


👶👩👦👶👩👦👶👩👦👶 妊娠したら…

<p>母子健康手帳、 母と子のしおりの交付</p>	<p>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。</p> <p>持ち物 妊娠届出書、妊婦のマイナンバーカードまたは通知カードと運転免許証等本人確認のできるもの</p>
<p>妊産婦健康診査</p>	<p>「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（多胎妊娠は19回）、産婦健康診査が1回公費負担で受診できます。 県外の医療機関で妊産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。</p>
<p>32週家庭訪問</p>	<p>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。</p>
<p>妊産婦歯科健康診査</p>	<p>「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(次号または市ウェブサイトにてご確認ください。)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。</p>
<p>マタニティクラス (予約制)</p>  <p>←動画配信も しています</p>	<p>妊娠中の過ごし方、育児について学びます。 マタニティクラスⅠは妊娠してからの心とからだの変化・抱っこや沐浴の仕方について、マタニティクラスⅡでは母乳育児・妊娠中の食生活・ママと赤ちゃんの歯の話について学びます。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。</p> <p>申し込み 保健センターへ電話が直接申し込み</p>



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。

<p>新生児・産婦訪問 (申し込み制)</p>	<p>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。</p> <p>対象 生後4週間(28日)以内の新生児と産婦</p> <p>申し込み 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○をつけて窓口へ提出、または西保健センターへお申し込みください。</p>
<p>こんにちは 赤ちゃん訪問</p>	<p>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。</p>
<p>産後ケア</p>	<p>産後に体調不良や育児不安があり、家族等から援助が受けられない方に、医療機関等への宿泊や家庭訪問により母親の健康管理、食事・授乳・沐浴指導、相談等のケアを提供します。 利用料の自己負担があります。事前の申請が必要です。</p>

👶👩👦👶👩👦👶 乳児健康診査（医療機関で実施）

<p>乳児健康診査</p>	<p>「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。</p>
----------------------	---

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。乳幼児健康診査・9か月児健康相談は該当月の前々月に健康診査の案内が届きます。ただし、2歳児歯科健康診査は除きます。なお、2歳児歯科健康診査の実施日は『保健所だより』で随時お知らせします。

転入などで案内が届かない場合は、保健センターへご連絡ください。

4か月児健康診査	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、質問票、バスタオル、体温計、マスク
1歳6か月児健康診査	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、質問票、歯ブラシ、バスタオル、体温計、マスク
3歳児健康診査	おおむね3歳6か月頃に実施します。 ※尿検査、目の屈折検査があります。 ※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、質問票、目と耳のアンケート、尿（採れた方のみ）、バスタオル、体温計、マスク
9か月児健康相談	おおむね10か月頃に実施します。
	持ち物 母子健康手帳、質問票、バスタオル、体温計、マスク
2歳児歯科健康診査	誕生月の翌月に実施します。 ※事前の案内はしませんので、『保健所だより』をご覧ください、対象日にお出かけください。 ※歯科健康診査（希望者は染め出し、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、質問票、歯ブラシ、タオル、コップ、バスタオル、体温計、マスク



←歯と栄養の
話の動画



教室・相談

※変更になる場合がありますので、今後発行の『保健所だより』または、市ウェブサイトにてご確認ください。

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。
	申し込み 保健センターへ電話が直接申し込み
	持ち物 母子健康手帳、バスタオル、授乳物品、体温計、マスク
	担当 助産師、保健師、管理栄養士
離乳食教室 (予約制)	離乳食の作り方や進め方のポイントについて学びます。 ごっくんコース（離乳食開始～8か月頃）ともぐもぐコース（7か月～離乳の完了）があります。
	申し込み 保健センターへ電話が直接申し込み
	持ち物 母子健康手帳、体温計、マスク
	担当 管理栄養士
幼児食教室 (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。
	申し込み 保健センターへ電話が直接申し込み
	持ち物 母子健康手帳、体温計、マスク
	担当 管理栄養士
育児相談	乳幼児の身体測定や発育・発達、食事、歯、子育てなどの悩みについての相談をお受けします。
	持ち物 母子健康手帳、バスタオル、体温計、マスク
	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を保健師、管理栄養士等が随時お受けします。
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をお受けします。

お問い合わせは

中保健センター ☎72-1121

西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611