

ようこそ赤ちゃん

子育て応援

🌀子育てアプリ「栃木市すくすくナビ」

※16か国語対応

📞健康増進課 感染症対策係 ☎25-3512

栃木市すくすくナビはお子様の予防接種スケジュール管理や成長記録の保存ができるアプリです。成長の記録をスマートフォン等からすぐに見ることができる母子健康手帳の補助ツールとしてお使いいただけます。

妊娠から子育て期にわたる市の情報を発信していますので妊娠届出後ダウンロードしておくとお便利です。

🟡すくすくナビの機能

🟢予防接種

- ・予防接種のスケジュール管理
- ・協力医療機関の検索
- ・予防接種、感染症流行情報のお知らせ
- ・デジタル予診票用二次元コード発行

🟢妊娠・子育て

- ・出産準備教室や親子を対象とした教室などの予約
- ・成長記録
- ・乳幼児健康診査の情報
- ・離乳食のポイント
- ・子育て情報のお知らせ

下の二次元バーコードからスマートフォン等にダウンロード、利用登録をしてぜひお使いください！（利用料は無料ですが、通信料はおお客様のご負担となります）。

※「とち介の予防接種ナビ」にご登録済みの方は、お持ちのIDとパスワードをお使いいただけます。



栃木市マスコットキャラクターとち介

iOS (iPhone) の方



Android の方



※ブラウザから<http://tochigi.city-hc.jp/>にアクセスしてお使いいただくこともできます。

広告

安産祈願・初宮参り
七五三参り・十三参り

⊗ 太平山神社

ご祈祷 受付時間 9:00～16:30
平井町太平山上 ☎ 0282-22-0227

詳しくはこちら

妊娠・母子健康手帳の交付 **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

医療機関を受診し妊娠がわかったら母子健康手帳の交付を受けましょう。

医療機関で渡される妊娠届出書(妊娠証明書)と市ホームページに記載してある必要書類をお持ちになり、窓口にお越しください。

交付窓口 こども家庭センター相談窓口『とちはぐ』

※詳細は市ホームページ



妊婦支援給付金 **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

妊娠・出産・育児への不安や経済的負担を軽減するために、①妊婦さんを対象に5万円、②妊娠しているお子さん一人につき5万円の給付金を支給します。

なお、給付金の申請は、①妊娠届出時、②こんにちは赤ちゃん訪問時となります。

※詳細は市ホームページ



妊娠8か月アンケート **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

妊娠・出産についての相談や情報提供を行うため、妊娠8か月頃にアンケートの回答をお願いしております。

妊婦健康診査 **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

妊婦さんと赤ちゃんの健康のために、定期的に健診を受けましょう。

受診時に母子健康手帳と「おやはぐくみ受診票」を提出してください。

県外の産院をご利用になる場合は必ず受診前にこども家庭センターまでご連絡ください。



妊産婦歯科健康診査 **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

妊娠中と産後(1年未満)に1回ずつ「妊産婦歯科健康診査受診票」により、市内の委託歯科医院で無料でお口のチェックが受けられます。

歯周病は、早産や低出生体重児の出産の可能性が高まります。安定期に入ったら早めに歯科健診を受けましょう。

また、妊娠期・産後は口腔環境が変わりやすいため、かかりつけ歯科医をもつことをおすすめします。



母性健康指導事項連絡カード **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

医師等から指導を受けた場合には、「母性健康管理指導事項連絡カード」に記入してもらい勤務先に申請してください。必要な措置を受けることができます。

妊婦訪問 **問** こども家庭センター おやはぐくみ係 ☎25-3505

妊娠や出産、育児などについて不安なことがありましたらご連絡ください。

保健師、助産師、看護師等がお伺いします。電話や面接、オンライン等のご相談もお受けします。

おもいやり駐車スペース利用証

問 障がい福祉課 障がい福祉係 ☎21-2203
こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

妊娠7か月～産後1年(多胎児の場合は妊娠6か月～産後2年)の妊産婦さんへおもいやり駐車スペースを利用するための利用証を交付します。

母子健康手帳をお持ちになり、窓口へお越しください。

申請窓口

障がい福祉課、こども家庭センター相談窓口「とちはぐ」、各総合支所

