

新しい家族との出会い

子どもは本当に無邪気で可愛い、
私たちのかけがえのない宝物ですね。
…でも、一人で子育てを頑張りすぎると、
育児に戸惑い、悩み、時に苦しく感じることもあります。

ひとりで頑張り
すぎないで！

一緒に子育てを
楽しもうよ！

このメッセージを高松で子育てしている皆さんにお伝えするために

たかまつ・ 

のキャラクターが誕生しました。

あなたも、らっこファミリーと一緒に、
子育てを楽しみましょう！

- 妊娠・出産…………… P.6
- 子どもの健康…………… P.20
- 乳幼児期からの食育…………… P.26
- 子どもの事故防止と安全…………… P.29
- 災害に備える…………… P.34



妊娠・出産「らっこ」な子育ての第一歩!

赤ちゃんが
欲しい!



結婚して、あとは赤ちゃんが家族に加わって欲しいと願うばかり。楽しい子育てを夢見て妊娠したいと思っていたのにずいぶん経ってしまった。そろそろ本気で考えたい。でもどうしよう…

もしかして不妊症?

妊娠を望みながら1年以上妊娠しない場合に、「不妊」と言われています。ストレスなどでの一時的な症状の場合もあるので、自己判断は禁物です。まずは専門家に相談して、不妊症を理解することが大切です。



不妊の悩み相談

不妊に悩む夫婦などを対象に、医師や保健師が専門的な相談に応じています。

相談窓口

高松市健康づくり推進課

まず、不妊の心配や不安を感じたら、保健センターに相談しましょう。保健センターの健康づくり推進課では女性の健康支援も行っていて、思春期から女性のライフステージに応じて、個別相談を行っています。

お問い合わせ 高松市健康づくり推進課 高松市桜町一丁目 9-12 (高松市保健センター内) ☎087-839-2363

香川県不妊・不育症相談センター

助産師・看護師による不妊・不育症の専門的な相談を受け付けています。また心理カウンセラーによる心のカウンセリングも実施しています。不妊症・不育症に関する悩みはもとより、流産・死産等でお子さんを亡くされた方等のこころのケアを行っています。

実施場所	高松赤十字病院	高松市番町4丁目1-3
実施日	看護職による電話相談	毎週月・金曜日 14:00～16:00 (祝日・5/1 除く) 【専用電話】TEL080-8644-0050
	心理カウンセラーによるカウンセリング(要予約)	上記専用電話で予約受付 ※カウンセリング日時は原則毎週火・木曜日 14:00～16:00



◆詳しくは香川県ホームページをご覧ください。➡

経済的支援

不妊治療費助成

高松市こうのとりの応援事業

保険適用開始後に受けた不妊治療【体外受精・顕微授精】に要した費用の一部を助成しています。

助成対象となる治療 (助成対象となる治療の開始日の妻年齢が43歳未満であることが要件)	1回当たりの助成金額	助成回数 (子ども1人につき)
①【保険診療】で行われた体外受精・顕微授精の治療(併せて実施した先進医療部分を含む)にかかる自己負担分(高額療養費分は除く)	1回の治療過程(胚移植まで実施)につき5万円まで	通算2回の治療過程まで
② 先進医療として認められるかについて国で審議中又は審議予定の治療・検査を併用したために【保険外診療】となった体外受精・顕微授精の治療に係る費用 【助成対象範囲は(旧)特定不妊治療費助成制度と同じ】	(旧)特定不妊治療のステージのA、B、D、Eに該当→30万円まで C、Fに該当→10万円まで	②の初回助成の治療の開始日の妻年齢が40歳未満:6回 (40歳以上43歳未満:3回)まで
③ 上記①又は②の治療の一環で実施した、精子を精巣又は精巣上体から採取するための手術(男性不妊治療)	【保険診療】:5万円まで 【保険外診療】:30万円まで	上記①又は②の回数に準じる

◆助成対象となる治療の詳細、申請方法など、詳しくは高松市ホームページをご覧ください。➡



不育症検査及び治療費用助成

不育症の検査及び治療に要した費用の一部を助成しています。

◆制度の詳細や申請方法など、詳しくは高松市ホームページをご覧ください。➡





赤ちゃんがやってきた!

おなかの中に赤ちゃんがいる。なんだか不思議な気分ですね。特に初めてのお産を迎える妊婦さんにとって不安がないわけはありませんよね。この時期に知っておきたいことについて、「らっこ」を読んで、楽しい子育てライフを始めましょう!

