

# お母さんになる準備



## 東京都風しん抗体検査事業



診療所

TEL8-1121

生まれてくる赤ちゃんへの障害（先天性風しん症候群）の発生を防止するため、風しんの免疫をもっているかどうか調べる抗体検査が受けられます。

### ■抗体検査対象者

- ① 19歳以上の妊娠を希望する女性で風しん抗体検査を希望する者
- ② 妊娠を希望する女性のパートナー
- ③ 妊婦のパートナー
- ④ 妊婦と同居している者

※ただし、すでに風しんワクチンの接種を2回以上受けていることが確認できる者と、他の医療機関等で抗体検査を受け、結果が確認できる者を除く。

### ■予防接種対象者

抗体検査結果で低抗体者となった者

### ■料金

抗体検査	無料
予防接種	1,000円



## ● 妊娠したかと思ったら・・・

- ① まず、神津島村診療所か内地の医療機関(産婦人科)を受診しましょう。診療所を受診する場合には、午前中の一般外来を受診しましょう。
- ② 母子手帳や妊婦健診受診券を発行しますので、保健センターに来所してください。

(各種助成金の説明や妊婦健診の説明などを保健師から行いますので、時間に余裕をもっての来所をお願いします。また来所する際には事前にご連絡いただけますと幸いです)

できるだけ、12週までに母子手帳を受け取るようにしましょう。

問い合わせ：保健センター TEL8-0010

## ● 出産を安心して迎えられるように

### マタニティクラス・パパママクラス

**問** 保健センター TEL8-0010

年に3回助産師さんが来島された際に実施しています。妊娠された方とご家族を対象に、妊娠中の健康管理、出産準備、新生児の育児などを学べる教室です。

対象者には個別にご連絡いたします。

### 妊娠8ヶ月面談

**問** 保健センター TEL8-0010

保健師・看護師が出産に向けた準備や産前産後の過ごし方についてご相談にのります。必ず実施しておりますので、出産に向けて内地に出島される時期が決まりましたら保健センターにご連絡下さい。

## ● 妊婦さんの健康管理

### 妊婦健康診査について

#### ■ 妊婦健康診査の回数と受診時期

妊娠初期から23週までは4週に1回、24週から34週までは2週に1回、35週以降は週に1回の受診が必要です。

#### ● 標準的な妊婦健診の例

期間	妊娠初期～23週	妊娠24週～35週	妊娠36週～出産まで
健診回数	1・2・3・4	5・6・7・8・9・10	11・12・13・14
受診間隔	4週間に1回	2週間に1回	1週間に1回
毎回共通する基本的な項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>●健康状態の把握・・・妊娠週数に応じた問診・診察などを行います。</li> <li>●検査計測・・・妊婦さんの健康状態と赤ちゃんの発育状態を確認するための基本検査を行います。 基本検査例：子宮低長、腹囲、血圧、浮腫、尿検査(糖・蛋白)、体重</li> <li>●保健指導・・・妊娠期間を健やかに過ごすための食事や生活に関するアドバイスを行います。</li> </ul>		
必要に応じて行う医学的検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>●血液検査(初期に1回) 血液型(ABO血液型、Rh血液型、不規則抗体)、血算、血糖、B型肝炎抗原、C型肝炎抗体、HIV抗体、梅毒血清反応、風疹ウイルス抗体</li> <li>●子宮頸がん検診(初期に1回)</li> <li>●超音波検査(期間内に2回)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●血液検査(期間内に1回) 血算、血糖</li> <li>●B型溶血性レンサ球菌(期間内に1回)</li> <li>●超音波検査(期間内に1回)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●血液検査(期間内に1回) 血算</li> <li>●超音波検査(期間内に1回)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●血液検査 HTLV-1 抗体検査(妊娠30週までに1回)</li> <li>●性器クラミジア(妊娠30週までに1回)</li> </ul>		

#### ■ 妊婦健康診査の費用助成

##### ・ 都内で受診される方

妊婦健康診査14回分、妊婦超音波検査4回分、妊婦子宮頸がん健診1回分の受診票をお渡しします。この受診票は東京都内の医療機関で使用することができます。(再交付はできませんのでご注意ください)

