

新版

妊婦が

迷うこと TOP 128

スッキリ答えます!

食べ物 飲み物 毎日の過ごし方 薬 etc.

注意! 「妊娠高血圧症候群」の予防と影響

急企画

年末年始に

2kg

ちやった

マ必読!

Part1

食事と習慣ちよいリセットで
STOP! 増加

Part2

榎木裕実さん&
神田うのさん

<榎木式>マタニティエクササイズ



育児がグッと
楽になる

出産準備
家電
ランキング

先輩ママ
おすすめ

初期も

塩麹は
ダメ?

中期も

薬用
シャンプーは
OK?

後期も

ジェルネイル
NG!

妊婦さんに
ブーム
来てます!

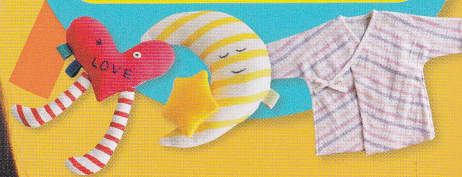
スペシャル企画

たまごクラブ

「手づくり部」

肌着&おもちゃ3種

実物大 型紙つき



分娩台でヨガ!?

助産師がポイント解説

安産できたママが

陣痛中に

やったこと

挑戦! 妊パパ

初めての

おむつ替え

今だから知っておきたい

出生前診断を解説

別冊第1付録

2013年版

妊娠・出産・育児で

仕事退職

仕事継続

専業主婦

もらえるお金

日本一
わかり
やすい!

失敗しない手続きガイド

サクサク

>> 児童手当、乳幼児の医療費助成、出産手当金etc.

2 とじ込み付録 日付を入れれば完成

最短!

ダンドリmyノート



新生児室にお邪魔しまーす

しょうがde体ほかほか計画

別冊第2付録 出産準備「たまひよSHOP」

2冊買って当てよう!

「初めてのたまごクラブ」冬号、「たまごクラブ」「ひよこクラブ」1~3月号・3誌連発
総額55万円相当 豪華家電&セブ育児グッズプレゼント

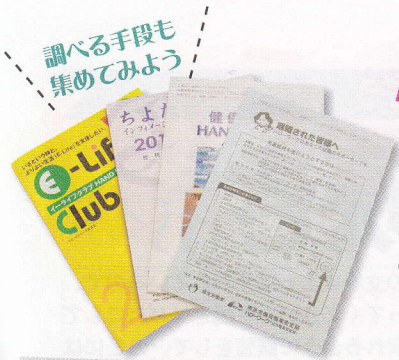
3 とじ込みシート 実物大&記入例つき

確定申告ほか

見れば
できる!

各種申請書見本





情報整理をしておこう!

この付録をひと通り読んでみて、サクサク手続きできそうでしょうか? 主な手続き先5カ所を下記にまとめてみました。妊娠中に、手続きに必要なものや手続きのしかたなどを調べておきましょう。それでもわか

らない場合は、電話で聞いたり、実際に行ってみて疑問点を解決しておきます。そうすれば産後はとてもラクなはず。手続きがうまくいって、すべてのお金をゲットできますように!

手続き先	勤め先	税務署	役所	産院	ハローワーク
もらえるお金	☐ 出産手当金 (または健康保険組合、協会けんぽ) ☐ 育児休業給付金 (またはハローワーク) ☐ 高額療養費 (会社員の場合) (または健康保険の管轄先)	☐ 医療費控除 ☐ 退職者の所得税還付申告 ☐ 仕事継続ママ ☐ 仕事退職ママ ☐ トラブルがあった場合	☐ 妊婦健診費の助成 ☐ 児童手当 (公務員の場合は職場) ☐ 乳幼児の医療費助成 ☐ 高額療養費 (国民健康保険の場合) ☐ トラブルがあった場合	☐ 出産育児一時金 ☐ 失業給付の延長 ☐ 育児休業給付金を自分で手続きする場合 ☐ 仕事継続ママ	
調べる手段	☐ 健康保険ハンドブック	☐ 国税庁のホームページ ☐ 税務署でもらえる確定申告の冊子	☐ 自治体のホームページ ☐ 自治体の「暮らしのガイド」などの冊子	☐ 産院のホームページ	☐ ハローワークのホームページ ☐ ハローワークでもらえる冊子

それぞれ手続きに必要なものを確認しよう

仕事継続ママは確認事項がたくさんあります。出産手当金、育児休業給付金、高額療養費は、会社ではなく、自分が提出先に提出しなければいけない場合もありますから、会社に確認しておきましょう。制度のしくみが自分の自治体のホームページでわかりにくいのなら、児童手当などは全国共通のしくみなので、違う自治体のホームページを見てもOK。ただし、手続きに必要なものは自治体によって違うので、気をつけましょう。



自治体独自の制度を見逃さない!

今回モニターさんが「暮らしのガイド」をチェックしていると、自治体独自の制度、「乳児養育手当」を発見。これは、1才未満の乳児に月額1万3000円支給する制度(平成24年6月以降・扶養0人で所得制限額630万円未満の場合)。このように、子育てに力を入れている自治体では独自の制度を設けているところも。見逃さないようにチェックしましょう! また、近隣に引っ越しする場合は、より子育てにやさしい自治体にするのがGOOD。どんな制度があるのかは右記のURLも参考にしてみてください。



<http://www8.cao.go.jp/shoushi/cyousa/cyousa16/jichitai/pdf/chapter4-3.pdf>

生命保険もチェックしておこう!

切迫早産での入院や帝王切開になった場合、加入している生命保険からも、給付金がもらえる可能性があります。自分の生命保険をチェックしておきましょう。そして、

トラブルが起きてしまった場合は、申請を忘れずに。妊娠中から入れるおすすめ保険もありますので、参考にしてください。

フローラル共済 女性を育む保険 なでしこくらぶ

月々2500円(満20〜39才)で入院保障日額1万円(年間30日)・死亡保険金150万円・交通事故、不慮の事故による死亡300万円を保障。現在おなかにいる子の出産時は駄目ですが、次の出産では普通分娩でも入院給付金がもらえます。

☎0120・26・8160

まごころ少額短期保険 医療保険

月々1648円(30才・標準体形)で入院保障日額5000〜2万円(病気によって異なる)・手術保険金20万・10万・5万円(診療点数5000点以上・帝王切開含む)を保障。現在おなかにいる子の出産時は駄目ですが、次の出産では普通分娩でも7日を限度に入院給付金が支払われます。

☎0120・15・1167

産中先生
おすすめ
保険