

赤ちゃんが生まれたら

出生届

生まれた日から14日(生まれた日を含みます。)以内に父母の本籍地、届出人の住所地、子の出生地のうち、いずれかの区市町村役場(中央区は、平日の日中は特別出張所も提出可能)に提出してください。

なお、届出の際は、届書1通、出生証明書(届書についているので医師に記入してもらう)、母子健康手帳と本人確認書類をお持ちください。

また、夜間・休日に届出される場合は、母子健康手帳に証明ができないため、平日の日中に出生届を提出

した区市町村役場(中央区は、戸籍係または特別出張所)へお持ちください。



【詳細は区のホームページをご覧ください】

◆問合せ先

区民部区民生活課戸籍係	☎ (3546) 5317
区民部日本橋特別出張所区民係	☎ (3666) 4253
区民部月島特別出張所区民係	☎ (3531) 1153
区民部晴海特別出張所区民係	☎ (3520) 8096

新生児訪問

生後4カ月までの赤ちゃんがいるすべてのご家庭を保健師・助産師などが訪問し、赤ちゃんの体重測定や健康状態の確認をするとともに、育児相談などを行っています。

訪問は母子健康手帳交付時にお渡しする『母と子の保健バッグ』の中に入っている「赤ちゃん訪問連絡はがき」(出生通知書)をもとに行っています。赤ちゃんが生まれたらなるべく早くご投函ください。

連絡はがきをお持ちでない方はお住まいの地域の保健所・保健センターへお問い合わせください。

◆問合せ先

中央区保健所健康推進課健康係	☎ (3541) 5930
日本橋保健センター健康係	☎ (3661) 5071
月島保健センター健康係	☎ (5560) 0765
晴海保健センター健康係	☎ (6381) 2972

出産育児一時金の支給

健康保険に加入している方が出産をした場合、出産した日に加入している健康保険から「出産育児一時金」が支給されます。(死産や流産は、妊娠85日以上の場合に支給されます。詳しくは加入している健康保険にお問い合わせください。)

【直接支払制度】

原則として、健康保険から直接、医療機関に支払います。出産費用から「出産育児一時金」の金額が差し引かれますので、一時金を超えた分の費用を退院の際に医療機関にお支払いください。出産費用が一時金の金額までかからなかった場合には、健康保険に申請することにより差額が支給されます。

【手続方法、支給金額】

加入している健康保険により異なりますので、出産する方が加入している健康保険組合または会社の担当部署にお問い合わせください。

～中央区国民健康保険加入者の場合～

●支給対象者

中央区国民健康保険の加入者で出産した方の世帯主

●支給額 50万円

●申請方法 医療機関に直接お申し込みください。

※ 次の場合は区役所に問い合わせください。

- ・ 直接支払制度を利用しない場合
- ・ 出産費用が50万円未満の場合

◆問合せ先

福祉保健部保険年金課給付係	☎ (3546) 5360
---------------	---------------

子ども医療費助成

お子さんが病院・薬局などで診療や調剤を受ける際に、健康保険の適用される医療について保護者の負担する額を助成します。所得制限はありません。

●対象となる児童

区内に住所があり、健康保険に加入している高校生等（18歳になった年度の末日）までの児童

●交付される医療証

- ・乳幼児（6歳になった年度の末日まで）には乳幼児医療証（㊟医療証）
- ・小・中学生（15歳になった年度の末日まで）には子ども医療証（㊦医療証）
- ・高校生等（18歳になった年度の末日まで）には高校生等医療証（㊧医療証）

●申請に必要なもの

お子さんの加入健康保険がわかるもの（資格確認書、資格情報のお知らせ等）もしくはお子さんのマイナ保険証

※特別出張所、郵送および電子申請でも手続きができますが、医療証は後日郵送します。

●助成の範囲

- ・通院、入院にかかる保険診療の自己負担分（乳幼児健診、予防接種料、入院室料差額などの健康保険が適用されないものなどは対象になりません。）
- ・入院時の食事療養標準負担額

●助成の方法

- ・都内の医療機関で受診する場合は、マイナ保険証（資格確認書等）と医療証を提示してください。健康保険適用のものは無料になります。
- ・医療証を取り扱わない医療機関（都外の病院など）で受診する場合または食事療養標準負担額がかかった場合は、後日払い戻しの申請によりお支払いします。払い戻しの申請は原則、郵送では受付ておりません。



