

令和 4 年 4 月 22 日
健康こども部子育て支援課
0438-23-7244

「産婦健康診査」の実施について

木更津市では、令和 4 年 4 月 1 日以降に出産をした産婦の方へ、産婦健康診査にかかる費用の一部助成を開始しました。

産後は、ホルモンバランスの変化に加え、赤ちゃん中心の生活リズムになるなど環境が大きく変化するため、心身の不調をきたしやすい時期といわれています。

このような時期に産婦健康診査を実施することで、産婦さんのこころとからだの健康状態を確認し、産後うつを予防を図ります。

1. 対象となる方

- (1) 産婦健康診査受診日に木更津市に住民票があり、令和4年4月1日以降に出産をされた方
- (2) 健診結果を市に提出し、産後の支援に活用されることに同意された方

2. 対象となる健診の時期・回数

時期：産後 2 週間及び 1 カ月健診等（遅くとも産後 2 か月以内に行った産婦健診）

回数：1 人につき 2 回まで

3. 健診の内容

- ・問診、診察、体重測定、血圧測定、尿検査、母体の回復状況、乳房の状態の確認等
- ・こころの健康状態の確認（問診や質問票の記入）

4. 費用助成額

1 回につき 5,000 円を上限（最大 2 回まで助成）

5. 受診票の交付について

【令和4年4月1日以降に母子健康手帳の交付を受けた方】

母子健康手帳交付時に「産婦健康診査受診票」をお渡します。

【令和4年3月31日以前に母子健康手帳の交付をされた方】

木更津市協力医療機関で出産される方は、医療機関を通じて受診票をお渡します。

協力医療機関以外で出産される方は、出生に伴う手続きの際に、子育て支援課の窓口で受診票をお渡します。

問い合わせ先

健康こども部子育て支援課 荒木・鶴田

電話 0438-23-7244

Email jidoukatei@city.kisarazu.lg.jp

木更津市委託医療機関以外で 産婦健康診査を受けるとき

裏面の「費用助成の対象となる方」で、木更津市委託医療機関以外で産婦健康診査を受ける際は、一旦、健診費用を全額自己負担してください。受診票のすべての項目を実施した場合に限り、後日申請手続きにより、費用の一部助成を受けられます。（償還払いの制度）

健診を受けたら、下記【手続きに必要なもの①～⑥】を持参の上、子育て支援課窓口で申請手続きをしてください。

※手続きは「予約制」となっております。申請に来所する際は、ご予約の上お越しください。

【手続きに必要なもの】

- ①未使用の「産婦健康診査受診票」
- ②産婦健康診査質問票
※受診日当日に質問票に記入してください
- ③医療機関が発行する健診費用がわかる領収書（原本）
- ④母子健康手帳
- ⑤印鑑（認印で構いません）
- ⑥振り込み予定の通帳

※領収書は、受診日・健診内容及び費用・医療機関名及び領収印のあるものです。

領収書の原本は提出していただきます。確定申告等で領収書が必要な方は、領収書に受付印を押印してお返します。

【申請期間】

健診実施日より1年以内



申請先・
問い合わせ先

木更津市役所 健康こども部
子育て支援課 子育て世代包括支援係

☎ 0438(23)7244

受付時間（平日）8時30分～17時15分

産婦健康診査の 費用助成について



木更津市では、令和4年4月1日以降
出産した方に、産婦健康診査にかか
る費用の一部助成を開始します。

費用助成の対象となる方

1～2の両方に当てはまる方

1. 産婦健康診査受診日に木更津市に住民票があり、令和4年4月1日以降に出産した方
2. 健診結果を木更津市に提出し、産後の支援に活用されることに同意する方

対象となる健診の時期・回数

<時期>

産後2週間及び1か月健診等(遅くとも産後2か月以内に行った産婦健診)

<回数>

1人につき2回まで

※医療機関によっては産後2週間の健診は行っていない場合もありますので、受診する医療機関にご確認ください。

健診事項

・問診、診察、体重測定、血圧測定、尿検査、母体の回復状況、乳房の状態の確認 等
・こころの健康状態の確認(問診や質問票へ記入)

※受診票のすべての項目を行わなかった場合は、助成の対象外になります。

助成額

1回につき5,000円が上限となります。

(最大2回まで助成)

※医療機関の請求額が5,000円を超えた場合の差額や助成対象外の検査については、自己負担となります。

※赤ちゃんの健診費用は助成対象外のため、自己負担となります。

令和4年4月1日以降に
母子健康手帳の交付を受けた方の



助成の受け方

母子健康手帳の交付時に「産婦健康診査受診票」を交付します。

受診票は、※木更津市委託医療機関で利用できます。産後、産婦健康診査を受けるときに、受診票と産婦健康診査質問票に必要事項を記入し、医療機関に提出してください。

健診費用の支払い時に、助成額が差し引かれます。

※受診票が利用できる木更津市委託医療機関

医療機関	所在地	電話番号
加藤病院	木更津市高柳 2-12-31	0438 (41) 2276
駒医院	木更津市木更津 3-2-28	0438 (23) 5311
重城産婦人科 小児科	木更津市万石358	0438 (41) 3700
ファミリー産 院きみつ	君津市郡1-5-4	0439 (57) 1135
薬丸病院	木更津市富士見 2-7-1	0438 (25) 0381
君津中央病院	木更津市桜井 1010	0438 (36) 1071 (代)

