

子育て応援ガイド（産後・子育て期）

★「母子健康手帳」や「鹿屋市パパ・ママ・子どもの便利帳」をご活用ください。

時期	出 産				1 歳		2 歳	
乳幼児健診	1か月健診 3～4か月健診 7～8か月健診 9～11か月健診				1歳6か月児健診			
産婦健診	2週間健診 1か月健診							
自分や家族で すること	☐ 出産後に必要な手続きを行う、経済的な支援を受ける [相談窓口] 市：市役所または総合支所 職：勤務先または各保険組合 ハ：ハローワーク 年：鹿屋年金事務所 保：保健所 保セ：保健センター 家セ：こども家庭センター（市役所こども家庭課内） 社：社会福祉協議会 ☐ 出生届（市） ☐ 公的医療保険の加入（職） ☐ 出産育児一時金（職） ☐ 児童手当（市） ☐ こども医療費助成（市） ☐ 児童扶養手当（市） ☐ 特別児童扶養手当（市） ☐ ひとり親医療費助成（市） ☐ 子育て応援給付金（市） ☐ 出産手当金（※）（ハ） ☐ 産前・産後の国民年金保険料の免除（第1号被保険者の方）（※）（市また年） ☐ 未熟児の養育医療給付制度（市または家セ） ☐ 重度心身障害者医療費助成金（市） ☐ 自立支援医療（育成医療）（市） ☐ 障害児福祉手当（市） ☐ 小児慢性特定疾病医療（保） ☐ 医療費控除（市） ☐ 出産後の面談を受ける ☐ こんにちは赤ちゃん訪問を受ける（生後2～4か月頃まで） ☐ 産後のケアや子育てのサポートを利用する ☐ 予防接種を継続して受ける、かかりつけの小児科を決める ☐ 地域の子育て講座や交流の場（地域子育て支援施設など）を利用する （利用できるサポート） ☐ 妊産婦・新生児訪問、産後ケア事業（家セ） ☐ こんにちは赤ちゃん訪問（保セ） ☐ 母乳相談（家セ） ☐ 母子相談（保セ） ☐ 離乳食教室（保セ） ☐ 各発達支援相談会（保セ） ☐ 子育て支援施設（子育て交流プラザ等）（市） ☐ 児童発達支援（療育）（市） ☐ チャイルドシート無料貸出事業（市・保セ） ☐ かごしま子育て支援パスポート（市・家セ） ☐ かわいい孫への贈り物事業（育児用品の購入助成）（市） ☐ 赤ちゃんの駅（市） ☐ 休日保育（市） ☐ 一時預かり（市） ☐ 病児保育（市） ☐ 日中一時支援事業（市） ☐ 子どものショートステイ（家セ） ☐ ファミリー・サポート・センター（社）							
お仕事復帰に 向けての準備	☐ 出産後、慣らし保育期間などを踏まえて、勤務先復帰の時期を改めて検討する ☐ 保育所の情報を集め、足を運んでみる→利用申込みをする ☐ 育児休業給付金を申請する（原則、会社経由でお手続きとなります。） ☐ 産前産後の社会保険料（健康保険・厚生年金）の免除を申し出る（原則、会社経由でお手続きとなります。） ☐ 勤務先復帰に向けて家族で育児・家事の分担や働き方を話し合う ☐ 夫婦それぞれが勤務先復帰後の働き方（短時間勤務や残業免除等）について会社と相談する ☐ ファミリー・サポート・センター、ベビーシッターサービス等の利用を検討する							

※出産前に申請をすることも可能です。