

妊娠・出産

妊産・出産に関する届出・手続き

妊娠届出書の提出

妊娠の診断を受けたら、できるだけ早く妊娠届出書を提出して母子健康手帳を受け取り、定期的に妊婦健康診査を受けましょう。母子健康手帳は、妊娠中から出産後のお母さんとお子さんの健康状態を記録する大切な手帳です。また、妊婦健康診査費の一部を助成する「妊婦健康診査費助成券」は母子健康手帳にとじ込んでいます。同時に「予防接種手帳 & 子育て手帳」もお渡しします。お子さんが予防接種を受ける際に必要ですので大切に保管してください。

問 保健所健康課 ☎289-1641

● 交付場所

中央保健センター	坂田町3(姫路市保健所1階)	☎289-1654
中央保健センター北分室	砥堀428	☎265-3075
中央保健センター安富分室	安富町安志1151(安富事務所内)	☎0790-66-2921
南保健センター	飾磨区細江2655	☎235-0320
南保健センター家島分室	家島町宮2169	☎325-1428
西保健センター	広畑区正門通三丁目2-2	☎236-1473

母子健康手帳の受け取り

妊娠届出の提出時に交付

一緒にお渡しするもの

- 予防接種手帳 & 子育て手帳
- 姫路市妊婦健康診査費助成券
- マタニティマーク入りキーホルダー

マタニティマーク

妊産婦が交通機関等を利用する際に身につけ、周囲が妊産婦への配慮を示しやすくするものです。母子健康手帳と同時にストラップやシールを配布しています。また、交通機関・職場・飲食店・その他の公共機関等が、ポスターなどとして掲示し、妊産婦にやさしい環境づくりを推進するものです。



出生届の提出

出生日を含めて14日以内に提出してください。(14日目が休日の場合は翌開庁日まで。国外で生まれた場合は3カ月以内)

届出場所 出生地・本籍地・届出人の所在地いずれかの市区町村届出窓口。姫路市の場合は、住民窓口センター・支所・地域事務所・駅前市役所・出張所・サービスセンターで受け付けています

必要なもの 出生届出用紙(出生証明書と一体になっています。出産した病院などでもらってください)・母子健康手帳など

問 住民窓口センター ☎221-2352

特急発行マイナンバーカード

出生届の提出と同時にマイナンバーカードの申請が可能です。特急発行対応で、最短7営業日程度でご自宅にカードが届きます(事務機関の事情などにより、それ以上かかる場合があります)。

その他のメリット

- 新生児を窓口に連れて来なくてもよい
- 新生児、親権者の本人確認持参が不要

1歳未満は全ての方が顔写真不要です。

申請方法

必要事項を出生届出用紙の申請欄に記入するか、申請欄がない用紙の場合は、提出する窓口で配布する申請用紙に記入して提出してください。

問 マイナンバーコールセンター ☎221-2150

出生連絡票の提出

出生届といっしょに提出

母子健康手帳に添付の「出生連絡票」に必要事項を記入のうえ提出してください。

その他の届出場所 保健所・保健センター等

※紙の出生連絡票を提出されていない場合は、右の二次元コードより、電子申請システムで提出することができます。



国民健康保険への加入

国民健康保険に加入されている世帯で、家族構成に変更(出生)があったときは、出産日から14日以内に届出が必要です。

問 国民健康保険課 ☎221-2343

ヘルプマーク・ヘルプカード

義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見から支援や配慮を必要としていることが分からない方々が、周囲の方に配慮が必要なことを知らせることができるものです。ヘルプマーク・ヘルプカードは以下の窓口で交付しています。

問 姫路市 障害福祉課 ☎221-2454
姫路市安田四丁目1

問 兵庫県 ユニバーサル推進課 ☎078-362-4379
神戸市中央区下山手通5-10-1

問 兵庫県 中播磨健康福祉事務所 監査・地域福祉課
姫路市北条1-98(姫路総合庁舎) ☎281-9768



ヘルプカード



ヘルプマーク

兵庫ゆずりあい駐車場制度(兵庫県)

障害のある方などのための駐車スペースを適正にご利用いただくため、兵庫県が県内共通の「兵庫ゆずりあい駐車場利用証」を交付する制度です。身体障害者・知的障害者・精神障害者・難病患者・妊産婦・傷病人などで、歩行が困難な方が対象です。

