

助成券（記入見本）

産婦健康診査受診日が、**令和5年10月1日（日）以降**が助成の対象となります

※令和5年9月30日までに受診した場合は、助成対象外となります

助成券（表面）

明石市産婦健康診査費助成券
(利用期限：産後8週未満 助成上限額：5,000円)
※利用期限外及び市外に転出すると使用できません

枠の中にシールを貼ってください

医療機関記入欄のため、
記入しないでください

①シールを必ず貼付してください。

④健診実施日の前日または当日に、10項目全ての質問に対して、あてはまる番号を記入してください。

助成券（裏面）

こころの健康チェック票

産後の体調を確認する大切な質問です。健診実施日の曜日または当日にご記入ください。最近のあなたの気分をチェックしてみましょう。今日だけでなく、過去1日間にあなたが感じたことに最も近い答えの番号をご記入ください。必ず10項目全部に答えてください。また、この健診等の結果を、明石市へ送付されることに同意します。氏名 **明石 花子**

記入年月日
(西暦) 2023年10月25日

1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。
 1 いつもと異様にできた。
 2 あまりできなかった。
 3 明らかにできなかった。
 4 全くできなかった。

2. 物事を楽しみにして待った。
 1 いつもと異様にできた。
 2 あまりできなかった。
 3 明らかにできなかった。
 4 ほとんどできなかった。

3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。
 1 はい、たいていそうだった。
 2 はい、時々そうだった。
 3 いいえ、あまり度々ではなかった。
 4 いいえ、全くなかった。

4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした。
 1 いいえ、そうではなかった。
 2 ほとんどそうではなかった。
 3 はい、時々あった。
 4 はい、しょっちゅうあった。

5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。
 1 はい、しょっちゅうあった。
 2 はい、時々あった。
 3 いいえ、めったになかった。
 4 いいえ、全くなかった。

6. すること
 1
 2
 3
 4

7. 不幸な気分がなくて、嬉しくなかった。
 1 はい、ほとんどいつもそうだった。
 2 はい、時々そうだった。
 3 いいえ、あまり度々ではなかった。
 4 いいえ、全くなかった。

8. 悲しくなったり、みじめになったりした。
 1 はい、たいていそうだった。
 2 はい、かなりしばしばそうだった。
 3 いいえ、あまり度々ではなかった。
 4 いいえ、全くそうではなかった。

9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。
 1 はい、たいていそうだった。
 2 はい、かなりしばしばそうだった。
 3 ほんの時々あった。
 4 いいえ、全くそうではなかった。

10. 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた。
 1 はい、かなりしばしばそうだった。
 2 時々そうだった。
 3 あったになかった。
 4 全くなかった。

②案内文を確認のうえ、氏名を記入してください。

③こころの健康チェック票の記入年月日を、西暦で記入してください。

■助成対象について ※必ずご確認ください

利用回数：最大2回までです。

産後週数：産後8週未満（産後8週となる日の前日まで）です。産後8週以降は助成対象外となります。