

令和8年度 四日市市

マタニティ&子育てサポートガイド

(母子保健事業のご案内)

～ 安心して出産・子育てができるように ～



こんにちは赤ちゃん訪問 (赤ちゃんの全戸訪問)

お子様の健やかな成長を見守り、
保護者の皆様の子育てを応援します。

- ★対象：生後4か月までのお子様がいる
全ての家庭
- ★内容：子育てに関する情報をお届け
マタニティ給付金【届出】のご案内
- ★費用：無料



お気軽に
お立ち寄り
ください。

育児相談室「すくすくルーム」

乳幼児・妊産婦 健康相談、乳幼児 育児相談

保健師や助産師、看護師、管理栄養士などに、
お気軽にご相談ください。

- ★お子様の身長・体重の測定ができます。
- ★「授乳室」としてもご利用ください。
- ★搾乳もできます。



電話相談

☎ 059-354-8187

保健師や助産師、看護師、管理栄養士などが
相談をお受けします。秘密は守られます。
お気軽にお電話ください。

【受付日時】

月～金(午前8時30分～午後5時15分)
※土・日・祝日と12月29日～1月3日は除く



家庭訪問 妊婦・産婦・乳幼児

保健師・助産師・看護師が訪問し、
健康や育児の相談を行います。

家庭訪問をご希望の場合は、お気軽に
お電話ください。

こども家庭センター 母子保健第1係・第2係
☎ 059-354-8187

子育て総合情報サイト

「子育てエンジョイ」は、こちら →



〈編集・発行・お問い合わせ〉

四日市市 こども未来部
こども家庭センター 母子保健第1係・第2係
TEL (059) 354-8187
FAX (059) 354-8061
〒510-0085 四日市市諏訪町2-2