うれしい妊娠!でもなにすればいいの?

定期的に妊婦健康診査を受け、健やかな妊娠期を過ごし、元気な赤ちゃんを産むための準備をしましょう。

妊娠届と母子健康手帳(親子健康手帳)の交付

市では妊娠届の提出の際に、妊娠の初期から子どもが小学校に入学するまで、親子の一貫した健康の記録になる「母子健康手帳(親子健康手帳)」と、妊娠中及び乳児期に医療機関で利用できる健康診査受診票のほか、市の保健情報を記載している「母子保健ガイドブック」の交付を行っています。また、妊婦さんにやさしい環境づくりの一環として、マタニティチェーンホルダー・マタニティカードも交付しています。

交付場所 保健センター・保健ステーション、高松市役所1階市民相談コーナー

※妊娠届出書は各交付場所にあります。※詳しい所在地などの一覧は、P.38をご覧ください。

注意 妊娠届出時には、マイナンバーカードかマイナンバー通知カードと、本人確認のための運転免許証・パスポートなどを提示してください。



妊婦健康診査

妊娠中は必ず定期的に健康診査を受けましょう。受診する医療機関に「母子保健ガイドブック」に添付されている各種妊婦健康診査受診票を「母子健康手帳」と一緒に提示すると、費用の一部助成があります。

注意 精密健康診査の必要がある場合は、高松市健康づくり推進課に申し出て、妊婦精密健康診査受診票の交付を受けてください。里帰り出産などで県外の医療機関で受診する時は、妊婦一般健康診査受診費用助成申請書(香川県外用)との交換が必要です。里帰り前に高松市役所1階市民相談コーナー・保健センター・保健ステーションで交換してください。(ただし、妊産婦歯科健康診査受診票の交換はできません)

妊婦健康診査公費助成内容	費用	受診場所
妊婦一般健康診査(問診・診察、尿検査、血圧・体重測定、保健指導、血液検査等) B型肝炎抗原検査、C型肝炎抗体検査、風疹検査、梅毒検査、子宮頸がん検診、 HIV抗体検査、GBS検査、HTLV-1抗体検査、超音波検査、性器クラミジア検査	一部助成	香川県内の医療機関及び助産所
妊産婦歯科健康診査	無料	高松市内の歯科医療機関

RSウイルス予防接種

妊娠28週から37週に至るまでの方は、RSウイルスワクチンの予防接種を受けることができます。接種の際は、予診票、母子保健ガイドブック及び母子健康手帳を忘れずにご持参ください。

	費用	接種場所
RSウイルス予防接種	無料	指定医療機関

妊婦訪問

高松市ホームページよりWebで「妊婦訪問依頼票」を提出すると、保健師又は助産師がご自宅に訪問して健康相談などを行います。訪問は、高松市内に限ります。



助産師のほっと相談室

参加無料・予約不要

〈主催:一般社団法人香川県助産師会〉

妊娠・出産・子育てやご自身の体のことなど、助産師に相談してみませんか?会場や日程は、お問い合わせください。

【対象】 妊婦さんと、乳児〜就園前までの母子 ※プライバシーに配慮した個別の相談にも応じます。

【持ち物】 母子健康手帳・バスタオル1枚・赤ちゃんのお出かけセット

お問い合わせ すこやか助産師センター ☎087-844-4131 月〜金曜日(祝日は除く) 10:00~14:00

妊娠中の生活はわからないことだらけ



妊娠や出産の不安解消や育児に役立つ情報を提供する機会として教室を開催しています。積極的に参加して気分転換をしたり、妊婦さん同士で交流したりして、マタニティライフを楽しみましょう。

はじめてのパパママ教室

はじめての出産を迎える妊婦とパートナーを対象に、育児に対しての関心を高め、楽しい子育てができるよう、妊娠中の生活や育児について講義や実習を行います。

- **対象者** 高松市に住所を有するはじめて出産を迎える妊婦とパートナー等
- **費用** 無料
- **持参物** 母子健康手帳
- **内容** 育児についての講義、妊婦の擬似体験、沐浴などの体験学習
- **申し込み方法** 事前に高松市健康づくり推進課への申し込みが必要です。詳しい日時等は高松市ホームページをご覧ください。



