

# 1 妊娠したら



## 母子健康手帳をもらいましょう！

母子健康手帳は、妊娠、出産、育児を通した母と子の健康と成長の記録です。お母さんの妊娠中の状況や、出産や産後の経過、健康診査の結果などについて、医療機関等で記録できるようになっています。妊産婦健診・乳幼児健診・予防接種・相談会などに行く時は、母子健康手帳を持っていきましょう。

また、診察や相談を受けたら、記録をしてもらいましょう。妊娠中は常に母子健康手帳を携帯しましょう。

そして、こどもが成長するまで、大切に保管しましょう。

\*妊娠中の記録や成長記録など、お母さんが記録するページがあります。

忘れないうちに書いておくと診察や相談の時の参考になります。

### パパママほっと相談コーナー

中央保健センター、東部・西部保健福祉センターでは「パパママほっと相談コーナー」を設置し、助産師等の専門職が、きめ細やかな相談に応じています。妊娠・出産・子育て期における切れ目ない支援として、母子健康手帳に「子育てマイプラン」のページを作成しています。



### ●母子健康手帳交付窓口

名 称	電 話
中央保健センター（大分市保健所 1 階）	536-2516
東部保健福祉センター（鶴崎市民行政センター 1 階）	527-2143
西部保健福祉センター（穂田市民行政センター 1 階）	541-1496
大南健康支援室（大南市民センター 1 階）	574-7791
大在健康支援室（大在市民センター 1 階）	574-7681
坂ノ市健康支援室（坂ノ市市民センター 1 階）	574-7891
佐賀関健康支援室（佐賀関市民センター 1 階）	575-2077
野津原健康支援室（野津原市民センター 1 階）	588-1880

## 大分市電子母子手帳アプリ「おーいたっち」

日々の記録や大切な思い出の保存、予防接種のスケジュール管理など、これからの子育てに役立つ機能がたくさんあります。大分市の子育て情報も届きます。ぜひ、冊子の「母子健康手帳」と併せてお使いください。

▼母子モ（ボシモ）で検索！／

母子モ

検索

or

QRコード  
から

Available on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play



※QRコードが読み取れない場合は「母子モ」で検索ください。

## 出産・子育て応援事業

妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう、身近で相談に応じる「伴走型相談支援」と出産・育児にかかる費用の負担軽減を図る「経済的支援」を一体的に行います。

### 1. 対象者

申請日時点で大分市内に住民票があり、次に該当する人

- ・医療機関等を受診し、医師等によりR7年4月1日以降に妊娠確認がされた方
- ・令和7年4月1日以降に出産した方

※流産・死産の場合も対象になります。



## 2. 伴走型相談支援及び給付金の手続き方法

時期	伴走型相談支援	給付金	給付金の支給要件 手続き方法	給付金の 申請期限
妊娠届 出時	助産師等の専門職が妊婦と面談を行い、妊娠期の過ごし方や出産までの見通しを立てるための情報提供を行います。	1回の 妊娠につき 5万円	妊娠届出時「妊娠 給付認定申請書」 を提出	医療機関受診 により妊娠が 確定した日か ら2年を経過 する日まで
妊娠8 か月頃 の妊婦	出産準備や産後の生活のことなどを具体的に考え始める時期の妊娠7か月頃にアンケートを送付します。希望される方には、妊娠8か月頃面談を行います。	—	—	—
出産後	こんにちは赤ちゃん訪問等で、産後の体調やお子さんの発育、子育てに関する相談に保健師等の専門職が相談に応じるとともに、必要な子育て支援サービスの案内等を行います。	胎児1人 につき 5万円	こんにちは赤ちゃん訪問後に「胎児の数の届出書」を提出（郵送）	出産後2年を 経過する日 まで

問合せ先：大分市保健所健康課 TEL536-2516 (伴走型相談支援及び給付金の支給要件に関すること)  
TEL536-2562 (給付金の支給に関すること)

## 産前・産後各種免除制度

### 1. 国民健康保険税の産前産後期間の免除制度

国民健康保険被保険者の産前産後期間に係る国民健康保険税が一部免除されます。詳しくはお問合せください。

問合せ先：大分市国保年金課賦課・資格担当班 TEL537-5736

### 2. 国民年金保険料の産前産後期間の免除制度

国民年金第1号被保険者が出産した際（死産等含む）、産前産後の国民年金保険料が一定期間免除されます。詳しくはお問合せください。

問合せ先：大分市国保年金課国民年金室 TEL537-5617

## 産前・産後には次のような制度・サービスがあります

(問合せ先：大分市保健所健康課 TEL536-2516)