再生紙を使用しています。



母子の健診・教室 スケジュール

◎くわしくは「広報よっかいち」市ホームページでご確認ください。

時期	事項	内容	個人通知	事前申込	実施場所	日程	
妊娠	妊娠届	妊娠届を提出して、母子健康手帳の交付を受けてください。	-	-	総合会館3階 こども家庭センター、 地区市民センター(中部を除く)、市民窓口サービスセンター	随時	
	母子健康手帳						
	マタニティ給付金【申請】(5万円)	市の保健師等との面談後(～妊娠中)に申請してください。	-	-	総合会館3階 こども家庭センター	随時	
	妊婦一般健康診査	医療機関で妊婦健診を受診するときに使える受診票(14回分)を母子健康手帳別冊に綴じ込んでいます。 ※多胎妊娠の妊婦健診費用の補助については、個別にご案内します。	-	※注	県内委託医療機関 県外の医療機関で受診した場合、一定の条件を満たせば受診費用を補助します。	※注) 医療機関へ直接お問い合わせください。	
	育児学級「パパママ教室」	実施当日:妊娠28週未満の人が対象 妊娠中から産後の生活についての講話、母子保健サービスの説明、赤ちゃんの沐浴体験、妊娠模擬体験等。	なし	要	総合会館5階 	4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月 17日 17日 12日 12日 14日 11日 18日 15日 18日 24日 19日 14日 (金) (日) (金) (日) (金) (金) (日) (日) (金) (日) (金) (日)	
	さくらんぼひろば	多胎児の親子を対象に、子育ての仲間づくりを目的とした教室(交流会)です。	なし	要※	総合会館5階 ※事前申込なしでも開催時間10時～参加できます。 〔6月7日は城北子育て支援センター(ほっほ)で開催(要申込)〕	4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月 10日 8日 7日 3日 7日 4日 2日 6日 4日 8日 5日 5日 (金) (金) (日) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金)	
	ふたご・みつこファミリー交流会	多胎児妊娠中から参加できます。	あり	要	相好アリーナ四日市 多目的室1	11月22日(日) 詳細は、広報よっかいち9月下旬号、市のホームページにてご確認ください。	
妊娠8か月の頃、妊婦面談のご案内とアンケートを送ります。妊婦面談は希望者のみ行います。							
出生	妊婦歯科健診	医療機関で健診ができる受診票(妊娠中1回分)を母子健康手帳別冊に綴じ込んでいます。	-	※注	委託歯科医療機関	※注) 委託歯科医療機関へ直接お問い合わせください。	
	出生届	出生届を提出して、母子健康手帳に出生届出済証明を受けてください。	-	-	市民課、地区市民センター(中部を除く)、市民窓口サービスセンター	随時	
	産後ケア事業(出産後1年未満のお母さんと赤ちゃん)						詳しくは母子保健第1・第2係へお問い合わせください。
	多胎児産後ケア事業(訪問型が5回まで、自己負担なしで利用可)						
	多胎児家庭家事支援事業(多胎妊娠中から2歳未満の多胎児を養育中の人)						
	新生児聴覚検査	新生児を対象とした、耳の聞こえの検査です。 補助券(上限3千円)を母子健康手帳別冊に綴じ込んでいます。	-	※	県内実施医療機関 県外の医療機関等で補助券が利用できなかった場合、検査費用(上限3千円)を補助します。	※注) 実施医療機関へ直接お問い合わせください。	
	1か月児健康診査	生後1か月の赤ちゃんの健康状態を確認します。 補助券(上限6千円)を母子健康手帳別冊に綴じ込んでいます。	-	※	県内実施医療機関 県外の医療機関等で補助券が利用できなかった場合、健診費用(上限6千円)を補助します。		
	産婦健康診査	産後1か月前後の時期に、産婦の心と身体の健康状態を確認するための健診です。 受診票(2回分)を母子健康手帳別冊に綴じ込んでいます。	-	※	県内委託医療機関 県外の医療機関で受診した場合、一定の条件を満たせば、受診費用(上限5千円、2回まで)を補助します。		
	すくすくルーム	・赤ちゃんの身体測定 ・授乳(直母測定もできます) ・搾乳もできます ・妊娠中や産後の健康相談 ・赤ちゃんの発育・発達相談・育児相談	なし	不要	総合会館3階 こども家庭センター	平日 8:30～17:15 	
	こんにちは赤ちゃん訪問	おおむね生後4か月までの赤ちゃんがいる全てのご家庭を訪問します。 訪問時に「マタニティ給付金【届出】」についてご案内します。	なし	不要	訪問員がご自宅へ伺います。	訪問日は、お電話でご相談させていただきます。 	
マタニティ給付金【届出】(5万円)	訪問(面談)後、3か月以内に届出してください。	-	-	総合会館3階 こども家庭センター	随時		
予防接種がはじまります。詳しくは、5ページ「子どもの予防接種について」をご覧ください。							



