



## 妊娠したら…

### 母子健康手帳、母と子のしおりの交付

ところ：保健センター

妊娠がわかったら、下記のものを持参のうえ保健センターへお越しください。母子健康手帳と「母と子のしおり」を交付します。その際、保健師が面接させていただき、情報提供とともに、妊娠中から子育て期までの相談に対応することで、安心して産み育てる環境づくりや、きめ細かい支援を実施していきます。妊娠中に市外から転入された方への「母と子のしおり」の交付も保健センターで行います。

<持ち物>妊娠届出書、妊婦のマイナンバーカード又は通知カードと運転免許証等本人確認のできるもの

### 妊婦健康診査

「母と子のしおり」に綴じ込んである受診票を使い、愛知県内の医療機関で妊婦健康診査が14回公費負担で受診できます。県外の医療機関で妊婦健康診査を受ける場合の手続きについては、「母と子のしおり」をご覧ください。

### 32週家庭訪問

妊娠32週の頃に「出産準備寄り添い支援」として保健師が家庭訪問を行います。出産前の準備や体の変化、心配なことなど気軽に保健師にご相談ください。お申し込みは不要です。地区担当の保健師から妊娠届け出時にお知らせいただいた連絡先にお電話してからお伺いします。

### 妊産婦歯科健康診査

「母と子のしおり」に綴じ込んである受診票を使い、市内の協力歯科医療機関(4ページ参照)で妊娠中から産後1年以内の間に1回、公費負担で歯科健康診査が受けられます。歯科医療機関に予約をして受診してください。

## マタニティクラス

※変更になる場合がありますので、今後発行の「健康ひろば」をご覧ください。



予約制です。妊娠中の過ごし方、育児について学びます。参加者同士の交流もあります。I、IIどちらか一つの参加も可能です。参加できる方はパパも一緒にどうぞ。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
I	14日(日)	11日(土)	9日(日)	14日(日)	10日(土)	8日(日)	13日(日)	9日(土)	8日(日)	19日(日)	8日(土)	8日(日)
II	26日(金)	28日(火)	24日(月)	26日(金)	27日(火)	30日(月)	25日(金)	26日(火)	16日(月)	24日(金)	25日(火)	23日(月)
ところ 申し込み	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター
時 間	I：午前 9時30分～11時30分 (受付 午前9時15分～9時30分) II：午前 9時15分～11時30分 (受付 午前9時～9時15分)											
持 ち 物	母子健康手帳、母子健康手帳副読本					担 当	保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士					

※西保健センターのマタニティクラス I の会場は、尾西庁舎1階講堂です。尾西庁舎東玄関をご利用ください。



# 赤ちゃんが生まれたら…

お子さんの健康を守るため、また、みなさんが安心して子育てができるように健診や教室を行っています。ぜひご利用ください。



## 新生児・産婦訪問（申し込み制）

<b>対 象</b>	生後4週間（28日）以内の新生児と産婦
助産師が訪問して、発育や発達、授乳などについての相談をお受けします。	
<b>申し込み方法</b>	出生届提出の際に、「赤ちゃんが生まれました〈連絡票〉」の“新生児・産婦訪問を希望する”に○をつけて提出していただくか、西保健センターまで電話でお申し込みください。

## こんにちは赤ちゃん訪問

生後1～2か月の赤ちゃんがいる家庭に訪問員または保健師が訪問し、ご家族が安心して子育てをしていただくために、保健サービスの紹介と育児相談を行います。  
 （新生児・産婦訪問を受けていない方が対象です。）

## 乳幼児健康診査、健康相談（保健センターで実施）

健康診査、健康相談はお子さんの生まれた日より日程が異なります。

毎月の実施日や対象児は『健康ひろば』で随時お知らせします。また、該当月の前々月に健康診査の案内が届きますのでご覧ください。案内が届かない場合は中保健センターへご連絡ください。

<b>4か月児健康診査</b>	おおむね4か月頃に実施します。 ※ブックスタートの説明とともに絵本をお渡しします。
	持ち物 母子健康手帳、4か月児健康診査質問票、バスタオル
<b>1歳6か月児健康診査</b>	おおむね1歳7か月頃に実施します。 ※歯科健康診査（希望者にはフッ素塗布）がありますので、歯磨きをしてお越してください。
	持ち物 母子健康手帳、1歳6か月児健康診査質問票、歯ブラシ
<b>3歳児健康診査</b>	おおむね3歳1か月頃に実施します。 ※尿検査があります。 ※歯科健康診査がありますので、歯磨きをしてお越してください。
	持ち物 母子健康手帳、3歳児健康診査質問票、目と耳のアンケート

<b>9か月児健康相談</b>	おおむね10か月頃に実施します。
	持ち物 母子健康手帳、9か月児健康相談質問票、バスタオル

<b>2歳児歯科健康診査</b> <small>（注）事前の案内はいたしませんので、『健康ひろば』をご覧ください。</small>	誕生月の翌月にお越してください。 ※歯科健康診査（希望者にはフッ素塗布）がありますので、歯磨きをしてお越してください。 ※歯の染め出しを行います。
	持ち物 母子健康手帳、2歳児歯科健康診査質問票、歯ブラシ、タオル、コップ



