

1



妊娠がわかったら

妊娠おめでとうございます。
妊娠したとわかったらまず何をすれば良いのでしょうか。
初めての妊娠は不安もいっぱいだと思います。
池田市では安心して子育てができるようにさまざまなサポートをしています。
お母さん、お父さんになるための準備をはじめましょう。

ID 19287

妊娠の届出と 母子健康手帳の交付

【お問合せ】

こども家庭課 TEL：072-754-6034

妊娠したら、妊娠の届け出をしてください。母子健康手帳と妊産婦健康診査等受診票をお渡しします。
お早めに届け出をしてください。

【実施場所】 こども家庭課
(保健福祉総合センター内)

【受付時間】 ホームページから予約し、予約
時間に窓口にお越しください。

【持ち物】

①個人番号（マイナンバー）がわかるもの
個人番号カード・通知カード・個人番号入り
住民票などから一つ

※通知カードは、記載の住所・氏名などが住
民票と完全に一致している場合に限りご利用
できます。

②本人確認のできるもの

【1点で良いもの（顔写真付きであるもの）】
個人番号カード・運転免許証・パスポート・
身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・
療育手帳・在留カードなど

【2点必要なもの（顔写真付きでないもの）】
年金手帳など

③妊婦のための支援給付の振込を希望する 口座の通帳またはキャッシュカード

妊婦さん本人が来所できない場合で、代理の方
が届け出される際にも、妊婦さん本人の個人番
号や本人確認のできるものをご持参ください。

ID 19424

妊婦のための支援給付

【お問合せ】

こども家庭課 TEL：072-754-6034

妊婦に対して、アンケート・面談などを実施し、給付金を支給します。

【対 象】 産科医療機関で胎児心拍の確認が
できた妊婦

【内 容】 ①妊娠後に、5万円を給付
②胎児の数を届け出後、胎児1人
当たり5万円を給付

ID 1968

妊産婦健康診査

妊産婦健康診査費用の一部を公費で負担します。

【対象】 健康診査の受診日において、本市に住所を有する妊産婦

【実施機関】 大阪府下の医療機関と助産所、府外で池田市が委託契約している医療機関
上記以外で受診の場合、償還手続きをご利用ください

【お問合せ】

こども家庭課 TEL：072-754-6034

ID 15149

妊婦歯科検診

妊婦歯科検診の自己負担分を公費で負担します。

【対象】 歯科検診受診日において、本市に住所を有する妊婦

【実施機関】 池田市歯科医師会に所属する協力医療機関

【お問合せ】

健康増進課 TEL：072-754-6032

ID 20355

妊婦の定期予防接種 ～RS ウイルスワクチン～

【対象】 接種時点で、本市に住所を有する妊娠28週0日～36週6日までの方

【開始日】 令和8年4月1日予定

【実施医療機関】 市ホームページ等に実施医療機関を掲載。接種にあたっては、まずかかりつけの産科にご相談ください。

【持ち物】 母子健康手帳、予診票（★要事前申請）
※予診票は、申請された住所宛てに発送します。
申請方法は市ホームページをご確認下さい。なお、申請から発送までに一定の時間を要しますので、余裕をもってご申請下さい。