さくらんぼ教室 ～マタニティ編～

多胎児を迎える妊婦の方は…

ふたご以上の赤ちゃんを迎える妊婦を対象に、妊娠中の生活や育児についての教室を行います。



多胎妊産婦支援事業

高松市では、多胎妊婦及び多胎児を養育している家庭の負担を軽減するために、多胎妊産婦サポーターを派遣し、育児や家事の支援を行う『多胎妊産婦支援事業』を実施しています。

- **利用できる対象者** 高松市に住所を有する多胎妊婦、及び3歳未満の多胎児を養育している家庭
- **サービス内容**
 - ▶ **家事支援**：食事の準備や後片付け、住居の清掃や整理整頓、衣類の洗濯など
 - ▶ **育児支援**：食事や授乳の介助、おむつ交換、沐浴の介助、兄姉の見守り、通院介助など
- **利用可能日時** 原則、月曜日から土曜日の委託事業所が対応可能な時間帯。
- **利用料金** 無料
- **利用できる期間と回数** ▶ 多胎児が3歳に達する日の前日まで（出産前に利用する場合は、初めて利用した日から3年間）
▶ 1回2時間。一年ごとに最大10回まで利用可能。

◆ 利用方法など、詳しくは高松市ホームページをご覧ください。

たかまつすくすくダイアリー

家族でお子さんの成長が共有できる電子母子健康手帳です。妊娠中から出産、幼児期までの健診記録や予防接種の管理が行えるほか、いつでも高松市の母子保健事業や子育て支援等の情報が入手できます。また、高松市出産・子育て応援給付金事業の給付に必要なアンケートも配信します。各スマートフォンのアプリをダウンロードし、登録すれば利用できます。紙媒体の母子健康手帳のサポート役としてぜひご活用ください。※外国語にも対応しています。



広告

たかまつ
すくすく

高松市妊婦のための支援給付

すべての妊婦さんや子育て家庭が、安心して出産・子育てができるよう、妊娠期から出産・子育てまで、身近な伴走型相談支援と経済的支援を組み合わせた形で継続的に支援します。

◆ 詳しくは、高松市ホームページをご覧ください。➡



【対象者と申請時期等】

時期		内容	面談内容の一例
妊娠期	妊娠8～10週前後 ※妊娠届出時	面談 アンケート 給付申請（5万円分）	- 子育てガイド（サポートプラン）を一緒に指差し確認。 - 出産までの見通しを寄り添って立てる。
	妊娠32～34週前後	面談（必要な方のみ） アンケート	- 電子母子健康手帳によりプッシュ型で通知。 - 夫の育休取得の推奨、パパママ教室等の紹介。 - 産前・産後サービス利用を一緒に検討・提案。
出産・産後 ※出生届出時等		面談 アンケート 給付申請（5万円分）	- 子育てサークルなど、悩みを共有できる仲間づくりの場の紹介。 - 産後ケア事業、育休給付及び保育園入園手続きの紹介。
産後の育児期		情報発信・相談	随時の子育て関連イベント等の情報発信・相談受付対応の継続実施。

お問い合わせ 高松市健康づくり推進課 高松市桜町一丁目 9-12（高松市保健センター内） ☎087-839-2363

初回産科受診料助成事業

低所得世帯の妊婦の方の経済的負担軽減を図るため、妊娠の判定を受けるために産科医療機関を受診した際の初回受診料費用の一部を助成します。

- **対象者** 市販の妊娠検査薬で陽性を確認し、初回産科受診時に以下の全てに該当する方
 - ① 高松市に住民登録を有する方
 - ② 住民税非課税世帯（生活保護受給世帯を含む）
又は、同等の所得水準であるとみとめられる方
- **助成額** 初回産科受診1回につき、上限10,000円

注意

- 1回の妊娠につき、1回限りの申請となります。
- 助成額は自己負担額と助成限度額のうち、少ない額となります。
- 妊婦健診に係る費用、医療保険適用分の費用は対象外です。

◆ 申請方法など、詳しくは高松市ホームページをご覧ください。



広告

たがまっ
らっこ

出産準備スケジュール

時期	妊娠初期			妊娠中期	
月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月
週数	4～7週	8～11週	12～15週	16～19週	20～23週
妊婦健診	4週間に1回				
自分や家族ですること	☐ 出産予定日について医師に確認 ☐ 電子母子健康手帳に登録 「たかまつすくすくダイアリー」→P.8 ☐ 家族と今後のスケジュールについて相談する (仕事、上の子のこと、家事など) ☐ 家事の分担について話し合う			☐ マタニティ用品の準備 ☐ 出産する病院を決める ☐ 病院のマタニティ教室・ 両親学級への参加 初めて出産を迎える方 ☐ はじめての パパママ教室→P.8	

