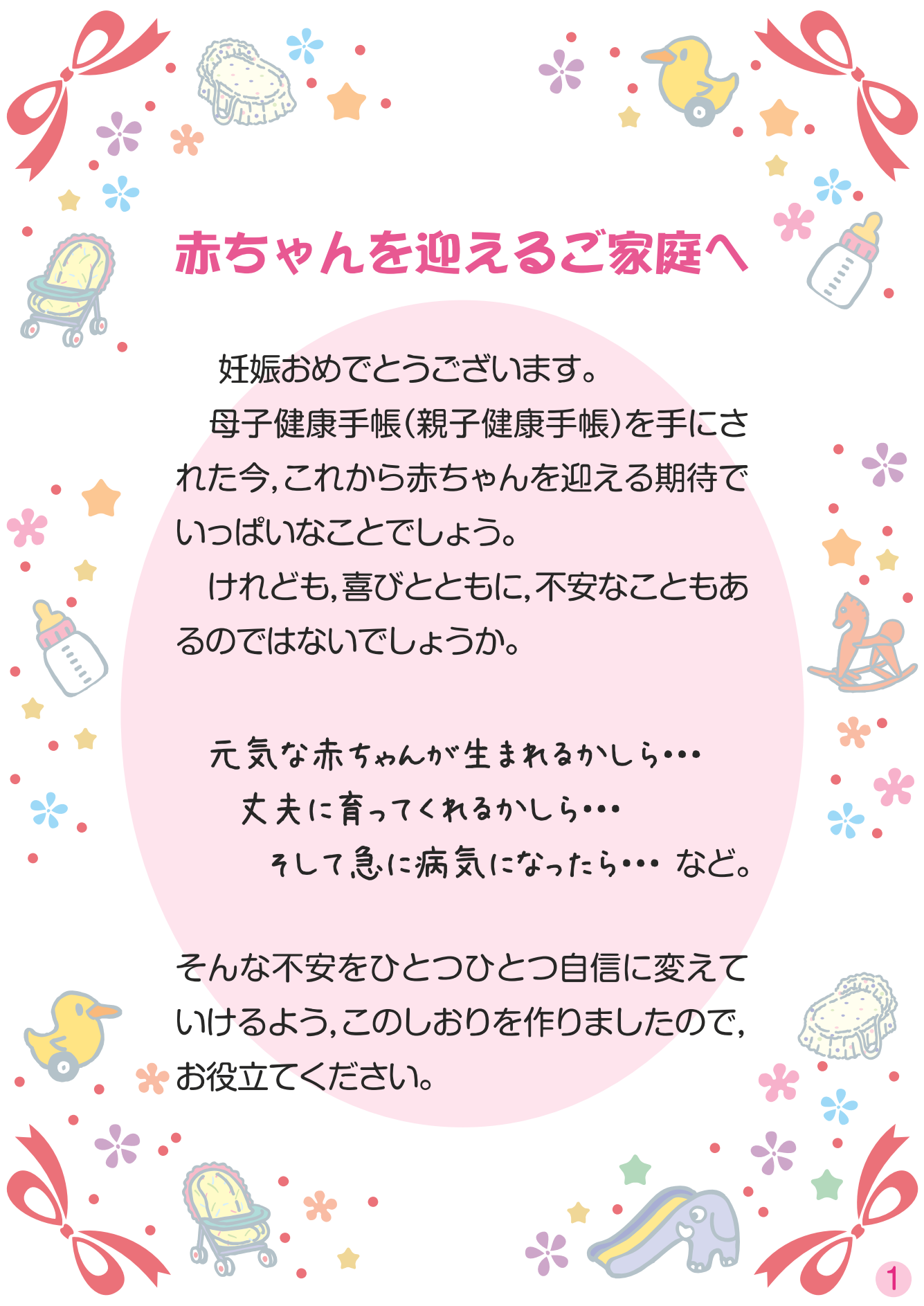
裏表紙 下部

縦65 × 横95mm

内容一部抜粋



赤ちゃんを迎えるご家庭へ	1
宇都宮市の母子保健福祉サービス	2 ～ 3
妊娠したら	4 ～ 6
すこやかな育ちのために	7
赤ちゃんが生まれたら	8 ～ 13
医療費助成制度	14
赤ちゃんが成長したら	16 ～ 18
お子さんの発達について	19
子育てのサポート	20 ～ 22
夜間や休日の急病時は	23
困ったときは	24 ～ 25
絵本との出会い	26
大切な子どもの命を守るため	27
親と子のふれあい	28 ～ 29
宇都宮市からの情報は	30 ～ 31
予防接種の受け方	32 ～ 33
幼児健康診査・健康相談会場	34 ～ 35



赤ちゃんを迎えるご家庭へ

妊娠おめでとうございます。

母子健康手帳(親子健康手帳)を手にした今、これから赤ちゃんを迎える期待でいっぱいなことでしょう。

けれども、喜びとともに、不安なこともあるのではないのでしょうか。

元気な赤ちゃんが生まれるかしら...

