

② 出産したら

子どもが生まれたら、次の手続きを行いましょう。
親子健康手帳についているハガキ（赤ちゃん誕生連絡票）を出しましょう。保健師や助産師、母子保健コーディネーター等が家庭を訪問し、相談に応じます。



1. 出生届

赤ちゃんが生まれたら、生まれた日を含め14日以内に出生届を出しましょう。

【届出に必要なもの】

- 出生届、出生証明書（出産に立ち会った医師・助産師から渡されます）
- 親子健康手帳
- 国民健康保険証（加入者のみ）
（押印は任意となりました。）

【届出場所】

子の出生地、父母の本籍地か所在地のうちいずれかの役所の戸籍の窓口
※宮崎市では市民課、各総合支所、各地域センター

【届出人】

父または母。

届出人が署名したあと、届書を持参する方はどなたでもかまいません。

【その他】

出産・子育て応援事業による子育て応援給付金（赤ちゃん1人につき5万円）を給付します。出生届提出後、案内文書を送付しますので、面談を受けた後給付金の申請を行ってください。

2. 健康保険

◆生まれた子どもを国民健康保険に加入させるとき

【届出に必要なもの】 父または母の国民健康保険証

【届出場所】

国保年金課（第二庁舎1階）、市民課（本庁舎1階）、各総合支所・地域市民福祉課
各地域センター

【問い合わせ】 国保年金課 ☎0985-21-1746

◆職場の健康保険に加入させるとき

勤務先の健康保険組合または年金事務所で手続きしてください。

3. 出産育児一時金

健康保険に加入している人が出産した時に支給されます。

◆国民健康保険に加入している人

【問い合わせ】 国保年金課 ☎0985-21-1745



◆上記以外の健康保険に加入している人

【問い合わせ】 加入している健康保険（全国健康保険協会、健康保険組合など）

4. 児童手当

中学校修了前（15歳到達後最初の3月31日まで）の児童を養育している人（父・母など）に支給します。出生・転入などの事実発生日の翌日から15日以内に申請してください。

児童手当は、申請の翌月分から支給が始まります。期日を過ぎると、支給開始月が遅れることがありますのでご注意ください。

【児童1人あたりの支給額】

児童の年齢	支給額			支給月
	所得制限限度額未満	所得制限限度額以上 所得上限限度額未満	所得上限限度額以上	
3歳未満	月額 15,000円	月額 5,000円	支給なし	6月・10月・2月の15日 ※15日が土・日曜日、祝・休日の場合は、直前の金融機関営業日
3歳以上～ 小学校修了前	月額 10,000円 第3子以降 15,000円			
中学生	月額 10,000円			

※令和4年6月分（令和4年10月支給分）から、児童を養育している方の所得が「所得上限限度額」以上の場合、児童手当等は支給されません。

※「第3子以降」とは、高校卒業まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の養育している児童のうち、3番目以降をいいます。

【請求に必要なもの】

- 請求者名義の通帳
- 個人番号確認書類（マイナンバー（個人番号）カード、通知カード等）及び身元確認書類（運転免許証等）

※状況により他にも必要書類を提出していただく場合があります。

【申請場所】 保育幼稚園課（本庁舎1階）、各総合支所・地域市民福祉課

※公務員の場合は、勤務先で手続きをしてください（独立行政法人等職員を除く）。

【その他】 令和4年6月から、現況届の提出は原則不要です。

※養育状況等によっては、引き続き現況届の提出が必要な場合があります。

【問い合わせ】 保育幼稚園課 ☎0985-42-7965

5. 児童扶養手当

父または母と生計を同じくしていない児童（18歳到達後最初の3月31日までの間にある人。一定の障がいのある児童は20歳未満。）を監護・養育している人に支給します。

【手当を受けることができる人】

児童の状況が次のいずれかに該当すること。

- ・父母が離婚（事実婚・内縁関係の解消を含む）
- ・父または母が死亡
- ・父または母が重度の障がいの状態にある
- ・父または母が生死不明
- ・父または母が1年以上遺棄している
- ・父または母が裁判所からDV保護命令を受けている
- ・父または母が、1年以上、法令により拘禁されている
- ・未婚の子（父母の事実婚を除く）