【お問合せ】

健康増進課 TEL：072-754-6031

お母さん、お父さんになるための教室に参加

保健福祉総合センターで実施しています。母子健康手帳交付時にご案内します。

ID 1969

ウェルカムベビークラス

妊娠から子育てのことまで、じっくり学んでいくクラスです。一部の講座については、日曜日開催しているものもあります。

ID 1969

あなたの疑問に答えます！ 楽しく解決☆プレママ mini スクール

これからお母さん、お父さんになる方同士で自由におしゃべりしたり、助産師や保健師等と気軽に話せる場です。

ID 18299

プレママ&プレパパのための食育講座 ～離乳食についてもちょっと予習～

妊娠期からの食事について学び、バランスの良い美味しいご飯を食べながら、生後5～6か月頃から始まる離乳食についても体験できる内容になっています。

ID 15461

産後ケア事業

産後ケアを必要とする産婦と赤ちゃんが利用できません。宿泊型・通所型・訪問型を実施しています。利用を希望される方はこども家庭課まで申請してください。

【お問合せ】

こども家庭課 TEL：072-754-6034

ID 1926

助産師、保健師等による 相談（電話・来所等）

不安なことや悩みごとがあれば、こども家庭課までご相談ください。

受付時間：月～金曜日 午前 9：00～12：00
午後 1：00～4：00

相談専用電話：072-754-6039

【お問合せ】

こども家庭課 TEL：072-754-6034

ID 19777

多胎家庭サポート事業

多胎妊婦及び 2 歳までの多胎がいる家庭を対象に家事や育児、外出に関する援助を行います。

【お問合せ】

こども家庭課 TEL：072-754-6034



安心して赤ちゃんを迎えるために

産後は、退院し帰宅されたら、すぐに赤ちゃん中心の生活が始まります。昼夜問わずの授乳やオムツ替え、その他の慣れない育児で忙しく、睡眠が十分に取れないこともあります。そのため、母子手帳を受け取ったら、産前から産後 3 か月くらいまでのサポート計画を立てることをおすすめします。それぞれの家族に合わせたプランを考えてみましょう。「誰が」、「何を」担当するか。計画は具体的な方がよいです。

利用できる社会資源についても情報を集めておくと安心です。

《社会資源って？》

たとえば…

産後ケア：助産院や病院で宿泊・通所や、訪問で助産師などから支援を受けていただけます。利用希望の方はこども家庭課のホームページで利用方法などをご確認ください。

にじの会、ファミリーサポートセンター：家事のサポートや、預かり、上の子の送迎など子育ての援助を受けられます。利用希望や、相談希望の方は池田市社会福祉協議会へご相談ください。

産前産後要件での保育所入所：第 2 子以降のご妊娠・出産にあたって、保育所の入所申し込みの要件があります。入所時期や申し込み方法については、幼児保育課へお問い合わせください。

その他サポートを一緒に考えたりもできますので、妊娠・出産・育児について、困ったこと、疑問点や相談ごとがあればこども家庭課へ気軽にご相談ください。

ID 3097

施設循環福祉バスの利用

市役所や市立池田病院などを拠点とし、市内全域に施設循環福祉バスを運行しています。運行路線や運行時刻については市ホームページをご覧ください。



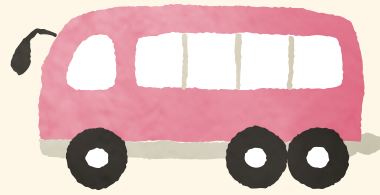
【お問合せ】

高齢・福祉総務課 TEL：072-754-6250

【利用できる方】 池田市民の妊産婦（妊娠中または出産後1年以内）の方

【運行日】 月～金曜日
（但し、祝休日・年末年始は運休）

【利用料】 無料（母子健康手帳が必要）
※付添の方は小さいお子様など原則一名



コラム

どうして泣くの・・・！？

言葉を話せない赤ちゃんは泣くことで欲しいことや気持ちを伝えます。生後2か月位までは生理的な理由（空腹、眠い、痛いなど）で泣くことが多いようです。やがて「抱っこ」「かまって」「甘えたい」といった気持ちを訴える泣きなどもできます。

どんな時に泣くの



赤ちゃんが泣いた時に、お父さん・お母さんがいつでもうまく対応できるとは限りません。（特に6か月くらいまでは原因のつかめない、なだめにくい泣きがあります。異常が無くても泣くことがあります。お母さん・お父さんの責任ではありません。）

赤ちゃんが泣いた時の対処3ステップ

- ①抱いて、なだめて、歩いて、話しかけてあげます。オムツや授乳、温度の確認をします。
- ②それでも、どうしても泣き止まない時は、お父さん・お母さんはちょっと一休み！その場を離れるなどをし、リラックスをしてみましょう。
- ③決して赤ちゃんを激しく揺さぶってはいけません。