【詳細は区のホームページをご覧ください】

◆問合せ先

福祉保健部子ども子育て支援課子育て給付係

☎ (3546) 5350・5351

子どもの病気への医療費助成

【自立支援医療（育成医療）】

身体に障害のある児童に対し、生活能力を得るために必要な医療の給付を行います。

18歳未満で、肢体不自由、視覚、聴覚、平衡機能、音声、言語、そしゃく機能、心臓疾患、腎臓疾患、先天性内臓疾患などで体に障害を有する方または疾患を放置した場合にこれと同じ程度の障害を残すと認められる方に対し、指定医療機関での手術などにかかる医療費を負担します。

【養育医療】

出生時の体重が2,000グラム以下か、生活力が特に弱く、身体機能に特定の症状がみられる方の入院治療について、医療費の一部を負担します。

【小児慢性疾患】

18歳未満で、悪性新生物（小児がん）、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、染色体または遺伝子に変化を伴う症候群、皮膚疾患、骨系統疾患、脈管系疾患の病気にかかっているお子さんに対し、医療費の一部を助成します。

【療育給付】

18歳未満の結核にかかっているお子さんで、その治療のための入院が必要な場合は、医療費の給付とともに、学習や療養生活に必要な物品を支給します。

◆問合せ先

中央区保健所健康推進課

☎ (3541) 5930

日本橋保健センター健康係

☎ (3661) 5071

月島保健センター健康係

☎ (5560) 0765

晴海保健センター健康係

☎ (6381) 2972



児童手当

18歳になった年度の末日までの児童を養育している方へ支給している手当です。

公務員の方は、勤務先での手続きとなります。

●手当額

- ・3歳未満：月額15,000円
- ・3歳～高校生：月額10,000円
- (第3子以降は月額30,000円)

●申請に必要なもの

手続きする方の本人確認書類、申請者の預金口座番号のわかるもの、個人番号確認書類、ほかに個別の

事情に応じた必要書類があります。

※特別出張所、郵送および電子申請でも申請できます。



【詳細は区のホームページをご覧ください】

◆問合せ先

福祉保健部子ども子育て支援課子育て給付係

☎ (3546) 5350・5351

新生児誕生祝品（区内共通買物・食事券）

新たな区民の誕生を祝福し、お子さんの健やかな成長を願うため、区内共通買物・食事券(3万円分)を贈呈しています。

現在、物価高騰におけるご家庭の経済的な負担軽減を図るために、2万円分を追加し、5万円分の区内共通買物・食事券を贈呈しています。(令和7年4月1日現在)

●対象者

出生日において、保護者および新生児の住所が中央区にある方。

お子さんが1歳になる前日まで申請できます。

(申請日に区内に住所のない方は除きます。)

●申請者

同居する保護者または親族(それ以外の方は、委任状が必要です。)