問 兵庫県 ユニバーサル推進課 ☎078-362-4379
神戸市中央区下山手通5-10-1

問 兵庫県 中播磨健康福祉事務所 監査・地域福祉課
姫路市北条1-98(姫路総合庁舎) ☎281-9768

問 姫路市 障害福祉課 ☎221-2454
姫路市安田四丁目1

問 姫路市 保健所健康課 ☎289-1641
姫路市坂田町3



check

「新米パパ」のための 育児啓発冊子の発行

姫路市では、育児に関わりたくても何をすればよいのか分からないという男性の声に応え、育児に関する基本的な情報をイラスト入りで紹介する育児啓発冊子『パパの教科書』を作成し、配布しています。



問 男女共同参画推進センター
“あいまっせ”
☎287-0803
イーグレひめじ3階



〈以下は広告スペースです〉

医療法人社団 産科 婦人科
親愛産婦人科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	-
14:30~15:00 (不妊治療)	○	○	○	○	○	-	-
15:00~18:00	○	○	○	○	○	-	-

不妊治療
タイミング治療・人工授精
体外受精・顕微授精
凍結融解胚移植

姫路市東区堀内中町260番地 ☎079-271-6667
TEL.079-271-6666

教育費の不安を安心に変える第一歩

資産運用の相談ができる

保険代理店 保険代理店業
リフォーム事業

〈取扱い保険会社〉
● メットライフ生命
● ソニー生命
● アクサ生命
● チューリッヒ生命
● 日新火災

公式LINE
二次元コードから「友だち追加」してお問合わせください

安心・安全の架け橋に
姫路市飾磨区中島804-1 永田第2ビル103
ケイプ株式会社 Tel.079-263-7366

〈以下は広告スペースです〉

医療法人 松浦会
姫路第一病院
HIMEJI DAIICHI HOSPITAL

小児科診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	/	/
午後 14:00~17:30	●	●	●	●	●	/	/

【休診日】土・日・祝 ※…思春期相談(心身症等、カウンセリング診療) ■…箱庭療法

外来診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	/
午後 14:00~18:00	●	●	●	★	●	▲	/

各種予防接種も受け付けております

【診療開始時間】
午前9:00~、午後14:00~
(土曜は13:00~)
▲…土曜午後は14:30まで
★…木曜午後は小児科のみ診療、土曜は小児科休診

〒671-0234 姫路市御国野町国分寺143
☎079-252-0581
受診のご予約・お電話での問い合わせ

お母さんの健康

妊婦健康診査費助成事業

妊娠期間中を健やかに過ごし、安全に出産を迎えていただくために、妊婦健康診査に要した費用の一部を助成します。助成券は母子健康手帳にとじ込んでお渡しします。

※家島町に居住(里帰り)中の方の妊産婦健診や出産にかかる交通費助成制度は市ホームページをご覧ください。

支給内容 妊婦健康診査の助成券(14枚)交付、上限121,000円の助成、多胎妊婦には15,000円の追加助成あり

問 保健所健康課 ☎289-1641

初回産科受診料助成事業

住民税非課税世帯に属する方または同等の所得水準である方に対して、初回の産科受診料(産科医療機関で実施する妊娠の判定に要する費用)を助成します。

対象者 姫路市に住民票がある方で、産科医療機関を初めて受診する方

支援内容 妊娠の判定に要する費用について10,000円を上限に助成

問 こどもの未来健康支援センター「みらいえ」☎263-7863

がん検診

令和7年度より子宮頸がん検診が大きく変わりました。20~28歳は2年に1回、これまで通りの「細胞診」を実施します。30~60歳は5年に1回「HPV検査単独法(HPV検査を実施し、陽性の場合は同一検体を用いて細胞診)」を行います。これまでの頸がん検診よりも早い段階でリスクを発見します。令和7年度も大腸がん検診は無料ですので、40歳以上の方は是非受診しましょう。

問 保健所予防課 ☎289-1555

特定健康診査

40歳以上の方は、年に1回、生活習慣病の早期発見のための特定健診を受診できます。姫路市国民健康保険の加入者には無料受診券を交付しています。国保以外の方はご加入の医療保険者にお問い合わせください。

