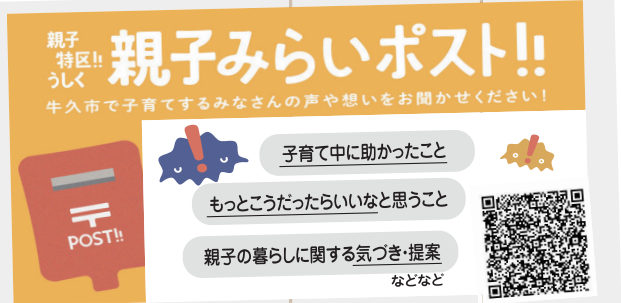


妊娠期から始まる切れ目ない牛久市の子育て支援

状況により変更になる場合があります。

	妊娠中	0～3カ月	3カ月～3歳	3歳～就学前	小学校・義務教育学校前期過程	中学校・義務教育学校後期過程	18歳
妊 娠 産 婦 子 ども の 健 康		新生児聴覚検査 (未)					
	母子健康手帳交付 (未)	乳児一般健診（1カ月・9～10カ月） (未)					
		赤ちゃん訪問 (未)	3～4カ月・1歳6カ月児健診 (未)	3歳児健診 (未)			
		産婦健診 (未)	歯っぱー相談（1歳・2歳） (未)	HAPPYトレーニング (未)			
	妊婦健診 (未)	産後ケア事業（1歳未満） (未)		年中児成長発達確認 (未)			
	妊産婦と家族のためのHAPPYマタニティ講座 (未)		かるがも教室 (未)				
		未熟児養育医療（1歳未満） (未)	離乳食教室 (未)	ラベンダー (未)			
		子育て広場への出張相談 (未)					
助 成 支 援 制 度	子育て相談・電話相談 (未)		発達相談 (未)				
	予防接種 (健)・食育 (未) (健)						
	妊産婦医療費助成（マル福） (医)	小児医療費助成（マル福） (医)	児童手当 (こ)				
		妊婦のための支援給付金 (未)					
			幼児2人同乗用自転車購入費補助（0歳～小学校就学の始期に達するまで） (地)		交通災害遺児等奨学金 (教)		奨学金制度 (教)
一時的な子ども の預かり		産前産後期間の国民健康保険税・国民年金保険料免除 (医)	幼児教育・保育無償化 (保)		就学援助費（学用品費等） (支)		
		禁煙チャレンジ助成金 (健)					
保育園・幼稚園 認定こども園 小規模保育園		一時預かり（保育園・子育て広場（1歳～）） (こ) (保)	病後児保育（満1歳～小学校および義務教育学校3年生） (保)		※保育園の一時預かりについては各園へお問い合わせください。		
		保育園・認定こども園入園（延長保育） (保)	私立幼稚園入園		※私立幼稚園については各園へお問い合わせください。		
		小規模保育園入園 (保)	子ども誰でも通園(6か月～3歳未満) (保)	公立幼稚園入園 (支)			
子育て支援			ショートステイ (未)・養育支援訪問事業 (未)・牛久市にここにご広場開放（子育て支援団体への施設貸出） (こ)				
					線の実サロン(場所：牛久市にここご広場 第1木曜日) (未)		
			子育てサロン 場所：牛久市にここご広場（毎月第2木曜日）、二小区区地区社会福祉協議会（毎月第1火曜日） (未)		児童クラブ (教) 土曜カッパ塾 (生)		
			子育て広場（常設広場・出張広場・一時預かり） (こ)	地域子育て支援センター（私立保育園）・にこここキッズ（公立保育園） (保)	放課後カッパ塾（小学4年生～中学3年生） (生)		
イベント	ファミリーサポート (協)						
			家庭の教育力向上支援講座（園・小学校・中学校・義務教育学校保護者対象） (生)				
		木育体験 (森) (森) 水辺の生きもの観察（3歳～） (森) しぜんっこくらぶ（3～5歳） (森) 親子自然教室（5歳～小学6年生） (森)		少年少女発明クラブ（小学3年～6年生） (生)			
			図書館のおはなし会（おはなしよんで・おはなしとんとん・牛久おはなしコッペ・おはなしイチゴ） (図)	うちどく (図)			
		ブックスタート・おやこわらべうたの会・乳幼児むけおはなし会（うさちゃんきいて） (図)		スポーツ少年団 (ス)			
相 談		親子のはじまりお祝いボトルプロジェクト（1才未満） (親)	映画鑑賞会（3歳～）・親子ふれあい教室（小学1年～6年生）・キャンプ（小学5・6年生）〔青少年育成牛久市民会議〕 (生)				
	こころの健康相談（精神科医師等） (障)	家庭児童相談室（児童に関する相談・ひとり親家庭の相談・虐待など） (未)	きぼうの広場（教育相談・適応指導教室）・かっぱコール (生)				
発達支援 障がい児福祉		保育園幼稚園巡回相談（子育てや発達面で気になる幼児についての相談）・きぼうの広場就学相談 (支)					
		障害者手帳交付（身体・知的・精神）・障害者総合支援法によるサービス・特別児童扶養手当・障害児福祉手当・在宅心身障害児福祉手当 (障)					
		牛久市子ども発達支援センターのぞみ園（発達支援・療育支援） (協)					
		障がい児相談支援 (障)					
		障がい者医療費助成（マル福） (医)	自立支援医療（育成医療・精神通院） (障)				
ひとり親 支 援		児童発達支援 (障)	放課後等デイサービス (障)				
		児童扶養手当・母子・父子貸付相談・ひとり親自立支援相談・ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金・ハローワーク就労支援 (こ)					
		ひとり親家庭医療費助成（マル福） (医)					

