

妊娠がわかったら

問い合わせ

芽室町子育て支援課子育て支援係
Tel62-9733

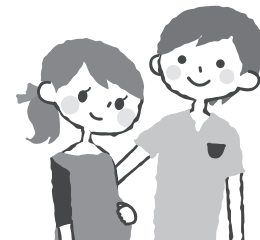


保健サービスの紹介

●知っておきたいサービス

サービス名		サービスの内容	対象者	申し込み・手続きの方法	費用
母子健康手帳の交付と妊婦相談		妊娠から出産・育児について、お子さんの健康管理をする上で必要な知識や記録のための、母子健康手帳をお渡しします。また、妊娠中の生活や健康についての相談を行います。	妊 婦	妊娠がわかりましたら、子育て支援係に 事前に電話で予約 をしてください。 ※受付時間：月～金曜日（8：45～17：30） ※交付時間：月～金曜日（9：30～17：00） ※場所：保健福祉センター	無 料
後期妊婦相談（両親面談）		妊娠後期の健康状態を確認し、妊娠・出産・育児についてアドバイスをいたします。	妊婦とその夫（パートナー）	妊娠26週前後（母子健康手帳交付の時に日程を決めさせていただきます。）	無 料
出産・子育て応援給付金		妊娠届出後に5万円、出産届出後に5万円を支給します。	妊産婦	母子手帳交付時、後期妊婦相談時、新生児訪問時に手続きを行います。	—
妊婦栄養相談		妊娠中の食生活を再確認し、家族への食事にも反映させていく機会としていきます。	妊 婦	後期相談時に日程を決めさせていただきます。	無 料
産前産後相談		妊娠中や出産後のからだや気持ち、母乳育児に向けた準備等について、助産師が相談に応じます。	妊産婦	子育て支援係に 電話またはQRコードから予約 をしてください。※受付時間：月～金曜日（8：45～17：30）	無 料
妊婦歯科検診の助成		町と契約している歯科診療機関で、妊娠中に1回、700円で歯科検診を受けることが出来ます。	妊 婦	母子手帳交付、後期相談、栄養相談時等に申し込みを行い、後日受診セットを郵送します。	700円 （生活保護の場合は無 料）
妊婦健康診査・精密検査費・産婦健康診査の助成		妊娠中の健診と医師の判断の下実施する精密検査の費用、産後の産婦健診の費用を全額負担します。（該当となる精密検査には限りがあります）	妊産婦	母子健康手帳交付時と後期妊婦相談時に受診票を発行します。精密検査、産婦健診の費用については、一旦自己負担して頂いた後、償還払いの手続きが必要になります。（産後3か月以内に申請が必要です）	—
ハロー赤ちゃん教室	パパママコース	妊娠・出産・育児について体験します。内容は第一子向けとなります。	妊婦とその夫（パートナー）	開催時期（パパママ：4月・7月・10月・1月頃 プレママ：毎月第4水曜日）は広報「すまいる」に掲載されますが、対象の妊婦の方には約1か月前に案内を送付します。 ※詳細は3ページをご覧ください。	無 料
	プレママコース	ストレッチや妊娠中の栄養、妊娠中からの乳房ケア、赤ちゃんの持っている能力などについてのお話をします。	妊 婦		
産前・産後ヘルパー事業		支援員がご自宅を訪問し、産前産後の心身の不調を整えたり、育児に専念するための家事支援や、託児（自宅以外）育児に関する相談に応じます。 （1日1回2～3時間、年90時間（多胎児の場合は年120時間）を上限）	妊娠中または1歳未満の子ども及び3歳未満の多胎児を養育している保護者のうち、利用条件を満たす方	※左記の保護者の中で、利用の条件を満たす方が対象となります。詳細は事前に子育て支援係にお問い合わせください。	1時間 1,000円 （多胎児の預かりは上限1,400円）を上限とし助成。 （それ以降の利用料は個人負担）

ハロー赤ちゃん教室 プログラム



妊娠がわかったら

● パパママコース

4月・7月・10月・1月頃に開催します。第1子向けの内容となります。

時 間	内 容	持ち物	担当者	会 場
10:00～ 12:00	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんの誕生まで 赤ちゃんがいる生活をイメージ パパの妊婦体験 赤ちゃんのお風呂の入れ方 	母子健康手帳 筆記用具 ※カメラ (撮影できます)	<ul style="list-style-type: none"> 助産師 保健師 保育士 	子育て支援センター 保健福祉センター

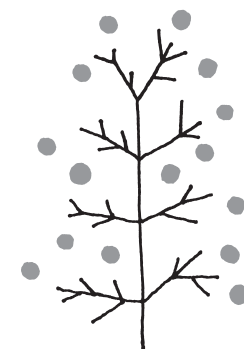
※内容に変更がある場合があります。

● プレママコース

毎月第4水曜日に開催します。託児がありますので、お子さんがいる方でも安心して参加できます。

時 間	内 容 (予定)	持ち物	担当者	会 場
原則、毎月 第4水曜日 10:00～ 11:30 (内容によっては 14:00～ 15:30)	「安産ストレッチ」 ～骨盤の歪み、腰痛、むくみ …体の不調を改善！ 「わくわく母乳育児」 「妊娠中のお口の話」 「妊娠生活について」 「妊娠中の食事の話」 「抱っこひもの選び方」 「赤ちゃんの雑貨づくりと ママのおしゃべり」	バスタオル・フェイスタオル 母子健康手帳 筆記用具 飲み物 動きやすい服装	<ul style="list-style-type: none"> フィットネス インストラクター 歯科衛生士 助産師 保健師 管理栄養士 	保健福祉センター ☆託児あります！
注)・運動しやすい服装でお越しください。・安定期に入った5か月以降の順調な妊婦さんが対象です。 ・妊娠期でも手軽にできる運動を行います。・お腹の張りや痛み、切迫早産の可能性があるので、 妊娠経過にトラブルがある場合は、参加を控えてください。心配な場合は主治医にご相談願います。				

※内容に変更がある場合があります。



申し込み・問い合わせ先

芽室町子育て支援課子育て支援係
 子育て支援課直通電話 TEL 62-9733