時期	事項	内容	個人通知	事前申込	実施場所	日程														
						4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
4か月	パンダひろば	生後6か月までの親子を対象に、子育ての仲間づくりを目的とした教室です。	なし	不要	総合会館5階 ・受付開始：9時45分～ ・開催時間：10時～11時頃	4月6日(月)	5月11日(月)	6月8日(月)	7月6日(月)	8月3日(月)	9月7日(月)	10月5日(月)	11月9日(月)	12月7日(月)	1月18日(月)	2月8日(月)	3月8日(月)			
	さくらんぼひろば	多胎児の親子を対象に、子育ての仲間づくりを目的とした教室です。多胎児妊娠中から参加できます。	再掲です。左のページをご覧ください。																	
	4か月児健康診査	県内の医療機関で受診できます。出生届出後に「乳児一般健康診査受診票」をご自宅へお送りします。	—	※注	県内委託医療機関	※注) 医療機関へ直接お問い合わせください。														
5か月	乳幼児食教室	離乳食の進め方と調理方法についての講話です。※乳児同伴も可	なし	要	総合会館4階	前半	4～7か月児対象	開催日	4月17日(金)	5月15日(金)	6月5日(金)	7月10日(金)	8月4日(火)	9月1日(火)	10月9日(金)	11月10日(火)	12月11日(金)	1月26日(火)	2月2日(火)	3月2日(火)
	後半					8～12か月児対象	開催日	4月28日(火)	5月30日(火)	6月28日(火)	7月30日(金)	8月27日(金)	9月22日(火)	10月22日(火)	11月18日(金)	12月29日(金)	1月26日(金)	2月9日(火)		
	開催日					4月21日(火)	5月29日(金)	6月19日(金)	7月14日(火)	8月25日(火)	9月29日(火)	10月20日(火)	11月13日(金)	12月18日(金)	1月29日(金)	2月26日(金)	3月9日(火)			
10か月	10か月児健康診査	県内の医療機関で受診できます。出生届出後に「乳児一般健康診査受診票」をご自宅へお送りします。	—	※注	県内委託医療機関	※注) 医療機関へ直接お問い合わせください。														
1歳6か月	歯科健診「1歳のバースデー歯科教室」	10か月～1歳3か月児を対象に、歯科医師による講話や相談、歯科健診を行います。	なし	要	総合会館5階	4月10日(金)	5月8日(金)	6月23日(火)	7月3日(金)	8月18日(火)	9月4日(金)	10月2日(金)	11月6日(金)	12月4日(金)	1月8日(金)	2月5日(金)	3月5日(金)			
	1歳6か月児健康診査	1歳6か月ごろ通知します。	あり	不要	総合会館5階	個人通知にてお知らせします。														
2歳6か月	歯科健診「2歳のバースデー歯科教室」	2歳～2歳3か月児を対象に、歯科医師による講話や相談、歯科健診を行います。※希望の人にはフッ素塗布を行います。	なし	要	総合会館5階	4月24日(金)	5月22日(金)	6月23日(火)	7月24日(金)	8月21日(金)	9月25日(金)	10月23日(金)	11月20日(金)	12月15日(火)	1月19日(火)	2月12日(金)	3月12日(金)			
	幼児歯科健診	2歳6か月～3歳6か月児を対象に、歯科医療機関で受診できる健診の受診票をご自宅へお送りします。※希望の人にはフッ素塗布を行います。	あり	※注	委託歯科医療機関	※注) 委託歯科医療機関へ直接お問い合わせください。														
3歳6か月	3歳児健康診査(3歳6か月)	3歳6か月ごろ通知します。	あり	不要	総合会館5階	個人通知にてお知らせします。														
妊産婦乳幼児	妊婦・産婦・乳幼児 家庭訪問	妊娠期、新生児期・乳幼児期に訪問による相談を行います。	なし	要	保健師・助産師・看護師がご自宅へ伺います。	随時														

病気になったとき

◎通話料のみでご利用いただけます。

みえ子ども医療ダイヤル	三重県救急医療情報センター	医療ネットみえ
月～土:19時～翌8時 日祝日・年末年始:24時間	24時間 365日	24時間 365日
#8000(059-232-9955)	TEL 059-229-1199	インターネット、スマートフォン https://www.qq.pref.mie.lg.jp/ 音声・FAX案内 0800-100-1199
子どもの病気、薬、事故などに関して、医療関係の専門相談員が電話相談に応じます。	急な病気やけがのとき受診可能な医療機関を案内しています。	

休日救急医療など

四日市市 応急診療所 西新地14-20 ☎059-353-1759			四日市市 歯科医療センター 本町9-12 ☎059-354-5130		
内科 小児科	日祝休日	午前10時～12時 午後1時～4時	応急歯科診療	12/30～1/2	午前9時～11時30分
	12/31～1/3			火・木	午後1時30分～4時30分
耳鼻咽喉科	日曜日	午前10時～12時 午後1時～4時	障害者(児)診療 ※予約制	木曜日(月1回)	午前9時30分～12時
	年末年始は休診			日曜日(月2回程)	午前9時30分～0時30分

よっかいち 子育てガイドブック

子育て情報がこの1冊に。電子書籍版もあります！

子育て支援アプリ よかアプリコ

健診や予防接種の情報をスマホに通知！

乳幼児教室などの予約がいつでもできる！

App Store Google Play

よっかいち ニコニコ子育て応援券

第2子以降の子を出産後、お兄ちゃん、お姉ちゃんの一時的保育、病児保育室または家事支援の利用料が2回まで無料になるサービスです。

子育てガイド(妊娠期)

