

赤ちゃんが生まれるまで

妊娠届の提出及び母子健康手帳の交付

妊娠届を提出する際は、個人番号の確認と本人確認が必要となりますので、「個人番号が確認できる書類」及び「免許証等」をお持ちください。※詳しくはお問合せください。妊娠届を提出後に「母子健康手帳」をお渡しします。



問い合わせ先 保健課健康推進担当（窓口8番） ☎0153-23-6111（内線2118）

国民年金保険料の免除

〔国民年金の方〕 出産予定日の前後4か月間の国民年金保険料が免除されます。

【申請先】 市役所保健課国保・年金担当

【申請に必要なもの】 ①母子健康手帳 ②マイナンバーが確認できる書類又は年金手帳

問い合わせ先 保健課国保・年金担当（窓口10番） ☎0153-23-6111（内線2112）

妊婦一般健康診査受診票等の交付

妊婦健康診査費用の助成を受けることができる妊婦一般健康診査受診票を母子健康手帳と一緒にお渡しします。

北海道内の医療機関で使用できますので、健診を受けるときは持参してください。

なお、里帰りなどで道外の医療機関等で妊婦健診を受診した場合は、申請により助成を受けることができます。

【交付受診券】

妊婦一般健康診査受診票	14枚	超音波検査受診票	6枚
根室市産後ケアクーポン券（乳房ケア）	3枚	新生児聴覚検査受診票	1枚

問い合わせ先 保健課健康推進担当（窓口8番） ☎0153-23-6111（内線2118）

妊婦健康相談・家庭訪問

健康で無事にお産を迎えるための日常生活や栄養、心の健康などについての相談を受けています。悩みや不安があるときは、窓口や電話、LINEビデオ通話（要予約）での相談のほか、家庭訪問なども行っています。

問い合わせ先 保健課健康推進担当（窓口8番） ☎0153-23-6111（内線2118）

助産制度

経済的な理由により出産費用の負担が困難な妊産婦（生活保護世帯、市民税非課税世帯など）に、安心して出産していただくため、出産に必要な費用の一部を助成する制度です。

【助産施設】 市立根室病院（経産婦の方が対象）、市立釧路総合病院

問い合わせ先 こども子育て課こども子育て担当（窓口18番） ☎0153-23-6111（内線2179）

出産入院に関わる児童保育

出産入院等の期間において、市立保育所で児童保育を行っておりますので、希望される場合は、事前にご相談ください。

【対象児童】 妊婦の出産入院等により保育を必要とする児童

【対象期間】 出産予定日の2ヵ月前から産後3ヵ月まで



問い合わせ先 こども子育て課こども子育て担当（窓口18番） ☎0153-23-6111（内線2179）

パパママ学級（母親教室）

健やかな出産を迎えるための学習、情報提供を行う教室で、同じ時期に初めて出産される方が集まり、出産、育児を考えるきっかけづくりや、同じ環境の方々との仲間づくりなど一緒に赤ちゃんを迎える準備を行います。 ※状況により内容の一部を変更する場合があります。

問い合わせ先 公民館 ☎0153-24-3188

回数	内容
1回目	調理実習「パパママと赤ちゃんのためのヘルシークッキング」ほか
2回目	妊娠中の生活、赤ちゃんとの生活、母乳のおはなし
3回目	沐浴実習
4回目	歯の健康、先輩ママとの交流会



女性の健康サポートセンター

妊娠、出産、子育ての悩み、不妊に関する相談、思春期の性感染症、更年期の健康上の悩みなど、女性の健康上の相談について、保健師が対応します。

- 「女性の健康相談ダイヤル（根室保健所）」（電話相談）
- 「女性の健康相談の日（毎月1回）」（面接相談：予約制）面接場所：根室保健所

問い合わせ先 根室保健所 ☎0153-23-5161

特定不妊治療費助成事業

北海道の特定不妊治療費に上乗せして治療費の一部に加え、治療に係る交通費及び宿泊費の一部を補助します。

- 【対象となる治療】 体外受精及び顕微鏡授精（特定不妊治療）
- 【補助額】 治療費 1回につき限度額 10万円
交通費及び宿泊費 1回につき限度額 5万円

問い合わせ先 保健課健康推進担当（窓口8番）☎0153-23-6111（内線2117）

不育症治療費等助成事業

不育症治療に係る検査費や治療費に要した自己負担となる費用、また、治療に係る交通費及び宿泊費の一部を補助します。

- 【補助額】 治療費 1回につき限度額 30万円（通算5回）
交通費及び宿泊費 1回につき限度額 5万円



問い合わせ先 保健課健康推進担当（窓口8番）☎0153-23-6111（内線2117）

マタニティマークは妊産婦さんにやさしい環境づくりを目指し、子育てのしやすいまちづくりを推進するとともに、社会全体で子育てを応援していく意識の啓発を図るものです。