※父または母以外の方が養育している場合、児童と同居していることが条件となります。



【支給額・支給月】

児童数	全額支給	一部支給	支給月
1人	月額 44,140円	所得額に応じて 月額 44,130円～10,410円	5月・7月・9月・11月・1月・3月 の11日 ※11日が土・日曜日、祝・休日の 場合は、直前の金融機関営業日。
2人	月額 10,420円	所得額に応じて 月額 10,410円～5,210円	
3人以上	月額 6,250円	所得額に応じて 月額 6,240円～3,130円	

※支給額については、改定される場合があります。

【その他】年1回（毎年8月）、受給資格の確認のために現況届の届出が必要です。

【申請場所・問い合わせ】子育て支援課（本庁舎5階） ☎0985-21-1765

6. 遺児福祉手当

宮崎市に住所があり、遺児を養育している人に支給します。

【支給額】遺児1人につき、月額4,000円（申請した翌月分から支給します）

【対象となる人】次のいずれかに当てはまる義務教育中の児童（遺児）を養育している人

- ・父または母が死亡した児童
- ・父または母が交通災害もしくは労働災害により重度の障がいにある児童
- ・父母に準ずる方が交通災害もしくは労働災害により死亡または重度の障がいにある児童

※次の場合は上記に該当しても支給されません

- ・養子縁組により養子となったとき
- ・父または母が再婚したとき
- ・所得が制限額を超えているとき

【請求に必要なもの】

- 遺児の戸籍の謄本または抄本
- 請求者名義の通帳
- 学校が発行する在学証明書
- 個人番号確認書類（マイナンバー（個人番号）カード、通知カード等）及び身元確認書類（運転免許証等）

※要件により提出する書類が異なりますので、保育幼稚園課へお問い合わせください。

【申請場所・問い合わせ】保育幼稚園課（本庁舎1階） ☎0985-42-7965

7. 子ども医療費

宮崎市に住民登録があり、健康保険に加入している中学3年生（15歳到達後最初の3月31日）までの子どもの医療費を助成します。ただし、生活保護を受けている方、他の法令等により医療費の全額支給を受けている方、小中学生で「ひとり親家庭等医療費助成」または「重度心身障がい者医療費助成」を受けている方はそれぞれの制度をご利用ください。

【助成内容】

- （乳幼児）保険診療分の医療費の自己負担額を全額助成
- （小中学生）入院・調剤は保険診療分の医療費の自己負担額を全額助成
外来（通院）は1医療機関につき自己負担200円/月

※高額療養費・付加給付金が支給される場合には、その額を差し引いた金額を助成します。

【助成の対象とならないもの】

- ・保険診療外の費用（診断書等の文書料、薬の容器代、食事療養費など）
- ・学校保健法による医療券の給付がある場合
- ・交通事故など、第三者の行為によるけが等の場合

【申請に必要なもの】

1. 子どもさんの健康保険証の原本
2. 保護者（申請者）の本人確認書類の原本（マイナンバーカードや免許証など）

【申請場所】親子保健課（保健所4階）、各総合支所・地域市民福祉課 等

【問い合わせ】親子保健課 ☎0985-73-8200

8. ひとり親家庭等医療費

宮崎市に住所があり、健康保険に加入しているひとり親家庭等を対象に、医療費の一部を助成します。

【対象となる人】

- ・20歳未満の子を扶養している、ひとり親家庭の父または母（配偶者に重度の障がいがある場合を含む）
 - ・ひとり親家庭または父母のない児童（18歳到達後最初の3月31日まで）
- ただし、以下の人は対象外となります。
- ・生活保護の医療扶助を受けている人
 - ・他の法令により医療費の全額支給を受けている人
 - ・重度心身障がい者・子ども医療費（未就学児）の助成を受けている人
 - ・前年の所得が規定の所得制限を超える人



【助成額】

①小中学生

保険診療分を全額助成

②小・中学生以外

1診療月の助成金額＝「支払った保険診療分の一部負担金合計」
－「自己負担額（受診者1人あたり1,000円/月）」

※高額療養費・付加給付金が支払われる場合には、その額を引いた金額を助成します。

【助成の対象とならないもの】

- ・保険診療外（診療書等の文書料、薬の容器代、食事療養費など）の費用
- ・学校保健法による医療券の給付がある場合

【申請に必要なもの】

健康保険証（世帯全員分）、受給者名義の通帳、子ども医療費受給資格証（小中学生）

※必要に応じて所得証明書などを提出していただく場合があります。

※要件により提出する書類が異なりますので、子育て支援課までお問い合わせください。

【申請場所・問い合わせ】子育て支援課（本庁舎5階） ☎0985-21-1765

9. 未熟児養育医療費

宮崎市に住民登録があり、出生時の体重が2,000g以下または、身体の機能が未熟で医師が医療の必要があると認めた新生児が、指定養育医療機関に入院した場合の医療費、食事療養費を助成します。出生後14日以内に、申請が必要になります。