妊婦さんの名前

出産予定日

R 年 月 日

時期	妊娠初期			妊娠中期			妊娠後期		
妊娠月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月
妊娠週数	4～7週	8～11週	12～15週	16～19週	20～23週	24～27週	28～31週	32～35週	36～40週
妊婦健診間隔	4週間に1回			2週間に1回			1週間に1回		
自分や家族ですること	<input type="checkbox"/> 市役所または各地区市民センターで妊娠の届出(1)を行い、母子健康手帳と妊産婦健診受診票を受け取る。 <input type="checkbox"/> 面談が終わったらスタンプイ給付金(2)を申請する。 <input type="checkbox"/> 出産する病院を決め、分娩予約をする ※里帰り出産をするかどうかを決める。(20) <input type="checkbox"/> お酒、たばこをやめる。 <input type="checkbox"/> 家族や周囲の人に近くでたばこを吸わないよう、配慮してもらう。			<input type="checkbox"/> 里帰り出産をする場合は、出産する病院を探し、分娩予約をする。(20) <input type="checkbox"/> お産と育児の準備をする。 ※多胎妊娠の場合は、早目に(16週から)準備を始める。 <input type="checkbox"/> 病院の受診方法や連絡方法を確認する。 <input type="checkbox"/> 上の子の出産時の体制を考える(一時保育、ファミリーサポートなど)。 <input type="checkbox"/> 産前産後期間の国民年金保険料及び国民健康保険料の免除の届出をする。 ※出産予定日の6か月前から届出可能			<input type="checkbox"/> 市からアンケートを送りますので、返してください。 ※ご希望があれば、市の保健師や助産師等が面談をさせていただきます。 <input type="checkbox"/> お産の準備：入院の手続きや入院中に必要なものについて、病院へ確認し、準備する。 <input type="checkbox"/> 育児の準備：退院後すぐに必要となるものを確認して用意する。 <input type="checkbox"/> 産後のサービス(産後ケアなど)について利用を検討する。 <input type="checkbox"/> 出産(陣痛)時の連絡先リストを作る(産院、タクシーなど)。 <input type="checkbox"/> 産後の生活をイメージして、自宅の環境を整える。 <input type="checkbox"/> 県外に里帰りする場合、産婦健康診査、新生児聴覚検査と1か月児健康診査費用補助の県外受診分の補助申請について確認しておく。		
利用できるサービス	<input type="checkbox"/> 低所得の妊婦に対する初回産科受診料支援事業(18) <input type="checkbox"/> 妊婦一般健康診査(3) <input type="checkbox"/> 妊婦相談窓□(総合会館3階 ことば家庭センター) (4) <input type="checkbox"/> 電話相談☎059-354-8187 ことば家庭センター(5) <input type="checkbox"/> 家庭訪問(6) <input type="checkbox"/> 育児学級/ビデオ教室(7) ※対象：妊娠28週未満の人 妊娠中から出産後の生活についての講話、母子保健サービスの説明、赤ちゃんの沐浴体験、妊婦疑似体験などを行います。 <input type="checkbox"/> さくらんぼひろば ※対象：多胎妊娠中の人とその家族、未就学までの多胎児親子 多胎児家庭の交流会を行います。			<input type="checkbox"/> 県外の医療機関で受診した場合、一定の条件を満たせば受診費用を補助します。 ・妊婦健康診査県外受診費用補助(8) ・産婦健康診査県外受診費用補助(9) ・新生児聴覚検査県外受診費用補助(10) ・1か月児健康診査県外受診費用補助(11) <input type="checkbox"/> 多胎妊婦健康診査費用の助成(12) <input type="checkbox"/> 多胎児家庭家事支援事業(19) <input type="checkbox"/> 上の子のファミリーサポート(13)、一時保育や保育園など(14) <input type="checkbox"/> 妊婦歯科健康診査(15) <input type="checkbox"/> RSVウイルスワクチン(母子免疫ワクチン) 接種 (妊娠28週0日～36週6日までの人)					
お仕事の関係	<input type="checkbox"/> 出産予定を職場に伝える。妊娠中の働き方(時差出勤、時間外労働、休日労働、深夜業の制限など)の希望を伝えて、相談する。 <input type="checkbox"/> 産休について、会社に報告し、取得する(出産後の働き方の希望を伝える)。 <input type="checkbox"/> 産休について家族と話し合い、会社へ申請する。～産後/ビデオ育児も創設されています～			<input type="checkbox"/> 働く女性のために → 母性健康管理指導事項連絡カード(16)の利用 ※母子健康手帳に掲載有 → 妊娠・出産をサポートする女性にやさしい職場づくりナビ(17)					

