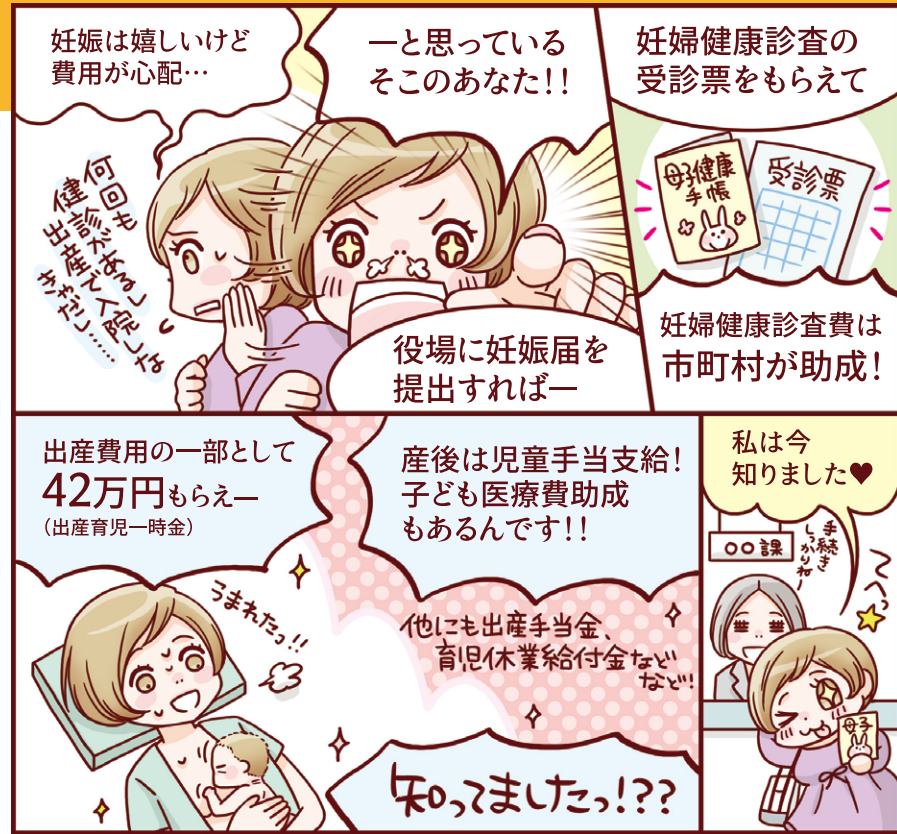


# 妊娠・出産の手続き・費用・支援を知ろう！



## 家族にとっては初めての体験！ 妊娠・出産に必要な手続きを知ろう！

妊娠したら妊娠届、赤ちゃんが生まれたら出生届など、妊娠がわかってからは、初めて経験する手続きや届出が多くなるでしょう。自分にはどのような手続き等が必要かをあらかじめ確認しておきましょう。



## やっぱり気になるお金のこと。

妊婦健診や出産には「医療保険」がきかず、大きな出費となりますが、各保険者から給付金や助成金を受け取ることができます。

支出	出産費用が 47万円だったら	約47万円
収入	出産育児一時金 (健康保険より支給)	約42万円
実質		約5万円

出産育児一時金で子供一人につき約42万円が健康保険から支給されるので実質約5万円。



### 出産育児(配偶者出産)一時金

—— 加入している各健康保険の窓口 ——

#### ● 出産育児(配偶者出産)一時金とは？

妊娠、出産は病気で病院にかかる場合と違って健康保険が使えないため、全額自己負担になります。まとまった支出となる出産費用の一部を助成してくれるのが、「出産育児一時金」です。

#### ● 対象者

健康保険および国民健康保険に加入している人か、その家族が妊娠85日(4ヶ月)以降に産んだとき、一時金が受け取れます。

#### ● 受給額

産科医療補償制度に加入する病院などにおいて産んだ場合は、原則42万円。それ以外の病院で産んだ場合は、原則40万4千円となります。

### 出産手当金

—— 全国健康保険協会 鳥取支部または加入している各健康保険の窓口 ——

#### ● 出産手当金とは？

法で定められた産前42日(多胎98日)産後56日の間、会社を休み給料が出ない場合等、その間生活を支えるために、健康保険から支給されるのが出産手当金です。ただし、出産手当金としてもらえる額を超えて産休中に給料が出る場合は、もらえません。

#### ● 対象者

勤め先の健康保険に加入している人であれば、正社員の他、契約社員やパート、アルバイト、派遣社員であってももらうことができます。またお勤めしていても、国民健康保険の場合は対象にはなりません。