丈夫に育ってくれるかしら...

そして急に病気になったら... など。

そんな不安をひとつひとつ自信に変えていけるよう、このしおりを作りましたので、お役立てください。



宇都宮市の母子



妊娠

出産

1 か月

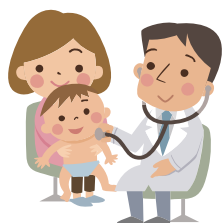
2か月

3か月

4か月

胎 児 期	新生児期	乳 児 期
◎妊娠の届出	◎出生の届出	
母子健康手帳の交付	出生連絡票の提出	先天性 股関節 脱臼検診
妊産婦医療費助成		4か月児 健康診査
	こども医療	
妊産婦健康診査		
	新生児聴覚検査	
	先天性代謝異常等検査	
	先天性胆道閉鎖症検査	
妊産婦の歯科健康診査（出産日を含め産後6か月以内）		
ママパパ学級	赤ちゃん訪問	
	産後ケア（訪問型のみ産後1年まで）	
	産後サポート	
	妊産婦と子どもの健康相談	

保健福祉サービス 🌸🌸🌸🌸🌸🌸



10か月 1歳

2歳

3歳

4歳

6歳

12歳

幼 児 期

学 童 期

10か月児
健康診査

1歳6か月児
健 康 診 査

2歳5か月児
歯科健康診査

3 歳 児
健康診査

費助成（出生～高校3年生相当）

子ども発達相談室

・ 栄養相談，子ども総合相談

予防接種

フッ化物塗布（2歳～小学2年生）



妊 娠

うつのみや出産・子育て応援事業, もうすぐ38っ子応援事業

妊産婦や子育て家庭の不安・負担を軽減し, 安心して出産・子育てができるように, 伴走型の相談支援と経済的支援を一体的に支援する事業です。詳しくは, 市ホームページをご覧ください。

子ども支援課 すこやか親子グループ TEL:632-2388

妊産婦健康診査

妊娠中は, 主治医の指示にしたがって健康診査を定期的に受けましょう。

宇都宮市では, **健診の費用の一部**を助成します(全16回)。

★助成額の上限は, 第1回の受診票は20,000円, 第8回は11,000円, 第11回は9,000円, その他の回の受診票は5,000円となります。

上限を超えた額は自己負担になります。

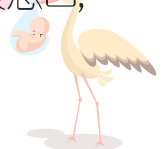
★多胎児を妊娠した方に対しては, 5,000円の受診票を必要な回数分, 追加で交付します。

★健診1回につき受診票1枚ご利用になれます。受診時には母子健康手帳とともにお持ちの受診票を全てご持参ください。

★受診時に受診票を利用できなかった場合(里帰りで県外の医療機関に受診した場合等)は, 申請により助成します(償還払い)。受診した月の翌年の同月末までに, **未使用の受診票, 健診の領収書及び診療明細書(原本またはコピー)**(※外国語の領収書の場合は日本語の翻訳も提出してください), **預金通帳, 母子健康手帳(受診した日が記載されている欄)のコピー**を下記窓口までご持参ください。なお, コピーはあらかじめご用意ください。

郵送での申請はできません。

受付窓口: 市役所子ども支援課(2階), こども家庭センター相談窓口, 各地区市民センター, 各出張所



したら



★宇都宮市外に転出した場合は、ご利用になれません。

転入先の市町村にお問い合わせください。

★受診票は、他人が使用することはできません。

★受診票は大切に保管してください。

子ども支援課 すこやか親子グループ TEL:632-2388

妊産婦の歯科健康診査

妊娠中は、むし歯や歯周病などの病気にかかりやすく、進行しやすい時期です。ご自身や、生まれてくる赤ちゃんのためにも健康診査を受けましょう。

「妊産婦歯科健康診査受診票」で健康診査と口腔衛生指導が1回のみ無料で受けられます。受診できる期間は、母子健康手帳交付日から産後（出産日を含む）6か月以内です。

※治療や歯石除去等は含みません。

子ども支援課 すこやか親子グループ TEL:632-2388

妊産婦医療費助成



妊産婦が、病気やけがなどで健康保険の適用になる診療を受けたときの保険診療自己負担額を助成します。

資格取得の手続きには、健康保険証、預金通帳、母子健康手帳が必要です。

子ども支援課 管理グループ TEL:632-2296

初回産科受診料助成

市民税非課税世帯に属する等、低所得の妊婦に対しては、妊娠判定の費用の一部を助成します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

子ども支援課 すこやか親子グループ TEL:632-2388