

# 1. 妊 娠 期

## 医療機関の受診

妊娠初期はととても大切な時期なので、早めに医療機関で診察を受けましょう。



## 妊娠の届け出と健診・教室など

病院を受診して妊娠がはっきりしたら保健センターで母子健康手帳の交付を受けましょう。定期的に妊婦健診を受け出産に備えましょう。

## 母子健康手帳の発行

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL572-2100

妊娠がはっきりしたら早めに母子健康手帳を受け取りましょう。「母子健康手帳」は、妊娠中や出産時の経過、お子さんの健診結果や予防接種歴など成長の記録となります。お母さんとお子さんの健康の記録として大切なものです。

- ◆対 象：病院で妊娠の診断を受けた方
- ◆手 続 き：予約が必要です。1時間程度かかります。
- ◆必要な物：マイナンバー（個人番号）カード  
※マイナンバーカードの詳細については3ページをご覧ください。  
※「母子健康手帳」発行時に、出産予定日の記入が必要になります。
- ◆発 行 日：予約時に相談
- ◆予約方法：電話またはインターネット申請ができます。

予約フォーム



URL：<https://www.harp.lg.jp/SksJuminWeb/EntryForm?id=QEItLJcD>

## 妊婦健康診査の費用助成

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL572-2100

お腹の赤ちゃんの成長や妊婦さんの健康確認のため、妊婦健康診査を定期的に受けましょう。池田町では、妊婦さんが安心して健診を受けられるよう妊婦健診の費用助成を行っています。他町から転入された方、転出予定の方は、係までお問い合わせください。

- ◆対 象：池田町民で妊娠されている方
- ◆助成内容：妊婦一般健康診査14回  
超音波検査11回
- ◆必要な物：母子健康手帳  
※受診票は母子健康手帳交付時及び  
後期面接時（妊娠7か月以降）の2回に分けてお渡します。
- ◆発 行 日：予約時に相談
- ◆予約方法：電話またはインターネット申請ができます。

予約フォーム



URL：<https://www.harp.lg.jp/SksJuminWeb/EntryForm?id=YCRIC8bl>

## 妊婦歯科健康診査

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL572-2100

妊娠中は女性ホルモンの影響により、虫歯や口腔内トラブルを起こしやすい時期です。健診を受け、歯周病などの有無を調べると同時に、予防の正しい知識と方法を身につけましょう。

- ◆対 象：妊娠中で母子健康手帳の交付を受けている方  
※対象の方へ受診票を発行します。
- ◆内 容：町内の歯科医院で歯の健康状態の検査や歯科保健指導が受けられます。
- ◆料 金：500円



## インフルエンザワクチン接種費用の助成

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL 572-2100

- ◆対象・助成金額：妊娠中の方・1回 1,650円以内の接種実費額
- ◆実施医療機関：十勝いけだ地域医療センター TEL 572-3181 ・ 藤田クリニック TEL 572-6020  
くりばやし医院 TEL 572-3000 ・ 池田桜通診療所 TEL 579-2626
- ◆接 種 方 法：接種を希望する医療機関に予約をし、接種日には母子健康手帳・健康保険証、住所を確認できるもの（保険証など）を持参してください。
- 実施医療機関以外で接種を受けた場合は「保健センター」で助成金の申請をしてください。
- ※申請に必要な物：病院の領収書（ワクチン名の明記されたもの）、母子健康手帳、振込先口座番号のわかるもの

## 妊産婦安心出産支援事業

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL572-2100

自宅から産科医療機関までが長距離である妊産婦さんの負担軽減を図るため、妊産婦健診と出産に係る交通費を助成しています。

- ◆対象：次のいずれにも該当している方
  - ・妊産婦健診または出産日に池田町に住民登録があること
  - ・自宅から最も近い産科医療機関（帯広協会病院）までの道路距離が片道 25 km を超えていること
- ◆助成額：次に示す通院に対して片道につき 715 円を助成します。
  - ①妊婦健康診査のため医療機関への通院（上限 14 回分）
  - ②出産のための医療機関への通院（1 回分）
  - ③産後 1 か月健診のための医療機関への通院（1 回分）※里帰り先等からの通院や救急車による搬送は対象外です。
- ◆申請方法：出産または転出後 3 か月以内に、保健子育て課保健推進係に申請してください。（妊娠が途中で終了した場合は、最後の妊婦健康診査から 3 か月以内に申請してください。）  
※申請に必要な物：母子健康手帳（通院記録や出生届証明の写し）、通帳（振込先口座番号のわかるもの）