問 国民健康保険課 ☎221-2339

風しん抗体検査・予防接種

風しんの免疫を持たない女性が、妊娠初期に風しんウイルスに感染すると、生まれてくる赤ちゃんが先天性心疾患・難聴・白内障を特徴とする「先天性風しん症候群」を発症することがあります。「先天性風しん症候群」の発生を防ぐためには、妊娠する前に風しんの抗体が十分にあることが大切です。そのため、「風しん抗体検査の無料実施」「風しん予防接種料金の一部助成(助成額5,000円)」をします。

問 保健所予防課 ☎289-1721

妊産婦歯科健診

健康な歯と口で安心して出産、子育てをしていただくために、妊娠中または産後に1回、市内の指定歯科医療機関で歯科健診を受けることができます。受診券は母子健康手帳にとじ込んでお渡しします。

対象者 姫路市に住民登録がある妊娠中から出産後1年3か月までの妊産婦。

問 保健所健康課 ☎289-1641

小児科医による妊娠中の育児相談

妊娠中に育児についての不安や心配なことを小児科医に相談することができます。受診票は母子健康手帳にとじ込んでお渡しします。

問 保健所健康課 ☎289-1641

産婦健康診査費助成事業

出産後間もない時期のお母さんのからだところの健康状態を確認するため、産婦健康診査に要した費用の一部を助成します。産婦健康診査費助成券は母子健康手帳にとじ込んでお渡しします。

支給内容 産婦健康診査の助成券2枚を交付。産後2週間頃、産後1か月頃健康診査費1回5,000円を上限に助成(上限2回)。

問 保健所健康課 ☎289-1641

産前・産後の支援

産前・産後サポート事業

産前・産後の家事や育児に困っている人を対象に、ファミリーサポートセンター提供会員(有償ボランティア)が家事・育児を援助します。

対象者 次のすべてを満たす人
①市内在住 ②妊娠中から産後6か月未満の妊産婦 ③心身に不調がある、または支援者がいない

利用料 利用者が提供会員に直接支払い。平日(午前7時~午後8時)1時間1,000円、それ以外1,100円

援助内容 大掃除や大量の買い出しなどを除く日常的な家事、乳児の育児補助 1回2時間以内

その他 利用にあたっては、ファミリーサポートセンター事務局にて会員登録(要予約)が必要です。

問 姫路市ファミリーサポートセンター事務局 ☎223-5638

ふれあい収集

ごみ出しが困難な妊産婦を対象に、本市の職員が対象者の玄関先まで訪問してごみを収集します。

●対象・要件

対象	自らごみを出すことが困難であり、家族や地域の人によるごみ出しの支援が受けられない、または、その支援が過度な負担となっている妊産婦
要件	①母子手帳交付から産後1年以内である ②同居する配偶者、親族などがいない

※要件は、数字の項目すべてに該当すること

収集方法 玄関先に出された可燃ごみを市職員が週1回収集します(原則、産後1年までの期間)。要望に応じて、声掛けなどの安否確認も行います

申し込み 本人または代理人から、メールやファックスで受け付けます。後日、現地調査を行い、支援が必要と判断された場合はごみ収集を開始します。
※対象かどうか分からない場合はご相談ください

問 リサイクル課 ☎221-2404 FAX 221-2408

妊産婦タクシー利用料金助成事業

妊産婦が安全・安心に健診等を受診できるよう、外出時の移動手段としてタクシーを利用した際の乗車料金の支払いに使えるタクシークーポンを配布します。

問 こども総務課 ☎221-1521

産後ケア事業

医療機関等での宿泊や日帰りのケア、助産師の訪問により、出産後のお母さんの「からだ」と「こころ」のケア、授乳方法やおっぱいトラブルの対応、赤ちゃんの育て方等の相談や支援が受けられます。

利用に関する手続き方法や、サービスの種類、利用料等については、ホームページをご覧ください。

●問い合わせ先

中央保健センター	☎289-1654	南保健センター	☎235-0320
中央保健センター北分室	☎265-3075	南保健センター家島分室	☎325-1428
中央保健センター安富分室	☎0790-66-2921	西保健センター	☎236-1473

問 こどもの未来健康支援センター「みらいえ」☎263-7863



(以下は広告スペースです)

AOYAMA花苑

お花で伝える特別な気持ち 想いをカタチに

季節を感じられるお花やイベントから節目のお花まで
日々の暮らしを彩るお花のご提案をいたします

Japan Flower Trading Group
AOYAMA花苑
〒670-0063 兵庫県姫路市下野3丁目1-5
TEL 079-269-8750 営業時間 10:00~18:00
FAX 079-269-8730 定休日 木曜、正月3日間

ベビーカーマークを知っていますか?

