

# どれどれどれどれ



妊娠中から就学前までの  
お役立ち情報が満載

横浜市の子  
育て支援情報

妊娠から出産

歯の健康・食生活

赤ちゃんの  
心とからだの発達

事故・病気の予防

# 横浜市の子育て支援

## 妊娠から就学前までの主な手続き・健康診査

時期	内容	参照頁	時期	内容	参照頁
妊娠	<input type="checkbox"/> 妊娠の届出・母子健康手帳	2	生後1か月 ～4か月	<input type="checkbox"/> 1か月児健診(医療機関)	6
	<input type="checkbox"/> 出産応援金	2		<input type="checkbox"/> 子育て応援金	4
	<input type="checkbox"/> 妊婦健診	2		<input type="checkbox"/> 新生児家庭訪問	5
	<input type="checkbox"/> にんしんSOSヨコハマ	3		<input type="checkbox"/> こんにちは赤ちゃん訪問	5
	<input type="checkbox"/> 妊婦歯科健診	3	生後4か月	<input type="checkbox"/> 4か月児健診(区役所)	6
	<input type="checkbox"/> 母親(両親)教室	3	生後7か月	<input type="checkbox"/> 7か月児健診(医療機関)	6
	<input type="checkbox"/> 産前産後ヘルパー派遣事業	3	生後12か月	<input type="checkbox"/> 1歳児健診(医療機関)	6
出産	<input type="checkbox"/> 産婦健康相談	3	1歳6か月	<input type="checkbox"/> 1歳6か月児健診(区役所)	6
	<input type="checkbox"/> 出生届	4	3歳	<input type="checkbox"/> 3歳児健診(区役所)	6
	<input type="checkbox"/> 出産育児一時金	4	3歳	<input type="checkbox"/> 視聴覚検診	7
	<input type="checkbox"/> 小児医療費助成	4	6歳	<input type="checkbox"/> 就学時健診	7
	<input type="checkbox"/> 健康保険加入手続き	4			
	<input type="checkbox"/> 児童手当	4			
	<input type="checkbox"/> 出生連絡票	5			
	<input type="checkbox"/> 産後母子ケア	5			
	<input type="checkbox"/> 産婦健診	5			
	<input type="checkbox"/> 産科医療費補償制度	5			

## 目次

※市外局番が記載されていないものは、横浜「045」です。

### 横浜市の子育て支援情報

生まれる前の準備です	2
さあ、赤ちゃんが生まれました	4
乳幼児健診等を受けましょう	6
小児医療費助成制度／各種医療給付	8
地域子育て支援拠点に行ってみよう！	9
育児仲間を見つけましょう	10
赤ちゃんとお出かけ	16
子育て中のこんな心配、ここへ相談してください	18
子どもを預ける	22
ひとり親家庭への支援	24
障害のあるお子さんへの支援	25
夜間・休日に急病のときは！	26
お問い合わせは！	28

### 妊娠から出産

妊娠から出産までの変化、家族で準備すること	32
知っておきたい妊娠合併症	34
妊娠中によくみられる症状	36
妊娠中に気を付けたい感染症	38
妊娠期の食生活	39
はじめて父親になるあなたへ	46
妊婦体操	50
もうすぐ出産	52
お産の経過	54
産後	56
産後のお母さんのメンタルヘルス	58
赤ちゃんの授乳について	60

### 歯の健康・食生活

妊娠中の歯の健康	64
子どもの歯の健康	66
むし歯にしないために歯みがきレッスン！	68
おやつのとりを工夫しましょう	69
妊婦さんと子どもの歯に関するよくある質問	70
ママと子どもの食生活	72
離乳食のすすめ方	74
幼児期の楽しい食事	76

### 赤ちゃんの心とからだの発達

生まれてから1か月までの赤ちゃん	80
赤ちゃんの泣き	81
赤ちゃんのお世話	82
成長カレンダー	
0か月～4か月	84
4か月～8か月	86
8か月～12か月	88
12か月～24か月(1歳～2歳)	90
3歳～4歳	92
5歳～6歳	94

### 事故・病気の予防

子どもを事故から守ろう	98
子どもの病気・事故の対応	100
予防接種	102
子どもに多い感染症	104
あなたなら、こんなとき、どうします？	106
横浜市子供を虐待から守る条例について	107
横浜市子育てりびいん (横浜市建築局からのお知らせ)	108

●福祉保健センターの母親(両親)教室参加の際は、このガイドブックをお持ちください。

●参考文献：母子健康手帳副読本（発行：公益財団法人母子衛生研究会）リーフレット「妊婦健診を受けましょう」（発行：厚生労働省）さんきゅうパバ準備 BOOK（発行：内閣府 子ども・子育て本部）