赤ちゃんが生まれるまで

妊娠届の提出と母子健康手帳、妊婦一般健康診査受診票等の交付

妊娠届を提出後に「母子健康手帳」と「妊婦一般健康診査受診票」等をお渡しします。（要予約）

必要書類

・妊娠届
・個人番号が確認できる書類
・免許証等

▼詳細はHPから

お渡しするもの

・母子健康手帳　１冊
・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）５枚
・新生児聴覚検査受診票　１枚
・産婦健康診査受診票　２枚
・１ヵ月児健康診査受診票　１枚

※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受診票等をお持ちください。
また、償還払いにより自己負担分のうち全部又は一部を助成します。里帰りなどで道外で受診した場合も対象となります。

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。

▼詳細はHPから

特定不妊治療等費助成事業

特定不妊治療費用の一部を助成します。

対象となる治療

医療保険適用となる体外受精および顕微授精等

▼詳細はHPから

補助内容

１回の治療期間に交通費、宿泊費を合算して５万円を上限に助成（文書料は実費）

特定不妊治療費等（先進医療）助成事業

先進不妊治療費用の一部を助成します。

対象となる治療

保険適用となる治療と併用して実施された、国が告示している先進不妊治療

補助内容

治療費、交通費、宿泊費等（いずれも上限有）の一部を助成

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、治療に係る交通費と宿泊費の一部を補助します。

補助内容

・治療費　１回につき限度額　30万円（通算５回）
・１回の治療期間に交通費、宿泊費及び文書料を合算して、１回につき５万円を上限に助成

▼詳細はHPから

申請・問合先

こども支援課こども育成担当（１階：窓口７番）
☎0153-23-6111（内線2123）

国民年金保険料の免除

国民年金加入者の方は、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。

必要書類

・母子健康手帳
・マイナンバーが確認できる書類または年金手帳

国民健康保険税の減額

国民健康保険被保険者の方は、出産予定日の前後４か月間に相当する所得割額及び均等割額が減額されます。

必要書類

・母子健康手帳
・世帯主及び出産される方のマイナンバーが確認できる書類

申請・問合先

市民課保険・年金担当（１階：窓口２番）
☎0153-23-6111（内線3163）

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、市民税非課税世帯等）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します。

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

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が必要な児童

申請・問合先

こども子育て課こども子育て担当　（１階：窓口６番）
☎0153-23-6111（内線2144）

妊婦支援給付金

これから出産を迎える妊婦さんに対し、今後の見通しを立てるための面談や継続的な情報発信等を実施することで必要な支援につなげるとともに、妊娠届け出後に５万円、出産予定日の８週間前の日以降に５万円を支給します。

対象者

■妊娠
・根室市に妊娠届を提出し、妊婦給付認定を受けた妊婦

■妊娠後期・出産
・妊婦給付認定を受け、出産予定日の８週間前の日以降にある妊産婦（後期アンケート回答を条件とします）

申請・問合先

こども支援課こども育成担当（１階：窓口７番）
☎0153-23-6111（内線2123）

パパママ学級

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。

▼詳細はHPから

回数	内　容
１回目	妊娠期の栄養、ミルク作り、着替え おむつ替え
２回目	妊娠中の生活、赤ちゃんとの生活、 「揺さぶられっこ症候群について」、 母乳のおはなし、授乳体験
３回目	沐浴の説明と実習、妊婦体験



申請・問合先

公民館　☎0153-24-3188

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。

・電話相談　月曜日～金曜日（祝日除く）8:45～17:30
・対面相談（予約制）面接場所：根室保健所　月曜日～金曜日　8:45～17:30

問合先

根室保健所　根室市弥栄町2丁目1番地　☎0153-23-5161