お問い合わせ 牛久市役所 TEL:029-873-2111(代表)
月曜日～金曜日(祝日・12月29日～1月3日を除く)

(未) こどもの未来応援センター(保健センター内)
(こ) こども家庭課(保健センター内)
(保) 保育課 (親) 親子のため課
(医) 医療年金課 (教) 教育総務課
(健) 健康づくり推進課(保健センター内) (支) 教育支援課
(生) 生涯学習課 029-871-2301 (障) 障がい福祉課
(ス) スポーツ推進課 029-873-2486 (地) 地域安全課
(図) 中央図書館 029-871-1400
(森) 牛久自然観察の森 029-874-6600
(協) 社会福祉協議会 029-871-1295

牛久市こどもの未来応援センターすまいる
(こども家庭センター)(保健センター1階)
平日(月曜日～金曜日)

母子保健部門 直通電話029-870-5657
安心して出産、子育てができ、お父さまが健やかに成長できるように、相談、教室、健診等を行っています。

児童福祉部門（家庭児童相談室）直通電話029-871-5070
18歳未満のお父さまのことで気になることや心配なこと、不安なことなど、ひとりで悩まずにご相談ください。お父さん自身からの相談もお受けしています。

男女のための悩みごと相談（市民活動課）【予約制】
相談者が抱える心理的な問題、性的虐待や暴力、結婚生活等におけるさまざまな問題、悩みごとについて、相談員が相談に応じます。

TEL：029-873-1099（予約専用）
相談日：毎週月曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）

牛久市子ども発達支援センターのぞみ園
ことばの遅れ、多動、こだわりなど乳幼児期のお父さまの発達や障がいに関するご相談を受け、個別・小集団による支援プログラムを提供しています。

住所：牛久市柏田町3047-19
TEL：029-870-4320
月曜日～金曜日8:30～17:30
(祝日、12月30日～1月3日を除く)



牛久市教育センターきぼうの広場
不登校や発達障害など、学校生活や家庭での様々な相談に応じます。不登校のお父さまのための適応指導教室も開設しています。また、次年度小学校入学のお父さまを対象に、就学に関する相談も行っています。

住所：牛久市猪子町779
TEL：029-874-6075
月曜日～金曜日9:00～17:00
(祝日、12月29日～1月3日を除く)





妊娠・出産 セルフプラン

妊娠初期

- ☐ 妊娠届出書を提出する
- ☐ 母子健康手帳と妊婦健診受診券を受け取る
- ☒ 妊娠届出後に面談をする
- ☐ 「妊婦のための支援給付」の妊婦給付認定申請をする（胎児心拍確認後）
- ☐ 妊婦支援給付金（1回目）申請
- ☐ 妊産婦の医療費助成（マル福）の手続きを行う
- ☐ 出産施設を決めて、予約をする（医療機関等：）
- ☐ 妊娠中の食事や生活について情報収集を行う
- ☐ 飲酒・喫煙をしない
- ☐ 職場に報告し働き方を相談

妊娠中期

- ☐ 両親学級などに参加する
 - ・1 Dayセミナー
 - ・サンデーファミリークラス
 - ・ウエルカムベビークラス
 - ・おうちdeバスタイム出張沐浴レッスン
 - ・出産施設で参加
- ☐ 里帰りをするか検討する 実家・義理実家・（）
- ☐ お仕事について ママ： パパ：
- ☐ RSウイルス母子免疫ワクチンの接種について 主治医に相談する

妊娠後期

- ☒ 妊娠8か月ごろ、面談をする
- ☐ 産前産後のサービスについて利用を検討する
- ☐ 入院セットを準備する
- ☐ 自宅の環境を整える
- ☐ 出産時の対応について 病院までの移動手段： きょうだいの預け先： 出産費用について：
- ☐ 育児グッズを準備する
- ☐ RSウイルス母子免疫ワクチンを接種する

出産後

- ☐ 出生届を提出する
- ☐ 出生後に必要な手続きを行う
 - 公的医療保険の加入・児童手当・児童扶養手当・子どもの医療費助成（マル福）・出産育児一時金 等
- ☐ 産婦健診、お父さんの1か月健診を受診する
- ☒ 赤ちゃん訪問を受ける
- ☐ 妊婦支援給付金（2回目）申請
- ☐ 予防接種の予約をする（医療機関：）
- ☐ 子育て支援サービスを利用する
 - 産前産後サポート事業・産後ケア・ファミリーサポート・子育て広場・支援センター・子育て相談 等