



1 妊娠

1-3 妊婦の健康診査・保健指導

(1) 妊婦の健康診査

妊娠中は、栄養と休息を十分にとり、定期的な健康診査も忘れずに受けましょう。

お住まいの地域により、数回分の健康診査を無料または割引で受診することができます。母子健康手帳をもつときに、一緒に健康診査の受診票がもらえます。

(2) 助産師・保健師による訪問指導

各市区町村では、助産師や保健師をご家庭に派遣して、妊娠中の過ごし方、出産の準備などについて、それぞれの状況に応じた方法で指導を行っています。詳しくはお住まいの市区町村の役所にお問い合わせください。

この訪問指導は無料で、本人からの申し出のほか、医師の紹介によっても行います。

(3) 助産施設

経済的な理由で実費での分娩が困難な場合、公費にて指定された助産施設に入所して出産することができます。出産までに届出が完了している必要があります。

(4) 母親・両親教室

各市区町村では、妊娠、出産や育児に関する日常の知識や技術を内容とした教室を開催しています。

参加できるのは妊娠した方とその家族です。参加は無料です。