ベビーカーマークは、ベビーカーを安心・安全に使用するためのマークです。

ベビーカーを安心して利用できる場所や設備(エレベーター、鉄道やバスの車両スペース等)を表しています。



ベビーカー使用禁止マーク
ベビーカーの使用を禁止する場所や設備(エスカレーター等)を表しています。



出典:国土交通省

こんにちは赤ちゃん訪問

生後4か月までの乳児のいる家庭を保健師などが家庭訪問し、体重測定や育児相談、子育てに関する情報提供を行います。



手続き 赤ちゃんが生まれたら、出生届と同時に母子健康手帳にとじ込んである『出生連絡票』に必要事項を書いて提出してください。姫路市以外に里帰りをする人は、出生連絡票に滞在先を記入し、早めに提出してください。また、他市町村から姫路市に里帰りされている人は、直接保健所、保健センター、保健センター分室へ連絡してください。

問 保健所健康課 ☎289-1641

育児用品ギフト事業のご案内

こんにちは赤ちゃん訪問の際に、育児用品ギフトカード(10,000円相当)を配布しています。(申請不要)



訪問・ギフトの受け取りに関すること
問 保健所健康課 ☎289-1641
事務全般に関すること
問 こども支援課 ☎221-2144

妊産婦等生活支援事業(兵庫県)

妊娠から出産、産後の養育について、お母さんとお腹の赤ちゃんやお子さんがよりよい生活を送れるよう、一緒に考えます。来所相談やご利用の際は、事前にご連絡ください。



ピューパホール

● 相談窓口の設置

相談内容	日時
来所相談: 看護師1名、保育士2名 交代制	午前9時～午後5時 (平日)
メール相談: pupahall@pop01.odn.ne.jp	随時受付
電話相談: ☎080-9163-0615(相談専用)	午前8時～午前0時

● 赤ちゃん教室(無料)

専門スタッフによる指導のもと、子育て体験教室を実施。授乳、おむつ交換、離乳食の作り方、入浴、赤ちゃん体操などの相談や支援を行います。そのほか、平日1組限定で昼食を提供する「ちょっと一息コーナー(無料)」や「子育てサロン」を実施しています。

問 社会福祉法人 姫路乳児院 ピューパホール
八代東光寺町13-11 ☎282-2692

絵本を楽しむために



- 赤ちゃんにとって、大好きなお母さんやお父さんのひざの上で、優しく絵本を読んでもらうことは、心から安心できて、楽しくかけがえのない時間となります。ぜひ、子育ての中に子どもと一緒に絵本を読む機会を作ってみましょう。
- 赤ちゃんにとって絵本は、読むだけでなくペラペラめくったり、本を噛んだりしても楽しいものです。赤ちゃんのペースで楽しみましょう。
- うまく読み聞かせようとがんばる必要はありません。一緒に絵本を見て、優しく話しかけてあげれば大丈夫です。絵本を見ている赤ちゃんの表情や様子をみながら、楽しいひとときを過ごしてください。

産前産後の心身のリフレッシュ

産前産後の女性は、ホルモンバランスの変化や育児のストレスなど様々な要因で心に影響を受けやすい状態にあります。支援制度を活用しながら、ストレッチをする、リラックスできる時間を持つ、趣味や遊びを楽しむ、美味しいものを食べる、十分な睡眠をとる、誰かに話を聞いてもらうなど、心身をリフレッシュできる時間をもちましょう。



子どもの急病ガイドブック

「こんなときどうすればいいの?」



子どもの急病ガイドブック

「こんなときどうすればいいの?」

このガイドブックは、夜間、休日など通常の診療時間外に、お子さんの具合が急に悪くなった時に役立つ情報をまとめています。生後4か月頃までに、保健師等が体重測定や育児相談などでご家庭を訪問した際にお渡ししています。「こんなとき、どうすればいいの?」と不安になったとき、落ち着いて適切に対応できるようご活用ください。



ホームページはこちらから

