

親子の健康づくり情報



こども家庭センターなは

こどもえがお相談課・・・☎ (098) -863-0777

(那覇市泉崎 1-1-1 那覇市役所本庁 2階)

那覇市保健所 地域保健課・・・☎ (098) -853-7962

(那覇市与儀 1-3-21 那覇市保健所 2階)

妊娠・出産・子育て・健康について
お気軽にご相談ください。
電話・訪問・来所で対応しています。

妊 娠

出 産

乳児期 (1歳未満)

幼 児 期 (1歳～就学前)

健康診査

妊婦健康診査

(こども家庭センターなは)

妊婦健康診査の公費負担は14回(多胎妊婦は19回)です。妊婦健康診査受診票に記載されている検査は無料で受けられます。

妊婦歯科健康診査

(こども家庭センターなは)

妊娠中、無料で1回歯科健診が受けられます。(受診票が必要です)

産婦健康診査

(こども家庭センターなは)

産婦健康診査の公費負担は2回です。産婦健康診査受診票に記載されている検査は無料で受けられます。



※個別健診

乳児健康診査

(前期) (地域保健課)

対象: 3～5か月ごろ

*対象時期に個別通知を送っています。
*詳しくはホームページをご確認ください。

乳児健康診査

(後期) (地域保健課)

対象: 9～10か月ごろ

1歳6か月児健康診査

(地域保健課)

対象: 1歳8か月ごろ

2歳児歯科健康診査

(地域保健課)

対象: 2歳6ヶ月ごろ

3歳児健康診査

(地域保健課)

対象: 3歳6か月ごろ

会場: 那覇市ともかぜ振興会館(那覇市金城 3-5-3)

*お子さんの成長を確認し、育児相談ができます。

手続き・相談等

親子健康手帳の交付

(こども家庭センターなは)

助産師・保健師が対応。妊婦健康診査受診票、産婦健康診査受診票、歯科健康診査受診票も併せて交付しています。親子健康手帳アプリ「なは」子育てby母子もより来所予約、妊婦届出書等の電子申請ができます。

出産育児一時金

出産費用のうち健康保険から約48万円が支給されます。

*産科医療保障制度に加入している分娩機関で出産した場合は約50万円が支給されます。

出生届

(市役所市民課又は各支所窓口)
*赤ちゃんが生まれたら14日以内に出生届を出してください。

児童手当

(市役所3階子育て応援課)
*出生日の翌日から起算して15日以内に住所の市町村へ申請

妊産婦・新生児訪問(助産師訪問)

対象: 妊婦～3か月未満児
*無料で助産師が訪問し母乳や発育のこと、育児に関するご相談に応じます。
*ご希望の方は、親子健康手帳についているハガキ(助産師訪問依頼票)を投かんするか、直接地域保健課へお電話ください

乳児家庭全戸訪問事業(こんには赤ちゃん訪問)

対象: 生後4か月までの赤ちゃんがいるご家庭全て
*子育て情報の提供や育児等の相談のため訪問しています。訪問の時期にお知らせが届きます。
※妊婦等包括相談支援事業③出産後の面談と併せて実施します。

のびのび相談(地域保健課)

予約制

個別相談

対象: 就学前までの子どもとその保護者
お子さんの発達(言葉や行動)や関わり方について、個別に相談して発達に応じた助言を受けることができます。発達相談員(心理士)・保健師が対応します。

すくすく教室(地域保健課)

予約制

小集団親子教室

対象: おおよそ2歳児とその保護者
子どもとの関わり方や育児について悩んでいる時、小集団教室の中で遊びを通して保護者と一緒に子どもの成長を見守り支援します。

母子保健推進員(ぼすいさん)

～あなたの地域の母子保健推進員に
気軽に声をかけてみませんか?～



(どんな人?) 妊娠・出産・育児などについて子育ての先輩として親身になり、一緒に考える地域のボランティアです。
(どんなことをしている?) 家庭訪問活動で、乳幼児健診・予防接種等の健康に関する情報の提供や子育て相談をおこなっています。(地域保健課)

NEW 予防接種

令和8年4月から、RSウイルス感染症予防母子免疫ワクチン定期接種が始まります。

医療費助成制度

- 先進医療不妊治療費助成
 - 不育症検査費用助成
 - 指定難病
 - 未熟児養育医療
 - 小児慢性特定疾病医療費助成
 - 育成医療
- (上記の医療費助成は那覇市保健所1F 地域保健課で申請可能)
●こども医療費助成制度 (市役所3階 子育て応援課で申請可能)

