

令和6年度

# 「ママ・パパ・お子さんのための保健サービス」一覧

妊娠中から育児期まで様々なサポートをしています。  
お気軽に保健センターにお問い合わせください。



## \* 妊娠中から産後のサポート \*

### HAPPY マタニティ

#### 【妊娠編】赤ちゃんを迎える準備を考えてみましょう

・助産師が妊娠中の過ごし方や子育てについて、管理栄養士が妊娠中の食事についてお話します。

#### 【育児編】赤ちゃんとの生活をイメージしてみましょう

・助産師から、赤ちゃんの生活リズムやお風呂の入れ方についてお話します。赤ちゃん人形を使って、ご夫婦で一緒にお風呂に入れる練習をしてみましょう。

### 産後ケア事業

産後、委託医療機関に宿泊し、身体と心のケアを受けることができます。産婦さんの体調不良や、授乳や子育ての不安、育児のサポートが得られない時などは、ご相談ください。

### 産前・産後サポート事業

#### 🏠訪問

助産師等がご家庭を訪問し、出産に向けて準備物の確認や、産後の授乳等の相談をお受けします。

#### 🏠保健センターでの相談

日程はお問い合わせください

##### ・個別相談

お子さんの成長や授乳等の相談を個別でゆっくりお受けします。お子さんの身体測定もできます。

##### ・すくすくDAY(月1回、午後1時～3時)

お子さんの身体測定や子育ての相談ができます。

保育士による遊び方等のプチ講座も実施しています。予約なしでご自由にお越しください。

##### ・たまひよ(奇数月に1回、午前中)

妊婦さん、産婦さんの交流や産前産後のメンタルヘルスの話、呼吸法を紹介します。

## \* 育児期のサポート \*

### 離乳食教室

前期(4～7か月頃)と後期(9～12か月頃)の離乳食の進め方についてお話をしています。また、お子さんの歯のお手入れ方法やむし歯予防、事故予防についてお話します。時期に合わせてご参加ください。

### 発達相談

臨床心理士が、お子さんの成長発達やしつけ、接し方など個別の相談をお受けします。月1回実施しています。日程等についてはお問い合わせください。

## 教室・健康診査日程表 会場はすべて保健センターです

種別	教室			健康診査			
	HAPPY マタニティ	離乳食 教室		4カ月児	1歳6カ月児	2歳児 歯科	3歳児
		前期	後期				
対象	妊婦さんと そのご家族	前期: 4~7か月頃 後期: 9~12か月頃 のお子さんの保護者		対象者に個別通知をします			
受付 時間	午前 9 時 45 分~10 時			午後 1 時以降の指定された時間 1~2時間程度かかります			
開催 時間	午前 10 時~ 12 時	午前 10 時~ 11 時 30 分					
その他	予約制 保健センターに申込が必要です			持ち物等は個別通知をご確認ください			
4月	21(妊娠編)	10		10、24	11、25	18	12
5月		22		15、29	16	9	10、17
6月	16(育児編)		5	12	13、20	6	14
7月		10		3、17	18	4	5、19
8月	18(妊娠編)	28		7、21	8、22	1	9
9月			11	11、25	19	12	13、20
10月	20(育児編)	9		16、30	17、24	3	25
11月		27		13、27	7	14	8、15
12月	15(妊娠編)		11	11、25	5、19	12	20
1月		8		8、29	16	9	10、17
2月	16(育児編)	26		12	13、20	6	14
3月			12	5、19	13	6	7、14
曜日	日曜	水曜		水曜	木曜	木曜	金曜
期限	-	-		1歳に なる前まで	2歳に なる前まで	3歳に なる前まで	4歳に なる前まで

- ★麻疹(はしか)、風しん(三日ばしか)、水痘(水ぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、インフルエンザ、新型コロナウイルス、とびひ等にかかっている方は、医師の許可が出てからお越しください。
- ★乳幼児健康診査を受けていない方は、保健師がご家庭を訪問します。
- ★予約制の教室は定員になり次第締め切ります。
- ★暴風警報等が、愛知県西部地方に発令された場合は実施できないことがありますので、保健センターにお問い合わせください。

### <お問い合わせ先>

総合保健福祉センター内 保健センター

月~金曜日(祝日・年末年始は除く) 午前 8 時 30 分~午後 5 時 15 分

〒496-0863 上之町1丁目 60 番地

TEL 0567-23-1551 FAX 0567-24-4354