●申請に必要なもの

申請者本人（委任状による場合は委任された方）の本人確認書類

※特別出張所、郵送および電子申請でも申請できます。



【詳細は区のホームページをご覧ください】

◆問合せ先

福祉保健部子ども子育て支援課子育て給付係

☎ (3546) 5350・5351

育児支援ヘルパーの派遣

育児や家事の支援を必要とする家庭に、区と契約した事業者からヘルパーを派遣します。詳しくはP7「育児支援ヘルパーの派遣」をご覧ください。

◆問合せ先

子ども家庭支援センター「きらら中央」 ☎ (3542) 6321



【育児ヘルパーの派遣】

虹のサービス（区民どうしのたすけあい家事サポート）

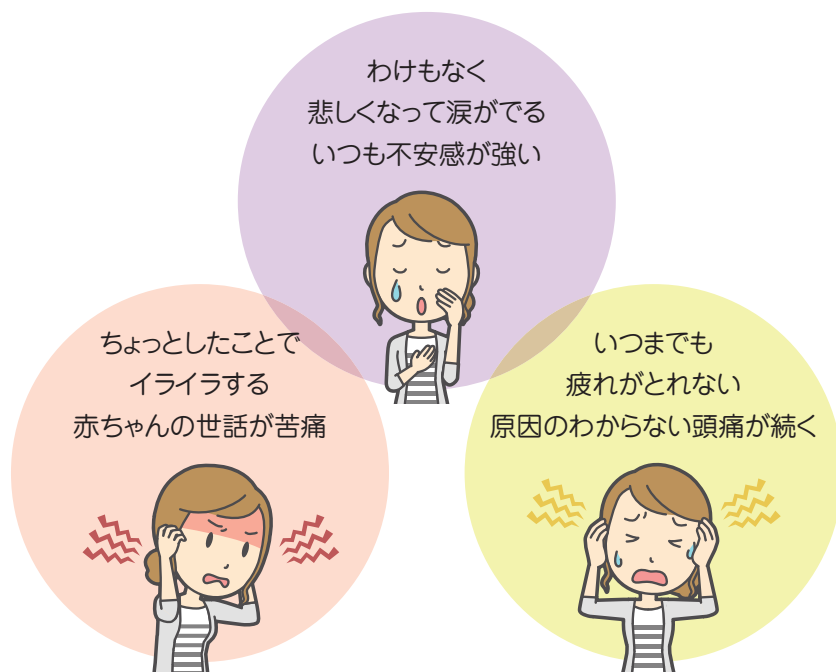
産前産後で家事援助などを必要としている方に、地域の協力会員がお手伝いをするたすけあい活動です。詳しくはP7「虹のサービス(区民どうしのたすけあい家事サポート)」をご覧ください。

◆問合せ先

中央区社会福祉協議会在宅福祉サービス部

☎ (3206) 0603

こんなこと ありませんか？



これらは、産後のホルモンの変化や赤ちゃんの誕生による大きな生活の変化が原因とされています。

産後数日で現れる場合にはマタニティブルーといわれ、ほとんどの方が経験しますが、1週間ほどで軽快します。しかし、症状が2週間以上続いたり、ひどくなっている場合には「産後うつ」の可能性があります、1～2割の方におこるといわれています。

この場合には家事育児を休んで、ゆっくり休養したり、治療をする必要があります。しかし、お母さんがこうした心や体の変化を感じても、育児に追われ対応が後回しになってしまったり、お父さんや周囲の方も赤ちゃんが最優先で、お母さんの変化を見逃しがちになることも。

対応が早いほど回復も早いといわれています。もしかして……と思ったら、迷わず医師や保健師にご相談ください。

●中央区保健所では、月1回専門医による「ママのこころの相談」を行っています。（保育あり、予約制）

◆問合せ先

中央区保健所健康推進課健康係 ☎（3541）5963

●ママに限らず、どなたでもこころに関する相談は保健所・保健センターで実施しています。
お気軽にご相談ください。

◆問合せ先

中央区保健所健康推進課健康係 ☎（3541）5963

日本橋保健センター健康係 ☎（3661）6854

月島保健センター健康係 ☎（5560）0765

晴海保健センター健康係 ☎（6381）2972

働く女性・男性のための、出産・育児に関する制度

【産前・産後の健康管理】

妊産婦は、事業主に申し出ることにより、健康診査などを受けるために必要な時間を確保することができます。

医師などから受けた指導を職場に伝達するために、「母性健康管理指導事項連絡カード」を利用してください。（「母子健康手帳」に様式があります。）

【産前・産後の休業】

産前6週間（多胎児妊娠の場合は14週間）は、事業主に請求することにより、休業することができます。

出産後8週間は、事業主は就業させることができません。ただし、産後6週間経過後に本人が請求し、医師が認めた業務については、働くこともできます。

【育児休業】

子どもが1歳に達するまでの間、事業主に申し出ることにより、父親、母親のいずれでも分割して2回まで育児休業を取得することができます。

また、保育所に入所できないなどの一定の要件を満たす場合は、最長で子どもが2歳に達するまでの間、育児休業を延長することができます。

【産後パパ育休（出生時育児休業）】

育児休業とは別に、子どもの出生後8週間以内に、4週間まで育児休業を取得することができます。（分割して2回取得可能）

【産前・産後・育児期の労働】

妊産婦は、事業主に請求することにより、時間外、休日、深夜業労働が免除されます。

【育児休業給付金】

育児休業、産後パパ育休を取得したときは、一定の要件を満たした場合に、雇用保険から育児休業給付金が支給される制度があります。

◆問合せ先

ハローワーク飯田橋

☎ (3812) 8609

【出産育児一時金・出産手当金など】

出産後には、出産育児一時金や出産手当金などが支給される制度があります。

◆問合せ先

勤務先、年金事務所、健康保険組合など



◆問合せ先

東京労働局雇用環境均等部 指導課 ☎ (3512) 1611