

知っておきたい 産前・産後の子育てサービス



お金に関すること

■国民年金保険料の免除■

出産予定日の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。
(多胎妊娠の場合は出産予定日の3か月前から半年間の免除)
※対象は国民年金1号被保険者で、
出産予定日の半年前から届出可能

国保年金課 Tel21-1753

■出産・子育て応援給付金■

妊娠届出をし、面談を受けた妊婦一人あたり5万円を支給します。
出生届を提出し、養育者が面談を受けたら赤ちゃん一人あたり5万円を支給します。
※出生届後の面談および申請は、手紙やSMSによる案内をお待ちください。
子ども家庭支援課 Tel40-1436

■子ども医療費■

健康保険に加入している中学3年生までの子どもの保険診療分の医療費を助成します。
※子どもの健康保険証を作ってから申請してください

親子保健課 Tel73-8200

■児童手当■

中学校修了前の児童の養育者(父、母など)に支給します。
出生・転入などの翌日から15日以内に申請してください。申請の翌月分から支給開始。
※所得制限により支給されない場合があります

保育幼稚園課 Tel42-7965



相談に関すること

■赤ちゃん誕生連絡票■



親子(母子)健康手帳に付いているハガキを提出すると、助産師や保健師などの専門職が自宅に伺い、体重測定や育児相談をお受けします。

子ども家庭支援課
育児支援係 Tel40-1436

■宮日母子福祉事業団■

マタニティ教室や育児教室をしています。授乳相談やマタニティヨガ、ベビーマッサージなど楽しめる内容が色々あります。

宮日母子福祉事業団 Tel23-6439

■助産院■

助産師が、妊娠中の相談に応じてサポートしたり、産後は授乳や育児、身体の回復のための支援や心のケアを行います。

宮崎県助産師会 Tel35-7210

■宮崎か母ちゃっ子くらぶ■

出産・育児に関する相談や、授乳相談、育児相談など助産師が電話相談をお受けします。



宮崎県助産師会 Tel35-7210



サポートに関すること

■タクシーによる移動支援サービス■

妊産婦の病院への送迎、乳幼児連れの外出サポートなど
※利用者登録が必要で、全国子育てタクシー協会加盟各社が行っているサービスです。



■家事代行サービス■

料理、洗濯、清掃など簡単な家庭の家事を事業所スタッフが代行します。

■ファミリーサポートセンター■

保育園等の送迎や、一時預かりなど援助会員宅や子育て支援センター等で子どもさんをお預かりします。(宿泊はなし)
※事前に登録が必要です

■一時預かり事業■

市内保育園や、みやざき子育て支援センター、助産院で、子どもさんを数時間程度お預かりします。

■生まれたらすることリスト

内容	期限	提出先・すること
出生届	出生日を含め 14 日以内	子の本籍地、出生地、届出人の所在地の市役所・役場
健康保険加入	原則 1 か月健診頃まで	国保年金課または勤め先の健康保険組合、年金事務所
子ども医療費	子の健康保険加入後、早めに	親子保健課、各総合支所
児童手当	出生翌日から 15 日以内	保育幼稚園課、各総合支所
出産育児一時金	出産した翌日から 2 年以内	国保年金課または務め先の健康保険組合
高額療養費	診察日の翌月から 2 年以内	国保年金課または務め先の健康保険組合
出産・子育て応援事業	生後 4 か月頃まで	案内を待ち、生後 4 か月頃までに面談を受けた後、子ども家庭支援課へ給付金の申請手続き



産前産後の
子育てサービス
詳しくはこちら！

■宮崎市子育て情報アプリつぐみ

妊娠から出産、子育てまでをフルサポート！地域の育児情報もあります。

母子モ（ボシモ）で検索↓



■赤ちゃんとのおでかけ

子育て支援センター

市内に 21 か所あり、色々な講座や育児相談もできますよ。



児童館・児童センター

「子育て交流ひろば」として未就学児対象に開設しています。



■ファミリーサポートセンター、一時預かり事業

少しだけ自分の時間がほしい、用事があって子どもを数時間預かってほしいとき

ファミリーサポートセンター みやざき



一時預かり事業
月 14 日を限度に、市内保育園でお預かりしています。



■助産院・

宮崎か母ちゃっ子くらぶ

助産師との相談や、助産院一覧はここからチェック↓



■宮日母子福祉事業団 ※完全予約制、参加費 500 円
病院で母親学級を受けられなかった、パートナーと一緒に受けた方おすすめ

マタニティ教室

出産に向けての講話や食事のお話、沐浴、ヨガやコンサートなど



楽しい育児教室

育児相談、おっぱい相談、ベビーマッサージ、エクササイズ、親子ピクスなど



■タクシーによる移動支援サービス

妊産婦の病院への送迎、乳幼児連れの外出サポート、学校・塾等の送迎に利用できます。利用者登録が必要です。各タクシー会社にお問い合わせください。

子育てタクシー



ママサポートタクシー



■家事代行サービス

ふれあいハートサービス
市社会福祉協議会の事業で、事前にサービス券を購入して利用します。



シルバー人材センター
1 人 2 時間以内でできる仕事を依頼します。



家事代行サービス
サービス提供企業の情報↓



お問い合わせ：産前・産後サポート室〔北〕0985-40-1436

産前・産後サポート室〔南〕0985-85-1137