## 乳児健康診査（医療機関で実施）

<b>対 象</b>	乳児（1歳の誕生日の2日前まで）
「母と子のしおり」に綴じ込んである受診票を使い、愛知県内の医療機関で乳児健康診査が2回（生後1か月頃と生後6～10か月頃に受診が望ましい）、公費負担で受診できます。県外の医療機関で乳児健康診査を受ける場合の手続きについては、「母と子のしおり」をご覧ください。	



# 教室・相談～年間予定～



※変更になる場合がありますので、今後発行の『健康ひろば』をご覧ください。

## 新米ママさん教室 (予約制)

1～3か月のお子さんとママを対象に、産後のからだや赤ちゃんの栄養について学びます。  
参加者同士の交流や、妊婦さんとの交流もあります。ママさん友達をつくりませんか。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
と き	26日(金)	28日(火)	24日(月)	26日(金)	27日(火)	30日(月)	25日(金)	26日(火)	16日(月)	24日(金)	25日(火)	23日(月)
と ころ 申し込み	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター	北保健 センター	中保健 センター	西保健 センター
時 間	午前9時20分～11時30分 (受付：午前9時～9時20分)											
持 ち 物	母子健康手帳、バスタオル、授乳物品						担 当	助産師、保健師、管理栄養士				

## 離乳食教室 (予約制)

5か月を過ぎたら本格的な離乳食が始まります。うまく離乳食が進まない、食べてくれない、どうやって作ったらいいの？  
など、お母さんの悩みにお答えします。保護者向けの試食があります。参加される保健センターまでお申し込みください。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中保健センター	☆9日(火)	◎14日(火)	☆4日(火)	◎2日(火)	☆6日(火)	◎3日(火)	☆8日(火)	◎12日(火)	☆3日(火)	◎7日(火)	☆4日(火)	◎3日(火)
西保健センター	◎19日(金)	☆17日(金)	◎21日(金)	☆19日(金)	◎2日(金)	☆6日(金)	◎18日(金)	☆15日(金)	◎6日(金)	☆17日(金)	◎21日(金)	☆6日(金)
北保健センター	◎10日(水)	☆15日(水)	◎12日(水)	☆10日(水)	◎14日(水)	☆11日(水)	◎9日(水)	☆13日(水)	◎11日(水)	☆15日(水)	◎12日(水)	☆11日(水)
時 間	午前10時～11時 (受付：午前9時45分～10時)											
持 ち 物	母子健康手帳						担 当	管理栄養士				

◎ごっこんコース…離乳食開始～8か月ごろ

☆もぐもぐコース…7か月～離乳の完了

## 幼児食教室～離乳食を卒業したら～ (予約制)

1歳～2歳頃の離乳食を卒業したお子さんの食事について、大切なことやポイントを学びます。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
と き	2日(火)	10日(金)	17日(月)	24日(水)	9日(金)	24日(火)	10日(木)	29日(金)	12日(木)	29日(水)	14日(金)	24日(火)
と ころ 申し込み	中保健 センター	北保健 センター	西保健 センター	中保健 センター	北保健 センター	西保健 センター	中保健 センター	北保健 センター	西保健 センター	中保健 センター	北保健 センター	西保健 センター
時 間	午前10時～11時 (受付：午前9時30分～9時50分)											
持 ち 物	母子健康手帳						担 当	管理栄養士				

## 乳幼児健康講座 (予約制)

乳幼児をもつ方へ、子育て中に知っておきたい医学・薬学的知識をお伝えします。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
と き		30日(木)		25日(木)		12日(木)	17日(木)			23日(木)		12日(木)
と ころ 申し込み		西保健 センター		北保健 センター		中保健 センター	西保健 センター			北保健 センター		中保健 センター
時 間	午後1時30分～2時30分 (受付：午後1時20分～1時30分)											
持 ち 物	母子健康手帳						担 当	医師、歯科医師、薬剤師				

## 育児相談 (予約不要)

乳幼児の身体測定や発育・発達、食事、歯、子育てなどの相談に応じます。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中保健センター	8日(月)	13日(月)	3日(月)	1日(月)	5日(月)	2日(月)	7日(月)	11日(月)	2日(月)	6日(月)	3日(月)	2日(月)
西保健センター	1日(月)	20日(月)	3日(月)	1日(月)	5日(月)	2日(月)	7日(月)	11日(月)	2日(月)	6日(月)	3日(月)	2日(月)
北保健センター	15日(月)	20日(月)	17日(月)	22日(月)	19日(月)	9日(月)	21日(月)	18日(月)	16日(月)	20日(月)	17日(月)	16日(月)
時 間	午後1時～3時											
持 ち 物	母子健康手帳、バスタオル						担 当	保健師、管理栄養士、歯科衛生士、心理相談員				

## 電話相談

保健センターで、お子さんの発育・発達、子育て、お母さんの体調などの相談に保健師、管理栄養士等が随時応じます。

## 家庭訪問

保健師が訪問して、お子さんの発育・発達、子育て、お母さんの体調などの相談に応じます。