



目 次



①妊娠したら

1. 妊娠届	1
2. 妊婦健康診査	1
3. 妊婦歯科健診	2
4. ツインズサロン（多胎妊婦支援教室）	2
5. 妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）等療養援護費	2
6. 不妊検査費助成	2
7. 産前産後期間の国民年金保険料の免除	2
お役立ち情報（助産師さんによる相談）	3
～思いがけない妊娠相談について～	3
妊娠中の感染予防のための注意事項 11 か条	4
里帰りが決まったら	5～8

②出産したら

1. 出生届	9
2. 健康保険	9
3. 出産育児一時金	9
4. 児童手当	10
5. 児童扶養手当	10～11
6. 遺児福祉手当	11
7. 子ども医療費	11
8. ひとり親家庭等医療費	12
9. 未熟児養育医療費	12
10. 結核児童療養医療費	12
11. 小児慢性特定疾病医療費	13
お役立ち情報（日本小児科医会からの提言）	14～15

③子どもの健診等とお母さんの健診

④予防接種を受けましょう

新型コロナウイルスワクチン接種	19～20
-----------------	-------

⑤子育てに関する教室・相談

1. 子育て相談	21
2. こんにちは赤ちゃん訪問	21
3. 保健師・助産師等による訪問	21
4. 産後ケア事業	21
5. もぐもぐランド（離乳食教室）	22
6. つぐみ交流会・自由あそびの日	22
7. ラブリーズ交流会（口唇口蓋裂児交流会）	22
8. ちびっこランド（健診事後教室）	22





9. すこやかひろば（発達相談）	22
10. 歯とお口の健康相談	23
11. 子どもや家庭に関する相談	23
12. オンライン相談	24

お役立ち情報（休日在宅当番医のご案内・夜間急病センター小児科のご案内
・宮崎市こども救急早分かりガイド・子ども救急医療電話相談
・子育ての悩みや、子どもへの虐待に関する相談）

⑥子育てや家事の支援が必要な時は・・・

1. ファミリー・サポート・センターみやざき	25
2. 日常生活支援	26
3. 子育て短期支援事業（ショートステイ）	26
4. 地域子育て支援センターの一時預かり事業	26

お役立ち情報（家事援助など（ふれあいハートサービス）
・家事援助・子守りなど（シルバー人材センター））

⑦子育て支援に関する事業・サービス

1. 民生委員・児童委員・主任児童委員	28
2. 地区社会福祉協議会	28
3. 地域まちづくり推進委員会	28
4. ブックスタート事業	28
5. 夢創り人市民出前講座	29
6. 市営住宅	29
7. 自立相談支援センター「これから」	30
8. 公立公民館・交流センター	31
9. 宮崎県の子育て応援デジタルカード	32
10. 宮崎市男女共同参画センター「パレット」	32
お役立ち情報（赤ちゃんの駅）	32
11. 宮崎市移住センター	33
12. 対象者（非課税世帯）への指定ごみ袋交付	33
13. 親子で文化イベントを楽しめる設備やサービス	34
お役立ち情報（チャイルドシートのレンタル（貸し出し））	34
14. 子ども食堂	35～36
15. 子育てナビ	37
16. 子育て情報アプリ「つぐみ」	37
お役立ち情報（ほ乳びんの出し方について）	37～38
お役立ち情報（子育てタクシー・おもいやり駐車場制度）	39

⑧歯科健康診査を受けましょう

⑨地域子育て支援センター・児童館等へ行こう！

⑩公園や海、プールで遊ぼう！

1～15. 公園	43～45
16. 宮崎自然休養林	45





17. 青島自然休養村	45
18. 青島海水浴場・白浜海水浴場・宮崎市青島ビーチセンター（渚の交番）	46
19. 宮崎市フェニックス自然動物園・流れるプール	46
20. 歓鯨館・屋内プール	46
21. 瓜田自然プール	47
22. 野島川河川プール	47
23. 児童プール	47
24. 児童遊園・児童広場	48

⑪おでかけスポット

1. フローランテ宮崎	49
2. 宮崎市フェニックス自然動物園	49
3. 宮崎市立図書館	50
4. 宮崎市立佐土原図書館	50
5. 田野公民館図書室	50
6. 高岡地区農村環境改善センター図書室（高岡図書室）	50
7. 宮崎科学技術館	51
8. 大淀川学習館	51
9. きよたけ児童文化センター	51
10. 生目の杜遊古館	52
11. 佐土原歴史資料館	52
12. 天ヶ城歴史民俗資料館	52
13. 安井息軒記念館	53
14. みやざきアートセンター	53
15. 歓鯨館	53
16. 青島パークゴルフ場	54
17. 久峰総合公園パターゴルフ・ミニパークゴルフ場	54
18. 宮崎市自然休養村センター	54

⑫認可保育所・幼稚園・認定こども園など

1. 教育・保育施設及び地域型保育事業の区分	55
2. 教育・保育施設及び地域型保育事業の利用手続き	55～56
3. その他の保育事業を利用される場合の無償化の手続き	57～58
4. 地域子ども・子育て支援事業（特別保育）	58
5. 教育・保育施設一覧	
（1）保育施設一覧	59～64
（2）教育施設一覧（認定こども園及び施設型給付幼稚園）	64～67
（3）国立幼稚園	67
6. 認可外保育施設	68～70
7. 病児保育事業	71

⑬小学校入学の手続き・相談など

1. 小学校入学までの流れ	72
---------------	----





2. 転校手続きの流れ	72
3. 就学相談（特別支援学校・特別支援学級）	73
4. 就学援助制度	73
5. 教育に関する相談	73
6. 児童クラブ	74

⑭障がいのあるお子さんへの支援など

1. 身体障がい者手帳	75
2. 療育手帳	75
3. 精神障がい者保健福祉手帳	75
4. 宮崎市総合発達支援センター「おおぞら」	75
5. 福祉相談	76
6. 障がい福祉サービス・障がい児通所支援など	76
7. 重度心身障がい者医療費助成	76
8. 自立支援医療（精神通院医療）	77
9. 自立支援医療（育成医療）	77
10. 障がい児福祉手当	77
11. 特別児童扶養手当	77
12. 重度障がい者住宅改修費助成	77～78
13. 日常生活用具の給付	78
14. 補装具の購入・修理	78
15. 軽度・中等度難聴児補聴器購入費等助成事業	78
16. タクシー運賃割引	78
17. NHK受信料の免除	79
18. タクシー利用券・ガソリン利用券の助成	79
19. 有料道路通行料割引	79
お役立ち情報（「いっぺんやってみらんね〜」（子育てのことを一緒に考えてみませんか？））	80～81