### 1. 妊産婦健康診査

妊産婦の健康管理と安全な出産のために、大分市では、妊産婦健康診査費用の一部助成を行っています。妊婦健康診査受診票による健康診査が14回（予定日を超過し、14回受診済みの場合は最大15回、多胎妊娠の場合はさらに5回追加し最大20回）、産婦健康診査受診票による健康診査が2回以内受診できます。

受診票に必要な事項を記入し、原則、大分県内の医療機関および助産所で受けてください。なお、県外の医療機関等で受診を希望される方は大分市保健所健康課まで、受診される前にご相談ください。

また、他の市町村に転出された場合、大分市の妊産婦健康診査受診票は使えません。転出先の市町村で受診票の差し替えをしてください。

### 2. 妊産婦訪問指導

保健師・助産師が、妊娠中のことや出産、子育てについて、訪問して相談に応じることができます。

### 3. 育児等保健指導（ペリネイタルビジット）

産婦人科医が、育児不安などで保健指導が必要と思われる妊産婦に対し

て、小児科医への紹介状を交付します。小児科医は、紹介状を持参した妊産婦に対し育児等の保健指導を行います。

対象者：妊産婦

費用：無料

申込み方法：かかりつけの産婦人科医にご相談ください。

#### 4. 妊娠の悩み相談

妊娠・出産や心身の健康など、妊娠に関連する相談を受け付けています。

相談先：おおいた妊娠ヘルプセンター

相談方法：電話・メール・面談（相談料無料）

開所時間：毎週水～日曜日（年末年始を除く）午前11時30分～午後7時

住所：大分市羽屋3丁目2-18

大分県助産師会「子育て・女性健康支援センター」内

TEL：☎0120-241-783



メール相談：ninsin-783@sage.ocn.ne.jp

#### 5. 産後ケア事業

出産後間もない時期に、医療機関・助産所・自宅で助産師等の専門職から、お母さんの心身のケアや育児のサポートを受けることができます。

⇒詳しくはP17

### 出産費用に関する支援

#### 出産育児一時金

妊娠・出産は病気ではないので、正常分娩の場合には健康保険が使えず、出産費用は自費扱いとなります。そこで、出産費用の負担を助けてくれるのが「出産育児一時金」という制度です。

健康保険の加入者が出産した場合、一児につき出産育児一時金として48万8,000円が支給されます。妊娠4か月（85日）以上の死産、流産でも出産育児一時金は支給されます。

また、産科医療補償制度に加入する医療機関などの医学的管理のもとで在胎週数22週に達した日以後に出産（死産含む）した場合は1万2,000円加算され、50万円が支給されます。

（\*令和5年3月末までの出産の場合は40万8,000円〔加算金1万2,000円〕）

の支給。)

### ☆ まとまった出産費用を事前に用意する必要はありません ☆

出産時、お手元に現金がなくても出産費用に出産育児一時金を直接充てることができるように、原則加入している健康保険から直接医療機関などに出産育児一時金を支払う仕組み（直接支払制度）を利用することができます。

基本的には医療機関などで手続きをするようになるため、加入している健康保険への申請は必要ありませんが、出産費用が出産育児一時金の支給額の範囲内であった場合には、出産後、加入している健康保険に請求するとその差額分が支給されます。

なお、直接支払制度の利用を希望しない場合等は、出産後に保険者へ申請することも可能です。（その場合、出産費用をいったんご自身で医療機関などに支払うこととなります）。

問合せ先：大分市国民健康保険の方・・・大分市国保年金課 TEL537-5735  
社会保険の方・・・勤務先の健康保険組合または全国健康保険協会

## 妊娠中にはその他に次のような「制度」があります

### 1. 高額療養費制度

病院などの窓口で支払う自己負担額が一定の額を超えた場合は、申請によりその超えた額が高額療養費として支給されます。帝王切開等で入院・手術になった場合はチェックしてみましょう。（保険診療分の医療費が対象です）

問合せ先：大分市国民健康保険の方・・・大分市国保年金課 TEL537-5735  
社会保険の方・・・勤務先の健康保険組合または全国健康保険協会

### 2. 医療費控除

自分自身や生計を一にする家族のために一定の金額以上の医療費を支払った場合、所得税の確定申告で医療費控除（所得控除）を受けることにより、一度納めた税金が還付金として戻ってくる場合があります。

医療費は、治療費や薬代のほか、妊娠と診断されてからの定期検診や検査などの費用、また、通院費用（自家用車のガソリン代を除く）が対象となりますので、病院の領収書はきちんと保管しておきましょう。

