

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

子どもの健康保険

国民健康保険に加入する場合は、顔写真付きの身分証明書と夫婦どちらかの国民健康保険証を持って手続きしてください。
勤務先の健康保険に加入している人は、健康保険組合または年金事務所で手続きしてください

国保年金課 Tel21-1746

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



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。

親子保健課 Tel73-8200

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、妊娠中から食事や運動など健康管理をサポートしたり産後は授乳相談や育児相談に応じます。

宮崎県助産師会 Tel35-7210

宮崎か母ちゃっ子くらぶ



出産に関する相談や、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

子育てタクシー



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、料金は通常のタクシー利用料金です。

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

届出	期限	提出先
出生届	出生日を含め 14 日以内	出生地の住民票もしくは本籍地のある市役所・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
こども医療費	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



産前・産後の子育てサービスについてくわしくはこちら

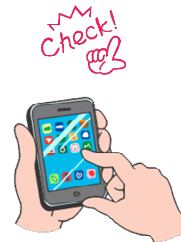
■子育てタクシー

- ・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
- ・研修を受けたドライバーが対応します。

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時間以内のできる仕事を依頼します。



家事代行サービス検索
家事代行サービスを提供している企業情報です。



■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



■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。



■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→



私も活用して、助かっています♪

■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。



■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↓

