



赤ちゃんが生まれたら

ご誕生おめでとうございます！いよいよ子育てが本格的にスタートします。
赤ちゃんと一緒に一歩ずつ歩いていきましょう。

出生届出



問 市民課

TEL 059-229-3144

※休日・夜間でも受付可(各出張所及びアストプラザオフィスを除く)

赤ちゃんが生まれたら最初に行う届出です。出生届出と同時にマイナンバーカードの申請が可能です(顔写真不要)。

届出期間

赤ちゃんが生まれた日(含む)から14日以内(14日目が市役所の休日の場合は翌日も可)

届出窓口

市民課、各総合支所市民福祉課(市民課)、各出張所(アストプラザオフィスを除く)

持ち物

- 届書(出生証明書添付のもの1通)
- 母子健康手帳

産前産後期間の国民健康保険料、国民年金保険料免除制度(再掲)

詳しくは、P9でご確認ください。

出産育児一時金



問 加入している健康保険におたずねください。

国民健康保険に加入している方は
保険医療助成課 TEL 059-229-3160

健康保険に加入している人が出産したときには、出産育児一時金が支給されます。

手続き

加入している健康保険におたずねください。

健康保険の加入

問 加入する健康保険へおたずねください。

赤ちゃんが生まれたら、いずれかの健康保険に加入する必要があります。

扶養者が勤務先の健康保険に加入している場合は、勤務先もしくは加入している健康保険の担当窓口におたずねください。

広告

形成外科 / 内科 / 整形外科 / 皮膚科 / リハビリテーション科



医療法人 のぞみ

院長 / 竹市 弥生

ゆり形成内科整形

診療時間

9:00~12:00
15:00~18:00

月 火 水 木 金 土 日 祝

● ● - ● ● ● - ●

◆ 休診日 / 水曜日・日曜日 祝日診療しています

赤あざ・青あざ・茶あざ治療について

- 0歳から治療をスタートできます。
- レーザー開始のタイミングを医師が判断します。
- 3ヶ月に1回のペースでレーザーをあてます。



津市柳山津興3306

予約制



059-221-0500

【受付時間】
AM9:00~PM6:00

ゆり形成内科整形 津市

検索

**問 国民健康保険への
加入については
保険医療助成課**
TEL 059-229-3160



扶養者が国民健康保険に加入している場合や、扶養者が加入する健康保険に加入できない場合は、国民健康保険の加入手続きが必要です。
※出生後14日以内に手続きをしてください。
手続：保険医療助成課各総合支所の市民福祉課(市民課)、各出張所(アストプラザオフィスおよび久居総合支所市民課時間外証明書発行等窓口を除く)

子ども医療費助成



問 保険医療助成課
TEL 059-229-3158

高校生年代までのこどもが、健康保険を使って医療を受けたときの医療費を助成します(窓口無料)。

対象者 18歳到達後の最初の3月31日までの間にあり、健康保険に加入しているこども
※出生から2か月以内に手続きをしてください。
2か月を過ぎても申請可能ですが、申請月の初日からの助成となりますので、お早目に手続きをしてください。

手続き 保険医療助成課、またはお近くの総合支所の市民福祉課(市民課)、出張所へ相談してください。(アストプラザオフィス、久居総合支所市民課時間外証明書発行等窓口では受付できません。)

児童手当



問 こども政策課
TEL 059-229-3155

高校修了前(18歳到達後最初の3月31日までの)こどもを養育している人に支給します。
※申請した月の翌月分から支給されます。ただし、児童の誕生日が月末の場合は、その日の翌日から15日以内に申請をすれば、申請のあった月分から支給されます。

支給額	第1子・第2子 ・3歳未満	15,000円 (満3歳の誕生月まで)
	・3歳以上高校修了前 第3子以降	10,000円 30,000円

手続き こども政策課、またはお近くの総合支所の市民福祉課(福祉課)、出張所へ相談してください。(アストプラザオフィス、久居総合支所市民課時間外証明書発行等窓口、津市久居アルスプラザ内市民サービスコーナーでは受付できません。)

赤ちゃんが生まれたら

発見!

