

妊娠が分かったら

早めに妊娠の届け出を！

お母さんと赤ちゃんが、安心して妊娠・出産・育児期間を過ごすために、早めに妊娠の届け出を行うことが大切です。妊娠が分かったら、早めに受診し、**満11週まで**に妊娠届出書を提出し、母子健康手帳の交付を受けましょう。



なぜ早く妊娠の届け出をする必要があるの？

健康な方であっても、妊娠中に「妊娠高血圧症候群」や「妊娠糖尿病」などの重い病気にかかることもあり、流産や早産のリスクもあります。また、赤ちゃんが元気に育っているかを見ていく必要があります。妊娠中は、普段よりも健康に気をつける必要があるため、早めに妊娠届出書を提出し、定期的に妊婦一般健康診査（妊婦健診）を受けましょう。



妊娠の届け出をすると何かもらえるの？

届け出をすると、母子健康手帳、妊婦一般健康診査受診票、妊婦歯科健康診査受診票、妊産婦医療受給者証が交付されます。

妊婦健診は、妊娠初期から妊娠23週までは4週に1回、妊娠24週から35週までは2週に1回、妊娠36週から39週までは週に1回、医療機関を受診することになっています。（子宮頸がん検診も含めて、最大15回）。

妊婦期間中を心身ともに健康に過ごし、無事に出産を迎えるためには、日常生活や環境、栄養など、いろいろなことに気を配る必要がありますが、より健やかに過ごすために、妊婦健診を必ず受けましょう。



妊娠の届け出時に必要なものは？

- ・妊娠届出書
 - ・印鑑
 - ・ご本人が加入している健康保険証
 - ・通帳（金融機関の口座番号がわかるもの）
 - ・マイナンバーカードか通知カード
 - ・免許証など本人確認ができるもの
- （顔写真がない身分証は、2つの身分証が必要になります。例えば保険証や年金手帳などです。）

届け出の際は、来庁前に
市役所健康福祉課まで
ご連絡ください。

八幡平市役所
健康福祉課 健康推進係
（子育て世代包括支援センター）
電話：74-2111