なお、出産に伴い保険金や出産育児一時金などが支給される場合は、この医療費から差し引くこととなりますので注意が必要です。

おって、医療費控除を受ける場合は、病院の領収書から作成した「医療費控除の明細書」を確定申告書に添付する必要があります（病院の領収書は自宅等で5年間の保存が必要となります）。

※領収書でなく、医療保険者から交付を受けた医療費通知書を添付することで、「医療費控除の明細書」の記載を簡略化することができます。

詳しくは国税庁のホームページ（タックスアンサー）をご覧ください。お近くの税務署にお問合せください。

国税庁ホームページ：<https://www.nta.go.jp/>

問合せ先：大分税務署 TEL532-4171（自動音声案内）

## 大分市子育て支援中小企業表彰

大分市では、中小企業の子育て環境の充実を図るとともに、社会全体で子育てを支援する気運を醸成することを目的とし、従業員に対して仕事と子育ての両立支援を行っている中小企業に対し表彰を行っています。

令和6年度は株式会社安東建設、株式会社佐藤塗工、株式会社タカフジ、株式会社地域科学研究所、株式会社とりのす かるがもこども園、株式会社平和建設、株式会社大和電業社、合同会社アイ・ジー・シーの8社を表彰しました。

問合せ先：大分市子ども企画課 TEL574-6516

## 働く方のための出産・育児に関する法律

### 1. 労働基準法

- 使用者は、6週間（多胎妊娠の場合は14週間）以内に出産する予定の女性が休業を請求した場合は、働かせることはできません。また、産後8週間を経過しない場合は、使用者は働かせることはできません。ただし、産後6週間を経過し、本人が請求した場合は、医師が支障がないと認めた業務で働かせることができます。（65条）
- 使用者は、妊産婦（妊婦及び産後1年を経過しない女性）が請求した場合は、法定労働時間を超える時間外労働、休日労働、深夜労働をさせてはいけません。（第66条）
- 使用者は、妊産婦を、重量物を取り扱う業務や有毒ガスを発散する場所における業務など妊娠、出産、哺育等に有害な業務に就かせてはいけま

せん。(第64条の3)

問合せ先：大分労働局労働基準部監督課 TEL536-3212

大分市東春日町17番20号

大分県ソフトパーク内 大分第2 ソフィアプラザビル 6階

## 2. 育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律（育児・介護休業法）

〔子が1歳未満の方が利用できる制度〕

育児休業制度

- 子が1歳に達するまでの間、事業主に申し出ることにより、育児休業をとることができます（書面で申し出てください）。
- ・育児休業を分割して2回とることができます。
- ・男女に関係なく育児休業をとることができます。
- ・一定の期間雇用者についても、育児休業をとることができます。
- ・子の出生後8週間以内に最大4週間まで、育児休業とは別に休業をとることができます（産後パパ育休）。2回に分割してとることもできます。
- ・両親ともに育児休業を取得するなど一定の場合は、子が1歳2か月に達するまで取得できます（パパ・ママ育休プラス）。
- ・保育所への希望を出しているが入所できない等の一定の場合には、1歳6か月（最長2歳）までの育児休業が可能です。
- ・配偶者が専業主婦（夫）である場合であっても育児休業をとることができます。

〔子が3歳未満の方が利用できる制度〕

所定労働時間の短縮措置

- 3歳に満たない子を養育する労働者は、就業規則等に規定された1日の所定労働時間を原則6時間とする短時間勤務制度を利用することができます。

〔子が小学校就学前までの方が利用できる制度〕

時間外労働の制限  
深夜業の制限  
所定外労働の免除

- 小学校就学の始期に達するまでの子を養育する労働者は、1か月24時間、1年で150時間を超える時間外労働の免除を請求することができます。
- 小学校就学の始期に達するまでの子を養育する労働者は、事業主に請求することにより、深夜労働（午後10時から午前5時まで）の免除を請求する



ことができます。

- 小学校就学の始期に達するまでの子を養育する労働者は、所定外労働の免除を請求することができます。

〔子が小学校3年生修了まで利用できる制度〕

子の看護等休暇

- 小学校3年生が修了するまでの子を養育する労働者は、①病気又はけが、②予防接種又は健康診断、③感染症に伴う学級閉鎖等、④入園（入学）式又は卒園式のために、小学校3年生修了までの子が1人であれば年に5日、2人以上であれば年に10日まで休暇を取得することができます（時間単位での取得可能）。