仕事をしている方



- ☐ 職場に妊娠について伝える。
 - ☐ 体調が悪い場合は、医師や助産師に相談し「母性健康管理指導事項連絡カード」を勤務先に提出する
 - ☐ 産前・産後・育児休業について調べる →P.16
(産前休業は出産予定日の6週間前から)
- パートナー**
- ☐ 育児休業を取得するかなど、相談する



広告

たかまつ
らっこ



		妊娠後期					
7か月		8か月	9か月	10か月			
24～27週		28～31週	32～35週	36～39週			40週
		2週間に1回			1週間に1回		
☐ 赤ちゃん用品の準備 ☐ 赤ちゃんが過ごす部屋、育児用品の準備と置き場の検討 ☐ 入院に必要な荷物をまとめ、家族が分かるようにしておく ☐ 入院に必要な手はずを整える (入院先の電話番号・道順・緊急連絡先の確認、 移動手段の確保) ☐ 出産後に必要な手続きを確認 ☐ 家族と入退院の段取りについて相談 							出産予定日（令和 年 月 日）



上の子がいる方



☐ 入院中や出産時の預け先等について相談



出産後



手続き	☐ 出生届など必要な手続きを行う→P.12 ☐ こんにちは赤ちゃん事業→P.12
お母さん	☐ 産婦健康診査を受ける（2週間、1か月）→P.13 ☐ 必要時、産後ケア事業の利用→P.13 ☐ ひとりで悩まず、相談する
赤ちゃん	☐ 1か月児健康診査を受ける→P.22 ☐ かかりつけ小児科を決める ☐ 夜間や休日の医療機関を確認→P.20
家族	☐ 退院するお母さんと赤ちゃんを迎える準備をする ☐ 家事・育児を行う

しっ得!



産前から「子育てひろば」を利用してみましょう



子育てひろば（P.74）とは、主に「地域子育て支援拠点」や「子育て支援センター」などと呼ばれ、おおむね3歳未満のお子さんとその保護者が集う場所です。開館時間内であれば、気軽に立ち寄ることができます。（一部予約が必要な場合あり）

出産後、子どもを連れて外出しやすくなってきた時期から利用する、というイメージがあるかもしれませんが、実はプレパパ・プレママの時期から利用することができます。子育ての先輩パパ・ママから情報をもらったり、スタッフに相談したりすることで、子どもを迎える生活のイメージを具体的にすることができます。まずは『プレパパ・プレママの日』というようなイベントから利用してみるのもおすすめです。

広告

たがまっ
らっこ

新しい家族の誕生!

名前を考えて、出生届を出さなきゃ! お父さん、お母さんは、生まれてきた赤ちゃんのために大忙し! と、そうなる前に、赤ちゃんのための制度を知っておきましょう。



赤ちゃんが生まれたら何をすればいいの?

出生届

赤ちゃんが生まれた日から14日(生まれた日を含む)以内に提出してください。

市民課のほか、各総合センターで受け付けています。届出人は原則として、赤ちゃんのお父さんかお母さんになります。

注意

- 代理の方でも届出できますが、届出人欄は、お父さんかお母さんが署名してください。
- 名前は人名用漢字、常用漢字、ひらがな、カタカナの中から、フリガナは一般に認められているものを付けてください。
- 出生届は閉庁後や土・日曜日、祝日の場合でも市役所の守衛室で受け付けています。ただし、出生届の受付以外ではできませんので、母子健康手帳への証明等は、後日開庁している時に手続きしてください。

お問い合わせ 高松市役所 1階3番窓口 市民課
☎087-839-2282

▶出生届のほかにも次の手続きなどが必要な場合があります。

出産育児一時金 (P.14) ※国民健康保険の加入者の場合	国保・高齢者医療課 ☎087-839-2311
産前産後期間の国民健康保険料軽減 (P.15)	
マイナンバーカードの申請	市民課マイナンバーカード交付係 ☎087-839-2287
子どもの医療費助成 (P.20)	こども家庭課 ☎087-839-2353
児童手当 (P.14)	
産前産後期間の国民年金保険料免除 (P.14) ※国民年金第1号被保険者の場合	市民課 ☎087-839-2322