※()内の数字は、四日市市のホームページに掲載の事業説明への参照番号です。右記二次元コードからご覧いただけます。



ことば家庭センター 母子保健第1係・第2係 ☎ 059-354-8187

子育てガイド(育児期)

お子さんのお名前

(R 年 月 日 生まれ)

出生後の提出(1) こども医療費助成申請(2) 健康保険の加入 保育所等への入所申請(5) ※仕事復帰予定の人は、早めに手続きについて確認
 児童手当の申請(3) 児童手当の申請(3) 出産育児一時金(4)の申請

お子さんの月齢	0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月～8か月	9か月～11か月	1歳	1歳6か月	2歳	2歳6か月	3歳	3歳6か月	4歳～5歳
乳幼児健診 子育て相談 家庭訪問等	<input type="checkbox"/> 予防疫種がはじまります。(18)														
	<input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査費用の補助(6) (上限3,000円)														
	<input type="checkbox"/> 産婦健康診査(7)														
	<input type="checkbox"/> 1か月児健康診査費用の補助(8) (上限6,000円)														
多胎	<input type="checkbox"/> こんには赤ちゃん訪問(9)														
	→ <input type="checkbox"/> マタニティ給付金の届出(10) ※訪問時にご案内します。面談後 3か月以内に届出してください。														
	<input type="checkbox"/> パンダひろるば(11) ※対象：生後6か月までの親子														
	<input type="checkbox"/> 産後ケア事業(12) ※対象：産後おおむね12か月未満の人														
一時預かり等サービス 遊び場	<input type="checkbox"/> 多胎児産後ケア事業(14) ※対象：多胎児を出産後12か月未満の人														
	<input type="checkbox"/> 多胎児家庭家事支援事業(28) ※対象：多胎妊娠中～2歳未満の多胎児を養育中の人														
	<input type="checkbox"/> さくらんぼひろるば(13) ※対象：多胎妊娠中～未就学までの多胎児親子														
	<input type="checkbox"/> 来所相談 すくすくルーム(15) <input type="checkbox"/> 電話相談(16) <input type="checkbox"/> 家庭訪問(17) <input type="checkbox"/> 風しん抗体検査、風しんワクチン等接種公費助成(29) <input type="checkbox"/> 肝炎検査費用助成(30)														
お子さんの月齢	<input type="checkbox"/> 0か月 <input type="checkbox"/> 1か月 <input type="checkbox"/> 2か月 <input type="checkbox"/> 3か月 <input type="checkbox"/> 4か月 <input type="checkbox"/> 5か月 <input type="checkbox"/> 6か月～8か月 <input type="checkbox"/> 9か月～11か月 <input type="checkbox"/> 1歳 <input type="checkbox"/> 1歳6か月 <input type="checkbox"/> 2歳 <input type="checkbox"/> 2歳6か月 <input type="checkbox"/> 3歳 <input type="checkbox"/> 3歳6か月 <input type="checkbox"/> 4歳～5歳														



※ ()内の数字は、四日市市のホームページ掲載の事業説明への参照番号です。右記二次元コードからご覧いただけます。

こども家庭センター 母子保健第1係・第2係 ☎ 059-354-8187

子どもの予防接種について

～子どもの健康を守るために、
予防接種を受けましょう～

・生後2か月から、B型肝炎・ロタウイルス・五種混合・小児用肺炎球菌ワクチン等の接種を始めましょう。
・定期予防接種以外の予防接種（接種費用は保護者負担）については、かかりつけの医師と相談して接種してください。