※使用しなかった券は保健センターにご返却ください。

##### ・ 都外で受診される方

都外の医療機関、または都内の一部助産院で受診される方は、受診票が使用できませんので、償還払い制度があります。詳しくは、9ページの「都外妊婦健診の助成について」をご参照下さい。

## 重要です！必ずお読みください！！

### 【初回の妊婦健診に関して】

初回の妊婦健診(母子手帳が発行された後の1回目の健診)は、出産する病院か出産する病院に指定された内地の医療機関で受けて下さい。

初回の妊婦健診は、妊娠週数の確定や正常な妊娠かの判断などお母さんとお腹の赤ちゃんにとって特に大事な健診です。また、今後の妊婦健診や里帰りの時期などを相談する大事な機会でもあります。

### 【初回以降の妊婦健診に関して】

初回以降の健診は、神津島村診療所で受けてよいかどうかを出産病院の主治医にご確認ください。その際には診療所では、『経膈エコー』『子宮頸がん検診』『クラミジア抗原検査』『膣細菌培養検査』ができないこと、診療所の医師は産婦人科医ではないことをお伝えください。

診療所で、妊婦健診を受けてよいと言われた場合には、主治医から診療所に宛てた紹介状をご持参の上受診してください。

また診療所で妊婦健診を受けてもよいと言われた方でも、8週に1回は出産する病院か、出産する病院に指定された内地の医療機関で受けて下さい。

### 【主治医の許可を得て、神津島診療所で受診する場合】

診療所の妊婦健康診査実施日は毎週水曜日15時からとなります。1週間前までに必ず診療所(電話：8-1121)にご予約ください。

※出血や腹痛などの症状がある方は、健診日以外でも受診できます。事前に診療所に電話した上で受診をして下さい。

## 妊婦高血圧症候群等の医療給付

妊婦高血圧症候群、糖尿病、貧血、産科出血、心疾患などで入院治療が必要になった場合、その入院医療費の一部が助成されます。



詳しいことは、QRコードから東京都のHPにアクセスしてご確認ください。



## 妊婦歯科健診

**問** 診療所歯科 TEL8-1361

歯科健診を公費で1回受けることが出来ます。妊娠中の口の中は、むし歯や歯の病気になりやすい環境です。健やかな妊娠・出産のため、歯科健診の受診をお勧めします。事前に診療所歯科にご予約の上、妊婦歯科健診票をご持参して受診して下さい。

## 安心して妊娠生活を送るために



妊娠中、急な体調の変化がおこることも考えられます。お母さんと赤ちゃんの安全を守るために**34週までには、必ず出島してください。**いざ出島しようと思った時に、天候不良で島を出る交通手段がないことも考えられます。出島することがどうしても難しい場合には、ご相談ください。



## ● 助成金などの制度について

### 出産支援特別助成金

**問** 保健センター TEL8-0010

都内などで、妊婦健診を受ける際の交通費助成を、神津島村独自の事業として行っております。  
妊婦健診を受けに島外に出て帰島した場合、1回につき4万円を5回まで申請することができます。

#### ■ 対象

神津島村に住民登録があり、実際に居住されている方

#### ■ 対象期間

母子手帳交付日から出産するまでの間

出産の為の出島後（帰島後も含む）の申請は、対象外になりますのでご注意ください。

#### ■ 申請に必要なもの

- 母子手帳（健診欄に島外の病院名印が押してあるもの）  
※健診を受けたら、必ず押印があるか確認して下さい。
- 印鑑（シャチハタ不可）
- 住民票（初回申請時のみ必要）
- 振込先の口座番号等が確認できるもの  
※通帳もしくはキャッシュカード  
（七島信用組合、ゆうちょ銀行のみ）
- 交通機関が発行した領収書

#### ■ 申請方法

- 健診を受診した最後の日もしくは出産後半年以内に保健センターに申請をしてください。  
まとめて申請することができます。



## 都外妊婦健診の助成について

**問** 保健センター TEL8-0010

里帰り出産等のために、都内の契約医療機関外で妊婦健康診査を受診したために、妊婦健康診査受診票等が使用できなかった方に対して、妊婦健康診査費用の一部を助成します(上限あり)。

