

妊娠に気がきましたが、近所に知り合いもなく、手続きの方法などが分かりません。

こちら窓口 暮らしの 行政相談

問

結婚して、今住んでいる場所に移り、四か月になりました。最近、妊娠していることが分かりましたが、実家の母も姑（しゅうとめ）も遠方におり、その上、近所に親しい知人もいないのでいろいろ分からなくて困っています。妊娠と出産の手続きなどについて教えてください。

答

引越して間もないなごみの薄いまちで、初めての子供を出産するのは、何かと不安が多いものです。近ごろは核家族が増えていることもあって、お尋ねのような手続き上の問い合わせが多くなっています。健康な赤ちゃんを生み、育てるためには、母親は妊娠に気付いた時から、心身の健康毎日の生活などについて、医師や保健婦の適切な指導を受けることが大切です。

妊 娠 届 と 母 子 健 康 手 帳

妊産婦と行政の パイプ役

〈妊娠したらまず妊娠届〉

妊娠したと思ったら、医師の診察を受け、はっきりした時点で妊娠届に必要な事項を記

健康手帳が交付されます。母子健康手帳は、妊娠、出産および育児についての一貫した健康記録であるとともに

妊産婦と行政を 結ぶ母子健康手帳

妊娠届を出しますと、母子健康手帳が交付されます。

入し、市役所・保健環境課または、各出張所に提出して下さい。

母子保健法では、妊産婦や乳幼児を持つ母親に対して、担当の行政機関がきちんとした保健指導を行うことを義務づけています。妊娠届は、担当行政機関が保健指導を行うため、妊産婦の把握に必要なものです。

保健指導の基礎資料になるものです。

母子健康手帳は、妊娠中や育児についての注意事項が書かれており、妊娠、育児の手引きとなるとともに、妊娠の経過、出産の状態、生まれた赤ちゃんの発育の経過などを記録するもので、子供の成長記録としても貴重なものとなります。

また、この手帳は市役所に整備されている母子健康管理カードなどの関係を密接に保ち、妊産婦と行政機関とのパイプ役を果たします。

妊娠届を出し、母子健康手帳の交付を受けると、その手帳に、ママさんクラス・母乳教室・乳児健診の日程があります。これらの保健事業に参加し、医師や保健婦の適切な指導を受けて下さい。

また、出産後は、新生児の訪問指導を行い、赤ちゃんの正しい育て方や、その健康や栄養について、また病気や異常の早期発見と予防をはじめ母親の健康のための指導に当たります。

妊娠や出産に当たり、不安なこと、分からないことは、遠慮なく市役所保健環境課保健係（☎〇一一一内線二四七）に問い合わせ下さい。

年賀はがきをもとに 住所録の整理を

ふだん思いながらも、なかなかできないのが住所録の整理。正月は、受け取った年賀状をもとに、住所や電話番号の変更を整理するよい機会です。ことに、日ごろあまり音信のない人の転居や住居表示制度による町名・地番の変更を、年賀状で「発見」することがよくあるからです。この機会に、受け取った年賀状で住所録の整理をしましょう。なお、住所録に記入する場合は、郵便番号や住所、アパート名などはもちろんですが子供さんの名前・年齢なども書き込んでおくと、なにかと便利です。

また、住所録に写すのが面倒だという方は、年賀状そのものをアドレス・カードにして整理するのも一つの方法でしょう。

簡易保険・郵便年金 健康マラソン大会開催

二月二十七日(日)東京国立競技場およびその周辺で、NHKなどの後援を受け、郵政局簡易保険局主催で行われます。詳しくは、最寄りの郵便局におたずね下さい。