わたしのまちのユニバーサルデザイン

身近にあるユニバーサルデザインとはどんなものか探してみましよう。

エレベーター

怪我をしている
ときにも安心



車いすの方やキャリーバッグを持って
いる方など誰でも簡単に利用できます。

高さの違う記載台



車いすの方や身長の高低に合わせて
そのまま気持ちよく使える記載台。

**浮き出している
エレベーターのボタン**



ひらく

点字がなくても触ると識別できる数
字やマークが浮き出しているボタン。



出生連絡票(赤ちゃん訪問依頼票)



問 各保健センター TEL P44参照

赤ちゃん訪問などの連絡に活用しますので、お子様がお生まれになられたら、出産後、概ね14日以内に回答ください。

*出生体重が2,500g未満の場合は、「出生連絡票」をもって「低体重児出生届」といたします。

赤ちゃん訪問・未熟児訪問



問 各保健センター TEL P44参照

生後4か月頃までの赤ちゃんのいる家庭を保健師・助産師が訪問し、アンケートをもとに育児の相談やお母さん自身の相談に応じ、保健事業の紹介や予防接種の説明なども行います。

また、低体重児出生届を出された方等を対象に、未熟児訪問を実施しています。

妊婦等包括相談支援事業・妊婦のための支援給付(再掲)

詳しくは、P8でご確認ください。

養育医療

問 健康づくり課

TEL 059-229-3310

満1歳未満で、身体の発育が未熟なまま出生した満1歳未満の乳児で、指定養育医療機関の医師が入院養育を必要と認めた場合、その医療(保険診療分)を給付する制度です。

対象者 次のいずれかに該当する場合、給付の対象となります。

- ① 出生時体重が2,000g以下の場合。
- ② 身体の発育が未熟であるために現れる症状があり、生活力が特に希薄であること。

自己負担額 児童の属する世帯の所得税の額等に応じて、一部自己負担額が発生します。

小児慢性特定疾病医療費(三重県)



問 津保健所 地域保健課

(津市桜橋3-446-34 津庁舎5階)

TEL 059-223-5094

小児慢性特定疾病にかかる高額な医療費の負担を軽減するため、医療費の助成を行っています。対象となる疾病は、16疾患群、801疾病です。(令和8年4月1日現在)

対象者 小児慢性特定疾病に罹患されており、厚生労働大臣が定める疾病の程度である18歳未満の児童。

詳しくは上記へお問い合わせください。

自己負担額 原則医療費の2割が自己負担ですが、所得に応じて自己負担上限月額があります。

自立支援医療(精神通院医療)

精神疾患(てんかんも含む)の治療のために、指定医療機関に通院されている方を対象に、通院医療費が公費にて負担される制度です。

詳しくは、P29でご確認ください。

自立支援医療(育成医療)

※所得制限あり

手術等によって障がいの改善又は確実な治療効果が期待できる場合、給付が受けられます。

詳しくは、P30でご確認ください。

各種検査・健診など







問 ①:三重県子ども・福祉部子どもの育ち支援課(広明町13 三重県庁本庁舎2階) TEL 059-224-2248

②～⑦:健康づくり課 TEL 059-229-3310

⑧:こども家庭センター TEL 059-229-3374

⑨:学校教育課 TEL 059-229-3245

①、③～⑨の検査・健診等は公費負担(無料)、②は費用助成となります。詳しくは、津市公式ウェブサイト等でご確認ください。

検査・健診など	形式	内容	場所	ホームページ
①先天性代謝異常等検査(三重県)※1	個別	先天性の病気を早期に発見するための検査です。	出産した医療機関等	-
②新生児聴覚スクリーニング検査※2	個別	早期に難聴の有無を発見するための検査です。 ★上限3,000円の費用助成		
③1か月児健康診査 ※2	個別	1か月の乳児の成長発達を確認するための健診です。		
④4か月児健康診査 ※3	個別	4か月以降の乳児の成長発達を確認するための健診です。	県内協力医療機関	
⑤10か月児健康診査 ※3	個別	10か月以降の乳児の成長発達を確認するための健診です。		
⑥1歳6か月児健康診査	集団	1歳6～7か月児を対象とした健診です。対象者には個別通知があります。	中央保健センターまたは久居保健センター (住所によって指定されます)	
⑦3歳児健康診査	集団	3歳5～6か月児を対象とした健診です。対象者には個別通知があります。		
⑧つう5歳児育ちサポートアンケート	アンケート	満5歳の誕生日の次の月にアンケートを郵送します。必要に応じて個別相談を行います。	返信用封筒に入れて返送または就園先へ提出	
⑨就学時健康診断	集団	小学校入学前の秋頃に、地域別の会場で健康診断を行います。対象者には個別通知があります。	指定の会場(家庭に届く案内でご確認ください)	

