

赤ちゃんができたら

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。保健センター、市役所、各支所・連絡所、マロニエ、いずみ、各窓口コーナーでお渡ししています。外国語の母子健康手帳（保健センター、市役所、マロニエのみ）もありますのでお申し出ください。なお、就学前のお子さんをお持ちで母子健康手帳を紛失されたかたと外国で出産し、母子健康手帳を受け取らなかったかたは、保健センターにお申し出ください。（取扱いは保健センター・市役所のみ）

ママパパ子育て知恵袋メール

妊娠されてから2歳になるまで月齢にあわせた子育てに関するミニ情報をメールします。イベント情報の紹介等もあります。（配信されない月齢のときもあります）

パパ用・ママ用あります。

携帯でこちらのQRコードからアクセスしてください。



下記の申し込み用URLでもアクセスできます。（PC・携帯共通）

<https://www.city.odawara.kanagawa.jp/mmz/>

ママパパ学級

対象 妊婦さんとパートナー
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 2 階 集団検診室
申込 開催日の前日までに電話予約
持ち物 母子健康手帳・筆記用具
 ※産後・育児クラスのみエプロンと手拭タオルも持参

クラス名	条件	内容	講師	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
講座	いつでも	小児科医の話 妊産婦と家族のための栄養・ 歯科・たばこの話	小児科医 栄養士 保健師	午後		21 (月)			10 (金)			13 (火)			4 (月)	
妊娠・出産 クラス	妊娠 6 か月 (20 週) 以降	楽しい妊娠生活のためにできること 妊婦体験 出産時パートナーにできること	保健師	午前 午後	16 (月)		6 (水)		22 (水)		12 (金)		5 (水)		25 (月)	
産後・育児 クラス		赤ちゃんとの生活 産後の話・母乳の話 沐浴実習・育児体験	助産師 保健師	午前 午後		14 (月)		28 (土)		3 (月)		26 (月)		27 (日)		11 (月)

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。
 小田原アリーナ・市役所は、保健師・栄養士のみとなります。
 ※助産師相談は電話予約制になります。

対象 妊婦と生後2か月から就学前までのお子さん
持ち物 母子健康手帳・歯科相談をご希望のかたは歯ブラシをお持ちください。
受付 9:00~10:30

会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
保健センター	11	11	1	5	9	6	2	2	6	9	7	8
小田原アリーナ				19				22			14	
市役所7階			28				1					

妊婦健康診査

妊婦さんとお腹の赤ちゃんの健康管理のため、妊娠中に 14 回、公費で健康診査を補助します。妊婦健康診査費用補助券は再発行しませんので、母子健康手帳と一緒に大切に管理してご利用ください。病院で妊婦健康診査費用補助券が利用できない場合は、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。

出生連絡票 ~妊産婦と赤ちゃんの訪問~

赤ちゃんが生まれたら「出生連絡票」にご記入のうえ、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・訪問員がお宅にうかがい、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」は妊婦健康診査費用補助券または、母子健康手帳にとじ込まれています。



親子心理相談

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
申込 電話予約制