● 受給額 
$$\text{出産手当金 (1日あたり)} = \frac{\text{支給開始日}^{(*)}\text{以前12ヶ月間の各標準報酬月額を平均した額}}{30日} \times \frac{2}{3}$$

● 出産が予定日より遅れた場合は、もらえる日数が増えます。  
\* 出産手当金が支給された初日のこと

### 妊娠～出産前

妊娠中、妊婦の健康管理、不安や悩みへの相談対応、おなかの赤ちゃんや子育てについて学ぶなどの支援があります。



#### 母子健康手帳

産婦人科で妊娠がわかったら、市町村役場で母子健康手帳をもらいます。妊娠中のお母さんの体の変化と出産の様子、赤ちゃんの健診結果や予防接種の接種日など、大切な成長の記録を記入します。妊娠・出産・育児についての知識も記載されています。



#### 妊婦健康診査

産婦人科で、定期的に健康診査を受けましょう。なお、健診費用に対して一部補助が受けられる制度があります(県内全市町村で14回補助。多児妊婦の場合は、補助を追加)。受診票は、母子健康手帳と一緒に交付されます。



#### マタニティー教室・両親学級

妊娠・出産についての正しい知識や、妊婦体操、赤ちゃんの世話について学ぶ、妊婦とそのパートナーのための教室です。産婦人科医、助産師、保健師、栄養士などが、それぞれの分野についてアドバイスをします。市町村や産婦人科医療機関で行われています。



#### 出生届の提出

赤ちゃんが生まれた日を含めて14日以内に、出生届を提出します。手続きは、親の居住地、親の本籍地、赤ちゃんの出生地のいずれかの市町村役場で行います。出生届の出生証明書は医師か助産師に記入してもらい、母子健康手帳、印鑑を持参します。



#### 児童手当の申請

中学校修了時(15歳到達後の年度末)までの児童を養育している人に支給されます。支給を受けるには、出生の翌日から15日以内に、各市町村へ(公務員は各職場へ)申請し、認定を受ける必要があります。支給は原則として、年3回、6月、10月、2月に4ヵ月分ずつ支給されます。

- 3歳未満:月額15,000円 ●3歳～小学校修了前(第1～2子):月額10,000円
- 3歳～小学校修了前(第3子～):月額15,000円 ●中学生:月額10,000円

※受給者の所得額が、国の定める所得制限額を上回る場合は児童一人あたり一律月額5,000円の支給となります



#### 健康保険への加入

できるだけ早めに勤務先の健康保険窓口で手続きをします。国民健康保険の場合は、お住まいの市町村役場で手続きを行います。



#### 医療費助成 (小児特別医療費助成制度)

子育て世帯の負担を軽減するとともに、子どもたちが安心して必要な医療を受けられるよう、医療費の一部を本人に代わり、県と市町村で負担する制度で対象は18歳までです。県内の医療機関で、受給資格証を保険証と一緒に提示して受診すると、窓口負担が軽減されます。(院外薬局での薬代は無料です)ただし、保険外診療、入院時の食事療養標準負担額は除きます。

### 新生児訪問・ごんには赤ちゃん訪問

市町村の保健師、助産師、看護師などの専門家が家庭を訪問してくれる支援です。新生児訪問は、生後28日以内の赤ちゃんがいる家庭を対象に行われます。お母さんの心身の健康状態や赤ちゃん発育状況をチェックします。赤ちゃんとの生活でわからないこと、不安なことはないか聞いたりし、赤ちゃんのお世話のコツや生活環境の改善などについてアドバイスをしてくれます。ごんには赤ちゃん訪問は生後4ヶ月までの赤ちゃんがいる家庭を訪問します。訪問するスタッフは新生児訪問のように保健師などのほか保育士が訪問し子育てのアドバイスや様々な相談に対応します。

### とっとり子育て応援パスポート

協賛店舗に提示すると、お店独自の子育て応援サービスを受けることができます。県内在住の妊娠中の方、18歳未満のお子様をお持ちの子育て家庭へ交付されます。 とっとり子育て応援パスポート 検索



# 育児と仕事の両立について考えよう!



## 子育てと仕事の両立。夫婦で話し合い、協力し合って!



女性は妊娠、出産によって、仕事上のキャリアを一時的に中断せざるを得なくなります。仕事に復帰するときは、仕事と子育てを両立させるために、夫婦の協力が必要です。

## ワーク・ライフ・バランスって何?

ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)とは、これまでの日本の労働者に多く見られた長時間労働を前提とした「仕事優先」の働き方を見直し、「仕事も生活も」大切にすることを指すことです。仕事と生活の両方が充実することで相乗効果を生み出し、毎日を生き生きと過ごすことができるようになります。お互いのワーク・ライフ・バランスを考えてみよう!