手続きに必要なもの

- 出生届(出生証明書欄に記載のあるもの) 1通
- 母子健康手帳
- マイナ保険証、資格確認書又は有効期間内の被保険者証のうちいずれか1つ(国保加入者のみ)



低体重児出生届

低出生体重(2,500g未満)の赤ちゃんは身体の発育が未熟である可能性が高く、疾病予防など速やかに適切な処置を講じることが必要です。低出生体重の赤ちゃんが生まれたときは、母子保健法により、その届出が義務づけられています。

「母子保健ガイドブック」に添付されている「低体重児出生届」に記入し、高松市健康づくり推進課まで送付してください。

新生児聴覚スクリーニング検査

赤ちゃんが眠っている状態で小さい音を聞かせて、耳の聞こえを判定する検査です。妊娠届出時に新生児聴覚スクリーニング検査受診票(初回検査1枚・確認検査1枚)を交付しますので、生後3か月以内に医療機関でご利用ください。

未熟児訪問指導

新生児のうち特に未熟児については、保健師がご自宅を訪問して健康相談などを行います。



こんにちは赤ちゃん事業(新生児訪問・産婦等訪問)

赤ちゃんの健やかな成長と、お母さんが安心して育児ができるように、保健師又は助産師がご自宅を訪問して健康相談などを行います。新生児等の健康、栄養、環境や産後の食事、生活、授乳などについての相談に応じています。出生後早めに、次のいずれかの方法で手続きしてください。

- ①高松市ホームページよりwebで「出生連絡票」を提出。
- ②出生届出時に、窓口にある「出生連絡票」を提出。



注意

- 訪問は、高松市内に限ります。
- 里帰り先での訪問を希望される方は、高松市健康づくり推進課へご相談ください。

4か月児相談

4～5か月児を対象に、身体計測、運動発達などの観察や育児についての相談を行います。

注意

- 対象者には、住民基本台帳に基づき個人通知をします。

産婦健康診査

出産後は、ホルモンのバランスが不安定になったり、赤ちゃん中心の生活となることで、心や身体も疲れやすい時期です。ご自身の心身の状態を確認するために、ぜひ産婦健康診査を受けましょう。

助成内容	問診・診察、体重・血圧測定、尿検査、保健指導等、質問票（育児支援チェックリスト、エジンバラ産後うつ病質問票、赤ちゃんへの気持ち質問票）		
費用	一部助成	受診場所	香川県内の医療機関及び助産所

産後ケア事業

出産後しばらくは、育児に関する期待や不安が入り混じり、こころや身体が不安定になることがあります。

地域で安心して子育てできるように、母乳管理・沐浴・赤ちゃんのお世話について助産師等から指導を受けることができます。宿泊型、通所型、訪問型があります。

利用できる方

- 市内に住所があり、出産後、医療機関などを退院した、産後1年未満（産後1年と0日の前日まで）の産婦及び乳児



詳しくは、高松市ホームページをご覧ください。

お問い合わせ

高松市健康づくり推進課 高松市桜町一丁目 9-12（高松市保健センター内）

☎087-839-2363



広告

たがまっ
らっこ

子育て費用は結構かかる。支援はないの？



「妊娠・出産は病気ではない」という考え方から、定期健診や入院費に健康保険が適用されないのは、経済的に負担がかかりますよね。でも加入している健康保険に申請をすると、手当が支給される場合もあるので、制度を活用して、支出や収入の計画をしてみるのもいいかもしれません。

高松市妊婦のための支援給付 ※詳しくはP.9をご覧ください。

出産育児一時金

「出産育児一時金」は、出産したときに加入の健康保険から支給されます。妊娠85日(満12週)以上で死産や流産をした場合でも、支給対象になります。会社などに1年以上勤めた後、退職して国民健康保険に加入し、6か月以内に出産した方は、働いていたときに加入していた健康保険に「出産育児一時金」を請求することもできます。支給額や申請方法は加入の健康保険により異なる場合がありますので、各健康保険の事務所等にお問い合わせください。