(注) 「6日以上の間隔」…1週間後の同じ曜日から接種が可能です。
「27日以上の間隔」…4週間後の同じ曜日から接種が可能です。

定期予防接種 スケジュール



接種種類	接種対象	接種スケジュール	個人通知など	場所	費用		
RSウイルス (母子免疫ワクチン)	妊娠28週0日～36週6日までの人	妊娠ごとに1回	妊娠届出時に 予診票をお渡し します	県内委託医療機関 (県外で接種される場合は、 事前にご連絡ください。)	無 料		
B型肝炎	1歳未満	標準的には、 生後2か月～9か月未満	27日以上の間隔で2回、1回目から139日以上 の間隔で1回。計3回			出生届出後に「予診票」 をお送りします。 (予診票がない場合はご 連絡ください。)	
ロタ ウイルス 感染症	ロタ リックス	出生6週0日後 ～24週0日後	初回接種を出生14週6日 後までに完了させることが 推奨されています。 原則、同一ワクチンで接種 してください。				27日以上の間隔で2回
	ロタ テック	出生6週0日後 ～32週0日後					27日以上の間隔で3回
小児の 肺炎球菌感染症	生後2か月 ～5歳未満	接種開始が生後2か月～ 7か月未満	27日以上の間隔で3回、3回目から60日以上 の間隔かつ1歳以上(標準的には1歳から 1歳3か月の間)で1回。ただし3回目は12 か月未満で接種。計4回				
		接種開始が生後7か月～ 1歳未満	27日以上の間隔で2回、2回目から60日以上 の間隔かつ1歳以上で1回。ただし2回目は 24か月未満で接種。計3回。				
		接種開始が1歳	60日以上の間隔で2回。計2回				
		接種開始が2歳～5歳未満	1回				
五種混合 (DPT-IPV -Hib)	第1期 初回 第1期 追加	生後2か月 ～7歳6か月 未満	標準的には生後2か月～ 12か月未満				20日以上(標準的には20～56日まで)の間隔 で3回
			初回(3回)終了後、6か月以上(標準的には 3回目終了後6～18か月)で1回				
BCG	1歳未満	標準的には生後5か月～ 8か月未満	ツベルクリン反応検査を行わずに接種(2か所)				
麻しん・ 風しん混合 (MR)	第1期	1歳	1回				
	第2期	小学校入学前1年間 (入学前年度の4月1日～3月31日) 令和8年度対象者:令2.4.2～令3.4.1生	1回				
水ぼうそう	1歳・2歳	標準的には1回目の接種は 1歳～1歳3か月未満	3か月以上(標準的には6～12か月)の間隔 をおいて2回				
日本脳炎	第1期 初回	生後6か月 ～7歳6か月 未満	標準的には3歳～4歳未満	6日以上(標準的には6～28日)の間隔で2回			
	第1期 追加		標準的には4歳～5歳未満	初回(2回)終了後、6か月以上(標準的には おおむね1年)あけて1回			
	第2期	9歳 ～13歳未満	標準的には9歳～10歳未満	1回			
	※	平7(1995)年4月2日～平19年(2007)年 4月1日生まれの人		合計4回の接種が済んでいない場合、残りの 予防接種が受けられます。			
二種混合(DT)	11歳・12歳	標準的には11歳	1回(乳幼児期の四種混合(DPT-IPV)の 追加免疫)				
ヒトパピローマ ウイルス感染症 (子宮頸がん等予防)	小学6年生～高校1年生相当年齢にある女子 令和8年度対象者:平22.4.2～平27.4.1生 (標準的には中学1年生)		合計3回 接種開始年齢により、接種間隔や接種回数 が異なりますので、接種医師にご確認ください。				

※長期療養を必要とする疾病にかかった等の理由により、定期接種の機会を
逃した人は定期接種の対象となります場合がありますので、ご連絡ください。

任意予防接種

おたふくかぜワクチンの予防接種の一部補助を行っています。
補助を受けていただくには、接種前の申請が必要です。

オンライン申請もできます



接種種類	補助額	補助対象
おたふくかぜワクチン	1回あたり、上限3,000円(1児あたり、2回まで)	1歳～小学校1年生