【申請に必要なもの】

- ・新生児の健康保険証（申請時に出来ていない場合は窓口でお伝えください）
- ・親子健康手帳
- ・養育医療意見書

【提出書類】

- ・養育医療給付申請書
- ・養育医療意見書（主治医が作成したもの）
- ・同意書
- ・委任状
- ・低体重児出生届



【申請場所・問い合わせ】親子保健課 ☎0985-73-8200

10. 結核児童療養医療費

宮崎市に住民登録があり、結核により長期の入院治療を要する18歳未満の児童に対し、医療費の給付と、学用品費や日用品費を支給します。

所得に応じた自己負担があります。

【対象】指定医療機関の医師が入院を認めた児童

【申請に必要なもの】

- ・対象児の健康保険証
- ・療育医療意見書

【提出書類】

- ・療育医療給付申請書
- ・同意書

【申請場所・問い合わせ】 親子保健課 ☎0985-73-8200

1.1. 小児慢性特定疾病医療費

国が指定する疾病に罹患した児童に対し、医療費の一部を助成します。
所得に応じて自己負担があります。

【対象者】

- ①新規申請は18歳未満の児童で、国が指定する小児の慢性疾病に該当し、かつ国の定める状態の程度にあると診断された方。（引き続き治療が必要な場合は20歳未満まで延長可）
- ②保護者または対象児のいずれかが宮崎市に住民登録がある方。

【対象疾患】

悪性新生物、慢性腎疾患、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、内分泌疾患、膠原病、糖尿病、先天性代謝異常、血液疾患、免疫疾患、神経・筋疾患、慢性消化器疾患、染色体又は遺伝子に変化を伴う症候群、皮膚疾患、骨系統疾患、脈管系疾患

【申請に必要なもの】

- ・印鑑
- ・対象児の健康保険証（本人が国保組合の場合は、世帯全員分）
- ・個人番号確認書類（マイナンバー（個人番号）カード等）及び身元確認書類（運転免許証等）

【提出書類】

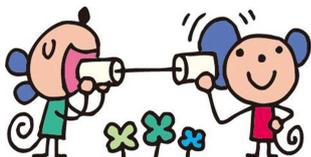
- ・小児慢性特定疾病医療費支給認定申請書
- ・医療意見書（主治医が作成したもの）
- ・医療保険上の所得区分照会に関する同意書
- ・委任状

※必要に応じて、その他書類を提出していただく場合があります。

【申請場所・問い合わせ】 親子保健課 ☎0985-73-8200

※親子保健課には小児慢性特定疾病児童自立支援員がいます。

必要に応じて相談を受けていますので、お電話にてお問い合わせください。



見直しましよ

メディア漬け



5つの提言

- 1 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう。
- 2 授乳中、食事時のテレビ・ビデオの視聴はやめましょう。
- 3 すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。
1日2時間までを目安と考えます。
- 4 子ども部屋にはテレビ、ビデオ、パーソナルコンピューターを置かないようにしましょう。
- 5 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

～メディア漬けの予防は乳幼児から!～



子ども期は、心とからだの基礎作りの大切な時期です。自分を信じる気持ちや思いやり、体力・運動能力を育てるには、直接的に人と物にかかわることが欠かせません。親も子どももメディア漬けになっていませんか？

一般社団法人 日本小児科医会





赤ちゃんを目と目を
合わせ、語りかける
ことで赤ちゃんの
安心感と親子の愛着
が育まれます。



ムズかる赤ちゃんに、
子育てアプリの画面で応える
ことは、赤ちゃんの育ちを
ゆがめる可能性があります。

スマホ ホに 子守りを

親子が同じものに向き
合って過ごす絵本の読み
聞かせは、親子が共に
育つ大切な時間です。



親も子どももメディア機器
接触時間のコントロールが
大事です。親子の会話や体験を
共有する時間が奪われて
しまいます。



させないで!

散歩や外遊びなどで親と
一緒に過ごすことは子ども
の体力・運動能力そして
五感や共感力を育みます。



親がスマホに夢中で、
赤ちゃんの興味・関心を
無視しています。赤ちゃん
の安全に心配りが出
来ていません。



一般社団法人 日本小児科医会