出産育児一時金の直接支払制度

直接支払制度とは、出産される方と医療機関等との合意に基づき、医療機関等が出産に係る費用を加入の健康保険へ出産育児一時金の範囲内で請求・受取を行うものです。この制度を利用することにより退院時に医療機関の窓口で支払う出産費用は、出産育児一時金を上回った額のみとなり、事前に多額の出産費用を用意しなくて済みます。また、出産費用が出産育児一時金より少ない場合は、その差額分を加入の健康保険へ請求することができます。詳しくは加入の健康保険の事務所等へお問い合わせください。なお、直接支払制度を導入していない医療機関等でも、受取代理制度を利用し、同様に窓口負担を軽減できる場合もありますので、医療機関等でご確認ください。

出産手当金 ※国民健康保険にはこの制度はありません。

産休中に給料が支払われない場合、その間の生活を支えるために健康保険制度から支給されるのが「出産手当金」です。「出産手当金」として受け取れる額は、加入の健康保険により異なりますので、各健康保険の事務所等にお問い合わせください。

お問い合わせ

被保険者証に記載されている保険者名称を確認してください。



- ▶ 全国健康保険協会〇〇支部 → 会社が所属している全国健康保険協会の事務所
- ▶ 〇〇健康保険組合 → 組合又は職場の総務
- ▶ 高松市(国民健康保険) → 国保・高齢者医療課 ☎087-839-2311

児童手当

18歳に達した後、最初の3月31日(高等学校卒業に相当する年齢)までの児童を養育する方に支給されます。出生、転入等により新たに受給資格が生じた場合、生じた日の翌日から起算して15日以内に申請手続きが必要になります。なお、手続きが遅れると、遅れた月分の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

手当の支給額

児童の年齢	児童手当月額	
	第1子・第2子	第3子以降
3歳未満	15,000円	30,000円
3歳～高校生年代	10,000円	

※ 第何子のかえ方について：22歳到達後、最初の3月31日までの子のかえで数えます。
※ 所得制限はありません。



お問い合わせ

高松市役所6階 26番窓口 こども家庭課 ☎087-839-2353

産前産後期間の国民年金保険料免除制度

国民年金第1号被保険者については、出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎児妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。申請は出産予定日の6か月前からで、出産後も手続きできます。

お問い合わせ

高松市役所1階6番窓口 市民課 ☎087-839-2322

産前産後期間の国民健康保険料軽減制度

出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の所得割額と均等割額が免除されます。なお、多胎児妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の所得割額と均等割額が免除されます。届出は出産予定日の6か月前からで、出産後も手続きできます。

※対象者は、令和5年11月1日以降に出産された国民健康保険被保険者です。

お問い合わせ 高松市役所 1階10番窓口 国保・高齢者医療課 ☎087-839-2311

医療費控除（通常の医療費控除）

本人や本人と生計を一にする配偶者やその他の親族のために支払った医療費があるときは、一定の金額が医療費控除として所得控除を受けることができます。ただし、出産育児一時金や入院給付金などの支給を受けた場合、その金額を医療費から差し引かなければなりません。

医療費控除額 = その年中(1月1日から12月31日)に支払った医療費 - 保険金などで補てんされる金額 - 10万円又は総所得金額等の5% (どちらか少ない額)

医療費控除対象区分

(出産に関する費用のうち、医療費控除の対象になるもの・ならないものの具体例)



控除対象

- 妊娠と診断されてからの定期検診や検査費用、入院費、分べん費用などやその通院費
※電車、バス等の費用は領収書のないものが多いので、家計簿等に記録するなどして実際にかかった費用を明確に説明できるようにしておいてください。
- 病院に対して支払う入院中の食事代(他からの出前などは除く)
- 出産で入院する際に、電車、バスなどの通常の交通手段によることが困難なため、タクシーを利用した場合、そのタクシー代



控除対象外

- 出生前遺伝学的検査の費用
- 入院に際し、寝巻きや洗面具など身の回り品を購入した費用
- 実家で出産するための帰省費用

医療費控除を受けるための手続き

- 医療費控除に関する事項を記載した確定申告書を提出する必要があります。
- 医療費控除の明細書又は医療保険者等が発行した医療費通知を、確定申告書に添付する必要があります。
- 医療費控除の明細書を添付する場合、確定申告期限等から5年間は税務署長から医療費の領収書の提示又は提出を求められることがありますのでご自宅等での保管が必要です。

〈ご自宅からの便利なe-Taxのご案内〉

確定申告書の作成は、ご自宅からスマホとマイナンバーカードを利用して、「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成、e-Taxによる送信(提出)ができます。