妊婦のための支援給付・妊婦等包括相談支援事業

(こども家庭センターなは)

※旧「出産・子育て応援事業」

全ての妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができる環境を整備するために、妊娠期から出産・子育てまで一貫して相談に応じる「妊婦等包括相談支援」と、経済的支援として「妊婦支援給付金」の支給を一体的に実施します。

①親子健康手帳交付時
全員にアンケートと面談を実施。
*1回目妊婦支援給付金の手続き
(妊婦1人あたり5万円)

②妊娠8か月頃
対象者にアンケートを送付。
希望者等には、面談を実施。

③出産後全員にアンケートと面談を実施。
*2回目妊婦支援給付金の手続き
(出産したこども1人あたり5万円)
※面談は、上記「乳児家庭全戸訪問事業」と併せて実施します。

産後ケア事業(こども家庭センターなは)

産後のこころとからだのケアや育児のサポートを行います。

対象: 出産後1年以内の産婦さんと赤ちゃん
宿泊型・通所型・訪問型がご利用できます。
利用を希望される場合は、申請が必要です。
詳しく是那覇市ホームページをご覧ください。



予防接種

*生後2か月になるお子様へ予防接種のお知らせと
予診票を送付しています

*対象月齢になりましたら、委託医療機関に予約を行い、接種して下さい。(通知は届いていなくても接種できます)

問い合わせ: 健康増進課 ☎098-853-7961



栄養の相談

妊産婦栄養相談

(こども家庭センターなは)

対象: 妊産婦、子育て中の保護者
場所: 市内子育て支援センター・つどいの広場など
内容: 個別相談(妊産婦、乳幼児の食事・栄養について)

離乳食教室

(こども家庭センターなは)

対象: 生後4～11か月の乳児の保護者
※託児なし
場所: 那覇市保健所
内容: 離乳食の進め方の講話、試食など

離乳食相談会

(こども家庭センターなは)

対象: 離乳食を開始して2か月以上たつ方(生後7か月～1歳6か月児)
※託児なし
場所: 那覇市保健所
内容: 講話、手づかみ食べの試食、離乳食相談など

歯の相談

歯・お口の相談

対象: 妊婦、乳幼児の保護者
内容: 「乳幼児のケアはどうしたらいい?」「出産後の歯の手入れはどうする?」歯科専門職が対応します

かみかみ講演会

対象: 妊婦、乳幼児をもつ保護者
場所: 那覇市保健所
内容: 歯科専門職による「食べる機能の発達」についての講演、ワークショップ等。 ※託児なし

むし歯予防講演会

対象: 妊婦、小学3年生までの子をもつ保護者
場所: 那覇市保健所
内容: 歯科専門職によるむし歯予防についての講演 ※託児なし

健康診査

まちかど健診

基本健診に加え、大腸がん、肺がん、乳がん検診も追加することができます。(市役所1階)

集団・ナイト健診

基本健診に加え、5種類のがん(大腸、肺、胃、乳、子宮)も追加することができます。(市内公共施設)

20・30代健診(国保外)

国民健康保険以外の方で、職場で健診受診の機会がない場合、受診券を券発して特定健診と同じ内容を無料で受けることができます。

健診・検診は、保険証の種類や年齢によって異なります。詳細については、右のQRよりご確認ください。
お問い合わせ: 健康増進課 ☎098-853-7961



予約方法・開催場所、日程等の詳細はホームページでご確認下さい

問い合わせ 口腔保健支援センター ☎ 098-917-5066

那覇市ホームページ紹介

◆地域保健課

- ・母子保健について
- ・医療費助成について
- ・精神保健福祉について



◆健康増進課

- ・各種予防接種について
- ・特定健診、がん検診、歯周病検診等について



◆こどもみらい課

- ・保育園、こども園入所申し込み案内
- ・認可外保育施設に関すること
- ・子ども子育て支援情報公表システム（ここ de サーチ）



親子健康手帳アプリについて

親子健康手帳アプリ なは DE 子育て by 母子モ

- ・妊娠中や子どもの成長の記録、予防接種のスケジュール管理、乳幼児健診の予約やデジタル受診票の利用ができます。
- ・地域の子育て情報をお知らせしてくれます。



こども家庭センターなは

★R6年8月 那覇市役所2階に「こども家庭センターなは」が開設しました

- ・妊娠期から子育てにかけての体調や栄養に関する相談ができます（来所相談・電話相談）
- ・就学前の子育てについて保育士に相談ができます（来所相談・電話相談・LINE相談）