※1 ①先天性代謝異常等検査に関する問合せは、三重県子ども・福祉部子どもの育ち支援課へお願いします。

※2 市外、県外の医療機関等で受診する場合は、津市公式ウェブサイトをご参照ください。

※3 県外の医療機関で受診する場合は、津市公式ウェブサイトをご参照ください。



津市3歳児健診プレゼントのご案内

株式会社おやつタウンと津市は、令和7年3月に「こどもまんなかまちづくり連携協力協定」を締結しました。この協定に基づく連携事業として、3歳児健診を受診したこどもたちに、おやつタウンで1日あそべるパスポートと交換できる入園引換券をプレゼントします！

初めてのおやつタウンで、こどもが遊びを通じて「できた」を体験できる機会として、ぜひご利用ください。詳細は津市公式ウェブサイトでご確認ください。



予防接種



問 健康づくり課 TEL 059-229-3310

赤ちゃんは発育と共に外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなります。生後2か月頃からお子さんの体調の良いときに、かかりつけ医と相談して接種をすすめていきましょう。詳しくは、「予防接種と子どもの健康」の冊子をご覧ください。

接種場所

県内の協力医療機関
 ＊県外で接種をご希望の方は、別途事前に手続きが必要です。
 詳しくは津市ホームページをご確認ください。

持ち物

- 母子健康手帳 予診票
- 本人確認書類(マイナンバーカード等)

費用

定期接種は無料(対象年齢を過ぎると有料になります。)
 ※おたふくかぜ、インフルエンザ等一部の任意接種については、費用助成を行います。
 詳しくは津市公式ウェブサイトをご確認ください。

赤ちゃんが生まれたら

予防接種の種類	定期接種対象年齢																
	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳
ロタウイルス		2回または3回															
	※ワクチンの種類によって接種回数や期間が異なります。																
B型肝炎		3回															
小児肺炎球菌		3回								1回							
	※接種回数は接種開始年齢によって異なります。																
ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・ヒブ		第1期DPT-IPV-Hib 3回								1回							
	※DT(ジフテリア・破傷風)2期1回は11～13歳未満																
結核(BCG)					1回												
麻しん・風しん(MR)										1回							
	※幼稚園などの年長児 1回																
水痘										2回							
日本脳炎												3回					
	※2期1回は9～13歳未満																

- 上の表の および は、予防接種法で定められた定期の予防接種の対象者です。病気にかかりやすい時期を考慮して定められた期間(標準的な接種期間)である の期間中にできるだけ接種を受けましょう。
- 法改正により、予防接種の種類及び対象年齢等が変更される場合があります。

教室・相談など



問 健康づくり課 TEL 059-229-3310

開催日時や予約方法など、詳しいことは津市公式ウェブサイトでご確認ください。
また、子育てに関する相談などの各種相談については、P44をご覧ください。

教室・相談	内容
きりんさんひろば	身長と体重計測ができます。予約不要です。 場所：中央保健センター、一志保健センター
のびのび身体計測 (予約制)	身長と体重計測ができます。 場所：久居保健センター
すくすく健康相談 (予約制)	妊産婦の健康やこどもの様々な心配事、悩み事、健康について、保健師・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。 場所：各保健センター
離乳食教室 (予約制)	いつ、どんな離乳食から始めたらよいか、進め方のポイント等について、初期・中期・後期に分けて行う教室です。 場所：中央保健センターなど

※多胎児向けの教室・相談はP14をご覧ください。

赤ちゃんが生まれたら

メモリアル・ツリー(記念樹)