外国人相談

問 栃木市国際交流協会 ☎25-3792

栃木市に住む外国人の方からの相談を受ける相談窓口を開設しています。

詳細は、右記二次元コードからご確認くださいいただけます。



Hello赤ちゃん教室

問 こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

妊娠や出産、育児について知ることができます。参加希望の方は市ホームページをご覧ください、こども家庭センターまでお申込みください。



妊娠初期～中期クラス

妊娠後期クラス

プレパパ教室

問 こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

これからパパになる方向けに、講座や交流会等を開催します。

詳細はホームページでご確認ください。



多胎妊産婦さんへ

問 こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

多胎出産準備教室

妊娠初期の頃に助産師や保健師から、面接や訪問で多胎妊娠や出産の基礎知識をお伝えします。

産後ピア家庭訪問

多胎の育児を経験した者が家庭を訪問し、生活のご相談や育児の情報をご紹介します。

多胎児交流会

多胎妊婦と未就学の多胎児親子を対象にした交流会を開催します。

プチママ交流会

問 こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

10代の妊婦さんや10代で妊娠出産した方やご家族を対象とした交流会を開催します。

子育て世帯訪問支援事業 (産前産後ヘルパー)

問 こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

日中家族から家事や育児の援助を受けられない方を対象に、産前産後は6か月未満まで(ふたごは2年未満まで)ヘルパーを派遣し家事・育児支援を行うサービスです。市が委託した事業所のスタッフがご家庭を訪問し家事や育児のお手伝いをします。



産後里帰りを予定の方へ

問 こども家庭センター おやこはぐくみ係 ☎25-3505

市外の里帰り先へ訪問希望の方はご連絡ください。

低所得の妊婦に対する初回産科受診料助成

問 子ども家庭センター およこはぐくみ係 ☎25-3505

条件を満たす方に対して初回の産科受診にかかる費用を助成します。

詳しくは、市ホームページをご確認ください。



国民年金保険料の産前産後期間の免除制度

問 保険年金課 国保年金係 ☎21-2134

国民年金第1号被保険者の方が出産したときには、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。

対象者

免除される期間に国民年金第1号被保険者の方

免除される期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みません。)

届出期間

出産予定日の6か月前から届出ができません。出産後の届出も可能です。

必要なもの

母子健康手帳など出産(予定)日がわかるもの

国民健康保険税の産前産後期間の免除制度

問 税務課 保険係 ☎21-2263

国民健康保険被保険者が出産したときには、産前産後期間の国民健康保険税が減額されます。

対象者

令和5年11月1日以降に出産予定の国民健康保険被保険者の方

免除される期間

その年度に納める保険税の所得割額と均等割額から、出産予定月(または出産月)の前月から出産予定月(または出産月)の翌々月(「産前産後期間」という)の4か月相当分が減額されます。
※多胎妊娠の場合は出産予定月(または出産月)の3か月前から6か月相当分が減額されます。

届出期間

出産予定日の6か月前から届出ができません。出産後の届出も可能です。

必要なもの

届書、母子健康手帳など
※出産後に届出を行う場合、親子関係を明らかにする書類が必要です。

妊産婦医療費助成

問 保険年金課 医療給付係 ☎21-2136・2137

健康保険が適用になる診療を受けた場合の医療費(保険診療の個人負担分)を市が助成します。

対象者

栃木市に住民登録をしていて、母子健康手帳を交付されている方

助成期間

母子健康手帳を交付された月の初日(転入の際は転入日)から出産の翌月の末日まで

登録

マイナ保険証または資格確認書、母子健康手帳、通帳(口座のわかるもの)を持参し登録申請してください。受給資格者証を交付します。

助成の受け方

助成申請書と医療機関等の領収書を申請期間内(診療月の翌月から12か月以内)に提出してください。後日、登録口座に振込みます。

RSウイルス感染症の予防接種

問 健康増進課 感染症対策係 ☎25-3512

令和8年4月1日から定期予防接種となりました。妊娠28週0日から36週6日までの妊婦さんを対象とした予防接種です。詳細はホームページでご確認ください。