- ◆ 育児・介護休業法や労使協定で定められた一定の労働者を除き、男女とも制度が利用できます。
- ◆ 育児休業等を理由とする不利益取扱いは禁止されています（法第10条等）。  
例えば ★育児休業から復帰しようとしたら退職するようにと言われた。  
★短時間勤務制度を利用したらパートへの身分変更を強要された。
- ◆ 育児休業等に関し上司や同僚からの嫌がらせ等を防止するための措置が事業主に義務付けられています（法第25条）。
- ◆ 労働者と事業主との間で、育児・介護休業法に関するトラブルが生じた場合、大分労働局雇用環境・均等室では、解決に向けた援助を行っています。  
問合せ先：大分労働局雇用環境・均等室 TEL532-4025  
大分市東春日町17番20号  
大分県ソフトパーク内 大分第2ソフィアプラザビル3階

厚生労働省 労働政策研究・評価機構



イクメンプロジェクトのサイトもご覧ください。  
<https://ikumen-project.mhlw.go.jp>



### 3. 雇用の分野における男女の均等な機会及び待遇の確保等に関する法律（男女雇用機会均等法）

- (1) 妊娠中及び出産後の健康管理に関する措置（法第12条、13条）

事業主は、妊娠中・出産後の女性労働者が保健指導・健康診査を受けるために必要な時間を確保し、医師等による指導事項を守ることができる

ようにするための必要な措置（以下の措置）を講じなければなりません。

◆事業主が講じなければならない措置

- ①妊娠中の通勤緩和の措置（時差出勤、勤務時間の短縮等）
- ②妊娠中の休憩に関する措置（休憩時間の延長、休憩回数の増加等）
- ③妊娠中又は出産後の症状等に対応する措置  
（作業の制限、勤務時間の短縮、休業等）

◆母性健康管理指導事項連絡カードを利用しましょう

妊娠中及び出産後の女性労働者が主治医から受けた指導事項を事業主に正確に伝えるために母性健康管理指導事項連絡カードを利用しましょう。母子健康手帳に様式の記載があります。

\*大分労働局HPからも様式をダウンロードできます。

\*母性健康管理について、以下のHPをご覧ください。



→[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyoukintou/seisaku05/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/seisaku05/index.html)

(2) 婚姻、妊娠、出産等を理由とする不利益取扱いの禁止（法第9条）

●事業主が

- ①婚姻、妊娠、出産を退職理由として予定する定めをすること
- ②婚姻を理由に女性労働者を解雇すること
- ③厚生労働省令で定める事由（注1）を理由に、女性労働者に対し不利益な取扱いをすること（注2）は禁止されています。

●また、妊娠中及び出産後1年以内の解雇は、事業主が妊娠等が理由ではないことを証明しない限り無効とされています。

※上司や同僚からの嫌がらせ等（いわゆるマタニティハラスメント）を防止するための措置が事業主に義務付けられています（法第11条の3）（注3）

※注1：厚生労働省令で定める事由

- ・妊娠したこと
- ・出産したこと
- ・母性健康管理措置を求め、又は受けたこと
- ・軽易な業務への転換を請求し、又は軽易な業務に転換したこと
- ・産前休業を請求したこと又は産前休業をしたこと、産後に就業できないこと、又は産後休業したこと

- ・妊娠又は出産に起因する症状により労働できないこと若しくはできなかったこと又は労働能率が低下したこと 等

※注2：不利益取扱いの例

- ・解雇すること
- ・期間を定めて雇用される者について、契約の更新をしないこと
- ・あらかじめ契約の更新回数の上限が明示されている場合に、当該回数を引き下げること
- ・退職又は正社員からパートタイム労働者等への労働契約内容の変更の強要を行うこと
- ・派遣労働者として就業する者について、派遣先が当該派遣労働者の役務提供を拒むこと 等

※注3：いわゆるマタニティハラスメントの例

- ・上司に妊娠を報告したら「他の人を雇うので早めに辞めてもらうしかない」と言われた
- ・妊婦健診のために休暇を取得したいと上司に相談したら「病院は休みの日に行くものだ」と相手にしてもらえなかった 等

■労働者と事業主との間で男女雇用機会均等法に関するトラブルが生じた場合、大分労働局雇用環境・均等室では解決に向けた援助を行っています。

例えば ★つわりがひどく、主治医から休業するよう言われたが、会社が対応してくれない。

★妊娠を会社に報告したら、執拗に退職を勧められた。

★産休を申し出たら、解雇された。

問合せ先：大分労働局雇用環境・均等室 TEL532-4025

大分市東春日町17番20号

大分県ソフトパーク内 大分第2ソフィアプラザビル3階