※上記以外の医療機関で健診を受ける場合は、一旦、健診費用全額を自己負担いただきますが、後日申請により健診費用の一部助成を受けられます。
詳しくは、裏面「木更津市委託医療機関以外で産婦健康診査を受けるとき」をご覧ください。

令和4年3月31日以前に
母子健康手帳の交付を受けた方の

助成の受け方

木更津市委託医療機関で健診を受ける場合

令和4年3月31日以前に母子健康手帳の交付を受けた方は、「産婦健康診査受診票」をお渡ししておりません。木更津市委託医療機関で出産される方は、医療機関より受け取ってください。

産後、産婦健康診査を受けるときに、受診票と産婦健康診査質問票に必要事項を記入し、医療機関に提出してください。

健診費用の支払い時に、助成額が差し引かれます。

木更津市委託医療機関以外で健診を受ける場合

令和4年3月31日以前に母子健康手帳の交付を受けた方で、木更津市委託医療機関以外で出産される方は、出生に伴う手続きの際に、子育て支援課で「産婦健康診査受診票」を交付します。

受診日当日、産婦健康診査質問票を記入し、医療機関を受診してください。※償還払いの際に使用しますので、医療機関へ受診票、質問票は提出しないでください。

一旦、医療機関窓口にて健診費用全額を自己負担し、後日申請することで、健診費用の一部助成が受けられます。
詳しくは、裏面「木更津市委託医療機関以外で産婦健康診査を受けるとき」をご覧ください。

市の制度を活用しよう②



産後ケア事業

産後、家族等から十分なサポートが望めない場合等に利用できる、有料のサービスです。

宿泊型・日帰り型・居宅訪問型があり、お母さんの体の回復や、赤ちゃんのお世話の方法などのサポートを実施します。



木更津ファミリーサポートセンター

子育ての手助けをしたい人(提供会員)と手助けをしてもらいたい人(依頼会員)が会員となり、地域で子育てを助け合う有償の相互援助活動です。



木更津ネウボラ相談窓口

きさらづネウボラ相談窓口に専門職（助産師・保健師・保育士・心理士）が常駐しています。お気軽にご相談ください。

相談方法は、面談、メール相談、電話相談があります。



地域子育て支援センター



木更津市
請西子育て支援センター
木更津市請西東7丁目2番地1
☎0438-30-7320

地域子育て支援センター・
ゆりかもめ
木更津市富士見3-8-3
☎0438-22-3659

ふくた保育園
子育て支援センター
木更津市下郡1874-5
☎0438-53-5554

うみまち保育園
地域子育て支援センター
木更津市中島1013-1
☎0438-97-7563

さとの保育園
地域子育て支援センター
木更津市下烏田893
☎0438-38-4827

産婦健康診査を受診された方へ



木更津市役所 健康こども部子育て支援課
子育て世代包括支援センター「きさらづネウボラ」

☎0438(23)7244

受付時間(平日)8時30分～17時15分

産婦健康診査

この健診は、産後のホルモンバランスの変化や慣れない育児から体調を崩しやすい時期に行い、医師、助産師、保健師等の専門職が早期に支援させていただくことで、お母さんの心身の回復や産後うつ予防を図ることを目的としています。



産後うつ

出産後は赤ちゃん中心の生活リズムになるなど、大きく環境が変化します。また、お母さんの体調にも変動があります。出産・育児に伴う疲労などの身体的ストレス、慣れない育児による心理的ストレスなどもあるため、誰もが「産後うつ」を発症しやすくなります。

産後うつは、産後2～3週から6か月ぐらいの頃に発症することが多く、7～10人に1人がかかるとされています。子育ての疲れと区別がつきにくく、発見が遅れがちでこじらせてしまうことがあります。

産後、ひどく憂うつな気分になり、何に対しても興味や喜びを感じないような状態が2週間以上続く場合は、メンタルヘルスの専門医の診察を受けましょう。

疲労回復のポイント

休養

たっぷり休養をとみましょう！
睡眠不足は、心の健康の悪化に関係することがわかっています。睡眠不足や疲れを感じる時は、日中でも赤ちゃんと一緒に眠って体を休めましょう。



食生活

産後の不調は、栄養不足が原因のことも！

毎日の食事は、身体の回復、ストレス解消につながります。1日3食、主食・主菜・副菜を基本に、バランスのよい食事を心がけましょう。



サポート

産後のお母さんにはサポートが必要です！身体が妊娠前の状態に戻るまでには、およそ6～8週間必要で無理は禁物です。なにもかもひとりで抱え込まないで、周りの人にも上手に頼りましょう。



市の制度を活用しよう①



木更津市には、さまざまな育児支援があります。
積極的に相談、活用しましょう。

新生児・産婦訪問【生後～3か月頃】

助産師・保健師が自宅を訪問し、赤ちゃんの身体測定、子育て相談、産後のお母さんの身体の相談に応じます。



赤ちゃん広場【生後2～3か月頃】

生後3か月頃までの赤ちゃんとお母さんのための交流の場です。

希望者には、身体測定や育児相談を実施します。