### 働く妊婦さんのために (男女雇用機会均等法)

- ① 会社に、妊産婦健診のための必要な時間の確保を申し出ることができます。
- ② 医師からつわりやむくみに対応して勤務時間の短縮や休業などをするよう指導を受けた場合は、「母子健康管理指導事項連絡カード」などを活用し措置をうけることを会社に申し出ることができます。
- ③ その他、様々な労働法令が適用されます。
  - 軽易業務転換 ○時間外・休日・深夜労働の制限 ○変形労働時間制の適用制限
  - 妊娠・出産・産前産後休業・育児休業取得等を理由とする不利益取り扱いの禁止 等



### 保険料の免除と給付金 (問い合わせ先:各年金事務所・各公共事業安定所)

#### ● 社会保険料の免除 (各年金事務所)

産前産後休業・育児休業中の健康保険と厚生年金の自己負担分及び事業主負担は、申請すれば免除されます。職場の担当者を通じて年金事務所へ申請します。

#### ● 育児休業給付金 (各公共職業安定所)

雇用保険に12ヶ月以上(ひと月11日以上勤務)入っている人が、1歳(いわゆるパパママ育休プラス制度を利用して育児休業を取得する場合は1歳2ヶ月、保育所における保育の実施が行われない等の場合は1歳6ヶ月)に満たない子を養育するために育児休業を取得して、賃金が一定水準を下回った場合に支給されます。職場の担当者を通じて公共職業安定所に申請します。

$$\text{育児休業給付金} = \text{休業開始時の日額} \times \text{支給日数} \times 50\%$$

※ただし、休業開始日から起算し、当該育児休業給付金の支給日数が通算して180日に達するまでの間に限り67%

MEMO 様々な制度を活用して育児計画を立てよう!

産休・育休について (問い合わせ先:鳥取労働局雇用環境均等室)

産前産後休業

産前産後休業、いわゆる「産休」は、働く妊婦は会社の規模などに関係なく、誰でも取得できます。産前休業は申請により出産予定日の6週間前(多児の場合は14週間前)から、産後は申請なしで8週間の休業を取得することができます。ただし、産後6週間を経過した女性が請求した場合において、医師が支障ないと認めた業務につくことは可能です。職場の担当者を通じて事業主に申請します。

育児休業

子どもが満1歳になるまで(保育所に入れない等の理由があれば、子どもが1歳6ヵ月まで、父母が両方とも休業すれば1歳2ヵ月までの1年間)は、母親、父親のどちらでも希望する期間を休業できる制度です。職場の担当者を通じて事業主へ申請します。

育児短時間勤務・残業の免除

会社は、3歳未満の子を養育する労働者が利用できる短時間勤務制度(1日原則6時間)を設けなければならないこととなっています。また、子どもが3歳に達するまで残業免除の措置を受けることができます。職場の担当者を通じて事業主に申請してください。

子の看護休暇

小学校就学前までは、1年に5日まで病気、けがをした子どもの看護や、子どもに予防接種、健康診断を受けさせるために休暇を取得できます。職場の担当者を通じて事業主へ申請してください。また、小学校就学前の子どもが2人以上いる場合は、1年に10日取得できます。

妊娠・出産・育休などを理由とする解雇、退職の強要、不利益な移動、降格などの不利益な取り扱いは法律で禁止されています。

MEMO とっとりイクメンプロジェクト

鳥取県では平成23年度から、子育て中の親の仕事と育児の両立支援、家庭での育児の負担軽減を図るため、個人としての父親と企業の両方向に働きかけることにより、実効性の伴う男性の育児参加の促進に取り組んでいます。

● 男性の子育てしやすい企業支援奨励金

配偶者の産前、産後休業期間は夫である男性の育児参加が重要な時期です。事業主に対して子育ての最初の段階で男性が育児に積極的に関わることのできる休暇制度の整備・利用を推進するための奨励金制度を平成26年度から取り組んでいます。

● イクメン・マンガ冊子「がんばるイクメンのリアルな日常」

鳥取県では、父子手帳のほかに、「子育て王国鳥取県」と「まんが王国とっとり」のコラボレーションとして、イクメン・マンガ冊子「がんばるイクメンのリアルな日常」を制作しています。これは、「父親が育児をすることの大変さ、大切さ」を四コママンガを通して伝える内容となっています。

