

START!

妊娠したかな?と思ったら...

産科医療機関に行き、診察を受けましょう  
 妊娠が確定したら医療機関で妊娠届出書を受け取ります  
 ※市外産科医療機関等の受診で妊娠届がない場合は、エコー写真や医療機関名が記載された出産予定日が分かるものを持参してください。



出来るだけ早く市の  
 窓口に行き、  
 妊娠届出書を出して、  
 親子(母子)健康手帳の  
 交付を受けましょう

親子(母子)健康手帳と親子(母子)健康手帳別冊を交付します。  
 別冊には妊婦健康診査の費用の補助券などが入っています。  
 妊娠・出産・育児について、不安なことは、ひとりで悩まず、相談してくださいね。



出産まで妊婦健診を  
 定期的に受けましょう

妊婦と赤ちゃんの健康について



- \*健診は必ず受けましょう。妊婦と赤ちゃんの健康にとっても大切です。
- \*家族の健康のために禁煙をしましょう。  
たばこの煙は流産の可能性が1.5~2倍高くなります。
- \*飲酒、アルコール類の摂取は赤ちゃんの成長を妨げるので止めましょう。



ご出産  
 おめでとうございます!

赤ちゃん訪問にお伺いします

赤ちゃんが産まれたら、退院頃を目安に親子(母子)健康手帳別冊中の『新生児出生連絡はがき』を出してください。  
 赤ちゃんの生まれた全てのご家庭を対象に、看護師・助産師・保健師が訪問し、育児の相談や情報提供を行っています。



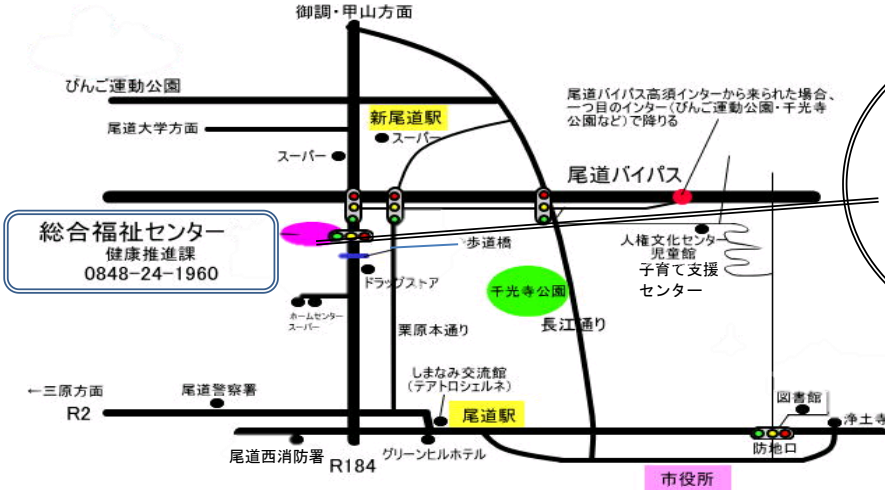
# 尾道市の親子(母子)健康手帳交付窓口のご案内

(尾道市に住民票がある方に発行します)

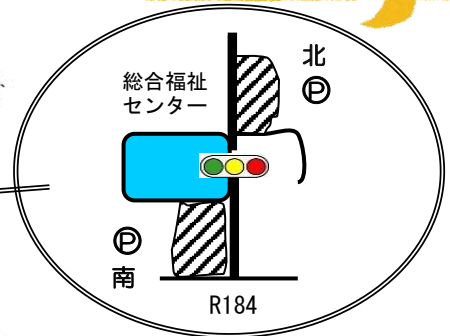
妊娠おめでとうございます!妊娠が確定したら、市の窓口にお越しください。

## ○健康推進課 (こども家庭センター ぽかぽか★) (尾道市総合福祉センター 2階)

門田町 22-5 Tel.0848-24-1960



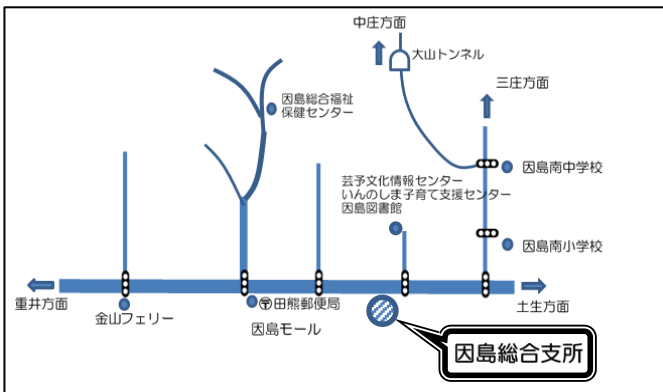
※毎月1回日曜日の  
予約制交付あり  
(詳しくは右下参照)



総合福祉センターが満車の場合は、  
敷地南側または国道をはさんで北側の  
駐車場をご利用下さい。

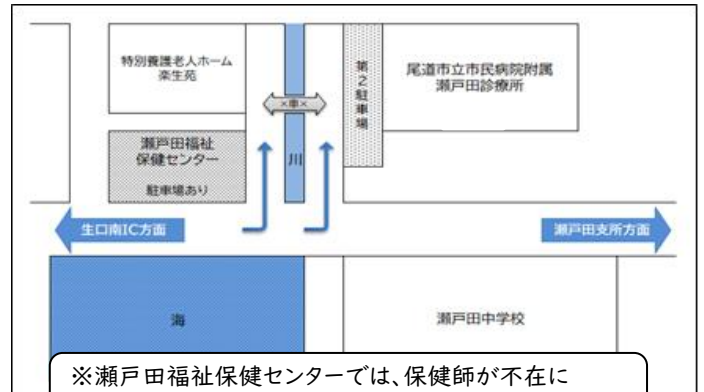
## ○因島総合支所 健康推進課

因島土生町7-4 Tel.0845-22-0123



## ○瀬戸田福祉保健センター(要予約)

瀬戸田町林 1288-7 Tel.0845-27-3849



※瀬戸田福祉保健センターでは、保健師が不在に  
している場合がありますので、事前にご連絡ください。

## ○御調保健福祉センター

御調町市 107-1 TEL0848-76-2235



### 【届出受付時間】

8:30~17:15(土・日・祝日を除く)

※時間内に来所できない場合は、

健康推進課(Tel.0848-24-1960)へ連絡ください。

### 【持ってくるもの】

- ・妊娠届(市外受診等で妊娠届がない場合は、エコー写真や医療機関名が記載された出産予定日のわかるもの)
- ・妊婦のマイナンバー番号確認の書類
- ・窓口に来る人の本人確認書類  
(顔写真のある公的書類1つ、顔写真なしは2つ)

※ご家族等の代理人による届出もできますが、届出書面は、妊婦本人がご記入ください。

※同一世帯以外の方が届出をする場合、委任状が必要です。

### 【※日曜日の母子(親子)健康手帳交付について】

毎月1回日曜日の午前に、尾道市総合福祉センター(門田町)にて交付しています。ご予約のうえお越しください。