

# ●産後子育てガイド●

様

お子様の誕生日：	第 子	里帰り <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	時期：	仕事復帰予定 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	時期：
----------	-----	---	-----	--	-----

		～1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	12か月
今後利用するサービス	<input type="checkbox"/> 健診	<input type="checkbox"/> 2週間健診 <input type="checkbox"/> 1か月健診 <input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査			<input type="checkbox"/> 4か月健診 歯科相談			<input type="checkbox"/> 7か月相談			<input type="checkbox"/> 10か月健診 歯科相談・フッ素塗布(希望者)		
	<input type="checkbox"/> 訪問	<input type="checkbox"/> 新生児・乳児 訪問 <input type="checkbox"/> 産後ケア(※要申請)		＊必要に応じて、面談・訪問いたします ＊助産師による産後ケアを受けられます(訪問型/産後1年未満で5回まで無料で利用可)									
	<input type="checkbox"/> 予防接種	【生後2か月から接種がはじまります。スケジュールは担当保健師とご相談下さい】 _____ →											
	<input type="checkbox"/> 子育て支援サービス	<input type="checkbox"/> 子育て支援センター【平日9:00～14:00まで利用できます】(幼児センター ぎらり:7-2744) _____		<input type="checkbox"/> ひよこタイム(乳幼児健康相談)【月1回、子育て支援センターにて開催しています】 _____		<input type="checkbox"/> 一時保育【家庭の事情により保育が困難な場合に一時的に保育します】 _____							
	<input type="checkbox"/> 兄弟に関するサービス	産後約2か月間は、幼児センターの長時間利用ができます。 <input type="checkbox"/> 長時間保育【就学前児童】 <input type="checkbox"/> 学童保育【小学生】				<input type="checkbox"/> 預かり保育(短時間保育利用児) _____ <input type="checkbox"/> 一時保育(未入園児) _____ <input type="checkbox"/> こども誰でも通園(未入園で生後6か月～満3歳未満) _____							
	<input type="checkbox"/> 支給・助成の手続き	★役場での手続き <input type="checkbox"/> 出生届・出産祝い金申請(・マイナンバーカード申請)(住民係:7-2113) <input type="checkbox"/> 乳幼児等医療費助成【18歳になる年度の末日まで】(福祉保険係) <input type="checkbox"/> 児童手当支給【中学生まで】(福祉保険係:7-2114) <input type="checkbox"/> 妊産婦安心出産支援助成金申請(保健指導係) <input type="checkbox"/> 妊婦のための支援給付申請(保健指導係:7-2125)				★その他手続き <input type="checkbox"/> 医療保険の加入申請 } 国民健康保険:役場(福祉保険係:7-2114) <input type="checkbox"/> 出産一時金の申請 } 社会保険 :職場(扶養者側) <input type="checkbox"/> 未熟児養育医療費関係(※必要時)(福祉保険係:7-2114)							
ご自身・ご家族でできること						<input type="checkbox"/> 離乳食スタート【離乳食でお困りのことはお気軽に保健師にご相談ください】 <input type="checkbox"/> 職場復帰時期を検討し、育児や家事の分担・働き方について夫婦で話し合しましょう。							
気になっていること、心配なこと													
今後の予定													



遠別町役場 福祉課保健指導係  
TEL 01632-7-2125

作成年月日: \_\_\_\_\_ 担当保健師: \_\_\_\_\_