

# 保健センター

- ・妊娠・出産・子育て期間の健康に関する相談や教室・乳幼児健診を行っています。妊娠中の疑問・不安や、乳幼児の発育・発達の相談や、育児・離乳食・歯科についての相談など、なんでもご相談ください。

相談日時 月～金 8:30～17:15 Tel 83-9677

- ・予約制のものはホームページからお申し込みください。



## ◆◆◆ 赤ちゃんができたら ◆◆◆

### 母子健康手帳交付

\*全ての妊婦さん

毎月2回 託児は予約制です  
会場 保健センター

《内容》

- 1.母子健康手帳の交付、マタニティキーホルダーの配布
- 2.母子健康手帳の使い方、妊娠中の過ごし方等のお話
- 3.赤ちゃんの健診と予防接種について等のお話



### 出産・子育て応援給付金 と 伴走型相談支援

全ての妊婦・子育て世帯が安心して出産・子育てができるよう、妊娠期から出産・子育てまで一貫して身近で相談に応じ、様々なニーズに即した必要な支援につなぐ「伴走型相談支援」の充実を図るとともに、出産・子育てに係る経済的支援として「出産・子育て応援給付金」を支給します。

	出産応援給付金	子育て応援給付金
給付額	妊婦1人あたり5万円	児童1人あたり5万円
支給方法	母子健康手帳交付時または転入時に、保健師または助産師と面談を行い、出産応援給付金申請書と妊娠時アンケートを提出した方に「出産応援給付金」を支給。	こんにちは赤ちゃん訪問で助産師または保健師と面談を行い、子育て応援給付金申請書と出生後アンケートを提出した方に「子育て応援給付金」を支給。
申請時期	妊娠中	生後4か月頃まで

\*妊娠8か月頃にもアンケートや妊婦訪問で相談に応じます♪

### マタニティ教室

\*予約制

すべての妊婦さんが対象

こちらのQRコードから予約できます♪



託児あり<予約制>

	内容	会場	開催月
出産準備編	1. 妊娠中の生活について 2. 出産の流れとリラックス法 3. 妊娠中に必要な栄養について	総合子育て支援センター	奇数月に1回開催
子育て編	1. 産後のからだところどころについて 2. 子育てについて 3. 家族計画のはなし	総合子育て支援センター	偶数月に1回開催
おっぱい教室	1. 妊娠中から始める母乳の準備 2. 抱っこ・授乳の仕方について 3. 個別おっぱいチェック&助産師相談	保健センター	毎月1回開催

### 妊婦歯科健診

町内指定歯科医院で受診できます。  
(要予約)

	内 容	会 場	開 催 月
パパママ 教室 <small>*初妊婦さんと その夫が対象</small>	1. 予防接種の話 ～小児科医の話～ 2. 出産の流れとパパにできること 3. 妊婦体験と沐浴・抱っこ体験 4. 家族計画のはなし	保健センター	年4回開催 原則として 土曜の午後

## 東浦町子育て応援動画

妊娠中～出産後の家族を応援するために、子育てに役立つ動画を作成しました！  
動画を見て、赤ちゃんとの新しい生活についてイメージしてみましょう♪



こちらのQRコードより  
アクセスしてください♪

### ★妊婦編

1. 赤ちゃんの沐浴
2. 産後の家族計画
3. 妊婦体操
4. 母乳育児
5. 産後の生活

### ★赤ちゃん編

1. 産後の育児
2. 赤ちゃんのお世話をする方知っておいて頂きたいこと
3. 離乳食の初期
4. 離乳食の中期以降
5. 乳児期の仕上げみがきと上手に食べる練習



## プレママ応援します～助産師電話～

妊婦さんの体調確認等のため、すべての妊婦さんに、妊娠 8 か月頃、助産師等からご連絡させていただきます。

## 妊婦訪問



妊婦さんを対象に、妊娠期の過ごし方や出産の準備など、家庭訪問にて色々な相談を行っています。



## ◇◆◇ 赤ちゃんが生まれたら ◇◆◇



## お誕生おめでとう電話

出生届を出していただいたら、すべてのお家へ、産後 2～4 週間頃、助産師等からご連絡させていただきます。

## こんにちは赤ちゃん訪問

4か月までに、全てのご家庭へ助産師等が訪問し、母乳や育児の相談などを行います。

**予約方法** お誕生おめでとう電話の後、町委託のみか助産院から電話で訪問の予約をします。

☎赤ちゃん訪問専用電話 080-9876-1364

## 赤ちゃん和妈妈のホットスペース

〈予約不要・出入り自由〉

\*生後7か月になるまでの赤ちゃん和妈妈者月2回 原則月曜日に開催

会場 保健センター

《内 容》

赤ちゃんを連れておしゃべりしたり、ゆっくり休んだり、悩みを相談したりと自由に過ごしていただけます。ふれあい遊び、母乳相談〈予約制〉もあります♪



## 赤ちゃん和妈妈のホット広場

〈予約制〉



★予約★

\*生後6か月になるまでの赤ちゃん和妈妈者月2回

会場 みか助産院

(場所については、P38、助産院の詳細については、P25 をご参照下さい。)

《内 容》

赤ちゃんを連れておしゃべりしたり、ゆっくり休んだり、悩みを相談したりと自由に過ごしていただけます。

## 産婦歯科健診

お子さんの4か月児健診と同時に、お母さんの歯科健診を行います。

《内 容》  
問診、産婦歯科健診

## げんきっ子教室

〈予約制〉

★予 約★

\*2歳～就園までの子どもと保護者  
会場 総合子育て支援センター

《内 容》  
幼児のふれあい体操、  
食生活の話、虫歯予防の話  
年8回/下の子の託児あり



## 赤ちゃん教室

\*予約制

2～9か月の保護者が対象  
会場：総合子育て支援センター



こちらのQRコード  
から予約できます♪

	内 容	対 象	開 催 月
すこやか編	1. 赤ちゃんの発達と遊び・保育の話	2～4か月児	偶数月に 1回開催
ふれあい編	1. 子どものホームケア・心配蘇生法 ～お話と実技～ 2. ふれあい遊び	2～4か月児	奇数月に 1回開催
もぐもぐ編	1. 5～8か月頃の離乳食について ～お話～ 2. 歯の手入れについて ～お話～	3～5か月児	毎月 1回開催
かみかみ編	1. 9か月以降の離乳食について ～お話～ 2. 歯の手入れについて ～お話～	7～9か月児	毎月 1回開催

## 乳幼児健診

\*毎月1回 健診の対象・日程等は広報でご確認ください。会場：保健センター



	対 象	内 容
4か月児健診	健診月に 4か月になる子	問診・身体計測・診察・個別相談・栄養相談・母乳相談・ブックスタート
7か月児健診	健診月に 7か月になる子	問診・身体計測・診察・個別相談・栄養相談
歯っぴー相談 (1歳児計測)	健診月に 1歳1か月になる子	問診・身体計測・ブラッシング・個別相談・栄養相談
1歳6か月児健診	健診月に 1歳6か月になる子	問診・身体計測・診察・歯科健診・ブラッシング フッ素塗布・個別相談・栄養相談・ブックスタート
2歳2か月児 歯科健診	健診月に 2歳2か月になる子	問診・身体計測・歯科健診・ブラッシング フッ素塗布・個別相談・栄養相談
3歳0か月児健診	健診月に 3歳になる子	尿検査・屈折検査・問診・身体計測・診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布・アンケートによる視覚、聴覚検査・個別相談・栄養相談・心理相談