確定申告書等
作成コーナー



確定申告に困ったときは
動画で見る確定申告



医療費控除の特例（セルフメディケーション税制）

平成29年1月1日から令和8年12月31日までの間に、健康の保持増進や疾病の予防に取組み、本人や本人と生計を一にする配偶者その他の親族のために特定一般用医薬品等を購入したときは、1万2千円を超える部分の金額(8万8千円を限度)を控除額とするセルフメディケーション税制の適用ができます。セルフメディケーション税制の適用を受けることを選択した方は通常の医療費控除は受けられませんのでご注意ください。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

お問い合わせ ▶ 国税庁
ホームページ



▶ チャットボット
(ふたば)に質問
AI(人工知能)を
活用して自動で
回答を表示します。



▶ 国税相談専用ダイヤル(ナビダイヤル)
☎0570-00-5901

*自動音声案内に従い相談する内容番号を選択

上記ナビダイヤルにつながらない場合は、
税務署に電話し自動音声案内1番を選択
*「電話相談センター」につながります。

※令和7年4月1日現在の法令に基づいています。

しっ得!



帝王切開など高額医療に…!

◆高額療養費制度

1か月の医療費が一定の限度額を超えた場合、支給の対象となります。月がまたがると別々の申請になります。収入によって限度額が変わってくるので注意。詳しく知りたい方は、全国健康保険協会香川支部や健康保険組合までお問い合わせを。



働いている女性には、どんな制度があるの？

共働き家庭にとって仕事と育児の両立は、なにかと大変。そのためには、夫の協力が必要です。また、法律や制度でも様々なサポートがあるので、利用できるものは利用して、お互いのバランスを調整しましょう。

妊産婦の就業

妊娠中又は出産後の女性は、就業について次のように法律で守られています。

- 妊娠中の女性は、ほかの軽易な業務への転換を請求できます。
- 事業主は、妊産婦（妊娠中の女性及び産後1年を経過していない女性）が請求した場合、時間外労働、休日労働及び深夜業をさせてはならず、変形労働時間制の場合も、1日及び1週間の法定労働時間を超えて労働させてはなりません。
- 危険有害業務への就業は禁じられています。
- 1歳に満たない子どもを持つ女性は、1日2回30分ずつの育児時間を請求できます。



産前産後の休業

次の対象となる女性は、休業を請求できます。また、妊娠4か月以上であれば死産・流産の場合も含まれます。

対象者	産前産後の女性労働者
産前休業	6週間（多胎妊娠の場合は14週間）以内に出産予定の女性は、休業を請求できます。出産予定日より出産が遅れたり、早くなったりした場合でも、実際の出産当日までが産前休業となります。 ※出産日当日は産前休業に含まれます。
産後休業	基本的には産後8週間です。ただし、産後6週間を過ぎた後、本人が復職を希望した場合、医師が支障ないと認めた業務に、事業主が就かせることは差し支えありません。産後6週間は強制休業期間で、休みを申請しなくても出産日の翌日から休業になります。 ※妊娠4か月以降の流産・死産（人工妊娠中絶を含む）の場合も対象となります。

育児休業

※改正育児・介護休業法が令和7年4月1日と同年10月1日に段階的に施行されました。

お父さんお母さんのいずれも利用できる制度です。労働者が申し出ることにより、子どもが1歳に達するまでの間、休業できます。（2回に分割取得可、父母ともに休業する場合は1歳2か月に達するまでの間、ただし育児休業等取得日数は1年を限度）さらに、保育所に入所を希望しているが入所できないなどの事情がある場合は最長2歳に達するまでの間、延長して休業できます。

また、育児休業とは別に、産後パパ育休（出生時育児休業）を取得できます。（原則出生後8週間のうち4週間まで、2回に分割取得可）

※正社員だけでなく、期間雇用者（パート、派遣、契約社員など雇用期間の定めがある労働者）でも、一定の要件を満たした場合、対象になります。

ほかにも、育児のための短時間勤務制度や所定外労働の免除・子の看護等休暇など、働きながらの子育てを支援するさまざまな制度があります。さらに、令和7年10月より、3歳から小学校就学前の子を養育する労働者は、育児期の柔軟な働き方を実現するための措置を利用できます。