問 都市政策課

TEL 059-229-3290



潤いのある美しいまちづくりを推進するため、津市緑化基金を活用して、人生の節目(結婚・出生・新築・還暦)を迎えた方にメモリアル・ツリー(記念樹)を配布しています。対象、配布樹種、申請方法など、詳しくは津市公式ウェブサイトをご覧ください。



広告



津市 小児科 ● 内科 ● 皮膚科 ● 乳幼児健診 ● アレルギーの健康相談 ● 予防接種(予約不要)

医療法人社団
万年青会(おもとかい)

坂口医院

院長 坂口 千晃 副院長 坂口 陽平

診療時間 月 火 水 木 金 土 休診日 日曜日・祝日
AM9:00~PM12:30 ● ● ● ● ● ● 木曜日午後・土曜日午後
PM3:00~PM 6:30 ● ● ● / ● / ※急患の方は、この限りではありません。

津市垂水1889-30<P有> TEL(059)228-2262

津市 ママのすこやか応援プラン 【子育て期】

お子さんに受けていただきたい健康診査や予防接種、利用できるサービスです。受け忘れのないように☑をつけて活用しましょう！

今後の生活を見据えて、家族で話し合しましょう！安心して子育てができるようサポートします！

お子さんのお名前

お誕生日

年 月 日

	お母さんへ	ご家族の方へ
出産後の手続き	<input type="checkbox"/> 出生連絡票を提出する (P.20参照) <input type="checkbox"/> 赤ちゃん訪問を受ける → <input type="checkbox"/> 胎児の数の届出を行う (妊婦支援給付金2回目)	<input type="checkbox"/> 出生届を提出する <input type="checkbox"/> 健康保険に加入する <input type="checkbox"/> 子ども医療費助成を申請する <input type="checkbox"/> 児童手当を申請する
お子さんの健康管理	<input type="checkbox"/> 定期予防接種を開始する (2か月～) <input type="checkbox"/> 乳児健康診査を受診する (1か月、4か月、10か月) <input type="checkbox"/> 幼児健康診査を受診する (1歳半、3歳)	
お母さんの健康管理	<input type="checkbox"/> 産婦健康診査を受診する <input type="checkbox"/> 風疹の費用助成を申請する (出産後に接種した方のみ) <input type="checkbox"/> 悩み事は抱え込まず、誰かに話を聞いてもらう <input type="checkbox"/> タイミングを見つけて、こまめに身体を休める <input type="checkbox"/> 一人で頑張りすぎないようにする <input type="checkbox"/> 体調不良時は医師や助産師に相談する	<input type="checkbox"/> お母さんが休息のとれる環境をつくる <input type="checkbox"/> 利用できるサポートを確認する
お仕事	<input type="checkbox"/> 育児休業給付を申請する 【保育所・幼稚園等の利用を考えている場合】 <input type="checkbox"/> 職場復帰後の働き方について勤務先と相談する <input type="checkbox"/> 利用を希望する幼稚園・保育所等に足を運んでみる <input type="checkbox"/> 職場復帰に向けて、家族で育児や家事の分担を話し合う <input type="checkbox"/> 利用については、P.38～43をご参照ください。	
心がけること	<input type="checkbox"/> 家族で過ごす時間を大切にする <input type="checkbox"/> 産後・子育てのことで、わからないことがあれば保健センターに相談する	
今後に向けて	<input type="checkbox"/> 今後の子育てについて家族で話し合う <input type="checkbox"/> 育児・家事分担の見直しを行う <input type="checkbox"/> 家族が体調不良時等のお子さんの預け先を考える	

利用できる津市のサービス
 ・赤ちゃんが生まれたら (P.18～)
 ・産後の親のケア (P.25～)
 ・子育て広場 (P.70～)
 をご参照ください

～お子さんとの生活でやってみたいこと・家族との理想の過ごし方～

～サポートを受けながら目指すこと～

例) ・困った時は誰かに相談する ・一人で頑張りすぎないようにする

～保健センターからのメッセージ～

- 月頃に(保健師・助産師)から電話をいたします。
- 月頃に赤ちゃん訪問予定です。
-

～気がかりなこと～

妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援のため、関係機関とサポートプランの内容を共有することについて同意します。

(日付)

(本人署名)