詳しくは▶ <http://www.pref.tottori.lg.jp/ikumencomic/>

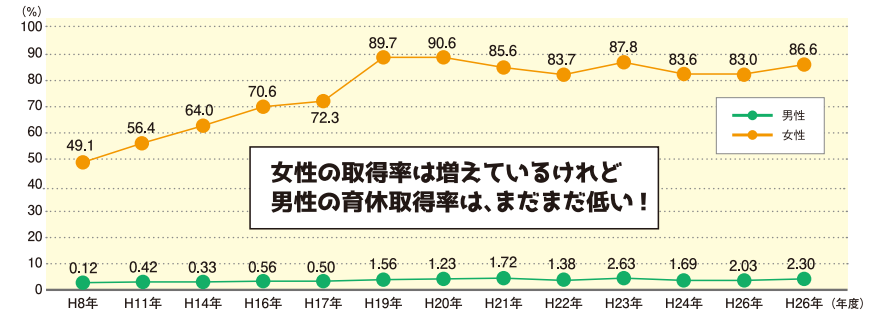


MEMO お父さんも育児休暇を積極的に取ろう!

育児休業はお母さんだけでなく、お父さんも当然取得することができます。お父さんとお母さんがともに育児休業を取得する場合は、1歳2ヵ月に達するまでに休業できる期間が延長されます。お母さんが専業主婦の場合や育児休業中でも、お父さんは育児休業を取得できます。また、育児休業により無給になった場合でも、育児休業給付金などの所得補償や社会保険料の免除などの経済的支援があります。お父さんもお休みを取って、積極的に子育てを楽しんでみましょう!



育児休業取得率の推移



女性の取得率は増えているけれど  
男性の育休取得率は、まだまだ低い!

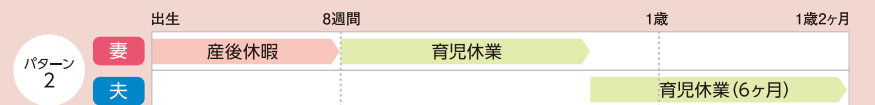
出典:平成27年度雇用均等基本調査(厚生労働省)

MEMO お父さんとお母さんの育児休業のモデルパターン

育児休業を取得する場合、どのようなタイミングでどのくらいの期間取るか、それぞれの家庭の事情や会社の制度等をよく考えて検討する必要があります。育児・介護休業法の改正によってお父さんが育児休業を取りやすくなっているので、積極的に取ってみよう!



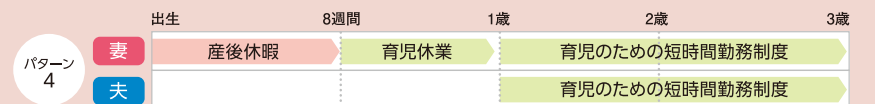
配偶者の出産後8週間以内の期間内にお父さんが育児休業を取得した場合には、特別な事情がなくても、再度の取得が可能です。



お母さんだけでなく、お父さんも育児休業を取得する場合、休業取得可能期間が2ヵ月延びます(パパママ育休プラス)。  
※育児休業期間の上限は、お父さんの場合は1年間、お母さんの場合は出生日、産後休暇期間と育児休業期間をあわせて1年間。



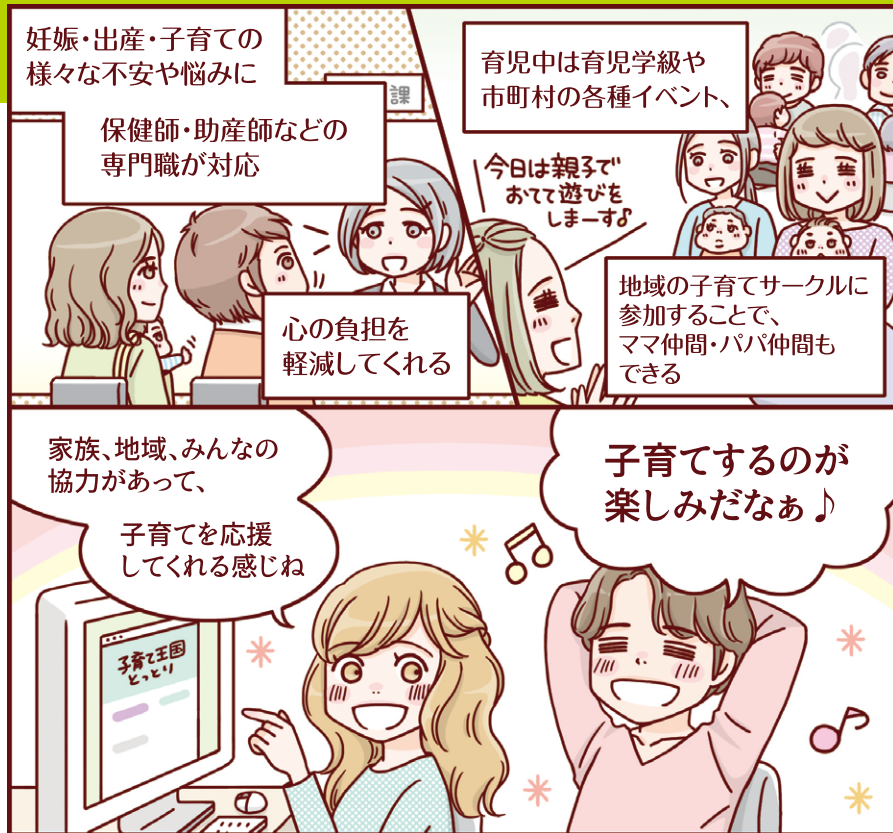
お母さんが専業主婦の場合や、育児休業中である場合にもお父さんは、育児休業や、育児のための短時間勤務制度を利用することができます。



