

# 妊娠したら…

## 母子健康手帳

(妊娠の届け出をしてお受け取りください)

お母さんの妊娠・出産の経過とお子さんの成長や予防接種の記録をするものです。妊娠されましたら、早めに妊娠の届け出をしてお受け取りください。

**取扱窓口** 保健センター、市役所子育て政策課、各タウンセンター、アークロード市民窓口、各支所・連絡所、各窓口コーナー

**外国語版の発行** 保健センター、市役所子育て政策課、マロニエのみ  
**その他** 届け出の際にはマイナンバー（個人番号）をご準備ください。母子健康手帳を紛失されたかたと、外国で出産して母子健康手帳を受け取らなかったかたは、保健センター、市役所子育て政策課へお申し出ください。

## 不育症治療費助成事業

不育症の治療を受けられたご夫婦の経済的負担の軽減を図るため、治療費の一部を助成します。  
 ※詳細については、保健センターへご連絡ください。

## ママパパ学級

妊婦さんとパートナーのかたが、講義やグループワーク、実習を通して、妊娠・出産・育児について学ぶ講座を3クラス開催しています。

- ①妊娠中の過ごし方  
内容：妊娠中の過ごし方、栄養士の話、お産の話
- ②赤ちゃんとの生活 その1  
内容：小児科医の話、赤ちゃんの1日と成長、授乳の話、先輩家族の話
- ③赤ちゃんとの生活 その2  
内容：沐浴・お着替え体験、産後の話、乳幼児揺さぶられ症候群の話

## 妊婦健康診査

小田原市に住民登録のある妊婦さんの健康管理のために、妊婦健康診査費用を補助します。妊婦健康診査費用補助券を母子健康手帳交付時に一緒にお渡ししております。

**助成回数** 1回の妊娠につき、14回

※里帰り出産などで妊婦健康診査費用補助券が使用できない場合は、償還払いとなります。保健センターまでご連絡ください。

## 妊婦歯科健康診査

妊娠中に1回、指定医療機関で歯科健康診査が受けられます。自己負担金は500円です。

※指定医療機関は7ページの成人歯科健診取扱医療機関一覧表の「妊」の標記のあるところ、またはホームページをご覧ください。

- 対象** ①妊婦さんとパートナー  
②③妊娠20週以降の妊婦さんとパートナー  
※妊婦さんのみの参加も可です
- 時間** 午前クラス 9:20～11:30  
午後クラス 13:20～15:30  
(受付時間：開始20分前より)
- 会場** 保健センター  
①②大会議室（3階） ③集団検診室（2階）
- 申込** 開催日前日までに電話予約  
(日曜日実施の場合、金曜日まで)
- 持物** 母子健康手帳、筆記用具  
※③のみエプロン、手拭タオル

クラス名	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①妊娠中の過ごし方	午後	12(火)		14(火)		8(月)		24(月)		5(月)		13(月)	
②赤ちゃんとの生活 その1	午後		26(木)			26(金)			17(木)			1(水)	
③赤ちゃんとの生活 その2	午前		15(日)				11(日)				29(日)		
	午後		15(日)		26(火)		11(日)		4(金)		29(日)		16(木)

# 出産したら…

## 出生連絡票および低体重児届出票

### ～産婦さんと赤ちゃんの訪問～

赤ちゃんが生まれたら、「出生連絡票および低体重児届出票」にご記入の上、早めにご投函ください。これをもとに連絡のうえ、保健師・助産師・訪問員がご自宅にうかがい、健康管理や育児相談・育児情報をお届けします。

※「出生連絡票および低体重児届出票」は母子健康手帳にとじ込まれています。赤ちゃんが2,500g未満で生まれたとき、その保護者は母子保健法第18条に基づき速やかにその旨を届け出なければなりません。

## 個別心理相談

電話予約制

お子さんの心身の発達について悩んでいるかたを対象に、臨床心理士がご相談をお受けします。

**対象** 就学前までの親子

## いきいき親子育児相談

身長・体重の測定や相談を保健師・助産師・栄養士・保育士・歯科衛生士がお受けします。

- 対象** 妊婦さんと生後2か月から就学前までのお子さん
- 持物** 母子健康手帳・歯ブラシ(歯科相談をご希望のかた)
- 会場** 保健センター
- 受付時間** 9:00～10:30  
※助産師相談は1歳未満のお子さんが対象で、電話予約制です。  
※歯科相談は1歳6か月未満のお子さんが対象です。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
12(火)	9(月)	2(木)	1(金)	2(火)	2(金)	4(火)	1(火)	2(金)	6(金)	1(水)	3(金)

※ 子育て支援センターでの育児相談の日程は、ホームページをご覧ください。保健師がご相談をお受けします。