## 池田町出産・子育て応援給付金

問合せ先：保健子育て課子育て支援係（保健センター） TEL572-2100

妊娠期から子育て期まで一貫して子育て家庭に寄り添う伴走型相談支援を実施し、出産育児関連用品の購入等の経済的支援を行います。

### 相談支援

すべての妊婦・子育て世帯を対象に、妊娠届け出時、妊娠 7 か月頃、新生児訪問時に、保健師や助産師、管理栄養士との面談を行います。

### 経済的支援

- ◆対象：令和 4 年 4 月 1 日以降に母子健康手帳の交付を受けた方・出産した方で、下記のすべてに該当する方
  - ①池田町出産応援給付金：妊婦 1 人あたり 50,000 円
    - ・申請時点で池田町民であること
    - ・母子健康手帳の交付時に、保健師または助産師と面談を行い、アンケートの回答をしていること
  - ②池田町子育て応援給付金：出生した子ども 1 人あたり 50,000 円
    - ・申請時点で池田町民であること
    - ・新生児訪問時に、保健師または助産師と面談を行い、アンケートの回答をしていること
- ◆申請方法：
  - ①母子健康手帳交付の際に申請書をお渡しします。
  - ②新生児訪問の際に、申請書をお渡しします。



## パパママ教室

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL 572-2100

パパママ教室は、赤ちゃん誕生のための準備について楽しく学べる場です。個別で助産師が妊娠・出産・育児についてお話しします。

- ◆対象：赤ちゃんを迎えるパパとママ
- ◆内容：助産師がパパ、ママと一緒に出産・育児がイメージできるような講話や体操などを行います
- ◆会場：池田町保健センター
- ◆日時：個別対応（※要予約）
- ◆予約方法：電話またはインターネット予約ができます。

URL: <https://www.harp.lg.jp/SksJuminWeb/EntryForm?id=bNZD8rMo>

予約フォーム



## 産前サポート

問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター） TEL 572-2100

妊娠・出産に向けての心配事や、パースプラン等に関する相談を助産師がお受けします。来所、電話、訪問などで対応します。

- ◆対象：妊娠 30 週前後の妊婦さん。（該当しなくても気軽にご相談ください。）
  - ・初めての妊娠、出産の方
  - ・多胎等で支援を必要とする方
  - ・妊娠、出産、育児に関する不安があり、身近に相談できる相手がいない方
- ◆手続き：ご利用希望者は担当係までお問合せください。

池田町からのお知らせや予防接種などの情報をアプリで受け取ることができる子育て応援ナビです。予防接種のスケジュールも簡単に立てられ、予防接種の予定日・健診などのお知らせがプッシュ通知で届くので安心です。また、お子さまの成長記録が残せる機能もあります。登録も簡単なので、妊娠中の方、お子さまをお持ちの方は、ぜひご登録ください。ダウンロードは無料です。

池田町 子育て応援ナビ  
二次元コードからダウンロードできます。  
URL:<https://ikeda-town.city-hc.jp/>



## おしらせ

### マイナンバー（個人番号）カード掲示について

「母子健康手帳」の発行、「低出生体重児」の届け出には、

「マイナンバー（個人番号）カード」が必要です。

マイナンバー（個人番号）カード①または、カードが無い場合は②・③どちらかの書類をお持ちください。

- ①：1点→「マイナンバー（個人番号）カード」のみ
- ②：2点→「通知カード」または「住民票」（個人番号が記載されたもの）と「身元確認書類1点」（公的機関発行の顔写真つきの運転免許証、パスポートなど）が必要です。
- ③：3点→「通知カード」または「住民票」（個人番号が記載されたもの）と「身元確認書類2点」（顔写真がついていない健康保険証、診察券、年金手帳など）が必要です。

◆問合せ先：保健子育て課保健推進係（保健センター）TEL572-2100

## コラム：妊婦健診

### ○妊婦健診…どんなことをするの？

**体重**：妊娠週数に応じて適切な体重増加量があります。特に妊娠中期は体重が増えやすいので、食事や運動など生活習慣に気を付けましょう。

**血圧**：妊娠中は血液量の増加やホルモンバランスの変化などにより高血圧になりやすいです。特に、初めての妊娠や35歳以上の方の妊娠などの場合は高血圧となりやすいので注意しましょう。

**尿検査**：尿たんぱくや尿糖の有無を調べます。尿たんぱくは妊娠中の高血圧などによって血管が傷つくと出ることがあり、腎臓の機能が弱っている可能性があります。また、尿糖が出ているときは、血糖値が高くなっている可能性があります。妊娠中は赤ちゃんにたくさん栄養を与えられるように、血糖値が上がりやすく、糖尿病にもなりやすくなっています。そのため、妊娠中はいつも以上に食事などに気を付ける必要があります。

**血液検査**：貧血や血糖、各種抗体などを調べます。妊娠中は血液量が増える（血液が薄くなる）ことなどによって貧血になりやすいです。鉄分やたんぱく質、ビタミンなど血液のもとになる食材をしっかり摂りましょう。

**超音波検査**：赤ちゃんの大きさや体に異常がないかなどを診ます。

妊婦健診はお母さん、赤ちゃんの健康を守るための大切な健診です。費用助成もありますので、必要な回数を必ず受診しましょう。