お問い合わせ 香川労働局雇用環境・均等室 ☎087-811-8924

広告

たがまっ
らっこ

雇用保険被保険者の方が一定の要件を満たした場合に、以下の給付金を受給できる制度があります。なお、それぞれの給付金に関する内容や申請手続きにつきましては、以下のお問い合わせ先にご確認ください。

雇用保険被保険者が、原則 1 歳に満たない子を養育するための育児休業（2 回まで分割取得可）を取得した場合に支給されるもの。

雇用保険被保険者が、子の出生後 8 週間の期間内に合計 28 日分を限度として、産後パパ育休(出生時育児休業)を取得した場合に支給されるもの。

雇用保険被保険者が、子の出生直後の一定期間内に両親ともに14日以上の子育て休業を取得した場合に支給されるもの。

雇用保険被保険者が、2歳未満の子を養育するために時短勤務をしている場合に支給されるもの。

17

育休復帰・再就職



「子育てしながら、仕事もがんばりたい！」そう願っているお母さんも多いですね。でも、“仕事の探し方” “子どもの預け先” など、再就職には不安はつきもの。自分にあった働き方を探すため、各種機関を活用してみましょう。

しごとプラザ高松

高松市丸亀町13-2 ☎ 087-823-8609



業務時間 月～金曜日、第2・4土曜日
(祝祭日、年末・年始を除く)
9:30～18:00

仕事閲覧 有 **講座紹介・開催** 有

就職に関する相談や職業紹介などができるマザーズコーナーを設置。子育てをしながら仕事を探している方の専門窓口です。お子さん連れで相談ができます。

高松公共職業安定所 (ハローワーク高松)

高松市花ノ宮町二丁目 2-3 ☎ 087-869-8609



業務時間 月～金曜日 (祝祭日、年末・年始を除く)
8:30～17:15

仕事閲覧 有 **講座紹介・開催** 有

職業相談窓口で仕事探しの悩みから就職まで一貫した支援を受けられます。職業訓練に関する情報を得たり、受講中の給付金の相談もできます。

香川県福祉人材センター・ 香川県保育士人材バンク

高松市番町一丁目 10-35
(香川県社会福祉総合センター4F)
☎ 087-833-0250



香川県福祉
人材センター



香川県保育士
人材バンク

業務時間 月～金曜日 (祝祭日、年末・年始を除く) 8:30～17:15

仕事閲覧 有 **講座紹介・開催** 有

香川県福祉人材センターは、福祉の仕事を希望する人と福祉の職場をつなぐ無料職業紹介所です。介護・保育士の紹介やあっせん、就職に関する相談に応じます。保育所で働きたい方を対象に研修・セミナーも行っています。また、介護福祉士や保育士などの資格取得の修学資金貸付、就職準備金貸付・保育料の一部貸付 (保育のみ) 制度もあります。

ワークサポートかがわ



仕事閲覧 有 **講座紹介・開催** 有 **相談** 有

ワークサポートかがわは、香川県が運営する地方版“ハローワーク”です。ワークサポートかがわでは、正社員に特化した就職支援サイト「ワクサポかがわ」を通して、また、就職面接会やイベントなどを開催することで、求職者や学生と県内企業の出会いを応援しています。また、常駐する専門のコーディネーターが就職に関するあらゆる相談を受け付けるほか、応募書類の書き方や面接のアドバイスも行っています。

香川職業能力開発促進センター (ポリテクセンター香川)

高松市花ノ宮町二丁目 4-3 ☎ 087-867-6716



仕事閲覧 無 **講座紹介・開催** 有

求職者の方を対象に、主にもものづくり分野への就職に必要な知識・技術を習得するための職業訓練を行っています (受講料無料・教科書等は実費)。また、子育て中の方も安心して訓練が受講できるよう、お子様の託児サービス付き訓練も行っています (託児料無料・おむつ代等は実費)。

高松市男女共同参画センター

高松市松島町一丁目 15-1 たかまつミライエ 6 階
☎ 087-833-2282



業務時間 4月、5月は月・水・金 10:00～17:00 (予約制 1回50分)
6月以降はHPをご確認ください。

仕事閲覧 無 **講座紹介・開催** 有

女性就労相談員が、女性のための就労相談を実施。就業中の方の相談も可能です。無料託児サービスを利用できます (6か月～未就学児・要予約)。オンライン相談希望の方は事前にお電話ください。面接用スーツ・カバン・クツの無料貸出もあります。

広告

たがまつ
らっこ