会社は、3歳までの子を養育する労働者が希望すれば利用できる、原則1日6時間の短時間勤務制度を設けなければなりません。(1日の所定労働時間が6時間以下である等一定の労働者は除外されます。)

出典:「パパの育児休業を応援します」(厚生労働省)

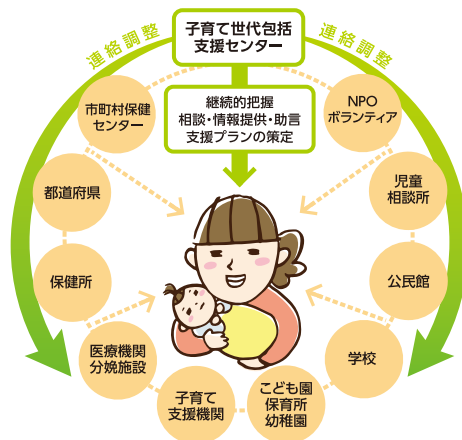
# これから始まる子育て～家族・地域の協力も～



## 県内の子育て支援

### 妊娠から子育ての時期を切れ目のなく

各市町村で妊娠届出時から妊娠、出産、子育てと様々な相談に対応する窓口(子育て世代包括支援センター)を設置し、きめ細かい対応を行っています。



## 家族みんなで子育て

### 祖父母世代は子育てのよき協力者

子育てには祖父母世代のサポートや地域の支援を得ることができます。二人で抱えず、時には周囲の力を借りましょう。鳥取県では、祖父母世代や地域の方が子育てをサポートできるよう、祖父母手帳を作成し、その手帳を活用した孫育て出前講座を実施しています。



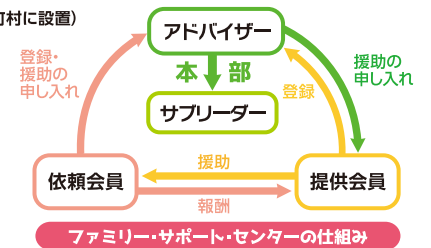
## 地域みんなで子育て支援

### ●地域子育て支援センター (県内全19市町村に50施設)

子育て中の親子同士がいつでも気軽に立ち寄り、うちとけた雰囲気の中で交流できる“場”を提供しています。

### ●ファミリー・サポート・センター (県内17市町村に設置)

地域の子育ての助け合いをサポートし、子育ての手助けをして欲しい人と、手助けをしたい人とのネットワークを作ります。地域の中で子育てについて助け合う組織です。決められた利用料で保育所へのお迎え、一時的な預かりなどの利用ができます。



### ●とっとり子育て隊 (平成22年から開始)

鳥取県では、子どもを安心して産み育てることができる社会を実現し、子どもたちが夢と希望を持って健やかに成長できるよう、地域みんなで子育てを支えあう「とっとり子育て隊」を創設しています。個人・企業・団体がそれぞれの立場において、自ら可能な範囲で子育てを応援する取り組みです。

登録数 (平成29年1月31日現在)

個人	1,079人
団体	89団体
企業	3,821社

### 毎月19日は「とっとり育児の日」(平成22年から開始)

鳥取県では「家庭」・「地域」・「企業」で、子育てへの積極的な取り組みを進める契機となるよう毎月19日を「とっとり育児の日」としています。家族そろっての食事や団らん、子育てサークル、定時退社や有給休暇の利用促進など、家族と過ごしやすい環境づくりを進めています。