### ■対象となる要件

- ・母子手帳交付後の妊婦健診であること
- ・里帰り出産等で、都内契約医療機関以外で妊婦健診を受診したために、「妊婦健康診査受診票」「妊婦超音波検査受診票」「妊婦子宮頸がん検診受診票」が使用できなかった
- ・妊婦健診受診日現在、神津島村に住民登録がある

### ※対象外となる要件

- ・都内契約医療機関を受診した分
- ・保険診療分
- ・文書料や予防接種料等

### ■申請に必要なもの

- ・母子手帳(健診欄に島外の病院名印が押してあるもの)
- ・医療機関が発行した領収書(コピー不可)
- ・赤ちゃんのエコー写真
- ・未使用の受診票
- ・印鑑(シャチハタ不可)
- ・健康保険証
- ・住民票(出産支援特別助成金を既に申請している場合は不要)
- ・振込先の口座番号等が確認できるもの

※通帳もしくはキャッシュカード(七島信用組合、ゆうちょ銀行のみ)

そ  
ろ  
つ  
い  
る  
も  
の  
日  
付  
が

## ■申請方法

- 健診を受診した最後の日もしくは出産後半年以内に保健センターに申請をしてください。まとめて申請することができます。

☆使用しなかった券は保健センターにご返却ください。

## ■助成金の上限額（2024年度） ※今年度の金額は未定

- 1枚目の青い受診票（1回目）→ 10,980円
- 2枚目以降の黄色受診票（2回目～14回目）→ 5,140円
- 超音波検査受診票（4枚）→ 5,300円
- 子宮頸がん検診受診票（1枚）→ 3,400円



## 産後帰島するタイミングについて



生後1ヶ月以内の赤ちゃんは体温調節機能や免疫が十分ではないため体調が変化しやすくなっています。1ヶ月健診が終わる頃までは出来る限り島外で過ごし、何かあったときにすぐに医療機関にかかれるようにしておくことをおすすめします。

## 出産前後支援助成金

**問** 保健センター TEL8-0010

出産の準備のための出島後の、産前産後に係る宿泊費または、交通費の助成をします。下記のどちらか一方の助成になります。

### ■対象

神津島村に住民登録があり、実際に居住されている方

### ■対象となる費用(①もしくは②のどちらか一方)

- ① 出産に備え、34週以降に島外の出産する場所に事前に待機及び出産後31日までの宿泊費
- ② 出産に備え、島外に出島した際の里帰り先までの往復交通費

区分	補助対象経費	助成額
宿泊費	出産に備え、待機及び出産後31日までに要した宿泊費。対象となる宿泊費の補助は、妊娠34週以降から出産後31日までとする。	1泊につき、2,000円とし、74泊を上限とする。
交通費	里帰り先までの往復交通費 出産に備え、島外に出島した際の里帰り先までの往復交通費。基準場所は、調布飛行場または、東京港竹芝棧橋等の最寄り駅から里帰り先までとする。	148,000円までを上限とし、係る経費の1/2を助成する。

### ■申請方法

出産後半年以内に保健センターに申請をして下さい。

### ■申請に必要なもの

- 宿泊機関及び交通機関が発行した領収書(コピー不可)
- 医療機関が発行した領収書(コピー不可)
- 出産が証明できるもの(母子手帳もしくは受診医療機関の出産に係る領収書等)
- 印鑑(シャチハタ不可)
- 振込先の口座番号等が確認できるもの  
※通帳もしくはキャッシュカード(七島信用組合、ゆうちょ銀行のみ)

## 国民年金保険料の産前産後期間の免除制度

問 役場福祉課 TEL8-0011

### ■国民年金保険料が免除される期間

出産※予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間（以下「産前産後期間」といいます。）の国民年金保険料が免除されます。

多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

なお、産前産後期間は付加保険料の納付ができます。

※出産とは、妊娠85日（4カ月）以上の出産をいいます。（死産、流産、早産された方を含みます。）

### ■対象となる方

「国民年金第1号被保険者」の方。ただし、国民年金の任意加入期間は対象になりません。

### ■届出時期

出産予定日の6カ月前から届出可能です。お早めの届出をおすすめします。なお、出産後も届出が可能です。

### ■申請先

役場福祉課。または年金事務所。

### ■詳細について

日本年金機構「国民年金保険料の産前産後期間の免除制度」

<https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20180810.html>