LINE相談



☎098-863-0777

- ★那覇市保健所 地域保健課でも、妊娠・出産に関する相談や乳幼児の発達に関する相談を行っております。

☎098-853-7962

18歳頃までのこどもとの関わり方やしつけ等、こどもに関する相談全般を受付けております。

インテーク養育支援グループ：☎098-861-5026

児童虐待に関する相談・通報に関する問い合わせ

☎098-862-0593（虐待相談直通）

那覇市子育て支援情報

- 保育所・認定こども園入所に関する問い合わせ
こどもみらい課 ☎098-861-6903
- 保育所・認定こども園の教育・保育に関する問い合わせ
こども教育保育課 ☎098-861-2113
- 児童手当・児童扶養手当・医療費助成の問い合わせ
子育て応援課 ☎098-861-6951

◆地域子育て支援センター・つどいの広場

子育て中の親子（就学前の乳幼児を持つ親子）が気軽に集い、交流できる場所を提供します。子育ての情報共有、相談や子育て講座等を行っています。妊娠中からご利用できます。



◆子育て応援DAY

保育所・こども園において、異年齢児との交流、保育体験の受け入れや相談などを行っています。

◆児童館・児童遊園

魅力的な遊び場、自然とのふれあいや異世代交流、乳幼児を持つ親子の交流などこどもの生活体験を豊かにするための場。

◆一時預かり保育

保護者の病気やケガ・入院・看護等で緊急一時的に家庭での保育が難しい場合、または育児疲れ等私的な理由で育児に困った時保育します。

◆病児・病後児保育

保育所等に通所中の児童（0歳～小学6年）が、病気の「回復期に至らない場合」または「回復期」にあるため集団保育が困難で、保護者の仕事の都合など家庭で保育することが出来ない場合、また、疾病、事故、出産、冠婚葬祭等の急用で病気のお子さんを家庭で看ることができない場合、一時的に児童をお預かりします。

◆ファミリー・サポート・センター

「子育ての手助けをしてほしい！（こどもの送迎・一時預かり）」「子育てを手伝ってあげたい！」という人たちが会員となって、地域でお互いに助け合う相互援助組織です。
会員登録必要。活動費は有料です。
那覇市ファミリーサポートセンター☎ 857-8991
（那覇市総合福祉センター内）

◆こども誰でも通園制度

保育所等に通っていないこどもが同年齢のこどもと関わり、家庭とは異なる様々な経験を通して成長できるよう支援する制度です。



こんなときどうする！！

夜間・救急病院の確認方法を知っておきましょう。

◆新聞

その日の救急当番病院が掲載されます。

◆日本中毒情報センター

大阪中毒 110 番 ☎ 072-727-2499

24 時間対応 ※通話料のみかかります。

洗剤やタバコなどを誤飲したとき、対処方法を聞くことができます。

◆こども救急ハンドブック（沖縄県小児保健協会 HP）

日本語・Español・English



こども医療電話相談 #8000

相談日時（平日：午後7時～翌朝8時、土日祝日：午前8時～翌朝8時）
全国統一の短縮番号#8000をプッシュすることにより、看護師や医師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や病院の診療を受けた方がいいのかなどのアドバイスをうけることができます。

その他の相談先

◆那覇市福祉事務所 福祉相談室「女性相談（離婚・暴力・借金等）」

・女性のさまざまな悩み ☎098-862-0515

◆沖縄県女性相談所「配偶者暴力相談支援センター」

☎098-854-1172

◆こどもと家庭に関する相談についての問い合わせ

・家庭内の養育上の問題

家事・育児等に対して不安や負担を抱える家庭へ専門職員が訪問し、不安や悩みを聞きながらアドバイスを行ったり、必要なサービスを案内します。（養育支援訪問事業）

こども家庭センターなは ☎098-861-5026

◆沖縄県性と健康の相談センター 沖縄県助産師会母子未来センター

【妊娠SOS・女性の悩み相談】 ☎098-989-1181

・思いがけない妊娠、避妊や家族計画などの相談

・思春期や更年期の体やこころに関する相談

◆不妊専門相談センター

・不妊に関する相談や問合せ ☎098-888-1176

（水・木・金 13:30～16:30）

子どもの発達が心配な時

ことばや行動（落ち着きがない、呼んでも振り向かない、こだわり、集団行動が難しい…）などの発達について心配な時

「のびのび相談（個別相談）」「すくすく教室（小集団教室）」があります。地域保健課へご相談ください。 ☎098-853-7962

那覇市こども発達支援センターでも発達に関する相談ができます。

◆那覇市こども発達支援センター ☎098-858-5206